



Zuhause	Leben	Arbeiten	Lernen	Beziehungen	Gesundheit	Spiritualität	Altern und mich einrichten
---------	-------	----------	--------	-------------	------------	---------------	----------------------------



Gelingendes Altern
Altersbilder
Zahlen und Fakten
Abenteuer Altern
Involviert bleiben
Bilanzieren
Sterben und Tod
Reife Ganz werden

Altersbilder

Bilder in unserem Gehirn steuern unser Tun und Sein in hohem Masse. Und sie stammen wohl aus unserer frühen Erziehung, aus unseren Erfahrungen und aus unseren angelernten Überzeugungen. Sie verfestigen sich dann als Grundannahmen, welche sich etwa darin ausdrücken, dass Italiener laut seien, die Schweizer präzise in ihrer Arbeit, und die Amerikaner alle oberflächliche Exemplare. Generalisierungen sind also typische Erscheinungsweisen solcher Bilder.

Aufs Alter bezogen heisst es dann, jene Menschengruppe sei unflexibel, wolle, könne und dürfe nicht mehr. Grausame Bilder also, welche dann auch ihre Auswirkungen haben. So ist es immer noch gang und gäbe, die Alten als arm zu betrachten und darum Seniorenbillete anzubieten. Geht ja noch, doch wenn wir ihnen nicht mehr zutrauen, ihr Leben autonom und selbstverantwortlich zu leben, dann werden diese Annahmen auch von den Betroffenen aufgenommen. Circulus viciosus in Reinkultur.

Fazit: Soll Gelingendes Altern eine breite Option werden, dann müssen auch neue Bilder her. Und nicht nur die von den Grauhaarigen auf dem Golfplatz. Sondern auch jene, die in der heutigen unruhigen Schule als Berater ruhende Pole sind. Oder solche, welche sich nicht zurückhalten, die Exzesse in der Politik oder anderswo klar zur Sprache zu bringen. Oder auch einmal einfach schweigen können.



Weise Weitsicht anstatt geknickt

Geld ist nicht alles, aber ohne Geld ist alles nichts

Dies gilt wohl auch für ein zufriedenes Altern. Und jeder und jede Person wird hier wieder andere Massstäbe ansetzen. Dem einen genügen relativ wenig materielle Ressourcen, der andern sind Haufen davon immer noch nicht genug. Die materielle Altersvorsorge - man kann wohl nie früh genug damit beginnen - ist jedenfalls wichtig. Vor allem auch deshalb, weil sie uns einladen kann, unsere dritte und vierte Lebensphase im Voraus zu überdenken. Dass hier die Skeptiker einwerfen, dass sich - besonders heutzutage - nichts vorausplanen lasse, soll ihnen nicht abgesprochen werden. Ausser dem "nichts". Solche Generalisierungen - man kann sie auch Killer-Phrasen nennen - sind wohl häufig eine Strategie des sich nicht an die Sache Heranwagens. Es hat ja auch drohende Aspekte, welche mit dem Altern auf uns zukommen können. Und solchen ins Auge zu sehen braucht allerhand Mut, nicht wahr. Ohne Stutz geht nichts ist hier die Message. Und angehängt an den Klotz die Einladung, auch diesen Bereich des Lebens, das Altern, als einen Bereich des LifeDesignings zu erkunden. Der folgende URL (E) mag ein Anwärmer sein: >>_



Home
Aktuell
Sitemap
Links
Archiv
Suchen
Über uns
Kontakt



**Freu mich des
Lebens.**

* * *

LifeDesigning Peter Kessler, lic.oec.HSG CH-8645 Jona-Kempraten