

Inhalt

Vorbemerkungen des Herausgebers	9
Vorwort	13
I. Alte Menschen heute	15
Überalterung?	17
Desintegration des Alters	19
Umkehrung des Bildungsgefälles	28
Pensionierung gleich Passivierung?	32
Alter – ein Defizit?	35
Altern – eine kompensatorische Chance?	37
II. Altern lernen	43
Das psychologische Altern	43
Alter vorbereiten	47
Von der Fremdbestimmung zur Selbstbestimmung	57
Freizeit – freie Zeit?	62
Selbstwert und Bildung	66
Engagement – nicht Beschäftigung	71
Statt Erinnerung Erwartung	80
Introversion statt Isolation	83
III. Individuelles, soziales und existentielles Lernen	85
Individuelle Lernprozesse	85
Geragogische Gruppenpraxis	87
Umgang mit der Jugend	94
Verhaltensregeln für Jung und Alt	98
Endlichkeit und Tod	102
Hinsehen statt Wegsehen	104

IV. Lernen im Alter	109
Lernfähigkeit im Alter	110
Bildungsmotivation	114
Motivation und Methodik	120
Verlaufphasen	122
Lebenszusammenhang	125
V. Ziele und Inhalte der Altersbildung	129
Individuelle Einstellungen	129
Soziale Anpassung	131
Umfassende Altersgestaltung	134
Inhalte und Programmangebote	138
Eigene Weiterbildungsinitiativen	141
Anhang: Programmbeispiele	143
Anmerkungen	157
Literaturhinweise	160