

Sportgeragogik – Zur Begründung und Konzeption von Modellen für den Alterssport

Sport Geragogy – about justification and conception of models for sport for elderly people

Michael Kolb

Zusammenfassung

In der letzten Zeit werden vor dem Hintergrund eines demographischen Alterns der Bevölkerung auch in den Sportwissenschaften Konzepte für Bewegungsaktivitäten älterer Menschen entwickelt. Im Beitrag wird zunächst auf das Modell eines funktions- und kompensationsorientierten Alterssports eingegangen, das aus der Perspektive naturwissenschaftliche-medizinischer Teildisziplinen der Sportwissenschaften mit dem Ziel entwickelt wurde, körperlichen Involutionsprozessen im Alter entgegenzuwirken. Nach einigen skeptischen Anmerkungen an der Tragfähigkeit dieses Modells werden auf Basis geragogischer Überlegungen Leitlinien eines bildungsorientierten Modells des Alterssports entworfen.

Abstract

Due to the demographic ageing of the population, sport sciences have recently developed models of physical activity for elderly people. The article will first dwell on the model of a function- and compensation-oriented sport for elderly people, which has been designed from a medical and natural science perspective of sport sciences to counteract physical ageing processes. After some critical remarks on the feasibility of this model, there are developed guidelines of on an educational concept for sport for elderly people based on geragogical and educational considerations.

1. Einleitung

In den letzten Jahren ist das in der Menschheitsgeschichte einmalige Phänomen eines tief greifenden demographischen Alterns, also eines „Ergrauens“ der Bevölkerung mit seinen kaum absehbaren Folgen für die gesellschaftliche Entwicklung, zunehmend in den Blickpunkt der öffentlichen Aufmerksamkeit gelangt. Problematisch erscheint dabei, dass unter Schlagworten wie „Altenlast“ oder „Überalterung der Gesellschaft“ ein Bedrohungsdiskurs geführt wird, in dem Expert(inn)en verschiedener Wissenschaftsdisziplinen sowie aller politischen Couleurs explodierende Pensions-, Krankenbehandlungs- und Pflegeko-

sten prognostizieren. Vielfach wird befürchtet, dass dadurch die herkömmlichen Sozialsicherungssysteme in den Ruin getrieben, Verteilungskämpfe zwischen den Generationen hervorgerufen und die gesamte Volkswirtschaft in Zukunft dauerhaft beeinträchtigt werden.

Angesichts dieser Situation haben sich in der Zwischenzeit verschiedene Wissenschaftsbereiche dem „Problemfeld Alter“ zugewandt, um adäquate Lösungsvorschläge zu entwickeln. Stehen in individueller Perspektive Konzepte eines subjektiv „erfolgreichen“ Alterns im Vordergrund, so ist dies implizit häufig mit der gesellschaftlich-ökonomischen Forderung nach einem „kostenneutralen Altern“ verknüpft. Für die Wissenschaftler/innen selbst bestehen im Umfeld derart „drängender“ sozialer Problemlagen jedenfalls gute Chancen, Forschungsgelder und geforderte Drittmittel zu akquirieren.

Ähnlich wie in der Debatte um die potenziellen präventiven Wirkungen von Bewegungsaktivitäten aller Art scheint sich in diesem Zusammenhang auch innerhalb der Sportwissenschaften eine neue Eigenlegitimierungsstrategie zu etablieren, nach der als negativ eingeschätzte körperliche und geistige Alterungsprozesse durch wissenschaftlich fundierte körperliche Aktivitäten verzögert werden können. Insbesondere in den naturwissenschaftlich orientierten Sportwissenschaften, vor allem Sportmedizin und Trainingswissenschaft, wurde der Gedankengang eines durch Bewegungsaktivitäten positiv steuerbaren Alterungsprozesses entwickelt, der eine beträchtliche populäre Verbreitung und alltagsweltliche Überzeugung erlangt hat. Diese Argumentation scheint auch deshalb so plausibel zu sein, weil sie im Kern den von Lyotard (vgl. 1993) aufgezeigten und zugleich kritisierten „großen Erzählungen“ der modernen Wissenschaften folgt, der Fortschrittsfigur von der Erklärbarkeit und technischen Beherrschbarkeit der Welt.

Im Folgenden sollen zunächst auf die theoretische Begründung dieses funktions- und kompensationsorientierten Modells des Alterssports (2) eingegangen sowie skeptische Anmerkungen (3) dazu gemacht werden. Im Anschluss soll in kritischer Abgrenzung aus einer sportgeragogischen Perspektive¹⁾ ein bildungsorientiertes Modell des Alterssports beschrieben werden (4), in dem von der besonderen Lebenssituation älterer Menschen in postmodernen Gesellschaften ausgegangen wird. Bildungsprozessen im Alter kommt hier die Aufgabe zu, ältere Menschen bei einer gelingenden, ihren Interessen und Bedürfnissen gemäßen Gestaltung eines „bewegten Alterns“ zu unterstützen. Der Beitrag schließt mit einem zusammenfassenden Resümee (5).