

Vitalität und Kreativität im Alter

PROF. FRANZ KOLLAND

LUZERN, 29. AUGUST 2017



universität
wien

Warum braucht es einen kulturellen Blick? Eine neue Kultur des Alter(n)s?

Das Alter als letzte Lebens-
etappe ist eine Kulturform,
die immer wieder neu erlernt
werden muss.

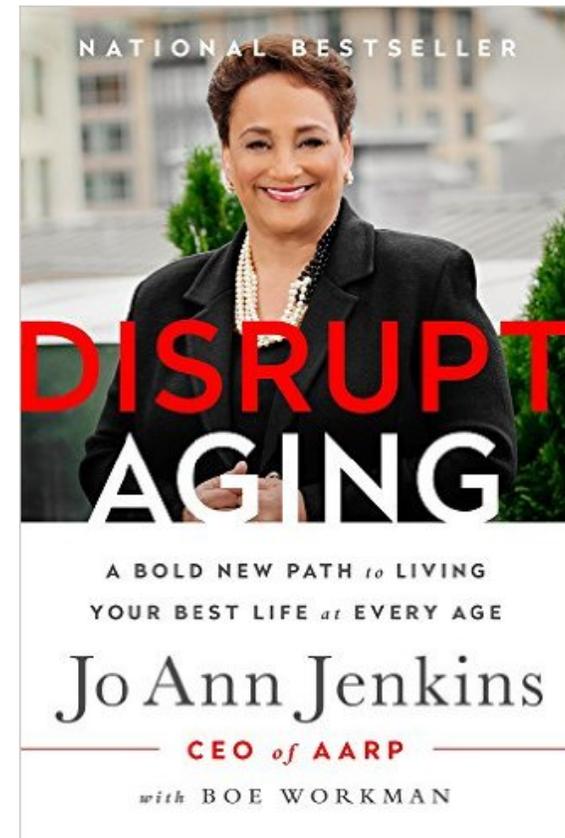


Disruptive Aging

Nicht 50 ist das neue 30, sondern 50 ist (das neue) 50!

Für die innere Beweglichkeit und Bereitschaft zu Veränderungen reicht wohl die Lebenserfahrung nicht aus.

Lustvolles Altern verlangt die Bereitschaft zur Veränderung und auch die Fähigkeit und Willigkeit, sich zu wandeln.



Was verstehen wir unter Kultur ?

„ES GIBT FÜR JEDES KOMPLEXE PROBLEM EINE EINFACHE LÖSUNG –
ABER DIE IST GEWÖHNLICH FALSCH.“
(SIGMUND FREUD)

Kultur als Sinnangebot

"Kultur ist ein vom Standpunkt des Menschen aus mit Sinn und Bedeutung bedachter endlicher Ausschnitt aus der sinnlosen Unendlichkeit des Weltgeschehens" (*Max Weber 1988 <1920>, 180*).

Kulturelles entsteht über Spannungen, Sinnspannungen, Sinnzuspitzungen.

Kultur tritt hervor, wenn sie aus den Routinen heraustritt.

Kultur als Wertbegriff

Die Ursachen für menschliches Unglück liegen immer in der Außenwelt. Sie sind in der Übermacht der Natur, der Vergänglichkeit und Schwäche des eigenen Körpers und in den Beziehungen zu anderen Menschen zu suchen.
(Sigmund Freud 1930)

Als kulturell anerkennen wir

- alle Tätigkeiten und Werte, die dem Menschen **nützen**,
- **kognitive** und **ästhetische** Leistungen und
- die **Beziehungen der Menschen** zueinander.

Unbehagen löst Kultur deshalb aus, weil die zwei wichtigsten Triebe unterdrückt werden müssen (Sexualität, Destruktion)

Weiter und wertneutraler Kulturbegriff

„Kultur ist das, was für eine menschliche Gemeinschaft in einer bestimmten Region typisch ist“.

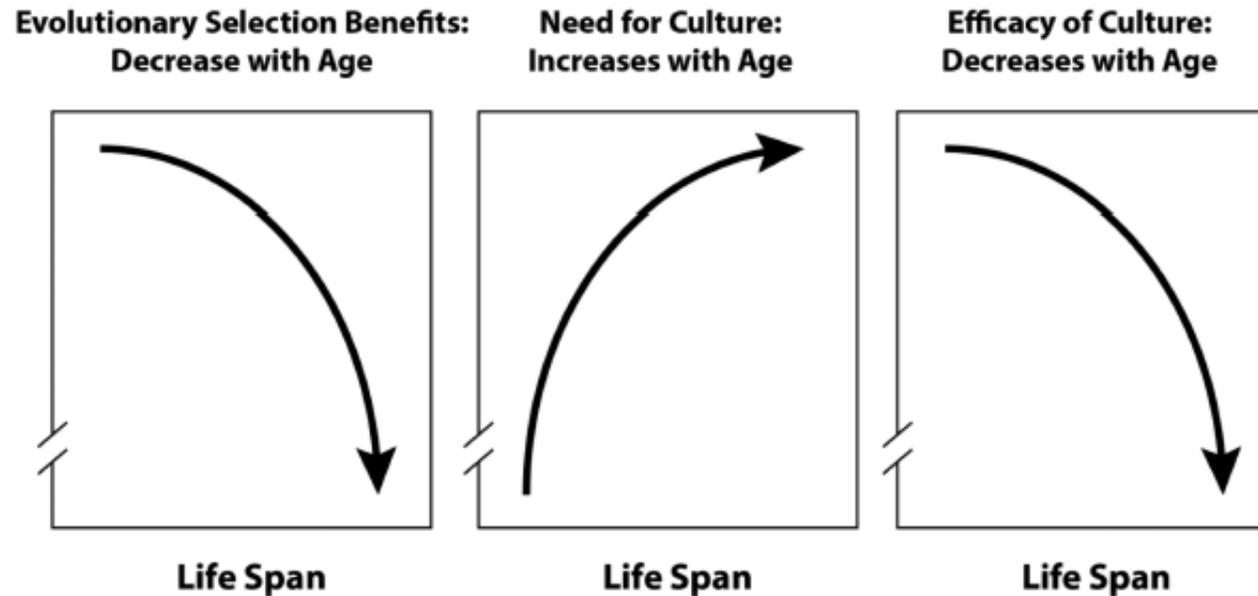
(Johann Heinrich Pestalozzi 1746-1827)

Kultur und Gesellschaft

Alles Leben ist doppelt bestimmt: einerseits genetisch und andererseits durch die Umwelt. Auch für das Altern trifft diese doppelte Bestimmtheit zu.

Mit dem Schwinden der Reproduktionsfähigkeit verliert die Natur das „Interesse“ am biologischen Individuum.

Drei Dynamiken im Lebenslauf



Paul P. Baltes 1997

Baltes, P. B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny: Selection, optimization, and compensation as foundation of developmental theory. *American Psychologist*, 52, 366–380. doi:10.1037/0003-066X.52.4.366

Woher kommt die Vorstellung von den Kulturpotentialen des Alters?

1. Demographischer Wandel/Langlebigkeit
 - Warum leben wir länger?
 - Je länger das Leben, desto notwendiger wird eine kulturelle Betrachtung (*Fry 1996*)

Woher kommt die Vorstellung von den Kulturpotentialen des Alters?

2. Strukturwandel der Gesellschaft

- Individualisierung bringt neue Freiräume; Kultur ist nicht primär religiös verortet sondern „ichzentriert“
- Alter als eigenständige Lebensphase („Aktivitätsorientierung“)
- Generationen sind weniger kulturell festgelegt; generationelle Identitäten sind kontingent

Woher kommt die Vorstellung von den Kulturpotentialen des Alters?

3. Alter(n)sforschung

- Ergebnisse aus der Intelligenzforschung;
- Kompetenzkonzept: Ältere als Handelnde

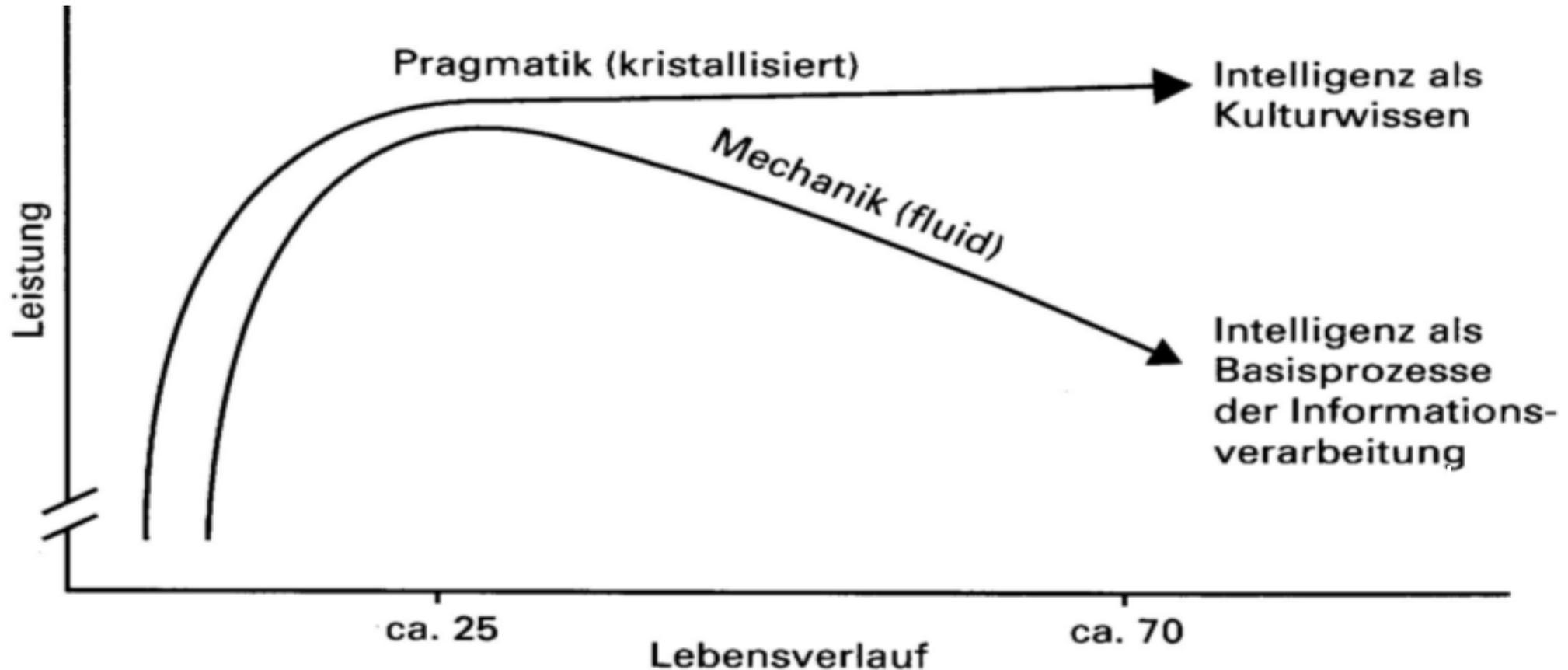
Ist Lernen im Alter möglich?

Ja, es geht...

Plastizität der menschlichen Natur

- a) Hohe Anpassungsfähigkeit über die Lebensspanne
- b) Formbarkeit = Veränderungsmöglichkeit über das ganze Leben
- c) Vernachlässigung/Verringerung genetischer Einflüsse
(*Paul B. Baltes 1994*)

Kristalline und fluide Intelligenz (Pragmatik und Mechanik)



Altern bedeutet nicht gesellschaftlich strukturierte Abhängigkeit

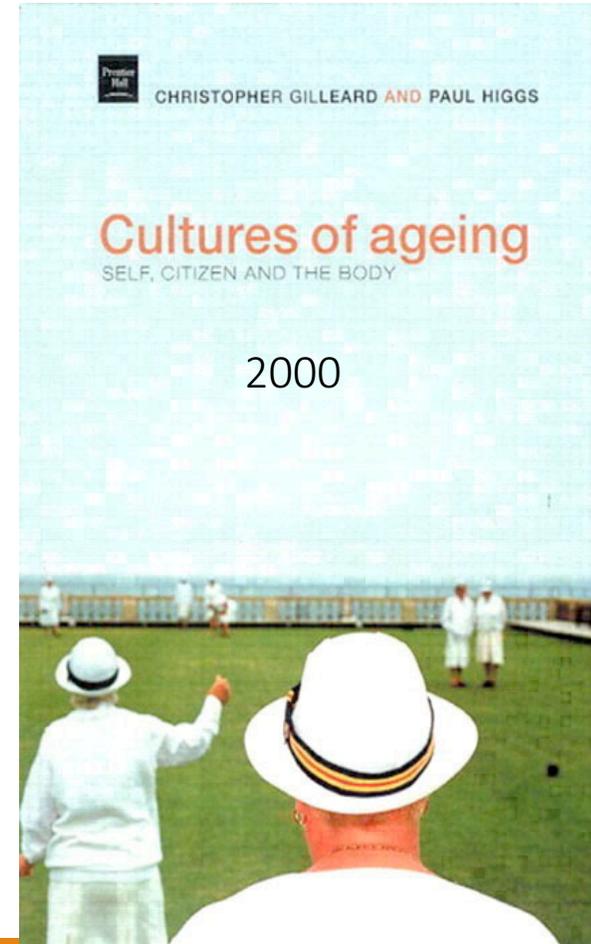
Cultures of Ageing

Die Krise des Wohlfahrtsstaates führt zu einer Neudefinition des Alters.

Altern verliert an Kontur in Bezug auf Biologie und Politik (Defizit bzw. Ruhestand).

Altern ist ein offenes Phänomen, fluider und nicht geschlossen.

Eine Vielzahl gesellschaftlicher Positionen schafft Spielräume für eine aktive Identität im Alter.

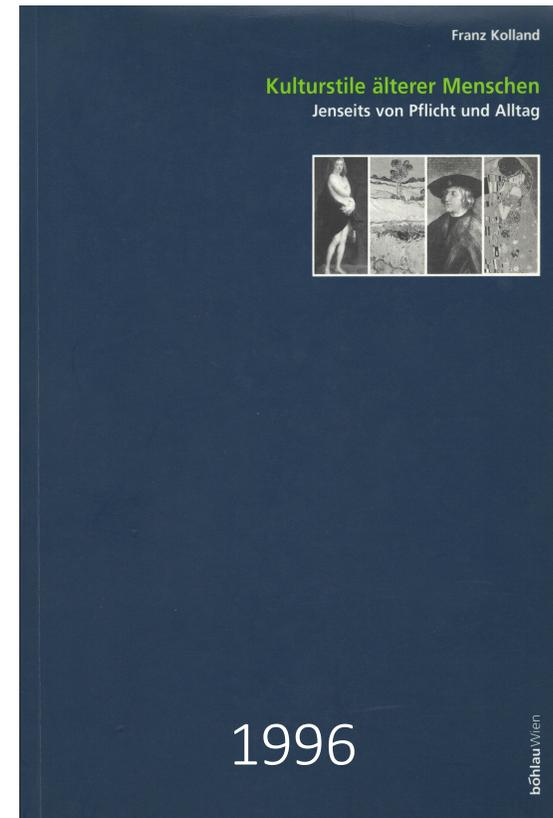


Kulturstile älterer Menschen

Kulturelle Aktivitäten haben einen Einfluss auf den Prozess des Älterwerdens.

Kultur ist Produkt eines lebenslangen Sozialisationsprozesses.

Anspruch und Wirklichkeit kulturellen Handelns weisen einen Widerspruch auf.



Was ist Kreativität?

Kreativität

...ist die Fähigkeit, etwas Neues zu erschaffen, das zugleich neuartig und angemessen ist.

Als angemessen gilt, was nützlich ist.

Sternberg, R.J. & Lubart, T. I. (1999) The concept of creativity: Prospects and paradigms.

Creativity involves doing things in ways that are, on the one hand, *novel* and on the other, *effective* in achieving a desired result.

Cropley, A. J. (2011) Definitions of creativity.

Kreativitätsformen

Kreative Produkte können dahingehend bewertet werden, welchen Einfluss sie auf die Umwelt ausüben.

Alltagskreativität (little-c) führt zu kreativen Produkten, die im Alltag neuartige und nützliche Problemlösungen darstellen.

Eminente Kreativität (Big-C) von herausragenden Forschern und Künstlern führt zu Veränderungen in der Gesellschaft.

Während kreative Beiträge auf Ebene von little-c von den meisten Menschen erbracht werden können, sind die eminent kreativen Beiträge wenigen, besonders kreativen Menschen vorbehalten.

Kreativität und kulturelle Improvisation

Der sozial-anthropologische Ansatz von Elizabeth Hallam & Tim Ingold (2008)

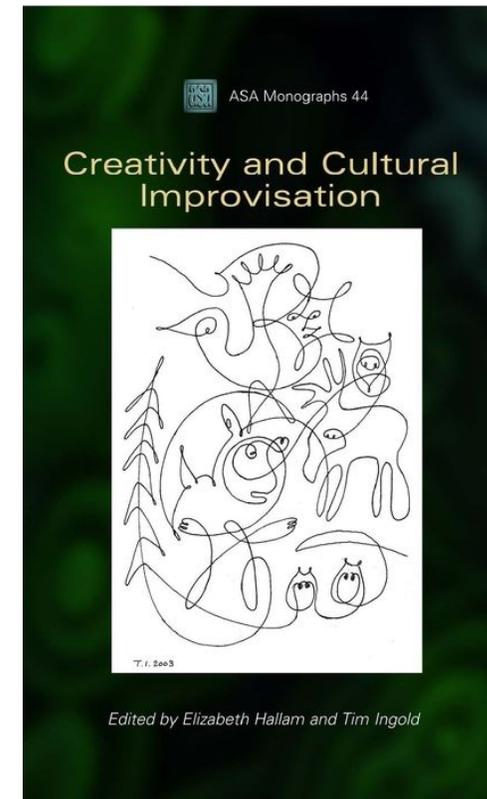
Kreativität heißt nicht Innovation sondern **Improvisation** – es ist unsere Weise des Lebens und Seins (sozial und kulturell)

Kreativ zu sein, meint die Weise wie wir **arbeiten**,

ist **generativ** ausgerichtet (produziert Kultur),

ist **relational** und

temporal (dauernde Bewegung).



Ist Kreativität im Alter möglich ?

NIMMT DIE KREATIVITÄT IM LEBENSVERLAUF AB?

Eminenzkreativität im Alter

Big-C

Besonderheiten künstlerischer Kreativität im Alter

1. Freiheit, der eigenen (persönlichen) Motivation zu folgen. Weniger abhängig von der Anerkennung durch die Kulturkritik
2. Offenheit gegenüber neuen Erfahrungen. Neue Projekte werden begonnen.
3. Protektive Strategien, um die eigene Integrität zu schützen, zeitsouverän zu bleiben.

Maria Lassnig (1909-2014)



Achtung, Alterswerk!

Sollen Künstler in Pension gehen? Medienbericht zum 90. Geburtstag von Maria Lassnig

„Je älter ich werde, desto menschlicher werde ich.“ (*Lassnig 2004*)



A painting by Austrian artist Maria Lassnig at Lenbachhaus in Munich, Germany. The exhibition is on display until 30 May 2010.

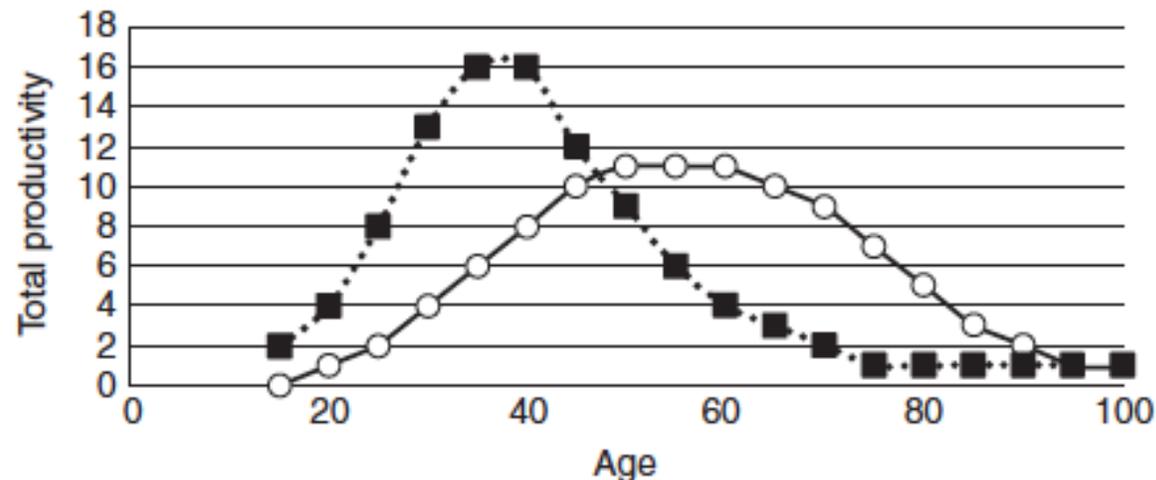
Kreativität im Lebenslauf: Gibt es ein Alterswerk?

Kinder sind selten professionell kreativ

10-Jahres-Regel (*Hayes 1989*), d.h. 10 Jahre zielgerichtetes Üben

Gesamtproduktivität: Normalverteilung

Bestimmte kreative Produktivität: Höhepunkt etwa 4./5. Lebensdekade



Leoš Janáček (1854-1928)

Sinfonietta 1926

Das zentrale Rätsel in der Biografie des Komponisten Leos Janacek ist seine enorme Produktivität im hohen Alter (*Ort 2005*)

Zu seinem 70. Geburtstag sagt der Komponist: „Obwohl ich in die Jahre komme, habe ich das Gefühl, dass sich ein neuer Stil in meiner Arbeit entwickelt... (*n. Vogel 1981*)

Grandma Moses (1860-1961)

beginnt mit 75 Jahren zu malen;
sie sieht sich selbst nicht als
Künstlerin; erhält im hohen Alter
zwei Ehrendokortitel.



‘Writing to make ageing new’: Dutch poets’ understandings of late-life creativity

AAGJE SWINNEN*

Interviews mit 5 bedeutenden holländischen Dichtern
Fragestellung: Welches Verständnis von Kreativität im Alter haben professionell Schreibende?

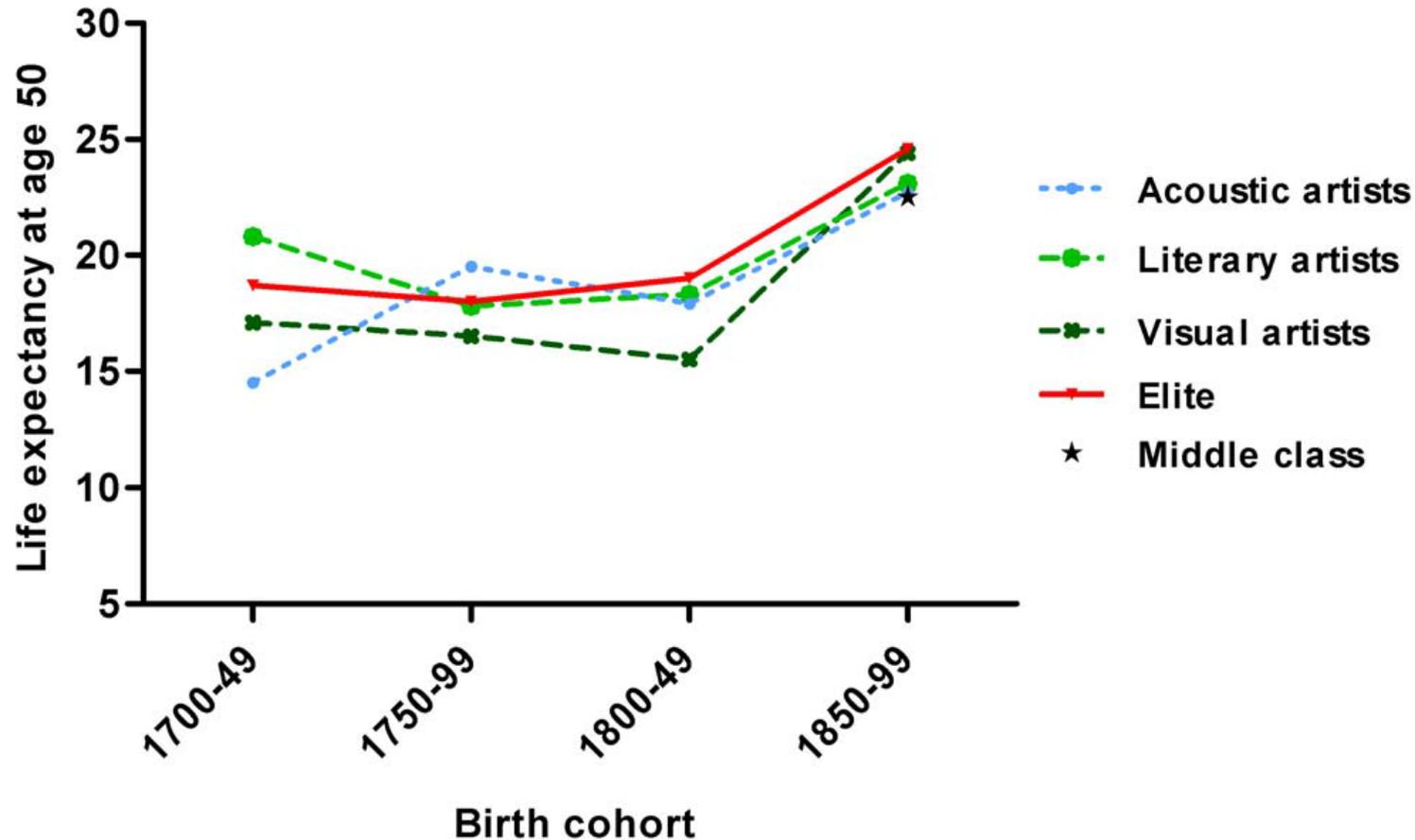
‘Writing to make ageing new’: Dutch poets’ understandings of late-life creativity

AAGJE SWINNEN*

Ergebnis:

- a) Sicherstellung nachhaltiger Schreibpraktiken (Herstellung von Kontinuität im Lebenslauf)
- b) Bezugnahme auf akkumulierte Erfahrungen
- c) Emanzipation von früheren literarischen Konzepten (späte Freiheit, Suche nach dem Außergewöhnlichen)
- d) Neuerfindung des eigenen Selbst über die Lebensphase Alter (Vermeidung von Routinen)

Leben Künstler länger? (1700-1899)



Mirzada F, Schimberg AS, Engelaer FM, Bijwaard GE, van Bodegom D, et al. (2014) Arts and Ageing; Life Expectancy of Historical Artists in the Low Countries. *PLoS ONE* 9(1): e82721. doi:10.1371/journal.pone.0082721

Zwischenfazit

„The quality of creative forms neither increases nor decreases with age, nor does it assume some curvilinear form. Individuals may produce their greatest life's work at any age.“ (*Keith Simonton 1990*)

Individuen mit einem hohen initialen kreativen Potential sind in allen Lebensphasen sehr produktiv.

Kreativität ist weniger abhängig vom chronologischen Alter als von der „kulturellen Karriere“. Das erklärt auch die Kreativität von „late bloomers“.

Künstler über das Altern

Jacob Grimm (1860)

Die Natur verfährt im Alter nicht böse mit den Menschen. Sie gibt auch, wenn sie nimmt. Sinnenlust verschwindet, Verfeinerung setzt ein. Kräfte lassen nach, das Gefühl für Gesundheit steigt.

Das Alter stellt „nicht einen bloßen niederfall der virilität dar, sondern eine eigene macht“ (S. 65).

REDE AUF WILHELM GRIMM

UND

REDE ÜBER DAS ALTER

GEHALTEN IN DER KÖNIGL. AKADEMIE DER WISSENSCHAFTEN
ZU BERLIN

VON

JACOB GRIMM.

HERAUSGEGEBEN

VON

HERMAN GRIMM.

BERLIN,
FERD. DÜMLER'S VERLAGSBUCHHANDLUNG.
HARRWITZ UND GOSSMANN.
1863.

Altersangst

P. Zadek: „Das Alter ist ekelhaft. Man müsste älter werden, ohne dass der Körper älter wird.“

M. Mitscherlich 2006: „Wenn man wie ich demnächst 90 Jahre alt wird, ist die Realität des Alters äußerst mühsam. Der Körper ist jetzt wie ein schwerer Klotz, den man nur mit vielen guten Worten in Bewegung zu setzen vermag“.

N. Bobbio: „Ich brauche ihnen nicht zu sagen, dass ich diese Rechtfertigungsschriften – wie jene von Cicero – widerlich finde“.

Alltagskreativität im Alter

little-c

Warum Kreativität im Alter?

Identitätsstiftende Kapazität (*Leopold Rosenmayr 1983*)

Offeriert eine Möglichkeit, auf die Grenzen und Unsicherheiten menschlicher Existenz zu antworten (*Joyce Hickson & Warren Housley 1997*)

Kreativität im Alter unterstützt die Vorstellung einer nicht biologisch determinierten sondern kulturell konstruierten Lebensphase.

Kulturelle Aktivität als Aktivität gegen den Verlust des Senioritätsprinzips? Gegen den Verlust der moralischen Autorität? (*Almut Fricke & Sylvia Dow 2009*)

Späte Freiheit

(Leopold Rosenmayr 1983)

Positive Einschätzung von kulturellen Aktivitäten, die eine hohe Expressivität aufweisen.

Kompetenzen und Potentiale und eine neu entdeckte Produktivität der Alten stehen im Mittelpunkt des Interesses.



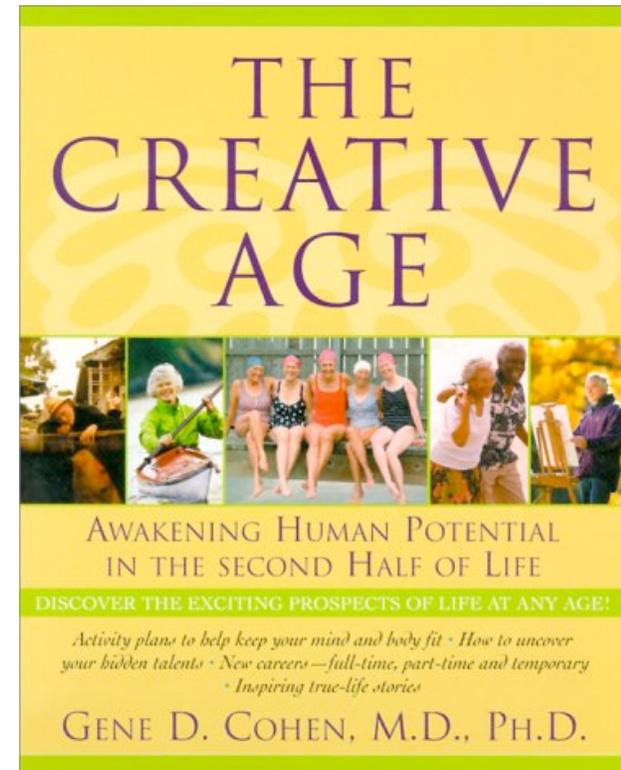
Kreativität und Altern

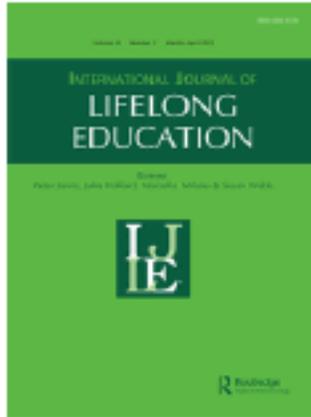
(Gene D. Cohen 2000)

Altern als Potential

Innerer Antrieb, der Entwicklung über den gesamten Lebenslauf gewährleistet.

Entwicklungsphasen: Bewertung der Lebensmitte (40+), Freiheit (50+), Bilanzierung (70+), Zugabe (80+)





International Journal of Lifelong Education



ISSN: 0260-1370 (Print) 1464-519X (Online) Journal homepage: <http://www.tandfonline.com/loi/tled20>

Creative ageing? Selfhood, temporality and the older adult learner

Shari Sabeti

In dieser Studie wurde eine Schreibwerkstätte (n=14) in einer städtischen Kunstgalerie über einen Zeitraum von fünf Jahren ethnografisch untersucht.

Fragestellung: Wie erfahren ältere Personen, die in kreatives Handeln involviert sind, Zeit? Wie sehen sie Vergangenheit/Zukunft?

Ergebnisse

Über kreatives Handeln wird Präsenz im Alter hergestellt.

Das Erleben des eigenen Alterns wird enttemporalisiert.

Im selbstbestimmten Herstellen treten Vergangenheit (Biografie) und Zukunft (altersbedingte Veränderungen) in den Hintergrund.

Im Schreiben geht es um die Sprache, den Ausdruck und nicht um die Aufarbeitung einer Vergangenheit.

Wie wirkt kulturelle Kreativität im
Alter?

Kultur macht gesünder und glücklicher

(Cuypers et al. 2011)

Die norwegische HUNT-Studie kommt zu folgenden Ergebnissen:

Kulturelle Aktivitäten beeinflussen körperliche und geistige Beschwerden positiv. Sie haben eine stressreduzierende Wirkung.

Während bei Männern der passive Konsum von kulturellen Veranstaltungen bereits mit einem guten Gesundheitszustand assoziiert ist, ist bei älteren Frauen kulturelle Eigenaktivität Voraussetzung, um körperlich und psychisch davon zu profitieren.

Literature Review

The Cultural Value of Older People's Experiences of Theater-making: A Review

Miriam Bernard, BA, PhD* and Michelle Rickett, BA, PhD

In diese UK-Metastudie wurden 77 Publikationen einbezogen.

Gezeigt wird, dass die aktive schauspielerische Betätigung sich positiv auswirkt auf

subjektives Gesundheitsempfinden

soziale Beziehungen

Lernfähigkeit

Starke Limitationen: Studien zumeist theorielos, sehr kleine Stichproben

The Creativity and Aging Study (2001-2006))

Experiment: n=300 (150 VG; 150 KG)

Washington, Brooklyn, San Francisco

Altersgruppe: 65-103 Jahre

Intervention: intensive kulturelle Eigenbeteiligung (z.B. Chorgesang)

Ergebnisse:

- Bessere Gesundheit (weniger Arztbesuche)
- Weniger Stürze
- Weniger Einsamkeit
- Höheres allgemeines Aktivitätsniveau

https://cahh.gwu.edu/sites/cahh.gwu.edu/files/downloads/NEA_Study_Final_Report_0.pdf

Kultur und soziale Teilhabe

Künstlerische bzw. kunsthandwerkliche Aktivität (Theater, Tanz, Gesang) haben Bonding-Effekte, steigern das Selbstwertgefühl und ermöglichen Selbst-Ausdruck

Künstlerische Aktivitäten sind ein Mittel (zu sozialer Integration, Wertschätzung – z.B. Basteln für den Weihnachtsmarkt) und ein Ziel

Kulturelle Aktivitäten weisen auch Merkmale von Distinktion auf, d.h. soziale Abgrenzung, Exklusivität, Elitarismus.

Fazit: Effekte von Kreativität im Alter

Transfereffekt: Ältere Personen, die kreative Fähigkeiten in einem bestimmten Bereich entwickeln, nützen diese Fähigkeiten auch in anderen Lebensbereichen. *(Fisher & Specht 1999)*

Alltagsrelevanz: Kulturelle Kreativität ist mit Flexibilität und Anpassungsfähigkeit verknüpft und hat damit alltagspraktische Bedeutung. Kreativität ist Voraussetzung für erfolgreiche Anpassungsprozesse im Alter. *(Flood & Phillips 2007)*

Lebensqualität in der Pflegesituation: Verbesserung neurologischer und kognitiver Funktionen; Reduktion von Schmerzmitteln *(Kreitzer & Snyder 2002)*

Offene Fragen

Hat kulturelle Kreativität einen Einfluss auf Gesundheit oder ist es umgekehrt?

Ist das Konzept kulturelle Aktivität/ Kreativität zu eng?
Besser: Selbst-Expressivität?

Verweigert die Erwartung kulturell aktiv zu sein, den älteren Menschen das legitime Recht auf körperliche Dysfunktion und Disengagement ?

Welche Kreativität akzeptieren wir?

Jenny Joseph – Warnung (1961)

Wenn ich einmal eine alte Frau bin, werde ich Lila tragen,
mit einem roten Hut, der nicht dazu passt und mir auch nicht gut steht, und ich
werde meine Rente ausgeben für Cognac und Sommerhandschuhe und für
Sandalen aus Satin.

Wenn ich müde bin, werde ich mich auf den Bürgersteig setzen.

Ich werde die Gratisproben in den Geschäften verschlingen und auf Alarmknöpfe
drücken.

Und ich werde meinen Stock gegen die Parkzäune klappern lassen und Schluss
machen mit der Angepasstheit meiner Jugend.