

# Konzept

# Omas und Opas

# Universität



*Im Auftrag des Vereins zur Förderung  
des Steirischen Vulkanlandes  
März 2017*

*Bearbeiter: Ursula Krotscheck, Dr. Christian Krotscheck*

**Amrita Sai eG**  
**Abteilung Verfahrenstechnik & Regionalgestaltung**  
8330 Feldbach, Auersbach 130

t: +43(0)3152-8575-330 f: -335  
[ursula.krotscheck@amritasai.at](mailto:ursula.krotscheck@amritasai.at)  
[www.amritasai.at](http://www.amritasai.at)

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION



Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums:  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete



# **Bildung für ein erfülltes und nachhaltiges Leben**

*miteinander leben – voneinander lernen – leben lernen*

Unser reformiertes und laufend diskutiertes Bildungssystem konzentriert sich heutzutage hauptsächlich an der Weitergabe von theoretischem Wissen. Weder Eigenverantwortung noch Potentialentfaltung werden dadurch möglich.

Was uns und unseren Kindern mit der derzeitigen Bildungsmethode genommen wird, ist die Freude am Lernen, die eigene wertvolle Erfahrung und das selber Tun können. In der Zeit der neuen Medien ist diese Selbsterfahrung und v.a. die Freude von enormem Wert. Viel zu oft wird leider darauf vergessen. „Wichtig dabei ist, dass wir uns auf Augenhöhe – mit Wertschätzung und Würde – als Subjekte begegnen. Eine Gemeinschaft, die co-kreativ wirkt, ist für unsere gemeinsame Weiterentwicklung notwendig“. (Gerald Hüther, Vortrag in Feldbach 22.3.2017)

*Von der Aneignung  
von Wissen ohne  
Freude zur lustvollen  
Potentialentfaltung  
und co-kreativen  
Gemeinschaft*

## **1. Omas und Opas Universität**

Auf Omas und Opas Universität wird Erfahrungswissen und Lebensweisheit in allen Bereichen (Handwerk, Kulinarik, Lebenskultur, Brauchtum, ...) weitergegeben. Im Miteinander Tun erlernen die Kinder ganz natürlich und spielerisch was früher von Generation zu Generation selbstverständlich weitergegeben wurde. Weitervermittelt wird so auch der gesunde Hausverstand, sozusagen der innere Sinn mit Sitz im Herzen sowie der Sinn für die Gemeinschaft und das Gemeinwohl als natürliche, stimmige Urteilsbasis.

Umgekehrt lernen die Großeltern auch von ihren Enkelkindern. Im Umgang mit der jungen Generation sehen die Großeltern die Welt aus einem anderen Blickwinkel, die Kinder geben neue Lebensfreude und Energie. Generationsübergreifendes Lernen ist in einer Großeltern-Enkelbeziehung stets gegenwärtig. Großeltern stehen für Kontinuität. Und Kinder sind es, die Halt suchen in den unbeständigen Momenten des Lebens. Weshalb sie auch diejenigen sind, die Rituale und Familienbräuche besonders lieben, sofern es sie gibt.

*Die Bindung  
innerhalb der Familie  
fördert generations-  
übergreifendes  
Lernen in  
Wechselbeziehung*

Das gemeinsame Tun stärkt die Bindung innerhalb der Familie sowie das Verständnis füreinander zwischen den Generationen. Die einzige Voraussetzung dafür ist, sich Zeit für die Enkelkinder zu nehmen bzw. den Kindern die Zeit mit den Großeltern zu ermöglichen.

Heute sind ältere Menschen im Vergleich zum letzten Jahrhundert wesentlich aktiver und nehmen mehr Möglichkeiten der Lebensentfaltung wahr. Die Lebenserwartung steigt kontinuierlich. Der Wandel der Familienstrukturen in unserer Gesellschaft, die sogenannte Pluralisierung der Lebensformen, fordern Familien und deren Ideenreichtum. Mit der Leihoma, dem Leihopa bzw. der Wahlfamilie (Familie á la carte) kann dem Wunsch der älteren Generation, für Enkelkinder da zu sein (v.a. wenn die eigenen Enkelkinder sehr weit weg sind oder man gar keine hat) und dem Wunsch der Eltern nach einer zusätzlichen Stütze, nachgekommen werden.

*Der Wandel der  
Familienstrukturen in  
unserer Gesellschaft,  
fordert und fördert  
Familien und deren  
Ideenreichtum.*

*„Auf Omas und Opas Universität lernt man zu leben, zu lieben und man lernt vor allem eines, an dem es heute mangelt: ein menschliches Vermächtnis zu hinterlassen“, Josef Ober.*

Intergenerationelle Begegnungen helfen, laut Hirnforschung, beim lebenslangen Lernen. „Das menschliche Hirn ist bis ins hohe Alter nicht nur lernfähig, sondern auch umbaufähig. Demenz kann aufhören, wenn wir eine Lebensweise finden, die Potentialentfaltung ein Leben lang möglich macht! Neues zu lernen geht immer. Die einzige Voraussetzung dafür ist, sich darüber zu freuen,“ meint Gerald Hüther.

*„Das menschliche  
Hirn ist bis ins hohe  
Alter nicht nur  
lernfähig, sondern  
auch umbaufähig“.*

Die Freude, schon wieder etwas Spannendes entdecken zu dürfen, ist wichtig. So bleibt der Mensch Gestalter seines Lebens. Begegnen sich Menschen als „Subjekte auf Augenhöhe“ ist Potentialentfaltung unvermeidbar! Damit im Hirn etwas langfristig verankert wird, muss es unter die Haut gehen. Neurobiologisch heißt das, es muss zu einer Aktivierung der emotionalen Zentren und damit zur Freisetzung neuroplastischer Botenstoffe im Hirn kommen, sodass Neugelerntes in Form von neu aufgebauten Netzwerken verankert wird. Dann bleibt es lange hängen. Wer einmal Fahrradfahren gelernt hat, vergisst das nie wieder. Die neuroplastischen Botenstoffe, die diese Umbauprozesse in Gang bringen, wirken wie Dünger im Hirn. Dass kaum etwas hängen bleibt, wenn es nicht unter die Haut geht, deckt sich mit Erkenntnissen der Bildungsforscher, wonach wir ein, zwei Jahre nach der Matura nur noch zehn Prozent vom ganzen Schulstoff wissen.

*„Damit im Hirn etwas  
langfristig verankert  
wird, muss es unter  
die Haut gehen!  
Begegnen sich  
Menschen als  
„Subjekte auf  
Augenhöhe“ ist  
Potentialentfaltung  
unvermeidbar“!*

## **2. Erfahrung und Können**

Viel wichtiger als Wissen ist Erfahrung und das Anwendenkönnen. Da man nun aber nicht allein sämtliche Erfahrungen machen kann, auf die es im Leben ankommt (bzw. weil man sich viele schmerzhaft Erfahrungen auch ersparen kann), ist es wichtig für unsere Kinder zu lernen, wie man sich die Erfahrungen anderer Menschen zugänglich macht. Damit ich das kann, muss ich auf andere Menschen zugehen

können, dazu brauche ich soziale Kompetenz, und die hat ganz viel mit Mitgefühl und Einfühlungsvermögen zu tun.

Kinder sollten also vor allem zwei Dinge lernen, nämlich wie viel Freude es macht, wenn man sich Neues erschließt, und dass es auch spannend ist sich das Wissen der anderen zu eigen zu machen, denen sie begegnen. Was unsere Kinder heute brauchen sind Aufgaben, an denen sie wachsen können und Gemeinschaften, denen sie sich zugehörig fühlen. Sie brauchen einfach das Gefühl, für irgendetwas bzw. irgendjemanden wichtig zu sein bzw. für Sinnvolles gebraucht zu werden.

Wir können gemeinsam versuchen, über uns hinauszuwachsen. Wir können uns gegenseitig einladen, ermutigen und inspirieren, all das zu entdecken, was es miteinander und aneinander und in der Welt, in der wir leben, zu entdecken gibt. So können wir vielleicht auch das wiederfinden, was wir unterwegs verloren haben: die Freude an der Buntheit und Vielfalt unserer Welt, deren Teil wir sind und die es nur so lange geben wird, wie wir sie mit all unseren Sinnen erspüren und mit unserem zeitlebens lernfähigen Hirn vielleicht irgendwann auch begreifen und bewahren können. Dann wären wir wieder im Einklang mit dem, was das Leben in Wirklichkeit ist: kein sich selbst genügender und sich selbst erhaltender, sondern ein erkenntnisgewinnender Prozess (Gerald Hüther, Vortrag in Feldbach 22.3.2017).

Was wir brauchen, ist ein neues Bild: weg vom Defizitmodell, hin zur lebenslangen Potentialentfaltung. Großeltern können für ihre Enkelkinder verlässliche Bezugspersonen außerhalb der Eltern-Kind-Beziehung sein. Sie erweitern den kindlichen Aktionsraum und seine soziale Welt, indem sie neue Erfahrungen und Bindungen ermöglichen.

*Was unsere Kinder heute brauchen sind Aufgaben, an denen sie wachsen können und Gemeinschaften, denen sie sich zugehörig fühlen.*

*Gemeinsam können wir über uns hinauswachsen.*

*Großeltern verkörpern Geschichtlichkeit.*

Oft gelten bei den Großeltern andere Verhaltensregeln als bei den Eltern, und das Kind kann mehreren Lebenszugängen begegnen. Die Beziehung der Kinder zu den Großeltern ist konstant. Sie haben eine Vorbildfunktion hinsichtlich ihres Lebens und der Bewältigung von Schwierigkeiten. Großeltern verkörpern Geschichtlichkeit. Jede Falte in ihrem Gesicht erzählt die Geschichte einer gemeisterten Schwierigkeit im Leben. „Sie bieten die Möglichkeit, die Geschichte der Familie kennen zu lernen und stillen das Bedürfnis nach Wissen von vergangener Wirklichkeit.“ (Sommer-Himmel, 2001; S. 106).

Die in den letzten Jahrzehnten angestiegene Lebenserwartung und dabei namentlich die erhöhte Überlebenswahrscheinlichkeit älterer Menschen hat das intergenerationelle Gefüge in entscheidender Weise verändert: Die gemeinsame Lebensspanne von Eltern und ihren Kindern ist angestiegen, und dasselbe gilt für die gemeinsame Lebensspanne von Großeltern und Enkelkindern. „Die Verlängerung der Lebensdauer hat folglich für Familien die Konsequenz, dass immer mehr Generationen zeitlich immer länger miteinander leben. Kinder erleben ihre alten Eltern immer länger und die Eltern erleben noch die ersten Lebensjahre ihrer Enkel oder sogar Urenkel.“ (Lauterbach, 1995; S. 24). Heute gehören familiäre Dreigenerationen-Beziehungen zur normalen Lebensgeschichte von Menschen.

*Immer mehr  
Generationen leben  
heute immer länger  
miteinander.*

### **3. Erfülltes & zukunftsfähiges Leben**

Der Göttinger Neurobiologe Dr. Gerald Hüther hat in einem Interview einen sehr zentralen Satz gesagt: *"Ich will mein Leben so gestalten, dass ich mich in mir selbst wohl fühle. Dass ich jeden Augenblick als ein Geschenk, das ich mir selbst bereite, genießen kann. Ich will achtsam und behutsam mit anderen und allem was mich umgibt, umgehen. Will mich verbunden*

*fühlen und gleichzeitig frei. Eigentlich will ich also nichts anderes, als das, was alle anderen Menschen auch wollen: glücklich sein."*

Und es geht dabei immer auch darum, die drei Lebensbereiche Denken, Fühlen und Handeln miteinander in Einklang zu bringen: *"Neurobiologisch heißt das Kohärenz. Dies ist ein Zustand im Gehirn, wo alles zusammenpasst, wo mein Denken, Fühlen und Handeln übereinstimmen, wo ich mich unbefangen, ohne Vorurteile und ohne Erwartungen auf all das einlassen kann, was es in der Welt zu entdecken und zu gestalten gibt."*

Menschen mit hohem Kohärenzgefühl sind glücklicher, gesünder, ihre Selbstheilungskräfte können sich entfalten, der Neuaufbau von Zellen in Gehirn & Körper funktioniert besser und sie haben Lust, sich weiterzuentwickeln. Drei salutogenetische Grundprinzipien sind bei diesen Menschen zu finden:

- was in der Welt geschieht, wird verstanden
- man erlebt, dass man etwas verändern bzw. gestalten kann
- das Dasein ist sinnhaft und sinnvoll

Der Mensch ist ein soziales Wesen. Es ist mindestens so wichtig im menschlich intakten Austausch zu stehen, wie körperlich gutes Essen zu sich zu nehmen oder frische Luft zu atmen. Bedingungslose Liebe, zu spüren, dass ich so, wie ich bin wichtig bin, gibt meinem Leben Bedeutung!

Was braucht ein zukunftsfähiges und erfüllendes Leben? Wertschätzende Beziehungen zwischen Subjekten; das Wissen um die eigene Würde und den Wert aller Wesen, einschließlich der Natur; Methoden, um die Erfahrungsschätze zu mehren und das eigene Können auszubauen.

*Kohärenz heißt, das Denken, Fühlen und Handeln miteinander in Einklang bringen.*

*Wir müssen unsere Kinder auf ihre Zukunft und nicht auf unsere Vergangenheit vorbereiten!*

*Daher sind Methoden der eigenen Potenzialentfaltung so wesentlich.*

*Bereits durch mein einzigartiges „so sein“, habe ich Wert, bin ich wertvoll. Und dafür werde ich wertgeschätzt.*

## 4. Vision, Ziele und Maßnahmen

### Übergeordnete Vision im Steirischen Vulkanland:

- ✚ Menschen, die sich im Zusammenleben gegenseitig begeistern, einladen und ermutigen – Menschen, die ständig bemüht sind, sich als Subjekte herzlich zu begegnen
- ✚ kinder-, und jugendfreundliche Gemeinde bzw. familien- und generationenfreundliche Gemeinde = ist eine gemeinschaftsfreundliche Gemeinde
- ✚ eine zukunftsfähige Gemeinde schafft Gemeinwohl über Generationen – menschlich, ökologisch und regionalwirtschaftlich

### Omas und Opas Universität im Steirischen Vulkanland

- ✚ schafft Gemeinwohl über Generationen durch menschliche Beziehungen, regionalwirtschaftliche Orientierung und ökologisches Handeln
- ✚ schafft wertschätzende Beziehungen zwischen Subjekten, stärkt das Mit- und Füreinander der Generationen
- ✚ stärkt das Wissen um die eigene Würde und den Wert aller Wesen, einschließlich der Natur
- ✚ lehrt Methoden, um die Erfahrungsschätze zu mehren, vernünftig zu leben und das eigene Können auszubauen.
- ✚ zeigt Wege für ein erfülltes Leben
- ✚ eröffnet ganz neue Lebensperspektiven und einen neuen Lebenssinn
- ✚ erhält Traditionen und wertvolles Brauchtum am Leben
- ✚ ermöglicht lebenslange Potentialentfaltung

## Besonderheiten der Oma und Opa Universität für Kinder und Eltern:

- ☺ Oma und Opa verwenden viel Zeit für das Leben bzw. nehmen sich Zeit für ihre Enkelkinder mit 100% Aufmerksamkeit  
(Zeit für Vertiefung und ein sich Einlassen auf gerade Interessantes oder „Projekte“, die lange dauern und tw. Wochen in Anspruch nehmen)
- ☺ Oma und Opa vermitteln Werte  
(Wertschätzung gegenüber und achtsamer Umgang mit Natur, Menschen und Dingen - „an Hoagl haben“)
- ☺ Oma und Opa sind reich an Lebenserfahrung  
(ihr Leben erzählt Geschichten, die Einblick in die Geschichte der Familie, der Ahnen, der Menschheit und der Welt geben und Muster erkennen lassen)
- ☺ Omas und Opas Lebensweisheit sowie ihr handwerkliches und traditionelles Können sind einmalig  
(über Jahrzehnte gesammeltes Wissen und Weisheit wie z.B. kochen, nähen, garteln, reparieren, bauen, Werkzeug machen, improvisieren, aus wenig viel machen, singen, malen, zeichnen, lösungsorientiert handeln... wird an die nächsten Generationen weitergegeben)
- ☺ Oma und Opa vermitteln Beharrlichkeit und „Über-Sicht“: Nichts ist so schlimm, wie es im ersten Moment erscheint  
(sie haben viel erlebt, um das Überleben gekämpft, nie aufgegeben, sind aus Krisen gestärkt und reifer hervorgegangen)
- ☺ Oma und Opa strahlen Gelassenheit, Geduld und Ruhe aus  
(sie haben eine andere, ganzheitliche Sicht auf die Dinge, sie nehmen das Leben mit all seinen Herausforderungen an und machen das Beste daraus, bei Oma und Opa gibt es andere Regeln)
- ☺ Oma und Opa haben verschiedene Gemeinschaften, Kulturen und Gesellschaftsformen erlebt  
(über ein gelingendes Miteinander können sie „ein Lied singen“, sie vermitteln Brauchtum, altes Lied- und Sagengut, Geschichten über Land und Leute, kennen viele Orte und Geschichten)
- ☺ Oma und Opa vermitteln Beständigkeit  
(Rituale, Familienbräuche, ungeteilte Liebe, Aufmerksamkeit, Wertschätzung und Zeit geben Ruhe und Sicherheit)

☺ Oma und Opa zeigen die Vergänglichkeit des Lebens  
(sie lassen uns teil haben an ihrem natürlichen Altern, Sterben und Tod)

### Besonderheiten der Oma und Opa Universität für die Großeltern:

☺ Oma und Opa werden gebraucht und sind gefragt  
(ihr Beitrag in der Familie und der Gesellschaft wird wertgeschätzt)

☺ Oma und Opa bleiben in einem sozialen Netzwerk  
(die Bindung zu den Enkelkindern und der Kernfamilie wird gestärkt, der Austausch in der Familie, aber auch mit anderen Großeltern wird gefördert, sie tragen zum Gemeinwohl bei)

☺ Oma und Opa bleiben mental, körperlich und seelisch aktiv  
(im Zusammensein mit den Enkelkindern sind Großeltern in allen Bereichen gefordert, achten aber auch auf ihre eigenen Grenzen)

☺ Oma und Opa wird ein neues Lebensgefühl geschenkt  
(Enkelkinder vermitteln Freude, Spaß am Leben und Entdecken, die Wichtigkeit des Seins im Hier und Jetzt, geben Energie)

☺ Oma und Opa haben die Möglichkeit zu lebenslanger Potentialentfaltung  
(mit Freude Neues lernen - gemeinsam mit den Enkelkindern - kann Demenz verhindern, Enkelkinder können begeistern und ermutigen)

☺ Oma und Opa erfahren Verständnis  
(Enkelkinder und die Kernfamilie lernen durch regelmäßigen Kontakt die Bedürfnisse der älteren Generation kennen und können darauf Rücksicht nehmen)

☺ Oma und Opa gewinnen ganz neue Lebensperspektiven  
(das Miteinander im sozialen Netzwerk und ihre neue Aufgabe in der Familie gibt dem Leben Sinn)

☺ Oma und Opa sind weiterhin Gestalter ihres Lebens  
(das Planen der Zeit für die Enkelkinder, das Erkennen und Mitteilen der eigenen Grenzen in der Betreuung von Kindern, das Finden eines neuen Lebenssinnes bzw. das Entwickeln einer neuen Lebensvision im Alter ermöglicht eine gute Lebensqualität)

## Ziele:

- ein erfülltes, glückliches, eigenverantwortliches, zufriedenes und zukunftsfähiges Leben
- Anregung co-kreativer Prozesse
- Inwertsetzung der Beziehung zwischen Großeltern und Enkelkindern
- Wertschätzung gelebter Erfahrung und implizitem Wissen
- Familien einladen, ermutigen, begeistern und inspirieren
- Vermittlung von Werten
- Verbundenheit (Gemeinschaft, Natur)
- Gesellschaftliche Weiterentwicklung
- Lernen mit Freude und in Beziehung
- Gespür und Verständnis für das Älterwerden entwickeln
- Sinnvolle Lebensperspektiven gewinnen
- Aktive Potentialentfaltung auch im Alter
- Liebe, Zuneigung und Freundschaft spüren
- Halt geben und spüren, Stabilität finden
- Vertrauen und Geborgenheit erleben

## Maßnahmen:

### Bewusstseinsbildung

- Gespräche
- Gemeindezeitung (Beispiele, Interviews, Fotos...)
- Öffentlichkeitsarbeit

### Oma und Opa - Zeit

- zu Hause
- in den Kindergärten

- in den Schulen
- bei Veranstaltungen

### Omas und Opas Erfahrungsschatzkiste

- Großeltern erzählen, schreiben, lesen aus ihrem Leben
- Weitergabe von handwerklichen und künstlerischen Fertigkeiten und Fähigkeiten (kochen, backen, garteln, tischlern, reparieren, malen, zeichnen, basteln, stricken, nähen, sticken, singen, musizieren, tanzen, bauen...)
- Gemeinsam Brauchtum erleben (Ostern, Weihnachten, Familienfeiern...)
- Kennenlernen von Ritualen und Familienbräuchen

### Weiterbildung für Großeltern

- Babysitterkurs
- Kindernotfallkurs
- Säuglingswiederbelebungskurs
- Kostenlose Teilnahme an den Eltern-Kind-Bildungsveranstaltungen der Gemeinde

### Mit Oma und Opa in Bewegung bleiben

- Sport (wandern, schwimmen, Ballspiele, Rad fahren, ...)
- Ausflüge unternehmen
- Gemeinsam einkaufen
- Spielplätze besuchen
- Gemeinsam „arbeiten“ – etwas schaffen oder reparieren
- Gemeinsam spielen

Für Großeltern, die keine Enkelkinder haben oder deren Enkelkinder zu weit weg sind:

- Leihoma/Leihopa (Patenoma/Patenopa)
- Großeltern im Ehrenamt

Geborgenheit – du empfängst den anderen mit offenen Armen in deine Seele ...  
(Elmar Kupke)

Geborgenheit ist ... das gefühlte Ja in unserem Lebensnetz.  
(Irina Rauthmann)



Quellenangaben:

Vortrag von Prof. Dr. Gerald Hüther, Stadtgemeinde Feldbach, Mittwoch, 22. März 2017, [www.feldbach.gv.at](http://www.feldbach.gv.at)

François Höpflinger, Cornelia Hummel, Valérie Hugentobler, „Enkelkinder und ihre Grosseltern – intergenerationelle Beziehungen im Wandel, Seismo Verlag, CH, 2006

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION



Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums:  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete

