

Anerkennung zwischen Arbeit und Alter

Eine Studie von Herbert Sehring

Frankfurt am Main, Februar 2018

Vorwort

In dem Forschungsseminar »Zwischen Arbeit und Alter. Wie Männer ihren Übergang gestalten« an der Universität des 3. Lebensalters an der Goethe-Universität in Frankfurt am Main (U3L) beschäftigte uns im SS 2016 und im WS 2016/2017 die Frage, wie Männer den Übergang vom Arbeitsleben in die Rente erleben. Im Seminar berichteten die Teilnehmer gegenseitig von ihren Empfindungen und Erlebnissen. Und in den später durchgeführten Interviews wollten wir von Männern, die wir über einen Aufruf über den Verteiler der U3L gefunden hatten, wissen, wie es ihnen jetzt im Ruhestand geht, mit was sie sich beschäftigen und wie sie auf ihr früheres Arbeitsleben blicken. Dieser hier vorgelegten Studie liegen elf knapp einstündige Interviews zugrunde, davon werden sechs eingehender ausgewertet.

In den Interviews sind wir auf ganz unterschiedliches nachberufliches Erleben gestoßen, einmal abgesehen davon, dass alle Männer Studierende an der U3L sind. Bereits im Vorfeld der Interviews deutete sich auch im Rahmen von Gesprächen zwischen Seminarteilnehmern die Vielfalt nachberuflicher Empfindungen, Alltagsgestaltungen und Sichtweisen auf das zurückliegende Erwerbsleben an. Bei den Diskussionen im Seminar über mögliche Forschungsfragen, mit denen wir unsere eigenen Erlebnisse, aber auch die Interviews auswerten könnten, war die große Bandbreite nachberuflichen Er(L)ebens eine gewisse Schwierigkeit.

Der Übergang vom Beruf in die Rente ist insbesondere für Männer mit ihren oft ununterbrochenen, langjährigen und erfolgreichen Berufsbiographien ein schwieriger Prozess. Sie verlassen eine von ihnen häufig als befriedigend erlebte und stabil empfundene Arbeitssphäre und müssen sich in einer für sie völlig neuen Umgebung zurechtfinden. Sie waren integriert und wenn es ihnen nicht gelingt, auf eine für sie befriedigende Weise im nachberuflichen Leben anzukommen, dann droht ihnen, »aus der Welt« zu fallen. Ausnahmslos alle Männer, die am Seminar teilgenommen haben und die wir außerhalb des Seminars interviewen durften, erleben den Übergang als eine Herausforderung: Vielleicht zum ersten Mal müssen sie, weitgehend auf sich alleine gestellt, eine Perspektive für sich selbst und einen befriedigenden Alltag schaffen. Hatte ihnen bisher ihre alte Arbeitstätigkeit weitgehend die Frage beantwortet, was ihre Rolle und ihre Aufgabe im Leben ist, müssen sie sich einen Lebenssinn nun selber suchen.

Die Mühe, die den allermeisten Männern das macht, ist noch an den selbstdisziplinierenden Bemühungen um eine neue Alltagsstruktur erkennbar: Bloß nicht in ein Loch fallen, bloß nicht untätig sein. So werden die Stunden und Tage häufig verplant, mitunter sogar mit Hilfe regelrechter Stundenpläne (in einem Fall eines Interviewten von 6 – 22 Uhr). Von Sport, über Treffen mit Familienmitgliedern, Freunden und Bekannten, von ehrenamtlichen Tätigkeiten bis hin zum Studium an der U3L u.v.a.m. existiert eine breite Palette von Aktivitäten. Sicher, die neu gewonnene Selbstbestimmung über die Zeit und die Entpflichtung vom Beruf werden auch genossen. Aber dahinter lauert oft genug die Angst vor dem Versacken in Untätigkeit. Aber liegt bereits im gut gefüllten Terminkalender und im »getakteten« Alltag – dieser Begriff wurde mehrfach in den Interviews benutzt – der Grund dafür, ob der Übergang gelingen wird? Was lässt einen Übergang überhaupt gelingen? Diesen Fragen soll in der vorliegenden Studie nachgegangen werden.

Ich möchte mich für die vielen anregenden Diskussionen mit den Seminarteilnehmern und vor allem für die Begleitung unseres Seminars durch Herrn Dr. Prömper bedanken. Ohne sie alle wäre diese Studie undenkbar. Und wie die Seminarteilnehmer haben mich auch die interviewten Männer an ihrem Leben und ihren Empfindungen teilhaben lassen. Dafür bin ich sehr dankbar.

Herbert Sehring

Übergang und Anerkennung

Zunächst einmal stellt sich jeder Übergang als ein ganz individueller Weg dar, der von Persönlichkeitsmerkmalen, beruflichen Erfahrungen, dem persönlichen Umfeld u.v.a.m. geprägt zu sein scheint. Wie könnte diese Vielfalt überhaupt zusammengefasst oder »ausgewertet« werden? Die hier vorgelegte Studie geht davon aus, dass es im je verschiedenen Erleben des Übergangs auch Gemeinsames geben könnte. Lassen sich – das wäre dann die übergeordnete Frage – bei näherem Hinsehen hinter der beeindruckenden Fülle mehr oder weniger gelungener Übergänge gemeinsame Themen und Muster erkennen?

Bei der Frage, welches Gemeinsame im Übergang von der Arbeit in den Ruhestand erlebt werden könnte, mag es hilfreich sein, einen Blick auf die Philosophie zu werfen. Und weil bei unserem Projekt zunächst ja die zu Ende gegangene Erwerbsarbeit im Spiel ist, liegt es nahe, sich einer Sozialphilosophie zuzuwenden, die sich Prozessen in der Arbeitswelt widmet. Wenn – so ließe sich vielleicht sagen – der Übergang nach dem Ende des Erwerbslebens mit Problemen behaftet ist, dann lohnt sich auch ein Blick auf das, was unsere Persönlichkeit gerade im Erwerbsleben geprägt haben könnte und das nun nach dessen Ende verschwunden ist.

Ich greife daher auf die Anerkennungstheorie Axel Honneths zurück und beziehe mich ganz überwiegend auf sein Buch »Kampf um Anerkennung« (im folgenden: KuA) ¹ Honneth hat darin in einer beeindruckenden Weise die Anerkennungstheorie Hegels rekonstruieren und mit Hilfe zeitgenössischer Wissenschaften auf eine solide empirische Grundlage stellen können.

Die Bedeutung von wechselseitiger Anerkennung für das elementare Verhältnis von Individuum und Gesellschaft hatte sich Hegel an drei Bereichen klargemacht: an der Liebe, am Recht und in der sozialen Sphäre an der Arbeit. Ich werde mich ausschließlich mit dieser Sphäre der Arbeit beschäftigen und hierbei vor allem mit dem Zusammenhang von Anerkennung und Persönlichkeitsentwicklung. Alle anderen Aspekte dieser faszinierenden Theorie bleiben außen vor.

¹ Axel Honneth, Kampf um Anerkennung, Frankfurt am Main, 2014

Eine wichtige Erkenntnis Hegels zusammenfassend schreibt Honneth: *»Nur in dem Maße ist ein Individuum zu einer vollständigen Identifikation mit sich selbst in der Lage, in dem es in seinen Eigenarten und Eigenschaften auch durch seine sozialen Interaktionspartner Zuspruch und Unterstützung findet«* (KuA, 41).

Was bedeutet das? Ich bin zwar als Handelnder gewissermaßen die Voraussetzung für mein Tun, aber ich kann mir den Wert meines Handelns nicht selber zuschreiben. *»... ein Bewußtsein seiner selbst kann ein Subjekt nur in dem Maße erwerben, wie es sein eigenes Handeln aus der symbolisch repräsentierten Perspektive einer zweiten Person wahrnehmen lernt. (...) ... ohne die Erfahrung eines auf ihn reagierenden Interaktionspartners wäre ein Individuum nicht dazu in der Lage, auf sich selber mit Hilfe selbstwahrnehmbarer Äußerungen in der Weise einzuwirken, daß es dabei seine Reaktionen als die Hervorbringungen der eigenen Person zu verstehen lernt«* (KuA, 120, 121) Der Wert, den andere meiner Arbeit zuerkennen, ist Basis und Voraussetzung für die Wertschätzung, die ich selber dieser Arbeit zumessen kann – und damit die Grundlage meines Selbstwertes. Weil mein Selbstwert also nicht einfach von mir selber erzeugt werden kann, ist meine Individualität und meine Identität – deren Bestandteil mein Selbstwert ist – von der positiven Rückmeldung meiner Interaktionspartner (und das ist Anerkennung) abhängig. Diese tiefe innere Verschränkung von Anerkennung durch andere einerseits mit der Identifikation von Menschen mit sich selbst ist ein zentrales Element von Honneths Rekonstruktion der Hegelschen Anerkennungsphilosophie.

Warum und in welchem Maße aber, so wäre zu fragen, ist eigentlich der Selbstwert ein wichtiger Bestandteil von menschlicher Identität? Warum ist es mir wichtig, mich als wertvoll, und als wertvoll in Bezug auf was eigentlich, erleben zu können? Die Beantwortung dieser Fragen kann zunächst einmal nur auf dem Hintergrund der jeweiligen Gesellschaft erfolgen, in der wir leben. Ausnahmslos alle Gesellschaften besitzen Normen über das, was in ihnen als wertvoll zu gelten hat. Was kennzeichnet dabei nun unsere Gesellschaft?

In der modernen Gesellschaft hatte sich das Bürgertum gegen den Adel und die standesspezifischen Verhaltenszwänge feudaler Anerkennungsordnungen durchgesetzt. Was ein Bauer oder Handwerker zu leisten vermochte

und welchen Wert ihre Arbeit in der feudalen Gesellschaftsordnung hatte, war von vornherein festgelegt. Mit der Durchsetzung der bürgerlichen Anerkennungsordnung ist eine Individualisierung der Leistung verbunden. Nicht mehr Herkunft, Stand usw. sondern ausschließlich die individuelle Leistung soll darüber Auskunft geben, wer wie viel zur Verwirklichung gemeinsamer gesellschaftlicher Zielsetzungen beiträgt. *»Mit der Individualisierung der Leistung geht zwangsläufig auch einher, daß die gesellschaftlichen Wertvorstellungen sich für unterschiedliche Weisen der persönlichen Selbstverwirklichung öffnen.«* (KuA, 203)

Die tiefe Bedeutung des Selbstwertes als eines unverzichtbaren Persönlichkeitsmerkmals hängt in der modernen Gesellschaft also mit dem Wert zusammen, der meiner Tätigkeit zugemessen wird. In der Sphäre der Arbeit wird somit individuelles Persönlichkeitsmerkmal anerkannt, also etwas, das mich von anderen unterscheidet. Es ist gerade mein Geschick, mein Talent und es sind meine besonderen Fähigkeiten, die ich in meine Arbeit einbringen kann und die darin von anderen als wertvoll anerkannt werden können.

Was genau wertvolle Tätigkeit ist, welcher Wert welcher Tätigkeit zukommt, ist in modernen Gesellschaften starken Veränderungen unterworfen. Aber dass die Tätigkeiten auf einer durchaus umkämpften Skala solche Werte besitzen, ist für die Anerkennungsphilosophie Honneths unstrittig.

Der Selbstwert von Menschen ist darüber hinaus entscheidend für ihre Selbstschätzung, *»oder auch die Erfahrung der Selbstwirksamkeit oder Kompetenz, wie man unter Nutzung von psychologischer Terminologie ebenso sagen könnte.«* (Sichler, Seite 20) ²

Aus den Ausführungen sollte deutlich geworden sein, welche Bedeutung die Anerkennungsphilosophie für unser Forschungsseminar über den Übergang vom Beruf zum Ruhestand haben könnte. *»Weil das normative Selbstbild eines jeden Menschen, (.....) auf die Möglichkeit der steten Rückver-*

2 Ralph Sichler, Anerkennung im Kontext von Arbeit und Beruf, Journal für Psychologie, Jg. 18 (2010), Ausgabe 2
Sichler bietet einen ausgezeichneten Überblick über die philosophische Diskussion zu Erwerbsarbeit und Anerkennung.
<https://www.journal-fuer-psychologie.de/index.php/jfp/article/view/71>

sicherung im Anderen angewiesen ist, geht mit der Erfahrung von Mißachtung die Gefahr einer Verletzung einher, die die Identität der ganzen Person zum Einsturz bringen kann.« (KuA, 212) Nicht nur die Missachtung erwartbarer Anerkennung, sondern – so meine These – auch der mit dem Ende der Erwerbsarbeit drohende Wegfall von Anerkennung birgt die Gefahr eines tiefen Verlustes von Selbstwert und damit einer Krise der Identifikation mit sich selbst.

Im Rahmen von Interviews haben wir Männer über ihre berufliche Tätigkeit befragt und darüber, was sie jetzt, nach der Erwerbsarbeit, tun und wie es ihnen dabei geht. Vor dem Hintergrund der Anerkennungsphilosophie stellt sich nun die Frage, ob sich gelungene und als befriedigend empfundene nachberufliche Lebensweisen auch als eine Wiederherstellung verloren gegangener Anerkennungsprozesse verstehen lassen. Ist es also – so wäre dann die Frage – einem zufriedenen Menschen im Übergang gelungen, unter Einsatz eines wichtigen individuellen Persönlichkeitsmerkmals oder Interesses solchen Arten von Tätigkeiten nachzugehen, die im weitesten Sinne als gesellschaftlich wertvoll und bedeutsam gelten und aus denen – denn darauf käme es an – durch positive Rückmeldung von Interaktionspartnern eine neue Art von Anerkennung entstanden ist?

Fragestellung und Forschungsinteresse

Dieser hier vorliegenden Studie liegt, wie bereits oben angedeutet, die anerkennungstheoretisch begründete Annahme zugrunde, dass die verschiedensten nachberuflichen Aktivitäten im Hinblick für die Suche nach Identität stiftenden Motiven nicht alle gleich bedeutend sind. Daher müssten sich unter dem Gesichtspunkt wechselseitiger zwischenmenschlicher Anerkennungsverhältnisse ganz bestimmte Tätigkeiten feststellen lassen müssten, die ein höheres Maß an Sinngebung und Stabilisierung der Persönlichkeit ermöglichen als andere.

Um Missverständnissen vorzubeugen: Damit ist nun umgekehrt keine Entwertung solcher Aktivitäten beabsichtigt, die sich nicht ein Anerkennungsschema einfügen lassen. Das verbietet sich schon deshalb, weil es ja gerade zur Besonderheit nachberuflicher Lebensgestaltung gehört, zunächst einmal herauszufinden, was den neuen Alltag zu tragen vermag: Ob

z.B. alte Kompetenzen und Interessen weiterverfolgt werden oder ob sich erst durch das Erschließen neuer Interessensgebiete und Aktivitäten ein gelungener und befriedigender Alltag einstellt. Alle müssen ausprobieren und auch das haben die Interviews gezeigt: Alles mögliche kann bedeutend sein und niemand weiß im vorhinein, was das sein wird.

Eine Schwierigkeit mit der Anerkennung

Anerkennung lässt sich nicht messen und wie viel Anerkennung ein Mensch braucht, ist nicht »objektiv« feststellbar. Dass ausnahmslos alle Menschen anerkennungsbedürftig sind, ist zwar philosophisch (G.W.F. Hegel, G. H. Mead, John Dewey, Axel Honneth und andere) und sozialpsychologisch (Donald W. Winnicott, Jessica Benjamin, Michael Tomasello und andere)³ gut begründet. Es bedeutet nun aber nicht, dass sich ohne weiteres z.B. in einem Interview nach Anerkennungsbedürfnissen fragen ließe. Es hatte sich auch in Diskussionen im Seminar immer wieder gezeigt, dass der Begriff Anerkennung einen missverständlichen Unterton haben kann: Ob jemand etwa ein so schwaches Selbstbewusstsein habe, dass er auf Anerkennung durch andere angewiesen sei? Ein selbstbewusster Mensch (Mann?) dagegen könne gut ohne Anerkennung durch andere leben und sei nicht auf den »Applaus« anderer angewiesen. Die Vorstellung, in seiner Identität auf die positiven Rückmeldungen anderer Menschen angewiesen zu sein, kann offenbar bedrohlich wirken.

Hinzu kommt: Es ist zwar keinem Menschen egal, ob mit wertschätzenden, ablehnenden oder völlig ausbleibenden Rückmeldungen auf sein Handeln reagiert wird, gleichzeitig bleibt aber häufig das Bedürfnis nach Anerkennung eigentümlich unbewusst. Aus diesen Gründen konnte in den Interviews nicht nach Anerkennungsverhältnissen oder -bedürfnissen gefragt werden. Die Frage, ob und wenn ja, welche Anerkennungsprozesse im nachberuflichen Leben eine wichtige Rolle spielen könnten, lässt sich also nur auf eine indirekte Weise ermitteln. Für die Auswertung der Interviews bedeutete das:

– Anerkennung konstituiert sich in Beziehungen zu anderen Menschen. Betrachtet werden daher insbesondere diejenigen nachberuflichen Tätig-

3 siehe Literatur im Anhang

keiten und Aktivitäten, aus denen durch positive Rückmeldung von Interaktionspartnern eine neue Art von Anerkennung entstanden ist.

– Neben dem sachlichen Gehalt war auch Mimik und Tonfall der Schilderungen zu erfassen: Es ist ein Unterschied, ob jemand erfreut, aber in sachlichem Tonfall von einem »interessanten« Seminar in der U3L berichtet, oder ob ein Teilnehmer tief berührt davon erzählt, welche Komplimente ihm seine Enkelin nach einer gemeinsamen und gelungenen Aktivität gemacht hat.

Wir haben den Männern im Hinblick auf die Auswertung der Interviews Anonymität zugesichert. Die Namen wurden deshalb verändert und die Aussagen in den Interviews behutsam abgewandelt, ohne dabei die Substanz zu verändern.

Die Interviews

Herr Seifert

Herr Seifert ist seit 2015 Rentner. Er studiert an der U3L und hat seine Interessensgebiete dort ständig erweitert. Er freut sich darüber, diesen Interessen nun im Ruhestand *»in aller Gemütsruhe«* nachgehen zu können.

Aus seiner Berufstätigkeit kommen Kenntnisse über Fotografie und grafische Computeranwendungen. Als er einmal in einem Seminar gebeten wurde, über die technische Seite von Bildern zu referieren, hat er gerne zugesagt: *»Darüber habe ich ein bisschen Ahnung und das bisschen kann ich auch rüberbringen.«*

Seine fotografischen Kenntnisse gibt er auch an einen Freund weiter: *»Ich zeige ihm, was er besser machen kann.«* *»Ich gebe gerne anderen Leuten mein Wissen weiter. Das macht Spaß. Das mache ich auch mit meiner Enkelin. Einer ihrer Aussprüche war: ‚Die Mama wollte, dass ich das jetzt mit ihr mache (es geht um einen schulischen Lernstoff), aber ich habe ihr gesagt, ich warte bis du kommst, du weißt das wenigstens.‘«*

»Dann sollte sie (die Enkelin) ein Plakat entwerfen für die Schule. Dann habe ich ihr gesagt: komm, wir setzen uns mal hin; du machst dein Plakat selbst. Dann ist sie an den Computer gegangen und ich habe ihr gezeigt, wie sie das machen soll. Wie sie das zustande kriegt, was sie gerne möchte. Und da hat sie gesagt: weißt du, Opa, in der halben Stunde habe ich mehr über den Computer gelernt als im ganzen Jahr beim Lehrer. Es macht mir wirklich viel Freude, ihr solche Dinge beizubringen.«

Herr Seifert ist viel beschäftigt und wenn es etwas langsamer zugehen soll dann geht er mit seiner Enkelin angeln. Aber auch dann beobachtet er am gegenüberliegenden Ufer, was sich da so alles bewegt. *»Weil ich bin halt ein neugieriger Mensch.«*

Herr Seifert hat *»nie nichts vermisst«* im Ruhestand, außer *»das Gespräch mit Kollegen«*.

In allem drückt Herr Seifert seine tiefe Zufriedenheit mit seinem nachberuflichem Leben aus. Er strahlt regelrecht bei den Schilderungen der gemeinsamen Aktivitäten mit seiner Enkelin. Es sind seine eigenen, schon lange bestehenden Interessen und Fähigkeiten, die seinen Alltag ausfüllen. Aber das, was er selber liebt und die Art und Weise wie er es macht, ist eben auch für andere wertvoll. Und dass ihm das nahezu überall anerkennend zurückgemeldet wird (Enkelin, U3L, Fotofreund), macht seine Freude über sein Leben nachvollziehbar. Herr Seifert scheint sich über den Zusammenhang zwischen seinen Aktivitäten und der Anerkennung dafür völlig im klaren zu sein wenn er sagt: *»Ich gebe gerne anderen Leuten mein Wissen weiter. Das macht Spaß.«*

Von besonderer Bedeutung sind sicherlich die gemeinsamen Aktivitäten von Opa und Enkelin. Die dabei wirksamen Anerkennungsprozesse gehen weit über die Sphäre der sozialen Welt hinaus. Er strahlt, wenn er davon erzählt. Denn es ist ein wechselseitig liebevolles Verhältnis, in das Herr Seifert eben nicht nur seine Fähigkeiten einbringen kann. Und die liebende Zuwendung zu seiner Enkelin wird in ebenso liebevoller Weise erwidert.

Vor diesem Hintergrund wird klar, warum Herr Seifert *»nie nichts vermisst«* hat im Ruhestand.

Herr Neumann

Zunehmende Kompetenzstreitigkeiten und Veränderungen in der Geschäftspolitik führten vor dem Ende seines Arbeitslebens zu Konflikten im Betrieb. Er verlor nicht nur die Freude an seiner Arbeit, sondern erkrankte auch. Zum Schluss gab es für ihn nur noch Frustrationen, Ärger und Schikanen.

Der berufliche Stress wirkte sich auch auf die Familie aus. Die Kinder und die Ehe-

frau waren oft die Leidtragenden; er habe die Kinder *»sehr oft angeschnauzt«*. Mit seiner Ehefrau und auch mit Freunden konnte er über seine berufliche Situation sprechen. Seine Frau unterstützte ihn immer wieder darin, die damalige Situation durchzustehen und vor allem an seine Gesundheit zu denken.

Seit 2016 ist Herr Neumann Rentner. Nach dem Ausscheiden aus dem Beruf ist er ruhiger geworden, hat keine Schlafstörungen mehr und es geht ihm jetzt blendend. Mit Blick auf seinen Ruhestand hat er seine Aktivitäten so geplant, dass er stets beschäftigt ist. Es ist für ihn *»Zeitvergeudung, wenn keine Aktivitäten da«* sind.

Einen wesentlichen Teil seiner Zeit nehmen seine sportlichen Aktivitäten und sein Engagement im Verein ein. Dabei handelt es sich um eine eher ungewöhnliche Sportart, die mit erheblichen Risiken, einem absolut notwendigen Sicherheitsaufwand und einer hohen Verantwortung der Betreuer insbesondere gegenüber Kindern und Jugendlichen verbunden ist. Das Erlernen und auch das spätere selbständige Ausüben dieser Sportart ist zwingend damit verbunden, Verantwortung füreinander zu übernehmen.

Bis vor drei Jahren war Herr Neumann selbst als Jugendwart aktiv. Es war sein besonderes Anliegen, sich um die Jugendlichen zu kümmern (*»sie von der Straße zu kriegen«*). Verantwortung für Jugendliche zu übernehmen ist aus seiner Sicht eine wichtige Aufgabe von Sportvereinen. Auch für Kinder und Jugendliche, die nicht das Geld für die relativ teure Sportausrüstung aufbringen können, bietet der Verein Alternativen. Herrn Neumann kümmert sich immer noch um die Leitung und Aufsicht bei der Ausübung des Sports; er besitzt entsprechende Ausbildungseignungen und ist berechtigt, Prüfungen für bestimmte Qualifikationen abzunehmen. Das Vereinsleben insgesamt *»stellt einen festen Punkt«* im Rahmen seiner Aktivitäten dar.

Einen weiteren Schwerpunkt seiner aktuellen Beschäftigung ist die Betreuung von privaten Bauprojekten. Es macht ihm Spaß, die Bauaufsicht zu übernehmen und ständig bei Baumaßnahmen dabei zu sein. Er kann dabei seinen großen technischen Erfahrungsschatz einbringen. Zudem entwickelten sich aus diesen Aufgaben viele neue Kontakte. Seine familiären Bauprojekte haben ihm auch geholfen, den Übergang in die passive Altersteilzeitphase bzw. in die Rente zu meistern. Er ist sehr interessiert an Technik allgemein, besonders an Bautechnik und freut sich darüber, wenn er Neues mitbekommt (*»ich möchte was lernen«*).

Herr Neumann ist an der U3L eingeschrieben und hat Veranstaltungen aus den Themenkreisen Technik, Gesundheit und Sport belegt. Außerdem kann er sich

vorstellen, in bestimmten, für ihn völlig neuen Bereichen, an technischen Lösungen bestimmter Probleme mitzuarbeiten.

Der von ihm als erfüllt und gelungen erlebte nachberufliche Alltag ist geprägt von seinen Aktivitäten und Interessen. In seinen Tätigkeitsfeldern – vor allem im Sportverein und in der Aufsicht der Baumaßnahmen – kann er seine Kompetenzen einbringen. Von besonderer Bedeutung ist dabei der Sport: Die Sorge um die ihm anvertrauten Kinder und Jugendlichen des Vereins versteht er auch in einem erweiterten, gesellschaftlichen Sinn. Herr Neumann ist über seinen Sport – das wird im Interview deutlich – persönlich engagiert bei etwas sehr Wichtigem. Das, was er macht, hat Bedeutung und diese Bedeutung geht weit über ihn selbst hinaus. Die persönliche Nähe zu den Jugendlichen und zu deren Eltern, die ihm ihre Kinder bei diesem schönen, aber auch riskanten Sport anvertrauen, wird für ihn ganz gewiss mit rückgemeldeter Anerkennung und Wertschätzung verbunden sein.

Er macht all das nicht wegen der Anerkennung und Wertschätzung. Er macht es weil er seinen Sport liebt und weil er es als wichtig erachtet, insbesondere für die Jugendlichen da zu sein. Aber die Wirkung seiner Aktivitäten und der damit verbundenen Anerkennungsprozesse auf seine Zufriedenheit, Selbstsicherheit und Persönlichkeit sind unübersehbar.

Es ist daher nicht verwunderlich, dass sich Herr Neumann als ein wacher, vielfältig interessierter und Neuem gegenüber aufgeschlossener Mensch erweist. Die Wirkung seines befriedigenden Lebens auf sein Selbstbewusstsein wird deutlich, wenn er z.B. von seinem Interesse für die Mitarbeit an bestimmten Techniklösungen spricht: Er traut sich auch noch vollkommen Neues zu.

Herr Quirin

Herr Quirin ist seit Mitte 2017 Rentner. Sein Arbeitsende war Anfang 2015 (im Alter von gut sechzig Jahren), danach folgt eine zweieinhalbjährige Vorruhestandsphase. Er arbeitete in einer leitenden Position in einer sehr spezialisierten Abteilung. *»Es war spannend und ich bin viel in der Welt rumgekommen und hab viel gesehen.«* Er geht in Rente *»mit einem lachenden und einem weinenden Auge«*

und freut sich, auf das was jetzt kommt und »dass der Druck weg ist«. Aber der Beruf »hat mir eigentlich schon immer Spaß gemacht.«

Auf die Berufstätigkeit zurückblickend verspürt er »auch ein bisschen Wehmut«: »Man hatte eine feste Aufgabe und man hatte auch immer das Gefühl: jetzt habe ich was erreicht.« Zum jeweils abgeschlossenen Projekt »hatte (ich) doch deutlich etwas dazu beigetragen, dass da was zum Erfolg gekommen ist. Das ist natürlich weg. Wenn ich jetzt ein Projekt mache, dann gestalte ich z.B. einen Teil des Gartens um. Oder ich habe angefangen, Saxophon zu lernen. Das ist für mich auch ein Projekt, da habe ich auch Erfolge. Aber das ist natürlich ein ganz anderes Niveau. Das ist so dieser Wehmut-Teil. Also man merkt schon: So wichtig bist du nicht mehr.«

»Ich kann ganz gut damit umgehen und hab nicht das Gefühl, dass ich mich damit grämen muss, dass ich das jetzt nicht mehr mache und zehre durchaus von dem, was ich in dem Beruf gemacht habe. Aber wenn ich dann die Kollegen treffe, die noch arbeiten, dann kommt eben so ein bisschen Wehmut im Sinne von: ja, du bist nicht mehr dabei, du bist nicht mehr wichtig, du bist nicht mehr so gefragt.«

Sein Tag soll eine Grundstruktur haben: Er steht zeitig auf, bereitet – wie früher auch – das Frühstück für sich und seine Frau zu, übt Saxophon (einmal in der Woche nimmt er Unterricht), macht mehr Sport, ggfs. Reparaturen im Haus, manchmal Museumsbesuche. An zwei Tagen in der Woche besucht er Veranstaltungen an der U3L. Er bereitet das Abendessen für sich und seine noch berufstätige Frau zu. Mit dem Erlernen des Instruments und den U3L-Veranstaltungen wollte er bewusst etwas Neues machen, etwas, das nichts mit seinem Beruf zu tun hat. Es gibt einen Freundeskreis, mit denen verschiedene gemeinsame Treffen und Aktivitäten stattfinden: Wandern, Theater- und Kinobesuche.

Er hat im Ruhestand eine Lehrtätigkeit übernommen und die ist für ihn eine »Kompensation« in seinem nachberuflichen Alltag: »Hier kannst du auch von deinem im Beruf angesammelten Wissen und der Erfahrung was weitergeben. Ich kann Geschichten erzählen um Sachen zu illustrieren: wie haben wir das damals gemacht, warum ist das schiefgegangen. Ja, ich glaube in gewisser Weise war das schon der Wunsch, noch eine gewisse Bedeutung oder Wichtigkeit zu haben. Das Gefühl zu haben: das ist jetzt nicht nur sich selbst weiterbilden, sondern: du gibst auch noch was weiter und man kriegt ja auch was zurück davon.... Anerkennung. Es gibt sogar Studenten, die bedanken sich am Ende des Semesters bei dem Dozenten für den Kurs. Wenige, aber es gibt sie. Und die, die regelmäßig teilnehmen, akzeptiere ich auch schon als solche, die das gut fanden. Das ist richtig, das sucht man schon. Da, wo man Zeit reinsteckt, auch bei dieser anderen ehrenamtlichen Tätigkeit, wo man sagt: ich helfe da jetzt mit, ich kümmere mich da drum, ich ar-

beite da mal was aus – das hat natürlich nicht nur damit zu tun, dass man Zeit hat und vielleicht einen das Thema interessiert, sondern das hinterher jemand sagt: eh, das fand ich aber jetzt gut.«

Er hat »seit ein paar Monaten auch eine Betreuung von Flüchtlingen bei uns im Ort übernommen.« Auch diese Tätigkeit bezeichnet er als eine »Kompensation«: »Ja, durchaus. Diese Arbeit mit den Flüchtlingen, da ist das mit am stärksten. Da merkt man wirklich: die können jetzt noch kein Deutsch, kriegen aber dauernd von Behörden irgendwelche Schreiben und da steht was drin, was sie nicht verstehen. Und wenn man dann mit Ausländeramt, Jobcenter, Landratsamt, Kommune usw. auch Sachen klären konnte, dann ist das schon was. Da hat man was erreicht, da hat man letztlich denen was Gutes getan. Das ist sicherlich eine Kompensation.«

Die Flüchtlingsbetreuung ist verbunden mit der Teilnahme an einem Arbeitskreis, in dem sich die Betreuer austauschen. *»Dreiviertel von den Leuten, mit denen man da zusammensitzt, würde ich auch als Freunde bezeichnen.«* Mit Blick auf sein Älterwerden ermahnt er sich selber: *»Kümmere dich rechtzeitig um Kontakte im Ort, das habe ich mir schon auch gesagt. Die Freunde in Kanada oder in Japan, die nützen mir später nix. Die Freunde im Ort, die wir immer hatten, ja die waren nicht so im Vordergrund, die waren halt auch einfach da. Nur da sein ist das eine, aber das sind auch Freunde wenn man mal ein Problem hat, kann man auch jederzeit zum Telefonhörer greifen und die ansprechen. Das ist schon was anderes.... Da ist es schon wichtig, sich stärker zu vernetzen, als es früher der Fall war.«*

Herr Quirin hat sich nachberuflich »breit aufgestellt«. Wie bei vielen anderen Übergängern folgt der mit Aktivitäten verplante Alltag auch bei ihm einer doppelten Logik: Einerseits soll eine Struktur und Taktung entstehen. Gleichzeitig wird ausprobiert, welche Aktivitäten und Interessen Freude am Leben vermitteln können.

Herrn Quirin geht es richtig gut im Übergang. Aber die Verluste, die kompensiert werden müssen und die Mühe, die das macht, stehen ihm klar vor Augen: Der gelingende Übergang ist kein Selbstläufer.

Unter seinen vielfältigen Tätigkeiten ragen zwei hervor, die für ihn selber eine »Kompensation« darstellen: So nennt er die Notwendigkeit, dem Verlust, der mit dem Ende der Berufsarbeit verbunden ist, etwas entgegengesetzt zu müssen. Diese »Kompensation« ergibt sich für ihn sowohl in der Lehrtätigkeit als auch der Flüchtlingsbetreuung. Das,

was er »*Wehmut-Teil*« nennt, also das Empfinden von Bedeutungsverlust gegenüber der Berufsarbeit (*»so wichtig bist du nicht mehr«*), scheint er bei genau diesen beiden Aktivitäten nicht zu empfinden.

Ähnlich wie bei Herrn Neumann mit seinem von ihm als gesellschaftlich bedeutsam empfundenen Engagement im Sport, orientieren sich seine Tätigkeitsfelder im weitesten Sinne auch an deren gesellschaftlicher Bedeutung. Jungen Menschen Wissen zu vermitteln und Flüchtlingen bei der Integration in den Lebensalltag beizustehen sind gesellschaftlich anerkannte Aufgaben. Wer das macht, ist wichtig. Gleichzeitig bringen ihm sowohl die Lehrtätigkeit wie die Flüchtlingsbetreuung auch persönliche Anerkennungen seiner Interaktionspartner ein. »*Kompensation*« ohne »*Wehmut*« stellt sich für Herrn Quirin also genau dort ein, wo sich kollektive und individuelle Anerkennungsprozesse für ihn ergeben.

Interessant ist, dass er seine Lehrtätigkeit als befristet ansieht. Irgendwann wird er das nicht mehr machen. Aber umgekehrt weist er der Flüchtlingsbetreuung und den daraus entstandenen Beziehungen und Freundschaften in seiner Gemeinde eine langfristig um so größere Bedeutung zu. Er weiß, dass er mit Blick auf sein Alter eher von Menschen aus seiner unmittelbaren Umgebung gut begleitet werden könnte, zu denen er persönliche Beziehungen aufgebaut hat.

Vielleicht deutet sich in seinem Handeln und in seinen Erwartungen etwas an, was weit über ihn persönlich hinausgeht: das Älterwerden als Übergang von Sphären sozialer Anerkennung (aufgrund von Leistungen, Kompetenzen usw.) zu solchen der emotionalen Anerkennung, in deren Mittelpunkt die Person selbst steht, unabhängig von ihren »Leistungen«. Jedenfalls müssten nicht nur für Herrn Quirin solche Aktivitäten attraktiv sein, die als soziales Engagement beginnen und ein Hinübergleiten in persönliche Beziehungen einschließen.

Festzuhalten bleibt, dass in den geschilderten Tätigkeitsfeldern von Herrn Quirin, Herrn Neumann und Herrn Seifert die anerkennenden Reaktionen zwischen den Interaktionspartnern konstitutiv eingebaut sind. Denn im Zentrum dieser Tätigkeiten begegnen sich Menschen.

Herr Thiel

Herr Thiel ist seit Ende 2012 Rentner, nach einer geplanten Vorruhestandsregelung. Er war zuletzt Leiter einer Abteilung und Vorgesetzter von 45 Mitarbeitern. Er hat *»immer gern gearbeitet«*, musste aber selbst an den Wochenenden mit unvorhersehbaren Arbeitseinsätzen rechnen.

Herr Thiel hatte nicht nur die leistungsorientierte Seite in seinem Arbeitsbereich im Blick, sondern war auch interessiert am *»sozialen Umfeld der Mitarbeiter.«* Das war nicht *»immer gerne gesehen. Weil die Leute sind ja eingestellt worden, um zu arbeiten und nicht damit man sich um ihre sozialen Belange kümmert.«* Herr Thiel ist dagegen der Ansicht: *»wenn sich der Mitarbeiter wohl fühlt und auch eine Ansprache hat, dann steigert das im Grunde genommen auch die Leistung, weil er eine gewisse Anerkennung bekommt.«*

Manchmal vermisst er *»die tägliche Ansprache mit den Mitarbeitern«* und den allgemeinen Austausch mit ihnen. *»Es wäre schöner, wenn mehrere Personen da wären, mit denen man sich tagsüber unterhalten kann... Da war man jeden Tag ständig mit Personen zusammen, die einen auch persönlich interessiert haben.«* Im Ruhestand stellt er fest: *»Ich habe eine ganz neue These für mich gefunden: Ich bin Herr meiner Zeit. Das ist eine wesentliche Neuerung gegenüber dem Arbeitsleben. Im Arbeitsleben war man eigentlich der Getriebene vom Unternehmen.«*

Es geht ihm gut: *»Ich habe stabile familiäre Verhältnisse... Kinder, Enkelkinder – es ist alles wohl geraten.«* Es gibt auch *»keine monetären Probleme.«* Seine Frau ist auch im Ruhestand und sie haben mehr gemeinsame Zeit und verreisen viel. Er hat *»ein stabiles soziales Umfeld, also Freunde und Bekannte, für die man selber da ist und die manchmal auch für einen selber da sind.«* Diese Freunde und Bekannten *»gibt es schon seit 40 Jahren. Aber man intensiviert jetzt in das Ganze, weil die alle im selben Alter, also auch Rentner sind.«* *»Es gibt einen Tag im Monat, wo wir uns treffen, ein kulturelles Ereignis vornehmen oder ein sportliches und den ganzen Tag verbringen. Das ist ein Personenkreis, der auch zu dem engen Freundeskreis gehört. Das ist schon mal interessant, weil da jeder seine Wünsche loswerden kann.«*

Sein Tagesablauf ist geprägt von zahlreichen Aktivitäten. Ein *»Schwerpunkt«* im Alltag sind die 3 bis 4 Seminare an der U3L. Ihn interessieren dabei eher *»neue Themen, da habe ich früher keine Muße für gehabt.«* *»Der nächste Schwerpunkt ist, dass ich immer wieder mal Enkeleinsatz habe. Es kann schon mal bei den Kindern vorkommen, dass der eine oder andere krank ist – das ist dann für mich die Priorität, da einzuspringen.«*

Außerdem besucht er gerne Museen und Ausstellungen, meist zusammen mit seiner Frau. Er ist auch politisch in einer Bürgerinitiative engagiert, seit dem Rentenbeginn aktiv, davor war er eher eine »Karteileiche.« Aber »jetzt habe ich gesagt, ich versuche mal was zurückzugeben. Da kommt man auch noch mal mit einem Horizont von Personen zusammen und das ist noch mal ein ganz anderer Austausch, der da stattfindet.«

Im Alter von 50 Jahren (also noch während der Arbeit) hat Herr Thiel angefangen, künstlerisch ambitioniert zu fotografieren. Seine Fotos präsentiert er auf seiner Homepage und er hat auch schon öffentlich ausgestellt: »Man konnte dort Flächen anmieten und seine Bilder ausstellen. Die haben auch mehrmals im Jahr eine kleine Veranstaltung gehabt, so dass man sich selber präsentieren konnte, Erklärungen zu seinen Bildern abgeben, welche Technik man benutzt.«

Auf die Frage, ob ihm die Wertschätzung anderer für seine Arbeiten wichtig ist, antwortet er: »Also ich finde die Wertschätzung, die finde ich wunderbar. Was mir natürlich persönlich hilft, ist ne konstruktive Kritik. Mir hilft nicht, wenn einer sagt: ‚Mensch, bist en toller Kerl, was du da alles machst, das ist ja klasse.‘ Da sag ich mir: Hallo, das hilft mir nicht weiter. Wenn aber einer gesagt: ‚75% von dem, was du fotografiert hast, gefällt mir nicht‘ dann ist das zumindest mal ne klare Aussage. Denn immerhin: 25% gefällt ihm. Das andere ist Schönmalerei, das brauche ich nicht. Entweder sagt jemand, dass ihm das gefällt – und wenn es nur ein Bild von Hundert ist, das ist ja egal, – dann sage ich mir: Hallo, der hat sich intensiv damit beschäftigt. Und das ist für mich ne Wertschätzung und die gefällt mir.«

»Dass sich einer die Zeit dafür nimmt, seine Zeit dafür opfert – wenn man so will – um sich meine Bilder anzugucken, das find ich schon toll. Man bekommt ja, und jetzt komme ich noch mal zum Arbeitsleben zurück, man bekommt ja nur die Wertschätzung in der Familie mit der gegenseitigen Anerkennung – und das ja auch ne tolle Wertschätzung –, aber ansonsten gar nichts. Und da ist eben jetzt so, dass wenn einer sagt: Mensch, das ist ja toll, was du da in deiner Freizeit machst und das gefällt mir sogar, das ist dann schon ein Aspekt, den man früher im Arbeitsleben vielleicht zwei oder dreimal im Jahr von irgendeinem Vorgesetzten bekommen hat: Das ist aber toll, was Sie oder Ihre Gruppe da geleistet hat. So, und heute lebt man, ist mit sich selber zufrieden, aber wenn dann so ein Stückchen Anerkennung kommt, dann fühlt man sich gebauchpinselt. Ich glaub, das braucht man auch.

Das muss kein fantastisches Werk sein, das man vollbracht hat. Nehmen wir mal den kleinen Gärtner an, der ein schönes Blumenbeet angelegt hat und es kommt jemand und sagt dem, wie schön das ist, wie viel Zeit der geopfert hat ... das ist Anerkennung, das ist toll. Ich muss nicht immer ein Bauwerk in die Welt stellen,

wo jeder hochschaut und sagt: Mensch, toll, was der da geleistet hat. Nein, die kleinen Dinge sind es. Ich sag immer, wenn man asiatische Kunst sieht und den Zen-Gärtner, der alles so toll gestaltet, dann hat man Ehrfurcht und Achtung vor dem. Aber vor dem kleinen Gärtner, der sein Blumenbeetchen anlegt, das ist die selbe Art der intensiven Beschäftigung mit der Natur. Und da sagt man dann: ist ja nur ein Kleingärtner. Da sollte man jeden Menschen, der irgendwas geleistet hat, oder für sich selber was geleistet hat, da sollte man schon ne Anerkennung zukommen lassen. Also nicht so pauschal drüber hinweggucken und sagen, na ja, das macht ja jeder.«

Herrn Thiel geht es gut, keine Frage. Alle seine Ausführungen sind geprägt von einer positiven Grundhaltung. Er wirkt zufrieden, häufig lächelt er. Zum Zeitpunkt des Interviews war er schon gut fünf Jahre Rentner und diese Distanz zum Arbeitsleben ist spürbar. Es wird noch erinnert, sowohl in seinen belastenden und defizitären, aber auch in seinen schönen Seiten. Aber es ist aus und vorbei und alles Gute kommt aus dem gelebten nachberuflichen Alltag.

Auch er hat sich »breit aufgestellt« und bei vielen seiner Aktivitäten kommt er auch außerhalb seiner Familie mit Menschen zusammen. Er scheint sich in der Nähe Anderer wohlfühlen, ist an ihnen, ihren Ansichten und ihrem Leben interessiert (früher im Beruf, jetzt z.B. in der Bürgerinitiative, als Reaktionen auf seine Fotos). Dieser Umgang mit Anderen ist ihm so vertraut, dass ihm die Wirkung und Bedeutung von Wertschätzung und Anerkennung klar vor Augen steht. In seinen Äußerungen am Schluss zum Kleingärtner, vielleicht auch seinem bürgerschaftlichen Engagement wird die gesellschaftliche Bedeutung deutlich, die er der Wertschätzung und Anerkennung bemisst.

Interessant ist, wie differenziert er selber die anerkennenden Rückmeldungen auf seine Bilder ausdrückt: Er ist nicht an kritiklosem Applaus (»Schönmalerei«) interessiert. Nur solche anerkennenden Reaktionen auf seine Kunst sind ihm wichtig, die sich für ihn nachvollziehbar mit seinen Bildern auch wirklich beschäftigt haben. Vielleicht ist die Unterscheidung von Anerkennung und unkritischem Applaus für einen Künstler wie ihn besonders wichtig. Und die Wirkung wirklicher Anerkennung auf ihn selber ist ihm klar: »Ich glaub, das braucht man auch.«

Herr Teichmann

Herr Teichmann ist Ende 2016 mit Erreichen der Regelaltersgrenze aus dem Beruf ausgeschieden. Etwa ein Jahr vor seinem Berufsende hat er sich nebenberuflich als Leiter eines bis 2018 befristeten Kurses (also weit in seinen Ruhestand hinein) einer neuen Aufgabe gewidmet: *»Da hab ich gedacht: toll, erstens ist das interessant und zweitens ist das genau so etwas, was ich mir vorstellen könnte zu machen – überlappend. Und ein bisschen Leute kennenzulernen, Leute, die meine Söhne sein könnten. Das habe ich mir dann ganz bewusst für diese Überlappungszeit ausgesucht.... Denen kann ich noch ein bisschen was von meinen Erfahrungen weitergeben. Das macht mir große Freude.«*

Sein Modell des Übergangs hat er sich selber entwickelt. *»Es war eigentlich an Neujahr, so wie ich das immer mache, einen Jahresplan zu erstellen, sowohl beruflich wie privat. So habe ich das auch gemacht, natürlich jetzt auch mit ganz neuen Inhalten, nein nicht neuen Inhalten aber neuen Schwerpunkten, vor allem die zeitlichen Dimensionen. Meine Frau meint, ich hätte es vielleicht ein bisschen von der Struktur, penibel wie ich bin, etwas übertrieben. Aber das weiß ich, Abstriche kann man immer noch machen, aber mit Jahreszielen und einem richtig getakteten Stundenplan, wann ich was mache. Ich justiere den auch nach, natürlich, ein bis zwei Sachen waren Blödsinn. Aber im Prinzip hat sich das gut bewahrheitet. Das halte ich auch so ein.«*

Er spricht mit Blick auf seine Tagesplanung davon, dass es für ihn schon *»die Unsicherheit«*, die *»Black Box Ruhestand«* gab. *»Ich habe mein berufliches Werkzeug der Selbstorganisation – also was ist Ruhestand anderes als Berufsleben –, man kann in beidem vor sich hingammeln oder man kann was machen.«*

»Mein Stundenplan geht von 6 bis 22 Uhr.« Es gibt darin auch *»eine stille Stunde.«* Herr Teichmann lässt sich auch auf Abweichungen von seinem Stundenplan ein, z.B. wenn er überraschend seinen kranken Enkel betreuen soll: *»Es ist ja auch mein Anspruch, mich nützlich zu machen.«* *»Was ich gehnt habe und man so hört, ist, dass man im Ruhestand leicht vergammeln kann nach dem Motto: bis 9 Uhr schlafen und dann mal die Zeitung lesen.«*

Mit Blick auf sein nachberufliches Leben verneint er ausdrücklich Verlust-Erfahrungen, betont stattdessen, dass es einfach *»etwas anderes«* sei, was er jetzt mache und hebt z.B. hervor, dass es *»etwas unglaubliches«* sei, sich jetzt einmal in der Woche mit seiner Tochter oder einem Freund zum Mittagessen treffen zu können. Er vermisst höchstens ein wenig seine KollegInnen und die gemeinsame Mittagsrunde, kann das aber durch neue Erfahrungen *»kompensieren«*.

»Das ist eigentlich die schönste Erfahrung für mich in den letzten 8 Monaten: Jeden Tag verfügbar zu sein, aktiv sein zu können, Sachen machen zu können, 5 oder 6 Sachen, die ich sonst nur am Feierabend oder am Samstagmorgen gemacht hätte. Theater, Freunde, Familie,irgendwas, Musik, Sport.« »Ich führe mein Leben, mit dem ich zufrieden war und bin, so wie sich das entwickelt hat, einfach weiter. Nur jetzt eben die nichtberuflichen Aspekte um 10 Stunden verstärkt und das ist ja verflucht viel.«

Außerdem arbeitet er mit in einem Arbeitskreis *»um da so ein bisschen drinzu-bleiben (seinem alten beruflichen Tätigkeitsfeld) und aktuelle interessante Sachen mitzubekommen, Protokoll zu schreiben, kleine Artikel zu verfassen und so etwas.«* Auf die Frage, wie wichtig ihm die Rückmeldung anderer auf seine Aktivitäten usw. ist: *»Im Konzert sind alle Rückmeldungen wichtig für mich, ja.«... »Ich habe dann einen Artikel geschrieben (für den Arbeitskreis) und es heißt dann: ,das ist aber toll geworden die zwei Seiten! Ja das macht mir Freude. Also Arbeit wird anerkannt.«* Seine beruflichen Kompetenzen kann er zusätzlich in ein städtisches Gremium einbringen. Damit hatte er schon länger geliebäugelt, jetzt hat er die Zeit dazu.

»Und ich bin angesprochen worden – das geht aber auch nur, wenn man tagsüber Zeit hat – ein- bis zweimal im Monat im Bilderbuchkino Kindergartenkindern Märchen vorzulesen. Ja, das ist eine sehr nette, harmlose Sache. Da kommen Kindergartengruppen, die kleineren und die größeren und die bekommen eine Viertelstunde Märchen erzählt.« »Die Märchenvorleser, das sind 13 Frauen und ich, das ist ein ganz nettes Team, die treffen sich auch einmal im halben Jahr zum Kaffeeklatsch, um irgendwas zu besprechen. Das ist eine völlig andere Berufssituation (er meint die völlig andere Berufssituation dieser Frauen), eine völlig andere Erfahrung und das ist auch interessant, was die so machen und erzählen.« ... »Ich hab mich dann mal spaßeshalbes im Frühjahr gefragt: jetzt hast du.... (es folgt rückblickend ein bedeutendes Ereignis aus seiner Berufstätigkeit) und jetzt liest du den Kindern Bilderbuch vor. Gibt es irgendwas mit »wichtiger« oder »erfüllender« oder so? Bisher hast du das so gemacht und jetzt sind halt die Kindergartenkinder da und hängen an deinen Lippen. Und wenn die sich dann so lieb bedanken und ‚Auf Wiedersehen‘ sagen, dann ist das doch gut für diesen Vormittag.«

Wer eine »Black Box« vor sich sieht und davon gehört hat, dass andere im Ruhestand »vergammeln«, der macht sich Sorgen. Eine Strategie dagegen ist der volle Terminkalender (bei Herrn Teichmann von 6 – 22 Uhr), der »getaktete« Alltag. Der so gedachte Halt im neuen Leben

soll also aus der Übertragung von Techniken der Selbstorganisation im beruflichen Alltag kommen. Das ist jahrzehntelang eingeübt und es liegt nahe, so weiter zu verfahren. Wenn Herr Teichmann anmerkt »*also was ist Ruhestand anderes als Berufsleben*«, dann drückt das nicht etwa Einfallslosigkeit aus. Wahr ist vielmehr: Wer Neuland betritt, muss erst mal gut ankommen. Mittsechziger reisen nicht mit leichtem Gepäck.

Eine weitere Strategie, um sich gegen das bedrohlich Unbekannte des nachberuflichen Lebens zu wappnen, ist der Versuch, der »Kompetenzverschrottung« (so der Begriff eines Seminarteilnehmers) zu entgehen. Das Wissen um die Bedeutung beruflicher Kompetenz ist tief in den die Persönlichkeit tragenden Schichten des Selbst eingelassen. Die Kompetenzen, das Geschick und die Fähigkeiten aus der jahrzehntelangen Berufswelt sollen nicht verlorengehen, denn sie waren die Quelle von Anerkennung und sozialem Prestige.

Wie bei Herrn Quirin mit seiner Lehrtätigkeit und ähnlich wie bei Herrn Seifert bei seiner Enkelin: Wer von seiner beruflichen Kompetenz im nachberuflichen Alltag zehren kann, ist gut dran. Alle anderen müssen sich irgendwie ganz neu erfinden.

Herr Teichmann ist stolz darauf, sich die »*überlappende*« Kursleitertätigkeit, den Arbeitskreis und das Engagement für die Stadt organisiert zu haben. Die anerkennenden »*Rückmeldungen*«, die ihm diese Tätigkeiten einbringen sind ihm »*im Konzert*« alle wichtig.

Aber spannend ist bei Herrn Teichmann eben auch, wie neben dem Festhalten an der beruflichen Kompetenz etwas ganz Neues einsickert. Kindern Märchen vorzulesen ist nun wirklich Neuland und es fühlt sich für ihn gut an. Nicht nur die Reaktionen der Kinder, auch das liebe Dankeschön und »*Auf Wiedersehen*« seiner neuen Umgebung empfindet er als »*wichtiger und erfüllender*«, wenn er es mit einem bedeutenden beruflichen Ereignis vergleicht.

So etwas erlebt nur derjenige, der sich auf den riskanten Versuch einlässt, sich an Neuem unter unbekanntem Menschen auszuprobieren. Die Anerkennungsgewinne aus derartigen Tätigkeiten halten ganz gewiss länger als einen »*Vormittag*« und wahrscheinlich motivieren sie auch dazu, noch mehr Neuland zu betreten.

Herr Christian

Herr Christian ist seit Ende Januar 2016, im Alter von 64 Jahren, Rentner. Er war Dozent an einer Hochschule und seine Arbeit hat ihm *»eigentlich Spaß gemacht.«* *»2014 im Sommer habe ich gespürt, dass ich aufhören will. Also irgendwie diese Mühle wiederdann dachte ich: jetzt reicht mir.«* *»Auf einer Fahrradtour hatte ich das Gefühl: das würde ich jetzt gerne länger machen und nicht jetzt wieder in diese Mühle rein.«* *»Als ich die Entscheidung getroffen habe (aufzuhören) da habe ich gemerkt: das reicht mir irgendwie nicht.«*

Er hat ein Angebot abgelehnt, über das Renteneintrittsalter hinaus weiterarbeiten zu können. Er kennt solche in der Rente noch arbeitenden Kollegen und findet *»deren Rolle komisch.«* *»Ich würde auch nichts machen wollen, was in diese Regelmäßigkeit wieder fällt. Das ist mir zu verpflichtend.«*

Er redet auch mit anderen Rentnern über das *»Spannungsfeld«* in der nachberuflichen Situation. *»Die haben ja teilweise dasselbe Empfinden und haben sich andere Sachen zum Teil auch gesucht, um diesen Beschäftigungsanteil, der stärker mit Sinn verbunden ist als der andere Anteil (Muße, Ruhe, »nur« für sich selber was machen), den durch andere Sachen zu ersetzen.«* Auch bei den alten Kollegen geht es darum, *»eine Lücke auszufüllen. Eine Lücke, von der man nicht ahnt, dass sie das wahrscheinlich sein wird. Weil man denkt: alles ist jetzt gefüllt von dieser Ruhe und der sich herstellenden Balance und der Zufriedenheit und vor allem der Selbstbestimmung.«* Jetzt muss er *»die eigene Verpflichtung selbst bestimmen. Damit hätte ich nicht gerechnet.«* Viele Kollegen im Ruhestand machen aus seiner Sicht *»was Produktives«*, sie engagieren sich z.B. ehrenamtlich.

Im nachberuflichen Alltag unternimmt er viel: Er erlernt eine Fremdsprache, ist sportlich aktiv, besucht täglich seine Mutter und trifft sich regelmäßig mit seinen Kindern. Außerdem kann er Interessen nachgehen, die er lange Zeit nicht so intensiv verfolgen konnte. *»Ich kann das, was ich immer schon wollte: endlich mal richtig lesen und mich darauf richtig vorbereiten.«*

Die U3L *»hat mich dazu angeregt, endlich mal Autoren zu lesen, die ich immer so liegengelassen hatte.«* *»Aber was mir fehlt, auch bei der U3L, – ich dachte das wäre so mehr als diese Anregung – irgendwas Produktives zu machen, so was Sie jetzt zum Beispiel hier machen.«* (Er meint unser Seminar zum Übergang.)Er überlegt, aus seinen Themengebieten *»was zu schreiben, zu materialisieren. Also das schwankt immer so zwischen Genuss und einfach: ich bleib jetzt sitzen und lese die Zeitung weiter oder ich kann jetzt einfach machen, was ich will.«*

Er erlebt widersprüchliche Empfindungen in seinem nachberuflichen Leben. Wenn

er z.B. jetzt ins Kino geht, dann denkt er: *»Ich sitz da drin und denke: das könnte ich für ein Seminar verwenden. Aber das muss ich jetzt nicht mehr. Was mache ich denn jetzt damit, das ist jetzt mein Privateigentum. Das fand ich, das war schwierig. Also dass alles was ich weiß und alles was ich mir angeeignet habe und die Gedanken, die ich habe alles Privateigentum sind. Und das ist für einen Dozenten komisch.«*

Auf die Frage, ob er rückblickend etwas vermisst, antwortet er: *»Ja, die Rückmeldung von Studenten wahrscheinlich schon.«* Er spielt mit dem Gedanken, eine in den 80er Jahren vor dem Berufseintritt nicht verwirklichte Promotion jetzt anzugehen. *»Aber ich weiß nicht, ob ich mich dieser Selbstverpflichtung irgendwie aussetzen möchte, weil das meine Balance ... Also dann hätte ich zwar diese Beschäftigung, die ich kontinuierlicher bräuchte.... Also dieses ständige Entscheiden: was mache ich jetzt ... obwohl ich die Freiheit hab: Das ist das Problem und zugleich das tolle daran.«*

Als er noch arbeitete konnte er sich *»zur blauen Stunde«* zu Hause auf die Terrasse setzen und einen Espresso trinken und sonst nichts machen. *»Wenn ich das jetzt mache, dann habe ich ein schlechtes Gewissen und denke, ich verträdele die Zeit.«* Es kann ihn nicht befriedigen, dass diese *»verträdelte«* Zeit von ihm als *»das Pendant zur Lebensarbeitszeit, oder zu dem, was ich im Leben geleistet habe«* gesehen werden könnte. *»Das kann ich nicht ganz akzeptieren.«* *»Also irgendwie bin ich dabei die Balance herzustellen: die Ruhe ohne schlechtes Gewissen zu akzeptieren.«* *»Ich habe das Gefühl Arbeit und Beschäftigung das gehört zum Leben.«*

»Ich glaube, dass Sinn immer mit einem Bezugspunkt außerhalb von einem was zu tun hat. So würde ich Sinn definieren dass man Referenzpunkte außerhalb des eigenen Lebens sucht. Also irgendwie hat das nen Sinn für Irgendwen.« *»Ich glaube schon, dass die Identifikation mit dem Beruf was damit zu tun hat, wie es einem danach geht.«* Er denkt über weitere Themen und Personenkreise nach, zu denen er einen praktischen Bezug entwickeln könnte, in denen er *»Umgang mit jemanden«* oder *»Beratertätigkeiten«* haben könnte. *»Das erfüllt mich schon.«* Er hat auf Anfrage seiner alten Kollegen auch schon mal – jetzt als Rentner – eine Fortbildungsveranstaltung mit vorbereitet und ist auch weiter dafür ansprechbar *»Das macht mir Spaß und das mache ich auch gerne. Meine Frau sagt dann: Kannst du nicht endlich mal aufhören damit.«*

In immer neuen Wendungen drückt sich im Interview mit Herrn Christian ein innerer Kampf zwischen einerseits der Befreiung von

der Erwerbsarbeit und dem damit einhergehenden Genuss der neu gewonnenen Freiheit aus und andererseits dem Unbehagen über das Fehlen von sinnhaftem Tun. Einerseits gibt es die Freude an der Entpflichtung vom beruflichen Alltag, andererseits das Wissen um die positive Wirkung von »*Arbeit und Beschäftigung*«.

Aber was genau war an der durchaus anstrengenden Berufstätigkeit so interessant, dass es jetzt vermisst wird? Er nennt »*die Rückmeldung von den Studenten*. Er glaubt, dass »*Sinn immer mit einem Bezugspunkt außerhalb von einem was zu tun hat. ... dass man Referenzpunkte außerhalb des eigenen Lebens sucht.*« Wenn er jetzt ins Kino geht, dann nennt er das sein »*Privateigentum*«, weil sich die Bedeutung einer dort gemachten Erfahrung nicht mehr wie früher für ein Seminar verwenden lässt.

Sicher, er nutzt die neu gewonnene Freiheit der beruflichen Entpflichtung für eine Vielzahl von interessanten Aktivitäten, auf die er im Berufsleben verzichten musste. Er könnte zufrieden sein – aber irgendwas fehlt. Das Leben kann fade werden, wenn sich sein Sinn ausschließlich aus innerem Erleben, abgeschieden von der Bedeutung für Andere und deren Rückmeldungen auf das eigene Handeln ergeben soll. Wer beruflich anerkannt war und eine »*Identifikation mit dem Beruf*« hatte, spürt die »*Lücke, von der man nicht ahnt, dass sie das wahrscheinlich sein wird.*« Herr Christian weiß darum, weil diese Art von Wissen ganz tief in den Schichten des eigenen Selbst verankert ist. Aber er weiß es erst jetzt, wo die Wirkung von Anerkennung ausbleibt.

Das Seminar an der U3L war für ihn nur eine »*Anregung*«. Ihm fehlte dabei, »*irgendwas Produktives zu machen*« und dabei hat er unser Forschungsseminar zum Übergang nach dem Beruf im Blick. Bei den ihn interessierenden Themen stellt er sich »*Umgang mit jemanden*« oder »*Beratertätigkeiten*« vor. Das sind aber genau solche Tätigkeitsbereiche, die jemand, der gerne arbeitete und seinen Beruf auch vermutlich gut ausübte, als Quellen von Anerkennung kennt.

Fazit

Es lässt sich anhand der sechs bisher dargelegten Äußerungen der Interviewten belegen, dass gerade diejenigen Tätigkeiten eine besonders große Zufriedenheit hervorrufen, die durch positive Rückmeldungen Anderer auf die Handlungen der interviewten Männer geprägt sind – das ist Anerkennung. Im letztgenannten Beispiel von Herrn Christian haben sich solche Anerkennungsverhältnisse nicht eingestellt, aber ihm ist durchaus bewusst, dass ihm solche Verhältnisse fehlen. Ohne Anspruch darauf, als alleinige Quelle von Zufriedenheit und Wohlbefinden im Übergang nach dem Beruf gelten zu können, lässt sich aber von den bisher dargestellten Fällen doch sagen: Neu gewonnene nachberufliche Anerkennungen gehen einher mit hoher Lebenszufriedenheit und nicht selten auch von regelrechtem Glücksempfinden.

Die Bedeutung der U3L im Übergang

Im Unterschied zu den sechs bisher dargestellten Interviews, fehlen in den fünf weiteren Hinweise auf solche persönlichkeitsstabilisierenden Anerkennungen in den nachberuflichen Betätigungsfeldern. Den meisten geht es nach eigenem Bekunden gut, nur einem von diesen fünf Männern geht es nach eigener Auskunft ausgesprochen schlecht.

Da wir die Interviewpartner mit Hilfe eines Aufrufs über den Mail-Verteiler der U3L gewonnen hatten, ist klar, dass alle Männer an der U3L studieren. Nun ist bei den sechs Männern, deren Interviews oben dargestellt und ausgewertet wurden, der Besuch von Veranstaltungen der U3L nur eine von mehreren Aktivitäten. Bei den fünf anderen Männern fällt dagegen die große Bedeutung auf, die das Studium an der U3L in ihrem nachberuflichen Alltag hat. Bei den meisten von ihnen ist es die alles überragende, manchmal sogar die einzige Aktivität. Abschließend möchte ich versuchen, eine Bedeutung dafür zu ergründen, gleichzeitig aber auch auf den vorläufigen und provisorischen Charakter dieser Überlegungen hinweisen.

Die U3L und der Erwerb von Kompetenzen

Die Bedeutung von Kompetenzen, ihrem drohenden Verlust mit dem Ende der Erwerbsarbeit und den Versuchen, etwas davon in den Übergang zu retten, konnte bereits an den Äußerungen von Herrn Quirin und Herrn Teichmann verdeutlicht werden. Kompetenz gehört zum tief verinnerlichten Erfahrungsschatz langjährig Berufstätiger, die wissen, in welchem Maße ihr akkumuliertes (berufliches) Wissen die Basis ihres erfolgreichen Handelns war. Es scheint mir daher naheliegend, die Bedeutung des Studiums an der U3L unter dem Gesichtspunkt der Wiedergewinnung von Kompetenzen zu betrachten.

Eine wichtige Anregung war dabei eine Studie von Baetge und Harnisch. Mit ausdrücklichem Bezug auf Honneths Arbeiten zur Anerkennung sowie Erkenntnissen aus der Identitätsforschung zeigt die Studie, wie ältere Menschen durch ihre Teilnahme an einem Medienarbeitskreis auf unterschiedliche Weise Anerkennung generieren können. Sie interessieren sich aus unterschiedlichen Gründen für das Erlernen und den Gebrauch moderner Medien. Die Studie kann nun zeigen, dass das Erwerben von Kompetenzen im Bereich moderner Medien immer auch an Anerkennungserwartungen geknüpft ist, weil die TeilnehmerInnen ihr neu Gelerntes in ihrem jeweiligen sozialen Umfeld kommunizieren und darauf positive Rückmeldungen erhalten. *»Kompetenz kann allgemein als Quelle für Anerkennung betrachtet werden: »Der Wunsch[,] sich selbst als kompetent zu erleben[,] ist also eng gekoppelt an den Wunsch nach sozialer Anerkennung« (Wagner 2009, S. 118).*« (Baetge, Harnisch, Seite 105) ³

Einen Hinweis auf solche Wirksamkeiten hat uns Herr Uhlig im Interview gegeben. Er besucht Veranstaltungen an der U3L und das ist für ihn nicht nur thematisch interessant. Er erzählt davon, wie in er schon mal in der Innenstadt von einer Frau mit den Worten angesprochen wurde: *»Kenne ich Sie nicht aus der U3L?«* Herr Uhlig kommentierte das so: *»Irgendwo hat man auch (wegen der U3L) ein anderes Standing. Viele, die so was nicht*

3 Anerkennung und Alter, Die Rolle von Biografie und Medien, von Caroline Baetge und Tobia Harnisch, erschienen in: MEDIENWELTEN – ZEITSCHRIFT FÜR MEDIENPÄDAGOGIK 2/2013
<https://oa.slub-dresden.de/ejournals/zfm/article/view/2013-2-baetge-harnisch>

mit sich bringen, dass sie auch in der Öffentlichkeit wahrgenommen werden, denen unterstellt man auch, dass sie nicht viel zu sagen haben.» Er habe viele Kenntnisse und ein Wissen »das ich weitergeben kann und dass es sich eigentlich lohnt, sich mit mir zu unterhalten.«

Umgekehrt deutet eine Bemerkung von Herrn Christian an (siehe oben), wie enttäuschend seine Erfahrung im Seminar an der U3L waren. Es war für ihn nur eine »Anregung«. Ihm fehlte dabei, »irgendwas Produktives zu machen« und dabei hatte er unser Forschungsseminar zum Übergang nach dem Beruf im Blick. Und erst das »Produktive« eröffnet solche Handlungsfelder, die ihm beim »Umgang mit jemandem« vorschweben.

Herr Ludwig besucht an drei Tagen in der Woche Seminare an der U3L. Auf die Frage, ob es ihm dabei wichtig sei, seine Woche zeitlich zu strukturieren, antwortete er: *„Ja, das ist immer noch im Hinterkopf von den ersten paar Wochen als ich nicht mehr ins Büro ging: Du brauchst ne Struktur für die Woche. Donnerstag und Freitag habe ich frei. Was kommt, das kommt und wenn nichts kommt dann ist das auch okay.“* Und welche Bedeutung hat das Studium an der U3L für ihn darüber hinaus: *»Ich glaube ich bin noch auf der Ebene der angenehmen Unterhaltung.«*

Im Gegensatz dazu ist das Studium an der U3L für Herrn Gruber weit mehr als »angenehme Unterhaltung«. Auch ihm ging es am Beginn seiner Rente mit vier Veranstaltungen pro Woche darum, »erstmal ein Raster« zu haben. Aber dann hat er sein »eigenes Thema« gefunden: Neben anderen historischen Themen ist es vor allem die Geschichte der antiken griechischen Stadtstaaten. *»Ich habe mich dann da mal eingelesen und festgestellt: wenn man da nur an der Oberfläche kratzt, das reicht nicht, da muss man viel viel tiefer gehen.«* Weil seine Themenschwerpunkte an der U3L nur unzureichend vertreten sind, hatte er sich zum Zeitpunkt des Interviews gerade für ein Zweitstudium in Geschichtswissenschaft beworben. Diese Interessen nehmen *»den größten Teil meiner Zeit in Anspruch. Von dem Planungsablauf meiner Zeit steht das Lesen von Literatur zu diesen Themen an erster Stelle. Ich bin mit der Situation, mich jetzt den Büchern widmen zu können, doch sehr zufrieden.«* *»Das ist halt mein Interesse und da muss sich auch kein anderer für interessieren, dem ich das vermitteln kann.«*

Bei allen von uns interviewten Männern waren beruflichen Kompetenzen immer auch mit ihrer Handlungsfähigkeit und damit auch mit der Er-

fahrung von Selbstwirksamkeit und Anerkennung verbunden. Und nur die Handlungsfähigkeit in solchen Tätigkeiten, die andere Menschen mit einbeziehen, ermöglicht überhaupt erst ein Anerkennungsverhältnis im eigentlichen Sinn.

Der Wunsch nach Kompetenz ist zwar – wie in der Studie von Baetge und Harnisch überzeugend dargelegt – »eng gekoppelt« an den Wunsch nach Anerkennung. Ob und wie sich z.B. solche Kompetenzen, die über ein Studium an der U3L erworben werden, in anerkennungsfähige Handlungsfelder überführen lassen, bleibt den individuellen Lebensvollzügen überlassen.

Aber ist es – wie im Fall von Herrn Gruber – vorstellbar, dass der Erwerb von Kompetenzen überhaupt nicht mit der Erwartung verbunden sein soll, wie Andere darauf reagieren? Es wäre spannend, der von Baetge und Harnisch herausgearbeiteten Verkoppelung von Kompetenzwunsch mit Anerkennungserwartungen in einer eigenen Forschungsarbeit unter Studierenden an der U3L nachzugehen.

Literatur

Jessica Benjamin, *Die Fesseln der Liebe. Psychoanalyse, Feminismus und das Problem der Macht* Basel, Frankfurt/Main 1990

John Dewey, *Die menschliche Natur. Ihr Wesen und ihr Verhalten* Zürich 2004

G.W.F. Hegel, *System der Sittlichkeit, Jenaer Realphilosophie*, in: G.W.F. Hegel, *Frühe politische Systeme* Frankfurt/Main, Berlin, Wien 1974
ders. *Grundlinien der Philosophie des Rechts*, in: Bd. 7 G.W.F. Hegel Werke in zwanzig Bänden, Frankfurt/Main 1970

Axel Honneth, *Kampf um Anerkennung. Zur moralischen Grammatik sozialer Konflikte* Frankfurt/Main 1992

ders. *Das Ich im Wir, Studien zur Anerkennungstheorie* Frankfurt/Main 2010

ders. *Leiden an Unbestimmtheit* Stuttgart 2017

ders. *Verdinglichung. Eine anerkennungstheoretische Studie* Frankfurt/Main 2005

Hans Joas, *Praktische Intersubjektivität. Die Entwicklung des Werkes von G.H. Mead* Frankfurt/Main 2005

G.H. Mead, *Geist, Identität und Gesellschaft* Frankfurt/Main 1973

Michael Tomasello, *Eine Naturgeschichte der menschlichen Moral* Frankfurt/Main 2016

Klaus Vieweg, *Das Denken der Freiheit. Hegels Grundlinien der Philosophie des Rechts* München 2005

Donald W. Winnicott, *Reifungsprozess und fördernde Umwelt* Frankfurt/Main 1984