



*Verunsichert – Erschöpft - Vereinsamt  
Welche Zeichen der Hoffnung können wir dagegen setzen?*

## **Hintergrundinfos zu den Arbeitsgruppen**

### *Arbeitsgruppe 1:*

#### **Sinnvolle Arbeit für alle- jenseits von Burnout und Ausgrenzung**

Die Arbeitswelt in Deutschland hat sich in den letzten Jahren grundlegend gewandelt. Rationalisierung, Dezentralisierung, Flexibilisierung, lean management, Qualitätsmanagement, Zertifizierung – dies ist die Begrifflichkeit, mit der in den letzten 20 Jahren viele Unternehmen umstrukturiert wurden. Mit dem Mehr an Engagement, Flexibilität, Eigeninitiative und Projektorientierung ist aber auch der Erfolgsdruck, der Arbeitstag wurde intensiver oder länger. Die Grenzen zwischen beruflichem und privatem Dasein drohen zu verschwimmen. Der wirtschaftliche Entscheidungsdruck wird in die Arbeitsgruppen und Projektteams verlagert. Arbeitsplatzangst und der Stress der dauernden Erreichbarkeit ergeben eine ungesunde Mischung. Die Folge ist eine enorme Zunahme von Stress- und Angststörungen – um mehr als 70 Prozent stieg die Zahl der seelischen Leiden am Arbeitsplatz in den letzten zehn Jahren. Herzinfarkt, Depression und Angst sind Volkskrankheiten geworden.

Was die eine, an sich privilegierte Seite als **Überforderung** erlebt, erlebt die andere Seite als Gefühl des „**Überflüssigseins**“. Menschen, die den Anforderungen eines modernen Arbeitnehmers nicht genügen, werden nicht gebraucht oder auf einen wachsenden Markt von unqualifizierten Jobs insbesondere im Dienstleistungsbereich verwiesen. Diese Menschen werden als beliebige, austauschbare Rädchen im Getriebe des Wirtschaftsbetriebes angesehen. Die Verkäuferin im Supermarkt, die alleinerziehende Mutter, der Pförtner mit dem Zeitarbeitsvertrag, der Bauer – all diese Menschen erwirtschaften trotz entbehrensreichem, härtestem Arbeitsaufwand nicht genügend Erträge. Andere müssen mit dem deprimierenden Erlebnis der Dequalifizierung von Arbeitsleistungen leben - von Arbeitsleistungen, die noch zu Beginn der Berufskarriere hohes Ansehen genossen und nun aufgrund beschleunigter Technologisierung unbrauchbar geworden sind. Die Folge ist Langzeitarbeitslosigkeit, die mit sozialer Isolation und privater Desorganisation einhergeht. Am Rande stehen die sozialen Außenseiter, Immigranten ohne rechtlich definierten Status, Sozialfälle am Gängelband der Ämter - Menschen, die sich gern krumm arbeiten würden, aber keine Stelle haben bzw. finden.

### *Arbeitsgruppe 2:*

#### **Freude mit Kindern haben – Eltern den Druck nehmen**

Noch nie hatten Eltern so viel Angst, dass ihre Kinder nicht mithalten können. Viele Eltern geraten geradezu in Panik, sie könnten für ihre Kinder lebensentscheidende Gelegenheiten verpassen und die Weichen für künftige Karrieren nicht rechtzeitig stellen. Erzieherinnen berichten, dass Eltern nervös werden, weil die Kleinen basteln und spielen, aber kein Englisch lernen. Bedenklich daran ist: Eltern geben diesen Druck an ihre Kinder weiter. Diese Angst macht Kinder krank bzw. sie macht, dass Kinder krank geredet werden. Nicht anders ist es zu erklären, dass seit Jahren der Anteil der Kinder steigt, bei denen Stimm-, Sprech- und Sprachstörungen oder psychische, sensorische oder motorische Störungen diagnostiziert werden.

Kindheit ist nicht mehr das, was sie mal war. Die Unbekümmertheit ist verloren gegangen. Kinder spielen nicht mehr auf der Straße, sondern werden handverlesen von ihren Eltern verabredet. Der Aufkleber mit der Aufschrift „Taxi Mama – kostenlose Fahrten Tag und Nacht“, den sich manche Eltern durchaus stolz ans Heck ihres Autos kleben, zeugt von dem Missverständnis, dass das Chauffeursdasein etwas mit Zuneigung zu tun haben könnte. Vielleicht auch von der Angst, ohne Programm nichts mit dem Kind anzufangen zu wissen? Die Folge ist: Kinder besitzen immer weniger Freiräume, in denen sie mit anderen Kindern ihre Welt gestalten und entdecken können. Eine ziemlich simple Sache wird dabei nicht beachtet: Kinder wollen doch nur spielen.

### Arbeitsgruppe 3:

## „Das ganz normale Chaos der Liebe“ – Unvollkommenes akzeptieren

Eine dauerhafte, lebendige Liebesbeziehung leben zu dürfen, ist für die Mehrzahl der Menschen ein zentraler Wunsch ihres Lebensentwurfes und gleichzeitig ein großes persönliches Abenteuer. Tiefgreifende gesellschaftliche Veränderungen verstärken diese Entwicklung:

*Partnerschaft als „Gefühlsgemeinschaft“:* Die romantische Vorstellung, dass die Liebe die Grundlage für Ehe und Familie sein soll, ist erst gut 100 Jahre alt. Der Wunsch nach emotionaler Verbundenheit und Zuwendung weckt hohe Erwartungen an die Qualität der Beziehung und stellt eine große Herausforderung dar. Werden die Hoffnungen und Sehnsüchte nicht erfüllt, ist die Verletzung tief und rasch wird die ganze Beziehung in Frage gestellt.

*Partnerschaft kennt viele Formen:* Die Partner haben einen bisher noch nie da gewesenen Freiraum für die Gestaltung ihrer Beziehung. Die klassische Ehe ist nur eine Möglichkeit unter vielen. Diese Pluralität stellt hohe Anforderungen an die Entscheidungsfähigkeit und Stabilität der einzelnen, da die Eigenverantwortung im Vordergrund steht und Modelle und gesellschaftliche Stützen an Bedeutung verlieren.

*Partner ohne klare Rollen:* Die bürgerliche Rollenverteilung zwischen Mann und Frau in Ehe und Familie hat ihre Allgemeingültigkeit verloren. Statt der Festlegung auf bestimmte Aufgaben und Zuständigkeiten besteht ein hoher Klärungs- und Gesprächsbedarf, wie das gemeinsame Leben gestaltet werden soll. Wirklich brisant werden diese Fragen in der Phase der Familiengründung.

*Partnerschaft zwischen Individualität und Gemeinsamkeit:* Der hohe Grad an Individualisierung wirkt sich auch auf die Gestaltung von Beziehungen aus. Die Balance zu finden zwischen je eigener Entwicklung und Gemeinsamkeit, Eigenständigkeit und Bindung ist eine ständige Herausforderung. Diese ist um so größer ist, wenn Mann und Frau in gleicher Weise ihr Recht auf persönliche Entfaltung wahrnehmen.

*Partnerschaft hat Konkurrenz:* Anforderungen und Erwartungen insbesondere aus der Arbeitswelt setzen den einzelnen und damit auch die Partnerschaft unter erheblichen Druck. Einerseits soll die Beziehung einen Ausgleich bieten gegen die Entfremdung und Überforderung im Arbeitsalltag, gleichzeitig wird ihr der Gestaltungsraum genommen durch Überstunden und die notwendige Mobilität.

*Partnerschaft ist dynamisch:* Partnerschaft zu leben ist ein lebendiger Prozess, der von der je eigenen Entwicklung der Partner, aber auch von der gemeinsamen Dynamik des Paares bestimmt wird. Krisen gehören dazu, sowohl in Form der „normalen“ Entwicklungskrisen bei Lebensübergängen als auch durch besondere Belastungen auf dem gemeinsamen Weg. Darin steckt viel Wachstumspotential, aber auch eine große Herausforderung. Dies gilt um so mehr, als sich die Dauer von Ehe und Partnerschaft um viele Jahre erhöht und die Zeit der nachfamiliären Partnerschaft so lange ist wie die Familienphase.

### Arbeitsgruppe 4:

## Pflegeangehörige stärken

Kein Anteil der Bevölkerung wächst in Deutschland so schnell wie die Gruppe der über 60-Jährigen. Sie sind im Schnitt deutlich gesünder und leistungsfähiger als vergangene Generationen, aber mit zunehmendem Alter werden viele von ihnen zu Pflegefällen. Das liegt an Krankheiten wie Alzheimer, die vor allem bei Menschen jenseits der 80 auftreten – und daran, dass die Ärzte den Verlauf vieler dieser Krankheiten zwar verlangsamen, sie aber nicht komplett heilen können. Alterskrankheiten wie Alzheimer waren selten, als die Menschen jünger starben. Nun drohen sie zum Massenphänomen zu werden.

Für die Pflegeangehörigen bedeutet dies eine große Belastung. Denn auch heute werden mehr als siebenzig Prozent aller Pflegebedürftigen zu Hause betreut. Bei alten Männern kümmert sich meist die Ehefrau, bei alten Frauen die nicht berufstätige Tochter oder Schwiegertochter um die Pflegebedürftigen. Während 16 Prozent aller Frauen zwischen 40 und 54 Jahren sich um pflegebedürftige Angehörige kümmern, tun das nur acht Prozent aller Männer gleichen Alters, und dies oft noch in geringerem Umfang. Sie kümmern sich eher ums „Pflegemanagement“, heißt es in einer Untersuchung der Universität Mainz. Pflegenden Frauen hingegen geben häufig mit Bedauern ihre Stellen auf. Wegen eines Pflegefalls geschieht das genauso oft wie wegen kleiner Kinder, so eine Studie für den Altenbericht der Bundesregierung. In kaum einem Lebensbereich wirken klassische Rollenerwartungen an Männer und Frauen so unwidersprochen fort wie bei der Pflege. Auch sind Pflege und Beruf ungefähr so schwer zu verbinden wie Kindererziehung und Beruf – und auch dieses Problem müssen in erster Linie Frauen bewältigen.

#### Arbeitsgruppe 5:

### **Starkes Ich in der digitalen Welt – zwischen wichtig und unwichtig unterscheiden lernen**

Wir leben in einer digitalen Welt. Unser Alltag spielt in einer bunten und blinkenden Welt, in der von allen Seiten Eindrücke auf uns niederprasseln: Bilder, Nachrichten, Musik, E-Mails, Werbung. Alle Generationen sind inzwischen Nutzer dieser Angebote und kaum jemand möchte darauf verzichten. Auf der anderen Seite macht sich ein Gefühl der digitalen Überforderung breit. Denn die Siegeszüge dreier digitaler Technologien haben in den vergangenen Jahren die Grenzen der digitalen Aufnahmebereitschaft ausgereizt. Da war zunächst das *iPhone* mit seinen inzwischen rund 20.000 „Apps“-Programmen, die aus dem Apple-Handy einen Supercomputer machen. Dann erhöhte die Netzwerkseite *Facebook* den Druck der sozialen Verpflichtungen im Netz ins Unermessliche. Und schließlich öffnete der Kurznachrichtendienst *Twitter* die Schleusen für eine Informationsflut, die sich nur noch mit einer Palette von Hilfsprogrammen bewältigen lässt.

Das Denken, die Gesellschaft, die Theorie, der freie Wille und letztlich das Menschenbild verändern sich unter dem digitalen Druck des immer intelligenter ausufernden Netzwerks. Der zwanghafte Zustand, ständig zwischen wichtigen und unwichtigen Informationen zu entscheiden, führt zu "Ich-Erschöpfung". Die Folge ist: Verzettlung und Konzentrationsmangel.

#### Arbeitsgruppe 6:

### **Du führst mich hinaus ins Weite – Menschen aus der Vereinsamung befreien**

Einsamkeit ist ein Grundgefühl unserer Zeit. Der Kommunikations-Overkill und der Erreichbarkeitswahn greifen zu einer Zeit um sich, da es immer schwieriger scheint, ein stabiles soziales Umfeld aufrechtzuerhalten. Für Freunde, wenn man sie denn findet, hat man zu wenig Zeit. Ehen halten immer schlechter. Beziehungen sind kompliziert wie nie zuvor. Zum Teil helfen die neuen Technologien dabei, in dieser Lage überhaupt noch mit Menschen Kontakt zu halten. Aber sie haben auch kompensatorische Funktion: Zumindest ein Teil der komplett flexibilisierten »Wissensarbeiter« klammert sich zum Trost an Handy und Blackberry – und bezieht Lebenssinn aus dem Umstand, dass wenigstens die Firma etwas von ihnen will.

Einsam sind aber vor allem auch immer mehr alte Menschen. Wenn sie keine Kinder haben, ist es schwierig jemand zu finden, der sich um einen kümmert. Und wenn sie Kinder haben, wohnen diese nicht selten an einem anderen Ort und haben wenig Zeit für einen Besuch. Die Folge ist: Bei immer mehr alten Menschen beschränkt sich die Lebenswelt auf die eigenen vier Wände. Sie haben kaum noch soziale Kontakte. Man hat keine Freude mehr am Leben und ist verbittert.

---

*Verantwortlich für die Texte*

*Martin Schneider; Claudia Gollan für den Text der AG 3: „Das ganz normale Chaos der Liebe-Unvollkommenes akzeptieren“*