

Der Gastbeitrag: Die Zeitgestaltung älterer Menschen

Nicole Burzan

02

Inhaltsverzeichnis

Seite 02

Gastbeitrag: Die Zeitgestaltung älterer Menschen

Seite 06

Übergang in den Ruhestand – Zeitstrukturen – Aktivitätsmuster

Seite 10

Außerhäusliche Aktivität im Alter

Seite 12

Hinweise, Projekte, Modelle

Seite 13

Buch des Monats:
Jürgen P. Rinderspacher
Zeit für alles – Zeit für nichts? Die Bürgergesellschaft und ihr Zeitverbrauch

Seite 14

Zeitschriftenbibliografie Gerontologie

Seite 17

Im Focus: Zeit und Alter

Seite 25

Bibliografie gerontologischer Monografien

Seite 27

Hinweise, Projekte, Modelle

1. Einleitung

Zeit, auf den ersten Blick eine feststehende Größe (wie der Blick auf die Uhr demonstrieren kann), erweist sich auf den zweiten Blick als soziales Konstrukt, von Menschen gemacht und prinzipiell veränderbar – die Einführung der Sommerzeit oder die Festlegung von Öffnungszeiten sind Beispiele dafür. Trotz der prinzipiellen Wandlungsmöglichkeit stellen die Alltags- und die Lebenszeit aber auch Vorgaben im sozialen Leben dar, die nicht beliebig veränderbar sind. Sind manche zeitliche Koordinationen wie das Treffen mit Freunden noch gleichberechtigt ausgehandelt und für alle Beteiligten nützlich, insbesondere in einer ausdifferenzierten Gesellschaft, so sind z.B. Arbeitszeiten häufig so festliegend, dass man seinen gesamten Alltag darauf abstimmen muss.

Welche Vorgaben gibt Zeit speziell älteren Menschen? Ältere in der Rentenphase scheinen als wichtiges Merkmal ihrer Lebensführung viel Alltags-Zeit zu ihrer eigenen Verfügung zu haben. Die Herausforderung – und Anforderung –, Zeit zu gestalten, ist damit für viele Ältere größer oder zumindest anders als etwa für Vollzeit-Erwerbstätige, für die ein großer Teil des Tages vorab verplant ist. Eine kritische Sicht (z.B. Sing 2001) weist darauf hin, dass diese Zeitgestaltung auch ein Problem sein kann, z.B. im Rahmen einer Identitätskrise nach dem Berufsaustritt oder durch Orientierungsunsicherheiten bis hin zur Langeweile – ganz im Sinne der möglichen negativen Seiten von Individualisierung, die sich unter anderem auf diese Weise auch auf ältere Menschen auswirkt. Dies ist jedoch nur die eine Seite der Medaille. Auf der anderen Seite kann man Zeit für Aktivitäten verwenden, die Spaß machen und den Alltag freier strukturieren als etwa erwerbstätige Alleinerziehende. Damit wären Ältere weniger stark an die allgemein konstatierte Zunahme von Zeitdruck und eine ebenfalls gewachsene Erwartung zur produktiven Zeitverwendung (z.B. Geißler 1999) gebunden. Doch auch hier lässt sich zumindest für Teile des Alltags Älterer dagegenhal-

ten, dass möglicherweise ein gewisser normativer Druck zum Aktivsein existiert, wenn man nicht zum „alten Eisen“ zählen will.

Meine Fragestellung in diesem Kontext richtet sich auf die *Zeitgestaltung* älterer Menschen. Dabei geht es nicht in erster Linie um die Zeitverwendung für einzelne Aktivitäten wie Schlafen oder Sporttreiben, sondern darum, nach welchen Regeln und (nicht nur bewussten) Prinzipien die Menschen ihre Zeit organisieren und strukturieren. Handeln sie beispielsweise streng nach der Uhr, machen sie vieles spontan, oder orientiert sich alles an den Mahlzeiten? In welchem Ausmaß strukturieren Ältere ihren Tag durch welche Art von Aktivitäten, z.B. durch feste Termine oder durch die Umsetzung spontaner Einfälle? Gibt es tatsächlich vorwiegend die im Alltag existierenden Klischees wie Langeweile oder die Geschäftigkeit „neuer“ Alter, die nie Zeit haben? Zeitgestaltung bedeutet nicht, dass allein solche Handlungen bedeutsam sind, die in einem reflektierten Prozess entstehen. Auch z.B. Reaktionen auf Normen und (vermeintliche) Verpflichtungen, ein Sich-treiben-Lassen oder subjektive Fremdbestimmung tragen zu einem spezifischen Muster von Zeitgestaltung bei. Andererseits sind Individuen nicht bestimmten Zeitnormen hilflos ausgesetzt, untersucht werden ihre Handlungsspielräume vor dem Hintergrund bestehender Strukturen. Im Folgenden sollen zunächst die Zeitgestaltungsmuster älterer Menschen genauer vorgestellt werden. Im zweiten Schritt geht es um Bedingungsfaktoren dafür, wer in welchem Zeitgestaltungsmuster zu verorten ist.

2. Typen der Zeitgestaltung im Alter

Die Ergebnisse basieren auf einer qualitativen Untersuchung, in der 32 Ältere aus verschiedenen Regionen Deutschlands anhand von Leitfadeninterviews zu ihrer Zeitgestaltung und möglichen Einflussfaktoren befragt wurden (Burzan 2002). Die Zielgruppe waren Menschen über 60 Jahre, die sich seit mindestens einem Jahr in der Rentenphase befinden (ein kurzfristiger „Übergangszustand“ war somit ausgeschlossen) und ohne größere gesund-