



Das Beste kommt noch¹

Eckart Hammer (Jg. 54) ist Sozialpädagoge und lehrt als Professor für Gerontologie an der Evangelischen Hochschule in Ludwigsburg. Nach seinem Erfolgsbuch „Männer altern anders“ gibt Eckart mit diesem Ratgeber Orientierung für die nachberufliche Phase. Er stellt vier Wegweiser vor, die Chancen, Ressourcen, Potenziale und Entwicklungsaufgaben des Alters mit Sinn erfüllen („Sinn“ bedeutete im Althochdeutschen „reisen, beistehen“)

1. Die späte Freiheit auskosten (Ich für mich)
2. Kompetenzen weitergeben (Mit den Jungen)
3. Sich engagieren (In der Welt)
4. Früher an später denken (Für das Alter)

Erfolgreiches Altern wird Studien zufolge mit folgenden Kriterien assoziiert: Gesundheit, objektives Wohlbefinden, tragfähige familiäre Beziehungen, soziale Aktivität, Zufriedenheit mit den Lebensumständen und aufgeschlossene Persönlichkeit. Eckert meint, „der Mann“ rede meist nicht mit andern Männern über seine Verunsicherung in der Lebensmitte und zitiert den Männerforscher Lothar Böhnisch: „Der beschädigte Mann ist sprachlos.“

Von einem jähem Berufsausstieg rät er ab: Woher kommen nun Selbstwert, Status und Anerkennung? Was strukturiert nun den Alltag, das weitere Leben?

Männer werden mit Beginn des Alters aus der Männergesellschaft entlassen, so Eckart und lotet die Gefühlslage des gekränkten Mannes mit seiner verblichenen Identität aus. Er konstatiert, dass seine Generation 60+ täglich sechs Stunden Medien konsumiere und mokiert sich, dass „Langeweile, Sinnlosigkeit und Leere drei Reisegefährten ins Alter“ sein können. Dazu gäbe es aber auch die Spezies der nestflüchtenden Senioren beim Marathon-Training. Insgesamt macht er vier Typen der Ruheständler aus: Die „Weitermacher“ können mit ihrer Arbeit nicht aufhören, die „Anknüpfer“ begründen mit ihren Kompetenzen eine zweite Karriere, die „Befreiten“ wollen neue Freiräume geniessen und starten ein völlig neues Leben und die „Nachholer“ wollen alles nachholen, was bisher zu kurz kam.

Monokulturen wie Sun City in Arizona sind für ihn der falsche Weg, ALT hiesse „Am Leben Teilhaben“, aber in welcher Form das geschehen soll, sei sehr individuell. Er empfiehlt einen Rückzug und einen Neustart mit frischem Profil, neudeutsch: „Vom Retire zum Retyre!“

„Wir leben in einer so sonderbaren Lage, dass die Alten nicht mehr Erfahrungen haben als die Jungen. Wir alle sind Neulinge, weil alles neu ist“. Das ist keine Gegenwartsanalyse des digitalen Zeitalters - das treffende Zitat stammt von Joseph Joubert (1754-1832). Scheinbar hat der rasche Wandel der Welt schon früher den Alten das Gefühl vermittelt, nicht mehr mithalten zu können.

Dieser „Reiseführer“ vermittelt eine ausgewogene Sicht und kann jüngeren Beratern helfen, die Gefühlswelt der älteren Kundschaft zu erkunden und zu verstehen. Trotz der gescheiterten Ratschläge beschleicht einem das Gefühl, dass der Autor für sein eigenes viertes Alter noch nicht so genau weiss, was ihm ab 80 Jahren noch blüht, schliesst er doch mit den Worten: „Wer weiss, womöglich kommt das Beste erst noch.“

© Reto Spring
Finanzplaner mit eidg. Fachausweis
Präsident Finanzplaner Verband Schweiz, Zollikon

¹ Eckart Hammer (2010) Das Beste kommt noch – Männer im Unruhestand, Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau, ISBN 978-3-7831-3434-6