

## „Uns trifft es härter“ – Männer und ihre Baustellen beim Älterwerden

(Langfassung)

(erschieden in: **Zeitschrift für Gestaltpädagogik, Heft 1/ 2018**, S. 53 – 63, ohne Fußnoten und Literaturliste; in der nachfolgenden Fassung sind Fußnoten und Literatur angegeben)

### 1. Das Projekt und seine Untersuchungs- und Entwicklungsaspekte

#### 1.1 Das Projekt in Zahlen

Dieses Männerprojekt wurde vom Institut für Humanistische Pädagogik in Schule und Weiterbildung der Universität Bremen (HPSW) in Kooperation mit dem Bremer Projektverbund „Chancen des Alters“ (u.a. ev. und kath. Bildungswerk, VHS Bremen) von 2011 bis 2015 entwickelt und durchgeführt. Es handelt sich dabei um insgesamt neun Abendkurse und eine Wochenendveranstaltung mit durchschnittlich 12-14 Männern im Alter von Ende 50 bis Anfang 70. Diese durchschnittliche TN-Zahl (TN=Teilnehmer) galt für die Abendkurse und die Wochenendveranstaltung beim ev. Bildungswerk Bremen. Bei den vier Abendkursen im Haus der Zukunft (auch Mehrgenerationenhaus genannt) in Bremen-Lüssum lag der TN-Durchschnitt bei neun TN. Zweidrittel von ihnen hatte einen Hochschulabschluss. Die Männer kamen aus verschiedensten Berufen (Ingenieure, Kaufleute, Lehrer, Metallberufe, Landwirt usw.); Kursleiter war der Verfasser.

#### 1.2 Untersuchungs- und Entwicklungsaspekte

Es wurde in der genannten Projektgruppe festgestellt, dass im Bereich der Allgemeinen Weiterbildung, und dort vor allem im Bereich der Altersthemen, die Männer kaum vertreten sind. In der Statistik des ev. Bildungswerkes von 2009 ist das Verhältnis zwischen Männern und Frauen 20% zu 80%<sup>1</sup>. Das sollte geändert werden. Diese Zielsetzung entsprang nicht voluntaristischem Denken. Zwar gab es schon in den 80er und 90er Jahren Versuche der Männerbildung (Künkler-Storath 1992, Venth 2011). Diese konnten aber mangels Teilnehmer nicht fortgesetzt werden. Es sollte ein Neustart versucht werden in der Annahme, dass gesellschaftliche und kulturelle Veränderungen älter werdende Männer veranlassen könnten, über ihre eigene Situation nachzudenken und mit anderen Männern darüber ins Gespräch zu kommen. Es gab am Anfang des Projektes keine große Diskussion zur Überlegung, dass wir mit Männergruppen arbeiten wollten. Wir unterstellten ganz selbstverständlich, dass es für diese Bildungsarbeit wichtig ist, dass keine Frauen dabei sind, weil die Männer sich dann offener zu wichtigen Themen des Alters äußern würden und außerdem das Konkurrieren untereinander um die Gunst der Frauen wegfiel. Meine Motivation zu den Männerkursen: Nach Beendigung meiner Hochschullehrertätigkeit im 69. Lebensjahr geriet ich in eine Krise. Wie jetzt den Tag sinnvoll füllen? Das Projekt bot mir die Chance, mich mit meinem Älterwerden selbst auseinanderzusetzen, ohne noch eine volle Arbeitswoche zu haben.

Was erwartet die Leser\_innen im Folgenden? Im 2. Abschnitt geht es um eine skizzenhafte Auslotung von gesellschaftlichen und kulturellen Faktoren, die begünstigen, dass Män-

ner sich mit dem Thema Alter in organisierten Lernprozessen auseinandersetzen wollen. Und es gelang! Zeitungsartikel zu unserem Angebot ließen das Anmeldetelefon im Frühjahr 2012 heißlaufen, so dass wir den ersten Kurs zweimal anbieten mussten. Ich durfte vier Jahre mit sehr motivierten und engagierten Männern arbeiten. Dadurch blieb mein Nachdenken über ein Bildungskonzept (Abschnitt 3) nicht nur Theorie, sondern wurde auch Realität (Abschnitt 4). Alle Beteiligten und ich mussten allerdings auch schmerzhaft zur Kenntnis nehmen, dass die ab 2015 angebotenen Veranstaltungen mit Ausnahme der Veranstaltung im Mehrgenerationenhaus mangels Teilnehmer ausfielen.

## 2. Gesellschaftliche und kulturelle Begründungen für Lernangebote für älter werdende Männer

Frauenbewegung und andere gesellschaftliche Faktoren führen dazu, dass auch Männer über ihre Rolle verstärkt nachdenken. Das männliche Rollenverständnis und die damit verbundenen Probleme waren in der Mehrheit unserer Kurse von Anfang an von den TN eingebracht worden. Aus diesem Kontext stammt auch die Bemerkung „Uns trifft es härter“ (Johann [alle Eigennamen geändert], 63 [Altersangabe]). Johann meinte damit, dass er aus einer Generation stammt, die nach dem alten Männerbild erzogen wurde und er jetzt Schwierigkeiten damit hat, sich umzustellen. Das Thema des Geschlechterrollenwandels hat also auch die ältere Generation erreicht. Aber es waren bei diesem Thema auch viel Verunsicherung und Unklarheiten zu spüren. Ein Teilnehmer schrieb mir in einer Mail: „Der Kurs ist unbedingt wichtig und dringend! Danke für Ihre grundlegende Arbeit für uns Männer. Wir verlieren, oft unbemerkt von uns, durch die Stärke unserer Frauen, teilweise unsere Identität. Das gilt jedoch noch eher für unsere derzeitig heranwachsenden Kinder, siehe Herr Hollstein und seine Bücher.“ (Ole, 62).

### 2.1 Männerrollenwandel im öffentlichen Diskurs und in der gesellschaftlichen Realität

Das traditionelle Rollenbild vom starken Mann ist in den 80er und 90er Jahren bis weit in die heutige Zeit hinein zumindest im Fernsehen, das den öffentlichen Diskurs stark prägt, immer noch vorherrschend (Weiderer 1994; Eckes 2010; Nelcke 2014; Fazit und Ausblick, Prommer/ Linke 2017 zeigen auf, dass Frauen selbst im gegenwärtigen Fernsehen nur in Verbindung mit Liebe und Beziehung Bedeutung gewinnen, bei sonstigen Themen immer Männer dominieren). In links-grün-liberalen Printmedien wie etwa der DIE ZEIT (halbjährlich erscheinendes ZEITmagazinMANN), Süddeutschen, des Spiegel und Stern, der Emma werden seit ca. zehn Jahren die Sackgassen der traditionellen Männerrolle thematisiert. Konturen eines neuen Männerbildes werden seit den 90er Jahren in der Männerforschung einschließlich Männerbildung sichtbar (DIE Heft IV/2000, Kucklick 2008, zusammenfassend Hollstein 2012, Gesterkamp 2012, Meuser 2012, Böhnisch 2012). Diese Entwürfe haben noch einen weiten Weg vor sich, bevor sie im öffentlichen Diskurs Gewicht bekommen. Das liegt u.a. auch daran, dass Gegenbewegungen in Form einer Reaktivierung der alten Männerrolle seit Beginn des neuen Jahrhunderts entstanden sind<sup>2</sup>. Weitere Gründe für die Schwierigkeiten bei der Durchsetzung eines neuen Männerbildes liegen selbstverständlich ebenso in den Strukturen von Arbeit, Familie und Kindererziehung. Auch diese Faktoren tragen dazu bei, dass der Rollenwandel im öffentlichen Diskurs und

in der gesellschaftlichen Realität nur langsam vorankommt. Es geht daher um mehr Transparenz und Bewusstseinsweiterung über diese Diskurse und die gesellschaftliche Realität bei den (älteren) Männern sowie um die Suche nach Wegen aus den Sackgassen des alten Männerbildes. Erwachsenenbildung bekommt in diesem Prozess eine wichtige Rolle. Ein weiterer Diskurstyp ist die Misandrie (=Männerverachtung, generelle Entwertung von Männlichkeit in den Formen von Verlächerlichung, Sündenbock-Rolle und Dämonisierung; siehe Hollstein 2012).

Die umfassendste und methodisch anspruchsvollste Untersuchung zum Rollenwandel von Männern ist von R. Volz und P. Zulehner (2009) vorgelegt worden. In ihrer Längsschnittstudie unterscheiden die Verfasser vier Typen von Männern bezüglich ihrer Rolleneinstellungen und zeigen Veränderungen dieser Zuordnungen innerhalb von zehn Jahren (1998-2008) auf:

### Typen von Geschlechterrollen bei Männern und Frauen 1998/ 2008

Typen	1998 Männer	1998 Frauen	2008 Männer	2008 Frauen
teiltraditionell	30 %	25%	27%	14%
modern	17%	27%	19%	32%
balancierend	23%	30%	24%	34%
suchend	29%	17%	30%	19%

Tabelle 1 (aus Volz/Zulehner 2009, 35, hier Vorspalte und Querspalte wegen besserer Lesbarkeit der Veränderungen vertauscht, G. H.)

Die Teiltraditionellen sind diejenigen, die überwiegend an den alten Rollenmustern orientiert sind.

Den Modernen werden Männer zugerechnet, die die traditionellen Muster ablehnen und moderne bevorzugen.

Die Balancierer verknüpfen traditionelle und moderne Positionen.

Die Suchenden sind diejenigen, die mit den herkömmlichen Rollenbausteinen nichts mehr und mit den modernen noch nichts anfangen können. Diesen Typus kennzeichnet eine starke Verunsicherung.

Bei den Männern zeigen sich in zehn Jahren kaum Veränderungen, bei den Frauen dagegen sind sie gravierend. Die Untersuchung von Flaake (2015) über das Verhältnis von Vätern zu ihren Kindern weist den Kindern sehr zugewandte Väter aus, zeigt aber in den Beziehungen zu ihnen einen Mangel an Zeit, Zärtlichkeit und Weichheit. Die beiden letzteren Eigenschaften würden von den Männern als unmännlich angesehen, heißt es.

Bei den heute 60 – 69 Jährigen, also einem großen Teil meiner Kursteilnehmer, werden im Laufe von zehn Untersuchungsjahren diejenigen mit teiltraditionellen Einstellungen *mehr statt weniger*. 1998 zählen zu dieser Kategorie 23% und in 2008 sind es 28%. Aber bei den heute 70-79 Jährigen gehören zur Kategorie der Teiltraditionellen im Jahr 1998 36% und 2008 nur noch 29%. Als Gesamtergebnis kann man festhalten: Die älteren Männer geraten unter Druck, weil die Frauen von vornherein weniger traditionell eingestellt sind.

Interessant ist der Blick auf die Jahrgänge 40-49 in der Untersuchung von 1998 bei den Frauen, die in etwa vom Alter her als Partnerinnen für meine Kursteilnehmer infrage kämen. Dort finden wir nur 17% bei den Teiltraditionellen und 29% bei den Modernen. In 2008 sehen wir bei den 50-59 Jährigen teiltraditionellen Frauen eine Abnahme auf 10% und beim Typus Moderne ein Anwachsen auf 33%. Der Druck auf die Männer könnte gerade in der Generation meiner TN nach diesen Zahlen als besonders hoch eingeschätzt werden, da hier eine relativ große Differenz zwischen beiden Geschlechtern sichtbar wird. Erwachsenenbildung für ältere Männer kann dazu beitragen, diese Drucksituation besser zu verstehen und die sich daraus ergebenden Verständigungsschwierigkeiten zwischen den Partnern besser zu meistern.

## 2.2 Weitere gesellschaftliche und kulturelle Faktoren als Begründung für Lernangebote älter werdender Männer

Neben dem Rollenwandel haben zunehmende Diskontinuitäten in der Arbeitsbiographie, weitere Beschleunigung von Arbeitsverläufen und eine ansteigende Zahl psychischer Erkrankungen einen Einfluss auf die Bereitschaft von Männern zur allgemeinen Weiterbildung (DAK-Gesundheitsreport 2013). Weitere Faktoren sind Frühverrentung, Flexibilisierung des Renteneintrittsalters, die Kombination von weniger Erwerbsarbeit mit freiwilliger Weiterarbeit in einem anderen Berufsfeld, gestiegene Lebenserwartung, neue Altersbilder und steigende Orientierungsbedürfnisse zum Thema Gesundheit, Tod und Sterben (Deutscher Hospiz- und Palliativverbund e.V. 2012, dort allerdings keine geschlechtsspezifische Differenzierung). Alle diese Faktoren können die Bereitschaft von Männern erhöhen, Lernangebote zum Thema Älterwerden wahrzunehmen. Je nach Schicht und Milieu kann das sehr unterschiedlich sein. Böhnisch (2012) spricht von traditionellen, maskulinen Bewältigungsmustern beschädigter Arbeitsbiographien, die Selbstreflexion und Lernen abwehren.

Bisher gibt es wenig organisierte, allgemeine Bildungsarbeit mit älteren Männergenerationen. Außer in Bremen findet man im Raum Frankfurt und im Bistum Mainz eine umfangreichere Männerbildung der Katholischen Erwachsenenbildung mit einer schon längeren Tradition (Leonhardt u.a. 2015). Die Bedeutung informeller Lernprozesse soll aber keinesfalls übersehen werden (vgl. Schramek 2016; Prömper/ Ruffing 2010, zitiert bei Venth 2011).

## 3. Das Bildungs- und Lernkonzept „Älterwerden – die ganz andere Baustelle für Männer“

### 3.1 Identitätstheorie der Humanistischen Pädagogik

Als Grundlage für unser Bildungskonzept gehe ich von einer Identitätstheorie aus, die durch folgende zentrale Merkmale gekennzeichnet ist:

Identität kann nur adäquat in einer *ganzheitlichen Betrachtung* des Menschen (Mensch als Einheit von Körper/ Leib, Emotion und Kognition) in seinen sozialen Kontexten, Beziehungen und seiner Biographie verstanden werden (Petzold 2003, Holzapfel 2002)

Das Verhältnis von Körper/ Leib, Emotion und Kognition wird in diesem Ansatz als *dialogische Beziehung* verstanden. Die Auffassung von einer dialogischen Beziehung grenzt sich

von monistischen oder dualistischen Konzeptionen ab. Im dialogischen Verständnis werden Körper, Kognition und Emotion auch als kluge und intelligente Instanzen betrachtet, auf die der Mensch lernen muss, zu hören. Sie leisten damit einen wesentlichen Beitrag zum vernünftigen oder angemessenen Handeln (Holzapfel 2008)<sup>3</sup>.

### 3.2 Das Säulenmodell der Identitätstheorie als Grundlage für die Entwicklung von Zielen, Inhalten und Methoden der Männerkurse

Dieses Säulenmodell wurde von H. Petzold (1985, 2003) entwickelt. Wir schließen uns dem Vorschlag Hammers (2010) an, der dieses Modell zur Strukturierung seiner Buchinhalte und Problemstellungen beim Thema Älterwerden von Männern verwendet. Wir nutzen es als didaktische Struktur. Die Säulen der Identität sind: Arbeit/Betätigung, soziales Netzwerk, Leib/Körper, materielle Sicherheit, Werte/Sinn. Entscheidend ist nach der Petzoldschen Identitätstheorie, dass alle fünf Säulen in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen. Dieses Verhältnis ist dynamisch und muss immer wieder neu ausbalanciert werden. Eine Säule kann brüchig oder zu Lasten einer anderen überbetont werden. Beispielsweise kann bei Männern die Säule Arbeit/Betätigung zu Lasten der Säule soziales Netzwerk überbetont sein. Um die Dynamik innerhalb der Säulen und untereinander noch detaillierter zu erfassen, ergänzt Hammer (2010) das Säulenmodell durch einen Gedankengang von Schulz v. Thun: Bei jeder Säule kann man Einstellungen und Verhalten in jeweils zwei Extremrichtungen übertreiben: zum Beispiel bei der Säule Arbeit/Betätigung gibt es bei Männern einerseits die Möglichkeit, immer weiter zu arbeiten - sozusagen bis zum Umfallen - oder den Verlust der Arbeit zu kompensieren durch eine ungute Anhäufung von Ehrenämtern oder sonstigen Hyperaktivitäten. Das wäre das Extrem des Aktivismus. Andererseits wäre die Haltung, nur noch faul zu sein, den ganzen Vormittag Zeitung zu lesen und den Rest des Tages sich in Entspannung zu üben – kann in den ersten Monaten nach dem Ausscheiden aus der Arbeit sinnvoll sein, aber nicht auf Dauer – mit den anderen Extremen Langeweile und Lebenssinnverlust als Folge. Beide Extreme bedeuten langfristig einen Ruin der Säule Arbeit/Betätigung. Diese Maxime der Vermeidung von extremen Einstellungen kann man für jede Säule durchspielen. Aus diesem Säulenmodell lassen sich fünf große Themenkomplexe und zugleich Fragestellungen, Maxime, Normen und Wege beim Alterungsprozess für Männer ableiten. Das Thema Männerrolle durchzieht alle Themenkomplexe. Es wurde aufgegriffen, wo es besonders deutlich wurde – zum Beispiel beim Arbeitsthema mit der Frage, was bin ich als Mann noch wert, wenn ich keine Arbeit mehr habe? Auf der Methodenebene wollten wir mit bekannteren Methoden in den ersten Kursen beginnen und dann überprüfen, ob gestaltpädagogische dazu genommen werden können. Gestaltpädagogik und ihre Methoden sind voll kompatibel mit der oben kurz skizzierten Identitätstheorie.

## 4. Zur Praxis unserer Männerkurse

### 4.1 Ist grau wirklich bunt? – Zum Beginn der Veranstaltungen im Frühjahr 2012

Wir begannen mit zwei Kursen unter dem Titel „Ist grau wirklich bunt? - Stärken und Schwächen der aktuellen Ratgeberliteratur für das eigene Altern. Kurs für Männer ab 50, vier Abende“. Sie waren als eine Art Einführungskurs gedacht. Ein zentraler Gegenstand dieser Kurse waren Auszüge aus den Büchern von H. Scherf 2011; J. Fuchsberger 2010

und S. Kuntze 2011. In der Kursbezeichnung wird der Titel des Buches von Scherf „Grau ist bunt“ als Frage formuliert. Mit der Durchsicht von Altersbestsellern<sup>4</sup> wollten wir zu den Themen kommen, die die Männer besonders interessierten. Entscheidend war für mich, dass in den Arbeitsgruppen und im Plenum gut zusammengearbeitet wurde. Es ging dabei um den allmählichen Aufbau eines Vertrauensverhältnisses zwischen den Teilnehmern untereinander und zu mir. Als Stütze dafür führte ich einige Arbeitsregeln ein, die von den Männern akzeptiert wurden: Jeder darf ausreden; es soll in Ich-Form gesprochen, keine Ratschläge an andere erteilt, Redebeiträge oder Arbeitsergebnisse anderer nicht bewertet (v.a. nicht kritisch) und inquisitorische Fragen vermieden werden. Freilich fiel es einigen Männern nicht leicht, sich an diese Regeln zu halten, v.a. im zweiten Einführungskurs. Aber allmählich wurde deutlich, dass diese Regeln als eine Art Krücke dazu dienten, dem Hang mancher Männer zur Ichverbergung durch Fassadentechniken, Imponiergehabe und ständiger Bewertung anderen Denkens und anderer Meinungen zu begegnen. Auch ist klar, dass man nicht durch Methoden und Arbeitsregeln alleine ein Vertrauensverhältnis und gute Beziehungen zwischen Teilnehmern untereinander und zwischen Teilnehmern und Kursleitung erreichen kann. Es kommt ganz wesentlich auf die Grundhaltung der Leitung zu den Teilnehmern und zu den Lerngegenständen an. Zu dieser Grundhaltung gehören Akzeptanz und Wertschätzung der Teilnehmer und die Übereinstimmung zwischen Reden und Tun bei sich selbst. Bei Männerkursen zum Thema Älterwerden ist das Alter der Kursleitung nicht unwichtig. Als die Kurse begannen, war ich 71 Jahre alt. Vermutlich vertrauen die älteren Männer einem Kursleiter in diesem Alter mehr als einem wesentlich jüngeren.

Es fand bei der Besprechung der Auszüge aus den Altersbestsellern eine Konzentration der Gespräche auf die Bücher von Fuchsberger und Kuntze statt. Scherfs Buch wurde ausgeklammert, da die Teilnehmer den Eindruck hatten, dass Scherf seine eigenen Erfahrungen mit dem Alterungsprozess zu sehr generalisierte. Anhand der Texte aus den anderen Bestsellern kamen die Männer zu folgenden Fragestellungen. Ich gebe eine Auswahl aus meinem Protokoll zu einem Treffen des 2. Einführungskurses wieder. Ein ähnlicher Fragenkatalog ergab sich auch bei den anderen Kursen: „Was passiert mit uns, wenn wir aus dem Beruf, der Arbeit aussteigen? Wie mit dem Gefühl der Nutzlosigkeit als Rentner oder Pensionär klarkommen? Ist es nicht würdelos, wenn ehemalige Arbeitskollegen mit lächerlichen Anekdoten über ihre Großtaten an ihrem früheren Arbeitsplatz ihre Zeit vergeuden? Vom „sinnvollen Rumgammeln“ hat jemand als einem Ziel in der Vorstellungsrunde gesprochen. Was wäre das? Thema Männerfreundschaft: Haben wir Männer als Freunde? Wie geht es uns, wenn wir keine feste Partnerin haben? Ist die Alters-WG eine Lösung gegen Einsamkeit und Depression im Alter? Thema Alkohol als Trostspender und Vergnügungselixier. Wie ist der evtl. schmale Grat zwischen vergnüglichem Schwips und Sucht? Es geht um das Erkennen der Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit. Ja schön! Aber wie kann ich über die Erkenntnis hinaus auch diese Grenzen akzeptieren? Gibt es Altersweisheit? Nach Kuntze (2011) scheint es ein kostbares Gebilde aus Einsicht und Gelassenheit, Demut, Resignation und Würde zu sein, von dem man nicht weiß, wie es entsteht. Was halten wir von diesem Gebilde? Mit welchen Haltungen wollen wir unser Älterwerden angehen? Welche Probleme stellen sich heute, wenn kein Bezug zur Religion mehr vorhanden ist? Gibt es die Notwendigkeit, dem Alter Sinn zu verleihen? Ist Suizid ein

möglicher Ausweg aus einem Leben mit Siechtum und Sinnlosigkeit?“ (Beispiele aus meinem Protokoll der Wandzeitungen und Karteikarten, basierend auf der Arbeit von Kleingruppen zu den fünf Säulen der Identität vom 12.6.2012). In späteren Kursen benutzte ich als Einstieg zur Eruiierung von Baustellen einen Fragenkatalog von D. Giersberg (2008). Auch Erzählungen von anderen Männern zur Phase des Übergangs von Arbeit in die Rente sind geeignet (aus Malessa 2012)<sup>5</sup> und gestaltpädagogische Methoden (siehe Abschnitt 4.2). In den restlichen zwei Abenden wurde schwerpunktmäßig die Säule Arbeit/Tätigkeit bearbeitet. Ich gab durch Impulsreferate Thesen über die Bedeutung der Arbeit für die Identität von uns Männern in unserer Generation in die Diskussion ein. Als weiteren Gesprächsinput führte ich eine Szene aus dem Krimi von Mankell „Der Feind im Schatten“ ein, in der Kommissar Wallander ziemlich pessimistisch über seine drohende Frühpensio- nierung nachdenkt. Zum Thema Sinn und Werte hatte ich ein zweiseitiges Arbeitsblatt entwickelt mit Ideen und Vorschlägen zu Haltungen und Einstellungen zum Älterwerden (z.B. Anerkennung der Umbruchsituation; nicht wegschieben oder verdrängen; loslassen der alten Berufsbezüge; neue Balance zwischen Aktivität und Entspannung finden; vom Ausgefüllt- zum Erfülltsein kommen), um die ich mich zu dieser Zeit selbst redlich bemühte, aber noch nicht so richtig erfolgreich damit war. Alle beiden Kurse endeten mit einem Umtrunk in einem nah gelegenen Restaurant und einem Gruppenfoto. Wir hatten das Gefühl, dass wir in einer Art Aufbruch zu neuen Ufern unterwegs waren.

Ende Juni hatten wir zu einem Nachtreffen alle Teilnehmer der Einführungskurse eingeladen. Es gab regen Austausch über die Erfahrungen in den jeweiligen Kursen. Ich stellte Grundrisse eines Herbstkurses vor, in die die Fragestellungen der Teilnehmer aus den Frühjahrskursen eingearbeitet waren. Die Hälfte aller Teilnehmer aus den Frühjahrskursen erschienen zum Herbstkurs. Außerdem kam ein neuer Teilnehmer hinzu (insgesamt neun- zehn Tn). Ab jetzt wählten wir das Wort „Baustelle“ für die Kursankündigung und die konkrete Arbeit. Das schien uns besser geeignet als das Wort „Probleme“: Männer haben keine Probleme – etwas polemisch ausgedrückt – sondern nur Lösungen.

## 4.2 Fortsetzung der Kurse mit gestaltpädagogischen Methoden

Die Verwendung von Methoden in den ersten Veranstaltungen, die die TN aus ihrer Lern- geschichte her kannten, gab ihnen die Sicherheit, zu den anstehenden Themen einen wertvollen Beitrag leisten zu können, in der Gruppe wahrgenommen zu werden und geschätzt zu sein. Auf dieser Basis wollte ich es wagen, Methoden anzuwenden, in denen der Körper und die Gefühle explizit miteinbezogen werden. Zwei Fallbeispiele sollen dies verdeutlichen.

### 4.2.1 „I did it my way“ – Arbeit mit Imaginationen, Zeichnungen und Gruppen- gespräch

Bisher haben noch alle Teilnehmer den Sinatra-Song gekannt, der von mir als Titelgeber für diese Methode genommen wird. Dieser Song mit der kernig-schmelzenden Stimme Sinatras lässt für mich Gefühle des Einverstandenseins mit dem und des Stolzes auf den eigenen Lebensweg entstehen. Die Methode enthält drei Phasen:

#### 4.2.1.1 Vorbereitungsphase

Der Kursleiter beginnt mit einem Warmingup für alle TN (z.B. gehen durch den Raum in verschiedenen Tempi). Auf Tischen liegen sehr viele unterschiedliche Postkarten. Die Männer werden gebeten, sich zu zwei Fragestellungen Gedanken und Vorstellungen zu entwickeln: Wo stehe ich jetzt? Wo will ich hin? Bei beiden Fragestellungen soll sowohl die Situation im Bereich Arbeit/ Tätigsein als auch der Beziehungsbereich mit einbezogen werden. Wir beginnen mit der ersten Fragestellung. Die Männer gehen durch den Raum. Der KL gibt einige unterstützende Fragestellungen zur ersten Frage in die Gruppe (z.B. Wie geht es mir dabei? Bin ich mit meiner jetzigen Situation zufrieden, unzufrieden? Was fehlt mir? Was ist gut? Wer unterstützt mich?). Wenn die TN mit Hilfe dieser Fragestellungen sich ihre Jetzt-Situation vor Augen führen und sich über ihre Einstellungen und Gefühle dazu erste Klarheit verschafft haben, sollen sie dazu passend eine Karte aus der vorliegenden Sammlung auswählen. Im nächsten Schritt geht es um die Frage „Wo will ich hin?“ Wiederum gibt es dazu vom KL anregende, unterstützende Fragestellungen und die Bitte, sich zu dieser Wunschsituation eine passende Karte auszusuchen.

#### 4.2.1.2 My way aufzeichnen

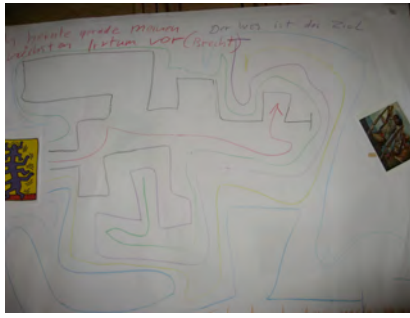
In der zweiten Phase werden die Männer gebeten, auf einem halben Flipchartblatt die erste Postkarte auf die linke Seite des Blattes und die zweite auf die rechte Seite an den Rand zu kleben. Im darauf folgenden Schritt sollen sie mit Hilfe von Farbstiften ihren Weg von der Jetzt-Situation zur Wunschsituation ausmalen. Folgende Fragen und Hinweise werden vom KL gegeben: Welche Dinge, Situationen, Menschen, Eigenschaften von mir fördern mein Vorankommen zum Ziel, zur Wunschsituation? Welche Ressourcen habe ich? Welche Widerstände (in mir, in der Situation) stelle ich mir vor, die das Vorankommen erschweren könnten? Welche Befürchtungen habe ich? Welche Rolle spielen dabei Partner\*innen?<sup>6</sup> KL: „Nutze zur Darstellung Symbole, Zeichnungen, Formen und Farben; es geht nicht um Zeichenkunst, sondern um den Ausdruck deiner Wünsche, Gefühle und Gedanken.“ Für diesen Schritt sollte man mindestens dreißig Minuten einplanen. Je nach Stimmung und Gesamtatmosphäre kann hier die Zeit flexibel gehandhabt werden.

##### 4.2.1.2.1 Auswertung des gestalteten Weges im Gespräch

Eine Person stellt ihr Werk der Gruppe vor. Man kann die Auswertung in einer Kleingruppe vornehmen oder im Plenum. Meistens arbeite ich erst einmal mit einem Teilnehmer vor einer größeren Gruppe, damit die Teilnehmer für eine spätere Kleingruppenarbeit eine Modellvorstellung über die Gesprächsführung bekommen. Wichtige Merkmale dieser Methode entsprechen den Prinzipien der partnerzentrierten Gesprächsführung. Aus der Gestaltpädagogik stammt die Konzentration auf das bewusste Wahrnehmen aller Ausdrucksaktivitäten des Teilnehmers (einschließlich seiner Gesten, Körperhaltung, Stimm- und aktuell gezeigten Gemütslage). Insgesamt geht es also um das Hinschauen ohne Bewertungen, das Einfühlen, Zuhören, um Nachfragen, um Klärungsschritte und darum, verschiedene Aussagen miteinander in Beziehung zu setzen.

##### 4.2.1.3 Walter (Flugzeugbauer und Sozialwissenschaftler, 56) – Wege aus dem Labyrinth





My Way von Walter<sup>7</sup>

Walter war bereit, vor der gesamten Gruppe mit mir das Gespräch zu seiner Komposition zu führen. Die Ist-Situation wird durch ein Postkarten-Bild von Keith Haring beschrieben, das ein zappeliges, blaues Wesen mit sechs Armen und Beinen vor gelben Hintergrund darstellt: ein menschlichen Figur in Aufruhr. Die Wunschsituation zeigt ein Bild von Hans v. Marées „Die Ruderer“ auf dem vier muskulöse Männer in Aktion zu sehen sind. Die Farblinien, die beide Bilder miteinander verbinden, stellen ein Labyrinth dar. Zur Ausgangssituation erläutert er: „Ich bin innerlich sehr aufgezo-gen, in meiner beruflichen Tätigkeit erfahre ich schmerzhaft, dass ich immer wieder an Mauern und Grenzen stoße. Meine Arbeitssituation als gewerkschaftlicher Teamer oder Angestellter in zeitlich befristeten Projekten bezeichne ich als prekär“. Sein beruflicher Lebensplan bestand darin, aus dem sicheren Job als Flugzeugbauer auszusteigen und einen sozialwissenschaftlichen Hochschulabschluss zu machen, was ihm auch gelungen ist. Als Motiv für diesen Weg gibt er an, sich politisch nicht immer „verbiegen“ zu wollen. Dass er jetzt mit seinem Diplomabschluss in eine prekäre Arbeitsmarktsituation geraten ist, war in seinem Plan nicht vorgesehen. „Ich will jetzt nicht mehr durch die Lande ziehen für einen Job.“ Seine Wunschvorstellung ist, in einem Team zu arbeiten und mit diesem gemeinsam auf ein Ziel zuzusteuern, wie es sich im Ruderer-Bild ausdrückt. Ein abzuschließender Arbeitsvertrag dürfte nicht befristet sein. Seine jetzige Situation beschreibt er zusätzlich mit zwei Sprüchen auf dem Bild in ironischer Form. Er weist hin auf die rote Linie seines Weges durch das Labyrinth, die mal wieder an eine Mauer stößt. Sein Spruch von Brecht dazu: „Ich bereite gerade meinen nächsten Irrtum vor.“ Unten am Bildrand steht ein Spruch von Biermann: „Scheiter heiter, mach munter weiter.“ Ich setze diese Sprüche in Beziehung zu seiner Aussage, dass er nicht mehr durch die Lande ziehen will, um einen befristeten Job zu bekommen. Ich frage ihn, ob er zu dieser Haltung auch wirklich innerlich steht. Seine Reaktion darauf: „Das ist das Dilemma...“ (alle Zitate und Paraphrasierungen aus meinem Kursprotokoll vom 18.10.2012). Er will nicht allein von Arbeitslosengeld und Hartz IV leben. Ihm wird durch die Darstellung der Ist- und Wunschsituation, des Labyrinthweges dazwischen, der ja von Gefühlen innerer Zerrissenheit, Unruhe und Ärger über nicht erhaltene unbefristete Arbeitsverträge begleitet ist und das Gespräch mit mir darüber sehr bewusst, dass er einen Kompromiss finden muss zwischen seiner Wunschvorstellung und seiner realen Arbeitsmarktsituation. Er spricht von zwei Bewerbungen, die er jetzt noch losschicken will. Vier Wochen später gebe ich allen TN die Aufgabe, u.a. ein oder zwei wichtige Einsichten aufzuschreiben, die sie im Laufe des Kurses bekommen haben. Walter schreibt und erläutert: „Ich habe die Einsicht gewonnen, dass ich meine Vergangenheit mit dem schmerzenden Stacheln loslassen muss...Ich fange ab nächstem Jahr als Arbeitsvermittler bei der Bun-

desagentur für Arbeit an. Der Vertrag ist erst einmal auf zwei Jahre befristet.“ (Alle Zitate und Paraphrasierungen aus meinem Kursprotokoll vom 22.11.2012).

#### 4.2.2 Meine wichtigste Baustelle – Gruppenarbeit mit Pfeifendraht, Lego- bausteinen und weiteren Materialien

Zum ersten Abend im Herbstkurs 2012 hatte ich verschiedenste „Baumaterialien“ bzw. Bauwerkzeuge mitgebracht: Pfeifendrähte, Legobausteine, Papier und Farbstifte. Nach einer ersten Kennenlernrunde bat ich die Teilnehmer zur Frage „Was ist aktuell meine wichtigste Baustelle beim Älterwerden?“, eines der angebotenen Materialien auszusuchen, um damit in einem ersten Schritt diese Baustelle darzustellen. Diejenigen, die mit denselben Materialien arbeiteten, sollten sich zu einer Kleingruppe zusammen finden und in einem zweiten Schritt in der Kleingruppe ihr Bauwerk vorstellen, um darüber miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Arbeitsregeln aus dem Frühjahrskurs hingen an den Wänden. Zusätzlich betonte ich, dass jetzt ein besonderer Wert auf die genaue Wahrnehmung des Gebauten gelegt werden sollte. Die My-way-Einheit war für später geplant. Die jetzt vorgestellte Einheit war die erste im Herbstkurs, bei der ein besonderer Blick auf die bewusste Wahrnehmung gelenkt werden sollte. Ich selbst ging von einer Kleingruppe zur nächsten und half beim bewussten Wahrnehmen und dem sprachlichem Ausdruck dazu.



#### 4.2.3 Jens (Bauingenieur, 64) – Nein sagen lernen

Jens war in der Gruppe, die mit Pfeifendraht arbeitete. Die Drahtknoten stellten die vielen Ehrenämter von ihm dar. Er war bereit, der Gruppe und mir seine Arbeit vorzustellen. Bei meinen Nachfragen über die jeweiligen Richtungen der Pfeifendrähte zu den verschiedensten Seiten hin wurde deutlich, dass in der Figur seine ganzen Aktivitäten enthalten sind, mit denen er als Rentner beschäftigt ist (z.B. Mitglied im Kirchenvorstand, verantwortliche Leitung eines Bauvorhabens, Bauausschussvorsitzender, Schreiben von Artikeln im Gemeindebrief, Mitglied im Gemeindegemeinderat und anderes). Zu meiner Frage, was die unterschiedlichen Richtungen der Drähte für ihn bedeuten, meinte er: „Die ziehen alle an mir, die wollen alle was von mir, die stehen alle bei mir auf der Matte.“ Man konnte die Belastung in seiner Stimme und in seinem Körperausdruck spüren. Im weiteren Gespräch wird deutlich, dass ihm die Vielzahl seiner Aktivitäten zu viel geworden ist. Auf meine Frage, wie es kommt, dass er so viel zu tun hat, antwortete er: „Ich kann nicht nein sagen.“ In der Abschlussrunde des Kurses formuliert er zur Frage nach den gewonnenen Einsichten, die er bei der Reflexion seiner wichtigsten Baustellen gewonnen hat: „Ich habe zu viele Hoffnungen geweckt. Ich mache jetzt nur eine Sache. Ich habe mich gefragt, was möchte ich selber eigentlich. Ich muss „nein“ sagen, um mich selbst zu schützen. Wichtig ist, die Heiterkeit zu behalten.“ (Zitate und Paraphrasierungen aus meinem Kursprotokoll vom 22.11.2012). Das Übermaß an Aktivitäten im sog. Ruhestand war eine Baustelle, die auf viele der Männer in meinen Kursen zutraf. Ich schätze, dass mindestens ein Drittel von

ihnen mit solchen Baustellen zu tun hat. Quantitative Untersuchungen über freiwilliges bzw. ehrenamtliches Engagement von älteren Menschen stützen diese Vermutung (Vanderheiden 2015; Sittler 2015; zur Freiwilligenarbeit kommen hinzu: Teilhabe am kulturellen Leben, Sportaktivitäten, Enkelbetreuung, Reisen). Nicht umsonst gibt es den Spruch „Rentner und Pensionäre haben nie Zeit.“ Es wird deutlich, dass ein größerer Teil der Rentner und Pensionäre Gefahr läuft, in Aktionismus zu verfallen. Gestaltpädagogische Methoden können dies für den einzelnen Mann besonders sicht- und spürbar werden lassen.

Bei der Baustelle soziales Netzwerk/ Kommunikation wurden Playmobilfiguren und Skulpturenbau als Arbeitsmittel ebenso mit großem Erfolg eingesetzt. Die Akzeptanz der gestaltpädagogischen Methoden konnte man nicht unbedingt erwarten, doch unsere Erfahrungen zeigen, dass Männer – gerade auch ältere – im Bezug auf persönlich bedeutsame Themen neugieriger, mutiger und beweglicher gerade auch in der Methodenwahl sind als gemeinhin angenommen wird. Je nach Kursverlauf wurden alle Säulen bzw. Baustellen mehr oder weniger intensiv bearbeitet. Auch bei dem nicht ohne weiteres zugänglichen Thema Sterben und Tod gelang es, anregende und offene Gespräche über literarische Texte anzustoßen. Das Thema Sexualität im Alter wurde nicht angepackt. Warum nicht?<sup>8</sup>

## 5 Feedback und Bildung von Männergruppen

Ich praktizierte während und am Ende eines Kurses verschiedenste Feedbackverfahren. Hier exemplarisch fünf Antworten aus den Abschlussfeedbacks der Herbstkurse 2012 und 2013, die ein breites Spektrum auf repräsentative Weise abdeckten. Die TN wurden gebeten, folgenden Satzanfang zu ergänzen (anonyme Auswertung): „Ich habe in diesem Kurs gelernt, dass ...

- „... ich mit Vorrang mein soziales Netz ausbauen muss.“
- „... Männer sich öffnen können und wollen! Man muss sie nur lassen und ermuntern, z.B. durch die professionelle Moderation von (Name des Kursleiters).“
- „... die Vielfalt der Teilnehmer eine Bereicherung ist! Ich bekomme Anregungen durch sie; setze mich mit mir selbst auseinander, das ist spannend und macht Spaß.“
- „...ich mich versöhnen will mit dem, was ich im Leben erreicht habe und nicht erreicht habe, um über das Versöhnen freie Kapazitäten zu finden für Neues.“
- „...ich mit meinen Gedanken und Ängsten und Sorgen in Bezug auf das Thema 'Älterwerden' nicht alleine bin.“

Aus den Kursen haben sich zwei Männergruppen gebildet. Ein wichtiges Ergebnis des Projektes.

## 6 Resümee

Die Feststellung „Uns trifft es härter“ war für „meine“ Männer (sie sind mir über die Jahre ans Herz gewachsen) kein Anlass für Resignation und Rückzug. Ich habe die

Teilnehmer im Wesentlichen als neugierige, mutige, aber auch nachdenkliche Menschen erlebt. Ich hoffe, dass sich noch viel mehr Männer auch im fortgeschrittenen Alter auf den Weg machen, über ihre Identität zu reflektieren und für ihre Lebenssäulen gut zu sorgen; in welchem Bildungs- und Lernformat auch immer.

Literatur:

*AfD-Grundsatzprogramm*: [https://www.alternativefuer.de/wp-content/uploads/sites/111/2017/01/2016-06-27\\_afd-grundsatzprogramm\\_web-version.pdf](https://www.alternativefuer.de/wp-content/uploads/sites/111/2017/01/2016-06-27_afd-grundsatzprogramm_web-version.pdf)

*AfD-Programmmentwurf*: [https://correctiv.org/media/public/a6/8e/a68ed5e4-32a8-4184-8ade-5c19c37ff524/2016\\_02\\_23-grundsatzprogrammmentwurf.pdf](https://correctiv.org/media/public/a6/8e/a68ed5e4-32a8-4184-8ade-5c19c37ff524/2016_02_23-grundsatzprogrammmentwurf.pdf)

*Arnold, Rolf* (2005): Die emotionale Konstruktion der Wirklichkeit. Beiträge zu einer emotionspädagogischen Erwachsenenbildung, Baltmannsweiler: Schneider-Verlag

*Arnold, Rolf/ Holzapfel, Günther (Hrsg.)* (2008): Emotionen und Lernen. Die vergessenen Gefühle in der (Erwachsenen-) Pädagogik, Baltmannsweiler: Schneider-Verlag

*Böhme, Hartmut/ Böhme, Gernot* (1992): Das Andere der Vernunft. Zur Entwicklung von Rationalitätsstrukturen am Beispiel Kants, Frankfurt/M.: Suhrkamp, 1. Auflage 1985

*Böhnisch, Lothar* (2012): Männerforschung: Entwicklung, Themen, Stand der Diskussion, in: Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.) (2012), S. 24-30

*Bönt, Ralf*. (2012): Das entehrte Geschlecht. Ein notwendiges Manifest für den Mann, München: Pantheon

*Bubolz-Lutz, Elisabeth/ Gösken, Eva/ Kricheldorf, Cornelia/ Schramek, Renate* (2010): Bildung und Lernen im Prozess des Alterns. Das Lehrbuch. Stuttgart: Kohlhammer Verlag

*Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.)* (2012): Mannsbilder, Aus Politik und Zeitgeschichte, 62. Jhg. 40/ 2012

*Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.)* (2013): Alternde Gesellschaft, Aus Politik und Zeitgeschichte, 63. Jhg., 4-5/ 2013

*DAK-Gesundheitsreport* (2013): <https://www.dak.de/dak/download/vollstaendiger-bundesweiter-gesundheitsreport-2013-1318306.pdf>

*Deutscher Hospiz- und Palliativverband e.V. Berlin* (2012): Ergebnisse einer repräsentativen Bevölkerungsbefragung zum Thema „Sterben in Deutschland – Wissen und Einstellungen zum Sterben“

[http://www.dhvp.de/tl\\_files/public/Ueber%20Uns/Forschungsprojekte/2012-08\\_Bevoelkerungsumfrage\\_DHPV\\_Ergebnisse.pdf](http://www.dhvp.de/tl_files/public/Ueber%20Uns/Forschungsprojekte/2012-08_Bevoelkerungsumfrage_DHPV_Ergebnisse.pdf)

*DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung, Heft IV/* (2000): Männer

*Dinges, Martin* (2010): Männlichkeit und Gesundheit: Aktuelle Debatte und historische Perspektiven, in: Bardehle, Doris/ Stiehler, Matthias (Hrsg.) (2010: Erster Deutscher Männergesundheitsbericht. Ein Pilotbericht, München: W. Zuckschwert Verlag, S. 2-16

*Eckes, Thomas* (2010): Geschlechterstereotype: Von Rollen, Identitäten und Vorurteilen, in: Becker, Ruth/ Kortendiek, Beate (Hrsg.): Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung 2010, Wiesbaden: VS Verlag, 3. erweiterte und durchgesehene Auflage, S. 178-189

*Flaake, Karin* (2015): <http://www.swr.de/swr2/wissen/wenn-sich-geschlechterrollen-aendern/-/id=661224/did=15587832/nid=661224/vexzxs/>

*Fuchsberger, Joachim* (2010): Altwerden ist nichts für Feiglinge, Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 13. Aufl.

*Gerl, Herbert/ Pehl, Klaus* (1983): Evaluation in der Erwachsenenbildung, Bad Heilbrunn/ Obb.: Klinkhardt

*Gesterkamp, Thomas* (2012): Für Männer, aber nicht gegen Frauen, in: Bundeszentrale für politische Bildung Hrsg.) (2012), S.3-10

*Giersberg, Dagmar* (2008): Und dann? 101 Ideen für den Ruhestand, Bielefeld: W. Bertelsmann Verlag

*Gieseke, Wiltrud* (2007): Lebenslanges Lernen und Emotionen, Bielefeld: W. Bertelsmann

*Godde, B./ Voelcker-Rehage, C./Olk, B.* (2016): Einführung Gerontopsychologie, München: Reinhardt

*Hammer, Eckart* (2010): Männer altern anders. Eine Gebrauchsanweisung, Freiburg: Herder

*Hollstein, Walter* (2012): Vom Singular zum Plural: Männlichkeit im Wandel, in: Bundeszentrale für politische Bildung 2012, S. 10-16

*Holzapfel, Günther* (2002): Leib, Einbildungskraft, Bildung. Nordwestpassagen zwischen Leib, Emotion und Kognition in der Pädagogik, Bad Heilbrunn: Klinkhardt

*Holzapfel, Günther* (2004): Nordwestpassagen zwischen Leib, Emotion und Kognition in der Pädagogik, in: Literatur- und Forschungsreport Weiterbildung (27) 1/ 2004, S. 157-163, <https://www.die-bonn.de/doks/holzapfel0402.pdf>

*Holzapfel, Günther* (2007): Gestaltpädagogische Konzepte in der Weiterbildung von Erwachsenenpädagoginnen und –pädagogen, in: Heuer, Ulrike/ Siebers, Ruth (Hrsg.) (2007) Weiterbildung am Beginn des 21. Jahrhunderts. Festschrift für Wiltrud Gieseke, München: Waxmann, S. 135-149, <http://www.gestaltpaed.de/arbeit/theorie/holzapfelkonzeptweiterbildung.pdf>

*Holzapfel, Günther* (2008): Emotion und Kognition in der Erwachsenenpädagogik, in: Arnold, R./ Holzapfel, G. (Hrsg.) (2008): S. 145-171

*Holzapfel, Günther* (2012): „Ist grau wirklich bunt? Männer und das Älterwerden“. Vortrag am 13.5.2012 im Bremer Rathaus auf der Tagung „Bremen alt erleben“ Download bei <http://www.hpsw.uni-bremen.de/inhalt/>

*Jellouschek, Hans* (2011): Wenn Paare älter werden. Die Liebe neu entdecken, Freiburg: Herder

*Kade, Sylvia* (2009): Altern und Bildung, Bielefeld: Bertelsmann, 2. überarbeitete Auflage

*Koch, Rüdiger* (2015): Übergang in den Ruhestand – Unternehmerische Verantwortung und Interessen, in: Prömper, Hans/ Richter, Robert (Hg.)(2015): S. 75-82

*Kucklick, Christoph* (2008): Das unmoralische Geschlecht. Zur Geburt der negativen Andrologie, Frankfurt/a.M.: Suhrkamp

*Kucklick, Christoph* (2012): Das verteuflte Geschlecht. Wie wir gelernt haben, alles Männliche zu verachten. Und warum das auch den Frauen schadet. Ein Essay, in DIE ZEIT, 12 April 2012, Nr. 16, S. 15 – 17

- Künkler-Storath, Wolfgang* (1992): Sag mir, wo die Männer sind. Eindrücke aus einem Projekt an der Bremer VHS mit dem Schwerpunkt „Männer und Altern“, in VHS Kurs- und Lehrgangsdienst, 36. Lieferung 1992, II- 9-Blatt 196-198, hrsg. von der Pädagogischen Arbeitsstelle des DVV, Frankfurt/M.
- Kuntze, Sven* (2011): Altern wie ein Gentleman. Zwischen Müßiggang und Engagement, München: C. Bertelsmann, 5. Aufl.
- Leonhardt, Peter / Prömper, Hans/ Schlegel, Helmut/ Szeimis, Werner*(2015): Bildungsarbeit mit älteren Männern – ein Werkstattgespräch, in: Prömper, Hans/ Richter, Robert (Hg.)(2015), S. 292-304
- Lottmann, Ralf* (2013): Bildung im Alter – für alle? Altersbilder, Ziele und Strukturen in der nachberuflichen Bildung in Deutschland und den USA, Bielefeld: Bertelsmann
- Malessa, Andreas* (2012): Altherrensommer. Männer in der Drittlife-Krise, Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus
- Marsovszky, Magdalena* (2017): Erben des Urvolks. Ungarn ist zum Sehnsuchtsort für Populisten aus aller Welt geworden. Ein Gespräch mit der Kulturwissenschaftlerin M. Marsovszky ....in: Süddeutsche Zeitung Nr. 43, 21 Februar 2017, S. 11
- Meuser, Michael* (2012) Entgrenzungsdynamiken: Geschlechterverhältnisse im Umbruch, in: Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.) (2012), S.17-24
- Nelke, Astrid*: Der Wandel der Geschlechterrollen in den Medien, in: <https://www.politik-poker.de/der-wandel-der-geschlechterrollen-in-den-medien.php>
- Petzold, Hilarion G.* (1985): Mit alten Menschen arbeiten, München: Pfeiffer
- Petzold, Hilarion G.* (2003) Integrative Therapie, Bd. 1, Paderborn: Junfermann, 1. Aufl. 1993, erweiterte und überarb. Ausgabe 2003
- Pilgrim, Volker Elis* (1978): Manifest für den freien Mann, München: Trikont Verlag
- Prömper, Hans/Richter, Robert* (2015): Werkbuch neue Altersbildung. Praxis und Theorie der Bildungsarbeit zwischen Beruf und Ruhestand, Bertelsmann: Bielefeld
- Prömper, Hans* (2015a): Das Leben neu (er)finden? Männer zwischen Beruf und Lebensabend, in: Prömper, Hans/ Richter, Robert (Hg.)(2015), S. 304-316
- Prömper, Hans* (2015b): Auf dem Weg zur Langlebigkeit? Männer sprechen über ihr Altern. Kolloquium, Gruppe und Klostertage, in: Prömper, Hans/ Richter, Robert (Hg.)(2015), S. 316-325
- Prömper, Hans/ Ruffing, Andreas* (2010): Männerbildung – Erkundungen zu einem offenen Lernfeld. Über die Inklusion von Männern in und durch Bildung, in: Erwachsenenbildung, Heft 2, S. 68-72
- Prommer, Elizabeth/ Linke, Christine* (2017) Audiodiversität? [https://www.imf.uni-rostock.de/fileadmin/uni-rostock/Alle\\_PHF/IMF/Forschung/Medienforschung/Audiovisuelle\\_Diversitaet/Broschuere\\_din\\_a4\\_audiovisuelle\\_Diversitaet\\_v06072017\\_V3.pdf](https://www.imf.uni-rostock.de/fileadmin/uni-rostock/Alle_PHF/IMF/Forschung/Medienforschung/Audiovisuelle_Diversitaet/Broschuere_din_a4_audiovisuelle_Diversitaet_v06072017_V3.pdf)
- Ramek, Renate* (2016): Mehr als reiner Wissenserwerb: Lernen in informellen Zusammenhängen, in: BAGSO-Nachrichten: Bildung – ein Leben lang, 03/ 2016, S. 10-12
- Scherf, Henning* (2011): Grau ist bunt. Was im Alter möglich ist, Freiburg: Herder, 3. Aufl.
- Schlink, Bernhard* (2010): Der letzte Sommer, in: Schlink, Bernhard: Sommerlügen, Zürich: Diogenes Verlag, S. 169-210
- Schmidt-Hertha, Bernhard* (2014): Kompetenzerwerb und Lernen im Alter, Bielefeld: Bertelsmann

- Schrimek, Renate/ Bubolz-Lutz, Elisabeth.* (2016): Partizipatives Lernen – ein geragogischer Ansatz, in: Naegele, G./ Obermann, E./ Kuhlmann, A. (Hrsg.): Teilhabe im Alter gestalten. Festschrift zum 25-jährigen Bestehen des Ffg. Wiesbaden
- Sittler, Loring* (2015): Edelstahl statt altes Eisen. Erkenntnisse der Generali Altersstudie 2013, in: Prömper, Hans/ Richter, Robert (Hg.)(2015), S. 15-24
- Tippelt, Rudolf/ Schmidt, Bernhard/ Kuwan, Helmut* (2009): Bildungsteilnahme. In: Tippelt et al. (Hrsg.): Bildung Älterer – Chancen im demographischen Wandel, Bielefeld: W. Bertelsmann Verlag, S. 31-45
- Vanderheiden, Elizabeth* (2015): Alter(n), Ehrenamt und Erwachsenenbildung – Zugänge und Reflexionen, in: Prömper, Hans/ Richter, Robert (Hg.)(2015), S. 49-60
- Venth, Angela* (2011): Was hat Männlichkeit mit Bildung zu tun, Online-Publikation aus der Reihe „text.online“ des Deutschen Instituts für Erwachsenenbildung, Bonn
- Vieregge, Henning von*(2013): Encore Career: Von der Ausnahme zur Normalität, aus: Bundeszentrale für politische Bildung (2013), S. 13-23
- Volz, Rainer/ Zulehner Paul M.* (2009): Männer in Bewegung. Zehn Jahre Männerentwicklung in Deutschland, Herausgeber: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, ein Forschungsprojekt der Gemeinschaft der katholischen Männer Deutschlands und der Männerarbeit der Evangelischen Kirche in Deutschland, Baden-Baden: Nomos Verlag
- Weiderer, Monika* (1994): Das Frauen- und Männerbild im deutschen Fernsehen, in: Medienpsychologie, Jg. 6 (1994), Heft 1, S. 15-34
- Wurm, Susanne/Berner, Frank/Tesch-Römer, Clemens* (2013): Altersbilder im Wandel, in: Bundeszentrale für politische Bildung (Hrsg.)(2013), S. 3-8

---

<sup>1</sup> Die Unterrepräsentanz von älteren Männern in der Allgemeinen Weiterbildung ist in repräsentativen empirischen Untersuchungen von Tippelt/ Schmidt/ Kuwan 2009 (bezogen auf die Bundesrepublik) bestätigt worden (vgl. Lottmann 2013, 111).

<sup>2</sup> Gesterkamp 2012, 6, neuerdings in der Programmatik der neuen Rechten in Europa und Amerika z.B. AfD-Programm Entwurf Punkt XV, 52, u. Punkte 6.1 u. 8.1.2 im Grundsatzprogramm, Marsovsky 2017,11, dort werden die Einflusslinien des faschistoid ausgerichteten Kulturpessimisten J. Evola auf die neue Rechte in Amerika und Europa aufgezeigt

<sup>3</sup> „Das Andere der Vernunft“ haben Böhme/ Böhme 1992 den Körper und die Emotionen genannt. Annäherungen, aber auch gravierende Unterscheidungen zu dieser Position in der Erwachsenenpädagogik finden wir bei Arnold 2005 und Giesecke 2007 (siehe dazu Holzapfel 2002, Kapitel 7, Holzapfel 2008,158-167). Die genannten grundlegenden Merkmale dieser Identitätstheorie sind im vieldimensionalen und komplexen Ansatz von Hilarion Petzold (2003) entwickelt worden, in dem er die verschiedenen Ansätze der Humanistischen Psychologie (Gestalttherapie, Psychodrama, TZI, nondirektive Gesprächstherapie, systemische Ansätze aus der Familientherapie), der Gestaltpsychologie, Psychoanalyse und der phänomenologischen und existentiellen Philosophie, sowie der Neurowissenschaften zu einer der bedeutendsten Beziehungsphilosophien des 20. und 21. Jahrhunderts integriert hat. (Erwachsenen-) Pädagogische Transformationen dieses Identitätskonzeptes bei Holzapfel 2002; Zum dialogischen Verhältnis von Körper/ Leib, Emotion und Kognition Holzapfel 2004,157,162. Bei einschlägigen Grundlagenbestimmungen des Bildungs- und Lernkonzeptes mit und für Ältere ist eine hohe Kompatibilität untereinander und mit den hier vorgeschlagenen zu verzeichnen (Kade,151-221; Bubolz-Lutz/ Gösen/ Kricheldorf, Schramek 2010,66,67, 77-87; Schmidt-Hertha 2014,32,89,90,94;

---

Schramek/ Bubolz-Lutz 2016). Bei der Operationalisierung von Didaktikkonzepten zeigen sich höchstwahrscheinlich größere Unterschiede einschließlich Gegensätzlichkeiten. Dies kann hier aus verschiedenen Gründen nicht näher ausgeführt werden.

<sup>4</sup> Würdigung und Kritik dieser Bücher bei Holzapfel (2012,4)

<sup>5</sup> Für die organisierte Bildungsarbeit und das informelle Lernen fehlen Bücher mit Biographien „normaler“ Männer, normal im Sinne von nicht prominent. Von Prominenten gibt es genügend Biographie-Publikationen. Für „normale“ Frauen gibt es dieses Genre reichlich.

<sup>6</sup> Ich habe durch die Wortwahl verschiedene sexuelle Orientierungen in den Männerveranstaltungen offen halten wollen.

<sup>7</sup> Die Karten für die Ausgangssituation und die Wunschsituation von Walter können aus urheberrechtlichen Gründen hier nicht abgebildet werden.

<sup>8</sup> Einmal sagte ein Mann , als wir uns wieder nach den Kleingruppen im Plenum versammelten, so vor sich hin (es konnten nicht alle seine Äußerung akustisch wahrnehmen): „Der Herr hat mir das Können genommen, möge er mir auch das Wollen nehmen.“ Dies war eine Spur, die ich hätte aufgreifen können. Warum tat ich es nicht? Nicht getraut? Zu starr auf den geplanten nächsten Schritt geschaut? Vorschnelles Antizipieren, dass die Männer bei diesem Thema (noch) nicht bereit sind?