

4 Die fünf Lebensbereiche

Der Mann auf unserem Titelbild blickt (vielleicht) auf der Suche nach sich selbst durch sein Fernrohr. Lassen Sie uns als Gedankenspiel dieses Bild »umdrehen«: Wir blicken von vorn in das Kaleidoskop. Darin finden wir fünf Teile, welche sich in Form und Kombination kontinuierlich verändern und dennoch insgesamt ein Abbild der Identität des Mannes auf der Leiter ergeben. »Ich betrachte mich und werde gesehen« ist als doppelgesichtiger Vorgang gleichsam die Beschreibung von Identität. Diese entsteht dadurch, dass ich mich sehe, fühle, bewerte, vergleiche, Rollen übernehme, usw., und dadurch, dass ich von anderen gesehen werde, dass diese auf mich gefühlsmäßig reagieren, mich bewerten, mir Rollen zuschreiben. In diesem Prozess von Selbst- und Fremdbildern entsteht ein Gefühl und die Vorstellung eines zentralen, relativ konstanten »Ich-Zentrums«, das wir im alltäglichen Sprachgebrauch »Ich-Selbst« nennen. (vgl. Rahm et al. 1993, S. 149). Dieses »Ich-Selbst« entwickelt sich in und aus fünf pragmatisch unterscheidbaren Lebensbereichen:

- dem sozialen Netz,
- der Arbeit,
- der körperlichen Entwicklung,
- der Notwendigkeit, das Leben finanziell zu sichern und
- der Frage, welchen Werten, Normvorstellungen und Visionen der Lebensweg folgt.

4.1 Lebensbereich 1: der Mann in Beziehungen

Wenn der Mann in seiner Lebensgeschichte zurückblickt, sieht er all diejenigen, die ihn in seinem Leben begleitet haben. Ausgehend von seiner Herkunftsfamilie finden sich Nachbarn und Gleichaltrige, Schulkollegen und Ausbildungsbegleiter, Lehrende und Anvertraute, erste Freunde, erste Freundinnen, erste Idole und erste Enttäuschungen. Er hat auch ein inneres Bild »fehlender Personen«, welche er sich zwar gewünscht oder gebraucht hätte, die aber nicht anwesend, vorhanden oder emotional greifbar waren. Wagt er, seinen Kenntnisstand über den eigenen Stammbaum kritisch zu betrachten, in der Geschichte seines Namens nachzuforschen oder transgenerationale Aufträge zu hinterfragen, werden rasch Prägungen aus seiner Geschichte deutlich. »Ein typischer ... eben!« Beim Blick in seine Lebensgeschichte werden wiederkehrende Beziehungsepisoden deutlich. Und es lohnt, der Vergangenheit zugewandt, zu fragen, an wen er gedacht hat, wenn er mit 5 Jahren, mit 15, 20, 40 oder 69 Jahren »Wir« gesagt

hat! Mit dieser einfachen Frage kann der Mann ganz aktuell seinen Standpunkt im eigenen sozialen Netz bestimmen.

- Wer teilt sein Leben?
- Wen trifft er in einer normalen Woche?
- Mit wem feiert er die Lebensfeste?
- Mit wem muss er Verbindung halten?
- An wen denkt er in schwierigen oder schönen Stunden?
- Wer ist in diesen Stunden tatsächlich an seiner Seite?
- Welchen Gruppen empfindet er sich zugehörig?
- Mit welchen Anliegen kommen Personen zu ihm?
- Hat er mit den ihm wichtigsten Personen auch wirklich Kontakt?
- Wird er mit seinen ihm wichtigen Anliegen wahrgenommen?

In diesen Fragen zeigt sich schon, dass die tatsächliche »personelle Ausstattung des Lebensfilms« weniger entscheidend ist als vielmehr seine Erlebnisse mit den konkreten Personen.

- Fühle er sich im sozialen Netz gehalten oder verliert er darin seine Energie?
- Hat er viele Nummern im Handy und ist doch einsam?
- Kann er vor lauter Optionen nichts verwirklichen?
- Hat er vor lauter Flexibilität nur ein müdes Lächeln über eine Feier anlässlich einer 40-jährigen Vereinsmitgliedschaft?
- Hat er zugunsten von Ehefrau und Kindern die neue Arbeitsstelle nicht angetreten?
- Ist er mit serieller Monogamie glücklich oder in der Angst vor Verletzung gefangen?
- Ist er in einer Patchworkfamilie am fehlenden gemeinsamen »Wir« zerbrochen oder erstmals im Leben »angekommen«?

4.2 Lebensbereich 2: der Mann in der Arbeitswelt

Es muss an dieser Stelle nicht noch einmal betont werden, wie wichtig der Bereich der Arbeit für Männer ist. In der differenzierten Betrachtung erweist sich das Thema »Arbeit und Leistungsfähigkeit« trotz seiner »Selbstverständlichkeit« dennoch hoch komplex. Jeder standardisierte Lebenslauf listet chronologisch alle Arbeitsstellen auf. Spannender ist aber die Frage, ob der Mann auch das geworden ist, was er für sich angestrebt hatte.

- Wie bewertet er seine eigenen Leistungsbereitschaft und seine Leistungsfähigkeit im Hinblick auf die jeweiligen konkreten Arbeitsaufgaben? Ist es ihm gelungen, eine seinem inneren Tempo entsprechende Arbeit zu finden?