


Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
Fakultät Wirtschaft und Soziales
Department Soziale Arbeit
Master Soziale Arbeit

**Eine qualitative Untersuchung
der Zukunftsperspektiven von verwitweten Frauen*
am Beispiel einer Service-Wohnanlage
in einem urbanen Ballungsraum**

Master-Thesis zur Erlangung des akademischen
Grades Master of Arts Soziale Arbeit

eingereicht von Lynn Frieda Huneke


am 26.09.2024

Erstgutachter*in: Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Dörte Naumann
Zweitgutachter*in: Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Efthimia Panagiotidis

Kurzfassung

Die Lebenslagen von verwitweten Frauen* im Alter sind u. a. geprägt von einer Feminisierung des Alters, einer zunehmenden Singularisierung und der weltweiten Benachteiligung von Frauen*. Kritische Lebensereignisse wie Verwitwung und der Umzug ins Service-Wohnen (SW) stellen einschneidende Erlebnisse dar, die von den Betroffenen Anpassungs- und Bewältigungsleistungen erfordern. Ziel der Arbeit ist es, herauszufinden, wie Frauen* nach dem Übergang in das SW ihre Zukunftsperspektiven gestalten und welche Bewältigungsstrategien sie dabei nutzen. Dazu wurde eine qualitative Studie im Forschungsstil der Grounded Theory durchgeführt, in dessen Rahmen episodisch-narrative Interviews mit vier Frauen aus einer Service-Wohnanlage (SWA) in Deutschland erhoben wurden. Die Frauen repräsentieren vier unterschiedliche Typen der Zukunftsgestaltung, welche auf einem Kontinuum von „suchend“ bis „konsolidiert“ einsortiert wurden. Die Ergebnisse zeigen, dass die Gestaltung der Zukunftsperspektiven nach dem Übergang ins SW vielfältig sind und von unterschiedlichen Faktoren beeinflusst werden. Dazu zählen u. a. die individuellen Lebensbedingungen und Lebensgeschichten der Frauen, ihre individuellen Ressourcen sowie ihr soziales Netzwerk und ihr Kohärenzgefühl.

Schlüsselwörter: kritische Lebensereignisse, Verwitwung, Service-Wohnen, Bewältigung, Zukunftsperspektiven, Deutschland

Abstract

The life situations of widowed women* in old age are shaped by factors such as the feminization of old age, increasing singularization and the global disadvantage of women*. Critical life events such as widowhood and the transition into service living are drastic experiences that require adaptation and coping skills from those affected. The aim of the study is to find out how women* shape their future perspectives after transitioning to service living and which coping strategies they use. To this end, a qualitative study was conducted in the research style of grounded theory using episodic-narrative interviews with four women from a service living complex in Germany. The women represent four different types of how to shape the future which are categorized along a continuum from "searching" to "consolidated". The results show that the formation of future perspectives after the transition to service living is diverse and influenced by various factors. These include the women's individual living conditions and life stories, their individual resources, their social network and their sense of coherence.

Keywords: critical life events, widowhood, service living, coping, future perspectives, Germany

Inhaltsverzeichnis

Kurzfassung	II
Inhaltsverzeichnis	III
Abbildungsverzeichnis	V
Tabellenverzeichnis	VI
Abkürzungsverzeichnis	VII
Vorwort	8
1. Einleitung	9
2. Gestaltung von Übergängen	13
2.1 Kritische Lebensereignisse	14
2.1.1 Verwitwung.....	16
2.1.2 Pflegebedürftigkeit	20
2.1.3 Ruhestand.....	24
2.1.4 Bewältigung von kritischen Lebensereignissen	26
2.2 Das Konzept der Salutogenese	28
2.3 Die Kontinuitätstheorie	31
2.4 Die sozioemotionale Selektivitätstheorie.....	33
3. Forschungsdesign	35
3.1 Besonderheiten bei der Forschung mit älteren Menschen.....	38
3.2 Erhebungsinstrument – das episodisch-narrative Interview.....	39
3.3 Sampling und Setting	43
3.4 Analyse- und Auswertungsverfahren	49
4. Darstellung der Auswertungsergebnisse	55
4.1 Deskription	55
4.1.1 Rolle als Witwe finden.....	57
4.1.2 Umzug bewältigen und Ankommen im Service-Wohnen	60
4.1.3 Alltag gestalten.....	64
4.1.4 Soziale Beziehungen aufbauen	69
4.2 Fokusanalyse	74
4.2.1 Frau Beck: „Ich hau so viel ab, wie ich kann!“	75
4.2.2 Frau Stoll: „Ich habe noch was zu erfüllen!“	77
4.2.3 Frau Seidel: „Ich habe das Ziel trauernden Menschen zu helfen!“	80
4.2.4 Frau Peters: „Meine sozialen Kontakte, die muss ich jetzt erst aufbauen!“	82
4.3 Vergleich	85

5. Diskussion und Schlussbetrachtung	88
5.1 Diskussion der Forschungsergebnisse	91
5.2 Reflexion	94
5.3 Fazit und Ausblick	96
Literaturverzeichnis	100
Anhang	105
Interviewleitfaden	105
Transkription Frau Beck	108
Transkription Frau Peters	123
Transkription Frau Seidel	140
Transkription Frau Stoll	153
Liste der Codes	165
Eidesstattliche Erklärung	167

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Modell der Salutogenese (Faltermaier/Antonovsky)	29
Abbildung 2: Kategoriensystem axiales und selektives Kodieren	56
Abbildung 3: Schaubild selektives Kodieren	74

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Soziodemografische Merkmale des Samples	45
Tabelle 2: Übersicht „Rolle als Witwe finden“	57
Tabelle 3: Übersicht „Umzug bewältigen und Ankommen im Service-Wohnen“	61
Tabelle 4: Übersicht „Alltag gestalten“	65
Tabelle 5: Übersicht „Soziale Beziehungen aufbauen“	69
Tabelle 6: Übersicht der Typen und ihrer Merkmale	85

Abkürzungsverzeichnis

BMFSFJ	Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
COVID-19	Coronavirus disease 2019
Destatis	Statistisches Bundesamt
EU-SILC	European Union Statistics on Income and Living Conditions
SW	Service-Wohnen
SWA	Service-Wohnanlage

Vorwort

In dem interdisziplinären Studienbuch „Lehrbuch Gerontologie“ schreibt Stefanie Klott, dass „die Soziale Arbeit in der Beratung, Betreuung und Begleitung älterer und hochbetagter Menschen sowie ihres Umfeldes eine immer wichtigere Rolle“ spielt und merkt an, dass „die Beiträge der Sozialen Arbeit zur gerontologischen Theoriebildung bisher als eher marginal zu bezeichnen“ (Stefanie Klott 2014: 61) sind. In einem großen Teil meines Bachelor- und Masterstudiums der Sozialen Arbeit habe ich mich in der Theorie und Praxis dem Studienschwerpunkt „Altenarbeit“ gewidmet. Diese Masterarbeit stellt meinen Beitrag der Sozialen Arbeit zur Theoriebildung dar.

Mit Blick auf den demografischen Wandel, die Feminisierung des Alters, die zunehmende Singularisierung und die weltweite Benachteiligung von Frauen*, ist es mir eine Herzensangelegenheit innerhalb dieser Arbeit, die enorme Lebensleistung von vier Frauen sichtbar zu machen und anzuerkennen sowie die Bilder auf Alter(n) positiv zu beeinflussen.

Zudem möchte ich an dieser Stelle folgenden Personen von Herzen danken.

Den vier interviewten Frauen, die mir ihr Vertrauen geschenkt und ihre Lebensgeschichten mit mir geteilt haben.

Meiner Erstbetreuerin Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ phil. Dörte Naumann, für den fortwährenden und intensiven Austausch während des gesamten Prozesses der Masterarbeit, von der Idee bis zum Endergebnis und für den stets ermutigenden Zuspruch.

Meiner Zweitbetreuerin Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Eftimia Panagiotidis, die mithilfe ihres Masterseminars „Lebenslagenanalyse“ die Grundlage für diese Arbeit geschaffen hat.

Allen Lehrenden an der HAW Hamburg im Department Soziale Arbeit, die mich in den vergangenen sieben Jahren gefördert und geprägt haben, besonders Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Irena Medjedović, Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Annita Kalpaka, Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Susanne Vaudt, Prof. Dr. Jack Weber, Prof. Dr. Harald Ansen, Prof. Dr. Dieter Röh, Volker Heer-Rodiek und Prof. Dr. Andreas Langer.

Meiner Lektorin, Korrektorin und Schwester Alessa Huneke, die abgesehen von meinen Abschlussarbeiten, sieben Jahre lang meine unzähligen Hausarbeiten korrigieren musste.

Meiner Lektorin und Korrektorin Beate Kammigan, die diese Forschungsarbeit möglich machte und meinen beruflichen Werdegang mitprägte.

Meiner Lektorin, Korrektorin und Freundin Alina Borowski, die einen wesentlichen Teil dazu beitrug, dass ich trotz Pandemie mein Bachelorstudium beendete.

Meinen Eltern, Britta und Karl-Otto, und meiner besten Freundin, Jule, die mir immer Mut zusprechen und an mich glauben.

1. Einleitung

„In der über 60-jährigen Bevölkerung Europas sind Frauen häufiger als Männer von den einigen Risikofaktoren für Depressionen betroffen. Sie sind zu deutlich höheren Anteilen verwitwet, haben einen niedrigeren Bildungsstand und verfügen etwas häufiger nur über unzureichende finanzielle Mittel. Auch von gesundheitlichen Problemen wie Schmerzen, gesundheitsbedingten Einschränkungen im Alltag und chronischen Erkrankungen sind Frauen in stärkerem Maße betroffen als Männer.“ (Schmitz 2021: 108)

Dieser Auszug aus der sozialwissenschaftlichen Dissertation von *Alina Schmitz* über Geschlechterunterschiede bei Depressionen im Alter zeigt einige der Herausforderungen auf, vor denen Frauen* der Altersgruppe ab 60 Jahren in Europa aktuell stehen. Bedingt durch die höhere Lebenserwartung von Frauen*, die 2022 in Deutschland bei 83,0 Jahren, im Gegensatz zu der Lebenserwartung von Männern*, die bei 78, 2 Jahren lag, bilden Frauen* die soziodemografische Mehrheit. Infolgedessen lässt sich von einer Feminisierung des Alters ausgehen (vgl. Höpflinger 2014: 178; Statistisches Bundesamt 2024a). Neben den von *Schmitz* bereits genannten Herausforderungen, ist auch Altersarmut ein überwiegend weibliches Problem (vgl. Butterwegge/Hansen 2012). Frauen* sind im Alter einem deutlich höheren Armutsrisiko ausgesetzt als Männer*, was sich unter anderem durch unterbrochene Erwerbs- und Bildungsbiografien, Benachteiligungen am Arbeitsmarkt und damit einhergehende geringere Rentenanprüche, unbezahlte Care-Arbeit sowie ein geringeres Maß an finanzieller Bildung erklären lässt. Folglich sind Frauen* einer höheren ökonomischen Vulnerabilität als Männer* ausgesetzt. Die europäische Erhebung über Einkommen und Lebensbedingungen (European Union Statistics on Income and Living Conditions; EU-SILC) aus dem Jahr 2023 kommt zu folgenden Ergebnissen: Frauen* ab 65 Jahren beziehen Alterseinkünfte von rund 18 700 Euro brutto im Jahr, wohingegen Männer* rund 25 600 Euro erhalten. Das geschlechtsspezifische Gefälle bei den Alterseinkünften, auch als Gender Pension Gap bezeichnet, beträgt für das Jahr 2023 demnach 27,1 %. Das bedeutet, dass die Alterseinkünfte von Frauen* im Durchschnitt mehr als ein Viertel niedriger als die von Männern* waren. Zu den Alterseinkünften zählen Altersrenten, Hinterbliebenenrenten, Hinterbliebenenpensionen und Renten aus individueller privater Vorsorge. Abzüglich der Hinterbliebenenrenten beträgt die geschlechtsspezifische Lücke 39,4 %. Der Anteil der Frauen* ab 65 Jahren, die als armutsgefährdet gelten, beträgt 20,8 %. Bei den Männern* derselben Altersgruppe sind es 15,9 %. Somit gilt gut jede fünfte Frau* ab 65 Jahren als armutsgefährdet (vgl. Butterwegge/Hansen 2012: 113ff.; Fey/Wagner 2023: 58; Statistisches Bundesamt 2024b).

Filipp und *Aymanns* (2018: 363) stellten durch die Analyse verschiedener Studien zu Geschlechterunterschieden in der Belastung durch kritische Lebensereignisse fest, dass „Frauen viel häufiger mit einer schweren Erkrankung ihres Manns konfrontiert sind und/oder häufiger eine Verwitwung erleben als Männer“. 2019 waren in Deutschland 38,3 % der alleinlebenden Frauen* verwitwet. Bei den alleinlebenden Männern* hingegen waren 10,2 % verwitwet (vgl.

Bundeszentrale für politische Bildung 2021). Dies ist u. a. zurückzuführen auf die Lebenserwartung von Frauen* (vgl. Höpflinger et al. 2013: 268). Frauen* trifft der Partner*innenverlust allerdings öfter im höheren Lebensalter, was bedeutet, dass „es je nach Lebenssituation der betroffenen Person Unterschiede in der Auswirkung von Verwitwung gibt“ (Tesch-Römer 2010: 132).

Durch die demografische Alterung gewinnt auch die Frage des Wohnens im Alter immer mehr an Bedeutung (vgl. Fuchs et al. 2022: 31). Nach Ergebnissen der EU-SILC lebten im Jahr 2022 vor allem ältere Menschen EU-weit überdurchschnittlich allein¹. In Deutschland wohnten 45 % der ab 65-jährigen Frauen* allein, wohingegen unter den Männern* nur 21 % alleinlebend waren (vgl. Statistisches Bundesamt (Destatis) 2023). Die überwiegende Mehrheit der älteren Menschen verbleibt im eigenen Hausstand. Im Jahr 2020 lebten nur etwa 4 % der über 65-Jährigen in einem Pflege- oder Altenheim, auch institutionelles Wohnen genannt. Bei den über 85-Jährigen lebten weniger als ein Fünftel (18 %) in einer solchen Einrichtung (vgl. Destatis 2021). Im organisierten Wohnen, wie z. B. Service-Wohnen (SW) und ambulant betreute Wohngemeinschaften, lebten weniger als 3 % der über 65-Jährigen (vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) 2017: 224; Fuchs et al. 2011: 38ff.). Die Statistiken zeigen, dass im Schwerpunkt weiterhin das private Wohnen im Alter am häufigsten vertreten ist und alternative Wohnformen nach wie vor eine untergeordnete Rolle spielen. Dennoch etabliert sich seit einigen Jahren der vielfältige Markt für SW, da sich u. a. „die Ansprüche an das Wohnen und die Erfordernisse der räumlichen Gestaltung des Wohnbereichs“ mit zunehmenden Alter verändern (vgl. Backes/Clemens 2013: 247). Dadurch ist der Umzug im Alter ein weit verbreitetes Ereignis. Zentrale Umzugsmotive im Alter sind das Bedürfnis nach altersgerechtem Wohnen und Sicherheit sowie der Wunsch nach Selbständigkeit und Nähe zur Familie (vgl. ebd.: 249ff.).

Hinsichtlich der aufgezeigten Entwicklungen steht die Gesellschaft vor der Aufgabe das Thema Alter(n) in den Blick zu nehmen. Doch was heißt Alter(n) und welches Bild von älteren und alten Menschen besteht derzeit in unserer Gesellschaft? Alter und Altern sind gesellschaftliche Konstruktionen, geprägt durch kulturelle Zuschreibungen sowie politische, wirtschaftliche und institutionelle Einflüsse (vgl. Stadelbacher/Schneider 2020: 2f.). „Alt wird oder ist man nicht einfach, sondern man wird ‚alt gemacht‘, wobei gesellschaftliche Marker nahe- oder festlegen, was Altwerden und Altsein heißt, wer jeweils damit wie adressiert wird und sich mit den entsprechenden Zuschreibungen auseinandersetzen muss“ (ebd.: 3). Ein rein analytischer Blick auf das Alter reicht jedoch nicht aus, um dessen Bedeutung zu erfassen. Es ist

¹ Alleinlebende sind Personen, die in einem Einpersonenhaushalt leben.

notwendig, das Verhältnis der verschiedenen Lebensphasen – Kindheit, Jugend, mittleres Lebensalter und hohes Lebensalter – zueinander zu betrachten, da sich Alter im sozialen Vergleich entwickelt und manifestiert (vgl. Stadelbacher/Schneider 2020: 3; Höpflinger 2014: 163ff.). Wobei die Phasen des Alterns je nach Konzept nochmals in vier Phasen differenziert werden in: noch erwerbstätige Senior*innen (ab 50 Jahren), gesundes Rentenalter oder auch drittes Lebensalter genannt (ab 65 Jahren), Lebensalter verstärkter Fragilisierung oder auch viertes Lebensalter genannt und Pflegebedürftigkeit gegen Lebensende (Hochaltrigkeit). Allerdings erleben nicht alle Menschen alle Phasen und wenn diese eintreten, dann können sie zu unterschiedlichen Alterszeitpunkten beginnen sowie unterschiedlich lang andauern (vgl. Höpflinger 2014: 166ff.). Altern ist ein Prozess des Durchlaufens verschiedener Institutionen und Lebensphasen, die jeweils mit spezifischen Aufgaben und Zielen verbunden sind. Alternsprozesse verlaufen weder einheitlich noch deterministisch und sind je nach Kultur eine spezifische Form der Vergesellschaftung des Menschen. Der gesamte Lebenslauf wirkt sich auf das Leben im Alter aus (vgl. Backes/Clemens 2013: 162ff., Stadelbacher/Schneider 2020: 3f.). Die Bilder von Alter(n) bewegen sich in Stereotypen sowie dynamischen Vorstellungen mit positiv und negativ konnotierten Attributen von passiv, fragil, abhängig bis hin zu aktiv, kreativ gestaltend (vgl. Höpflinger 2014: 163ff.; Pichler 2020: 571). Beispielsweise widerlegten *Huxhold* und *Henning* (2023) mit ihrer Studie das Vorurteil, dass ältere Menschen von einem besonders hohen Risiko der Einsamkeit betroffen sind. Ihre Analyse ergab marginale Altersunterschiede beim Risiko im Alter zwischen 40 und 90 Jahren einsam zu werden, aber ein deutliches Altersgefälle beim Risiko einsam zu bleiben. Ab einem Alter von 75 Jahren stieg das Risiko auch nach drei Jahren noch einsam zu bleiben drastisch an (vgl. Huxhold/Henning 2023: 1668ff.).

Vor dem Hintergrund der zuvor beschriebenen Wirklichkeiten sowie der beruflichen Erfahrungen der Autorin, entwickelte diese das Vorhaben an dem Erforschen der Lebenswelten von verwitweten Frauen* im Alter. Lebenslagen sind vielfältig und geprägt von Übergängen. Besonders Frauen*, die Verwitwung als ein kritisches Lebensereignis erfahren, müssen in verschiedenen Dimensionen ihrer Lebenslage, wie soziale Sicherung, physische und psychische Gesundheit sowie soziale Integration, verschiedene Umbrüche parallel bewältigen. Dadurch werden sie massiv in ihrer Anpassungsleistung herausgefordert. Für die Gestaltung ihrer Zukunftsperspektiven stehen für die verwitweten Frauen* Entscheidungen an, die u. a. häufig mit einer Veränderung der Wohnform und/oder des Wohnortes verbunden sind. Eine Möglichkeit für Frauen* ab ca. 60 Jahren stellt der Umzug in eine Service-Wohnanlage (SWA) dar. Er ermöglicht die Selbständigkeit in einer eigenen Wohnung und verspricht gleichzeitig eine Integration in eine Gemeinschaft.

Um das Forschungsinteresse an den Lebenswelten von verwitweten Frauen* im Alter umzusetzen, entschied sich die Autorin für die Durchführung einer qualitativen Studie mit episodisch-narrativen Interviews im Setting einer Service-Wohnanlage in einem urbanen Ballungsraum von Deutschland. Die Vorgehensweise des Forschungsprozesses folgt dem Forschungsstil der Grounded Theory. Die zentrale Forschungsfrage, die sich im Laufe des Forschungsprozesses herauskristallisierte und im Rahmen dieser Arbeit beantwortet werden soll, lautet folgendermaßen: Wie gestalten verwitwete Frauen* nach dem Übergang in eine Service-Wohnanlage ihre Zukunftsperspektiven?? Ziel der Arbeit ist die Strukturiertheit des Phänomens „Zukunftsperspektiven“ und das Spektrum seiner Ausprägungen aus Sicht der Frauen zu erfassen (vgl. Przyborski/Wohlrab-Sahr 2021: 230).

Die vorliegende Arbeit gliedert sich in fünf Kapitel. Nach der Einleitung folgt das zweite Kapitel, welches sich der Kontextualisierung des Forschungsfeldes widmet. Hierbei liegt der Themenschwerpunkt auf der Gestaltung von Übergängen und umfasst die Erläuterung kritischer Lebensereignisse und deren Bewältigung sowie theoretischer Zugangsformen, die bei der Datenanalyse der Forschungsergebnisse als sensibilisierende Konzepte dienen. Im Fokus des dritten Kapitels steht das Design der durchgeführten Forschungsarbeit. Zunächst erfolgt ein Blick auf die qualitative Sozialforschung und die zu beachtenden Besonderheiten bei der Forschung mit der spezifischen Population ältere Menschen. Danach folgen die Erläuterung des Erhebungsinstruments, des Samplings und Settings sowie des Analyse- und Auswertungsverfahrens. Im vierten Kapitel werden in drei Schritten die Forschungsergebnisse vorgestellt: in einem deskriptivem Teil, einer Fokusanalyse und einem Vergleich. Darauf aufbauend erfolgen im fünften und letzten Kapitel die Zusammenfassung und Diskussion der Forschungsergebnisse, eine kritische Reflexion der Arbeit sowie ein Fazit und Ausblick.

² Da sich die interviewten Personen dem weiblichen Geschlecht zuordnen, wird im Folgenden auf den non-binären-inklusiven Genderstern verzichtet, wenn von den interviewten Frauen geschrieben wird.

2. Gestaltung von Übergängen

„Das Leben bringt in seinem Verlauf zahlreiche, mehr oder weniger absehbare Phasen des Übergangs mit sich, die mit vielfältigen Veränderungen – beispielsweise des sozialen Status, der Lebenslage oder der Kontextbedingungen – einhergehen.“ (Franke et al. 2017: 6)

Die Biografie eines jeden Menschen ist geprägt von Übergängen. Im Kindes- und Jugendalter sind die Übergänge zumeist erwartbar wie z. B. der Eintritt in die Kindertagesstätte oder in das Berufsleben. Im mittleren und hohen Alter dagegen treten diese zumeist unvorhergesehen oder überhaupt nicht ein. Ereignisse wie eine Verwitwung, der Beginn der Rente und eine beginnende Pflegebedürftigkeit sind Beispiele für auslösende Ereignisse eines Übergangs. Solche Ereignisse und die darauffolgenden Übergänge erfordern Strategien zur Bewältigung der erlebten Veränderungen und Umbruchsituationen (vgl. ebd.; Backes/Clemens 2013: 177f.). Franke et al. (2017: 6) vertreten die Auffassung, dass die Auswirkungen von Übergängen sowohl positiv als auch negativ sein können: „Je nachdem in welcher Lebenssituation sie eintreten und welche Ressourcen und Rahmenbedingungen diese kennzeichnen, können Übergänge für die Betroffenen eine positive Entwicklung darstellen oder äußerst belastend sein [...]“. In diesem Kapitel werden kritische Lebensereignisse definiert. Anschließend folgt die Erläuterung ausgewählter, typischer Übergänge in der Lebensphase Alter sowie dessen Auswirkungen und der Umgang mit bzw. die Bewältigung von kritischen Lebensereignissen. Danach werden verschiedene theoretische Zugangsformen dargelegt, die bei der Datenanalyse der Forschungsergebnisse informieren können und als sensibilisierende Konzepte dienen.³ Dies beinhaltet das Konzept der Salutogenese, die Kontinuitätstheorie und die sozio-emotionale Selektivitätstheorie.

Vorab erfolgt an dieser Stelle ein kurzer Exkurs zum SW, um zu verdeutlichen, wie diese Wohnform aussehen kann. SW für ältere Menschen, den meisten eher bekannt als Betreutes Wohnen, ist kein bundesweiter gesetzlich geschützter Begriff, wodurch sich Leistungsangebote und Kostenstrukturen der Wohnanlagen stark unterscheiden. Seit dem Jahr 2006 gibt es Mindestanforderungen für die Qualitätsstandards der Wohnanlagen gemäß der DIN 77800 (vgl. Kempf 2015: 39f.). Das Hamburger Landesrecht sieht in seinem Wohn- und Betreuungsqualitätsgesetz („Hamburgisches Wohn- und Betreuungsqualitätsgesetz“ - HmbWBG) Regelungen und Standards für Service-Wohnanlagen vor. Das Gesetz wurde am 15.12.2009 verfasst, ist seit dem 01.01.2010 gültig und berücksichtigt SW für ältere Menschen, Wohngemeinschaften für pflegebedürftige und behinderte Menschen, Wohneinrichtungen wie Pflegeheime,

³ Auf die Vorgehensweise dieser empirischen Arbeit, welche im Forschungsstil der Grounded Theory erfolgte, wird im Forschungsdesign (Kapitel 3) genauer eingegangen.

Gasteinrichtungen sowie ambulante Pflegedienste und Dienste der Behindertenhilfe. Ein wesentliches Anliegen des Gesetzes und der Verordnungen besteht darin, die Verbraucher*innen zu schützen. Durch differenzierte Anforderungen an die verschiedenen Wohn- und Betreuungsformen werden mehr Informationsmöglichkeiten geschaffen und eine größere Transparenz in Bezug auf Leistungen und Kosten sichergestellt. Für den zuletzt genannten Punkt nimmt die Aufsichtsbehörde als Kontrollinstanz eine wichtige Rolle ein. Das Leistungsprofil von Service-Wohnen umfasst altersgerechtes Wohnen mit Betreuungs- und Wahlleistungen, wie z. B. ein Hausnotrufgerät bei Notfällen, ein Veranstaltungsprogramm und Beratung bei persönlichen Angelegenheiten. Die Leistungen können bei Bedarf in Anspruch genommen werden und sollen die Bewältigung des Alltags erleichtern (vgl. Backes/Clemens 2013: 257; Deutsches Institut für Normung e.V. 2007: 586). In der Regel beinhalten die Betreuungskonzepte von Service-Wohnanlagen die Bausteine Sicherheit, Integration und Emanzipation. Sicherheit steht für ein möglichst barrierefreies und geschütztes Wohnumfeld. Zudem sollen Bewohner*innen in die Hausgemeinschaft und das Wohnumfeld (Stadtteil und Gesellschaft) integriert werden. Emanzipation soll als eine selbstständige und selbstbestimmte Lebensweise verstanden werden, in der sich die Bewohner*innen aktiv in der Wohnanlage beteiligen z. B. durch ein ehrenamtliches Engagement oder selbstinitiierte Projekte (vgl. interne Dokumente einer SWA⁴).

2.1 Kritische Lebensereignisse

Eine routinierte Alltagsgestaltung erleichtert Menschen mit zunehmendem Alter eine selbstständige und autonome Lebensführung, selbst wenn erste körperliche oder kognitive Beeinträchtigungen auftreten. Durch die Vertrautheit der wiederkehrenden Situationen und die relative Vorhersagbarkeit ihres Alltags, wird ein vorausschauendes Handeln und ein zuverlässiges Abrufen bewährter Verhaltensweisen möglich (vgl. Franke et al. 2017: 11). Bereits 1971 prägten *Glaser* und *Strauss* den Begriff der „Statuspassagen“, welche den Übergang von einem sozialen oder biografischen Status in den anderen innerhalb eines Lebenslaufs, wie z. B. die Eheschließung, beschreiben (vgl. ebd.: 10; Backes/Clemens 2013: 178). „Mit einer Statuspassage können über lange Zeit gelebte und erprobte soziale Rollen, [...] ihre Funktion verlieren und die damit verbundenen Verhaltensweisen, Erwartungen und Normen sich verändern“ (Franke et al. 2017: 10f.). Allerdings wird die Passage erst zu einem kritischen Lebensereignis, „wenn das Ereignis, dessen Ablauf oder dessen Folgen die Integrität des Individuums existen-

⁴ Diese internen Dokumente werden aufgrund der Anonymisierung der Daten und des Datenschutzes nicht im Literaturverzeichnis aufgeführt.

tiell in Frage stellen“ (Franke et al. 2017: 11). Sie können einen Wendepunkt im Leben markieren, der mit grundlegenden Veränderungen einhergeht. Wenn ein Übergang als kritisches Lebensereignis erlebt wird, haben die Betroffenen Schwierigkeiten bei der Bewältigung des Ereignisses sowie der Wiederherstellung ihres Wohlbefindens. Es wird als einschneidendes, den Alltag einschränkendes Erlebnis wahrgenommen, welches durch die vorhandenen Ressourcen der Betroffenen zumeist nicht allein bewältigt werden kann. Beispiele für kritische Lebensereignisse sind Trennungen von geliebten Personen und der Verlust dieser durch den Tod, der Verlust des Heimatortes durch einen erzwungenen Wohnortswchsel, der Verlust des Hörvermögens, die Bedrohung des Bedürfnisses nach körperlicher Unversehrtheit und Erfahrungen, die das soziale Ansehen eines Menschen hinterfragen (vgl. Filipp/Aymanns 2018: 31; Franke et al. 2017: 10f.). Der Eintritt eines kritischen Lebensereignisses geschieht oft unerwartet und kann als massiver Kontrollverlust wahrgenommen sowie von existenziellen Ängsten begleitet werden (vgl. Franke et al. 2017: 11). Die Ereignisse versetzen Menschen in einen Zustand, der geprägt ist von Stress und psychischer Anspannung. Demnach erfordern kritische Lebensereignisse psychosoziale Anpassungs- und Bewältigungsleistungen von den Betroffenen, da ihr Lebensgefühl beeinträchtigt sowie ihre psychische und soziale Identität bedroht sein können. Hierfür sind die Entwicklung und Anwendung von sogenannten „coping“-Strategien nötig, um die Balance im alltäglichen Leben wiederherzustellen (vgl. Backes/Clemens 2013: 177f.; Filipp/Aymanns 2018: 31f.). Besonders für ältere Menschen kann es herausfordernd sein, neue Anpassungsleistungen zu erbringen. Obwohl ältere Menschen oft auf einen großen Erfahrungsschatz an Bewältigungsstrategien zurückgreifen können, liegen die kritischen Lebensereignisse, die zumeist im höheren Alter auftreten, häufig außerhalb ihres alltäglichen Erfahrungshorizonts. Bei Übergängen, wie dem Eintritt in den Ruhestand, der Pflegebedürftigkeit oder der Verwitwung, fehlen oft erprobte Bewältigungsstrategien, selbst im Falle des Ruhestands, der in der Regel langfristig vorbereitet wird. Zusätzlich nehmen mit dem Alter wichtige individuelle, soziale, kulturelle und ökonomische Ressourcen ab, z. B. durch den Verlust sozialer Netzwerke, ein verringertes Einkommen oder chronische Gesundheitsprobleme, was die Anpassung an Veränderungen erschwert. Wenn soziale und ökonomische Ressourcen fehlen, die zur Bewältigung des Übergangs nötig wären, ist es noch schwieriger für die Betroffenen, den Übergang erfolgreich zu bewältigen. Die Konsequenz ist Überforderung.

Filipp und Aymanns (2018) haben Merkmale zusammengetragen, die der Präzisierung der Kennzeichen eines kritischen Ereignisses, dienen. Dazu zählen die Schädigung der Person-Umwelt-Passung, eine Verlustthematik, ein affektiver Gehalt, die Erschütterung des Selbst- und Weltbildes, eine mangelnde Vorhersehbarkeit und eine mangelnde Kontrollierbarkeit. Dabei ist zu berücksichtigen, dass jedes Ereignis eine einmalige Gestaltung einzelner Merkmale

aufweist und nicht immer durch alle Merkmale in gleichem Maße beschrieben wird (vgl. Filipp/Aymanns 2018: 57ff.). Das Passungsgefüge zwischen der Person und ihrer Umwelt ist eine für die vorliegende Arbeit wichtige Akzentuierung, weshalb dieses nachfolgend näher beleuchtet wird. Durch das kritische Lebensereignis wird das bisher aufgebaute Passungsgefüge der Person und ihrer Umwelt ge- oder zerstört, womit eine Neuordnung erzwungen wird. Die Betroffenen werden aus ihrem Alltag gerissen, sodass dieser nicht mehr durch ihre üblichen Handlungsroutinen wiederhergestellt werden kann. Ihr Leben scheint nicht mehr dasselbe zu sein, wie es vor dem Ereignis war, genauso wie die Person zukünftig eine andere sein wird. Die Ursache von dem geschädigten Passungsgefüge kann sowohl in äußeren Veränderungen der Lebenslage liegen als auch in dem Inneren der Person, in Form von tiefgreifenden Erschütterungen (vgl. Filipp/Aymanns 2018: 31, 58). Das nachfolgende Zitat verdeutlicht, dass die Bedeutung und Auswirkungen eines kritischen Ereignisses stets individuell im jeweiligen Kontext betrachtet werden müssen:

„Mit dem Verweis auf das Passungsgefüge geht einher, dass das, was Ereignisse als »kritisch« ausweist, letztlich relational bestimmt werden muss und jedes Ereignis erst mit Blick auf die davon betroffene Person mit ihren je vorfindbaren Verwundbarkeiten und Ressourcen und auf ihren Lebenskontext seine spezifische Bedeutung erhält.“ (Filipp/Aymanns 2018: 31)

Die Schlussfolgerung dieser Aussage ist, dass das gleiche Lebensereignis von Mensch zu Mensch unterschiedlich belastend erlebt wird und die Bewältigung ebenso unterschiedlich gelingt (vgl. Franke et al. 2017: 12).

Mit Blick auf das untersuchte Sample dieser Forschungsarbeit, werden innerhalb der folgenden Unterkapitel die Verwitwung (2.1.1) und der Beginn einer Pflegebedürftigkeit (2.1.2) als kritische Lebensereignisse bzw. Übergangereignisse ausführlich thematisiert. Der Eintritt in den Ruhestand (2.1.3) wird lediglich thematisch angeschnitten. Abschließend erfolgt die Thematisierung der Bewältigung von kritischen Lebensereignissen (2.1.4).

2.1.1 Verwitwung

Wenn der*die Partner*in verstirbt, bleibt die verwitwete Person allein zurück. Das Leben zu zweit, muss nun ohne den*die Partner*in bewältigt werden. Frauen sind häufiger von diesem kritischen Lebensereignis betroffen als Männer (vgl. Tesch-Römer 2010: 121ff.). Eine Schweizer Studie stellte heraus, dass „Witwen durchgehend signifikant häufiger finanzielle Probleme nach einem Partnerverlust“ erlebten als Witwer (Höpflinger et al. 2013: 275). Durch das Versterben des Partners bricht ein (beachtlicher) Teil des Haushaltseinkommens weg. Erwerbsbiografien von Frauen sind oft durch Care-Arbeit unterbrochen. Zudem arbeiten sie häufiger in Teilzeit und führen Tätigkeiten im Niedriglohnsektor aus. Diese Gegebenheiten führen zu

einer niedrigeren Rente und steigern das Armutrisiko nach einer Verwitwung (vgl. Franke et al. 2017: 86). Die Bewältigung der Belastungen im Zusammenhang mit der Verwitwung wird durch die geringeren finanziellen Ressourcen erschwert:

„Einkommenseinbußen durch den Wegfall eines Einkommens bzw. die im Vergleich zur Altersrente geringere Witwenrente bei gleichbleibenden Ausgaben kann in ohnehin prekären Verhältnissen dazu führen, dass z. B. die Wohnung nicht mehr gehalten werden kann und ein Umzug erforderlich ist.“ (ebd.)

Auch die körperliche und seelische Gesundheit leidet massiv unter dem Partner*innenverlust. *Stroebe, Schut und Stroebe (2007)* beschreiben in ihrem Fachzeitschriftenartikel „Health outcomes of bereavement“ („Gesundheitliche Folgen eines Trauerfalls“) ausführlich den Zusammenhang zwischen Trauer und körperlicher sowie seelischer Gesundheit. Die Umstände des Versterbens des*der Partners*Partnerin sowie die sozialen und psychischen Ressourcen der verwitweten Person beeinflussen langfristig die Bewältigung der Verwitwung. Ihnen zufolge sind die Auswirkungen der Verwitwung wie Trauer und depressive Symptome „bei jüngeren Witwen stärker ausgeprägt als bei älteren“ (Nolen-Hoeksema/Ahrens 2002; zit. n. Tesch-Römer 2010: 132). Die Herausforderungen im Alltag vor denen jüngere Witwen stehen, sind aufgrund von Care-Arbeit wie die Versorgung der Kinder und zusätzlicher Erwerbstätigkeit als Alleinverdiener*innen, meist größer, als die von älteren Witwen. Bei einem plötzlichen und unerwarteten Partner*innenverlust sind die Folgen oft gravierender, als bei der Vorbereitung der Betroffenen auf den Tod ihres*ihrer Partners*Partnerin aufgrund einer längeren Pflegebedürftigkeit oder Krankheit (vgl. Tesch-Römer 2010: 132). Durch die Plötzlichkeit fühlt sich der Tod des*der Partners*Partnerin wie ein Schicksalsschlag an. Die hinterbliebene Person hatte keine Zeit sich auf das Leben ohne Partner*in vorzubereiten (vgl. Franke et al. 2017: 78). „Eine Verwitwung mit dem Eintritt in das Rentenalter kann beispielsweise dazu führen, dass gemeinsame Pläne, die für die »neue Freiheit« geschmiedet worden waren, nun nicht mehr ausgeführt werden können“ (ebd.). Eine Betrachtung des Wohlbefindens der pflegenden Person zeigt oft schon vor dem Tod des*der Partners*Partnerin einen Rückgang (vgl. Tesch-Römer 2010: 132). In einer Untersuchung von *Prokos und Keene (2005)* zeigte sich, dass eine belastende Pflegephase vor dem Tod des*der Partners*Partnerin die Auswirkungen der Verwitwung auf das Wohlbefinden mildern. Eine weitere Untersuchung zur Verwitwung von älteren Menschen belegte, dass die Qualität der Ehe eine Rolle bei der Verarbeitung des Verlustes spielt. Wenn die Beziehung als gut erlebt wurde, trauerten die Betroffenen nach dem Versterben des*der Partners*Partnerin intensiver als Personen, die eine weniger zufriedenstellende Ehe führten (vgl. Carr et al. 2000). Nach *Guiaux, van Tilburg und van Groenou (2007)* nimmt die empfangene instrumentelle und emotionale Unterstützung in den ersten Jahren nach der Verwitwung zu und die geleistete Unterstützung nimmt ab. Dies deutet darauf hin, dass verwitwete Menschen meistens sozial integriert sind und dass ihr soziales Netzwerk auf ihre Bedürfnisse

reagiert. Etwa zweieinhalb Jahre nach der Verwitwung begannen Kontakt und Unterstützung allerdings wieder abzunehmen (vgl. Guiaux et al. 2007; Tesch-Römer 2010: 132f.). Der Trauerprozess nach einer Verwitwung besteht aus sich abwechselnden Phasen. Zeiten der Auseinandersetzung mit dem Verlust und Reflexion über die Vergangenheit wechseln sich ab mit Zeiten, in denen die betroffene Person versucht, die Veränderungen anzunehmen und sich ein neues Leben aufzubauen (vgl. Stroebe et al. 2007). Der Tod des Partners / der Partnerin markiert in jedem Fall das Ende eines bedeutenden, unwiederbringlichen Lebensabschnitts. Auch wenn nach der Verwitwung im Alter eine neue Partnerschaft entsteht, hat diese zwangsläufig eine andere Geschichte als die Beziehung, die mit dem Tod des Partners / der Partnerin endete (vgl. Tesch-Römer 2010: 133). „Dennoch können auch neue Paarbeziehungen im Alter verwitweten Menschen die Möglichkeit für gemeinsame Aktivitäten, Geborgenheit und Intimität bieten“ (ebd.).

Auch *Schmitz* (2021) greift die Ergebnisse von *Stroebe, Schut und Stroebe* (2007) in ihrer Dissertation zu „Geschlechterunterschiede bei Depressionen“ auf und hebt hervor, dass der Verlust des*der Ehepartners*Ehepartnerin ein bedeutender Risikofaktor für Depressionen ist, da dieses Ereignis, abgesehen von dem Verlust der womöglich wichtigsten Bezugsperson, auch zur Reduktion finanzieller Ressourcen sowie sozialer Kontakte führen kann (vgl. *Schmitz* 2021: 3; *Stroebe/Schut/Stroebe* 2007). Anhand des Vergleichs verschiedener Analysen legt *Schmitz* dar, dass verwitwete Personen mehr depressive Symptome aufweisen als Personen in Partnerschaften. Das Herstellen des ursprünglichen Wohlbefindens gelingt auf lange Sicht gesehen den meisten verwitweten Personen. Zudem betont *Schmitz*, dass Verwitwung eine einschneidende Erfahrung unabhängig von dem Alter der hinterbliebenen Person ist (vgl. *Schmitz* 2021: 110).

Im Jahrbuch für Tod und Gesellschaft verfassten *Höppner und Claus* (2023) einen Artikel über „Doing Widowhood“ aus der Perspektive von Fachkräften, die im Verlauf einer Verwitwung mit Betroffenen arbeiteten. Dabei betrachten sie den Partner*innenverlust im Hinblick auf altersbedingte und geschlechtsspezifische Konstruktionen. Sie stellen fest, dass die Perspektive der „Verwitwung als soziale Konstruktion und normativ aufgeladene Lebensphase“ (*Höppner/Claus* 2023: 46) in sozialwissenschaftlichen Auseinandersetzungen zu wenig Beachtung findet. Denn während dieser Lebensphase sind Betroffene mit gewissen Erwartungen und Vorstellungen aus ihrem Umfeld konfrontiert und angehalten, „bestimmte Handlungen zu vollziehen oder zu unterlassen“ (ebd.: 48). Die Autor*innen weisen auf eine Veränderung der Trauerkultur hin, die sich zeitlich verkürzt darstellt, und geprägt ist von einem immer stärker individualisierten Umgang mit Tod und Trauer. Dadurch wird Tod und Trauer in der Gesellschaft zunehmend unsichtbar (vgl. ebd.: 66f.). Der Fokus in bisherigen Untersuchungen liegt, wie bereits zuvor in Kapitel 2 in Ansätzen skizziert, zumeist auf dem Bewältigungsverhalten,

der Wiederherstellung der psychosozialen Handlungsfähigkeit und der Entwicklung neuer Lebensperspektiven ohne Partner*in von älteren verwitweten Frauen und Männern oder auf den Folgen einer Verwitwung für die Lebenswelt der Betroffenen (vgl. Höppner/Claus 2023: 47f.). „Auswirkungen können sich [...] in der Abnahme des subjektiven Wohlbefindens und der Lebensqualität durch den Verlust von Alltagsstruktur, Stabilität, Geborgenheit und materieller Absicherung zeigen“ (ebd.: 48). Zudem verändert sich das informelle soziale Netzwerk (vgl. Holstein 2002: 61ff.). Freundschaftsbeziehungen zu zuvor befreundeten Paaren werden weniger gepflegt, stattdessen entstehen aufgrund ähnlicher Lebenssituationen und Erfahrungen oft Freundschaften zu anderen verwitweten Personen. Dabei erfahren Frauen, bedingt durch ihr bereits vorhandenes großes, soziales Netzwerk, meistens mehr Unterstützung als Männer mit einem kleineren Netzwerk (vgl. Höppner/Claus 2023: 48). Anhand der Forschungsergebnisse von Höppner und Claus (2023) zeigt sich, dass Betroffene nach dem Partner*innenverlust auch ihr formelles soziales Netzwerk neu strukturieren müssen. Der Kontakt zu Fachkräften unterschiedlicher Professionen wird je nach Phase der Verwitwung gesucht. Pastor*innen und Bestatter*innen werden zu Beginn der Verwitwung in den Unterstützungsprozess einbezogen, während Trauerbegleiter*innen und Sozialarbeiter*innen im weiteren Verlauf der Verwitwung eine Rolle spielen. Höppner und Claus (2023) plädieren für eine enge Zusammenarbeit der involvierten Fachkräfte, was für die Betroffenen gerade bei einer nicht erfolgreichen Bewältigung des kritischen Lebensereignisses konstruktiv sein kann (vgl. ebd.: 65f.). Letztendlich zeigen die Autor*innen anhand ihrer Untersuchung und der Verschiebung des analytischen Blickwinkels auf materielle Arrangements, dass ein Partner*innenverlust mehr als eine individuelle Bewältigungsaufgabe ist. Verwitwete Personen tragen nicht allein die Verantwortung dafür, ob und wie sie diesen Verlust bewältigen, sondern materielle Arrangements ermöglichen oder erschweren eine erfolgreiche Bewältigung (vgl. ebd.: 49ff.).

Im Zusammenhang mit der Thematisierung von Netzwerken muss ebenfalls der Faktor Einsamkeit erwähnt werden. Einsamkeit ist eine der zentralen Belastungen, welche in Folge einer Verwitwung entstehen (vgl. Franke et al. 2017: 91). „Ein Wegfall sozialer Netze, die Vermeidung eines Zusammentreffens mit gemeinsamen Bekannten oder auch der Verlust der Partnerin oder des Partners als einziger Person, mit der man vertraute Gespräche führen konnte, kann zu Einsamkeit führen“ (ebd.: 86). Bei einer langfristigen Verfestigung von Einsamkeit wird die hinterbliebene Person isoliert und erhält keine Unterstützung von außen, um den Verlust zu bewältigen. Personen, die bereits vor dem Partner*innenverlust von Einsamkeit betroffen waren oder wenig soziale Kontakte haben, sind besonders vor Einsamkeit und Isolation gefährdet (vgl. ebd.).

Höpflinger, Spahni und Perrig-Chiello (2013) betonen sowohl den Einfluss von gesellschaftlichen und familiären Rahmenbedingungen auf das Ereignis der Verwitwung, als auch die individuellen Bedingungen. Denn auch bei einer guten finanziellen Lage, einem guten sozialen Netzwerk und einem guten gesundheitlichen Zustand, muss das kritische Lebensereignis von jedem Menschen mit individuellen Ressourcen und Copingstrategien bewältigt werden (vgl. Höpflinger et al. 2013: 282f.).

„Die Variabilität der Reaktionen auf einen Partnerverlust ist [...] ausgeprägt und die Auswirkungen eines Partnerverlustes können von Depressivität, Verzweiflung und Suizidalität bis hin zu persönlichem Wachstum und erfolgreicher Adaptation an eine neue Lebenssituation reichen.“ (Itzhar-Naborro/Smoski 2012; zit. n. Höpflinger et al. 2013: 268)

Das Zitat verdeutlicht, dass durch den Partner*innenverlust auch eine „Befreiung“ stattfinden kann, z. B. aus einer unglücklichen Ehe, einer gewalttätigen Partnerschaft oder einer anstrengenden, über einen langen Zeitraum andauernden Pflegesituation (vgl. Franke et al. 2017: 75). „Die Verwitwung kann somit auch, selbst im schmerzlichen Erleben, der Beginn einer neuen, positiven und zukunftsgerichteten Entwicklung sein“ (ebd.). Nach Bewältigung des Partner*innenverlusts entstehen Entwicklungschancen, wie eine mögliche neue Partnerschaft, der Erwerb neuer Fähigkeiten und die Entwicklung neuer Ziele sowie Perspektiven (vgl. Franke et al. 2017: 79f.; Höppner et al. 2023: 64). Zunächst aber verändert sich der Alltag radikal und Routinen, die die Bewältigung des Alltags ermöglichen, brechen weg. Dies ist der Fall, wenn eine Abhängigkeit von der verstorbenen Person bestand, weil z. B. nur diese kochen konnte. Die hinterbliebene Person muss ihr Verhältnis zu ihrer Umwelt neu ordnen und möglicherweise neue Fähigkeiten erlernen, um ihren gewohnten Alltag zu bewältigen. Insbesondere nach einer langen Ehe muss das Leben als alleinstehende Person oft erst neu erlernt werden (vgl. Franke et al. 2017: 77ff.).

2.1.2 Pflegebedürftigkeit

Bedingt durch den demografischen Wandel und die Pluralisierung der Lebensformen, tritt die Frage der Betreuung hilfe- und pflegebedürftiger Menschen zunehmend in den Vordergrund. Eine Zunahme der Alleinstehenden⁵ und Alleinlebenden sowie der Rückgang der Geburtenrate führen zu Problemen bei der Versorgung und Unterstützung der zukünftigen älteren Menschen, denn die Versorgung bei Pflegebedürftigkeit übernehmen in erster Linie Ehepartner*innen, Partner*innen und Kinder (vgl. Künemund 2000: 215; Destatis 2024b; Sommer/Hochgürtel 2021). Nach Franke et al. (vgl. 2017: 52) beginnt zwischen dem 79. und 80. Lebensjahr

⁵ Dazu zählen im Mikrozensus ledige, verheiratet getrenntlebende, geschiedene sowie verwitwete Personen, die ohne Lebenspartner*in und ohne Kind in einem Privathaushalt leben.

bundesweit der Übergang in die Pflegebedürftigkeit. In folgendem Zitat beschreiben *Zander* und *Heusinger* (2013: 102), die Bedeutung und Konsequenzen von Pflegebedürftigkeit:

„Der Eintritt von Pflegebedürftigkeit wird in der Regel als tiefgreifende Veränderung der bisherigen Lebensweise und Alltagsroutine erfahren. Persönliche Autonomie steht dabei ebenso auf dem Spiel wie die Beziehungen zum sozialen Umfeld. Darüber hinaus ist Pflegebedürftigkeit nicht nur eine gesundheitliche Frage. Ob und in welcher Form Pflegeleistungen genutzt werden können, hat entscheidende Bedeutung für persönliche Handlungsmöglichkeiten, gesellschaftliche Teilhabe und Lebensqualität.“

Demnach stellt der Beginn einer Pflegebedürftigkeit für ältere Menschen ein einschneidendes Lebensereignis dar, das mit erheblichen existenziellen und alltagsrelevanten Verlusten auf verschiedenen Ebenen verbunden ist, wie z. B. einer Einschränkung der Autonomie und des sozialen Umfeldes. Eine dauerhafte Pflegebedürftigkeit im Alter bedeutet für die Betroffenen zu akzeptieren, dass sie ihr ursprüngliches gesundheitliches Funktionsniveau nicht mehr zurückbekommen (vgl. Franke et al. 2017: 52). *Filipp* und *Aymanns* (2018) beziehen sich in ihrem Buch „Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen“ auf das „Activity Restriction Model“ von *Williamson* und *Shaffer* (2000), die folgenden Zusammenhang zwischen körperlicher und psychischer Gesundheit festgestellt haben. Das Ausmaß der emotionalen Folgen und Bewältigung einer Pflegebedürftigkeit ist abhängig von dem Ausmaß der Aktivitätseinschränkungen und nicht so sehr von der Art und Schwere der körperlichen Beeinträchtigung (vgl. *Filipp/Aymanns* 2018: 318; *Williamson/Shaffer* 2000). Wenn Menschen zunehmend ihren Alltag nicht mehr eigenständig bewältigen können, kommt es oft dazu, dass die Betroffenen bei Entscheidungen übergangen werden. Schließlich muss nun Hilfe organisiert und koordiniert werden, damit die Betroffenen ihren neuen Alltag meistern können (vgl. Franke et al. 2017: 53). „Der Verlust von Selbstbestimmung und Autonomie führt zu Kontrollverlust und Scham sowie zu negativen Veränderungen im Selbstbild und verringert die Selbstwirksamkeit“ (ebd.). Wenn dieser Zustand andauernd ist und sich verschlimmert, kann die Pflegebedürftigkeit zu einem kritischen Lebensereignis werden. Gewohnheiten und Routinen im Alltag brechen weg, da die bisherige Lebensweise nicht mehr möglich ist. Dies führt dazu, dass psychische, soziale und ökonomische Ressourcen fehlen. Die Betroffenen können sich nutzlos fühlen und nehmen ihr Leben folglich weniger handhabbar und sinnvoll wahr. Gerade auf psychischer Ebene fällt es den Betroffenen häufig schwer zu verstehen, wieso ausgerechnet sie die Pflegebedürftigkeit erfahren und fragen sich, wie sich ihr Gesundheitszustand und das Ausmaß der Abhängigkeit entwickeln (vgl. Franke et al. 2017: 53). Neben physischen Einschränkungen kommt es so auch im Verlauf der Pflegebedürftigkeit zu psychischen Folgen, wie Depressionen sowie Sorgen und Ängsten vor der Abhängigkeit und Belastung von anderen Angehörigen oder pflegenden Personen, vor finanziellen Belastungen und vor der Verschlechterung ihres gesundheitlichen Zustandes (vgl. Franke et al. 2017: 53). „Die Entwicklung der krankheitsbedingten Einschränkungen ist typischerweise ein höchst individueller sowie multifaktorieller Prozess, bei

dem mit unerwarteten und unkontrollierten Ereignissen, Verläufen und Folgen zu rechnen ist“, betonen *Franke et al.* (2017: 53). Ebenso individuell fällt die Wahrnehmung von Pflegebedürftigkeit aus. Beeinflusst werden die Wahrnehmung, Bewertung und Bewältigung der Pflegebedürftigkeit durch eine Vielzahl an Faktoren, wie das Geschlecht, das Umfeld und Aspekte sozialer Ungleichheit (vgl. ebd.). Die finanzielle Belastung, die durch eine Pflegebedürftigkeit entsteht, ist besonders schwierig für Menschen mit einem geringen Einkommen und einer geringen Rente, da die Pflegeversicherung nur einen bestimmten Teil der Pflegekosten „in den Bereichen Körperpflege, Ernährung, Mobilität und hauswirtschaftliche Versorgung“ (ebd.: 54) abdeckt und somit nur als eine gesetzlich geregelte, unterstützende Hilfeleistung dient. Mithilfe eines Pflegegrades können noch zusätzliche Unterstützungen für Betreuungs- und Entlassungsangebote beantragt werden (vgl. ebd.). *Franke et al.* äußern folgende Kritik an dem System der Pflegeversicherung:

„Insofern kann die Pflegeversicherung die finanzielle Belastung zwar mindern, die zur Wirkung von Pflegebedürftigkeit als kritisches Lebensereignis wesentlich beitragen kann. Für ökonomisch schlecht gestellte Betroffene, für die die pflegebedingten Kosten eine besondere Bürde darstellen, sind die Leistungen jedoch oft nicht ausreichend.“ (ebd.)

Letztendlich hängt die Tatsache, ob eine Pflegebedürftigkeit zu einem kritischen Lebensereignis und zu einer zusätzlichen gesundheitlichen Belastung wird aber davon ab, wie das „Verhältnis zwischen personalen (z. B. Fähigkeiten zur Bewältigung, finanziellen Möglichkeiten) und umweltbezogenen Ressourcen (z. B. Unterstützung durch Andere, sozialräumliche Gegebenheiten) sowie der jeweiligen Anforderungssituation (z. B. Schwere der Betroffenheit) ab“ (*Franke et al.* 2017: 55f.). Die Wahrscheinlichkeit für ein kritisches Erleben der Pflegebedürftigkeit steigt, wenn diese plötzlich und unerwartet eintritt, sodass der betroffenen Person keine Zeit blieb, Vorbereitungen für diese Lebensphase zu treffen, sowie ungenügend materielle und immaterielle Ressourcen zur Verfügung hat (vgl. ebd.: 73). Schon zuvor bestehende und zusätzlich eintretende Belastungen spielen eine wichtige Rolle bei dem Eintritt von Pflegebedürftigkeit. Besonders gefährdet sind Personengruppen mit mangelnden Ressourcen, eingeschränktem Zugang zu Versorgungsangeboten und schlechten Erfahrungen mit Institutionen, z. B. bei der Beantragung von Leistungen. Ihr Alltag ist bereits zuvor durch ungünstige Lebensbedingungen und unzureichende individuelle sowie sozialräumliche Ressourcen belastet gewesen, was die Bewältigung der Pflegebedürftigkeit noch schwieriger macht. Diese Risiken können dazu führen, dass trotz einer bestehenden Hilfsbedürftigkeit, aus Resignation, Scham oder fehlenden Informationen, keine Hilfe gesucht oder kein Pflegegrad beantragt wird (vgl. ebd.: 56).

Eine Studie von *Bochert und Rothgang* (2008) verdeutlicht den Zusammenhang zwischen dem sozioökonomischen Status und einem belastenden Eintritt sowie Verlauf einer Pflegebedürftigkeit bei älteren Männern. Demnach sind Menschen in unteren sozioökonomischen Positionen einem weitaus höheren gesundheitlichen Risiko ausgesetzt, als Menschen mit höherem sozioökonomischem Status, und weisen somit ein größeres Risiko auf, pflegebedürftig zu werden (vgl. Franke et al. 2017: 56f.; Borchert/Rothgang 2008: 233).

Bestehende Einsamkeit und soziale Isolation können beim Eintritt in die Pflegebedürftigkeit zusätzliche negative Folgen haben. Dies ist darauf zurückzuführen, dass Ressourcen für informelle Pflege sowie organisatorische und emotionale Unterstützung fehlen, die von professionellen Pflegekräften meist nur unvollständig ersetzt werden können. Gerade wenn Angehörige weiter entfernt wohnen und Freund*innen bereits verstorben sind, erfährt die zu pflegende Person kaum Körperkontakt, was sich negativ auf die psychische Gesundheit auswirkt. Die Pflegebedürftigkeit kann aber auch dazu führen, dass sich durch die neue, herausfordernde Situation der Kontakt aller beteiligten Angehörigen intensiviert. Durch die Hilfe erfährt die betroffene Person Zuneigung und macht positive Erfahrungen. Barrieren und negative Einflüsse des Wohnquartiers wirken sich nachteilig auf die Bewältigung von Pflegebedürftigkeit aus. Aufgrund eingeschränkter Mobilität sind pflegebedürftige Personen besonders stark auf ihr Wohnumfeld und dessen Bedingungen angewiesen. Beispielsweise können ein nicht barrierefreies Badezimmer oder ein fehlender Aufzug, den Verbleib in der Wohnung unmöglich machen, was letztlich einen Umzug erfordert (vgl. Franke et al. 2017: 57f.; Oswald et al. 2011). Das in Kapitel 2.1 bereits erwähnte Passungsgefüge von Person und Umwelt spielt in diesem Kontext eine wichtige Rolle, da das Gefüge durch den Eintritt einer Pflegebedürftigkeit neu geordnet werden muss (vgl. Filipp/Aymanns 2018: 58, 68ff.). Kognitive und/oder funktionale Einschränkungen erfordern notwendige Anpassungen, deren Erfolg von den verfügbaren materiellen, räumlichen und sozialen Ressourcen abhängt. Beispielsweise kann bei einer geringen Rente ein größerer Umbau der Wohnung oder des Eigenheims, der den Verbleib ermöglichen würde, ausgeschlossen sein. Dies kann entweder einen unerwünschten Umzug als Anpassung des Individuums erforderlich machen oder den Hilfebedarf erhöhen, da das Verlassen des Privathaushalts ohne Unterstützung nicht mehr möglich ist. Der möglicherweise ungeplante und unerwünschte Umzug in ein Pflegeheim bedeutet den Verlust des eigenen Zuhauses und ist, je nach finanziellen Ressourcen, verbunden mit dem Zusammenleben mit fremden Menschen, dem Zurücklassen der vertrauten Umgebung und Möbel sowie bestehender Verpflichtungen und Aufgaben. Zudem erfolgt die Gestaltung des Alltags ab dem Zeitpunkt des Umzugs gemäß den Ablaufmustern der Institution, wodurch die Eigenständigkeit der Person weiter gemindert wird (vgl. Franke et al. 2017: 55ff.). Die mit dem Umzug einhergehenden Veränderungen der Lebensbedingungen belasten die Betroffenen somit zusätzlich (vgl. ebd.: 104).

2.1.3 Ruhestand

Da die Thematik Ruhestand (als kritisches Lebensereignis) im Rahmen dieser Forschungsarbeit vor dem Hintergrund der Priorisierung von Verwitwung und Beginn einer Pflegebedürftigkeit weniger Beachtung finden soll, wird dieser Abschnitt lediglich ein kurzer Abriss. Aufgrund verschiedener Definitionen des Begriffs Ruhestand, wird im Folgenden von „Übergang in den Ruhestand“ gesprochen. Der Begriff bezieht sich auf den Moment des endgültigen Ausstiegs aus der Erwerbstätigkeit sowie das Ende des Berufslebens, was die Frühverrentung, Erwerbsunfähigkeit und den regulären Beginn der Altersrente beinhaltet. Durch das Ausscheiden aus dem Erwerbsleben und den Übergang in den Ruhestand verändert sich der Verlauf eines Lebens, wodurch das Wohlbefinden und die Gesundheit negativ beeinflusst werden können. Im Falle einer Regelaltersrente ist der Beginn, die Art und Höhe der finanziellen Absicherung gesetzlich geregelt und bereits im Vorhinein als eine eigenständige Lebensphase planbar (vgl. Franke et al. 2017: 29). Dieses Ereignis wird ambivalent erlebt und bringt sowohl positive als auch negative Effekte mit sich (vgl. ebd.: 48). Die ökonomischen Ressourcen im Alter werden durch eine Vielzahl an Faktoren beeinflusst, wie z. B. durch historisch bedingte Unterschiede zwischen den Geschlechtern, Ungleichheiten zwischen den alten und neuen Bundesländern sowie der unterschiedlichen Gestaltung von Erwerbsverläufen (vgl. ebd.: 31). Nach *Wurm et al.* (2009) erfolgt der endgültige Übergang in den Ruhestand trotz Vorhersehbarkeit oft unerwartet und unfreiwillig. Der Ruhestand markiert einen Statuswechsel von einer aktiven, erwerbstätigen Rolle hin zu einer vermeintlich passiveren Rolle, die durch den Bezug von Ruhestandsleistungen geprägt ist (vgl. Wurm et al. 2009; Franke et al. 2017: 31). Dieser Schritt stellt eine der bedeutendsten Statuspassagen in der zweiten Lebenshälfte dar und erfordert sowohl individuelle Anpassungsstrategien als auch unterstützende Rahmenbedingungen von der Umwelt (vgl. Franke et al. 2017: 31). „Der Verlust der (geliebten oder auch ungeliebten) beruflichen Tätigkeit bedingt eine Neustrukturierung des Alltags, der familiären Beziehungen und der sozialen Kontakte“ (ebd.: 31f.). Letztendlich verläuft der Übergangsprozess unterschiedlich, wobei das subjektive Wohlbefinden, materielle und immaterielle Ressourcen sowie Möglichkeiten der Unterstützung von Bedeutung sind. Dementsprechend weisen *Franke et al.* (vgl. 2017: 32) darauf hin, dass die Verrentung als positiv oder belastend empfunden werden kann und die Anpassung an die neue Lebenssituation sowie Bewältigung dieses Übergangs unterschiedlich gut gelingt. Ebenso betonen die Autor*innen, dass „nach wie vor eine Forschungslücke zu den tatsächlichen Auswirkungen der Verrentung, insbesondere auf das psychische und physische Wohlbefinden“ (ebd.: 34) besteht.

Die Zunahme prekärer Arbeitsverhältnisse ist eine Ursache dafür, dass Altersarmut ansteigt. Empirische Studien legen nahe, dass der Übergang in den Ruhestand kein erhöhtes Risiko für eine Verschlechterung des gesundheitlichen Zustandes oder eine erhöhte Sterblichkeit

darstellt. Der Ruhestand bietet eine Vielzahl an potenziellen Vorteilen für das körperliche und seelische Wohlbefinden, da Stressoren am Arbeitsplatz entfallen, die Zeit frei eingeteilt werden kann und neue Aktivitäten möglich werden. Dennoch gibt es auf der Ebene der Person-Umwelt-Interaktion spezifische Risikofaktoren für die Gesundheit und das Wohlbefinden. Dazu gehören bereits bestehende gesundheitliche Einschränkungen, schwierige Lebenssituationen, eine fehlende Vorbereitung auf die Lebensphase des Ruhestands, frühzeitige und unfreiwillige Verrentung sowie Partnerschaftskonflikte und eine mangelnde soziale Integration. Folglich haben Personen mit niedrigem sozioökonomischem Status, unzureichenden Unterstützungsressourcen in Partnerschaft, Familie und sozialem Umfeld, chronischen Erkrankungen, Personen mit Erwerbsminderung sowie unfreiwillige Ruheständler*innen eher Probleme, den Übergang in den Ruhestand zu bewältigen, ohne dabei gesundheitliche Einschränkungen oder Einschränkungen in ihrem Wohlbefinden zu erfahren. Hierbei werden die Zusammenhänge zwischen sozioökonomischen Benachteiligungen und unterschiedlichen Erwerbsbiografien über den Lebensverlauf sowie deren Auswirkungen im Alter deutlich. Personen mit unterbrochenen Erwerbsbiografien und Tätigkeiten im Niedriglohnsektor sind besonders gefährdet, im Ruhestand mit materiellen Ressourcenknappheiten konfrontiert zu sein. Davon betroffen sind besonders Frauen, Langzeitarbeitslose und Menschen mit Migrationshintergrund (vgl. Franke et al. 2017: 49).

Eine frühzeitige Entwicklung einer klaren Vorstellung oder Vision für das Leben im Ruhestand und die Klärung finanzieller Fragen können die Auswirkungen eines unerwarteten und unfreiwilligen Ausscheidens aus dem Berufsleben abmildern. Es ist entscheidend, dass der Übergang in den Ruhestand sowohl mit positiven als auch negativen Aspekten akzeptiert werden kann und dass positive Erfahrungen mit der Familie und Partner*innen sowie im weiteren sozialen Umfeld gemacht werden können. Ehrenamtliches Engagement und übereinstimmende Teilhabestrukturen, sofern sie flexibel, selbstbestimmt und alltagsorientiert sind, können die Suche nach neuen Rollen im Ruhestand sowie die soziale Integration fördern. Dabei sollte das Potenzial des Ehrenamts realistisch eingeschätzt und an die individuellen Voraussetzungen angepasst werden. Ein aktiver und gesunder Lebensstil ist einer der bedeutendsten Schutzfaktoren im Alter. Maßnahmen, die bereits im Vorfeld auf betrieblicher Ebene auf die Lebenswelt der Menschen abgestimmt sind, können die Gesundheitsressourcen stärken. Angebote wie Übergangsmangement, Work-Life-Balance sowie Bewegung und Sport, Gesundheitschecks, Stressmanagement und Burnout-Prävention spielen hierbei eine wichtige Rolle (vgl. ebd.: 49f.). *Franke et al. (2017)* sind allerdings der Auffassung, dass in der Praxis spezifische Interventionen fehlen, „die den Ruhestandsübergang in Vorbereitung und Bewältigung flankieren“ (ebd.: 49).

2.1.4 Bewältigung von kritischen Lebensereignissen

Die Vermutung, dass Menschen auch gestärkt aus einer Krise hervorgehen können, diskutieren *Filipp* und *Aymanns* (2018) kritisch in ihrem bereits erwähnten Buch. Denn aus der bisherigen Forschung geht ihrer Meinung nach nicht hervor, „ob und wie sich Menschen nach der Konfrontation mit kritischen Lebensereignissen weiterentwickeln“ (Filipp/Aymanns 2018: 140). In der gegenwärtigen Diskussion liegt der Fokus zu stark darauf, inwieweit es Individuen gelungen ist, nach einem kritischen Lebensereignis zu ihrem ursprünglichen Funktionsniveau und Wohlbefinden zurückzukehren, sich somit gut erholt zu haben und keine langfristigen gesundheitlichen Schäden zu erleiden. Es bleibt jedoch spekulativ, ob und in welchen Zeiträumen sich Entwicklungsveränderungen nach solchen Ereignissen vollziehen. Kritische Lebensereignisse sind keine abrupten Zäsuren, die zu sofortigen Transformationen führen, sondern wahrscheinlich allmähliche und oft sehr subtile Veränderungen, die durch gängige Erhebungsmethoden nicht erfasst werden und unserem Verständnis verborgen bleiben. Zudem könnte die Annahme, dass Menschen trotz großer Belastungen in der Lage sein sollten, in diesen schwierigen Zeiten zu wachsen, die tatsächliche Belastungskapazität des Menschen überschätzen (vgl. ebd.).

In der Forschung um Bewältigungsformen sollte sich der Blick von adaptiver oder maladaptiver Bewältigung zu einem Zugang entwickeln, der die „Art und Weise wie eine Person das fragliche Ereignis deutet und vor dem Hintergrund ihrer individuellen Vorstellungen von einem guten Leben bewertet, einen größeren Raum zuweisen“ (Filipp/Aymanns 2018: 166). Zudem ist Bewältigung ein dynamischer, iterativer Prozess, der in unterschiedlichen Ereigniskontexten stattfindet. Aufgrund des Variantenreichtums von kritischen Lebensereignissen und des Umgangs mit diesen, ist die Bewältigungsforschung äußerst komplex (vgl. ebd.: 166f.). Bewältigung beschreibt die Verarbeitung eines schlimmen Geschehens, welches kaum zu verstehen ist. Zwei Kategorien der Varianten des Umgangs mit kritischen Lebensereignissen sind „Bewältigung als mentales Geschehen“ und „Bewältigung als sozial-interaktives Geschehen“. Unter der Kategorie Bewältigung als mentales Geschehen verstehen *Filipp* und *Aymanns* (2018) z. B. das Leugnen der Realität, das Suchen von Trost und Halt im Glauben und Beten sowie das Flüchten in hektischen Aktionismus. Die Kategorie Bewältigung als sozial-interaktives Geschehen kann folgendes Verhalten beinhalten: die Suche nach Anschluss und Nähe zu anderen Menschen, die Mobilisierung sozialer Unterstützung, anderen Menschen von dem eigenen Leid und Kummer erzählen sowie „coping by helping“ (vgl. ebd.: 34). „[A]ndere Menschen leisten nicht immer die Unterstützung, die in der fraglichen Situation hilfreich wäre. Daher müssen die Betroffenen in der Lage sein, sich zu öffnen und um Zuwendung zu bitten“ (ebd.). Eine gute Unterstützung zeichnet sich durch ihre Sensibilität gegenüber den Bedürfnissen der Hil-

fesuchenden aus, vermittelt Wertschätzung, wird rücksichtsvoll angeboten und wahrt die Autonomie der Betroffenen. Im Idealfall erweitert sie den Handlungsspielraum der Betroffenen, innerhalb dessen sie Antworten auf ungelöste Fragen und Lösungen für Probleme finden kann, und ermutigt zu notwendigen Veränderungen (vgl. Filipp/Aymanns 2018: 286). Aber auch indem die Betroffenen anderen Menschen helfen und sich für sie nützlich machen (coping by helping), können sie ihren eigenen Schmerz mildern (vgl. ebd.: 34). Zur Bewältigung kritischer Lebensereignisse benötigen die Betroffenen Ressourcen auf individueller Ebene und der Ebene sozialräumlicher Umwelt. Risiko- und Vulnerabilitätsfaktoren erschweren diesen Prozess. Aufgrund der Vielzahl und des Umgangs der verschiedenen Ressourcen und Faktoren, wird an dieser Stelle lediglich eine Aufzählung stattfinden, die kein Anspruch auf Vollständigkeit erhebt, und zur Verdeutlichung ein Beispiel genannt. Ressourcen zur Bewältigung belastender Ereignisse und Risiken, die eine Bewältigung hemmen, sind: Religiosität, Spiritualität, Optimismus und Pessimismus, Hoffnung und Hoffnungslosigkeit, Widerstandskraft und Kontrollüberzeugungen, positive und negative Affektivität, Humor, Gesundheit, Selbstaufmerksamkeit, Selbstwertgefühl, Selbstwirksamkeit sowie gemachte Erfahrungen in der Vergangenheit (vgl. Filipp/Aymanns 2018: 287ff.; Franke et al. 2017: 18ff.). Eine Ressource zur Bewältigung ist der gesundheitliche Zustand, sprich körperliche Fitness sowie physische und psychische Gesundheit. Ein abnehmender gesundheitlicher Zustand im Alter ist demnach ein Risikofaktor bei der Bewältigung von belastenden Ereignissen (vgl. Filipp/Aymanns 2018: 316ff.; Franke et al. 2017: 19f.). Auch gerontologische Theorien vertreten die Auffassung, dass die Bewältigung von Übergängen stets in „gesellschaftliche Umstände und sozialstrukturelle Unterschiede, wie soziale Ungleichheit“ (Backes/Clemens 2013: 177) eingebettet ist und durch diese beeinflusst wird.

Wenn ein kritisches Lebensereignis nicht bewältigt werden kann, entstehen u. a. Angst, das Gefühl von Ausweglosigkeit und eine Vielzahl an negativen Gefühlen. Dadurch können Menschen in eine emotionale Krise geraten. Zu diesem Zeitpunkt ist eine Krisenintervention unabdingbar. Dabei wird die Person zeitlich begrenzt professionell in der Krise begleitet, mit dem Ziel, den Umgang mit dem belastenden Ereignis zu erleichtern (vgl. ebd.: 35). Durch den Blick von außen, können neue Perspektiven entwickelt werden, „kann ein besseres Verständnis für die geänderte Situation gewonnen werden, können Ordnung in Gedanken und Gefühle gebracht, neue Bewältigungsmöglichkeiten erschlossen, aber auch persönliche Gefährdungen für Leib und Leben erkannt und abgewendet werden“ (ebd.). In den folgenden drei Unterkapiteln werden die theoretischen Zugangsformen erläutert, die bei der Datenanalyse der Forschungsergebnisse informieren können und als sensibilisierende Konzepte dienen.

2.2 Das Konzept der Salutogenese

Um herauszufinden, wieso ein kritisches Lebensereignis Menschen unterschiedlich stark belastet, ist der Ansatz der Salutogenese, welcher im Folgenden in seinen Grundzügen vorgestellt wird, hilfreich. Das Konzept erlaubt es, durch sein ganzheitliches Verständnis von Gesundheit und seinen Fokus auf die individuellen Lebensumstände sowie Ressourcen, die Auswirkungen äußerer Ereignisse auf Gesundheit und psychisches Wohlbefinden besonders gut darzustellen (vgl. Franke et al. 2017: 12). Die salutogenetische Orientierung lokalisiert Menschen „auf einem multidimensionalen Gesundheits-Krankheits-Kontinuum“ und verwirft damit „die dichotome Klassifizierung von Menschen als gesund oder krank“ (Antonovsky 1997: 29). Das Kontinuum bewegt sich zwischen den zwei Polen „gänzliche Gesundheit“ und „gänzliche Krankheit“. Jeder Mensch kann sich in diesem Kontinuum bewegen, aber die beiden Pole nicht erreichen, da immer sowohl gesunde als auch kranke Anteile im Körper eines Menschen vorhanden sind (vgl. Franke et al. 2017: 12). Mithilfe der salutogenetischen Modellvorstellung kann die Frage beantwortet werden, wie „Menschen im Angesicht und in der Folge von Verlusten, krisenhaften Erfahrungen oder traumatischen Ereignissen gesund bleiben oder wieder gesund werden“ (Filipp/Aymanns 2018: 287). Aaron Antonovsky war 1979 einer der ersten Soziologen, der diese wissenschaftliche Perspektive auf Gesundheit und Krankheit verfolgte und nach den Faktoren suchte, die Menschen im Umgang mit kritischen Lebensereignissen „widerstandsfähig machen und die zur Aufrechterhaltung ihrer Gesundheit und ihres Wohlbefindens beitragen“ (Filipp/Aymanns 2018: 287; vgl. Faltermaier 2023: 62). Antonovsky (1997) betont, dass durch das salutogenetische Denken eine Formulierung und Weiterentwicklung der Theorie des Copings stattfindet. Seine Antwort auf die salutogenetische Frage, was Menschen gesund erhält, ist das Konzept des Kohärenzgefühls (Sense of Coherence – SOC) (vgl. Antonovsky 1997: 30). Seiner Meinung nach, ist „das Kohärenzgefühl eine Hauptdeterminante sowohl dafür [...], welche Position man auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum erhält, als auch dafür, daß [sic!] man sich in Richtung des gesunden Pols bewegt“ (ebd.: 33). Denn durch die Erschütterung des Kohärenzgefühls, z. B. durch ein kritisches Lebensereignis, wird die Gesundheit eines Menschen maßgeblich beeinträchtigt (vgl. Franke et al. 2017: 7). Antonovsky (1997) definiert das Kohärenzgefühl folgendermaßen:

„Das SOC (Kohärenzgefühl) ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß man ein durchdringendes, andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, daß [sic!]

1. die Stimuli, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind;
2. einem die Ressourcen zur Verfügung stehen, um den Anforderungen, die diese Stimuli stellen, zu begegnen;
3. diese Anforderungen Herausforderungen sind, die Anstrengung und Engagement lohnen.“ (Antonovsky 1997: 36; kursiv im Original)

Laut seiner Definition beschreibt das Kohärenzgefühl ein Gefühl der Zuversicht, dass Geschehnisse im Laufe des Lebens vorhersehbar und erklärbar sind, dass der Mensch in der Lage ist, diesen Geschehnissen mit seinen Ressourcen zu begegnen und sich das Tätigwerden sowie die Bemühungen dafür lohnen (vgl. Antonovsky 1997: 36). Die Hauptkomponenten des Kohärenzgefühls sind demnach Verstehbarkeit, Handhabbarkeit/Bewältigbarkeit und Bedeutsamkeit/Sinnhaftigkeit. Mit Verstehbarkeit ist die kognitive Fähigkeit gemeint, die eigene Lebensumwelt als konsistent, geordnet und strukturiert wahrzunehmen. Zudem können zukünftige Ereignisse wie der Tod oder Krieg als erklärbar eingeordnet werden. Handhabbarkeit bedeutet die Überzeugung und Zuversicht, dass das Leben und seine Anforderungen mit den zur Verfügung stehenden, eigenen Ressourcen bewältigbar ist. Bedeutsamkeit meint ein Gefühl der Sinnhaftigkeit, dass das eigene Leben einen Sinn hat und es sich lohnt, emotional in Ereignisse zu investieren (vgl. Antonovsky 1997: 34f.; Faltermaier 2023: 82f.).

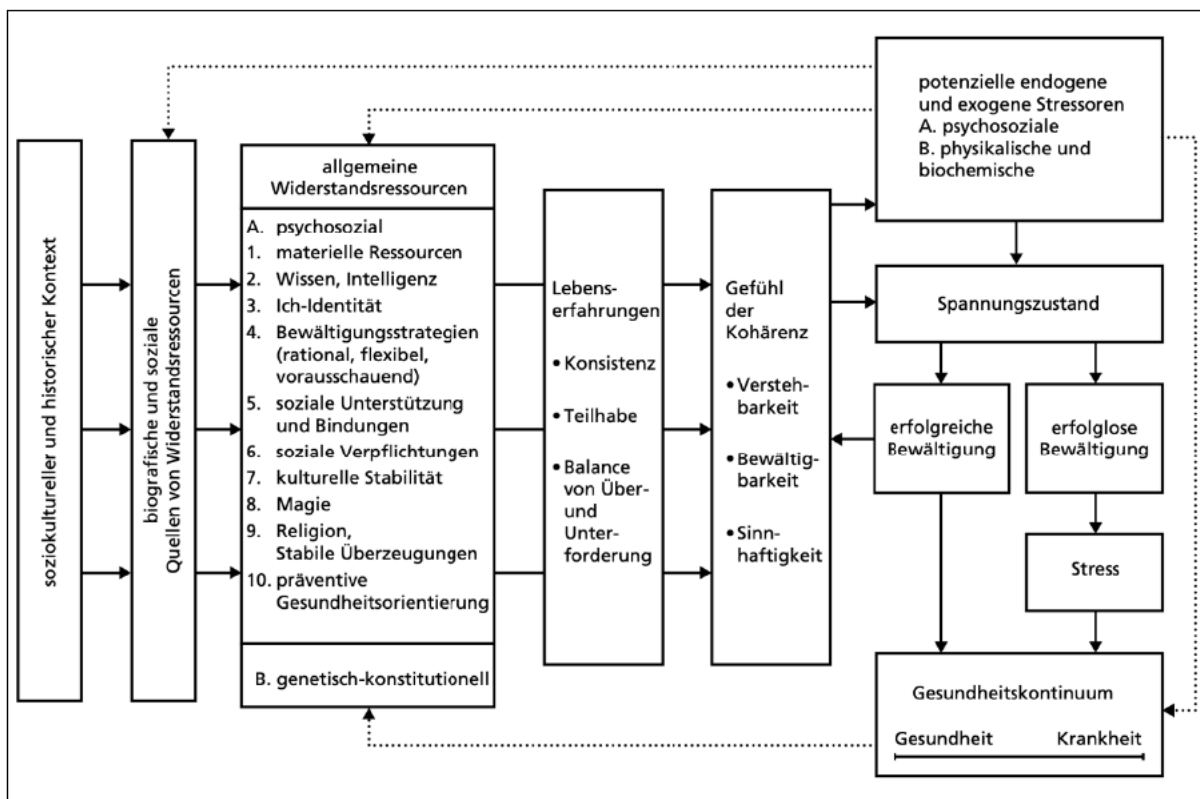


Abbildung 1: Modell der Salutogenese (Faltermaier/Antonovsky)

Die Abbildung 1 zeigt das Modell der Salutogenese von Antonovsky (1979: 184f.), welches von Faltermaier (2023: 80) vereinfacht und weiterentwickelt wurde. In dem Modell sind vier zentrale Komponenten abgebildet: das Gesundheitskontinuum, das Stresskonzept und der Stressbewältigungsprozess, allgemeine Widerstandsressourcen sowie das Kohärenzgefühl (vgl. Faltermaier 2023: 79ff.). Diese vier Komponenten beziehen sich in einem komplexen Prozess alle aufeinander und sind durch diverse Wechselwirkungen sowie Rückkopplungen miteinander verbunden. Die Komponente des Gesundheitskontinuums wurde bereits zu Beginn

dieses Kapitels beschrieben. Durch das Kontinuum wird deutlich, dass die Zustände Gesundheit und Krankheit nicht voneinander trennbar sind (vgl. Faltermaier 2023: 79). Zwei weitere Komponenten beziehen sich auf das Thema Stress. Bei der Konfrontation mit Stressoren entsteht ein psychischer und physischer Spannungszustand, den das Individuum zu bewältigen versucht. Gelingt die Bewältigung dieser Spannungen, bewegt sich das Individuum auf dem Gesundheitskontinuum ins Positive (vgl. ebd.: 81). Scheitert die Bewältigung des Stressors, „reagiert das Individuum körperlich und psychisch mit Stress und bewegt sich auf dem Kontinuum in die negative Richtung“ (ebd.). Unter bestimmten Voraussetzungen kann dieser Zustand zu Krankheiten führen. Nach *Faltermaier* (2023) unterscheidet *Antonovsky* (1979) zwischen potenziellen endogenen und exogenen Stressoren. Dazu zählen psychosoziale Stressoren wie belastende Lebensereignisse und dauerhafte Belastungen durch Arbeit oder soziale Konflikte, während physikalische und biochemische Stressoren Bakterien, Viren und Umweltschadstoffe umfassen (vgl. Faltermaier 2023: 81). Zudem sieht *Antonovsky* (1979) Stressoren nicht als Ausnahmen, die vermieden werden sollten, da sie Krankheitsrisiken darstellen, sondern als allgegenwärtige und normale Bestandteile des Lebens, die nicht immer zu verhindern sind, „auch wenn sie gesellschaftlich ungleich verteilt sind“ (Faltermaier 2023: 81). Entscheidend ist somit nicht der Stress an sich, sondern die Fähigkeit, Stressoren erfolgreich zu bewältigen. Es stellt sich die Frage, welche Faktoren beeinflussen, ob Menschen die unvermeidlichen Stressoren erfolgreich bewältigen können oder nicht (vgl. ebd.). Dies wurde bereits in Kapitel 2.1.4 erläutert. Die dritte Komponente beinhaltet allgemeine Widerstandsressourcen. Diese umfassen

„ein Repertoire von Merkmalen, die in einer Vielzahl von Belastungssituationen wirksam sein können und die damit wichtige Bedingungen der allgemeinen Gesundheit sind. Dazu gehören zum einen genetische und konstitutionelle Ressourcen, zum anderen psychosoziale Ressourcen wie zum Beispiel [materielle Ressourcen,] Wissen und Intelligenz, gute Coping-Fähigkeiten, Ich-Identität, soziale Bindungen oder kulturelle Stabilität.“ (Faltermaier 2023: 81)

Die Ursprünge von psychosozialen Widerstandsressourcen haben sowohl gesellschaftliche als auch individuell-biografische. Sie entwickeln sich einerseits aus den soziokulturellen und historischen Kontexten, in denen Individuen heranwachsen, und andererseits sind sie individuell verschieden ausgeprägt, beeinflusst durch die spezifischen biografischen und familiären Bedingungen, unter denen Menschen aufwachsen. Personen, die über umfassende Widerstandsressourcen verfügen, können auf dieser Basis Lebenserfahrungen sammeln, die ihnen Konsistenz, soziale Teilhabe und persönliche Kontrolle ermöglichen und ein ausgewogenes Verhältnis von Über- und Unterforderung schaffen (vgl. ebd.: 82). Damit erfolgt der Bogen zur vierten Komponente, dem Kohärenzgefühl, welches bereits in Kapitel 2.2 erläutert wurde. Auf Grundlage der gemachten Lebenserfahrungen entwickeln Menschen von klein auf bis in das frühe Erwachsenenalter hinein eine „tiefe Überzeugung, dass ihr Leben im Prinzip verstehbar,

sinnvoll und zu bewältigen ist“ (Faltermaier 2023: 82). Das Kohärenzgefühl setzt sich demnach aus grundlegenden Einstellungen zum Leben zusammen und ist bedeutend für den Umgang mit Belastungen. Diese stabile persönliche Lebenseinstellung spielt eine entscheidende Rolle im Prozess der Salutogenese, da Menschen mit einem starken Kohärenzgefühl die Fähigkeit besitzen, auftretende Belastungen im Leben effektiver zu bewältigen. Sie können ihre vorhandenen Ressourcen optimal nutzen, was ihnen ermöglicht, sich in Richtung des gesunden Pols auf dem Kontinuum zu bewegen (vgl. ebd.: 82f.). In der Abbildung 1 ist zu sehen, dass als ein erster Einwirkungsprozess auf die Gesundheit von den Stressoren aus über den Spannungszustand und deren Bewältigungsart auf das Kontinuum zuläuft. Ein weiterer Einwirkungsprozess stellt das Kohärenzgefühl in den Mittelpunkt. Abbildung 1 verdeutlicht, wie das Kohärenzgefühl aus den Widerstandsressourcen und den Lebenserfahrungen entsteht sowie welche Wirkungen es auf die Stressoren und die Bewältigung des Spannungszustandes hat. Ebenso ist ein positiver Rückkopplungseffekt abgebildet, in dem die erfolgreiche Bewältigung der Stressoren das Kohärenzgefühl stärkt (vgl. ebd.: 83). Auch von dem Kontinuum hin zu den Ressourcen wird ein positiver Rückkopplungseffekt abgebildet, denn „[e]in positiver Gesundheitszustand kann langfristig als Ressource verstanden werden, die sich auf die weitere Gesundheitsentwicklung positiv auswirkt“ (ebd.). Zudem ist in Abbildung 1 dargestellt, dass vorhandene Ressourcen durch Stressoren verloren gehen können. Von dem soziokulturellen und historischen Kontext einer Person ausgehend über die biografischen und sozialen Quellen von Widerstandsressourcen hin zu den Stressoren, stellt einen weiteren Einwirkungsprozess dar. Die soziale Lage und Lebensgeschichte eines Menschen beeinflussen seine Ressourcen und somit auch seine endogenen sowie exogenen Stressoren (vgl. ebd.: 83f.).

Faltermaier (2023) betont, dass das theoretische Modell der Salutogenese keine abschließende Antwort von *Antonovsky* (1979) präsentiert und Raum für Weiterentwicklung lässt. Zudem ist die Komplexität und Prozesshaftigkeit des Modells in der empirischen Forschung noch längst nicht ausreichend untersucht worden (vgl. Faltermaier 2023: 200f.).

2.3 Die Kontinuitätstheorie

Die Kontinuitätstheorie ist eine der bekanntesten gerontologischen Theorien und fokussiert die Art und Weise, wie sich Menschen entwickeln und sich an veränderte Situationen im Laufe des Lebens anpassen (vgl. Guedes/Melo 2019: 9). Sie wurde 1989 von *Robert Atchley* entwickelt und besagt, dass Erwachsene mittleren Alters und ältere Menschen bei der Bewältigung von Anpassungsprozessen an die Veränderungen des Alterns versuchen, bestehende innere und äußere Strukturen im Sinne einer Kontinuität zu bewahren und aufrechtzuerhalten. Sie bevorzugen es, dieses Ziel zu erreichen, indem sie Strategien anwenden, die auf ihren bisherigen Erfahrungen mit sich selbst und ihrer sozialen Welt basieren, wie z. B. vertraute Muster,

Menschen und Orte (vgl. Atchley 1989: 183; Klott 2014: 47). Mit innerer Kontinuität ist das Fortwähren von „Einstellungen, Ideen, Eigenschaften, von Affektivität, Vorlieben und Fähigkeiten“ gemeint, wohingegen äußere Kontinuität sich „auf die »erinnerte Struktur« der physischen und sozialen Umwelt und Beziehungen zu anderen Menschen“ bezieht (Klott 2014: 47; vgl. Atchley 1989: 184f.). Durch Umwelteinflüsse und gewisse Erwartungen an die Rolle einer Person von anderen, entsteht ein Druck von außen (vgl. Clemens/Backes 2013: 137). Veränderung wird in Bezug auf die wahrgenommene Vergangenheit der Person gesehen, was sowohl zu Kontinuität in den inneren psychologischen Merkmalen als auch im sozialen Verhalten und in den sozialen Umständen führt. Kontinuität stellt somit eine umfassende Anpassungsstrategie dar, die sowohl durch individuelle Präferenzen als auch durch soziale Anerkennung gefördert wird. Die Bedeutung von Kontinuität im Alter formulieren *Guedes und Melo* (2019: 1) wie folgt: „Continuity allows the anticipation of the individual path in aging and accentuates several aspects of the adult’s development, mainly the role of resilience in life transitions associated to health changes, transition to retirement, or suffered losses“. Ungeachtet der weit verbreiteten Veränderungen, die sich vor allem in der Gesundheit, der funktionalen Kapazität sowie den Lebensumständen und -bedingungen selbst vollziehen, neigt ein großer Teil der Erwachsenen dazu, ähnliche Verhaltensmuster und Lebensstile beizubehalten, was eine hohe Übereinstimmung zwischen Vergangenheit und Gegenwart gewährleistet (vgl. ebd.). Kontinuität und Lebenszufriedenheit bedingen sich gegenseitig, denn je ähnlicher die Lebenssituation im Alter mit der Lebenssituation in den mittleren Lebensjahren übereinstimmt, desto zufriedener ist der Mensch (vgl. Klott 2014: 47). Allerdings weist *Atchley* (1989: 184) auch darauf hin, dass Kontinuität nicht mit Stagnation gleichzusetzen ist: „Continuity is not the opposite of change“. Im Laufe des Lebens werden evolutionäre und dynamische Veränderungen erwartet und in das Kontinuitätskonzept einbezogen, so dass Kontinuität und Wandel gleichzeitig stattfinden (vgl. *Guedes/Melo* 2019: 184). Selbst erhebliche Veränderungen im Leben können auftreten, ohne dass sie eine ernsthafte Störung in dem stabilen, zielgerichteten Rahmen verursachen, in dem sich die verschiedenen Episoden des Lebens abspielen. Trotz Schwankungen im Alltag besteht dennoch eine beträchtliche Kontinuität sowohl in Bezug auf den Charakter als auch auf die Handlung. Kontinuität ist somit ein abstraktes kognitives Konstrukt, in das sich viele spezifische Veränderungen einfügen lassen (vgl. *Atchley* 1989: 184).

Clemens und Backes (2013: 138) äußern Kritik an dem Kontinuitätsansatz nach *Atchley* (1989), da er gesellschaftliche Ursachen für verschiedene Verhaltensweisen im Alter zwar sieht, „aber nicht in den Kontext einer historisch-konkreten Gesellschaftsanalyse“ stellt. Folglich lässt der Ansatz sozial ungleiche Lebenslagen sowie prägende Bedingungen im Alter außer Acht und nimmt lediglich die individuellen Abweichungen in den Blick (vgl. *Clemens/Backes* 2013: 138). Die Theorie wurde allerdings von verschiedenen Personen weiterentwickelt

und ist somit eine wichtige konzeptionelle Grundlage für zahlreiche Forschungen, die auf Anpassungsprozesse und die Analyse allgemeiner Aktivitäts-, Beziehungs- und Lebensstilmuster abzielen (vgl. Guedes/Melo 2019: 9).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass für ein gelingendes Altern, das eigene Wohlbefinden und eine soziale Integration, das Herstellen von innerer (mentale Strukturen, die persönliche Ziele, Werte, Lebensphilosophie und die Konstruktion eines Selbstbildes definieren) und äußerer (physische und soziale Umgebung, soziale Beziehungen, Aktivitäten und soziale Rollen) Kontinuität nötig ist. Erwachsene und alte Menschen, die sich an internen mentalen Strukturen orientieren, nutzen Kontinuität als Anpassungsstrategie und behalten ähnliche Verhaltensmuster, Lebensstile und Beziehungen über Jahre hinweg bei. Kontinuität ist durch die systematische Wiederholung dieser Strukturen gegeben, wodurch psychologische Sicherheit und Vorhersagbarkeit im eigenen Verhalten und im Umgang mit anderen gewährleistet werden (vgl. Guedes/Melo 2019: 9). Ein kontinuierliches Leben sowie das Beibehalten von persönlichen Aktivitäts- und Rückzugsbestrebungen ermöglichen eine optimale Alterssituation (vgl. Clemens/Backes 2013: 137).

2.4 Die sozioemotionale Selektivitätstheorie

Die sozioemotionale Selektivitätstheorie wurde in den 1990er Jahren von *Laura Carstensen* entwickelt und im Laufe der folgenden Jahre von ihr in Zusammenarbeit mit verschiedenen Wissenschaftler*innen weiterentwickelt. Die psychogerontologische Theorie befasst sich mit der Motivationsstruktur für u. a. die Bildung von sozialen Netzwerken im Alter und wurde auf andere Dimensionen erweitert, wie z. B. Aktivitäten (vgl. Carstensen/Lang 2007: 389). Der Theorie liegen drei Annahmen zugrunde. Erstens nimmt die Theorie als gegeben an, dass soziale Interaktion für das Überleben von zentraler Bedeutung ist, wobei sich Prädispositionen für soziales Interesse und soziale Bindung über Jahrtausende hinweg entwickelt haben. Zweitens betrachtet sie den Menschen als von Natur aus handlungsfähig und als jemanden, der sich an Verhaltensweisen beteiligt, die von der erwarteten Erreichung von Zielen geleitet werden. Drittens geht die Theorie davon aus, dass Menschen gleichzeitig mehrere, manchmal gegensätzliche Ziele verfolgen, sodass die Auswahl von Zielen eine Voraussetzung für Handlungen ist (vgl. Carstensen et al. 1999: 166). Die Theorie der sozioemotionalen Selektivität besagt, dass Menschen ihre sozialen Netzwerke und Prioritäten im Laufe ihres Lebens bewusst verändern, basierend auf ihrer Wahrnehmung der verbleibenden Lebenszeit (vgl. Carstensen/Lang 2007: 396). Bei der Wahrnehmung von zeitlichen Grenzen, werden gegenwartsorientierte Ziele, die mit emotionaler Bedeutung verbunden sind, gegenüber zukunftsorientierten Zielen, die auf den Erwerb von Informationen und die Erweiterung von Horizonten abzielen,

bevorzugt. Je kürzer also die Zukunftsperspektive ist, desto bedeutsamer sind emotional wichtige Bezugspersonen. Solche motivationalen Veränderungen, die stark mit dem chronologischen Alter korrelieren, beeinflussen systematisch soziale Präferenzen, die Zusammensetzung sozialer Netzwerke, die Emotionsregulation und die kognitive Verarbeitung (vgl. Löckenhoff/Carstensen 2004: 1395). Dieser Prozess der Verhaltenssteuerung hat nach *Löckenhoff* und *Carstensen* (2004) sowohl Vor- als auch Nachteile. Einerseits gibt es viele Gründe für die Annahme, dass solche Veränderungen gut für das Wohlbefinden und die soziale Anpassung sind. Andererseits können dieselben motivationalen Veränderungen die gesundheitsbezogene Informationssuche einschränken und Aufmerksamkeit, Gedächtnis sowie Entscheidungsfindungen so beeinflussen, dass positives Material gegenüber negativen Informationen bevorzugt wird (vgl. Löckenhoff/Carstensen 2004: 1395). Die Autor*innen weisen in ihrem Artikel, der den Einfluss der sozioemotionalen Selektivität auf die Gesundheit diskutiert, auf folgendes Problem hin:

„Although previous research is largely consistent with our motivational argument, significant gaps in the empirical evidence remain, and, so far, only a few studies have directly tested SST [Socioemotional selectivity theory] in the domain of health-related decision making. More research is needed to disentangle the effects of cognitive and motivational factors in health-related choices across the life span.“ (ebd.: 1417)

Junge Menschen, die eine lange Zukunft vor sich sehen, tendieren dazu, neue Erfahrungen zu suchen und Wissen zu erweitern, indem sie eine Vielzahl von sozialen Kontakten pflegen. Mit zunehmendem Alter und einer kürzer wahrgenommenen Zukunft konzentrieren sich Menschen stärker auf emotional bedeutsame Beziehungen und Ziele. Die Motivation, emotionale Bedürfnisse zu befriedigen, wird daher im Alter wichtiger, was zu einer qualitativen Veränderung in sozialen Interaktionen führt. Sie wählen enge, vertrauensvolle Beziehungen aus, die emotionale Zufriedenheit bieten und reduzieren weniger wichtige soziale Interaktionen (vgl. Carstensen/Lang 2007: 402ff.). Diese Veränderungen sind adaptiv, tragen zur emotionalen Gesundheit bei und können positive Gefühle verstärken, sie können aber auch Herausforderungen mit sich bringen, insbesondere in Bezug auf Gesundheitsentscheidungen (vgl. Löckenhoff/Carstensen 2004). Anhand von verschiedenen Studien zeigte sich, dass bei der Steuerung des Verhaltens das Zeitbewusstsein entscheidend ist und nicht das chronologische Alter an sich (vgl. Löckenhoff/Carstensen 2004: 1396; Carstensen/Lang 2007: 396). Alles in allem erklärt die sozioemotionale Selektivitätstheorie, wie sich die sozialen und emotionalen Prioritäten von Menschen im Laufe ihres Lebens verändern, basierend auf ihrer Wahrnehmung der verbleibenden Zeit in ihrem Leben. Die Theorie hebt hervor, dass das Hauptziel des Menschen zu jedem Zeitpunkt im Leben darin besteht, eine Balance zwischen der Suche nach Informationen, der Erweiterung des Horizonts und der emotionalen Regulierung zu finden.

3. Forschungsdesign

Dieses Kapitel beschreibt das Forschungsdesign der vorliegenden Arbeit. Zunächst erfolgt eine Einführung in die qualitative Sozialforschung und ihre Gütekriterien. Anschließend werden die Besonderheiten bei der Forschung mit der spezifischen Population ältere Menschen diskutiert. Abschließend folgen die Erläuterung des Erhebungsinstruments, des Samplings und Settings sowie des Analyse- und Auswertungsverfahrens.

„Qualitative Forschungen nähern sich unter Zuhilfenahme offener und flexibler Methoden an die zu untersuchenden Forschungsbereiche an. Sie erheben unter Einsatz nicht standardisierter Erhebungsinstrumente das Subjektive mit den Zielen des Verstehens und des Nachvollziehens subjektiver Wirklichkeitskonstruktionen, der Analyse der Herstellung von sozialer Realität sowie der (Re-)Konstruktion von Bedeutung (d. h. von Sinn).“ (Misoch 2019: 3)

Die vorliegende Forschungsarbeit bedient sich an den Methoden der empirischen, qualitativen Sozialforschung. Sie soll subjektive Wirklichkeiten und Sinnkonstruktionen untersuchen, Lebenswelten beschreiben sowie individuelle Sichtweisen analysieren, um diese aus wissenschaftlicher Sicht zu rekonstruieren und im empirischen Kontext zu deuten. Die Datenerhebung und -analyse erfolgen systematisch und regelgeleitet, sodass anschließend Hypothesen und/oder Theorien generiert werden können (vgl. Misoch 2019: 1f.). Qualitative Studien befassen sich mit der Untersuchung subjektiver Wirklichkeiten, mit der Absicht die Bedingungen und Prinzipien ihrer Konstruktion zu analysieren. Da jedes Individuum eine eigene Sicht auf die Wirklichkeit hat, können im empirischen Erhebungsprozess sehr unterschiedliche Modelle von Realität entstehen. Diese Modelle zu analysieren und ihre Bedeutung für das Handeln der Akteur*innen zu verstehen, ist ein zentrales Ziel qualitativer Forschung. Dabei werden die interne Logik und die Bedeutungszuweisung dieser subjektiven Wirklichkeiten untersucht. Da Individuen immer in sozialen Kontexten eingebettet sind, sind ihre subjektiven Realitätskonstruktionen nicht rein individuell, sondern stark sozial beeinflusst. Diese Sinnzuschreibungen werden sozial ausgehandelt, sind modifizierbar und kulturell geprägt (vgl. ebd.: 27). „Qualitative Forschung ist dezidiert subjektbezogen. Dies bedeutet, dass das Subjekt mit seinen Erfahrungen, Meinungen, Verhaltensweisen und Sinnkonstruktionen im Mittelpunkt des Forschungsinteresses steht“ (ebd.). Demnach muss bei der Methodenwahl stets der Fokus auf der Erfassung der subjektiven Sichtweisen und Sinnkonstruktionen liegen. Auf diese Weise kann im Prozess des qualitativen Forschens die subjektive Wirklichkeit der interviewten Personen rekonstruiert werden (vgl. ebd.).

Zunächst ist es wichtig, das Verstehen selbst zu verstehen. Das Forschungsinteresse dieser Arbeit entspringt den Praktikumserfahrungen der Autorin im SW, während die Erkenntnisse auf dem Alltagswissen der befragten Personen basieren. Im Falle der vorliegenden Arbeit ist dies der Arbeitsalltag im SW in der Sozialen Arbeit mit älteren Menschen sowie das subjektive Wissen und die Erfahrungen der befragten Bewohnerinnen. Es ist wichtig anzuerkennen, dass

zwischen der Autorin und den befragten Personen unterschiedliche Wahrnehmungen, Lebensrealitäten und verschiedene (Vor-)Annahmen bestehen. Daher kann in der Interpretation der Ergebnisse nie von einem absoluten Verständnis seitens der Forscher*innen gesprochen werden, es ist lediglich ein Fremdverstehen möglich. Um dieses Fremdverstehen kontrollierbar und überprüfbar zu machen, wurden im Forschungsprozess qualitative Methoden angewandt (vgl. Przyborski/Wohlrab-Sahr 2021: 16ff.). Die Forschungslogik dieser Arbeit, wie bereits in der Einleitung (Kapitel 1) angerissen, folgt dem Forschungsstil der Grounded Theory. Auf diese Weise können rekonstruktive Ergebnisse angemessen präsentiert werden. Hierbei werden keine zuvor aufgestellten Hypothesen überprüft, sondern der Forschungsgegenstand wird im Verlauf der Forschung aus den erhobenen Daten herausgearbeitet und konzeptualisiert. Aus dem empirischen Material wird eine gegenstandsbezogene Theorie heraus entwickelt (vgl. ebd.: 505). Zu Beginn dieses Forschungsprozesses war das Forschungsinteresse zunächst die Betrachtung der Lebenslagen von verwitweten Frauen im Service-Wohnen mit Blick auf ihre soziale Integration in dieser speziellen Wohnform. Wie die Datenerhebung, -analyse sowie -auswertung abliefen und daraus die endgültige Fragestellung dieser Arbeit entstand, wird im Laufe dieses Kapitels detailliert erläutert.

Vorab erfolgt noch ein kurzer Einblick in die Gütekriterien sowie eines der Grundprinzipien qualitativer Forschung, „Offenheit“. An dieser Stelle ist anzumerken, dass die Anwendbarkeit von Gütekriterien aus der quantitativen Forschung für die qualitative Forschung in der Wissenschaft unterschiedlich diskutiert wird (vgl. Flick 2020: 248ff.; Lamnek/Krell 2016: 141ff.). Grund hierfür ist, dass die Rekonstruktionen subjektiver Sichtweisen nur schwer messbar sind (vgl. Helfferich 2011: 21). Letztendlich sind „die Maßstäbe zur Beurteilung empirischer Forschungsmethoden [...] heterogen“ (Lamnek/Krell 2016: 143). Przyborski und Wohlrab-Sahr (vgl. 2021: 25f.) versuchen die Verständigung über gemeinsame Standards in der qualitativen Methodologie voranzubringen und formulieren in ihrem Buch folgende Standards für die Reliabilität der Datenerhebung, die Validität der Aussagen und die Objektivität der Ergebnisse. Die Validität bezieht sich auf die Frage nach der Gültigkeit eines Forschungsvorhabens und darauf, wie angemessen die gewählten Methoden in Bezug auf das zu untersuchende Phänomen sind (vgl. ebd.: 26ff.). Dazu Przyborski und Wohlrab-Sahr (2021: 28): „Qualitative Methoden sind insofern valide, als sie an die Common-Sense-Konstruktionen der Untersuchten anknüpfen und auf den alltäglichen Strukturen bzw. Standards der Verständigung aufbauen“. Mit Common-Sense-Konstruktionen sind die Konstruktionen und Typenbildungen des Alltags bzw. des Handlungswissens gemeint (vgl. ebd.: 14ff.). Die Reliabilität beschreibt die Zuverlässigkeit einer Methode und wird häufig daran gemessen, ob die Ergebnisse reproduzierbar sind (vgl. ebd.: 29). Przyborski und Wohlrab-Sahr (2021) sehen die gesicherte Reliabilität qualitativer

Methoden in dem „Nachweis der Reproduktionsgesetzlichkeit der herausgearbeiteten Strukturen und durch das systematische Einbeziehen und Explizieren alltäglicher Standards der Kommunikation“ (Przyborski/Wohlrab-Sahr 2021: 31). *Misoch* (2019) sieht hier den Fokus auf der Verlässlichkeit der Daten und nicht auf der Replizierbarkeit, wofür der gesamte Forschungsprozess transparent dargestellt werden muss. Die Objektivität betrifft die Unabhängigkeit der Messergebnisse vom Messenden, was in der qualitativen Forschung schwer zu realisieren ist (vgl. *Misoch* 2019: 247ff.). Nach Auffassung von *Przyborski* und *Wohlrab-Sahr* (2021) können sowohl die Erhebungs- als auch die Auswertungsschritte, basierend auf alltäglichen Regeln und Standards, formalisiert und standardisiert werden, um den Forschungsprinzipien gerecht zu werden. Dies ermöglicht eine intersubjektive Überprüfbarkeit rekonstruktiver Methoden und gewährleistet die Unabhängigkeit der Ergebnisse von den einzelnen Forschenden (vgl. *Przyborski/Wohlrab-Sahr* 2021: 34). Abschließend ist es wichtig zu betonen, dass qualitative Forschung nicht im statistischen Sinne repräsentativ ist, sondern anhand einer Typenbildung im exemplarischen Sinne (vgl. *Misoch* 2019: 2f.). *Przyborski* und *Wohlrab-Sahr* (2021) fassen die Repräsentativität in der qualitativen Sozialforschung folgendermaßen zusammen: „Der Einzelfall – so faszinierend er auch sein mag – wird erst dadurch für die Sozialwissenschaften interessant, dass er **für etwas** steht, d. h. etwas repräsentiert“ (*Przyborski/Wohlrab-Sahr* 2021: 228; Hervorhebung im Original). Die „klassischen“ Gütekriterien können durch eine Vielzahl an neu entwickelten Kriterien innerhalb verschiedener Dimensionen ergänzt werden, um die Qualität qualitativer Forschungsprozesse zu sichern (vgl. *Misoch* 2019: 246f.). Im Rahmen dieser Arbeit wird darauf allerdings nicht näher eingegangen. Inwieweit die genannten Gütekriterien erfüllt wurden, soll im Rahmen der kritischen Reflexion der Forschungsarbeit (Kapitel 5.2) überprüft werden.

Ein zentrales Grundprinzip qualitativer Forschung ist „Offenheit“. Es verlangt, dass der Erzählperson „Raum“ gegeben wird, um ihr eigenes Relevanzsystem und ihre eigenen Deutungsmuster im Interview zu entfalten (vgl. *Helfferich* 2011: 114). Die erzählende Person kann dadurch weitestgehend die Kommunikation selbst strukturieren (vgl. *Bohnsack* 1999: 20f.). Im Gegensatz zu standardisierten Verfahren, bei denen die Befragten gezwungen sind, sich der Erhebungslogik, der Relevanzstruktur, den vorgegebenen Fragen und den in den Antwortmöglichkeiten enthaltenen Interpretationen der Forscher*innen anzupassen, werden hier die Äußerungsmöglichkeiten so wenig wie möglich durch die interviewende Person eingeschränkt. Die Offenheit muss auch auf der Ebene des Verstehens berücksichtigt werden, d. h. das persönliche und theoretische Vorwissen der interviewenden Person darf nicht maßgeblich in die Interviewsituation hineingetragen werden (vgl. *Helfferich* 2011: 114).

3.1 Besonderheiten bei der Forschung mit älteren Menschen

Nach *Lamnek* und *Krell* (vgl. 2016: 677) finden hochaltrige Menschen und Heimbewohner*innen, bisher kaum Beachtung in quantitativen und qualitativen Erhebungen. Doch durch die wachsende Anzahl der Menschen, die dieser Bevölkerungsgruppe angehören, wächst auch das sozialwissenschaftliche Interesse an ihnen. Eine Herausforderung für die empirische Sozialforschung besteht in der Vielfalt der kognitiven, physischen und sensorischen Fähigkeiten sowie der motivationalen Aspekte im höheren Lebensalter (vgl. Knäuper et al. 2002; Lamnek/Krell 2016: 677). Diese Heterogenität verhindert, dass allgemein gültige Aussagen über Fähigkeiten, die an ein bestimmtes chronologisches Alter gebunden sind, getroffen werden können. Die Methoden der qualitativen Forschung eignen sich im Gegensatz zu denen der quantitativen Methoden besser bei der Befragung von älteren und alten Menschen, da qualitative Erhebungen Methodenprobleme, wie ein eingeschränktes Sehvermögen, umgehen können und zudem Relevanzsetzungen sowie Bedeutungszuschreibungen besser erfassen können (vgl. Kelle/Niggemann 2002; Lamnek/Krell 2016: 677). Interviews als Erhebungsinstrument bei älteren Menschen können allerdings zweiseitig bewertet werden. Einerseits können durch qualitative Befragungen dem Wunsch nach ausführlichen Erzählungen bei dieser Population gerecht werden (vgl. Kelle/Niggemann 2002: 123; Lamnek/Krell 2016: 677), andererseits kann die Befragung fälschlicherweise als Anlass zu einer sozialen Interaktion benutzt werden und somit zu einer unerwünschten Themenverschiebung führen (vgl. Kelle/Niggemann 2002: 102).

Bei der Befragung älterer Menschen in Pflegeeinrichtungen erfolgt die Kontaktaufnahme zu potenziellen Teilnehmer*innen über die Einrichtungsleitung und das Personal. Dadurch können die Teilnehmer*innen auf die Interviews vorbereitet und die Sorgen vor fremden, womöglich nicht vertrauenswürdigen Personen im Idealfall genommen werden. Die Beurteilung der Interviewfähigkeit durch das Personal ist jedoch häufig stark von subjektiven Einflüssen geprägt (vgl. Kelle/Niggemann 2002; Lamnek/Krell 2016: 678). Auch außerhalb von Pflegeeinrichtungen gibt es Zugangsbarrieren bei der Durchführung von Interviews mit älteren Menschen. Sie können Interviews aufgrund von Ängsten vor Fremden ablehnen. Die Berücksichtigung beider Zielgruppen, ältere Menschen in Privathaushalten und in institutionellen Einrichtungen, ist schwierig, da es sich bei beiden um eine spezifische Gruppe mit jeweiligen Zugangsbarrieren, aber auch individuellen und sozialen Ressourcen handelt. Um die reale Lebenssituation von älteren Menschen abbilden zu können, müssen sowohl schwer erreichbare, demente und pflegebedürftige Menschen, als auch ältere Menschen in Privathaushalten einbezogen werden (vgl. Lamnek/Krell 2016: 678). Wenn es um die Einwilligung zur Teilnahme an einem Forschungsprojekt durch ältere Menschen geht, wirft dies ethische Fragen auf. Denn bei Heimbewohner*innen mit Demenzerkrankungen oder anderen psychischen Erkrankungen

in institutionellen Pflegeeinrichtungen ist fraglich, inwieweit eine Einwilligung durch die Personen oder ihre Angehörigen möglich ist (vgl. Cameron et al. 2004; zit. n. Lamnek/Krell 2016: 678). Eine mögliche Barriere für die Erhebungssituation ist die häufig eingeschränkte Mobilität der Interviewpartner*innen, weshalb die Interviews, wenn erwünscht, in den privaten Räumlichkeiten stattfinden sollten. Je nach Untersuchungsgegenstand benötigt die interviewende Person eine Sensibilität für belastende Themen, wie z. B. Tod und Sterben, gegenüber der zu interviewenden Person. Des Weiteren sollten während der Erhebung nach Bedarf Pausen eingelegt werden, falls eine nachlassende Konzentrationsfähigkeit bemerkt wird. Die Glaubwürdigkeit der Forscher*innen gegenüber den womöglich skeptischen älteren Befragten, stellt ebenso einen wichtigen Faktor für die Erhebung dar. Deshalb ist es von Bedeutung, dass die interviewende Person Glaubwürdigkeit aufbaut (vgl. Lamnek/Krell 2016: 678; Kelle/Niggemann 2002).

3.2 Erhebungsinstrument – das episodisch-narrative Interview

In diesem Kapitel wird die Wahl des Erhebungsinstruments begründet und erklärt, wie der Leitfaden konstruiert wurde. Wie bereits zu Anfang des Kapitels 3 kurz erwähnt, begann der Forschungsprozess mit dem Interesse an der Betrachtung der Lebenslagen von verwitweten Frauen im SW mit Blick auf ihre soziale Integration in dieser speziellen Wohnform. Um eine erzählende und zugleich zielorientiert, fragende Kommunikationsform in den Interviews zu erreichen, entwickelte die Autorin einen teilstandardisierten, offenen Leitfaden, der sich an den theoretischen Grundlagen des narrativen Interviews nach *Fritz Schütze* (1977) und des episodischen Interviews nach *Uwe Flick* (1995) orientiert. Zunächst erfolgt die theoretische Erläuterung dieser zwei Arten qualitativer Interviews. Dabei gilt es anzumerken, dass die Vielfalt der Typen und Formen qualitativer Interviews und deren inhaltliche Vorstellungen groß ist, da verschiedene Autor*innen oft unterschiedliche Definitionen unter demselben Begriff verstehen und zudem Mischformen existieren (vgl. Helfferich 2011: 35f.).

Subjektive Erfahrungen und Lebensverläufe, die durch ein bestimmtes Ereignis oder einen Prozess, wie beispielsweise eine Erkrankung, geprägt sind, werden häufig durch Erzählungen rekonstruiert, wie es im narrativen Interview geschieht (vgl. Flick 2011: 273). Dies ist eine Spezialform des qualitativen Interviews und wurde von *Schütze* (1977) entwickelt (vgl. Lamnek/Krell 2016: 338). „Im narrativen Interview wird der zu Befragende aufgefordert, etwas über den im Gespräch benannten Gegenstand – meist in Verbindung mit der Lebensgeschichte – zu erzählen [...]“ (ebd.: 338f.). Ziel der interviewenden Person ist es, die interviewte Person zu einer möglichst langen und selbstständigen Erzählung anzuregen und dabei so wenig wie möglich selbst den Erzählfluss zu beeinflussen (vgl. Rosenthal 2015: 163). Der interviewenden Person kommt trotz geringer Sprechanteile eine hohe Verantwortung zu, denn durch aktives

Zuhören sowie den Einsatz von Mimik und Gestik steuert und fördert sie die Erzählung mit (vgl. Przyborski/Wohlrab-Sahr 2021: 108ff.). Nach *Przyborski* und *Wohlrab-Sahr* (2021: 110) ist das narrative Interview „nur dort das geeignete Erhebungsinstrument, wo tatsächlich selbst erlebte – also autobiographische – Geschichten erzählt werden können“.

Das autobiografische Erzählen bezieht sich nicht zwangsläufig auf die Darstellung des gesamten Lebens. Es kann sich auf alle Vorgänge beziehen, bei denen die erzählende Person entweder als Akteur*in oder Beobachter*in involviert war. Fälschlicherweise wird teilweise angenommen, dass narrative Interviews nicht „ganz offen“ sind und „kein Thema“ (ebd.) haben. Aufgrund dieser vermeintlichen unklaren Offenheit wird zuweilen assoziiert, dass narrative Interviews für thematische Untersuchungen ungeeignet seien und daher nur andere Interviewformen wie z. B. „themenzentrierte“ oder „Leitfadeninterviews“ (ebd.) in Betracht kämen. Folgende Gründe sprechen gegen das narrative Interview als Erhebungsmethode: Zum einen, wenn das Forschungsinteresse nicht der Erhebung von Prozessstrukturen gilt, zum anderen, wenn das, was erforscht werden soll, nicht durch Erzählungen erfasst werden kann, da dem keine Prozessstrukturen zugrunde liegen (vgl. ebd.). Prozessstrukturen definiert *Schütze* (1983: 286) als „festgefügte institutionell bestimmte Lebensstationen; Höhepunktssituationen; Ereignisverstrickungen, die erlitten werden; dramatische Wendepunkte oder allmähliche Wandlungen; sowie geplante und durchgeführte biographische Handlungsabläufe“.

Das narrative Interview beginnt mit einem Erzählstimuli oder einer Erzählaufforderung (z. B. „Erzählen Sie doch einmal, wie ...“), welcher von entscheidender Bedeutung ist, um in ein Thema einzuführen und später subjektive Deutungen rekonstruieren zu können (vgl. Helfferich 2011: 102ff.). Dieser verdeutlicht ebenso den Forschungskontext und das Interesse der forschenden Person. Anschließend beginnt die interviewte Person idealerweise die eigenständige Haupterzählung und entscheidet, welche Themenschwerpunkte sie legt. Währenddessen hält sich die interviewende Person zurück (vgl. Rosenthal 2015: 170ff.). Inhaltsleere Aufrechterhaltungsfragen, die in der erzählten Situation bleiben (z. B. „Wie war das für Sie?“) oder die den Erzählgang vorantreiben (z. B. „Wie ging es dann weiter?“), sind bei Bedarf erlaubt. Ist die Haupterzählung abgeschlossen, folgen ggf. Nachfragen seitens der interviewenden Person und ein Bilanzierungsteil. Dazu sind Steuerungsfragen mit der Bitte um Detaillierungen bereits genannter Aspekte und die Einführung neuer Themen oder noch nicht genannter Aspekte (z. B. „Können Sie ... noch ein wenig ausführlicher beschreiben?“), hilfreich (vgl. Helfferich 2011: 104f.). Die Nachfragen dienen dazu Unklarheiten und entstandene Hypothesen in der Haupterzählung zu überprüfen und um weitere Erzählungen zu generieren. Da in den Interviews auch belastende und schmerzhaftere Lebensereignisse und -phasen thematisiert werden, ist ein guter Abschluss des Interviews von hoher Bedeutung. Dabei hilft es, über Lebensbereiche zu sprechen, die die erzählende Person aufbauen und stärken (vgl. Rosenthal 2015: 175ff.). Der Interviewabschluss beinhaltet auch die Nachfrage nach Themen, die im Interview

noch nicht besprochen wurden, aber für die interviewte Person noch relevant sein können. Dazu *Helfferrich* (2011: 181): „Es empfiehlt sich, eine Frage aufzunehmen, die der Erzählperson gegen Ende des Interviews noch einmal die Gelegenheit gibt, eigene Relevanzen zu setzen und den Interviewverlauf zu kommentieren: »Haben wir etwas vergessen, was Sie gern noch ansprechen würden?« [...].“ Zum Ende des Interviews bietet sich ebenfalls eine Reflexion des Gesprächs an, z. B. mit folgender Frage: „Wie haben Sie das Gespräch erlebt?“. Vor der Interviewbeendigung kann bei Bedarf auf Stellen verwiesen werden, die der befragten Person Hilfsmöglichkeiten anbieten, wie z. B. die Telefonseelsorge (vgl. Rosenthal 2015: 177f.). Die Auswertung narrativer Interviews erfolgt durch eine Narrationsanalyse, welche anhand von verschiedenen Methoden, z. B. nach *Schütze* oder *Rosenthal*, durchgeführt werden kann (vgl. Misoch 2019: 47ff.).

Das episodische Interview ist eine methodeninterne Triangulation, da es die Methoden der Erzählgenerierung und der Fragensammlung in einem Leitfaden miteinander verknüpft. Entwickelt wurde der Ansatz von *Flick* im Zuge seiner Forschungen innerhalb der Sozialen Arbeit. Anwendung fand diese Erhebungsform bisher nur im deutschsprachigen Raum. Es eignet sich in verschiedenen Bereichen der Forschung der Sozialen Arbeit, um Klient*innen und Professionelle zu interviewen sowie für die Evaluation von Angeboten. Im Mittelpunkt steht das Erheben von subjektivem Wissen und subjektiven Erfahrungen der befragten Personen, wobei der Fokus nicht ausschließlich auf biografischen Aspekten liegt, wie es beim narrativen Interview der Fall ist. Das subjektive Wissen wird mithilfe eines offenen, leitfadengestützten Fragens und die subjektiven Erfahrungen mithilfe des narrativen Vorgehens ermittelt. Durch das Zusammenspiel der beiden Zugänge wird sowohl semantisches Wissen, durch die semantisch-argumentativ ausgerichteten Fragen, als auch episodisches Wissen, durch offene Erzählaufforderungen, generiert (vgl. Misoch 2019: 57; Flick 2011: 278). Bei dem episodischen Wissen einer Person handelt es sich „um persönlich Erlebtes, das als Autobiografisches erinnert wird“ (Misoch 2019: 58). Dabei geht es darum, spezifische, thematisch relevante Episoden aus dem Leben der Befragten durch Erzählungen zu erfassen. Diese bestehen jeweils aus Teilnarrationen, die nur bestimmte Lebensereignisse behandeln. Diese Form des Wissens ist eng mit dem semantischen Wissen verknüpft. Unter semantischem Wissen wird ein inhaltliches, begriffliches Wissen zu konkreten Themen (z. B. Faktenwissen) verstanden (vgl. ebd.). Die Vernetzung der beiden Zugänge soll an folgendem Beispiel verdeutlicht werden. Eine Erzählaufforderung im Interview lautet: „Sie haben letztes Jahr die Diagnose Depressionen erhalten. Erzählen Sie bitte, wie es dazu kam.“ Im Laufe des Interviews wird folgende Frage gestellt: „Was heißt für Sie Gesundheit?“ An dem Beispiel wird deutlich, dass „das semantische Wissen, nämlich wie der Befragte selbst den Begriff Gesundheit definiert, im Kontext des

autobiografischen Erlebens steht (z. B. das Erleben der eigenen psychischen Erkrankung)“ (Misoch 2019: 58f.).

Für die Erstellung des Leitfadens empfiehlt sich im Vorfeld alle relevanten Themen, die mit der Forschungsfrage zusammenhängen, stichwortartig zu notieren. Diese Liste bildet die Basis für die Entwicklung des Leitfadens (vgl. Misoch 2019: 60). Für alle Bereiche werden Erzählaufforderungen und Fragen formuliert, wobei Erzählaufforderungen in den meisten Bereichen dominieren. Die Reihenfolge der Bereiche und Fragen kann, wie in anderen Interviews auch, flexibel gehandhabt werden (vgl. Flick 2011: 275). Begonnen wird stets mit einer erzählauffordernden Frage. Die verschiedenen Fragen werden situativ eingesetzt, je nachdem wie das Interview verläuft und wie ergiebig die thematischen Teilnarrationen sind (vgl. Misoch 2016: 60). Indem zwischen offenen Fragen und narrativen Erzählanreizen abgewechselt wird, ähnelt die Erzählsituation in episodischen Interviews stark der alltäglichen Kommunikation, bei der sich narrative Elemente ebenfalls mit beispielsweise semantischen Aspekten abwechseln. Zudem dürfen bei der Erhebung auch während der narrativen Erzählungen, im Gegensatz zu narrativen Interviews, direkte Nachfragen von der interviewenden Person gestellt werden. Dies entspricht der Logik von Kommunikation im Alltag, wodurch die interviewte Person sich möglicherweise intensiver auf die Interviewsituation einlässt und einen tieferen Einblick in ihr Leben gibt. Dies wirkt sich wiederum positiv auf die Ergebnisse aus. Allerdings ist die Kompetenzerwartung an die interviewende Person durch die Kombination des narrativen und zugleich offenen, leitfadengestützten Vorgehens hoch (vgl. Misoch 2019: 63). Die Analyse episodischer Interviews erfolgt häufig anhand der „Methoden der Kodierung und Kategorisierung mit dem Ziel einer Theoriebildung oder der Entwicklung von Typen und Mustern in den Antworten und Erzählungen“ (Flick 2011: 279).

Der Leitfaden für die Erhebungen der vorliegenden Arbeit orientiert sich an den Methoden des narrativen und des episodischen Interviews, um die Lebensverläufe der Befragten zu rekonstruieren und bestimmte biografische Erfahrungen sowie spezielle Episoden aus dem Lebensverlauf zu analysieren (vgl. Misoch 2019: 280). Anhand des zuvor beschriebenen Aufbaus narrativer und episodischer Interviews, entwickelte die Autorin einen offenen und zugleich teilstandardisierten Leitfaden, der sich beider Methoden bedient (siehe Anhang „Interviewleitfaden“). Dieser berücksichtigt die Grundprinzipien qualitativer Sozialforschung, die nach *Helfferich* (vgl. 2011: 180) folgendermaßen lauten: das Prinzip der Offenheit, eine begrenzte Anzahl an Fragen, formale Übersichtlichkeit und gute Handhabbarkeit, keine abrupten Themensprünge, erzählgenerierende Fragen am Anfang, Einstellungs- und Bewertungsfragen möglichst am Ende, kein Ablesen vom Leitfaden und spontan produzierte Erzählungen haben Vorrang. Ganz oben auf dem Leitfaden steht die Forschungsfrage „Wie unterstützt das Service-

Wohnen die soziale Integration von verwitweten Frauen*?“. Diese Fragestellung hat sich gemäß des zirkulären Forschungsprozesses, während der Analyse der Interviews als nicht treffend herausgestellt, worauf in Kapitel 3.4 „Analyse- und Auswertungsverfahren“ näher eingegangen wird. Danach folgt im Leitfaden die Vorstellung der Autorin und ihres Forschungsinteresses mit den Themenschwerpunkten Verwitwung, Alltagsgestaltung, soziale Kontakte, Freizeitaktivitäten, Sorgen und Wünsche sowie eine kurze Erläuterung des Interviewablaufs. Der Leitfaden gliedert sich in die Themenbereiche Alltag und Freizeit; Beziehungen und SW; Unterstützung, Verlust/Trauer und Sorgen/Wünsche; Gesundheit sowie Finanzen. Zu den einzelnen Themenbereichen wurden jeweils Erzählaufforderungen, Erzählimpulse und Fragen formuliert. An dieser Stelle gilt es erneut zu betonen, dass der Leitfaden von der Autorin in den Interviews lediglich als Orientierungshilfe diente. Gemäß des zuvor beschriebenen Interviewablaufs nach *Flick* (vgl. 2011: 275), wurden die verschiedenen Themenblöcke flexibel in ihrer Reihenfolge angesprochen und bei eigenständigen, ausführlichen Narrationen der Befragten wurden bereits beantwortete Fragen ausgelassen. Die Gesprächsführung wurde somit je nach Interviewsituation von der Interviewerin angepasst. Wenn alle Themenblöcke besprochen wurden und die interviewende Person das Gefühl hatte, der Erzählfluss der Befragten nahm ab, leitete sie den Schlussteil mit folgender Frage ein: „Gibt es abschließend noch etwas, was Ihnen wichtig ist zu erzählen, worüber wir noch nicht gesprochen haben?“. Zudem fragte sie, wie die Interviewpartnerinnen das Gespräch erlebt hätten. Dadurch konnte die Interviewerin ein Feedback zu z. B. ihrer Interviewführung erhalten und einschätzen, ob es noch einen Klärungsbedarf gab. Bei einem ungunstigen Gefühl seitens der Interviewerin, aufgrund der besprochenen, belastenden Ereignisse, wurden gegebenenfalls Anlaufstellen zur Hilfe für die interviewte Person genannt. Anschließend wurden noch personenbezogene Fragen zum Alter, dem Zeitpunkt der Verwitwung, dem Einzugsdatum, dem erlernten Beruf und dem Familienstatus gestellt. Am Ende bedankte sich die Interviewerin für die Zeit sowie das Vertrauen der Befragten und übergab ihnen ein kleines Dankeschön. Im folgenden Kapitel wird der Feldzugang beschrieben. Das beinhaltet das Sampling und die Kontaktaufnahme zu den interviewten Personen. Des Weiteren erfolgen die Beschreibung der Dokumentation und Anonymisierung der erhobenen Daten, der eingehaltenen Prinzipien der Forschungsethik sowie der Service-Wohnanlage.

3.3 Sampling und Setting

„Fragen des Samplings sind in qualitativen Untersuchungen entscheidend. Fälle stehen nicht für sich, sondern repräsentieren etwas – z. B. eine Generation, ein Milieu, ein Strukturproblem usw. Daher entscheidet das Sampling mit darüber, ob die Befunde qualitativer Studien verallgemeinert werden können [...].“ (Przyborski/Wohlrab-Sahr 2021: 228)

In qualitativen Untersuchungen sind unterschiedliche Formen des Samplings möglich. Die Auswahl der Untersuchungseinheit dieser Forschung erfolgte aus einer Kombination des Samplings durch Gatekeeper*innen, vorab festgelegter Kriterien und des Theoretical Samplings. Letzteres bedeutet nach *Przyborski* und *Wohlrab-Sahr* (2021: 232), dass die ersten Fälle „auf der Grundlage einer ersten vorläufigen Problemdefinition getroffen [werden]“. Hier ist die Auswahl der Fälle an dem Interesse einer Theorieentwicklung ausgerichtet (vgl. ebd.). Die Kontaktaufnahme mit den interviewten Frauen erfolgte über zwei Gatekeeperinnen, welche in der Service-Wohnanlage arbeiten. Die Autorin war vor einigen Jahren in der SWA 1 Praktikantin, wodurch zu den Gatekeeperinnen bereits ein Vertrauensverhältnis bestand. Dies ist für den Zugang zu den Interviewpartnerinnen nach *Lamnek* und *Krell* (2016: 337) vorteilhaft: „Schon beim Zugang zu den Interviewpartnern ist die Vertrauensbasis wichtig. Es empfiehlt sich daher, den Zugang über Dritte zu suchen, die als Vermittler zwischen Forscher und Befragtem beider Vertrauen genießen“. Zunächst trat die Autorin mit ihrem Forschungsinteresse an die erste Gatekeeperin heran, mit der Bitte um Kontakte, die folgende Kriterien erfüllen: weiblich, in der SWA wohnhaft, verwitwet und erzählfreudig. Da die Gatekeeperin als Sozialarbeiterin in der Wohnanlage tätig ist und eine „Soziale Beratung“ anbietet, kennt sie eine Vielzahl an Bewohner*innen, die wiederum eine vertrauensvolle Beziehung zu ihr pflegen. Die Gatekeeperin trat mit verschiedenen Bewohnerinnen in Kontakt, erläuterte ihnen den Hintergrund des Anlasses und fragte diese, ob sie bei Interesse, der Forscherin die Telefonnummern der interessierten Personen geben dürfe. Auf diese Weise fanden sich zwei Frauen, die sich für ein Interview bereit erklärten. Als nächstes nahm die Autorin mit der zweiten Gatekeeperin Kontakt auf. Diese ist zum damaligen Zeitpunkt die Ansprechpartnerin für die dazugehörige, neu eröffnete SWA 2 gewesen. Die Zugangsvoraussetzungen für die zwei Wohnanlagen unterscheiden sich in der finanziellen Ausstattung der Bewohner*innen. Eine nähere Beschreibung der Wohnanlagen folgt im weiteren Verlauf von Kapitel 3.3. Das Vorgehen der zweiten Gatekeeperin entsprach dessen ihrer Kollegin. Obwohl die Bewohner*innen der SWA 2 erst seit ein paar Monaten in dem Haus lebten und dementsprechend die Gatekeeperin noch nicht lange kannten, fanden sich zwei Frauen, die für ein Interview offen waren. Von Vorteil für die Forscherin war hier, dass beide Gatekeeperinnen diese durch das gemeinsame Arbeiten in der Vergangenheit kannten und somit den interessierten Frauen versichern konnten, dass die Forscherin eine vertrauenswürdige Person ist. Die Autorin entschied sich dafür, dass sich die nun gewählte Zusammensetzung des Samples, aufgrund der unterschiedlichen sozialen Lebenslagen, für einen kontrastiven Vergleich anbot. Die Autorin nahm mit den interessierten Frauen telefonisch Kontakt auf, erläuterte ihr Forschungsvorhaben und vereinbarte nach der finalen Entscheidung zur Teilnahme Interviewtermine mit Ihnen. Den Interviewort durften die Frauen selbst bestimmen. Zur Auswahl standen zwei Gemeinschaftsräume der beiden Wohn-

anlagen und die jeweiligen Wohnungen der Frauen. Die insgesamt vier Interviews fanden zwischen dem 01.09.2023 und dem 15.09.2023 statt. Folgender Abschnitt beschäftigt sich mit der Darstellung des Samples und der Settings sowie der Reflexion der durchgeführten Interviews.

Alle vier Frauen waren zum Zeitpunkt des Interviews verwitwet und lebten im SW der gleichen Trägerschaft in unterschiedlichen Dependancen. Das Alter der Fallauswahl lag zwischen 73 und 94 Jahren. Die Namen sind anonymisiert. In der nachstehenden Tabelle 1 sind die Merkmale des Samples zusammengefasst:

Tabelle 1: Soziodemografische Merkmale des Samples

	Frau Beck	Frau Peters	Frau Seidel	Frau Stoll
Ort des Interviews	Ihre Wohnung	Ihre Wohnung	Ihre Wohnung	Ein Gemeinschaftsraum
Alter zum Zeitpunkt des Interviews	81 Jahre	81 Jahre	73 Jahre	94 Jahre
Zeitpunkt der Verwitwung	Im Alter von 62 Jahren	Im Alter von 35 Jahren	Im Alter von 70 Jahren	Im Alter von 67 Jahren
Einzug in das SW	2010, seit 13 Jahren	Mai 2023, seit ca. 4 Monaten	Mai 2023, seit ca. 4 Monaten	2017, seit 7 Jahren
Zuletzt ausgeführte Erwerbstätigkeit	Objektleiterin	Innenausstatterin	Lehrerin	Keine Angabe
Erlerner Beruf	Durfte keine Lehre machen	Friseurin, Medizinische Fachangestellte	Sozialpädagogin	Bankkauffrau
Kinder	Zwei Kinder	Zwei Söhne, eine Tochter	Zwei Söhne	Drei Kinder

Frau Beck ist im Jahr 2010 in die SWA 1 eingezogen. Zum Zeitpunkt des Interviews ist sie 81 Jahre alt und wohnt seit etwa dreizehn Jahren in der Wohnanlage. Ihr Ehemann ist vor neunzehn Jahren verstorben. Sie waren 46 Jahre verheiratet und haben zwei gemeinsame Kinder. Vor ihrer Rente arbeitete sie als Objektleiterin. Der erste Termin für das Interview fiel aus, da Frau Beck den Termin vergessen hatte. Daraufhin vereinbarte die Autorin einen neuen Termin. Das Interview fand in Frau Becks Wohnung in der SWA 1 statt. Zunächst gab sie der Interviewerin eine Führung durch ihre Einzimmerwohnung. Anschließend erfolgte die Befragung im Wohn-/Essbereich am Tisch mit Kaffee und Keksen. Da Frau Beck und die Interviewerin sich bereits vor ein paar Jahren in der SWA 1 kennenlernten, wurde das Interview auf der Du-Ebene durchgeführt. Zu Zeiten des Praktikums der Autorin bestand jedoch kein Beratungsverhältnis und kein typisches Sozialarbeiterin-Klientin-Verhältnis. Die Gesprächsatmosphäre war

herzlich und locker. Einige Fragen des Interviewleitfadens entfielen, da sich die Antworten aus dem Erzählten der Interviewten ergaben. Nach dem Interview zeigte sie der Interviewerin Details in ihrer Wohnung, wie z. B. Fotos und erzählte noch weitere Details aus ihrem Leben.

Frau Peters lebt seit Mai 2023 in der SWA 2. Zum Zeitpunkt des Interviews ist sie 81 Jahre alt und wohnt seit vier Monaten in der Wohnanlage. Ihr Ehemann ist im Alter von 35 Jahren verstorben. Sie waren zehn Jahre verheiratet und haben drei gemeinsame Kinder, zwei Söhne und eine Tochter. Frau Peters hatte nach dem Versterben ihres Mannes einen neuen Lebenspartner, mit dem sie 32 Jahre in der Schweiz zusammenlebte. Bevor sie in Rente gegangen ist, arbeitete sie zuletzt mit ihrem Partner im Bereich der Innenausstattung von Häusern. Das Interview mit Frau Peters fand in ihrer Wohnung in der SWA 2 statt. Zunächst saßen die Interviewerin und Frau Peters eine Stunde auf ihrem Balkon, tranken Kaffee und aßen Kuchen. Währenddessen erzählte sie bereits viel über ihr Leben. Die Interviewerin bat Frau Peters nach einer Stunde das Gespräch aufgrund der störenden Hintergrundgeräusche von draußen nach drinnen zu verlagern, um dort mit dem Interview und der Aufnahme starten zu können. Das Gespräch vor der Aufnahme war hilfreich, um sich kennenzulernen und Hintergrundwissen zu erlangen, wodurch die Interviewerin ihren Erzählungen während des Interviews besser folgen konnte. Da Frau Peters von sich aus sehr viel erzählte, musste die Interviewerin einige ihrer vorbereiteten Fragen nicht mehr stellen. Während des Interviews gab es auf den Wunsch von Frau Peters hin eine Unterbrechung der Aufnahme, in der sie der Interviewerin von ihrem damaligen Lebenspartner erzählte. Nach dem Interview zeigte Frau Peters der Interviewerin ihre Dreizimmerwohnung und gab weitere Details über ihr Leben preis. Das gesamte Treffen war geprägt von einer angenehmen, lockeren Atmosphäre.

Frau Seidel ist im Mai 2023 in die SWA 2 eingezogen. Zum Zeitpunkt des Interviews ist sie 73 Jahre alt und lebt erst seit knapp vier Monaten in der Wohnanlage. Sie war zweimal verheiratet, wobei ihr erster Ehemann im Interview keinerlei Relevanz erfährt. Ihr zweiter Ehemann ist erst kürzlich, vor zwei Jahren und vier Monaten, verstorben. Die beiden waren 17,5 Jahre verheiratet. Sie hat zwei Söhne aus erster Ehe. Vor ihrer Rente war sie als Lehrerin tätig. Das Interview mit Frau Seidel war das erste Interview dieser Forschungsarbeit, wodurch der Start vergleichsweise holprig war. In der Wohnung begann direkt das Interview ohne eine Aufwärmphase. Dies hatte möglicherweise zur Folge, dass die Interviewerin und Frau Seidel erst im Laufe des Gesprächs miteinander warm wurden. Zu Beginn des Interviews funktionierte die Erzählaufforderung nicht, sodass die Interviewerin mehrere Fragen in kürzerer Zeit stellte. Im Laufe des Interviews legte sich dies und die Erzählungen von Frau Seidel wurden von Mal zu Mal länger. Im Anschluss an das Interview zeigte Frau Seidel der Interviewerin noch kurz einen Teil ihrer Zweizimmerwohnung.

Frau Stoll lebt seit 2017 in der SWA 1. Zum Zeitpunkt des Interviews ist sie 94 Jahre alt und wohnt seit knapp sieben Jahren in der Wohnanlage. Ihr Ehemann ist vor 27 Jahren verstorben. Sie waren 48 Jahre verheiratet und haben drei gemeinsame Kinder. Der erste, per Telefon vereinbarte, Interviewtermin fand nicht statt, da es eine Fehlkommunikation zwischen der Interviewerin und Frau Stoll über das Datum des Interviewtermins gab. An dem vereinbarten Termin wartete die Interviewerin am Eingangsbereich der SWA 1. Als Frau Stoll nach einer gewissen Zeit nicht kam und nicht ans Telefon ging, suchte die Interviewerin eine Ansprechperson auf und gelang durch Nachfrage zu der Wohnung von Frau Stoll. Dort traf die Interviewerin Frau Stoll an und es stellte sich heraus, dass Frau Stoll eine Woche vor dem vereinbarten Termin auf die Interviewerin vergebens wartete. Da sie die Telefonnummer der Interviewerin nicht wiederfand, konnte sie diese nicht kontaktieren. An diesem Tag ging es Frau Stoll aufgrund der Hitze nicht gut und sie bat um einen neuen Termin. Die Interviewerin schrieb den neuen Termin und ihre Kontaktdaten vor Ort für Frau Stoll auf und verabschiedete sich. An dem neu vereinbarten Termin trafen sich die Interviewerin und Frau Stoll, auf ihren Wunsch hin, für das Interview in einem der Gemeinschaftsräume der SWA 1. Dort konnten sie sich ungestört und in einer angenehmen Atmosphäre unterhalten. Nach einer kurzen Aufwärmphase startete die Befragung. Zu Beginn des Interviews ist Frau Stoll thematisch von den Fragen der Interviewerin wiederholt abgewichen und hat im Laufe des Interviews oft oberflächlich auf Fragen geantwortet. Dadurch kamen der Interviewerin Bedenken, dass sich die Fehlkommunikation bei der Terminfindung und die kurze Aufwärmphase vor dem Interview, negativ auf das Gespräch auswirkten. Insgesamt sind die Erzählepisoden von Frau Stoll oft kurz gewesen und die Interviewerin musste viele Nachfragen stellen. Auf die Frage hin, wie ihr das Gespräch gefallen hat, antwortete sie jedoch „aufschlussreich“, „interessant“ und „wertvoll“. Im Anschluss an das Interview hatte die Forscherin die Sorge, dass das Interview zu wenig Daten für die Auswertung hergeben würde, was sich bei der Analyse der erhobenen Daten allerdings als fälschlich herausstellte.

Nach Absprache mit der Betreuerin dieser Forschungsarbeit, erhielten alle vier Interviewpartnerinnen am Ende des Interviews eine handgeschriebene Karte und Tafel Schokolade als kleines Dankeschön. Dies sollte als ein Zeichen der Wertschätzung für ihre Zeit und Offenheit sowie ihr Vertrauen dienen.

Die Transkriptionen sind nach den Regelsystemen von *Dresing* und *Pehl* (vgl. 2018: 17f.) geschrieben, die zum leichteren Verständnis und zur besseren Lesbarkeit der erhobenen Daten Transkriptionen im inhaltlich-semantischen Stil empfehlen. Ihre Ausführungen ergänzen und erweitern die Regelvorschläge von *Kuckartz et al.* (2008). Auf die Erläuterung ihrer Regelsysteme wird an dieser Stelle verzichtet. Im Anhang befinden sich die Transkriptionen, innerhalb

derer mit Abschnittnummerierungen gearbeitet wurde. Da es sich teilweise um sehr lange Erzählpassagen handelt, wurden nach Bedarf inhaltlich passende Absätze eingefügt.

Aufgrund der personenbezogenen, biografischen Daten in den Interviews spielen die Anonymisierung und der Schutz der erhobenen Daten eine bedeutende Rolle. Herausfordernd dabei ist, dass die qualitative, rekonstruktive Forschung, im Gegensatz zu der quantitativen Forschung, schwieriger Daten anonymisieren kann. Dazu *Przyborski und Wohlrab-Sahr (2021: 214)*: „Die Interpretationen wollen ja gerade nicht von vornherein von raum-zeitlichen Gegebenheiten abstrahieren. Persönliche Daten enthalten eine Fülle solcher Informationen. Dennoch müssen alle Daten und Merkmale, die Rückschlüsse auf konkrete Personen erlauben, anonymisiert werden“. Die Prinzipien der Forschungsethik verlangen u. a. die Vermeidung von Schädigungen derer, die in Untersuchungen einbezogen werden (vgl. Hopf 2000: 589ff.). Alle Namen innerhalb der Transkriptionen wurden geändert oder ausgelassen. Dies gilt sowohl für die Interviewpartnerinnen als auch die Personen, welche in den Erzählungen vorkommen. Ebenfalls geändert sind die Namen von Stadtteilen, Straßen oder anderen Orten. Alle Befragten wurden vor den Interviews über die Anonymisierung ihrer Daten und die Audioaufnahme des Interviews zum Zweck der Transkription informiert.

Auch die Service-Wohnanlage lässt sich aufgrund dessen lediglich anonymisiert und grob wie folgt beschreiben. Die SWA hat verschiedene Standorte, die für diese Forschungsarbeit eine Rolle spielen. Das Mindestalter für den Einzug ist sechzig Jahre. Bei der SWA 1 handelt es sich um öffentlich geförderten Wohnraum, der nur mit einem geringen Einkommen bewohnt werden darf. Die Nettokaltmiete liegt je nach Ausstattung bei bis zu zehn Euro pro Quadratmeter. Hinzu kommen Betriebskosten, Heizkosten und der Betreuungszuschlag. Die Wohnungen sind größtenteils barrierefrei. Auf dem Gelände befinden sich ein Begegnungszentrum, ein Café, Veranstaltungsräume und Geschäfte aus dem Dienstleistungssektor. In dieser SWA wurden die Interviews mit den dort lebenden Bewohnerinnen Frau Beck und Frau Stoll geführt. Die SWA 2 befindet sich in fußläufiger Entfernung zur SWA 1 und bietet SW im Quartier an, mit dem Fokus auf generationenübergreifendem Wohnen. Die vor kurzem fertiggestellten, barrierefreien Neubauwohnungen sind durch ein Wohnungsunternehmen freifinanziert. Die Nettokaltmiete liegt je nach Ausstattung bei bis zu sechzehn Euro pro Quadratmeter. Hinzu kommen auch hier Betriebskosten, Heizkosten und der Betreuungszuschlag. Hier wurden die Interviews mit den dort lebenden Bewohnerinnen Frau Peters und Frau Seidel durchgeführt. Die anderen Standorte spielen, mit der Ausnahme von SWA 3, für diese Arbeit keine weitere Rolle und werden somit nicht näher beschrieben. Die SWA 3 wird in einem Interview lediglich kurz erwähnt. Diese dritte Wohneinheit liegt näher an der SWA 2 als die SWA 1 und befindet sich noch in der Fertigstellung.

3.4 Analyse- und Auswertungsverfahren

In diesem Unterkapitel werden die Analyse- und Auswertungsverfahren der vorliegenden Forschungsarbeit erläutert. Die durchgeführte Analyse und Auswertung sind angelehnt an den Forschungsstil „der“ Grounded Theory.⁶ Entwickelt wurde die Grounded Theory von den Soziologen *Barney Glaser* und *Anselm Strauss* im Rahmen eines Forschungsprojektes im Jahr 1965 in den USA (vgl. Misoch 2019: 205). Ziel der Grounded Theory ist die Entwicklung einer induktiv abgeleiteten, gegenstandsverankerten Theorie über ein Phänomen (vgl. Corbin/Strauss 1996: 8). Diese wird in der vorliegenden Arbeit in Form einer entwickelten Typologie in Kapitel 4 dargestellt. Grounded Theory hat sich in den letzten fünf Jahrzehnten zu einem der am weitesten verbreitete Ansätze der qualitativ-interpretativen Sozialforschung entwickelt (vgl. Strübing 2021: 1). Aktuell gibt es eine Art Methodensammlung verschiedener Vertreter*innen der Grounded Theory, welcher sich in der Forschung bedient wird (vgl. Müller/Skeide 2018: 50). Das Verfahren ist nicht präskriptiv, d. h. es folgt keinem festgelegten Ablauf für ein analytisches Vorgehen. Stattdessen ist die Grounded Theory als eine konzeptuell fundierte, methodologisch begründete und in sich konsistente Sammlung von Vorschlägen gedacht, die sich als hilfreich für die Entwicklung sozialwissenschaftlicher Gegenstandstheorien und allgemeiner Sozialtheorien erwiesen hat (vgl. Strübing 2021: 1f., 9). *Strübing* (2021: 10) bezeichnet die Grounded Theory als „einen Forschungsstil zur Erarbeitung von in empirischen Daten gegründeten Theorien“. Der Stil zeichnet sich durch „die zeitliche Parallelität und wechselseitige funktionale Abhängigkeit der Prozesse von Datenerhebung, -analyse und Theoriebildung“ (ebd.: 11) aus. Dazu zählt auch das Auswahlverfahren der zu erhebenden und zu analysierenden Daten. *Glaser* und *Strauss* (1998) bezeichnen diese Verfahrensart als „Theoretical Sampling“. Das theoretische Sampling ist nicht in einem statistischen Sinne („repräsentatives Sampling“) zu verstehen, sondern bezieht sich auf die Auswahl einer Datenquelle auf der Grundlage von Konzepten, die eine theoretische Relevanz, für die zu entwickelnde Theorie besitzen. Dabei sammeln, kodieren und analysieren die Forscher*innen ihre Daten parallel und entscheiden fortlaufend, welche Daten an welchem Ort im nächsten Schritt gesammelt werden sollen. Dies kann die Erhebung von neuen Materialien zur Folge haben, aber auch

⁶ „Von ‚der‘ Grounded Theory zu sprechen, wäre allerdings irreführend: Spätestens seit 1978, als Glasers *Theoretical Sensitivity* (1978) erschien, gibt es zwei Varianten dieses Verfahrens, eine von Anselm Strauss geprägte pragmatistisch inspirierte, die er, teilweise gemeinsam mit Juliet Corbin, in ihren praktischen Dimensionen näher ausgearbeitet hat, sowie eine – wie ich es nennen würde – empiristische Variante von Barney Glaser, die dieser nach „*Theoretical Sensitivity*“ vor allem in dem sehr polemischen und Strauss-kritischen Buch *Emergence vs. Forcing* (1992) und dann noch einmal aktualisiert in *Doing Grounded Theory* (1998) postuliert hat.“ (Strübing 2021: 4) In den deutschen, pragmatistisch orientierten Darstellungen zur Grounded Theory ist nicht immer eindeutig, welche Richtung der beiden Entwickler des Stils als wissenschafts- und methodentheoretische Grundlage dient. *Strübing* orientiert sich in seinem Werk an der von *Strauss* geprägten Richtung.

das bereits vorhandene Material kann unter neuen Aspekten analysiert werden (vgl. Glaser/Strauss 1998: 53; Corbin/Strauss 1996: 148). „Sampling bezieht sich hier immer auf das Anstellen von Vergleichen, was auf die Ausarbeitung von Kategorien ausgerichtet ist, die beim theoretischen Kodieren gefunden wurden“ (Corbin/Strauss 1996: 150). Die Prozesse der Datenerhebung, -analyse und Theoriebildung werden während der gesamten Forschung nicht als vollständig abgeschlossen betrachtet. Theorie stellt nicht den Endpunkt des Forschungsprozesses dar, da sie von Anfang an kontinuierlich ohne einen Abschluss entwickelt wird. Dies geht mit der Idee einer selbstgesteuerten Prozessführung einher. Dabei handelt es sich jedoch nicht um einen stringenten Ablauf mit festen Schrittfolgen, sondern um einen fortlaufenden Wechsel von Handeln und Reflexion, wobei die Entscheidungen dieser reflexiven Prozesssteuerung auf den vorhergehenden Prozessschritten basieren. Der Forschungsgegenstand und die daran beteiligten Akteur*innen stehen in einer wechselseitigen Beziehung, in der sie sich gegenseitig beeinflussen und verändern. Demnach sind Forscher*innen keine neutralen Beobachter*innen. Sie agieren als Interpret*innen ihrer Daten und treffen Entscheidungen über den Verlauf der theoretischen Argumentation, wodurch sie stets auch aktive Teilnehmer*innen im Forschungsprozess sind. Das offene Methodenverständnis nach *Strauss* folgt dennoch bestimmten Leitlinien, die den Forschungsprozess strukturieren. Dazu zählen das „Kodieren“ und weitere ergänzende Verfahren, wie z. B. das Schreiben von „Memos“ (vgl. Strübing 2021: 11ff.). „Kodieren stellt die Vorgehensweise dar, durch die die Daten aufgebrochen, konzeptualisiert und auf neue Art zusammengesetzt werden. Es ist der zentrale Prozeß [sic!], durch den aus den Daten Theorien entwickelt werden“ (Corbin/Strauss 1996: 39). Der Kodierprozess erfolgt in einem mehrstufigen Auswertungsverfahren der erhobenen Daten und beinhaltet ein ständiges Vergleichen der Daten miteinander. Den Ursprung für gegenstandsbezogene Konzepte sehen *Glaser* und *Strauss* in jenem kontinuierlichen Vergleichen: „Dieses ständige Vergleichen von Vorkommnissen führt sehr bald zur Generierung von theoretischen Eigenschaften der Kategorie“ (Glaser/Strauss 1998: 112). Der Begriff „Kategorie“ bezieht sich hierbei auf das theoretische Konzept, dessen strukturelle Eigenschaften sich erst durch die vergleichende Analyse der von diesem Konzept „repräsentierten empirischen Phänomene ergeben“ (Strübing 2021: 15). Der nach *Strauss* (1991) dreistufige Kodierprozess beinhaltet die drei Modi des offenen, axialen und selektiven Kodierens:

„Während der Modus des offenen Kodierens dem ‚Aufbrechen‘ der Daten durch ein analytisches Herauspräparieren einzelner Phänomene und ihrer Eigenschaften dient, zielt das axiale Kodieren auf das Erarbeiten eines phänomenbezogenen Zusammenhangsmodells, d. h. es werden qualifizierte Beziehungen zwischen Konzepten am Material erarbeitet und im Wege kontinuierlichen Vergleichens geprüft. Abhängig von der sich entwickelnden Untersuchungsfrage und den Fortschritten beim offenen und axialen Kodieren erweisen sich typischerweise ein oder zwei theoretische Konzepte als zentral für die entstehende Theorie. Das selektive Kodieren zielt daher auf die Integration der bisher erarbeiteten theoretischen Konzepte in Bezug auf diese wenigen „Kernkategorien“,

d. h. es wird ein großer Teil des Materials re-kodiert, um die Beziehungen der verschiedenen gegenstandsbezogenen Konzepte zu den Kernkategorien zu klären und eine theoretische Schließung herbeizuführen.“ (Strübing 2021: 17)

In dem Modus „offenes Kodieren“ wird nach *Strauss* (1991: 58) „Zeile für Zeile oder sogar Wort für Wort“ analysiert, die jeweils mit Codes, sprich einzelnen Worten oder Stichpunkten, versehen werden. Durch diesen breiten und noch ungeordneten Zugang zu dem Datenmaterial entstehen eine Vielzahl an untereinander unverbundene Konzepte⁷ und Kategorien⁸ (vgl. Strübing 2021: 19). Die Forscher*innen müssen sich in die Daten „einfühlen“ und bringen ihre Erfahrungen mit ein. Dadurch kommen unterschiedliche Forscher*innen zu verschiedenen Sichtweisen auf die Daten (vgl. ebd.: 21). An dieser Stelle werden nach *Corbin* und *Strauss* (1996) bereits Kategorien identifiziert und hinsichtlich ihrer Eigenschaften dimensionalisiert. Eigenschaften sind Merkmale eines Phänomens, welche wiederum weitere Untereigenschaften aufweisen (vgl. *Corbin/Strauss* 1996: 51).

Beim „axialen Kodieren“ werden die zuvor aufgebrochenen Daten neu zusammengesetzt, „indem *Verbindungen zwischen einer Kategorie und ihren Subkategorien ermittelt werden*“ (ebd.: 76; kursiv im Original). Hierbei steht immer noch die Entwicklung einzelner Kategorien im Fokus, aber jenseits ihrer Eigenschaften und Dimensionen. Unter Subkategorien verstehen *Corbin* und *Strauss* die Bedingungen, die das Phänomen verursachen; den Kontext des Phänomens; die Handlungs- und interaktionalen Strategien, durch die das Phänomen bewältigt oder ausgeführt werden; und die Folgen dieser Strategien. Aufgrund der Komplexität des axialen Kodierens mittels dieser Verfahren und des begrenzten Rahmens dieser Arbeit, werden die Verfahren nicht näher beschrieben. Die Forscher*innen wechseln während der Analyse zwischen den zwei Modi offenes und axiales Kodieren, trotz jeweils getrennt analytischer Vorgehensweisen (vgl. ebd.: 76f.).

Nach wahrscheinlich Monaten des Sammelns und Analysierens der erhobenen Daten, werden die entwickelten Kategorien zu einer Grounded Theory integriert, was selbst für erfahrene Forscher*innen schwierig ist (vgl. *Corbin/Strauss* 1996: 94). Dieser Modus nennt sich „selektives Kodieren“. Hierbei handelt es sich um die Fortsetzung des axialen Kodierens auf einer höheren, abstrakteren Analyseebene (vgl. ebd.: 95). Im Fokus steht das Auswählen einer Kernkategorie und „das In-Beziehung-Setzen aller Hauptkategorien zur Kernkategorie und unterei-

⁷ Konzepte definieren *Corbin* und *Strauss* (1996: 43) folgendermaßen: „Konzeptuelle Bezeichnungen oder Etiketten, die einzelnen Ereignissen, Vorkommnissen oder anderen Beispielen für Phänomene zugeordnet werden.“

⁸ Die Definition von Kategorie nach *Corbin* und *Strauss* (1996: 43) lautet: „Eine Klassifikation von Konzepten. Diese Klassifikation wird erstellt, wenn Konzepte miteinander verglichen werden und sich offenbar auf ein ähnliches Phänomen beziehen. So werden die Konzepte unter einem Konzept höherer Ordnung zusammengruppiert – ein abstraktes Konzept, genannt Kategorie.“

inander“ (Corbin/Strauss 1996: 117). Um von den bisher gesammelten Daten, erstellten Diagrammen und Memos zu einer nachvollziehbaren, gegenstandsverankerten Theorie zu kommen, gibt es nach *Corbin* und *Strauss* (1996) weitere Richtlinien und Schritte, die dabei unterstützen. Diese folgen keiner festgelegten Abfolge oder einer voneinander getrennten Ausführung. Dazu zählen die Darlegung des roten Fadens der Geschichte, das Auswählen eines Phänomens, das Verbinden der Kategorien mit der Kernkategorie, das Bestimmen der Eigenschaften und Dimensionen der Kernkategorie, die Validierung der Beziehungen/Verbindungen, das Aufdecken von Mustern und das Auffüllen der Lücken in den Kategorien (vgl. Corbin/Strauss 1996: 95ff.). Aufgrund des begrenzten Rahmens dieser Arbeit, werden auch diese umfangreichen Schritte nicht näher beschrieben.

Zuvor wurden bereits ergänzende Verfahren zum Kodieren erwähnt, die an dieser Stelle folgend angerissen werden. Prozessbegleitendes Schreiben und Visualisieren hat während des gesamten Forschungsprozesses für die Entwicklung der Theorie eine hohe Relevanz. Dazu gehören u. a. das Schreiben von Memos und Kode-Notizen sowie das Erstellen von Diagrammen (vgl. Corbin/Strauss 1996: 167ff.). Unter Memos verstehen *Corbin* und *Strauss* (1996: 169) „schriftliche Analyseprotokolle, die sich auf das Ausarbeiten der Theorie beziehen“. Mit Kode-Notizen sind Kommentare oder Memos gemeint, die während des Kodierens entstehen und konzeptuelle Begriffe, Eigenschaften und Zusammenfassungen enthalten. Visuelle Darstellungen wie Diagramme, setzen Erkenntnisse in Beziehung zueinander. Die Verfahren können in Inhalt und Länge variieren (vgl. ebd.: 169ff.). Zudem weisen *Corbin* und *Strauss* (1996: 170) auf folgenden Aspekt hin:

„Memos und Diagramme entwickeln sich: Im fortschreitenden Forschungs- und Analyse-Prozeß [sic!] nehmen sie konzeptuell an Komplexität, Dichte, Klarheit und Genauigkeit zu. Spätere Memos und Diagramme können die früheren widerlegen, berichtigen, bekräftigen, erweitern und verdeutlichen.“

Anhand des prozessbegleitenden Schreibens, Überarbeitens und Sortierens von Memos und visuellen Darstellungen findet eine Verschriftlichung des komplexen Analyseverfahrens statt und trägt entscheidend zur Theoriebildung bei. Das Vorgehen dient somit der Überprüfung der Validität und Reliabilität der Ergebnisse (vgl. ebd.; Strübing 2021: 36).

Ein weiterer Begriff, der häufig im Zusammenhang mit der Grounded Theory Beachtung findet, ist die „theoretische Sensibilität“. Einerseits bedeutet dies auf bereits vorhandene, für das Feld relevante theoretische Konzepte sowie auf die professionelle und persönliche Erfahrung zurückzugreifen. Andererseits wird die „theoretische Sensibilität“ durch die intensive Auseinandersetzung mit den erhobenen Daten erworben. Dazu gehört das Einnehmen einer skeptischen Haltung gegenüber dem eigenen Handeln während des Forschungsprozesses (vgl. Corbin/Strauss 1996: 25ff.).

Im Folgenden wird der Prozess der Datenerhebung, -analyse und -auswertung dieser Forschungsarbeit vor dem Hintergrund der zuvor erläuterten Grounded Theory beschrieben. Aus dem Forschungsinteresse heraus, die Lebenslagen von verwitweten Frauen im SW zu untersuchen, wurden episodisch-narrative Interviews (siehe Kapitel 3.2) vorbereitet. Die Sampleauswahl fand, wie in Kapitel 3.3 beschrieben, statt. Allerdings nicht im Sinne des Theoretical Samplings wie zuvor nach *Glaser* und *Strauss* (1996) beschrieben, sodass nicht nach jedem Interview eine Auswertungs- und Interpretationsphase folgte, um auf diesen Daten basierend, die weitere Fallauswahl zu bestimmen. Nach der Durchführung und Transkription der vier Interviews begann die Analyse und Auswertung der erhobenen Daten. Für die Datenanalyse wurde die Computersoftware MAXQDA genutzt, die speziell für die Methodologie der Grounded Theory entwickelt wurde. Diese unterstützt und vereinfacht den vielschichtigen Auswertungsprozess. Zu Beginn der Analyse wurde jeweils ein Memo mit soziodemografischen Informationen für die interviewten Frauen angelegt. Im Modus des offenen Kodierens vergab die Autorin Zeile für Zeile Codes. Dabei entstanden 211 Codes, die insgesamt 876-mal vergeben wurden. Aufgrund des Umfangs dieser Liste, befindet sich diese nicht im Anhang, kann aber bei der Autorin angefragt werden. Während des offenen Kodierens wurden Memos und Kodetexte verfasst. Es zeichneten sich zu diesem Zeitpunkt bereits einige Kategorien mit dazugehörigen Eigenschaften ab.

Im axialen Kodiermodus setzte die Autorin die Daten neu zusammen, identifizierte Haupt- sowie Subkategorien und baute Verbindungen zwischen ihnen auf. Dafür wurden Codes zusammengeführt, umbenannt und gelöscht. Durch ein kontinuierliches Vergleichen wurden die Beziehungen zwischen den Kategorien und ihren Konzepten geprüft. Hierbei arbeitete die Autorin mit Kode-Kommentaren, in denen sie wichtige Textpassagen in ihren eigenen Worten zusammenfasste und Verbindungen zu anderen Textpassagen festhielt. So entstand zunächst die Abbildung 2 „Kategoriensystem axiales und selektives Kodieren“ (siehe Seite 56). Die Trennung zwischen dem axialen und selektiven Kodieren ist in Abbildung 2 auf den ersten Blick nicht eindeutig, was aus dem komplexen Vorgehen der Grounded Theory und den fließenden Übergängen der drei Modi des Kodierens resultiert. Das in MAXQDA bis zu diesem Zeitpunkt vergebene Codesystem ist im Anhang (siehe „Liste der Codes“) in Form einer Kodeliste abgebildet. Diese zeigt auch die Häufigkeiten der vergebenen Codes an.

Mithilfe des selektiven Kodierens bildete sich die Kernkategorie „Zukunftsperspektiven“, als das zu untersuchende Phänomen dieser Forschungsarbeit heraus. Damit einher ging die Veränderung der vorläufigen Forschungsfrage. Die endgültige Forschungsfrage lautet: „Wie gestalten verwitwete Frauen* nach dem Übergang in eine Service-Wohnanlage ihre Zukunftsperspektiven?“. Weiterhin musste das Kategoriensystem an Komplexität, Dichte, Klarheit und

Genauigkeit gewinnen. Hierfür wurden Muster in den Daten aufgedeckt, Lücken in den Kategorien geschlossen und mehrere grafische Darstellungen erstellt, um zu einer endgültigen Abbildung der Kernkategorie, ihren Dimensionen und Verbindungen zu anderen Haupt- sowie Subkategorien, zu kommen (siehe „Abbildung 3: Schaubild selektives Kodieren“ auf Seite 74). Auf dieser Basis wird die empirische Begründung eines theoretischen Modells anhand der Auswertungsergebnisse möglich.

Im folgenden Kapitel werden die Ergebnisse der Auswertung präsentiert.

4. Darstellung der Auswertungsergebnisse

Die Darstellung der Auswertungsergebnisse erfolgt in drei Abschnitten. Der erste Abschnitt „Deskription“ (Kapitel 4.1) verdeutlicht das Spannungsfeld, in dem sich die Frauen befinden. Davon ausgehend werden im zweiten Abschnitt „Fokusanalyse“ (Kapitel 4.2) die Zukunftsperspektiven betrachtet, welche die Frauen innerhalb ihres Spannungsfeldes entwickeln und gestalten, mit dem Ziel der Identifizierung von unterschiedlichen Typen. Nachdem die vier Fälle vorgestellt wurden, erfolgt abschließend in dem dritten Abschnitt der „Vergleich“ der identifizierten Typen (Kapitel 4.3).

4.1 Deskription

Die Deskription bildet einen Teil des axialen und selektiven Kodierprozesses ab und markiert den Kontext, in dem die Frauen leben. Die sozialen Wirklichkeiten der Frauen sind abhängig von diesem Kontext und die Grundlage für den nächsten Abschnitt „Fokusanalyse“. Die nachfolgende Abbildung 2 auf Seite 56 zeigt das von der Autorin entwickelte Kategoriensystem, welches während des axialen und selektiven Kodierens entstanden ist.

Die Hauptkategorien des axialen und selektiven Kodierens in der Abbildung 2 sind „Verwitwung“, „Service-Wohnen“, „Aktivitäten“, „Soziales Netzwerk“, „Persönlichkeit“ und „Zukunftsperspektiven“. Unter den einzelnen Hauptkategorien sind ihre jeweiligen Subkategorien abgebildet. Die Subkategorien von „Verwitwung“ sind: Ehe(-mann), nach dem Tod, Trauer/Bewältigung und finanzielle Situation. „Service-Wohnen“ hat die Subkategorien: Umzug, Nutzung der Angebote, Vernetzung/Miteinander, (Un-)Zufriedenheit, Bild vom SW und Wünsche/Anregungen. Die Subkategorien von „Aktivitäten“ sind: Freizeitgestaltung/Haushalt, Gesundheit und Krankheit. Die Kategorie „Soziales Netzwerk“ hat die Subkategorien: SW/Hausgemeinschaft, Freund*innen/Bekannte und Familie. Die Kategorie „Persönlichkeit“ hat die Subkategorien: Beruf/Karriere, Denkweise, Werteorientierung, Eigenschaften, Einstellungen, Strategien zur Problembewältigung und Reflexion. Die Subkategorien der Kategorie „Zukunftsperspektiven“ lauten: Rollen/Funktionen, Hoffnungen, Ressourcen, Sinnfindung, soziale Integration und Strategien.

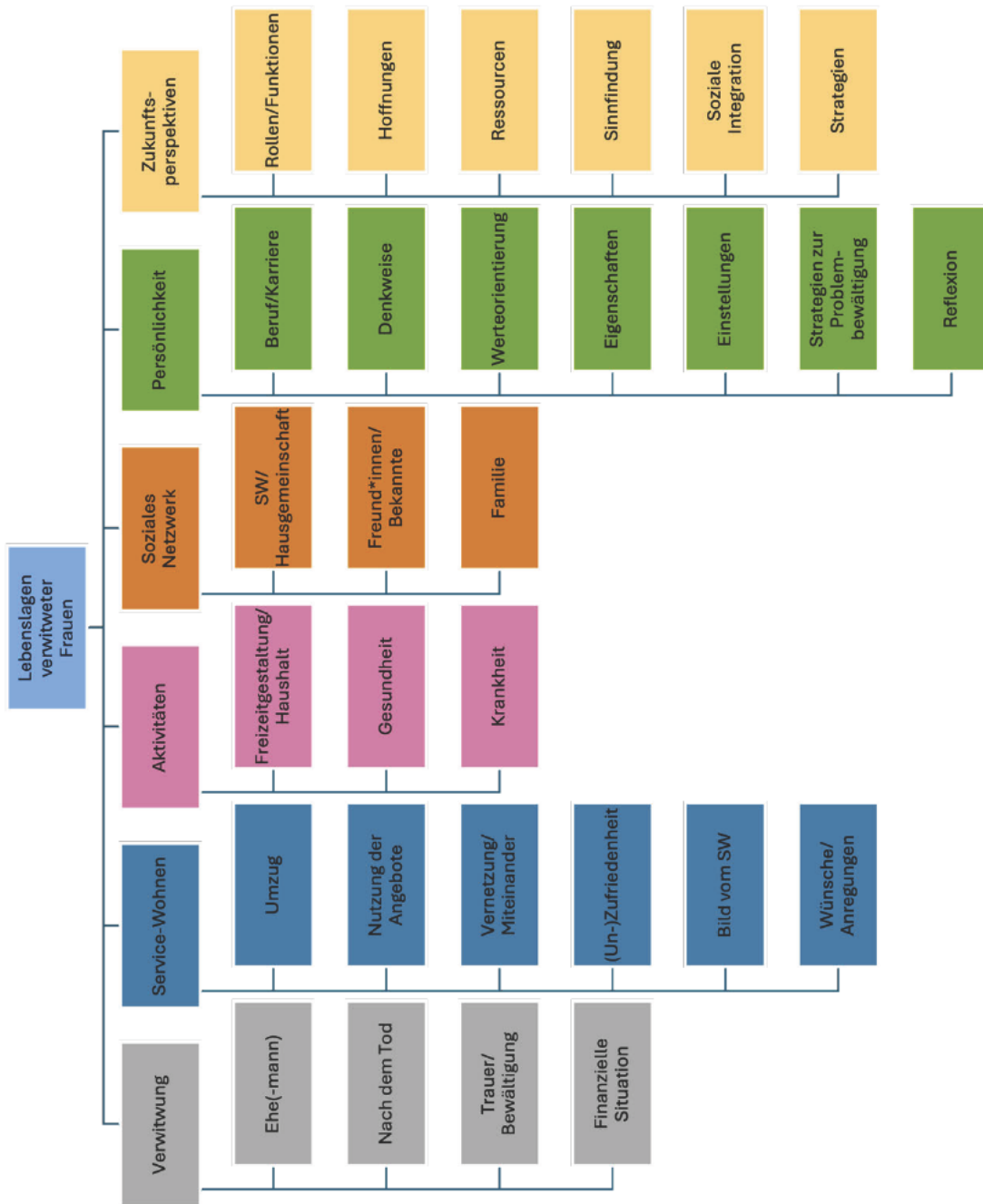


Abbildung 2: Kategoriensystem axiales und selektives Kodieren

In den folgenden vier Unterkapiteln werden die Ergebnisse der Hauptkategorien „Verwitwung“, „Service-Wohnen“, „Aktivitäten“ und „Soziales Netzwerk“ unter Einbeziehung ihrer Subkategorien erläutert. Aufgrund der zahlreichen Verbindungen der einzelnen Kategorien untereinander, kommt es teilweise zu Überschneidungen und möglicherweise Wiederholungen. Die Hauptkategorie „Persönlichkeit“ fließt in alle vier Unterkapitel mit ein, ohne konkret benannt zu werden. Zudem spielt die Kategorie „Persönlichkeit“ in der Fokusanalyse (Kapitel 4.2) eine wichtige Rolle und verändert sich dort in ihrer Ausgestaltung. Wie bereits in Kapitel 3.4 erwähnt, zeichnete sich im Laufe des Analyseprozesses ab, dass sich die Kategorie „Zukunftsperspektiven“ zur Kernkategorie und damit als das zugrundeliegende Phänomen der Arbeit herausstellte. Aus diesem Grund findet die Kategorie „Zukunftsperspektiven“ in diesem Abschnitt noch keine Anwendung. Im Rahmen des selektiven Kodierens gewann die Kategorie an Komplexität und veränderte sich ebenso wie die Kategorie „Persönlichkeit“ in ihrer Ausgestaltung, worauf im Abschnitt Fokusanalyse (Kapitel 4.2) näher eingegangen wird.

4.1.1 Rolle als Witwe finden

Das vorliegende Kapitel soll verdeutlichen, wie die vier Frauen ihre Rolle als Witwe finden mussten bzw. müssen. Dabei geht es um ihre Ehe, den Verlust ihrer Ehemänner und den Trauerprozess. In der nachfolgenden Tabelle sind Aussagen der Frauen zitiert, die verdeutlichen, wie sie ihre Rolle als Witwe gefunden haben bzw. noch versuchen zu finden.

Tabelle 2: Übersicht „Rolle als Witwe finden“

<p>„[U]nd dann stehst du auf einmal alleine da, und das war das Schlimmste für mich im Leben, was mir so passieren konnte [...] du lebst gar nicht du funktionierst einfach nur.“ (Frau Beck, Pos. 69, 73)</p>	<p>„Also ich hab immer schon ein sehr selbständiges Leben führen müssen, eben weil ich Familienmanagerin war und das war in diesem Moment mein großes Glück.“ (Frau Peters, Pos. 54)</p>
<p>„[D]as Alleinleben ist eine große Herausforderung. [...] es ist eine totale Lebensumstellung. [...] Und ähm ich merke bei mir, dass so innerlich noch keine Ruhe drin ist. Also keine Akzeptanz, also Akzeptanz ja, aber es wallt immer noch hoch.“ (Frau Seidel, Pos. 59, 62)</p>	<p>„[A]ls mein Mann verstorben war, hab ich mich der Diakonie verschrieben. [...] Ich hatte am Anfang wenig Zeit zu trauern, es kam dann später, ja, .. aber es ist mir gelungen und hab auch die Kinder nicht zu sehr belastet.“ (Frau Stoll, Pos. 5, 69)</p>

Frau Beck heiratete ihren Mann mit achtzehn Jahren (Frau Beck, Pos. 112). Als ihr Mann 37 war und einen Bypass bekam, musste er aus diesem Grund die Arbeit niederlegen. Ab diesem Zeitpunkt musste Frau Beck arbeiten, um sich, ihren Mann und ihre zwei kleinen Kinder zu versorgen (Pos. 69, 77). Trotz einer geringeren Lebenserwartung ist ihr Mann noch 65 Jahre

alt geworden (Pos. 73). Frau Beck war demnach 46 Jahre mit ihrem Mann verheiratet und zum Zeitpunkt des Interviews bereits seit neunzehn Jahren verwitwet (Pos. 64, 69). Sie beschreibt das Versterben ihres Mannes als das Schlimmste, was ihr in ihrem Leben passieren konnte (Pos. 69). Sie trauert heute noch um ihn und ist der Meinung, dass ihr niemand bei der Trauerverarbeitung helfen kann: *„ich hab viele viele Jahre gebraucht, aber dann so langsam findest du dich dann natürlich rein, aber .. es sitzt alles hier drinne (lacht) da kann dir auch keiner dabei helfen und es kommen immer wieder Momente wo man sagt oh wenn es dir schlecht geht ne, dann fehlt dir dein Partner“* (Frau Beck, Pos. 69). Sie beschreibt ihren Partner als einen *„ruhigen, lieben Mann“* (Pos. 75) und sagt, dass ihr bis heute, die guten, ernsthaften Gespräche fehlen (Pos. 69). Nach dem Versterben ihres Mannes hat Frau Beck viele Erinnerungslücken und betont mehrmals, wie *„kopflös“* sie gehandelt und einfach nur *„funktioniert“* hat. Sie kündigte zum Beispiel ihre Wohnung, ohne eine neue in Aussicht zu haben (Pos. 72f.). *„Ich habe na ja, gut zwei Jahre gebraucht um überhaupt erst mal den Kopf wieder einzuschalten“* (Frau Beck, Pos. 72). Hinzukam auch die Veränderung ihrer Rolle als Mutter, da sich nach dem Tod ihres Mannes ihre Kinder zurückgezogen haben. Daraufhin ist sie in ein *„Loch“* gefallen (Pos. 73). Aufgrund der Krankheit ihres Mannes hatte Frau Beck keine andere Wahl, als immer zu arbeiten. Sie hat als ungelernte Mitarbeiterin wenig verdient, heute somit nur eine kleine Rente und die Witwenrente zum Leben. Mittlerweile genießt sie ihre Freiheiten als alleinstehende Frau im Rentenleben: *„Und jetzt genieße ich das einfach. Ich kann das machen, was ich möchte, da musst aber erst hinkommen, das geht auch nicht von 0 auf 100“* (Frau Beck, Pos. 69).

Frau Peters lernte ihren Mann mit zwanzig kennen. Die beiden heirateten und hatten drei gemeinsame Kinder, mit denen sie an verschiedenen Orten lebten. Kurz nach einem Umzug in eine neue Stadt, wo Ruhe in das Familienleben kommen sollte, verstarb ihr Mann mit 35 Jahren unerwartet an einer Lungenembolie (Frau Peters, Pos. 47, 54). Somit ist Frau Peters seit 46 Jahren verwitwet (Pos. 118). Nach dem Tod ihres Mannes lebte Frau Peters zehn Jahre allein mit ihren Kindern. Bedingt durch den kürzlich erfolgten Umzug in eine neue Stadt, hatte sie noch keine engen Freundschaften vor Ort (Pos. 6, 54). Im Laufe des Interviews beschreibt Frau Peters ihren Alltag als Ehefrau und Mutter (Pos. 94) und bezeichnet sich als damalige *„Familienmanagerin“* (Pos. 54), die weit mehr als ein *„gewöhnliches Hausfrauendasein“* (Pos. 94) hatte. Durch diese eigenständige Lebensweise während ihrer Ehe, war sie nach dem plötzlichen und frühen Tod ihres Mannes in der Lage, weiterhin mit ihren Kindern allein zu leben: *„Also ich hab immer schon ein sehr selbständiges Leben führen müssen, eben weil ich Familienmanagerin war und das war in diesem Moment mein großes Glück“* (Frau Peters, Pos. 54). Ihre Rolle als Witwe lässt sich demnach als eine selbstständige, auf sich gestellte, junge Mutter von drei Kindern, beschreiben. Die Andeutung von Trauer taucht lediglich an einer Stelle im

Interview auf: *„Ja er ist ja 46 Jahre tot nä. Aber das ist immer noch, das wird auch nicht/“* (Frau Peters, Pos. 118). Anzumerken ist allerdings, dass der Zeitpunkt der Verwitwung bereits 46 Jahre her ist. Nach zehn Jahren als alleinerziehende Frau, zog sie der Liebe wegen in die Schweiz. Dort lebte sie 32 Jahre mit ihrem Partner zusammen, bis dieser ebenfalls unerwartet verstarb (Pos. 47f.). Zum Ende des Interviews wollte sie von sich aus mehr von ihrer zweiten Beziehung erzählen und bat dann nach kurzer Zeit, um die Pausierung der Aufnahme mit den Worten *„das muss nicht da rein/ da sein“* (Pos. 98). Nach der Aufnahmepause äußerte sie allerdings noch, dass sie sich nach dem Tod ihres Mannes innerlich nicht mehr so an ihren neuen Partner gebunden hat: *„[A]lso ich glaube so .. die erste, große Liebe, und wenn man dann heiratet, das ist irgendwie/ man lernt dann noch äh Menschen kennen wie ich eben dann meinen Partner. Aber es ist nicht mehr/ man ist ein fertiger Mensch nä .. und man sieht manche Dinge auch nüchterner“* (Frau Peters, Pos. 118).

Frau Seidel und ihr Mann waren in zweiter Ehe 17,5 Jahre miteinander verheiratet (Frau Seidel, Pos. 61). Ihr erster Ehemann, mit dem sie zwei Kinder hat, wird im Interview nicht erwähnt. Ihre zweite Ehe beschreibt Frau Seidel als *„eine echte Liebesbeziehung“*, was den Tod ihres Mannes für sie *„umso schwerer“* (ebd.) wiegen lässt. Er starb innerhalb von zehn Wochen an einem Hirntumor, während der COVID-19-Pandemie, wodurch Frau Seidel ihn während dieses Zeitraumes kaum im Krankenhaus besuchen durfte (Pos. 61, 72): *„[D]as schlimmste war ja der Tod meines Mannes, dass der sehr plötzlich kam“* (Frau Seidel, Pos. 22). Das Verhältnis zwischen Frau Seidel und den Kindern ihres Mannes aus erster Ehe *„war immer kritisch“* (Pos. 19), da Frau Seidel und ihr Mann sich durch eine Familienfreundschaft kannten. *„Ja und als mein Mann ganz plötzlich schwer krank wurde, dann wurde aus diesem kritischen Familienleben .. ein Kampf“* (Frau Seidel, Pos. 19). Nach seinem Tod musste Frau Seidel *„schnellstmöglich aus seinem Haus“* (ebd.) ausziehen, da seine Kinder das Haus erbten. Zum Zeitpunkt des Interviews ist Frau Seidel seit zwei Jahren und vier Monaten verwitwet und ringt nach wie vor mit ihrer Trauer und der neuen Lebenssituation: *„[I]ch muss mit der Trauer fertig werden mit diesem äh Schock [...] das Alleinleben ist eine große Herausforderung. Und alleine sein, manchmal auch mit Einsamkeit, [...] es ist eine totale Lebensumstellung“* (Frau Seidel, Pos. 59). Frau Seidel zeigt sich im Interview in der Rolle der trauernden Witwe, der es schwerfällt, den Tod ihres Ehemannes zu akzeptieren und benennt eine innere Unruhe: *„Und ähm ich merke bei mir, dass so innerlich noch keine Ruhe drin ist. Also keine Akzeptanz, also Akzeptanz ja, aber es wallt immer noch hoch. Also Witwen erleben ja auch, dass Trauer in Wellen kommt“* (Frau Seidel, Pos. 62). Sie hat sich damals aktiv diverse Angebote zur Unterstützung bei ihrer Trauer gesucht, wie z. B. eine Trauergruppe, Trauer-Spaziergänge und ein Trauer-Seminar (Pos. 17). Im Rahmen dieser Angebote ist ein sozialer Kontakt entstanden, der aktuell noch besteht und eine hohe Bedeutung für Frau Seidel als Witwe hat: *„Ich hab eine Frau in*

der Trauergruppe kennengelernt wir sind jetzt sehr eng befreundet und treffen uns jedes Wochenende einen Tag, denn die Wochenenden sind die schwierigen, wenn man alleine lebt“ (Frau Seidel, Pos. 30).

Frau Stoll lernte ihren dreizehn Jahre älteren Mann als geflüchtete, junge Frau kennen. Sie haben drei gemeinsame Kinder. Er verstarb nach einem schweren Krankheitsverlauf. Insgesamt waren die beiden 48 Jahre verheiratet, wodurch Frau Stoll zum Zeitpunkt des Interviews seit 27 Jahren verwitwet ist (Frau Stoll, Pos. 57, 63). Die erste Frage im Interview zum Thema Alltag und Freizeit beantwortete Frau Stoll folgendermaßen: *„[U]nd als mein Mann verstorben war, hab ich mich der Diakonie verschrieben und ich hab immer mit Pastoren zusammengearbeitet“* (Frau Stoll, Pos. 5). Hier wird die Gewichtung ihrer Rolle als helfende, in den Diensten der Gemeinschaft stehenden Witwe bereits zu Beginn des Interviews deutlich. Anhand des nachfolgenden Zitats zeigt sich, dass ihr Mann einen großen Einfluss auf ihre Wertevorstellungen und ihre Rolle sowohl vor als auch nach seinem Tod hatte: *„Und mein Mann hat immer gesagt [...] wir haben allen Grund vieles zurückzugeben, und das hab ich im Stillen immer gemacht, mach ich heute noch“* (Frau Stoll, Pos. 55). Ihr ist es wichtig *„seinen Wunsch“* (Pos. 67) zu erfüllen. Einen Einblick in den Umgang mit ihrer Trauer gibt sie nur in einer kurzen Aussage: Nach der intensiven Pflege ihres Mannes hatte sie einen *„kleinen Burnout“*, weshalb sie *„verschickt“* (Pos. 69) wurde. An diesem nicht benannten Ort, hat sie mit anderen Menschen *„das gemeinsam ein bisschen bewältigt“* (ebd.). Als Frau Stoll wieder zu Hause war, musste sie *„viel erledigen“*, wie z. B. Schwierigkeiten mit dem Hausbesitzer, und hatte wenig Zeit zum Trauern (ebd.). Später hatte sie dann Zeit, den Tod ihres Mannes zu verarbeiten: *„[E]s kam dann später [das Trauern], ja, .. aber es ist mir gelungen und hab auch die Kinder nicht zu sehr belastet. ... Ja. Es ist mir gelungen, habe ich gesagt“* (Frau Stoll, Pos. 69). Hier wird sichtbar, dass sie in dieser kritischen Lebenssituationen für ihre Kinder keine Belastung sein wollte.

4.1.2 Umzug bewältigen und Ankommen im Service-Wohnen

Das Kapitel 4.1.2 thematisiert die Umstände der Umzüge der Frauen. Dabei geht es um die Bewerkstellung des Umzuges und das Ankommen in der Service-Wohnanlage sowie teilweise auch um die Nutzung der Angebote und die Zufriedenheit mit ihrer Wohnsituation. In der nachfolgenden Tabelle sind Aussagen der Frauen zusammengefasst, die verdeutlichen, wie sie den Prozess des Umzugs bewältigt haben bzw. noch versuchen zu bewältigen.

Tabelle 3: Übersicht „Umzug bewältigen und Ankommen im Service-Wohnen“

<p>„[I]ch bin hier jetzt 13 Jahre und als ich hier dann einzog da hat mein Sohn und meine Tochter mir noch geholfen beim Umzug und meine Tochter ist seitdem nur einmal hier gewesen. Mein Sohn fängt jetzt wieder an mal zu kommen ich habe die Jahre lang gar nicht gesehen [...] aber ich weiß von meinem Auszug auch nicht so viel. Nun gut das meiste haben die Kinder gemacht.“</p> <p>(Frau Beck, Pos. 64, 73)</p>	<p>„[U]nd dann haben wir ja alle auch noch mit dem Einziehen zu tun. Nä es ist noch nicht abgeschlossen, [...] also meine Kinder haben mir ganz toll geholfen [...] aber [...] die begreifen glaub ich gar nicht, dass die Mutter nicht mehr so selbständig ist [...] aber ich hab's geschafft jeden Tag ein bisschen [...] ich bin also ich muss sagen ich bin gleich angekommen.“</p> <p>(Frau Peters, Pos. 6, 8, 37)</p>
<p>„[I]ch hab äh jetzt gerade innerhalb von zwei Jahren den zweiten Umzug hinter mir, und ähm ich hoffe, dass ich in drei bis vier Wochen eventuell in ein Leben geleiten kann, in dem die Wochen wieder normal werden. [...] Es hängen hier gerade seit einer Woche erst die Bilder an der Wand, und ich habe jetzt erst so das Gefühl äh der Umzug ist bewältigt.“</p> <p>(Frau Seidel, Pos. 3)</p>	<p>„[I]ch habe mich hier beworben [...] und ich hatte das große Glück, dass man mir gesagt hat [...] Frau [Nachname] wird als Notfall aufgenommen. Das war/ habe ich als großes Glück empfunden. Ja. Und das ist bis heute so geblieben, bei all diesen Schwierigkeiten kann ich sagen ich bin glücklich, dass ich hier bin [...]. Ich habe den sozialen Abstieg geprobt, aber mit Niveau.“</p> <p>(Frau Stoll, Pos. 9, 99)</p>

Der Umzug von Frau Beck in die SWA 1 ist dreizehn Jahre her. Damit wohnt sie von den vier Interviewpartnerinnen am längsten in dieser SWA. Als Frau Beck im Interview nach dem Kontakt zu ihrer Familie gefragt wird, berichtet sie zum ersten Mal von ihrem Umzug in das SW. Fünf Jahre nach ihrer Verwitwung ist sie in die Wohnanlage eingezogen, wobei ihr Sohn und ihre Tochter ihr damals halfen (Frau Beck, Pos. 64). Allerdings erinnert sie sich kaum an den Umzug: „[A]ber ich weiß von meinem Auszug auch nicht so viel. Nun gut das meiste haben die Kinder gemacht aber ich .. weiß nicht warum man so kopflos werden kann“ (Frau Beck, Pos. 73). Sie bezieht sich erneut, wie in 4.1.1 beschrieben, auf ihren damaligen seelischen und psychischen Zustand, wie „kopflos“ sie war und einfach nur „funktioniert“ hat (ebd.). Seitdem sie in der SWA 1 lebt, hat ihre Tochter sie „nur einmal“ besucht und ihr Sohn „fängt jetzt wieder an mal zu kommen“ (Pos. 64). Frau Beck hat ihre Kinder nach ihrem Umzug jahrelang nicht gesehen und fragt sich, ob das mit dem Tod ihres Mannes zusammenhängt. Ihre Beziehung zu ihrer Tochter ist zwar schwierig, aber dessen Kinder spielen eine wichtige Rolle in dem Leben von Frau Beck (ebd.), worauf in den folgenden Unterkapiteln (4.1.3 und 4.1.4) eingegangen wird.

Die Auslöser für den Umzug von Frau Peters in die SWA 2 waren einerseits ihr gesundheitlicher Zustand, der vor dem Umzug besonders kritisch war, und die damit verbundene weite Entfernung ihres damaligen Wohnortes zu ihren Kindern (Frau Peters, Pos. 50). Andererseits

war sie unzufrieden mit ihrer Wohnsituation, denn sie lebte nach dem Versterben ihres Partners eine Zeit lang in einer anderen Service-Wohnanlage in Deutschland. Allerdings passte sie dort nicht rein: *„[E]s harmonierte einfach nicht und äh ich wollte eigentlich dableiben und äh ja, da wär ich depressiv geworden“* (Frau Peters, Pos. 50). Kurz vor dem Umzug in die SWA 2 vermutete sie eine beginnende Demenz bei sich und dachte, sie könnte nun nicht mehr in eine Wohnform ziehen, die auf Selbstständigkeit beruht: *„[D]ie schmeißen mich raus, ich bin eine Belastung da, ich gehör nicht dahin“* (Frau Peters, Pos. 109). Es stellte sich jedoch heraus, dass sie eine Altersdepression hatte: *„[I]m Januar, da hatte ich eine Altersdepression, aber das hing mit dem Umzug zusammen und es ging mir Gesundheit nicht gut und, da stand alles vor mir wie ein Berg und werden mir meine Kinder helfen? Und da hat's halt ausgehackt. Das war so schlimm, dass ich dachte ich wär dement, das war ganz ganz schlimm“* (Frau Peters, Pos. 107). Mithilfe von Antidepressiva ging es ihr schnell besser und sie schaffte ihren Umzug: *„[D]as war meine Rettung wirklich“* (Frau Peters, Pos. 110). Zu Beginn des Interviews betont Frau Peters, dass sie *„noch mit dem Einziehen zu tun“* (Frau Peters, Pos. 6) hat, da sie erst seit knapp vier Monaten in der SWA 2 lebt (Pos. 25). Organisiert wurde der Umzug von ihren drei Kindern. Jedoch hat vor Ort lediglich ihre Tochter geholfen, die dafür aus der Schweiz eine Woche lang nach Deutschland gekommen ist (Pos. 8). *„[D]ie Söhne ja die haben sich in vornehmer Zurückhaltung geübt. Die begreifen glaub ich gar nicht, dass die Mutter nicht mehr so selbständig ist [...] aber ich hab's geschafft jeden Tag ein bisschen zwischendurch wieder hinlegen“* (Frau Peters, Pos. 8). An mehreren Stellen im Interview beschreibt Frau Peters, dass sie seit dem Einzug nach wie vor mit *„organisatorischen Dingen .. ausgelastet“* (Pos. 25) ist. Dazu zählen z. B. Aufträge für Handwerker*innen, die Suche nach neuen Ärzt*innen und die Ummeldung des Wohnsitzes (Pos. 21, 25). Allerdings schränkt ihr physischer Zustand sie dabei ein, sodass sie zwischendurch *„Erholungstage“* (Pos. 25) benötigt. Trotz der ganzen Umstände sagt Frau Peters im Interview, dass sie *„gleich angekommen“* ist und sich bereits in der leeren Wohnung *„heimisch“* (Pos. 64) gefühlt hat.

Frau Seidel wohnt genau wie Frau Peters erst seit knapp vier Monaten in der SWA 2 (Frau Seidel, Pos. 9). Nach dem Tod ihres Mannes musste sie, wie in Kapitel 4.1.1 beschrieben, schnell umziehen. Sie zog in eine Wohnung, die ihr sehr gefiel. Allerdings überdachte sie aufgrund eines Unfalls einer Freundin ihre eigene Wohnsituation und sprach mit ihren Kindern über die Folgen eines potenziellen Unfalls und einer damit einhergehenden Pflegesituation. Da sie in diesem Falle laut ihrer Söhne, in eine Pflegeeinrichtung kommen würde, entschied sich Frau Seidel für einen Umzug ins SW, um ein *„sorgloses Alter“* zu erleben (Pos. 20). *„[J]a ich bin eine Kümmernerin auch für mich selbst, ich habe mich informiert“* (Frau Seidel, Pos. 20). Innerhalb der letzten zwei Jahre war dies also ihr zweiter Umzug (Pos. 3). Sie hofft, dass sie in den nächsten drei bis vier Wochen endlich wieder einen normalen, geregelten Alltag haben

wird. Denn bisher war sie mit organisatorischen Angelegenheiten beschäftigt, wie z. B. „*planen*“, „*umsetzen*“ und sich „*mit Menschen treffen*“, die ihr helfen können (ebd.). Sie hatte hohe Kosten für den Umzug, da dieser von einem Umzugsunternehmen durchgeführt wurde, sowie für Handwerker*innen, die ihr in der Wohnung geholfen haben (Pos. 9). Zu Beginn des Interviews sagte sie, sie hat erst jetzt das Gefühl, „*der Umzug ist bewältigt*“ (Pos. 3). Während des Interviews wird Frau Seidel klar, dass sie die Rahmenbedingungen des Service-Wohnens und die damit einhergehenden Dienstleistungen noch nicht vollständig kennt. Deshalb plant sie sich zu informieren, was sie in einer „*Notlage*“ machen kann (Pos. 24). Andere Angebote des Service-Wohnens hat sie bereits wahrgenommen und bei dem Sommerfest der SWA 1 und 2 als freiwillige Helferin mitgeholfen. An dieser Stelle im Interview reflektiert Frau Seidel ihre Entscheidung des Umzuges: „*[M]anchmal denke ich, ich wäre lieber dorthin [SWA 1] gezogen. Aber [...] wir haben hier [SWA 2] eben einen guten Zusammenhalt*“ (Frau Seidel, Pos. 36). Um „*leichter Kontakt*“ mit Bewohner*innen der SWA 1 herzustellen, würde Frau Seidel zukünftig das Veranstaltungsprogramm dort nutzen wollen, allerdings ist der Weg dorthin bisher eine Hürde für sie gewesen (ebd.). Frau Seidel merkt an, dass sie durch den Umzug in die SWA 2 eine Verkleinerung ihrer Wohnsituation in den Kauf nehmen musste. Diese Verkleinerung empfindet sie nach wie vor als „*gewöhnungsbedürftig*“ (Pos. 49). Insgesamt ist Frau Seidel trotzdem mit ihrer Wohnsituation „*zufrieden*“ (Pos. 57), obwohl sie weniger Platz hat, als in ihrer alten Wohnung und diese auch „*viel schöner*“ war (Pos. 74). „*[D]afür habe ich das Gefühl, hier sicher zu leben und hier alt werden zu können. Das ist der Preis*“ (Frau Seidel, Pos. 74). Anhand dieser Aussage ist ein Ankommen von Frau Seidel im SW bereits zu erkennen. Nach dem Interview sagte Frau Seidel zu der Interviewerin jedoch, dass sie immer noch Zeit zum Ankommen und Einrichten benötigt. Eine weitere Situation des Ankommens im SW beschreibt Frau Seidel ausführlich (Pos. 88-90). Die SWA hat eine Willkommensveranstaltung für die neuen Bewohner*innen veranstaltet, zu der auch Frau Seidel gegangen ist. Die Veranstaltung hat ihr nicht gefallen, da sie „*anonym*“ (Pos. 88, 90), „*aufgesetzt*“ sowie „*ungemütlich*“ (Pos. 90) war und die Teilnehmer*innen kaum Raum hatten, um sich kennenzulernen (Pos. 88). Frau Seidel macht im Interview konkrete Vorschläge, wie sie sich die Veranstaltung gewünscht hätte, um die anderen neuen Bewohner*innen kennenzulernen (Pos. 88-90).

Frau Stoll lebt seit sieben Jahren in der SWA 1. Zum Zeitpunkt des Einzugs war sie 87 Jahre alt und wurde als Notfall in der SWA aufgenommen (Frau Stoll, Pos. 9). Zuvor lebte sie in einer anderen Service-Wohneinrichtung, aus der sie aufgrund des Verkaufs der Einrichtung und eines defekten Fahrstuhls, unmittelbar ausziehen musste. „*Und dann hat man mir diese Adresse hier genannt, ich habe mich hier beworben, [...] habe meine Vita erklärt [...]. Und ich hatte das große Glück, dass man mir gesagt hat [...] Frau [Nachname] wird als Notfall aufgenommen. Das war/ habe ich als großes Glück empfunden. Ja. Und das ist bis heute so geblieben, bei*

*all diesen Schwierigkeiten kann ich sagen ich bin glücklich, dass ich hier bin“ (Frau Stoll, Pos. 9). Nach ihrem Einzug in die SWA 1 kamen zu ihrer Überraschung die anderen Bewohner*innen auf sie zu, sodass sie kaum Initiative zeigen musste, um neue Kontakte herzustellen: „Ja, es ich hab/ ich musste nicht auf die Menschen zugehen. Es war sehr eigenartig, die sind auf mich zugekommen und dann hat sich ein Kreis gebildet“ (Frau Stoll, Pos. 39). Ihr Ankommen in der neuen Wohnumgebung beschreibt sie als einen „normalen“ Verlauf und betrachtet dies als ein „Geschenk“ (Pos. 43). Abgesehen von der bereits beschriebenen Dringlichkeit des Umzuges, lassen sich weitere Beweggründe für ein Leben im SW bei Frau Stoll herausstellen. Sie sagt, dass es ihr immer noch „Sicherheit“ gibt in der SWA 1 zu wohnen (Pos. 43) und sie sich „geborgen“ sowie „gut betreut“ fühlt (Pos. 47). Frau Stoll erzählt im Interview zudem wie viele Kosten sie durch den ungeplanten Umzug aus der vorherigen Service-Wohneinrichtung in die neue SWA hatte, wodurch sie ihr „kleines Vermögen“ mittlerweile aufgebraucht hat (Pos. 99). Ihre gesamten „Mieteinlagen“ aus der alten Einrichtung waren durch den Verkauf der Einrichtung weg und sie musste die Kautions für die neue Wohnung zahlen (ebd.). Diese Geschehnisse beschreibt sie als ihren sozialen Abstieg: „[U]nd mit einmal waren ein paar 1000 Euro weg und das holt man im Alter nicht mehr auf, darum hab ich das gesagt. Ich habe den sozialen Abstieg geprobt, aber mit Niveau (beide lachen)“ (Frau Stoll, Pos. 99). Bereits zu Beginn des Interviews betont Frau Stoll, dass sie trotz aller „Schwierigkeiten“ glücklich ist, in der SWA 1 zu leben (Pos. 9).*

4.1.3 Alltag gestalten

Das Kapitel 4.1.3 thematisiert die Alltags- und Freizeitgestaltung der Frauen sowie ihren gesundheitlichen Zustand. In der nachfolgenden Tabelle sind Aussagen der Frauen zitiert, die verdeutlichen, wie ihr Alltag aussieht.

Tabelle 4: Übersicht „Alltag gestalten“

<p>„Eine normale Woche ist für mich im Moment gerade wahnsinnig stressig, ich hab ganz viele Termine. [...] ich habe so eine blöde Krankheit jetzt gekriegt, [...] ich kann morgens immer schon nicht mehr laufen richtig [...] (zeigt auf sich) ich nä, ich kann nicht mehr laufen, dass äh das will ich noch gar nicht denken, deswegen mach ich jetzt noch alles, was ich noch kann, hau so viel ab wie ich kann (lacht).“</p> <p>(Frau Beck, Pos. 20, 35, 118)</p>	<p>„Also ich möchte aktiver sein als ich kann. Ich bin aus gesundheitlichen Gründen sehr immer nah an eine Toilette gebunden, [...] ich bin phy/ physisch nicht mehr so einsetzbar, da muss ich dann auch Erholungstage haben. [...] das muss eben jetzt erst alles wachsen. Ich geh auch mal allein in Restaurants so ist das nicht, das bin ich auch gewöhnt, also wenn man zehn Jahre mit den Kindern allein lebt.“</p> <p>(Frau Peters, Pos. 18, 25, 33)</p>
<p>„Bisher habe ich sehr viel planen müssen [...] mich mit Menschen treffen, die mir helfen können. [...] Ich beginne den Morgen immer egal wann ich aufwache was sehr früh ist, mit einem Becher Kaffee und meinem Strickzeug. [...] Ich hab eine Frau in der Trauergruppe kennengelernt [...] wir treffen uns jedes Wochenende [...] denn die Wochenenden sind die schwierigen, wenn man alleine lebt.“</p> <p>(Frau Seidel, Pos. 3, 7, 30)</p>	<p>„Ich also ich springe so ein bisschen, da ich nicht mehr raus kann und draußen irgendwas mitmachen kann, ähm beteilige ich mich an allem, was geboten wird, mit Gesprächen also ich bin munter genug, und man fordert mich auch auf zu kommen, und das freut mich. [...] Aber ich musste lernen, die Hilfe anzunehmen [...] dass man mich jetzt duscht, dass ich dass die Haare nicht mehr alleine waschen kann, aber es geht.“</p> <p>(Frau Stoll, Pos. 25, 75)</p>

Frau Beck lebt seit dreizehn Jahren in der SWA 1 und hat einen geregelten Wochenablauf: „Eine normale Woche ist für mich im Moment gerade wahnsinnig stressig, ich hab ganz viele Termine (beide lachen)“ (Frau Beck, Pos. 20). Sie geht viermal pro Woche zum Tanzen in der SWA, an zwei Wochentagen kümmert sie sich um ihre Urenkel, dreimal pro Woche geht sie walken und fährt zusätzlich viel mit dem Fahrrad. Des Weiteren geht sie mittwochs zur Gymnastik und trifft sich mit ihrer Tanzgruppe zum Kaffeetrinken in der SWA. Freitags steht nach dem Tanzen und Kaffeetrinken mit Freund*innen auch noch Kartenspielen auf ihrem Programm. Am Wochenende putzt Frau Beck bei Bedarf ihre Wohnung und trifft grundsätzlich ihre Freundinnen (Frau Beck, Pos. 20, 22). Sie selbst sagt, dass es manchmal ein bisschen „ruhiger“ sein könnte (Pos. 24). „[J]a eigentlich mache ich alles gerne, was ich mache, sonst mach ich's nicht, aber am meisten Spaß macht mir natürlich unten das Tanzen [...] und wenn ich mit meinen kleinen [Ur-]Enkelkindern zusammen bin, aber [...] ich habe ähm meine vier wir sind so eine Vierergruppe, [...] wir machen so viel und wir haben/wir können wenigstens alle lachen“ (Frau Beck, Pos. 29). Sie und ihre vier Freundinnen aus der SWA, auch „unsere Gruppe/Fünfergruppe/Gang“ genannt, verbringen im Alltag viel Zeit miteinander. Zusammen machen sie Ausflüge, gehen spazieren sowie Kaffeetrinken und spielen Karten (Pos. 22, 29, 41, 43, 68). Im nächsten Unterkapitel wird das soziale Netzwerk von Frau Beck genauer beleuchtet. Ungeachtet dessen wird deutlich, dass Frau Beck ein aktiver Mensch ist, der viel

unternimmt (Pos. 35). Ihr gesundheitlicher Zustand schränkt dies (zukünftig) zunehmend ein. Denn aufgrund einer Polyneuropathie, einer Erkrankung des Nervensystems, kann sie morgens bereits nicht mehr richtig laufen und wird perspektivisch im schlimmsten Fall im Rollstuhl sitzen (Pos. 116, 118f.). *„[D]ass ich nicht mehr laufen kann (zeigt auf sich) ich nä, ich kann nicht mehr laufen, dass äh das will ich noch gar nicht denken [...] deswegen mach ich jetzt noch alles, was ich noch kann, hau so viel ab wie ich kann (lacht)“* (Frau Beck, Pos. 118). Im Interview sagt sie, dass sie ihre Krankheit *„angenommen“* hat und akzeptiert (ebd.). Aktuell benötigt Frau Beck noch keine Unterstützung im Alltag (Pos. 37). Eine weitere regelmäßige Tätigkeit von Frau Beck ist ihr Engagement innerhalb der SWA. Sie und zwei weitere Frauen bieten gemeinsame Ausflüge für andere Bewohner*innen an. Zudem hilft sie bei Veranstaltungen der SWA als freiwillige Helferin mit (Pos. 47-51). Insgesamt ist sie glücklich über das vielfältige Angebot der SWA: *„Doch ich mach hier viel.. gefällt mir gut ich brauch nicht weg ich bin gleich zu Hause du kannst ja auch abends nach 10 nicht mehr durch die Straßen gehen [...]. Also was hier passiert ist schon toll und wir haben ja hier halt auch viel“* (Frau Beck, Pos. 51).

Da der Umzug von Frau Peters erst vor ein paar Monaten stattgefunden hat, ist ihr Alltag bisher vom Einrichten ihrer Wohnung sowie Ankommen in der neuen Umgebung geprägt gewesen (Frau Peters, Pos. 21). Um sich in der Gegend zurechtzufinden, erkundet sie die Nachbarschaft beim Spaziergehen (Pos. 33). Sie würde gerne zu Veranstaltungen in der SWA 1 gehen, hat aber bisher noch nicht teilgenommen. Sie nimmt an, dass der Weg für sie zu Fuß zu weit ist und ob sie mit dem Bus hinkommt, hat sie noch nicht ausprobiert. Da eine Nachbarin ihr von einem anderen Veranstaltungsort erzählt hat, der für Frau Peters besser erreichbar sein soll, will sie zukünftig dorthin gehen. Aber auch das Programm der SWA möchte sie im nächsten Monat nutzen und plant bei verschiedenen Ausflügen mitzumachen (Pos. 6). Allerdings schränkt ihr gesundheitlicher Zustand ihre Freizeitaktivitäten ein: *„[D]ie Fahrten mit [SWA] möchte ich mitmachen, aber es geht nicht immer gesundheitlich eigentlich nur halbe Tage“* (Frau Peters, Pos. 6). Seit ihrem Einzug hat sich bereits eine Aktivität innerhalb der Hausgemeinschaft etabliert: *„[W]ir gehen Sonntagmorgen alle 14 Tage das wird Frau [Seidel] Ihnen auch erzählt haben zum See, das sind so anderthalb Stunden“* (Frau Peters, Pos. 12). Zudem gibt es einmal im Monat donnerstags eine Abendveranstaltung für die Hausgemeinschaft der SWA 2, wo Frau Peters auch schon war, jedoch ist diese Veranstaltung noch nicht so gut besucht gewesen. In Anbetracht der Tatsache, dass die SWA 2 erst seit ein paar Monaten bewohnt wird, müssen die Strukturen teilweise noch entstehen und sich verfestigen: *„[D]as braucht wirklich seine Zeit“* (Frau Peters, Pos. 12). Die Bewohner*innen planen bereits eigens organisierte Veranstaltungen, wie z. B. einen Spieleabend, für ihren Gemeinschaftsraum (Pos. 13f.). Frau Peters erwähnt mehrmals ihren gesundheitlichen Zustand und dessen

Auswirkungen auf ihren Alltag: *„Also ich möchte aktiver sein als ich kann. Ich bin aus gesundheitlichen Gründen immer sehr nah an eine Toilette gebunden“* (Frau Peters, Pos. 18). Sie möchte die anderen Bewohner*innen dadurch nicht beeinträchtigen und geht lieber allein in die Stadt, am Wasser spazieren, ins Restaurant oder Besorgungen machen. *„Also das macht mir auch gar nichts aus, dass ich da alleine fahre. Natürlich wär schöner zu zweit, aber es ist eben so. Leider muss auf mich sehr viel Rücksicht genommen werden und ich möchte auch dann die Leute nicht belasten“* (ebd.). Durch die Verwitwung in jungen Jahren und das alleinige Großziehen ihrer Kinder, ist sie es *„gewöhnnt“* viel allein zu sein (Pos. 33). An ihren Regenerationstagen zu Hause liest sie gerne (Pos. 21). Im Haushalt wird Frau Peters von einer Haushaltshilfe unterstützt, da sie Pflegegrad 2 hat: *„[D]as erleichtert mir das Leben sehr“* (Frau Peters, Pos. 29). Derzeit ist ihre Mobilität besonders nachts und morgens durch eine Taubheit in den Beinen eingeschränkt, weshalb sie Angst davor hat zu stürzen und froh ist, dass sie endlich den Notrufknopf als eine Leistung des Service-Wohnens bekommt (Pos. 80). An einer Stelle im Interview macht Frau Peters deutlich, dass sie sich im Alltag mehr gegenseitige Unterstützung innerhalb der Hausgemeinschaft erhofft hat. Da sie im Gegensatz zu anderen Bewohner*innen der SWA 2 kein Auto mehr hat, wäre beispielsweise das Mitnehmen im Auto zum Einkaufen von Lebensmitteln eine große Erleichterung für sie (Pos. 87). Wie in 4.1.2 erwähnt, nimmt Frau Peters nach wie vor Antidepressiva, ohne die sie nicht einschlafen kann. Allerdings möchte sie *„von dem Zeug weg“*, wozu sie in ihrer neuen Heimatstadt zunächst ärztlich angebunden sein muss (Pos. 110).

Bisher war der Alltag von Frau Seidel, ebenso wie bei Frau Peters, durch das Einrichten und Ankommen in der neuen Wohnung bestimmt, wodurch sie in letzter Zeit *„keine normalen Wochen“* hatte (Frau Seidel, Pos. 3). Doch seit einer Woche hängen ihre Bilder an den Wänden und sie hat das Gefühl *„der Umzug ist bewältigt“* (ebd.). *„Ich hoffe, dass ich in drei bis vier Wochen eventuell in ein Leben geleiten kann, in dem die Wochen wieder normal werden“* (ebd.). Nichtsdestotrotz beschreibt Frau Seidel eine gewisse Struktur ihres Alltags. Dienstagnachmittags spielt sie seit zwei Jahren mit einer Gruppe Skat, der sie seit dem Tod ihres Mannes angehört und die ihr sehr wichtig ist: *„[I]n dieser Zeit vergesse ich alles. Den Kummer die Trauer den Stre/ Umzugsstress“* (Frau Seidel, Pos. 5). Ansonsten trifft sie sich regelmäßig mit Freund*innen, putzt ihre Wohnung und telefoniert viel (ebd.). Ihr Morgenritual besteht aus Stricken und Kaffeetrinken. Ihre selbstgestrickten Strümpfe sind in ihrem Freundes- und Bekanntenkreis *„sehr begehrt“* (Pos. 7). Abends verbringt sie ihre Zeit auf ihrem Balkon mit Lesen (Pos. 5). Zukünftig möchte Frau Seidel wieder sportliche Aktivitäten in ihren Alltag integrieren, wofür sie bereits einen Fitnessclub in der Nähe ihres neuen Wohnortes besichtigt hat (Pos. 13, 66). Zudem plant sie eine ehrenamtliche Tätigkeit zu übernehmen, im Rahmen dessen sie trauernden und einsamen Menschen helfen möchte. Dafür nimmt sie aktuell an verschiedenen

Seminaren teil (Pos. 13). Am Wochenende trifft sie sich grundsätzlich mit einer Freundin aus der Trauergruppe: *„[D]enn die Wochenenden sind die schwierigen, wenn man alleine lebt“* (Frau Seidel, Pos. 30). Zudem geht sie jeden Tag allein spazieren und zweimal im Monat mit der wachsenden Hausgemeinschaft der SWA 2 (Pos. 40). Das Veranstaltungsprogramm der SWA möchte sie in der Zukunft auch regelmäßig nutzen und z. B. Ausflüge mitmachen (Pos. 55). Gleichzeitig sieht sie sich auch in der Verantwortung, selbst noch *„etwas [zu] initiieren“*, da sie noch *„relativ jung“* und *„nicht so eine typische“* Bewohnerin ist (ebd.). Dieses Vorhaben hat sie bereits gestartet und einen Spieletreff organisiert. Die Bewohner*innen der SWA 2 haben das Angebot bisher nicht angenommen, dafür aber andere Menschen in der Nachbarschaft, welche nicht zum SW gehören. Somit spielt Frau Seidel nun alle zwei Wochen am Mittwochabend mit einer kleinen Gruppe junger Frauen auf der Terrasse des Gemeinschaftsraums Doppelkopf (Pos. 41).

Der Alltag von Frau Stoll spielt sich in der SWA 1 ab, da sie bedingt durch ihr Alter und ihre eingeschränkte Mobilität *„nicht mehr raus⁹ kann“* (Frau Stoll, Pos. 25). Darum beteiligt sie sich an dem Angebot der SWA vor Ort und geht zu diversen Veranstaltungen und Gruppen. Obwohl ihr physischer Zustand ihre Möglichkeiten begrenzt, ist sie geistig noch fit und beteiligt sich deshalb besonders gerne an Gesprächsrunden (ebd.). Teilweise sind ihre Schilderungen im Interview diesbezüglich vage, da sie viel von dem gesamten Veranstaltungsangebot, was die SWA anbietet, berichtet, aber nicht immer eindeutig sagt, sowie auf Nachfrage unklar antwortet, welche Angebote sie persönlich regelmäßig nutzt (Pos. 25, 31). In jedem Fall geht Frau Stoll regelmäßig mit anderen Bewohner*innen zu einem gemeinsamen Frühstück mit festgelegten Diskussionsthemen (Pos. 83) und zu einer Tanzgruppe für Bewohner*innen mit Rollator und im Rollstuhl. Ab und zu findet auch ein gemeinschaftliches, festliches Abendessen statt, welches sie sehr genießt. Zweimal pro Woche hat sie lange Zeit eine Spielgruppe geleitet. Mittlerweile ist ihr diese Verpflichtung zu viel geworden und sie hat die Gruppe beendet (Pos. 31). Frau Stoll hört in ihrem Alltag gerne Musik, um eine eigene Balance zu finden: *„[H]ab Musik sehr sehr gerne, ich liebe Musik, es gibt mir viel .. wie soll ich sagen, Gleichgewicht“* (Frau Stoll, Pos. 71). Ihr gesundheitlicher Zustand hat sich seit einer Infektion mit dem Coronavirus deutlich verschlechtert, weshalb sie dankbar dafür ist, in einer Service-Wohnanlage zu leben. Allerdings musste sie lernen, die Unterstützung von außen anzunehmen. Der Pflegedienst hilft ihr mittlerweile täglich bei der Körperpflege und anderen Sachen (Pos. 75, 77). Ihren Haushalt macht sie so gut wie es geht eigenständig (Pos. 31).

⁹ Mit „raus“ meint Frau Stoll außerhalb der Service-Wohnanlage.

4.1.4 Soziale Beziehungen aufbauen

In diesem Kapitel wird beschrieben, wie die Frauen im SW Kontakte aufbauten bzw. versuchen diese aufzubauen, wie ihre Kontakte zu Freund*innen innerhalb und außerhalb der Service-Wohnanlage sowie der Kontakt zu ihren Familien aussehen. In der nachfolgenden Tabelle sind Aussagen der Frauen zitiert, die verdeutlichen, wie ihr soziales Netzwerk derzeit aussieht.

Tabelle 5: Übersicht „Soziale Beziehungen aufbauen“

<p>„[W]ir sind so eine Vierergruppe, [...] wir machen so viel und wir haben/wir können wenigstens alle lachen. [...] wir sind die lustige Truppe wir reißen ja alle mit und also ich finde unsere Truppe ist einfach .. ja was Besseres hätte mir hier nicht passieren können. [...] Die anderen beneiden uns auch alle [...]. Ja das ist so mal eine tolle Gruppe also ich möchte sie nicht hergeben.“ (Frau Beck, Pos. 29, 41)</p>	<p>„Meine sozialen Kontakte beschränken sich eigentlich hier aufs Haus zurzeit und ich hoffe dass da mehr Gemeinschaft kommt. Deshalb habe ich mich ja auch zu diesem System gemeinschaftliches Wohnen entschlossen. [...] Leider muss auf mich sehr viel Rücksicht genommen werden und ich möchte auch dann die Leute nicht belasten das/ die müssen mich erst näher kennen.“ (Frau Peters, Pos. 5, 18)</p>
<p>„Ich habe sehr gute Freundinnen, jetzt seit 40 50 Jahren [...]. Ich bin äh offen auch für neue .. Begegnungen und gegebenenfalls zukünftigen Freundschaften. [...] wir [Bewohner*innen der SWA 2] haben untereinander einen guten Kontakt, [...] wir ähmm klingeln wenn wir etwas brauchen [...] und wir sind sehr in/ aneinander interessiert. Wir sind schon so ein bisschen vernetzt.“ (Frau Seidel, Pos. 30, 34)</p>	<p>„[I]ch musste nicht auf die Menschen zugehen. Es war sehr eigenartig, die sind auf mich zugekommen und dann hat sich ein Kreis gebildet. [...] wir sehen uns im Café oder wir sagen gut heute singen wir mal zusammen, oder wir erzählen mal so. [...] Aber ich muss sagen, in dem Flur in dem ich wohne, haben wir eine schöne Gemeinschaft. Es gibt ein schönes Miteinander.“ (Frau Stoll, Pos. 39, 41, 91)</p>

Frau Beck nimmt eine Unterscheidung zwischen ihrem Leben innerhalb und außerhalb der SWA vor: „[D]as was hier ist kannst du so auch nicht vergleichen was draußen war. .. Ich sag das mal so drinnen und draußen ne. Ich/ weil ich mich hier einfach zu Hause fühle und wohl fühle und das ist für mich ganz viel wert die andern kann ich besuchen, muss ich aber nicht hier leb ich aber. und das find ich ist für mich ganz viel wert“ (Frau Beck, Pos. 68). Diese Auswahl überträgt sie demnach auf ihr soziales Umfeld. Denn mittlerweile verlagert sie ihre Kontakte vermehrt und bewusst auf ihren Wohnort. Viele Freund*innen von früher hatten den Anspruch, dass Frau Beck sie für ein Wiedersehen besucht. Diesen möchte sie abgesehen von einer Freundesgruppe, die sie einmal im Monat zum Kartenspielen trifft, nicht mehr erfüllen. Zudem versucht sie die Freund*innen aus dieser Gruppe ebenfalls zu einem Umzug in die SWA zu bewegen: „[D]ie kriege ich aber auch noch hier her. Zwei haben sich schon versucht so anzumelden (beide lachen)“ (Frau Beck, Pos. 68). Allerdings haben diese Freundinnen

bessere materielle und personale Ressourcen als Frau Beck, wodurch sie bei bestimmten Gesprächsthemen nicht „mitreden“ kann (Pos. 104, 106). Innerhalb der SWA hat sich Frau Beck einen festen Freundeskreis aufgebaut. Teil ihrer „Fünfergruppe“ sind weitere Bewohnerinnen sowie Frauen, die in der Nachbarschaft wohnen und ebenfalls das Angebot der SWA nutzen (Pos. 29, 41). Die Gruppe geht gemeinsam spazieren, Kaffeetrinken, zu Veranstaltungen der SWA und macht Ausflüge (Pos. 41, 43, 68). Frau Beck schätzt an ihrer Gruppe besonders, dass sie immer zusammenhalten und viel miteinander lachen: *„[W]ir sind die lustige Truppe wir reißen ja alle mit“* (Frau Beck, Pos. 41). Außerdem baut sie die Zeit mit ihren Freundinnen bei Sorgen oder ähnlichem auf (Pos. 39). Sie sagt, etwas Besseres hätte ihr nicht passieren können (Pos. 41). Andere Bewohner*innen der SWA 1 „beneiden“ die Gruppe und würden gerne „mitmachen“, aber dann würde die Gruppe laut Frau Beck zu groß werden (Pos. 41, 43). Ebenfalls durch das SW entstanden, ist ihr enges Verhältnis zu ihrer Tanzgruppe. Das Tanzen ist eine ihrer Lieblingsbeschäftigungen. Mit ihrer Tanzgruppe trinkt sie regelmäßig Kaffee (Pos. 20, 29). Neben ihren sozialen Kontakten, die sie im SW aufgebaut hat, spielen ihre Enkeltochter und deren Kinder eine wichtige Rolle in dem Leben von Frau Beck. Sie nimmt sich viel Zeit für diese (Pos. 20, 29). Ihre Schwester lebt ebenfalls in der SWA 1, allerdings spricht Frau Beck im Interview nicht über ihr aktuelles Verhältnis (Pos. 39).

Das soziale Netzwerk von Frau Peters hingegen beschränkt sich derzeit auf ihre Nachbar*innen im Haus und ihre Kontakte, mit denen sie telefoniert. Erst vor ein paar Monaten ist sie aus 400 Kilometer Entfernung in die SWA 2 gezogen, ohne eine bereits vorhandene soziale Anbindung zu haben. Lediglich ihre zwei Söhne mit ihren Familien leben in der Nähe, diese lassen aber *„wenig von sich hören“* (Frau Peters, Pos. 5, 58). Im Interview erwähnt Frau Peters, dass alle anderen Bewohner*innen der SWA 2, aus dem „Bezirk“ der Wohnanlage kommen und somit ihre sozialen Kontakte und Familien *„behalten“* (Pos. 41) konnten: *„Also die sind noch in ihren alten ähm sozialen Kontakten und Familie eingebunden, so dass sie gar nicht so sehr angewiesen sind auf Fremde, also auf unsere“* (Frau Peters, Pos. 41). Sie hofft, dass trotz dieser Umstände mit der Zeit noch mehr Gemeinschaft im Haus entsteht, da ein Grund für ihr Umzug darin bestand, den Wunsch nach einer gemeinschaftlichen Wohnform zu erfüllen (Pos. 5). Ein regelmäßiger, neuer Kontakt für Frau Peters ist ihre Haushaltshilfe (Pos. 29). Auf diese Beziehung baut Frau Peters auch zukünftig, falls sie irgendwann nicht mehr ihre Wohnung verlassen kann: *„[U]nd ich hoffe ich habe dann noch meine nette junge Frau“* (Frau Peters, Pos. 76). *„Ja, also meine sozialen Kontakte, die muss ich jetzt erst aufbauen“* (Frau Peters, Pos. 5). Diesbezüglich ist sie positiv gestimmt: *„[D]as wird hier alles also ich bin da wirklich guter Dinge“* (Frau Peters, Pos. 39). Zudem beschreibt sie sich als *„kontaktfreudig“* und glaubt, dass sie noch *„zufriedenstellende Kontakte“* finden wird (Pos. 6). Wenn sie draußen unterwegs

ist, „*quatscht*“ sie auch gerne fremde Menschen an (Pos. 33). Im Haus hatte sie bereits flüchtige Begegnungen mit Nachbar*innen, die nicht Teil des Service-Wohnens sind, wie z. B. kurze Gespräche im Fahrstuhl. Mit ein paar Bewohner*innen der SWA 2 hat sie schon eine Tasse Tee oder Kaffee getrunken, jedoch sind diese Treffen spontan entstanden: „*[I]ch würde jetzt nicht äh an der Tür klingeln und sagen hallo ich bin da hast du Zeit?*“ (Frau Peters, Pos. 12). Wie in Kapitel 4.1.3 beschrieben, sind bereits durch gemeinsame Abendveranstaltungen und Spaziergänge der Hausgemeinschaft, Begegnungen entstanden, um Beziehungen aufzubauen (Pos. 12). Dennoch ist für Frau Peters ihr gesundheitlicher Zustand eine Hürde, mehr mit anderen, ihr noch fremden Bewohner*innen, zu unternehmen, da sie sich für eine Last hält: „*Leider muss auf mich sehr viel Rücksicht genommen werden und ich möchte auch dann die Leute nicht belasten das/ die müssen mich erst näher kennen*“ (Frau Peters, Pos. 18). Gleichzeitig sagt sie auch, dass sie nur wenige enge Freundschaften benötigt: „*Ich muss aber auch sagen ich bin nicht der Mensch der unheimlich viele Leute braucht. Also zwei drei Freunde und das aber dann richtige Freunde, das reicht mir*“ (Frau Peters, Pos. 43). Frau Peters telefoniert täglich mit ihrer Tochter (Pos. 58) und regelmäßig mit Freund*innen, die nicht mehr in ihrer Nähe wohnen. Dies sind eine Freundin aus der Schweiz und ein paar Freund*innen aus der SWA, wo sie zuvor lebte (Pos. 43, 45f.). Dementsprechend spielt auch hierbei, ebenso wie in Kapitel 4.1.1, der Zusammenhang zwischen Einsamkeit, auf sich selbstgestellt sein und der Verwitwung von Frau Peters, eine Rolle (Pos. 54-56). In der Fokusanalyse wird darauf im Detail eingegangen.

In der Beschreibung des Alltags von Frau Seidel (siehe Kapitel 4.1.3) ist bereits deutlich geworden, dass sie von einem ausgeprägten sozialen Netzwerk berichtet: „*[E]s macht mir sehr viel Freude und ist mir wichtig, im Austausch mit anderen Menschen zu sein. Ich habe einen großen und intensiven Freundeskreis .. weitestgehend jetzt alleinlebende Frauen, aber auch viele Ehepaare aus der vorherigen Zeit*“ (Frau Seidel, Pos. 7). Ihre bereits bestehenden sozialen Kontakte sind Freundinnen, die sie seit mehr als vierzig Jahren kennt (Pos. 30), sowie ihre Skatgruppe (Pos. 5), aber auch zu ihren Söhnen und dessen Familien hat sie viel Kontakt (Pos. 30). Jedoch sind seit ihrer Verwitwung ebenso Freundschaften zerbrochen (Pos. 32). Hierauf wird in der Fokusanalyse genauer eingegangen. Trotz ihrer vielen bestehenden, engen Freundschaften ist sie „*offen*“ für neue (Pos. 30). Das Verhältnis zu ihren neuen Nachbar*innen beschreibt sie folgendermaßen: „*Also und wir wir [Bewohner*innen der SWA 2] haben untereinander einen guten Kontakt, wir alten, obwohl es für unsere Generation nicht üblich ist, wir duzen uns alle, wir ähmm klingeln wenn wir etwas brauchen und sei es, Paniermehl oder sonst was, wir teilen die Sorgen und wenn jemand äh ähm ja krank ist, nicht laufen kann, helfen wir uns auch gegenseitig und wir sind sehr in/ aneinander interessiert. Wir sind schon so ein bisschen vernetzt*“ (Frau Seidel, Pos. 34). Gleichzeitig merkt Frau Seidel an, dass es bisher für sie

schwierig war, soziale Kontakte zu den Bewohner*innen der SWA 1 aufzubauen, da der Weg dorthin mit einem sich „aufraffen“ verbunden ist (Pos. 36). Darüber hinaus erhofft sie sich, dass zu der neuen SWA 3, welche in acht Monaten eröffnet und bezogen wird, eine bessere Vernetzung entsteht: *„Und wir erhoffen uns auch äh, dass wenn ähm die nächste Dependance im [SWA 3] eröffnet wird, wir untereinander dann wieder uns verzahnen können. Das wir äh ja uns bereichern können und bestimmt wären wir dann auch erstmal für die andern da“* (Frau Seidel, Pos. 36). Innerhalb ihrer Wohnanlage sind bereits einige Beziehungen dabei sich zu verfestigen. Die Hausgemeinschaft der SWA 2 geht zweimal pro Monat gemeinsam spazieren, wobei sie immer wieder Pausen machen und sich auf Bänken miteinander unterhalten (Pos. 40). Des Weiteren pflegt Frau Seidel zu ein paar jungen Frauen aus der Nachbarschaft Kontakt beim Kartenspielen. Dieser ist auf die Initiative von Frau Seidel hin entstanden, welche mithilfe einer Mitarbeiterin der SWA in einer WhatsApp-Gruppe für die Nachbarschaft eine Anfrage/ein Gesuch für Interessent*innen an einem gemeinsamen Spieleabend gestellt hat (Pos. 41). Frau Seidel ist begeistert von diesem nützlichen Medium zur Vernetzung, denn durch diese WhatsApp-Gruppe hat sie bereits bei einer von ihr gestellten Reparaturanfrage Hilfe von einem Nachbarn erhalten (Pos. 45). Außerdem versucht Frau Seidel die Hausgemeinschaft zu stärken, indem sich die Bewohner*innen zusammenschließen und gemeinsam für Bedarfe im Haus bei der Hausverwaltung stark machen (Pos. 53).

Als Frau Stoll vor sieben Jahren in die SWA 1 eingezogen ist, wurde sie zu ihrer Überraschung von anderen Bewohner*innen offen empfangen und konnte dadurch schnell soziale Beziehungen aufbauen: *„[I]ch musste nicht auf die Menschen zugehen. Es war sehr eigenartig, die sind auf mich zugekommen und dann hat sich ein Kreis gebildet“* (Frau Stoll, Pos. 39). So entstand laut Frau Stoll ein „wunderbarer Kreis“ (Pos. 7), mit dem sie sich im Café der SWA trifft, zusammen singt, einfach nur unterhält (Pos. 41) und Veranstaltungen der SWA besucht (Pos. 83). Allerdings lässt sie den Kontakt manchmal „schleifen“ (ebd.). Gleichzeitig sagt sie auch, dass sie immer mehr „wertvolle“ Menschen kennenlernt, mit denen sie sich austauscht: *„[D]as ist irgendwie schön und gemütlich und so normal. .. Man braucht die Nähe nech. Es wird immer wertvoller“* (Frau Stoll, Pos. 19). Auf weitere Nachfragen bezüglich dieser Kontakte und Gespräche ist Frau Stoll zurückhaltend. Sie sagt lediglich, dass diese Gespräche mit Menschen stattfinden, die genau wie sie viel durchgemacht und ihren Partner „bis zur letzten Stunde begleitet“ haben, zugleich aber auch das Leben „wieder schätzen gelernt“ und „überlebt“ haben (Pos. 21). Wer genau zu ihrem Kreis gehört, beantwortet Frau Stoll folgendermaßen: *„Also fast Gleichaltrige, das muss ich dazu sagen. Ich hatte hier auch Jüngere, die mich irgendwie gebraucht haben, weil sie hier ganz große Schwierigkeiten hatten, und durch Gespräche sagen sie heute hätte ich ihnen geholfen, aber wenn ich sie beobachte, verfallen sie*

doch wieder ihren/ in ihren alten Trott und sind egozentrisch. Das ist nicht gut für die Gemeinschaft nech, aber sie können einen erwachsenen Menschen nicht mehr ändern. Muss man mit Leben, und darum sage ich immer Distanz schafft Qualität, man kann ja freundlich bleiben und nett, aber es ist dann eben doch kein engerer Kreis“ (Frau Stoll, Pos. 89). Frau Stoll versuchte anderen Bewohner*innen in Gesprächen zu helfen, distanzierte sich aber wieder von diesen, wenn diese sich, ihrer Auffassung nach, nicht im Sinne der Gemeinschaft verhielten (ebd.). Im weiteren Verlauf des Interviews erwähnt Frau Stoll explizit die Gemeinschaft auf ihrem Flur, die aus den Bewohner*innen der Wohnungen in ihrer unmittelbaren Nähe besteht: *„Es gibt ein schönes Miteinander“* (Frau Stoll, Pos. 91). Sie pflegen einen freundlichen Umgang miteinander, nehmen sich gegenseitig bei Sorgen in den Arm, lachen zusammen und tauschen sich aus. *„Der eine backt mal einen Kuchen und der andere backt Kekse, oder macht Eierlikör, und dann setzen wir uns in den Flur und haben diese Schokobecher und dann trinken wir die Sorgen weg (beide lachen)“* (Frau Stoll, Pos. 93). Zu Beginn des Interviews äußert Frau Stoll, dass sie hin und wieder Besuch von zwei bis drei Freund*innen aus der SWA, in der sie zuvor lebte, bekommt. Weiterhin gibt es in ihrem hohen Alter „kaum noch Freunde“, da einige bereits verstorben sind (Pos. 13, 119). Dafür hat sie viel Kontakt mit ihrer Familie. Besonders eng ist der Kontakt zu ihren fünf Enkelkindern. Sie besuchen sie, reden viel mit ihr, beziehen sie in ihr Leben mit ein und legen Wert auf das Urteil ihrer Großmutter (Pos. 11, 107, 109). Einmal pro Monat bekommt sie sogar eine selbst hergestellte Zeitung von ihrer Familie, in der diese von ihren Erlebnissen berichtet. Auf diese Weise ist Frau Stoll auch ohne Smartphone auf dem Laufenden bezüglich ihrer Familie (Pos. 13).

Ausgehend von der Deskription erfolgt im folgenden Kapitel die Fokusanalyse.

4.2 Fokusanalyse

Die Fokusanalyse bildet den Prozess des selektiven Kodierens ab. In diesem Prozess stellte sich die Kernkategorie „Zukunftsperspektiven“ als das zugrundeliegende Untersuchungsphänomen der Arbeit heraus. Innerhalb ihrer jeweiligen Spannungsfelder, welche in der Deskription dargestellt wurden, entwickeln und gestalten die Frauen ihre eigenen Zukunftsperspektiven. Ziel des Kapitels ist die Identifizierung von unterschiedlichen Typen, welche die gegenstandsbezogene Theorie bzw. Typenbildung darstellen. Die Autorin erstellte diverse Mindmaps und Abbildungen, um den Prozess des selektiven Kodierens abzubilden. Abbildung 3 stellt das final erstellte Schaubild dar und bildet die Grundlage für die Fokusanalyse:



Abbildung 3: Schaubild selektives Kodieren

In der Mitte der Abbildung 3 steht die Kernkategorie „Zukunftsperspektiven“. Davon gehen die Hauptkategorien „Dimensionen“, „Kohärenzgefühl“ und „Persönlichkeit“ ab. Der erste Zweig

und somit die erste Hauptkategorie stellt die verschiedenen „Dimensionen“ der Perspektiven der Frauen dar und gliedert sich auf in die Subkategorien: Sinnfindung, Rollen und Funktionen, Strategien und Ziele, Ressourcen, Hoffnungen, Soziale Integration, Einsamkeit, Distanzierung sowie Fragilisierung und Pflegebedürftigkeit. Dabei gehen von der Subkategorie „Sinnfindung“ weitere Zweige ab, diese lauten: Loslassen, Möglichkeiten ausschöpfen, für andere bedeutsam sein, Bedürftigkeit zulassen und Hilflosigkeit aushalten, selbstbestimmtes Abdanken und Einwilligen, Infragestellen von ..., Auseinandersetzung mit Grenzen und Endlichkeit sowie Leben im Modus des Empfangens. Der zweite Zweig und somit die Hauptkategorie „Kohärenzgefühl“, setzt sich zusammen aus den Subkategorien: Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Bedeutsamkeit. Der dritte Zweig stellt die Hauptkategorie „Persönlichkeit“ mit den folgenden Subkategorien dar: Lebensgeschichte, Einstellungen und Denkweise, Eigenschaften, Werte sowie Reflexion.

Der folgende Abschnitt beschäftigt sich mit der Analyse, wie die Frauen ihre Zukunftsperspektiven gestalten und welche Bewältigungsstrategien sie dabei nutzen, um in eine mehr oder weniger lange Zukunft blicken zu können. Zukunft versteht sich hier als eine dynamische, aktivitätsorientierte Perspektive. Es geht um das Sinnverstehen sowie Bedeutungshandeln der Frauen und um die Frage, womit sie ringen. Dabei wird auch untersucht, ob und wie die Frauen den Übergang ins SW bewältigt haben bzw. aktuell bewältigen. An dieser Stelle ist folgender Hinweis für die Analyse von Relevanz: Wie bereits die Fallauswahl in Kapitel 3.3 verdeutlicht, ist die Verweildauer der Frauen im SW unterschiedlich und ein bedeutender Bezugspunkt für die Verarbeitungsprozesse von kritischen Lebensereignissen. Die Autorin arbeitete vier verschiedene Typen heraus, die auf einem Kontinuum einsortiert wurden. Das Kontinuum bewegt sich von konsolidiert, d. h. stabilisiert in der eigenen Lebenssituation, bis hin zu suchend. Die vier Typen werden nun sukzessiv vorgestellt. Die Titel der Typen (Kapitel 4.2.1 bis 4.2.4) stehen sinnbildlich für die vier Frauen und ihre jeweiligen selbst gewählten Zukunftsperspektiven. Der Vergleich der Typen erfolgt in Kapitel 4.3.

4.2.1 Frau Beck: „Ich hau so viel ab, wie ich kann!“

Frau Beck befindet sich auf dem Kontinuum an dem Punkt „konsolidiert“, da sie in ihrer Lebenssituation stabilisiert ist. Dies soll an den folgenden Ausführungen verdeutlicht werden. Zwei ihrer größten Ressourcen sind ihre Leidenschaft für das Tanzen und ihr soziales Netzwerk. In Kapitel 4.1.3 wird bereits deutlich, wie viel Raum das Tanzen in ihrem Leben einnimmt. Gleichzeitig ist ihre Tanzgruppe auch außerhalb der Aktivität ein wichtiger Teil ihres Lebens, wie z. B. beim regelmäßigen Kaffeetrinken (Frau Beck, Pos. 20-22, 29). Doch am meisten Zeit verbringt sie mit ihrer „Gang“, ihren engsten Freund*innen, die sie im SW kennengelernt hat. Frau Beck sagt, etwas Besseres als diese Gruppe hätte ihr nicht passieren können (Pos. 41).

Nach ihrer Verwitwung und ihrem Umzug bauten ihre Freund*innen sie wieder auf (Pos. 75). Wie in Kapitel 4.1.4 beschrieben, lachen sie enorm viel miteinander und unternehmen diverse Dinge (Pos. 41, 43, 68). Somit tragen ihre Freund*innen einen großen Teil zu ihrer Widerstandskraft und ihrem Kohärenzgefühl bei. Frau Beck betont in diesem Zusammenhang, dass sie sich in der SWA 1 zu Hause fühlt und diese für sie einen hohen Wert hat. Mit ihrer „Gang“ schöpft sie alle Möglichkeiten aus und vermisst das Leben außerhalb der SWA selten (Pos. 68). Hierbei wird eine hohe Sinnhaftigkeit für Frau Beck in ihrem Kohärenzgefühl sichtbar sowie ein gelungener Übergang ins SW. Ein Gefühl von Einsamkeit erwähnt sie lediglich einmal im Interview in Bezug auf ihren verstorbenen Ehemann, da die tiefgründigen Gespräche und die Zweisamkeit mit ihm nicht zu ersetzen sind (Pos. 69). Durch den Lebensumstand, dass sie damals Alleinverdienerin sein musste, hatte sie wenig Zeit für ihre Kinder. Aus diesem Grund genießt sie die Zeit mit ihren Urenkeln umso mehr (Pos. 75). Der Kontakt zu ihrer Enkeltochter und deren Kindern ist eine weitere Ressource für sie und steht zugleich für eine bedeutende Rolle und Funktion als Uroma, da sie zweimal pro Woche auf die Urenkel aufpasst (Pos. 29, 64). Neben ihren diversen Aktivitäten, engagiert sich Frau Beck zudem als freiwillige Helferin in der SWA bei verschiedenen Angeboten (Pos. 47-51), wie bereits in Kapitel 4.1.3 beschrieben. Es macht ihr Freude, aktiv andere Bewohner*innen zu unterstützen und dafür Dankbarkeit von ihnen zu erfahren (Pos. 47-51). Sie genießt und nutzt aktiv die Möglichkeiten sowie Angebote der SWA 1 in allen Bereichen: „*Ich fühle mich hier sau wohl*“ (Pos. 68). Hier lässt sich eine Strategie des produktiven Alterns und die Rolle einer sozial integrierten Bewohnerin der SWA erkennen.

Bedingt durch ihre Krankheit und den Ausblick auf eine bevorstehende Pflegebedürftigkeit, betont sie, dass sie, solange es noch geht, so viel macht, wie es möglich ist (Pos. 35, 118). Ihre Strategie der Ausschöpfung ihrer Möglichkeiten wird hierbei sichtbar. Derzeit ist sie mit einer Fragilisierung konfrontiert, da sie bereits körperliche Einschränkungen durch ihre Krankheit wahrnimmt. Diesbezüglich ist sie positiv eingestellt und folgt der Strategie, sich bei Bedarf einen Ruhetag zu gönnen. Zudem bereitet sie sich schon auf die mögliche, bevorstehende Pflegesituation vor, was bedeuten könnte, dass sie an ihre Wohnung gebunden ist und diese nicht mehr verlassen kann. Wenn dieser Fall eintritt, will sie es sich in ihrer Wohnung gemütlich machen (Pos. 119). Ihr hohes Kohärenzgefühl trägt dazu bei, dass dieses durch die Diagnose der Krankheit und eine bevorstehenden Pflegebedürftigkeit bisher nicht erschüttert wurde. Ihre positive Einstellung und ihr soziales Netzwerk unterstützen sie dabei, da sie zu dem hohen Kohärenzgefühl beitragen. Frau Beck sagt einerseits, dass sie die Situation „*angenommen*“ hat (Pos. 118) und diesbezüglich nicht „*rumjammern*“ will (Pos. 37). Andererseits wird im Interview an einer Stelle deutlich, dass sie mit der Verstehbarkeit bezüglich der bevorstehenden Pflegebedürftigkeit ein wenig hadert. Sie mag noch nicht daran denken, dass ihre Freiheit eingeschränkt sein wird und sie fragt sich, warum es ausgerechnet sie getroffen hat: „*dass ich*

nicht mehr laufen kann (zeigt auf sich) ich nä, ich kann nicht mehr laufen, dass äh das will ich noch gar nicht denken“ (Pos. 118). Demnach ist eine leichte Verdrängung des bevorstehenden Pflegebedarfs bei Frau Beck erkennbar, wodurch ihr Kohärenzgefühl in der Zukunft im Falle eines hohen Pflegebedarfs erschüttert werden könnte. Dagegen spricht, dass ihr hohes Kohärenzgefühl dazu beitragen wird, dass sie die bevorstehende Pflegebedürftigkeit gut bewältigen kann und diese somit nicht zu einem kritischen Lebensereignis werden muss. Zudem erleichtert die Vorbereitungszeit auf die Pflegebedürftigkeit den Prozess der Verstehbarkeit und Handhabbarkeit. Nichtsdestotrotz werden Veränderungen in der Lebensführung sowie psychosoziale Anpassungs- und Bewältigungsleistungen in der Zukunft von Frau Beck erforderlich sein. Zukunft kann allerdings auch bedeuten, im Hier und Jetzt zu sein, die Zukunft zwar anzunehmen, aber sich nicht in irgendwelchen Szenarien zu verlieren, was Frau Beck letztendlich macht. Gleichzeitig setzt sie sich mit ihren Grenzen und einer Bewältigbarkeit auseinander. Sie möchte selbstbestimmt abdanken: *„zehn Jahre möchte ich noch (beide lachen) da habe ich immer gesagt meinen 90. feier ich noch (beide lachen) das sind ja nur noch neun Jahre“* (Pos. 119). Sie setzt sich ein fiktives Datum und erhöht dadurch die Kontrolle über ihr Leben. Auf diese Weise versucht sie die Zukunftsoffenheit, ihre Ängste und Ambivalenzen zu bewältigen.

Eine weitere wichtige Ressource von Frau Beck ist ihre Einstellung und Art zu denken, beeinflusst durch ihre Lebensgeschichte. Sie bezeichnet sich als *„Generation Steckrübe“*, welche *„stabil“* ist (Pos. 85, 95). Denn nachdem ihr Mann arbeitsunfähig wurde, musste sie die Familie versorgen und sich beruflich viel erarbeiten. Sie entwickelte sich zu einer starken Frau, die allerdings aufgrund des vielen Arbeitens wenig Freiheit und Zeit für sich hatte (Pos. 69). Deswegen genießt sie ihre Freiheiten seit dem Umzug in das SW umso mehr und legt ihr Wohlbefinden in den Fokus: *„Ich mache nur noch das was ich möchte und nicht was die anderen möchten. Ich genieße einfach jeden Tag“* (Pos. 121). Zudem berichtet sie von Konflikten mit ihren Kindern aus der Vergangenheit, die ihr lange Sorgen bereitet haben, die sie heute aber abgehakt hat (Pos. 97, 121, 125). *„Also ich hab eigentlich keine Sorgen mehr, will ich auch nicht mehr, weil .. jeder Tag kann der letzte sein .. und ich schau nach vorne .. und insofern geht's mir auch gut“* (Pos. 97). Ihre Bewältigungsstrategie des Loslassens und des nach vorne Schauens wird hier deutlich.

4.2.2 Frau Stoll: „Ich habe noch was zu erfüllen!“

Frau Stoll befindet sich auf dem Kontinuum dicht hinter Frau Beck in Richtung *„konsolidiert“*, was an den folgenden Ausführungen deutlich wird. Aufgrund ihres Alters und körperlichen Zustands ist der Lebensmittelpunkt von Frau Stoll die SWA 1. Dort geht sie zu diversen Veranstaltungen, hält sich gerne im Café vor Ort auf und pflegt den Kontakt zu ihren Nachbar*innen

auf ihrem Flur. Sie beschreibt eine gewisse Rolle, die sie in der SWA einnimmt und die mit folgender Aufgabe verbunden ist: *„Heute arbeite ich in der Diakonie“* (Frau Stoll, Pos. 37, 57). Anhand ihrer Lebensgeschichte wird sichtbar, dass „Diakonie“ bereits ihr gesamtes Leben ihre Aufgabe war: *„ich bin immer drin gewesen, aber ohne große Anstrengung“* (Pos. 119). Ihre Religion, Nächstenliebe und stabilen Überzeugungen sind ihre großen Widerstandsressourcen und nach wie vor der Sinn ihres Lebens: *„Nächstenliebe [...] die hört nie auf. Da geht man nicht in Pension, die bleibt solange man lebt ja?“* (Pos. 59). Frau Stoll ist es wichtig, der Gesellschaft etwas zurückzugeben, was schon immer ihr selbstauferlegter Auftrag war und heute noch ist (Pos. 55). In dem Interview vertritt sie diese Ansicht wiederholend fest und konsequent. Sie betont, dass es ihr Freude macht, anderen Menschen zu helfen und eine Stütze zu sein (Pos. 117). Da Frau Stoll, wie bereits in der Reflexion des Interviews (siehe Kapitel 3.3) dargestellt, oft oberflächlich auf die Fragen der Interviewerin antwortete, stellt sich an dieser Stelle die Frage, ob eine gewisse Selbstdarstellung hinter der „Diakonie-Arbeit“ steckt. Das Datenmaterial birgt allerdings keine Anhaltspunkte für eine gestützte Interpretation. Möglicherweise versteckt sich hinter ihrer Nächstenliebe Einsamkeit, die in ihrem hohen Alter vorkommen kann. Ihr soziales Netzwerk beschreibt sie, wie in Kapitel 4.1.4 erläutert, nur vage. Einerseits spricht sie von einem *„schönen Miteinander“* (Pos. 91-97), ihrem *„Kreis“* (Pos. 25, 31, 39, 41, 83, 88) und ihrer Rolle als Ansprechperson für die Bewohner*innen (Pos. 89). Sie berichtet von Bewohner*innen, mit denen sie Gespräche führte, weil diese sie aufgrund von eigenen Schwierigkeiten *„brauchten“* (Pos. 89). Dabei redet Frau Stoll wiederholt von einem *„wir“*, also der Gemeinschaft, die sich in der SWA 1 engagiert (Pos. 31, 45, 51, 81, 83, 93, 103). Sie selbst sieht sich als einen Teil davon: *„und, die Menschen die dafür etwas tun und davon etwas halten, die halten auch zusammen, aber wir brauchen nicht viel Worte, das ist so gehört zu unserem Leben nä, ja“* (Pos. 103). Andererseits spricht sie davon, wie sie sich von manchen Bewohner*innen aufgrund von schlechten Erfahrungen bewusst distanziert. Dadurch hat sie gelernt, dass es wichtig ist sich abzugrenzen: *„Distanz schafft Qualität“* (Pos. 51, 89). Es entsteht der Eindruck, dass ihre Kontakte eher flüchtig sind. Eine andere Erklärung als Einsamkeit kann auch sein, dass Frau Stoll der Interviewerin zu wenig Vertrauen schenkte, um tiefer in das Gespräch und die Themen einzusteigen. Ihre soziale Integration bleibt für die Autorin etwas undurchsichtig, dennoch ist sie in ihrer Rolle und Funktion in der SWA 1 allerdings konsolidiert und zeigt, dass sie den Übergang ins SW bewältigt hat.

Frau Stoll erwähnt mehrmals, wie wichtig ihr der Kontakt zu ihrer Familie und besonders zu ihren Enkelkindern, ist. Sie betont, dass diese ihre Unterstützung benötigen und Wert auf ihr Urteil legen (Pos. 11, 107). Ihr ist es wichtig, ihren Enkelkindern ihre Werte weiterzugeben: *„Ich hab immer noch das Gefühl, dass ich was weitergeben kann und den Kindern, dass es den Kindern was bedeutet“* (Pos. 109). Für andere Menschen in der SWA 1 und auch für ihre Familie bedeutsam zu sein, ist für Frau Stoll der Sinn in ihrer Gegenwart und Zukunft. Doch

aufgrund ihres Alters hat sie sich bereits mit der Endlichkeit auseinandergesetzt. Sie hatte „mit dem Leben abgeschlossen“, aber seitdem ihr Urenkel auf der Welt ist, fällt es ihr „schwerer zu gehen“ (Pos. 55). In diesem Zusammenhang spricht sie erneut von „Diakonie“ und davon, dass sie eine Aufgabe zu erfüllen hat: *„Ich habe eine Aufgabe zu erfüllen, dass mir das Leben gestellt hat, und danach habe ich immer gelebt. Und jetzt dachte ich auch oh ich hab noch was zu erfüllen“* (Pos. 61). Sie zeigt sich als demütiger Mensch (Pos. 9), nimmt sich zurück und stellt sich nicht über andere Menschen trotz ihrer Funktion in der Wohngemeinschaft: *„Man darf sich finde ich dabei auch nicht selber so wichtig nehmen“* (Pos. 103). Diese Werte und Einstellung zeigen sich mehrmals im Interview. Immer wieder erwähnt sie, wie „dankbar“ sie ist (Pos. 9, 35, 71, 73) und dass sie nach dem Motto *„every morning is a new beginning“* lebt (Pos. 51, 79).

Im Interview thematisiert Frau Stoll auch die Missstände auf der Welt: *„Ja und man hat ja im Weltgeschehen viel zu fassen nech, und wünscht sich, dass es ein gutes Ende nimmt und dass die Jugend weiterkämpft. Und ich finde, ich gebe auch in der Familie meine Werte immer weiter, und das wird auch angenommen und das ist wichtig“* (Pos. 19). Anhand ihrer Ausführungen wird deutlich, dass Sinnhaftigkeit für sie bedeutet, sich in der Gesellschaft zu engagieren und gegen Missstände zu kämpfen. Diese Werte gibt sie ihrer Familie weiter, da sie die Verantwortung für die nachfolgenden Generationen übernimmt. Es beschäftigt sie, was alles in der Welt passiert: *„Sie sind unsere Hoffnung nech, sie müssen die Welt mit verändern. Und die Zeit ist jetzt reif dafür. Eigentlich schon zu spät aber, man kann noch was tun“* (Pos. 133). *„Die Natur die rächt sich im Moment sehr nech und ich finde das das Böse muss aufhören. Es ist wird unerträglich nech, find ich auch. Hat eigentlich keine Berechtigung nä“* (Pos. 137). Frau Stoll zeigt hierbei ihre Verbundenheit mit der Welt, sie macht sich für ihre Enkelkinder aber auch in ihrer Funktion als „Diakonissin“ Gedanken über die Zukunft und nimmt Anteil daran. Möglicherweise offenbart Frau Stoll hierbei eine ihrer Strategien, um die Gegenwart und Zukunft zu bewältigen, indem sie die großen Themen der Zeit reflektiert und offenbart gleichzeitig auch einen Teil ihrer eigenen Identitätsarbeit.

Frau Stoll erzählt im Interview, dass sie von einem Pflegedienst im Alltag unterstützt wird. Es war nicht einfach für sie, diese Hilfe anzunehmen und die neue Situation zu akzeptieren. Mittlerweile hat sie gelernt die Unterstützung anzunehmen (Pos. 75). Es gibt ihr *„noch immer Sicherheit“* (Pos. 43) in der SWA zu leben und sie fühlt sich *„geborgen und gut betreut“* (Pos. 47). Durch die Schilderungen bezüglich ihrer Pflegebedürftigkeit wird sichtbar, dass ihr Kohärenzgefühl erschüttert wurde. Durch den Bruch ihrer bisherigen Lebensweise mit ihren Gewohnheiten und Routinen im Alltag wurde ihre Handhabbarkeit beeinträchtigt. Auch ein Gefühl der Nutzlosigkeit könnte sich bei ihr eingestellt haben. Diesen Zustand hat sie durch ihre positive Einstellung und die Sinnhaftigkeit ihres Lebens, dass sie noch eine Aufgabe zu erfüllen hat, bewältigt.

4.2.3 Frau Seidel: „Ich habe das Ziel trauernden Menschen zu helfen!“

Nachdem mit Frau Beck und Frau Stoll zwei Frauen dargestellt wurden, die für sich einen Umgang mit den jeweiligen erlebten, kritischen Lebensereignissen erklärtermaßen gefunden haben, folgen mit Frau Seidel und Frau Peters nun zwei Frauen, die sich noch deutlich im Übergang in einen neuen Lebensabschnitt befinden. Frau Seidel befindet sich auf dem Kontinuum zwischen „konsolidiert“ und „suchend“, mit Tendenz in Richtung „suchend“, was an den folgenden Ausführungen verdeutlicht werden soll. Frau Seidel ist erst vor Kurzem in die SWA 2 eingezogen und versucht nach wie vor den Schock des plötzlichen Todes ihres Mannes vor zwei Jahren und vier Monaten zu verarbeiten. Wie in Kapitel 4.1.2 beschrieben, zog Frau Seidel von sich aus in die SWA 2, da sie u. a. im Falle einer unerwarteten Pflegesituation vorsorgen wollte und um ein „sorgloses Alter“ zu erleben (Frau Seidel, Pos. 20). Hierbei ist deutlich zu erkennen, dass sie für eine Handhabbarkeit ihres Lebens sorgt. Durch das Versterben ihres Mannes und dem damit einhergehenden Handlungsdruck eine neue Wohnung zu finden (siehe Kapitel 4.1.1), ist dies bereits ihr zweiter Umzug innerhalb von zwei Jahren. Ihre Suche und ihr Wunsch nach einem neuen Zuhause, in dem sie sich wohl fühlt, ist in dem Interview deutlich herauszuhören. Genauso wie die Hoffnung, dass sie diesen Ort nun gefunden hat und bald wieder in ein „normales Leben“ starten kann (Pos. 4). Das Versterben ihres Mannes sowie die zwei Umzüge haben das Kohärenzgefühl von Frau Stoll erschüttert und psychosoziale Anpassungs- sowie Bewältigungsleistungen von ihr gefordert, da sie ihre gesamte Lebensführung verändern musste bzw. sich nach wie vor in diesem Prozess befindet. Sie äußert, dass ihr das „Alleinleben“ Probleme bereitet und sie mit der „totalen Lebensumstellung“ als Witwe kämpft (Pos. 59). Denn sie muss sich nun allein eine neue Zukunft ohne ihren Mann gestalten. Hierbei wird nochmal deutlich, dass sie mit der Verstehbarkeit ringt, da ihre Lebensumwelt noch nicht geordnet und strukturiert ist. Um sich vor Einsamkeit zu schützen, ist ihre Strategie, sich viel mit Freund*innen zu treffen, im Speziellen mit einer anderen Witwe aus ihrer Trauergruppe (Pos. 30). Auf der einen Seite ist Frau Seidel damit beschäftigt um ihren Mann zu trauern. Sie schwankt in ihrer „Akzeptanz“, dass er tot ist (Pos. 62). Auf der anderen Seite hat sie bereits eine neue Perspektive. Sie hat das Ziel, Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenslage wie sie befinden, bei ihrer Trauer zu begleiten (Pos. 17). Ihren Plan für die Zukunft konnte sie noch nicht in Angriff nehmen, da sie noch mit dem Ankommen in der neuen Wohnung beschäftigt ist. Ihr Bedürfnis nach Nähe, Intimität und Verständnis ist in ihrem Ziel deutlich zu erkennen. Durch die intimen Situationen der Trauernden wird sie in dieser Arbeit Menschen begegnen, denen es ebenso wie ihr ergeht. Womöglich ist sie bei ihrem Umfeld an ihre Grenzen gekommen und auf ein Unverständnis dafür gestoßen, dass sie immer noch in tiefer Trauer ist. Denn Frau Seidel berichtet davon, dass sie seit ihrer Verwitwung Freund*innen

verloren hat: „*einige sind so erschüttert gewesen und kriegen auch Angst, für ihr eigenes Leben, wenn man so über 70 ist, es könnte ihnen auch passieren, dass sie plötzlich alleine wären oder das Thema äh sich zu verkleinern oder gar das Haus zu verlassen, macht Men/ vielen Menschen Angst und sie sagen dann ich bin nicht so weit, aber möchten auch damit nichts zu tun haben. Ja, und ich habe eben doch einigen vorgelebt, etwas ähm was sie selbst nicht erleben wollen, und dann werden manche Beziehungen flüchtig*“ (Pos. 32). In diesem Zusammenhang ist der Autorin ein Widerspruch in den Aussagen von Frau Stoll aufgefallen. Einerseits sagt sie, dass sie jetzt wieder mehr geben könne: „*die Zeit ähm in der ich sehr bedürftig war die ist jetzt ja vorbei es heißt jetzt jetzt gebe ich auch wieder und nehme nicht nur*“ (Pos. 32). Andererseits betont sie, dass sie den Schock des Versterbens ihres Mannes noch verarbeiten und mit der Trauer klarkommen muss: „*ich muss mit der Trauer fertig werden mit diesem äh Schock ganz plötzlich meinen Mann verloren zu haben*“ (Pos. 59). Womöglich möchte sie die Rolle der bedürftigen Witwe aufgrund der Erwartungen von ihrem alten Umfeld an sie ablegen und hat sich deshalb neue Kontakte gesucht, die ebenfalls wie sie trauern und sich besser in sie sowie ihre neue Lebenslage hineinversetzen können.

Nichtsdestotrotz sind ihr soziales Netzwerk und ihre soziale Integration zwei ihrer großen Ressourcen, da sie einen „*großen und intensiven Freundeskreis*“ hat (Pos. 7) und „*mehr Kontakte als sie bewältigen kann*“ (Pos. 30). Besonders wichtig ist ihr ihre wöchentlich stattfindende Skatgruppe, der sie nach dem Tod ihres Mannes beigetreten ist. In der Zeit „*vergisst*“ sie all ihre Sorgen (Pos. 5). Trotz vieler Freunde und Aktivitäten außerhalb der SWA 2 ist ihr das Leben und ihre Integration in der SWA wichtig. Sie ist „*offen für neue Begegnungen und zukünftige Freundschaften*“ (Pos. 30) und engagiert sich innerhalb der SWA. Frau Seidel machte im Interview darauf aufmerksam, dass die Entfernung zwischen der SWA 1 und 2 eine Barriere für die soziale Integration und Freizeitgestaltung der Bewohner*innen der SWA 2 darstellt. Da in der SWA 1 deutlich mehr Bewohner*innen leben und mehr Veranstaltungen stattfinden, ist die Integration ihrer Meinung nach dort leichter (Pos. 36). Da sie im Vergleich zu den anderen Bewohner*innen der SWA 2 mit 73 Jahren noch „*relativ jung*“ ist, sieht sie sich in der Rolle und der Verpflichtung, sich in der SWA zu engagieren und etwas zu „*initiiieren*“ (Pos. 55). Diesem Vorhaben ist sie in den fast vier Monaten, seitdem sie in der SWA 2 lebt, bereits nachgegangen, indem sie bei einer großen Veranstaltung als freiwillige Helferin geholfen und bereits eine Spielgruppe gegründet hat. Obwohl keine Bewohner*innen der SWA 2 an der Spielgruppe Interesse hatten, hat sie es geschafft, dass die Gruppe mit jüngeren Frauen aus der Nachbarschaft zustande gekommen ist. Hierbei werden die Widerstandskraft und die Ressourcen, also das hohe Kohärenzgefühl von Frau Seidel, deutlich sichtbar. Sie machte sich auch bereits bei kleinen Problemen in dem Wohnhaus für die gesamte Hausgemeinschaft stark (Pos. 49, 51). Sie spricht von einer bereits gebildeten „*Einheit*“ (Pos. 53) unter den Bewohner*innen, die miteinander „*vernetzt*“ sind und sich gegenseitig „*helfen*“ (Pos. 34). Ihre Rolle als „*Kämpferin*“, die

für die Belange der Hausgemeinschaft einsteht und etwas bewegen will, verdeutlicht, dass Frau Seidel dabei ist, sich in ihrer neuen Lebenssituation zu festigen und bringt ihre Werte sowie Eigenschaften hervor. Die Rolle der „*Kümmernerin*“ (Pos. 20), die selbst aktiv wird, sich Unterstützung holt und nach Lösungen sucht, ist bereits in den Kapiteln 4.1.1 und 4.1.2 von bedeutender Rolle. Sie schaffte es, durch Eigeninitiative schwierige Situationen zu bewältigen. Dies zeigt ihr hohes Kohärenzgefühl und dass ihre Einstellung sowie Eigenschaften große Ressourcen sind. Ungeachtet dessen hat der Tod ihres Mannes ihr Kohärenzgefühl erschüttert und sie ist immer noch auf der Suche nach einem neuen Sinn bzw. dabei, die Sinnhaftigkeit des Todes ihres Mannes zu hinterfragen: „*Naja, muss ja einen Sinn haben irgendwas*“ (Pos. 15). Ihre Strategie, um diesen Sinn zu finden bzw. ihre Antwort auf die Frage des Sinns ist ihr geplantes Engagement, dass sie ehrenamtlich trauernden Menschen helfen möchte (Pos. 13). Da sie zusätzlich noch mit dem Ankommen im SW und Bewältigen dieses Übergangs beschäftigt ist, fehlte ihr bisher die Zeit und Kraft ihr Vorhaben umzusetzen.

4.2.4 Frau Peters: „Meine sozialen Kontakte, die muss ich jetzt erst aufbauen!“

Frau Peters befindet sich auf dem Kontinuum an dem Punkt „suchend“, was an den folgenden Ausführungen deutlich wird. Seit knapp vier Monaten lebt Frau Peters in der SWA 2. Die Auslöser für den Umzug waren ihr mentaler Gesundheitszustand und zwei Krankenhausaufenthalte. Da sie zu dem damaligen Zeitpunkt weit entfernt von ihren Kindern lebte, beschlossen sie und ihre Kinder, dass sie dichter zu ihren zwei Söhnen ziehen muss. Auf diese Weise könnten sie sich in einem Notfall um ihre Mutter kümmern (Frau Peters, Pos. 50). Kurz vor dem Umzug wurde ihr eine Altersdepression diagnostiziert und sie bekam Antidepressiva verschrieben (Pos. 109f.). Mithilfe der Medikamente „*schaffte sie ihren Umzug*“ (Pos. 110). Aktuell nimmt sie ihre „*Seelen-Pillen*“ (Pos. 110) noch ein, will diese aber zukünftig absetzen: „*ich muss von den Tabletten weg. Aber ohne die Dinger kann ich nicht einschlafen [...] ich will von dem Zeug weg. Aber das war meine Rettung wirklich*“ (Pos. 110). Ihre Sorge vor der Bewältigbarkeit ihres neuen Lebensabschnitts ohne Medikamente wird deutlich und lässt vermuten, dass ihr Kohärenzgefühl zurzeit nicht stabil genug ist für das Absetzen der Tabletten. Ihr Kohärenzgefühl ist aktuell auch durch ihren physischen Gesundheitszustand niedrig, da sie mit einer Fragilisierung und einer möglichen zukünftigen Pflegebedürftigkeit konfrontiert ist. Durch Rückenbeschwerden hat Frau Peters zurzeit öfter taube Beine und ist somit Sturz gefährdet. Darum ist der Notrufknopf, den sie nun im SW bekommt, bei einem Sturz in ihrer Wohnung für sie von Vorteil (Pos. 80). Sie ist zwar froh über den Notrufknopf, da er ihr „*Sicherheit*“ geben wird (Pos. 85), allerdings ist sie noch zu „*eitel*“, um diesen an ihrem Körper zu tragen (Pos. 81). Es fällt ihr schwer, sich an die neue Lebensführung anzupassen und den Zustand der zunehmenden Fragilisierung zu bewältigen. Einerseits ist ihr ihre Selbstständigkeit wichtig:

„ich könnte noch gar nicht vertragen, wenn mir jemand sagt ach, stellt das doch dahin oder da oder mach das so ne ne das muss ich noch selber in der Hand haben“ (Pos. 10). Andererseits merkt sie, dass sie mehr Unterstützung benötigt und sich mit ihren eigenen Grenzen auseinandersetzen muss (Pos. 8). Zudem macht sie sich Sorgen darüber, dass sie ein Pflegefall wird und sich ihre Kinder dann nicht genug um sie kümmern werden (Pos. 91). Das Zulassen und Aushalten von Bedürftigkeit sind demnach schwierig für Frau Peters und bringen ihr Kohärenzgefühl, speziell die Bewältigbarkeit, ins Schwanken.

Ein weiterer Grund für den Umzug von Frau Peters war ihr Wunsch nach einem neuen Wohnort, in dessen Umgebung sie besser passen würde. An ihrem vorherigen Wohnort, der ebenfalls in einer SWA lag, hatte sie zwar ein paar Freund*innen und Bekannte, mit denen sie regelmäßig Zeit verbrachte, aber so richtig wohl fühlte sie sich dort nicht. Für ihr neues Zuhause in der SWA 2 wünscht sie sich, wie in Kapitel 4.1.4 beschrieben, ein gemeinschaftliches Wohnen und dass sie „zufriedenstellende Kontakte“ aufbaut (Pos. 6). Ihr Wunsch nach sozialer Integration ist somit deutlich erkennbar. Ihre Zuversicht, dass sie diese Beziehungen durch ihre „kontaktfreudige“ (Pos. 6) Art auch noch erfolgreich aufbauen werde, zeigt ein starkes Kohärenzgefühl sowie ihre positive Einstellung als eine ihrer Ressourcen: „Ne das das wird hier alles also ich bin da wirklich guter Dinge“ (Pos. 39). Ihre Strategie, wie sie diese Kontakte aufbauen will, steht dem allerdings entgegen. Sie setzt auf spontane Treffen mit Nachbar*innen, initiiert aber selbst keine Verabredungen, weil sich erstmal alles „einspielen“ (Pos. 12) muss. Dies kann daran liegen, dass sie noch mit dem Umzug und Ankommen in der neuen Umgebung beschäftigt ist, aber auch mit einer gewissen Zurückhaltung ihrerseits verbunden sein kann. Denn ihr gesundheitlicher Zustand, wie in Kapitel 4.1.3 beschrieben, erschwert es ihr an Veranstaltungen teilzunehmen und auf diese Weise Beziehungen aufzubauen. Ihre Überzeugung und Angst, dass andere Menschen zu viel Rücksicht auf sie nehmen müssen und sie diese damit belastet (Pos. 18), sind eine große Barriere für ihre soziale Integration. Ebenso wie Frau Seidel belastet auch Frau Peters die Tatsache, dass die Entfernung zwischen der SWA 1 und 2 eine Barriere für ihre soziale Integration und Freizeitgestaltung darstellt. Durch ihre Mobilitätseinschränkungen kam sie bisher nicht in die SWA 1, wo sie vermutlich leichter Kontakte knüpfen könnte. Gleichzeitig lässt sie im Interview durchblicken, dass sie auf mehr Unterstützung unter den Bewohner*innen der SWA 2 (Pos. 87) und mehr gemeinsame Aktivitäten gehofft hatte (Pos. 58). Ihre Erwartungen an die anderen Bewohner*innen stehen hierbei im Widerspruch zu ihrem eigenen Verhalten, was auch durch die Aussagen, dass sie wenig Freund*innen braucht (Pos. 43) und gut allein zurechtkommt, bekräftigt wird. Ebenso wie in folgendem Zitat: „Und ja, meine Tage sind eigentlich ganz schön ausgefüllt. Manchmal ist mir auch ein bisschen langweilig na dann ruf ich da alte Bekannte mal an“ (Pos. 25). Eine mögliche Erklärung für die dargestellten Widersprüche, wie bereits in den Kapiteln 4.1.1 und 4.1.4 angedeutet, ist der Zusammenhang zwischen ihrer Verwitwung und der damit

einhergehenden Tatsache, dass sie lange Zeit als alleinerziehende, junge Mutter mit drei kleinen Kindern in einer neuen Stadt, auf sich allein gestellt sowie einsam und isoliert war (Pos. 5, 33, 43, 54, 56). Die Einsamkeit zog sich weiter durch ihr Leben, als sie zu ihrem neuen Partner in die Schweiz zog und auch dort kaum Freund*innen hatte (Pos. 43). Da Frau Peters bedingt durch ihre Lebensgeschichte sich ihr Leben lang daran angepasst hat, dass sie allein zurechtkommen musste und eventuell auch Schwierigkeiten hat, Freundschaften aufzubauen, wird es durchaus eine Herausforderung für sie sein, sich ein soziales Netzwerk in der SWA 2 aufzubauen. Zurzeit tröstet sie sich mit dem Gedanken, dass auch die anderen Bewohner*innen mehr Verständnis für sie und ihre körperlichen Einschränkungen entwickeln würden, da diese „ja auch mal älter“ werden (Pos. 76). Mithilfe dieser Strategie versucht sie ihr Kohärenzgefühl aufzubauen.

Ein weiteres Thema, das ihr Kohärenzgefühl in einen Spannungszustand versetzt und ihre Zukunftsperspektive belastet, ist die Situation mit ihrer Familie. Frau Peters beschreibt, dass sie ihre Ex-Schwiegertochter und deren Kinder in der Vergangenheit viel unterstützt hat und darüber enttäuscht ist, dass diese mittlerweile kaum noch ein Interesse an ihr zeigen: *„Es tut manchmal weh [...] aber .. man kann geben, man darf nichts erwarten“* (Pos. 59). Sie versucht die Situation zu akzeptieren, indem sie folgende Erklärung für sich findet: *„mit diesen Dingen muss man sich einfach abfinden, nä. Es es heißt ja auch, man darf keine Erwartungshaltung haben. Ich bin zwar nicht ganz der Meinung wenn man gibt und gibt, dann hat man schon automatisch so ein bisschen nä und denkt ach na ja es könnte doch mal jemand kommen oder so, aber es ist okay“* (Pos. 60). Ihre Enttäuschung über und ihr Unverständnis für das Verhalten ihrer Ex-Schwiegertochter sind in diesem Kontext erkennbar. Auch von ihren Söhnen und deren Familien fühlt sie sich im Stich gelassen (Pos. 8, 58). Sie rechnet in der Zukunft mit wenig Besuch (Pos. 76) und versucht zu verstehen, warum ihre Familie so wenig präsent ist. Auf der einen Seite hat Frau Peters das Bedürfnis gebraucht zu werden sowie eingebunden zu sein. Sie verspürt unerfüllte Hoffnungen nach der Nähe zu ihrer Familie. Als damalige *„Familienmanagerin“* (Pos. 54) hat sie viel für ihre Familie gegeben und bekommt nun wenig zurück. Auf der anderen Seite versucht sie durch Rückzug, Resignation und das Loslassen der Konflikte, die Situation für sich verstehbar sowie handhabbar zu machen, um wieder eine Sinnhaftigkeit in ihrer Zukunft zu sehen. Durch das Akzeptieren der Enttäuschung, dass sie auf bestimmte Personen in der Familie nicht bauen kann, versucht sie ein Kohärenzgefühl in der Negation herzustellen und sich selbst Sicherheit zu geben. Letztendlich wird sichtbar, dass sie auf allen Ebenen mit dem Übergang ins SW ringt.

4.3 Vergleich

Nach der Vorstellung der vier Typen in Kapitel 4.2, erfolgt der Vergleich dieser in tabellarischer Form und eine anschließende Erläuterung. Zudem wird auf die Gemeinsamkeiten und Unterschiede der Typen eingegangen. In der nachstehenden Tabelle 6 sind die Bewältigungsstrategien der Frauen und die wichtigsten Merkmale ihrer Typen zusammengefasst:

Tabelle 6: Übersicht der Typen und ihrer Merkmale

	Frau Beck	Frau Peters	Frau Seidel	Frau Stoll
Typ	Konsolidiert	Suchend	Zwischen suchend und konsolidiert	Zwischen suchend und konsolidiert, näher an konsolidiert
Beschreibung	Vorzeigebewohnerin	Familienmanagerin	Kümmererin	Diakonissin
Übergang ins SW	Angekommen	Ringt mit dem Übergang	Benötigt noch Zeit zum Ankommen	Angekommen
Herausforderung	Kämpft mit Krankheit	Kämpft mit Krankheit und Isolation, enttäuscht von ihrer Familie	Ringt mit Verwitwung, befindet sich im Wandel, muss sich neu finden	Schwankt zwischen Nähe und Distanz
Strategie	Familiäre Konflikte losgelassen, stellt sich selbst an erste Stelle	Versucht Erklärungen für sich zu finden und sich selbst genug zu sein, hofft auf soziale Integration mit der Zeit	Sucht sich Verbündete/andere Witwen, geht aktiv gegen ihre Einsamkeit vor	Auf ihre Rolle und Funktion als Diakonissin konzentriert
Sinnfindung/ Zukunftsperspektive	„Ich hau so viel ab, wie ich kann!“	„Meine sozialen Kontakte, die muss ich jetzt erst aufbauen!“	„Ich habe das Ziel trauernden Menschen zu helfen!“	„Ich habe noch was zu erfüllen!“

Frau Beck repräsentiert den ersten Typen „konsolidiert“, da sie dreizehn Jahre nach dem Übergang ins SW in ihrer Lebenssituation stabilisiert ist. Mithilfe ihrer dort gefundenen Freund*innen hat sie den Übergang nach ihrer Verwitwung und ins SW gemeistert. Sie identifiziert sich mit dem Konzept der SWA und ist dort als die Vorzeigebewohnerin bestmöglich integriert. Frau Beck hat sich vor Ort ein Leben und eine Perspektive für ihre Zukunft aufgebaut, indem sie neue Freund*innen gefunden hat, die Angebote dort nutzt und sich innerhalb der SWA engagiert. Sie konzentriert sich in vollen Zügen auf sich und ihr Wohlbefinden und schöpft all ihre Möglichkeiten aus, solange es gesundheitlich noch geht. Indem sie sich auf das Hier und Jetzt

konzentriert, hat sie eine Bewältigungsform für ihre Krankheit gefunden und konnte schlechte Erfahrungen, wie familiäre Konflikte, loslassen. Gelungen ist ihr das aufgrund ihres hohen Kohärenzgefühls, ihrer vielen (Widerstands-)Ressourcen wie z. B. ihre Einstellung (Generation Steckerübe), und der in Kapitel 4.2.1 vielen bereits genannten Strategien zur Bewältigung von Problemen. Somit hat Frau Beck einen Sinn für ihre Gegenwart und Zukunft nach dem Übergang ins SW gefunden. Ob ihr Plan für die Zeit einer möglichen Pflegebedürftigkeit aufgehen und ihr Kohärenzgefühl diesen Zustand aushalten wird, bleibt offen.

Der zweite Typ „suchend“ wird von Frau Peters verkörpert. Im Vergleich zu Frau Beck befindet sie sich in der Suchbewegung einer neuen Zukunftsperspektive und ringt sowohl innerlich als auch äußerlich mit einem krisenhaften Übergang in die SWA 2. Frau Peters muss sich ein komplett neues, soziales Netzwerk aufbauen, was ihr aufgrund ihrer Depression und körperlichen Einschränkungen schwerfällt. Sie kämpft seit ihrem Einzug vor knapp vier Monaten mit Einsamkeit und dem Bedürfnis nach sozialer Integration, Nähe und für andere bedeutsam zu sein. Obwohl sie sich seit Beginn ihres Umzugs in der Wohnung wohlfühlt, ist sie dort noch nicht angekommen. Sie sucht nach Kontakt zu den Bewohner*innen, steht sich dabei allerdings selbst im Weg. Besonders enttäuscht ist sie von dem Verhalten ihrer Familie und fühlt sich von dieser teilweise allein gelassen. Ihr Kohärenzgefühl ist im Moment auf allen Ebenen erschüttert und sie versucht eine Veränderung zu erzielen. Ihre Hoffnung und damit ihr positiver Blick in eine bessere Zukunft ist, dass es ihr gelingt, sich nun, wo der Umzug fast geschafft ist, in der SWA 2 ein neues Leben aufzubauen.

Frau Seidel repräsentiert den dritten Typen, der sich „zwischen suchend und konsolidiert“ befindet. Ebenso wie Frau Peters ist sie erst vor knapp vier Monaten in die SWA 2 eingezogen. Dadurch ist sie noch mit dem Ankommen beschäftigt und dabei sich ein neues Zuhause zu schaffen. Im Gegensatz zu Frau Peters hatte sie allerdings bereits vor dem Umzug ein gutes soziales Netzwerk innerhalb der für sie bereits bekannten Umgebung. Der Blick von Frau Seidel auf die Hausgemeinschaft der SWA 2 ist im Vergleich zu Frau Peters optimistischer. Sie fühlt sich trotz ihrer kurzen Verweildauer dort gut vernetzt und engagiert sich für die Belange der Gemeinschaft. Bedingt durch ihre Verwitung ist ihr Netzwerk jedoch im Wandel. Sie ringt nach wie vor mit ihrer Trauer über den Tod ihres Mannes sowie ihrer Rolle als Witwe und verfolgt deswegen diverse Strategien zur Bewältigung dieses kritischen Lebensereignisses. Sie muss zwar ihr Selbstbild und ihre Rolle neu finden, hat aber bereits eine Perspektive gefunden, wie sie dies angehen will. Darum ist ihr Ziel, zukünftig ehrenamtlich trauernde Menschen zu unterstützen. In dieser Tätigkeit verhofft sie sich einen neuen Sinn, wodurch sie ihr Kohärenzgefühl wieder stabilisieren könnte.

Der vierte Typ wird von Frau Stoll repräsentiert, der sich „zwischen suchend und konsolidiert, näher an konsolidiert“ befindet. Nach dem Übergang ins SW vor sieben Jahren, befindet sie

sich stabilisiert in ihrer Lebenslage, allerdings etwas weniger gefestigt als Frau Beck (Typ 1). Dadurch, dass sie vordergründig auf ihre Rolle und Funktion der Diakonissin in der SWA 1 konzentriert ist, war ein Blick auf sie als Person schwer möglich. Eventuell versteckt sie dahinter ihre Bedürftigkeit, da sie eine Ambivalenz zwischen Nähe und Distanz in ihrer „Arbeit“ mit den anderen Bewohner*innen zeigt. Ungeachtet dessen wirkt sie in ihrer Darstellung als Diakonissin im Interview konsolidiert und scheint in dieser Rolle einen Sinn gefunden zu haben. Dazu trägt auch ihre Rolle als Oma bei, da Frau Stoll eine wichtige Ansprechperson für ihre Enkelkinder ist. Ihre zunehmende Fragilisierung und damit einhergehende Pflegbedürftigkeit hat ihr Kohärenzgefühl ins Schwanken gebracht, was sie dank ihrer positiven Einstellung und ihrer Überzeugung, dass sie noch eine Aufgabe zu erfüllen hat, bewältigen kann. Trotz ihres hohen Alters sieht sie eine Sinnhaftigkeit in ihrer Zukunft, sich weiterhin für das Gute in der Welt einzusetzen und ihre Werte weiterzugeben.

Im folgenden Kapitel werden die Ergebnisse diskutiert und es erfolgt die Schlussbetrachtung der vorliegenden Arbeit.

5. Diskussion und Schlussbetrachtung

Zunächst werden in diesem Kapitel die Ergebnisse zusammengefasst, um sie anschließend in Kapitel 5.1 im aktuellen Forschungsstand zu verorten. Danach erfolgt in Kapitel 5.2 die Reflexion der gesamten Arbeit. Abschließend wird in Kapitel 5.3 ein Fazit gezogen und es erfolgt ein kurzer Ausblick.

Frau Beck ist im Alter von 62 Jahren, nach einem langen Krankheitsverlauf ihres Mannes, verwitwet. Da ihr Mann bereits in jungen Jahren arbeitsunfähig wurde, musste sie viel arbeiten, um die Familie zu versorgen. Das Versterben ihres Mannes, war für sie das schlimmste Erlebnis, was ihr in ihrem Leben passieren konnte. Während ihres Trauerprozesses fiel sie in ein Loch und es dauerte einige Jahre, bis sie sich in ihrer Rolle als Witwe gefunden hatte. Bei dem Umzug in die SWA 1 halfen ihre Kinder ihr noch, aber seitdem haben sie kaum noch Kontakt. Die neue Umgebung in der SWA mit den zahlreichen Angeboten und ihren neu gewonnenen Freund*innen ermöglichten ihr einen neuen Lebensabschnitt. Mittlerweile lebt sie seit dreizehn Jahren dort, genießt ihre Freiheiten als alleinstehende Frau im Rentenleben und macht nur noch das, was sie möchte. Jeder Wochentag ist von ihr mit diversen Aktivitäten verplant. Dabei nehmen ihre Freund*innen aus der SWA, das Aufpassen auf ihre Urenkel und das Tanzen die meiste Zeit ein. Nebenbei engagiert sie sich auch in der SWA. Da sie durch eine Krankheit eine zunehmende Fragilisierung erlebt, nutzt sie ihre Zeit aktuell so gut wie möglich aus. Sie ist glücklich über ihr Leben mit den vielen Möglichkeiten in der SWA.

Frau Peters verwitwete bereits als junge Frau im Alter von 35 Jahren. Dadurch wurde ihr gesamtes Leben als Mutter von drei Kindern und Hausfrau auf den Kopf gestellt. Über ihren Trauerprozess erfuhr die Autorin wenig. Lediglich, dass ihre selbstständige Lebensweise, während ihr Mann noch lebte, nach seinem Tod für sie hilfreich war. Denn durch ihre Verwitwung war sie ziemlich auf sich alleingestellt. Ihre Rolle als selbstständige Witwe zog sich über zehn Jahre, bis sie für ihren neuen Partner in die Schweiz zog. Dieser verstarb ebenso unerwartet wie ihr Mann. Aufgrund der Erbsituation und des Konflikts mit seinen Kindern, musste sie abrupt umziehen und ging zurück nach Deutschland. Aus u. a. gesundheitlichen Gründen zog sie ein paar Jahre später erneut um und lebt seit ein paar Monaten in der SWA 2. Ihr Umzug war herausfordernd für sie, besonders durch ihre Depressionen. Ihre Kinder halfen ihr bei dem Umzug und teilweise beim Einrichten in der Wohnung, allerdings ist dieser Prozess noch nicht abgeschlossen. Frau Peters ist noch dabei sich in ihrer neuen Umgebung zu orientieren und anzukommen, was durch ihren gesundheitlichen Zustand immer wieder eingeschränkt wird. Der Weg zu den Veranstaltungen in der SWA 2 stellt eine Barriere für sie da. Trotzdem möchte sie in der kommenden Zeit an Ausflügen teilnehmen. Ihr gesundheitlicher Zustand stellt hier erneut eine Barriere dar. Um die anderen Bewohner*innen nicht zu belasten, unternimmt sie häufig etwas allein. Sie betont, dass sie es gewohnt ist aufgrund ihrer frühen Verwitwung allein

zu sein. Innerhalb der kleineren Hausgemeinschaft der SWA 2 hat sie bereits ein paar oberflächliche Kontakte geknüpft, allerdings ist sie diesbezüglich zurückhaltend. Da das gesamte Haus der SWA 2 erst vor ein paar Monaten bezogen wurde, müssen sich die Strukturen des Service-Wohnens noch aufbauen. Der Kontakt zu ihren Söhnen und dessen Familien ist zurzeit gering, was Frau Peters das Ankommen in der neuen Umgebung ebenfalls erschwert. Mit ein paar Bekannten von früher telefoniert sie ab und zu. Ihr Wunsch ist es sich nun ein neues soziales Netzwerk vor Ort aufzubauen.

Frau Seidel war in zweiter Ehe verheiratet und verlor, ebenso unerwartet wie Frau Peters, im Alter von siebzig Jahren ihren Ehemann. Diese Plötzlichkeit war für sie das Schlimmste. Aufgrund der Erbsituation und des Konflikts mit seinen Kindern, musste sie ähnlich wie Frau Peters, abrupt ausziehen und sich eine neue Wohnung suchen. Ihre Rolle als Witwe ist nach wie vor trauernd, da sie sich immer noch im Trauerprozess befindet und den Schock des plötzlichen Todes verarbeiten muss. Zur Bewältigung hat sie sich diverse Hilfsangebote gesucht, in denen sie auch neue Freundschaften fand. Sie befindet sich in einer kompletten Lebensumstellung und das Leben allein ist für sie eine große Herausforderung. In der Hoffnung ein sorgenloses Alter zu erleben, zog Frau Seidel ebenso wie Frau Peters, erst vor ein paar Monaten in die SWA 2 ein. Auch wenn sie sagt, dass der Umzug mittlerweile bewältigt ist, führt sie immer noch keinen, nach ihren Vorstellungen, normalen Alltag. Obwohl sich ihr Wohnstandard durch den Umzug verschlechtert hat, ist sie froh, dass sie nun einen Ort gefunden hat, wo sie sicher alt werden kann. Trotz ihrer kurzen Verweildauer in der SWA 2 hat sie bereits Kontakte geknüpft, Treffen im Quartier initiiert und macht sich für die Belange der Hausgemeinschaft stark. Außerhalb der Wohnanlage hat sie bereits ein gutes soziales Netzwerk, was sich allerdings durch ihre Verwitwung im Wandel befindet. Auch für sie stellt der Weg zur SWA 1 eine Hürde dar, um dort an Veranstaltungen teilzunehmen und neue Leute kennenzulernen. Für ihre Zukunft plant sie eine ehrenamtliche Tätigkeit zu übernehmen, im Rahmen dessen sie trauernde und einsame Menschen unterstützen möchte.

Frau Stoll verlor ihren Mann nach einem langen Krankheitsverlauf im Alter von 67 Jahren. In ihren Trauerprozess erhielt die Autorin, abgesehen von der Andeutung eines Burnouts, wenig Einblick. Nach dem Tod ihres Mannes verscrieb sie sich der Diakonie, wobei ihr Mann einen großen Einfluss auf ihre Wertevorstellungen und ihre Rolle sowohl vor als auch nach seinem Tod hatte. Sie möchte seinen Wunsch erfüllen und der Gesellschaft etwas zurückgeben. In ihrer Rolle als Witwe steht sie in den Diensten der Gemeinschaft. Erst zu einem späteren Zeitpunkt hatte sie die Möglichkeit, um ihren Mann zu trauern. Durch einen kurzfristig erforderlichen Umzug lebt sie nun seit sieben Jahren in der SWA 1. Das Ankommen in der SWA und Kennenlernen von anderen Bewohner*innen verlief unkompliziert, da die Bewohner*innen offen auf sie zugegangen sind und sich so schnell ihr Freundes-/Bekanntekreis bildete. Lediglich ihre finanzielle Lage litt unter dem Umzug. Frau Stoll fühlt sich in der Wohnanlage trotz ein

paar Schwierigkeiten sicher und geborgen. Durch ihre eingeschränkte Mobilität spielt sich ihr Alltag in der SWA 1 ab. Dort nutzt sie verschiedene Angebote. Allerdings sind ihre Erzählungen diesbezüglich vage. Der Kontakt zu den anderen Bewohner*innen ist ihr wichtig, sie sucht deren Nähe und versucht ihnen in Gesprächen zu helfen. Gleichzeitig distanziert sie sich auch von den Menschen, denen sie hilft, wenn sich diese nicht im Sinne der Gemeinschaft verhalten. Besonders wichtig ist ihr der Kontakt zu ihrer Familie. Ihre Enkelkinder besuchen sie häufig und legen Wert auf ihr Urteil. Im Alltag erhält sie Unterstützung von einem Pflegedienst.

Anhand des zuvor zusammengefassten Forschungsmaterials entwickelte die Autorin eine Typologie. Diese bildet ab, wie die Frauen nach dem Übergang ins SW ihre Zukunftsperspektiven gestalten und welche Bewältigungsstrategien sie nutzen, um in eine mehr oder weniger lange Zukunft blicken zu können. Die vier Typen bewegen sich auf einem Kontinuum von konsolidiert, d. h. stabilisiert in der eigenen Lebenssituation, bis hin zu suchend. Der erste Typ „konsolidiert“ wird von Frau Beck repräsentiert. Sie ist in ihrer Lebenssituation stabilisiert und genießt ihr Leben in vollen Zügen. Sie ist fest in die Gemeinschaft integriert und lebt aktiv im SW, wo sie sich engagiert und diverse Angebote nutzt. Ihre positive Einstellung hilft ihr mit ihrer Krankheit umzugehen und negative Erfahrungen, wie familiäre Konflikte, loszulassen. Ihr starkes Kohärenzgefühl und ihre Freund*innen unterstützen sie dabei. Frau Becks Zukunftsperspektive ist, sich auf das Hier und Jetzt zu konzentrieren und so lange wie sie noch kann aktiv zu sein, gemäß dem Motto: „Ich hau so viel ab, wie ich kann!“. Der zweite Typ „suchend“ wird von Frau Peters repräsentiert. Sie kämpft mit einem krisenhaften Übergang ins SW, ihren Krankheiten sowie Isolation und ist auf der Suche nach einer neuen Zukunftsperspektive. Aufgrund ihrer Depressionen und körperlichen Einschränkungen fällt es ihr schwer, ein neues soziales Netzwerk aufzubauen. Seit ihrem Einzug vor ein paar Monaten leidet sie unter Einsamkeit und hat das Bedürfnis nach sozialer Integration. Obwohl sie sich in ihrer Wohnung wohlfühlt, hat sie sich noch nicht vollständig eingelebt. Sie sucht Kontakt zu den anderen Bewohner*innen, steht sich dabei jedoch selbst im Weg. Von ihrer Familie fühlt sie sich allein gelassen. Aktuell versucht sie sich selbst genug zu sein und gut allein klarzukommen. Ihre Zukunftsperspektive ist die Hoffnung, sich mit der Zeit ein neues Leben und soziales Netzwerk aufzubauen, gemäß dem Motto: „Meine sozialen Kontakte, die muss ich jetzt erst aufbauen!“. Der dritte Typ befindet sich „zwischen suchend und konsolidiert“ und wird repräsentiert von Frau Seidel. Auch sie ist wie Frau Peters noch mit dem Ankommen in ihrem neuen Zuhause beschäftigt. Allerdings hatte sie bereits vor ihrem Umzug ein gutes soziales Netzwerk. Trotz ihrer kurzen Verweildauer in der SWA 2 fühlt sie sich bereits gut integriert und engagiert sich aktiv. Ihre Verwitwung ist erst knapp 2,5 Jahre her und sie kämpft noch mit der Verarbeitung des Schocks ihren Mann verloren zu haben, mit ihrer Trauer und der neuen Rolle als Witwe. Um dieses Lebensereignis zu bewältigen, verfolgt sie verschiedene Strategien und arbeitet

daran sich selbst neu zu finden. Ihr soziales Netzwerk fängt ihre Trauer teilweise auf. Seit ihrer Verwitwung wandelt es sich allerdings auch. Trotz all der Umbrüche hat sie bereits eine klare Perspektive: „Ich habe das Ziel trauernden Menschen zu helfen!“. In dieser Arbeit verhofft sie sich einen neuen Sinn zu finden. Der vierte Typ, repräsentiert von Frau Stoll, befindet sich „zwischen suchend und konsolidiert, näher an konsolidiert“. Sie befindet sich stabilisiert in ihrer Lebenssituation, allerdings etwas weniger als Typ 1 (Frau Beck). Frau Stoll konzentriert sich stark auf ihre Rolle als Diakonissin im SW, wodurch es schwerfällt, die wahre Person dahinter zu erkennen. Möglicherweise verbirgt sie hinter dieser Rolle ihre eigenen Bedürfnisse, da sie in ihrer Arbeit mit den anderen Bewohner*innen eine gewisse Ambivalenz zwischen Nähe und Distanz zeigt. Dennoch wirkt sie in ihrer Funktion gefestigt und scheint darin einen Sinn gefunden zu haben. Ihre zunehmende Fragilität und Pflegedürftigkeit haben ihr Kohärenzgefühl zwar beeinträchtigt, doch dank ihrer positiven Einstellung und dem Glauben „Ich habe noch was zu erfüllen!“, meistert sie diese Herausforderungen. Selbst im hohen Alter sieht sie Sinn darin, weiterhin für das Gute einzutreten und ihre Werte weiterzugeben, sowohl an andere Bewohner*innen als auch an ihre Enkelkinder.

5.1 Diskussion der Forschungsergebnisse

Im Folgenden sollen die Ergebnisse dieser Arbeit vor dem Hintergrund des in Kapitel 1 aufgezeigten Problemaufrisses und der in Kapitel 2 erläuterten theoretischen Zugänge reflektiert werden. Auch wenn in der Deskription und Fokusanalyse einige Informationen wie z. B. über die soziale und materielle Lage der Frauen sowie ihr Bild vom Alter(n) nicht erwähnt wurden, waren diese Kategorien durchaus Bezugspunkte für die Frauen und ebenso für die Autorin in der Analyse und Auswertung der Interviews. Die in der bestehenden Forschung beschriebenen Herausforderungen, denen sich Frauen* in unserer Gesellschaft stellen müssen, treffen größtenteils auch auf die vier interviewten Frauen zu. Die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit stützen die Erkenntnisse aus bereits durchgeführten Studien im Hinblick auf die Gestaltung von Übergängen.

Die Auffassung aus früheren Studien, dass die Auswirkungen von Übergängen sowohl positiv als auch negativ sein können, zeigte sich ebenfalls in der vorliegenden Arbeit. Die Übergänge der Frauen ins SW liefen unterschiedlich ab, was sich innerhalb der entwickelten Typologie deutlich zeigte. Die Frauen bewältigten ihren jeweiligen Übergang in das SW von gut bis krisenhaft. Wobei an dieser Stelle auch auf den Verklärungseffekt hingewiesen werden muss, „indem länger zurückliegende Ereignisse tendenziell positiver erinnert werden“ (Filipp 1981: 33; zit. n. Backes/Clemens 2013: 178). Der Umzug von Frau Beck und Frau Stoll liegt schon viele Jahre zurück und ihre Erinnerungsleistung an dieses (krisenhafte) Lebensereignis ist

möglicherweise selektiv und verzerrt. Zudem müssen sie teilweise parallel weitere Übergänge bewältigen, wie den Eintritt von Fragilität bis hin zu Pflegebedürftigkeit.

Interessant ist der Kontrast zwischen den interviewten Frauen der SWA 1 und 2. Durch die unterschiedlichen Zugangsvoraussetzungen für die zwei Service-Wohnanlagen erhielt die Autorin einen Einblick in das Leben von zwei Frauen, die ökonomisch gut gestellt sind und in das von zwei Frauen, die aufgrund ihres Einkommens als armutsgefährdet gelten. Durch verschiedene Umstände, wie ihre Berufsbiografie, sind Frau Beck und Frau Stoll von Altersarmut betroffen. Frau Beck war im Niedriglohnssektor tätig und fällt trotz ihrer Witwenrente in den Gender Pension Gap. Frau Stoll bekommt durch die Kindererziehungszeiten nur eine kleine Rente. Obwohl Frau Peters und Frau Seidel mehr Geld zur Verfügung haben und sich dadurch eine größere Wohnung leisten können, beschreibt Frau Seidel, dass es ihr durch den Tod ihres Mannes finanziell schlechter geht, da sie früher als geplant aufgehört hat zu arbeiten, keine Betriebswitwenrente bekommt und von ihrem Mann nichts geerbt hat. Demnach muss sie sich ihr Geld gut einteilen. Die ökonomische Stellung der Frauen wirkt sich auf ihre materielle, kulturelle, gesundheitliche und soziale Lage aus, z. B. welche Wohnung sie sich leisten können, wie viel Geld sie für ihre Freizeitgestaltung zur Verfügung haben und wie ihr gesundheitlicher Zustand ist. Da die SWA auf kostengünstige Angebote für ihre Bewohner*innen achtet, haben diese trotzdem die Möglichkeit zur sozialen Teilhabe. Die in der bestehenden Forschung beschriebenen Zusammenhänge zwischen ungünstigen Lebensbedingungen, wie der ökonomische Status als auch die höhere Lebenserwartung, und einem schlechteren Gesundheitszustand, treffen ebenfalls auf die Frauen zu. Die Frauen sind von psychischen Störungen wie Depressionen, chronischen Erkrankungen und Pflegebedürftigkeit im Alter betroffen.

Auch die Ergebnisse der vorgestellten Studien zur Verwitwung decken sich mit den Ergebnissen dieser Untersuchung. Die körperliche und seelische Gesundheit der Frauen litten bzw. leiden massiv unter dem Partner*innenverlust. Bei Frau Seidel wurde deutlich, wie die Umstände des Versterbens ihres Partners sowie ihre sozialen und psychischen Ressourcen langfristig die Bewältigung der Verwitwung beeinflussen. Wie in der Theorie beschrieben, fühlt sich der Tod ihres Mannes durch die Plötzlichkeit wie ein Schicksalsschlag an. Folglich hatte sie keine Zeit, sich auf ein Leben ohne ihren Partner vorbereiten zu können und muss nun neue Pläne für ihre Zukunft gestalten. Eben diese Suchbewegungen sind anhand der durchgeführten Analyse bei Frau Seidel sichtbar geworden. Die bestehende Forschung zur Verwitwung von jungen Frauen, deckt sich ebenso mit der Lebensgeschichte von Frau Peters, die bereits mit 35 Jahren verwitwete. Die in der Theorie beschriebene Herausforderung der alleinigen Versorgung ihrer Kinder, traf damals auch auf sie zu. Der Verklärungseffekt ist hierbei nochmals zu berücksichtigen, da ihre Erinnerungen an ein Ereignis, das vor fast fünfzig Jahren stattgefunden hat und die Zeit danach, verzerrt sein können. Ein weiteres Ergebnis, das sich

mit früheren Untersuchungen deckt, ist die Veränderung des Netzwerkes von Frau Seidel. Da ihr bisheriges Netzwerk gewisse Erwartungen und Vorstellungen an sie als Witwe hat, denen Frau Seidel anscheinend nicht entspricht, verändert sie ihr Umfeld und ihr soziales Netzwerk, um weiterhin Raum für ihren Trauerprozess zu haben. Des Weiteren deckt sich die bisherige theoretische Auseinandersetzung mit der Bewältigung von kritischen Lebensereignissen bezüglich ihrer Strategie „coping by helping“, also die Suche nach Anschluss und Nähe zu anderen Menschen sowie die Mobilisierung sozialer Unterstützung, um den Tod ihres Mannes zu bewältigen.

Die Veränderung der bisherigen Lebensweise bedingt durch den Eintritt von Pflegebedürftigkeit, schilderte Frau Stoll so, wie in der Theorie beschrieben. Sie benötigte damals Zeit, um die Hilfe vom Pflegedienst anzunehmen und um zu akzeptieren, dass ihre Autonomie künftig eingeschränkter sein wird. Bei Frau Peters ist zu sehen, dass die Einschränkung ihrer Aktivitäten, bedingt durch ihre gesundheitlichen Probleme, ihr emotional zu schaffen macht. Das führt dazu, dass sie sich in ihrer Wohnung zurückzieht und sich einsam fühlt. Dieses Ergebnis deckt sich mit früheren Untersuchungen.

Die Ergebnisse der vorliegenden Untersuchung stützen das Konzept der Salutogenese und damit den Zusammenhang zwischen dem Eintritt kritischer Lebensereignisse und der Beeinflussung des Kohärenzgefühls. An mehreren Stellen wurde sichtbar, wie durch ein kritisches Lebensereignis das Kohärenzgefühl der Frauen erschüttert und dadurch ihre Gesundheit maßgeblich beeinträchtigt wurde. Die Frauen ringen an vielen Stellen damit, ihre Verstehbarkeit, Handhabbarkeit sowie Sinnhaftigkeit wiederherzustellen und Spannungszustände zu bewältigen. Je nachdem welche Widerstandsressourcen sie dafür zur Verfügung haben, wirkt sich das positiv oder negativ auf ihre soziale Teilhabe und persönliche Kontrolle aus. Die zureicherliche Einstellung von Frau Beck bezüglich ihrer Krankheit bestätigt, dass ein hohes Kohärenzgefühl zu einer besseren Bewältigung von Belastungen beiträgt. Mit Blick auf die individuellen Ressourcen und Stressoren zeigte sich, wie die sozialen Lagen und Lebensgeschichten der Frauen diese beeinflussen. Diese Erkenntnis stützt auch die Feststellung, dass sich der gesamte Lebenslauf auf das Leben im Alter auswirkt.

Die dargestellten Ergebnisse weisen Parallelen und auch Abweichungen zu der Kontinuitätstheorie und Selektivitätstheorie auf. Die Frauen versuchen ihr eigenes Wohlbefinden herzustellen und sich sozial zu integrieren, indem sie innere und äußere Kontinuität herstellen. Frau Stoll schafft dies z. B., indem sie in ihrer Rolle als Diakonissin und Uroma ihrer Lebensphilosophie treu bleibt und ihre Werte an andere Menschen weitergibt. Frau Peters ist bemüht ihre inneren Strukturen mit den äußeren in Einklang zu bringen. Allerdings stehen ihre Verhaltensmuster aus der Vergangenheit dem entgegen. Ihre Rückzugsbestrebungen ermöglichen ihr

keine optimale Alterssituation, sondern verhindern eine soziale Integration. Wie in der sozio-emotionalen Selektivitätstheorie beschrieben, passen die Frauen ihre sozialen und emotionalen Prioritäten, die auf ihrer Wahrnehmung basierend verbleibenden Zeit in ihrem Leben, an. Mit zunehmendem Alter und einer kürzer wahrgenommenen Zukunft konzentrieren sie sich stärker auf ihre emotional bedeutsamen Beziehungen und Ziele, wie z. B. Frau Beck, die, solange sie noch kann, mit ihren Freundinnen Unternehmungen machen möchte. Sie wählt enge, vertrauensvolle Beziehungen aus, die ihr emotionale Zufriedenheit bieten und reduziert weniger wichtige soziale sowie konfliktbehaftete Interaktionen.

Andere wissenschaftliche Arbeiten, die vergleichbare Themenkomplexe untersuchten, hat die Autorin bisher nicht gefunden, was darauf hindeutet, dass verwitwete Frauen* und ihre Perspektiven sowie die Wohnform des Service-Wohnens mehr Beachtung in der Forschung benötigen. Mit der vorliegenden Arbeit wurden neue Erkenntnisse im Hinblick auf das Leben im SW aus der Perspektive von Bewohnerinnen gewonnen und deren Gestaltung eines neuen Lebensabschnittes im Alter. Daher hilft sie dabei die Forschungslücke in diesem Bereich zu schließen.

5.2 Reflexion

An dieser Stelle soll die vorliegende Arbeit einer kritischen Betrachtung unterzogen werden. Da die Autorin, wie bereits in Kapitel 3.3 beschrieben, vor einigen Jahren in der SWA 1 Praktikantin war, ist eine gewisse Voreingenommenheit nicht zu bestreiten. Einerseits hatte die Interviewerin dadurch vor den Interviews ein gewisses Bild der SWA, andererseits hat dies bei der Sampleauswahl und den einzelnen Interviews geholfen. Die interviewten Frauen wussten, dass die Autorin keine Fremde war und bereits Erfahrungen im Bereich SW hatte. Da die Datenerhebungen in einem institutionellen Rahmen durchgeführt wurden, welcher sich auf eine selbstständige Lebensform stützt, und damit auch die Einwilligung in eine freiwillige Teilnahme stattfand, ist kein ethischer Konflikt zu erkennen. Die Vorgehensweise der Autorin bei der Terminfindung und den Treffen an den jeweiligen Tagen für die Interviews, hätte anders gestalten werden können. Wie in Kapitel 3.3 geschildert, bestanden zwischen Frau Stoll und der Autorin Schwierigkeiten in der Kommunikation über den vereinbarten Termin. Für zukünftige Untersuchungen plant die Autorin ihre Kontaktdaten den zu interviewenden Personen schriftlich sowie vor den vereinbarten Terminen eine Terminerinnerung zukommen zu lassen. Auch bei Frau Beck wäre eine Terminerinnerung sinnvoll gewesen, da sie den ersten Termin vergaß. In dem ersten durchgeführten Interview zweifelte die Interviewerin an ihrem Leitfaden und überlegte, ob sie diesen nochmals anpassen müsste. Sie entschied sich dagegen, und stattdessen in den folgenden Interviews mehr darauf zu achten, vor der Befragung eine Aufwärmphase anzuregen, um den Interviewstart zu vereinfachen. Im Laufe des zweiten Interviews stellte sich

heraus, dass der Leitfaden funktionierte und einige narrative Erzählteile entstanden. Dadurch konnte die Interviewerin teilweise bereits beantwortete Fragen auslassen.

Das Vorgehen des Forschungsprozesses, bedingt durch den Forschungsstil der Grounded Theory, war für die Autorin herausfordernd. Der vorgegebene Forschungsablauf, wie in Kapitel 3.4 beschrieben, brachte Vor- und Nachteile mit sich. Dadurch, dass die Autorin sich parallel zum selektiven Kodieren der Interviews vertiefend in passende theoretische Konzepte und Modelle einarbeitete, führte dies immer wieder zu neuen Erkenntnissen und einem besseren Verständnis der Daten ohne vorher die Auswertung außerordentlich zu beeinflussen. Dagegen einzuwenden ist, dass der Autorin an wenigen Stellen in den Interviews theoretische Sensibilität fehlte, wie z. B. das Wissen über die Auswirkungen von Hochaltrigkeit im Falle von Frau Stoll. Besonders herausfordernd in der Analyse war das Festlegen des zugrundeliegenden Phänomens und später die verkürzte Darstellung der komplexen Analyse. Durch das Vorgehen wurde die Forschungsfrage erst im Laufe der Analyse konkretisiert und dem Forschungsprozess angepasst. Dies bietet den Vorteil, dass keine Lücken durch die aufgestellte Forschungsfrage entstanden sind.

Des Weiteren erfolgt in diesem Kapitel eine Überprüfung der Einhaltung der Gütekriterien und dem Grundprinzip der Offenheit qualitativer Forschung. Die Validität der gewählten Methodik ist gegeben, da diese an die Common-Sense-Kommunikation der Interviewten, also die Konstruktionen und Typenbildungen des Alltags anknüpft und auf dieser aufbaut. Auch wenn eine vollständige Reproduktion schwierig ist, erfolgten die Erhebung anhand teilstandardisierter qualitativer Methoden und die Auswertung anhand kodifizierter Verfahren, um die Reliabilität der Daten zu erhöhen. Die Verlässlichkeit der Daten ist durch die transparente Darstellung des gesamten Forschungsprozesses gegeben. Gleichzeitig sichern diese Formalisierung und Standardisierung auch die Objektivität der Ergebnisse, da intersubjektive Überprüfbarkeit rekonstruktiver Methoden eine gewisse Unabhängigkeit der Messergebnisse von der Autorin gewährleistet. Da qualitative Forschung nicht im statistischen Sinne, sondern exemplarisch anhand einer Typenbildung repräsentativ ist, erfüllt diese Untersuchung auch das Kriterium der Repräsentativität. Denn subjektive Sichtweisen und subjektives Verhalten sind schwer messbar. Doch erst durch die Betrachtung eines Einzelfalls und das, was er repräsentiert, entsteht ein Interesse für die Sozialwissenschaften. Das Prinzip der Offenheit qualitativer Forschung ist durch die Methode der narrativen Interviews gegeben. Die interviewten Personen wurden zwar durch den episodischen Anteil im Interview teilweise gelenkt, hatten allerdings auch genügend Raum, um die Kommunikation selbst zu strukturieren. Auf der Ebene des Verstehens wurde das Prinzip der Offenheit erfüllt, da das Vorgehen im Stil der Grounded Theory mit sich bringt, dass die interviewende Person zunächst nur mit einem Problemaufriss in die Erhebungen hineingeht. Dabei ist anzumerken, dass stets Vorannahmen sowie persönliches

und theoretisches Vorwissen bei den Interviewenden vorhanden sind. Diese dürfen wenngleich nicht maßgeblich mit in die Interviewsituation hineingetragen werden, um die Offenheit zu gewährleisten. Im Zuge dessen soll nochmals betont werden, dass es sich in der vorliegenden Arbeit um die Interpretationen der Autorin handelt und weitere Interpretationen denkbar sind. Die Autorin hat lediglich einen Einblick in das Leben der Frauen erhalten und auf Grundlage einer Momentaufnahme, die durch eine Vielzahl an Faktoren beeinflusst wurde, ein soziales Phänomen untersucht.

Die Autorin ist der Auffassung, dass die Forschung vertieft werden könnte, indem zu verschiedenen Zeitpunkten weitere Erhebungen stattfinden. Frau Seidel äußerte im Interview, dass die Fragen „*in einem halben Jahr*“ (Frau Seidel, Pos. 55) nochmal gestellt werden sollten. Die Ergebnisse zeigen deutlich, wie wichtig die Verweildauer der Frauen in der SWA für ihre Verarbeitungsprozesse ist. Da die Erhebungen mit Frau Peters und Frau Seidel erst ein paar Monate nach ihrem Einzug stattfanden, wären weitere Interviews, z. B. ein Jahr nach ihrem Umzug, interessant. Auf diese Weise könnten die Bewältigungsprozesse des Übergangs, Ziele und Wünsche der Frauen sowie die Wirksamkeit ihrer Strategien für ihre Zukunftspläne untersucht werden.

5.3 Fazit und Ausblick

Abschließend wird im Folgenden ein Fazit der vorliegenden Untersuchung gezogen und es erfolgt ein kurzer Ausblick. Die Forschungsarbeit untersuchte anhand einer qualitativen Studie die Lebenswelten von verwitweten Frauen im Alter, mit dem Ziel, die Strukturierung des Phänomens „Zukunftsperspektiven“ im SW und das Spektrum seiner Ausprägungen zu erfassen. Daher wurde folgende Forschungsfrage formuliert: „Wie gestalten verwitwete Frauen* nach dem Übergang in eine Service-Wohnanlage ihre Zukunftsperspektiven?“. Hierzu wurden in Kapitel 2 theoretische Grundlagen zu der Gestaltung von Übergängen und kritischen Lebensereignissen dargelegt sowie theoretische Zugangsformen erläutert, die bei der Datenanalyse der Forschungsergebnisse als sensibilisierende Konzepte dienten. Anschließend wurde in Kapitel 3 das Forschungsdesign der Untersuchung dargelegt. Kapitel 4 stellte in einem deskriptiven Teil, einer Fokusanalyse und einem Vergleich die Forschungsergebnisse und somit die abgeleitete, gegenstandsverankerte Typologie vor. In Kapitel 5 wurden die Ergebnisse diskutiert und die gesamte Arbeit kritisch reflektiert.

Die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit zeigen, dass die Lebenslagen von Frauen* im Alter geprägt sind von einer Vielzahl an Übergängen, wie der Eintritt in den Ruhestand, das Verstehen des Partners, das Wechseln des Wohnortes und der Eintritt von Pflegebedürftigkeit.

Bei allen vier interviewten Frauen wurde sichtbar, welche Folgen durch das kritische Lebensereignis der Verwitwung in den verschiedenen Dimensionen ihrer Lebenslagen entstanden sind. Der Partnerverlust beeinträchtigt ihre ökonomische Situation, Gesundheit, soziale Integration, Lebensziele und ihr Lebensgefühl in Bezug auf die Gegenwart und Zukunft. Die Verwitwungen haben dazu beigetragen, dass sie sich für den Umzug in eine SWA entschieden haben. Dadurch müssen sie teilweise mehrere Umbrüche gleichzeitig bewältigen, erleben fundamentale Veränderungen in ihrer Lebensführung und werden enorm in ihren Anpassungs- und Bewältigungsleistungen herausgefordert. Alle vier Frauen gehen auf unterschiedliche Weise mit diesen Herausforderungen um. Die aus den Forschungsergebnissen abgeleitete, gegenstandsverankerte Typologie besteht aus vier Typen. Diese wurden auf einem Kontinuum einsortiert, das sich von konsolidiert bis hin zu suchend bewegt. Dabei werden die Typen u. a. beeinflusst durch das Kohärenzgefühl der Frauen sowie ihre Rollen, Funktionen, Ressourcen und Lebensgeschichten. Die Bewältigung des Übergangs ins SW ist sowohl eine Frage der Zeit als auch eine der zur Verfügung stehenden individuellen Ressourcen. Der Prozess der Bewältigung beeinflusst die Gestaltung ihrer Zukunftsperspektiven maßgeblich. Ihre Zukunftsperspektiven sind geprägt von dem Eingehen von Kompromissen. Dazu zählen der Umzug aus einem Zwang heraus, der Verlust ihrer Ehemänner und Partner sowie das Bedürfnis nach Sicherheit im Alter. Zudem sind die Frauen mit einer zunehmenden Fragilisierung, der teilweise vorhandenen Pflegebedürftigkeit oder der Aussicht auf eine Pflegebedürftigkeit konfrontiert. Die Wohnform des Service-Wohnens wird von älteren Menschen bisher wenig genutzt und unterliegt einer gewissen Stigmatisierung. SW wird überwiegend als ein Ort gesehen, in dem ein Mensch sich unterbringt oder untergebracht wird und nicht als eine zu gestaltende Lebensphase. Damit treten die vier Frauen in eine Rolle als Bewohnerin einer SWA ein, für die es aktuell wenig Vorbilder gibt. Dadurch finden die Frauen keine differenzierten Rollenangebote vor und sind auf sich gestellt, ihren eigenen Weg zu finden, in dieser Lebenssituation zurecht zu kommen und sich innerhalb dieses Kontextes eine Zukunft zu erschließen.

Die Forschungsfrage kann demnach wie folgt beantwortet werden: Verwitwete Frauen gestalten ihre Zukunftsperspektiven nach dem Übergang ins SW vielfältig. Dabei ist die unterschiedliche Verweildauer der Frauen im SW ein bedeutender Bezugspunkt für die Verarbeitungsprozesse der erlebten kritischen Lebensereignisse. Die Gestaltung wird zudem beeinflusst durch ihre individuellen Lebensbedingungen, wie ihrer Lebensgeschichte, ihrem sozialen Netzwerk und ihren individuellen Ressourcen. Die Frauen nutzen den Kontext des Service-Wohnens selbstbestimmt, aktiv, kreativ und individuell, um ihrem eigenen Leben einen neuen Sinn zu geben. Nichtsdestotrotz gibt es für die Frauen auch Gegebenheiten in den Service-Wohnanlagen, die Barrieren für einen gelungenen Übergang in das SW und die Gestaltung der Zu-

kunftsperspektiven, darstellen. Das Ziel der Arbeit, die Strukturiertheit des Phänomens „Zukunftsperspektiven“ und das Spektrum seiner Ausprägungen aus Sicht der Frauen zu erfassen, ist somit gelungen. Die vier Frauen geben eine Vorstellung davon, wie die Lebenswelt von älteren Frauen aussehen kann.

Die Ergebnisse der Forschungsarbeit bedeuten im Kontext der Sozialberatung im SW, dass Sozialarbeiter*innen einen lebensweltlichen Blick auf die Bewohner*innen und ihre Angehörigen benötigen. Sie benötigen eine Vorstellung von den Themen, welche die Frauen* und ihre Familien beschäftigen und eine entsprechende Sensibilisierung für die Komplexität der Anpassungs- und Bewältigungsprozesse, die die Frauen* leisten müssen. Die Fachkräfte können bei der Bewältigung von Übergängen beratend tätig sein, im Umzugs- und Einzugsmanagement unterstützen und entsprechende Angebote im SW für die Bewohner*innen anbieten. Für die Soziale Arbeit bedeutet das zudem, eine Stereotypisierung im Alter aufzubrechen und eine Heterogenität des Alter(n)s aufzuzeigen. Sie muss sozialpolitische Forderungen stellen, um die Lebenslagen von Frauen* eines jeden Alters zu verbessern.

Die Forschungsarbeit könnte, wie bereits in der kritischen Betrachtung der Arbeit reflektiert, weitergeführt werden, indem die Frauen erneut zu einem späteren Zeitpunkt interviewt werden. Auf diese Weise könnte z. B. untersucht werden, ob sich ein Jahr nach dem Umzug die Ziele und Wünsche von Frau Peters und Frau Seidel erfüllt haben und wie wirksam ihre Strategien für die Verwirklichung ihrer Zukunftspläne waren. Zudem könnten weitere Studien ein vielfältigeres Sample auswählen, um einen bundesweiten Vergleich herstellen zu können. Die Fortführung der Forschungsthematik und dessen Ergebnisse könnten dazu beitragen, dass die Lebens- und Problemlagen, die mit der Lebensphase Alter einhergehen, verbessert werden.

Zum Ende des Jahres 2024 wird voraussichtlich der neunte Altersbericht gemeinsam mit einer Stellungnahme von der Bundesregierung dem Deutschen Bundestag vorgelegt und öffentlich zugänglich gemacht. Mit Blick auf weiterführende Forschungsarbeiten wird dieser Bericht von Interesse sein, da der Schwerpunkt des Berichts auf der Unterschiedlichkeit der Lebenssituationen und der ungleichen Verteilung von Teilhabechancen älterer Menschen liegt. Hierbei wird u. a. Intersektionalität, das Zusammenwirken mehrerer Merkmale sozialer Ungleichheit, wodurch gravierende Benachteiligungen und Diskriminierungserfahrungen entstehen können, fokussiert. Zudem werden verschiedene Aspekte der Teilhabe älterer Menschen, wie ihre ökonomische Lage, Erwerbs- und Sorgearbeit, gesellschaftliche Beteiligung, Wohn- und Lebensraum, soziale Eingebundenheit und gesundheitliche Versorgung, untersucht. Berücksichtigt werden dabei auch bestimmte Gruppen älterer Menschen, die in der Altersforschung bislang weniger Beachtung fanden, wie beispielsweise ältere Menschen mit Migrationshintergrund und ältere LSBTIQ+-Personen. Der Bericht stellt eine wichtige Entscheidungsgrundlage für die

Senior*innenpolitik des Bundes und somit auch für die Soziale Arbeit dar (vgl. Deutsches Zentrum für Altersfragen 2024; BMFSFJ 2024). Die Erkenntnisse dieser Forschungsarbeit ergänzen und vertiefen somit die Schwerpunkte des kommenden neunten Altersberichts, indem sie aufzeigen, wie verwitwete Frauen* im Service-Wohnen mit den Herausforderungen des Alter(n)s umgehen und ihre Teilhabechancen durch individuelle Zukunftsperspektiven und Bewältigungsstrategien aktiv gestalten. Zudem verdeutlichen sie, dass eine differenzierte und individualisierte Unterstützung durch die Soziale Arbeit für die Frauen* von Bedeutung ist.

Literaturverzeichnis

- Antonovsky, Aaron (1979): *Health, Stress, and Coping*. London: Jossey-Bass Publishers.
- Antonovsky, Aaron (1997): *Salutogenese zur Entmystifizierung der Gesundheit*. Tübingen: dgvt Verlag.
- Atchley, Robert C. (1989): A Continuity Theory of Normal Aging. In: *The Gerontologist*, 29 (2), 183–190.
- Backes, Gertrud/Clemens, Wolfgang (2013): *Lebensphase Alter eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Altersforschung*. 4., überarbeitete und erweiterte Auflage. Weinheim und Basel: Beltz Juventa.
- Bohnsack, Ralf (1999): *Rekonstruktive Sozialforschung Einführung in Methodologie und Praxis qualitativer Forschung*. 3., überarbeitete und erweiterte Auflage. Opladen: Leske + Budrich.
- Borchert, Lars/Rothgang, Heinz (2008): Soziale Einflüsse auf das Risiko der Pflegebedürftigkeit älterer Männer. In: Bauer, Ullrich/Büscher, Andreas (Hrsg.), *Soziale Ungleichheit und Pflege: Beiträge sozialwissenschaftlich orientierter Pflegeforschung*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 215–237.
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2017): Siebter Altenbericht. Text abrufbar unter: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/siebter-altenbericht-120148> (Zugriff am 15.09.2024).
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2024): Altersberichterstattung. Text abrufbar unter: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/ministerium/berichte-der-bundesregierung/altersberichterstattung-77138> (Zugriff am 15.09.2024).
- Bundeszentrale für politische Bildung (2021): Alleinlebende nach Geschlecht und Familienstand. Text abrufbar unter: <https://www.bpb.de/kurz-knapp/zahlen-und-fakten/soziale-situation-in-deutschland/61572/alleinlebende-nach-geschlecht-und-familienstand/> (Zugriff am 07.09.2024).
- Butterwegge, Carolin/Hansen, Dirk (2012): Altersarmut ist überwiegend weiblich. Frauen als Hauptleidtragende des Sozialabbaus. In: *Armut im Alter. Probleme und Perspektiven der sozialen Sicherung*. Frankfurt am Main: Campus Verlag, 111–129.
- Cameron, Ailsa/Lloyd, Liz/Kent, Naomi/Anderson, Pat (2004): Researching End of Life in Old Age: Ethical Challenges. In: *Researchers and Their 'Subjects'*. Policy Press, 105–118. Text abrufbar unter: <https://bristoluniversitypressdigital.com/edcollchap/book/9781847425997/ch006.xml> (Zugriff am 10.06.2024).
- Carr, Deborah/House, James S./Kessler, Ronald C./Nesse, Randolph M./Sonnega, John/Wortman, Camille (2000): Marital Quality and Psychological Adjustment to Widowhood Among Older Adults: A Longitudinal Analysis. In: *The Journals of Gerontology: Series B*, 55 (4), 197–207. Text abrufbar unter: <https://doi.org/10.1093/geronb/55.4.S197> (Zugriff am 11.07.2024).
- Carstensen, Laura L./Lang, Frieder R. (2007): Sozioemotionale Selektivität über die Lebensspanne: Grundlagen und empirische Befunde. In: Brandtstädter, Jochen/Lindenberger, Ullman (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie der Lebensspanne. Ein Lehrbuch*. Stuttgart: Kohlhammer, 389–412.
- Carstensen, Laura/Isaacowitz, Derek/Charles, Susan (1999): Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. In: *The American psychologist*, 54 (3), 165–181. Text abrufbar unter: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.3.165> (Zugriff am 09.08.2024).
- Corbin, Juliet M./Strauss, Anselm L. (1996): *Grounded theory. Grundlagen qualitativer Sozialforschung*. Weinheim: Beltz, Psychologie Verlags Union.

- Deutsches Institut für Normung e.V. (2007): Normen und Standards für Dienstleistungen. 1. Auflage. Berlin: Beuth.
- Deutsches Zentrum für Altersfragen (2024): Sachverständigenkommission übergibt ihren Bericht. Text abrufbar unter: <https://www.neunter-altersbericht.de/> (Zugriff am 15.09.2024).
- Dresing, Thorsten/Pehl, Thorsten (2018): Praxisbuch Interview, Transkription & Analyse. Anleitungen und Regelsysteme für qualitativ Forschende. 8. Auflage. Marburg: Eigenverlag. Text abrufbar unter: https://www.audiotranskription.de/wp-content/uploads/2020/11/Praxisbuch_08_01_web.pdf (Zugriff am 22.06.2024).
- Faltermaier, Toni (2023): Gesundheitspsychologie. 3., aktualisierte Auflage. Stuttgart: Kohlhammer.
- Fausser, Cornelia (2012): Lebensereignisse im Alter unter geschlechtsspezifischer Perspektive. In: Kleiner, Gabriele (Hrsg.), *Alter(n) bewegt: Perspektiven der Sozialen Arbeit auf Lebenslagen und Lebenswelten*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 79–118.
- Fey, Jonas/Wagner, Michael (2023): Das Einkommen der Hochaltrigen in Deutschland. In: Kaspar, Roman/Simonson, Julia/Tesch-Römer, Clemens/Wagner, Michael/Zank, Susanne (Hrsg.), *Hohes Alter in Deutschland, Band 8*. Berlin und Heidelberg: Springer, 41–62.
- Filipp, Sigrun-Heide (Hrsg.) (1981): *Kritische Lebensereignisse*. München: Urban und Schwarzenberg.
- Filipp, Sigrun-Heide/Aymanns, Peter (2018): *Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens*. 2., aktualisierte Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Flick, Uwe (1995): *Qualitative Forschung Theorie, Methoden, Anwendung in Psychologie und Sozialwissenschaften*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt-Taschenbuch-Verlag.
- Flick, Uwe (2011): Das Episodische Interview. In: Oelerich, Gertrud/Otto, Hans-Uwe (Hrsg.), *Empirische Forschung und Soziale Arbeit: Ein Studienbuch*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 273–280.
- Flick, Uwe (2020): Gütekriterien qualitativer Forschung. In: Mey, Günter/Mruck, Katja (Hrsg.), *Handbuch Qualitative Forschung in der Psychologie: Band 2: Designs und Verfahren*. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden, 247–263.
- Franke, Annette/Heusinger, Josefine/Konopik, Nadine/Wolter, Birgit (2017): *Kritische Lebensereignisse im Alter – Übergänge gestalten, Band 49*. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Text abrufbar unter: <https://shop.bzga.de/pdf/60640049.pdf> (Zugriff am 04.06.2024).
- Fuchs, Judith/Nowossadeck, Sonja/Nowossadeck, Enno (2022): Wohnen und Gesundheit im Alter aus epidemiologischer Sicht. In: Teti, Andrea/Nowossadeck, Enno/Fuchs, Judith/Künemund, Harald (Hrsg.), *Wohnen und Gesundheit im Alter*. Wiesbaden: Springer Fachmedien, 31–53.
- Glaser, Barney G./Strauss, Anselm L. (1971): *Status passage*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Glaser, Barney G./Strauss, Anselm L. (1998): *Grounded theory. Strategien qualitativer Forschung*. Bern: Verlag Hans Huber.
- Guedes, Joana/Melo, Sara (2019): Continuity Theory. In: Gu, Danan/Dupre, Matthew E. (Hrsg.), *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*. Cham: Springer International Publishing, 1–10. Text abrufbar unter: https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2_749-1 (Zugriff am 08.08.2024).

- Guiaux, Maurice/Van Tilburg, Theo/Broese Van Groenou, Marjolein (2007): Changes in Contact and Support Exchange in Personal Networks after Widowhood. In: *Personal Relationships*, 14 (3), 457–473. Text abrufbar unter: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1475-6811.2007.00165.x> (Zugriff am 11.07.2024).
- Helfferich, Cornelia (2011): Die Qualität qualitativer Daten. Manual für die Durchführung qualitativer Interviews. 4. Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Hollstein, Betina (2002): Soziale Netzwerke nach der Verwitwung eine Rekonstruktion der Veränderungen informeller Beziehungen. Opladen: Leske + Budrich.
- Hopf, Christel (2000): Forschungsethik und qualitative Forschung. In: Flick, Uwe/Kardorff, Ernst von/Steinke, Ines (Hrsg.), *Qualitative Forschung: ein Handbuch*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag, 589–599.
- Höpflinger, Francois (2014): Demografisch-gesellschaftliche Wandlungen und soziale Folgen. In: Becker, Stefanie/Brandenburg, Hermann (Hrsg.), *Lehrbuch Gerontologie: gerontologisches Fachwissen für Pflege- und Sozialberufe; eine interdisziplinäre Aufgabe*. 1. Auflage. Bern: Huber, 161–184.
- Höpflinger, Francois/Spahni, Stefanie/Perrig-Chiello, Pasqualina (2013): Persönliche Bilanzierung der Herausforderungen einer Verwitwung im Zeit- und Geschlechtervergleich. In: *Zeitschrift für Familienforschung*, 25 (3), 267–285. Text abrufbar unter: <https://www.ssoar.info/ssoar/handle/document/38671> (Zugriff am 12.07.2024).
- Höppner, Grit/Claus, Jale Sophie (2023): ›Doing Widowhood‹ aus der Perspektive von Fachkräften. Eine praxistheoretische Betrachtung des Partner*innenverlusts im Hinblick auf alters- und geschlechtsspezifische Konstruktionen. In: Benkel, Thorsten/Meitzler, Matthias (Hrsg.), *Jahrbuch für Tod und Gesellschaft 2023*. Beltz Verlagsgruppe, 46–68. Text abrufbar unter: http://www.content-select.com/index.php?id=bib_view&ean=9783779972778 (Zugriff am 12.07.2024).
- Huxhold, Oliver/Henning, Georg (2023): The Risks of Experiencing Severe Loneliness Across Middle and Late Adulthood. In: *The Journals of Gerontology: Series B*, 78 (10), 1668–1675. Text abrufbar unter: <https://doi.org/10.1093/geronb/gbad099> (Zugriff am 08.09.2024).
- Itzhar-Nabarro, Zohar/Smoski, Moria J. (2012): A review of theoretical and empirical perspectives on marital satisfaction and bereavement outcomes: Implications for working with older adults. In: *Clinical Gerontologist: The Journal of Aging and Mental Health*, United Kingdom: Taylor & Francis, 35 (3), 257–269. Text abrufbar unter: <https://doi.org/10.1080/07317115.2012.657604> (Zugriff am 12.07.2024).
- Kelle, Udo/Niggemann, Christiane (2002): „Weil ich doch vor zwei Jahren schon einmal verheiratet worden bin ...“ - Methodische Probleme bei der Befragung von Heimbewohnern. In: Motel-Klingebiel, Andreas/Kelle, Udo (Hrsg.), *Perspektiven der empirischen Alter(n)ssoziologie*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 99–131.
- Kempf, Claudia (2015): Service-Wohnen für Senioren. Eine empirische Untersuchung zu Dienstleistungsqualität, Customer Voluntary Performance und Preisfairness. Wiesbaden: Springer VS.
- Klott, Stefanie (2014): Theorien des Alters und des Alterns. In: Becker, Stefanie/Brandenburg, Hermann (Hrsg.), *Lehrbuch Gerontologie: gerontologisches Fachwissen für Pflege- und Sozialberufe; eine interdisziplinäre Aufgabe*. 1. Auflage. Bern: Huber, 37–74.
- Knäuper, Bärbel/Schwarz, Norbert/Park, Denise (2002): Selbstberichte im Alter. In: Motel-Klingebiel, Andreas/Kelle, Udo (Hrsg.), *Perspektiven der empirischen Alter(n)ssoziologie*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 75–98.
- Kuckartz, Udo/Dresing, Thorsten/Rädiker, Stefan/Stefer, Claus (2008): *Qualitative Evaluation der Einstieg in die Praxis*. 2., aktualisierte Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

- Künemund, Harald (2000): Pflēgetätigkeiten in der zweiten Lebenshälfte - Verbreitung und Perspektiven. In: Lebenslagen im Alter gesellschaftliche Bedingungen und Grenzen. Op-laden: Leske + Budrich, 215–229.
- Lamnek, Siegfried/Krell, Claudia (2016): Qualitative Sozialforschung mit Online-Material. 6., überarbeitete Auflage. Weinheim und Basel: Beltz.
- Löckenhoff, Corinna E./Carstensen, Laura L. (2004): Socioemotional Selectivity Theory, Aging, and Health: The Increasingly Delicate Balance Between Regulating Emotions and Making Tough Choices. In: *Journal of Personality*, John Wiley & Sons, Ltd, 72 (6), 1395–1424.
- Misoch, Sabina (2019): Qualitative Interviews. 2., erweiterte und aktualisierte Auflage. Berlin und Boston: De Gruyter Oldenbourg.
- Müller, Tanja/Skeide, Annekatrin (2018): Grounded Theory und Biographieforschung. In: Lutz, Helma/Schiebel, Martina/Tuider, Elisabeth (Hrsg.), Handbuch Biographieforschung. Wiesbaden: Springer Fachmedien, 49–61.
- Nolen-Hoeksema, Susan/Ahrens, Cheryl (2002): Age differences and similarities in the correlates of depressive symptoms. In: *Psychology and Aging*, US: American Psychological Association, 17 (1), 116–124. Text abrufbar unter: <https://doi.org/10.1037/0882-7974.17.1.116> (Zugriff am 11.07.2024).
- Oswald, Frank/Jopp, Daniela/Rott, Christoph/Wahl, Hans-Werner (2011): Is Aging in Place a Resource for or Risk to Life Satisfaction? In: *The Gerontologist*, 51 (2), 238–250. Text abrufbar unter: <https://academic.oup.com/gerontologist/article-lookup/doi/10.1093/geront/gnq096> (Zugriff am 20.07.2024).
- Pichler, Barbara (2020): Aktuelle Altersbilder – ‚junge Alte‘ und ‚alte Alte‘. In: Aner, Kirsten/Karl, Ute (Hrsg.), Handbuch Soziale Arbeit und Alter. Wiesbaden: Springer Fachmedien, 571–582.
- Prokos, Anastasia H./Keene, Jennifer Reid (2005): The Long-Term Effects of Spousal Care Giving on Survivors' Well-Being in Widowhood*. In: *Social Science Quarterly*, 86 (3), 664–682. Text abrufbar unter: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.0038-4941.2005.00323.x> (Zugriff am 11.07.2024).
- Przyborski, Aglaja/Wohlrab-Sahr, Monika (2021): Qualitative Sozialforschung ein Arbeitsbuch. 5., überarbeitete und erweiterte Auflage. Berlin und Boston: De Gruyter Oldenbourg.
- Rosenthal, Gabriele (2015): Interpretative Sozialforschung eine Einführung. 5., aktualisierte und ergänzte Auflage. Weinheim und Basel: Beltz Juventa.
- Schmitz, Alina (2021): Geschlechterunterschiede bei Depressionen im Alter Risikofaktoren und Bewältigungsressourcen im europäischen Vergleich. *Dortmunder Beiträge zur Sozialforschung*, Wiesbaden: Springer VS. Text abrufbar unter: <https://doi.org/10.1007/978-3-658-33228-0> (Zugriff am 04.08.2024).
- Schütze, Fritz (1977): Die Technik des narrativen Interviews in Interaktionsfeldstudien dargestellt an einem Projekt zur Erforschung von kommunalen Machtstrukturen. Bielefeld: Univerlag.
- Schütze, Fritz (1983): Biographieforschung und narratives Interview. In: Neue Praxis, 13 (3), 283–293. Text abrufbar unter: https://www.ssoar.info/ssoar/bitstream/handle/document/5314/ssoar-np-1983-3-schutze-biographieforschung_und_narratives_interview.pdf?sequence=1&isAllowed=y&lnkname=ssoar-np-1983-3-schutze-biographieforschung_und_narratives_interview.pdf (Zugriff am 15.06.2024).

- Sommer, Bettina/Hochgürtel, Tim (2021): Formen des Zusammenlebens. Text abrufbar unter: <https://www.bpb.de/kurz-knapp/zahlen-und-fakten/datenreport-2021/familie-lebensformen-und-kinder/329546/formen-des-zusammenlebens/> (Zugriff am 19.07.2024).
- Stadelbacher, Stephanie/Schneider, Werner (2020): Einleitung: Lebenswirklichkeiten des Alter(n)s – Vielfalt, Heterogenität, Ungleichheit. In: Lebenswirklichkeiten des Alter(n)s Vielfalt, Heterogenität, Ungleichheit. Wiesbaden: Springer VS, 1–24.
- Statistisches Bundesamt (2021): Fast 6 Millionen ältere Menschen leben allein. Text abrufbar unter: https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2021/09/PD21_N057_12411.html (Zugriff am 07.09.2024).
- Statistisches Bundesamt (2023): Anteil Alleinlebender in Deutschland deutlich über dem EU-Durchschnitt. Text abrufbar unter: https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2023/06/PD23_N040_12.html (Zugriff am 23.09.2024).
- Statistisches Bundesamt (2024a): Entwicklung der Lebenserwartung in Deutschland. Text abrufbar unter: <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Bevoelkerung/Sterbefaelle-Lebenserwartung/sterbetafel.html> (Zugriff am 07.09.2024).
- Statistisches Bundesamt (2024b): Gender Pension Gap 2023: Alterseinkünfte von Frauen 27,1 % niedriger als die von Männern. Text abrufbar unter: https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/04/PD24_N016_12_63.html (Zugriff am 06.09.2024).
- Strauss, Anselm L. (1991): Grundlagen qualitativer Sozialforschung Datenanalyse und Theoriebildung in der empirischen soziologischen Forschung. München: Wilhelm Fink Verlag.
- Stroebe, Margaret/Schut, Henk/Stroebe, Wolfgang (2007): Health Outcomes of Bereavement. In: *The Lancet*, 370 (9603), 1960–1973. Text abrufbar unter: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61816-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61816-9) (Zugriff am 07.06.2024).
- Strübing, Jörg (2021): Grounded Theory zur sozialtheoretischen und epistemologischen Fundierung eines pragmatistischen Forschungsstils. 4., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage. Wiesbaden: Springer VS.
- Tesch-Römer, Clemens (2010): Soziale Beziehungen alter Menschen. 1. Auflage. Stuttgart: Kohlhammer.
- Williamson, Gail M./Shaffer, David R. (2000): The Activity Restriction Model of Depressed Affect. In: Williamson, Gail M./Shaffer, David R./Parmelee, Patricia A. (Hrsg.), *Physical Illness and Depression in Older Adults: A Handbook of Theory, Research, and Practice*. Boston, MA: Springer US, 173–200. Text abrufbar unter: https://doi.org/10.1007/0-306-47178-7_9 (Zugriff am 14.07.2024).
- Wurm, Susanne/Engstler, Heribert/Tesch-Römer, Clemens (2009): Ruhestand und Gesundheit. Expertise für die Akademiengruppe »Altern in Deutschland« der Deutschen Akademie der Naturforscher Leopoldina und der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech). In: Kochsiek, Kurt/Kocka, Jürgen/Staudinger, Ursula (Hrsg.), *Altern und Gesundheit*, Band 105. Stuttgart: Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, 81–192.
- Zander, Michael/Heusinger, Josefine (2013): Milieuspezifische Bewältigung prekärer Lebenslagen bei Pflegebedarf im Alter: Ausgewählte Befunde aus dem Projekt NEIGHBOURHOOD. In: Vogel, Claudia/Motel-Klingebiel, Andreas (Hrsg.), *Altern im sozialen Wandel: Die Rückkehr der Altersarmut?* Wiesbaden: Springer Fachmedien, 99–112.

Anhang

Interviewleitfaden

Offener Interviewleitfaden

Forschungsfrage: **Wie unterstützt das Service-Wohnen die soziale Integration von verwitweten Frauen*?** (Hinweis: im Laufe des Forschungsprozesses verändert)

Begrüßung und kurzer Austausch

„Bevor ich gleich das Aufnahmegerät starte, haben Sie vorab noch Fragen an mich?“

Aufnahme starten!

„Ich bin Lynn Huneke und studiere Soziale Arbeit im Master an der Hochschule in Hamburg. Für meine Masterarbeit schaue ich mir die Lebenslagen von verwitweten Frauen* an. Insbesondere interessiere ich mich dafür, wie sie Ihren Alltag gestalten. Dabei kann es zum Beispiel um Ihre sozialen Kontakte, Freizeitaktivitäten sowie Wünsche und Sorgen gehen.“

Nehmen Sie sich gerne Zeit, Sie können ruhig ausführlich antworten. Wenn Sie zwischendurch eine Pause brauchen oder etwas nicht beantworten möchten, sagen Sie gerne Bescheid. Dieses Gespräch wird vertraulich behandelt und alle persönlichen Daten anonymisiert. Ich werde Ihnen zu verschiedenen Themen Fragen stellen, Sie entscheiden dabei, was sie mir erzählen möchten und was nicht. ... Gut, dann starten wir.“

Inhaltliche Aspekte	Impuls/Fragen	Nachfragen/Aufrechterhaltung
<i>Alltag</i> <i>Freizeit</i>	Erzählen Sie mir doch mal von einer normalen Woche. Wie läuft die ab, was machen Sie da?	Was machen Sie gerne in Ihrer Freizeit? Was bringt Ihnen Freude/Spaß? Was machen Sie, wenn es Ihnen mal schlecht geht?
<i>Beziehungen</i> <i>Service-Wohnen</i>	Erzählen Sie mir von den Menschen in Ihrem Leben. Wer ist Ihnen wichtig und zu wem haben Sie Kontakt?	Wie haben Sie den sozialen Kontakt erlebt? Wie war es mit Besuch?

	Wie haben sich Ihre sozialen Kontakte eventuell verändert, seitdem Sie in der SWA wohnen?	<p>Inwiefern nutzen Sie das Angebot hier in der Wohnanlage, wie z. B. Veranstaltungen?</p> <p>Was wünschen Sie sich?</p> <p>Was war bisher Ihr schönstes Erlebnis hier in der Wohnanlage?</p> <p>Berichten Sie mir von einem negativen Erlebnis hier in der Wohnanlage.</p> <p>(Wie erleben Sie die Möglichkeiten eine neue Partnerschaft zu finden?)</p>
<p><i>Unterstützung</i></p> <p><i>Verlust/Trauer</i></p> <p><i>Sorgen/Wünsche</i></p>	<p>Wie erleben Sie die Unterstützung in ihrem Alltag?</p> <p>Wie hat sich das seit dem Tod Ihres Mannes verändert?</p>	<p>Wie war die Beziehung zu Ihrem Ehepartner?</p> <p>Wie ist es Ihnen ergangen nach dem Versterben Ihres Mannes? (Wie sind Sie mit ihrer Trauer umgegangen?)</p> <p>Worüber ärgern Sie sich manchmal?</p> <p>Was wünschen Sie sich?</p> <p>Welche Sorgen begleiten Sie?</p>
<i>Gesundheit</i>	Wie steht es um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden?	<p>Welche Ereignisse hatten Einfluss auf Ihre Gesundheit?</p> <p>(Inwiefern hat sich dies verändert seit Ihrem Umzug in die Wohnanlage?)</p>
<i>Finanzen</i>	Beschreiben Sie mir bitte Ihre finanzielle Situation. Wie sieht diese aus?	Welchen Einfluss hatte das Versterben Ihres Mannes eventuell darauf?

		<p>Wie kommen Sie mit dem Geld zurecht, was Ihnen zur Verfügung steht?</p> <p>Fallen Ihnen Situationen ein, in denen Sie sich eingeschränkt fühlen?</p>
<i>Ende</i>	<p>Gibt es abschließend noch etwas, was Ihnen wichtig ist zu erzählen, worüber wir noch nicht gesprochen haben?</p> <p>Wie haben Sie das Gespräch erlebt?</p> <p>Haben Sie noch Fragen an mich?</p>	<p>(Hinweis: falls ungutes Gefühl bei der befragten Person, verweisen auf Telefonseelsorge 0800 111 0 111.)</p>

Personenbezogene Fragen:

Wie alt sind Sie? _____

Wann ist Ihr Ehemann verstorben? / Wie lange sind Sie bereits Witwe?

Seit wann leben Sie in der SWA? _____

Beruf vor der Rente und ggf. heutige Tätigkeit? _____

Kinder, ja oder nein? _____

Abschied

„Vielen Dank für das Gespräch mit Ihnen, danke für Ihr Vertrauen und, dass Sie sich für mich Zeit genommen haben.“

➔ kleines Dankeschön übergeben

Transkription Frau Beck

- 1 Interviewpartner*in: Frau Beck (Kürzel: B.)
Interviewerin: Frau Huneke (Kürzel: I.)
Ort: Wohnung von Frau Beck
Datum: 15.09.2023
Dauer: 43 Minuten
- 2 I: Dann starte ich mal die Aufnahme, ... so und dann liegt das hier. Okay, ich stelle mich noch mal vor, ich bin Lynn Huneke und studiere Soziale Arbeit im Master,
- 3 B: Ah ja.
- 4 I: Mhm genau an der Hochschule in Hamburg und für meine Abschlussarbeit schaue ich mir die Lebenslagen von verwitweten Frauen an. Dabei interessiert mich, wie du deinen Alltag gestaltest, es kann zum Beispiel um deine sozialen Kontakte gehen oder deine Freizeitaktivitäten
- 5 B: Ja mh ja.
- 6 I: Sorgen Wünsche.
- 7 B: Das ist in Ordnung Wünsche hat man immer (beide lachen)
- 8 I: Und du kannst dir gerne Zeit nehmen, um ausführlich zu antworten, und wenn du eine Pause brauchst, sag mir Bescheid, aber auch wenn du etwas nicht beantworten möchtest.
- 9 B: Ganz lieb machen wir so.
- 10 I: Okay. Das Gespräch wird vertraulich behandelt und die Daten werden anonymisiert.
- 11 B: Ist schon in Ordnung.
- 12 I: Ich werde zu verschiedenen Themen jetzt Fragen stellen und du sagst, wozu du ja
- 13 B: Wie ich das sehe.
- 14 I: Genau.
- 15 B: Das machen wir so.
- 16 I: Alles klar, dann fangen wir mal an.
- 17 B: Es geht los.
- 18 I: Erzähl mir doch gerne von einer normalen Woche, was machst du? Wie läuft
- 19 die ab?

- 20 B: Eine normale Woche ist für mich im Moment gerade wahnsinnig stressig, ich hab ganz viele Termine (beide lachen) ich habe zwei kleine Urenkel, wo ich mich im Moment zweimal die Woche drum kümmere, und ich habe hier ganz viel zu/ ich hab, ich hab immer Termine (beide lachen) die ganz normale Woche ist, also, dass ich montags sage ich fange ich mal mit an, montags habe ich einen Montag im Monat, wo ich keinen Termin habe. Das ist der Montag. Der Dienstag ist eigentlich mein freier Tag, wo ich den für mich selber gestalten kann, auch mal Hausputz machen muss. Öh ja, der Mittwoch der fängt schon mal mit Gymnastik unten an. Da haben wir unten ja den Sportraum, dann hab ich mit meiner Tanzgruppe am Mittwochnachmittag immer Kaffee trinken, und abends gehen wir eine Runde durch die Schrebergärten spazieren, damit wir gut schlafen können. Den donnerstags bin ich in Winsen fahre ich früh nach Winsen zu den kleinen Mäusen halt hin muss da aufpassen auf da und komm dann meistens donnerstags abends oder freitags früh wieder zurück, freitags ist Stress, weil um eins mein Tanzen beginnt, um drei Kaffee trinken ist, um vier Karten spielen ist bis um sieben Uhr bis 19 Uhr abends
- 21 I: Oh ha.
- 22 B: Und sonnabends muss ich dann ab und zu meine Wohnung putzen und Sonntag machen wir schon wieder mit der Großen, mit der/ ich hab eine Gruppe hier machen wir dann viele Ausfahrten, wir machen ja wenn wir einfach nur Spaziergehen irgendwo Kaffee trinken wir machen also fast jedes Wochenende irgendwas zusammen, einen Tag, das ist so mein normaler Wochenlauf im Moment.
- 23 I: Sehr viel.
- 24 B: Könnte manchmal ein bisschen ruhiger sein. So wie zum Beispiel jetzt heute morgen ... morgen habe ich unten um sieben schon unten gesessen, weil ja die Nummern ausgegeben werden für die Veranstaltungen alle (lacht), und dann habe ich da bis um halb 9 gesessen, um neun Uhr fängt sie dann an und dann bin ich um halb zehn wieder rauf und jetzt bist du da (lacht)
- 25 I: Ja (beide lachen)
- 26 B: Es sind so manche Tage, die sind dann schon hm ja!
- 27 I: Was macht dir denn am meisten Spaß von all den Aktivitäten,
- 28 die du so machst?
- 29 B: Äh, is sch/ ja eigentlich mache ich alles gerne, was ich mache, sonst mach ich's nicht, aber am meisten Spaß macht mir natürlich unten das Tanzen, wir haben ja die Tanzgruppe unten, und wenn ich mit meinen kleinen Enkelkindern zusammen bin, aber wie gesagt Lynn ich habe ähm meine vier wir sind so eine Vierergruppe, kommt jetzt mal die Fünfte gerade dazu wir wir machen so viel und wir haben/wir können wenigstens alle lachen. Wir lachen zu viel, wir haben/ weil eben halt immer viel lachen, schon mal im Café Verbot bekommen.
- 30 I: (lacht)
- 31 B: Haben sich welche da gestört/ Ja!

- 32 I: Echt?
- 33 B: Ja haben sich beschwert, sie möchten sie fühlen sich gestört, weil wir lachen. Ja das gibt es auch.
- 34 I: Oh ha.
- 35 B: Ja, aber ansonsten hm ja ich mach eigentlich, ich bin gerne noch aktiv, solange das geht, weil ich habe so eine blöde Krankheit jetzt gekriegt, wo ich denke, das kann jeden Monat schlechter werden, aber solange das geht, ich mache alles mit, was ich kann, deswegen fahr ich jetzt auch mit nach Finteln (lacht)
- 36 I: Ja .. und ähm ... was machst du denn mal wenn es dir schlecht geht?
- 37 B: Dann bleibe ich ganz alleine in meiner Wohnung. Das braucht keiner wissen (lacht) bis jetzt nicht, weil ich ja soweit noch gut fit bin sage ich mal, dass ich keine Hilfe brauche bis jetzt ne und ansonsten würde ich dann immer mich mal zurückziehen oder ich mach was mit, aber eben eingeschränkt sag ich mal so wenn man vielleicht mal nicht laufen kann, nä .. ja dann/ ist heute mal so und dann ist das so. Ich bin kein Typ der so rumjammern kann ist auch besser, die anderen wollen das gar nicht hören. Das ist so was macht man für sich alleine?
- 38 I: Du hast mir gerade von dem Kreis erzählt, in dem ihr euch regelmäßig trefft. Erzähl mir doch gerne mehr von den Menschen aus deinem Leben den/ die dir wichtig sind und ähm zu denen du Kontakt hast.
- 39 B: Das will ich dir sagen, ähm ich habe hier eine Schwester wohnen .. die wirklich sehr, sehr krank ist, aber auch viel selber Schuld hat und wirklich nur am rumjammern ist wirklich nur ich mein sie/ es geht ihr nicht gut, aber man kann nicht nur rumjammern. Dann habe ich aber meine vier Freundinnen hier, und das ist eben das, was mich dann wieder aufbaut, weil wir eben wie gesagt viel lachen können. Wir machen viel, und da habe ich zum Beispiel wir haben die, die [Name der Freundin] kennst du sicherlich auch?
- 40 I: Ja.
- 41 B: Und die kleine [Name ihrer Freundin] ist dabei und dann haben wir zwei Damen dabei, die nicht hier wohnen, aber die [Clubkarte der SWA] schon haben die kommen auch her und da ist eine eine Dame ist dabei sowas habe ich noch nicht äh das habe ich noch nicht erlebt .. die ist äh 87 jetzt also ich bin gerade nicht so dick, aber die ist die Hälfte von mir aber die Frau die kann tanzen die ist beweglich, die fährt einen heißen Mercedes du glaubst es nicht und die ist so vom Herzen wenn du die Frau siehst, die musst du mögen so was liebes so was herzliches und das passt bei uns einfach so rein weil wir sind die lustige Truppe wir reißen ja alle mit und also ich finde unsere Truppe ist einfach .. ja was Besseres hätte mir hier nicht passieren können. Und auch die andere Dame, die jetzt da darauf zugekommen ist, ist auch eine ganz herzliche leider gerade eine Krebsoperation hinter sich aber dann/ wir bauen sie schon wieder auf, das schaffen wir. Wir halten toll zusammen und es/ wenn der eine was macht, dann sag/ wir haben eine App ne (beide lachen) haben wir schon und dann wird das da reingeschrieben ich gehe zum Beispiel jetzt schreibe ich wenn ich Sonnabend Zeit habe ich gehe morgen um 14 Uhr da und da hin. Ich bin unten ab 14 Uhr am Empfang. Wer mit möchte und wer nicht schreibt kommt nicht mit und der wer mit möchte so machen wir das immer und das passt perfekt einfach alles. Die anderen beneiden

uns auch alle die würden alle ganz gerne mit, aber ist halt nicht so! Ja das ist so mal eine tolle Gruppe also ich möchte sie nicht hergeben. Ganz toll macht ganz viel Spaß. Und wir sind natürlich auch alle ähm gut ich sage mal die Gertrud wo ich sagte die, die alt 87 Jährige die wohnt jetzt nicht hier die wohnt hier drüben wo billux ist und ähm die hat/ würde so gerne hier wohnen aber sie ist leider zu alt, sie nehmen sie nicht mehr aber sie ist fitter wie viele andere hier und das verstehe ich immer nicht so nä aber die macht uns so viel Freude die Frau das ist also ach ich finde das ich genieße das einfach.

42 I: Das klingt richtig schön.

43 B: Ja und das sind auch Sachen weil wenn du so was hast dann merkst du ja gar nicht dass du im Alten/ im Altenheim darf ich auch nicht sagen (beide lachen) wenn du in der Wohnanlage bist nä das merkst du dann gar nicht, weil wir einfach ganz ganz viel machen. Wir gehen/ rufen mal eben kurz durch wir gehen in die [Straße] oder gehen wir Kaffee trinken joa dann kommen wir alle mit und dann haben wir schon wieder unseren Spaß. Das ist sehr sehr schön und wie gesagt viele andere würden es gerne mitmachen aber du kannst nicht so so eine große Gruppe machen ne.

44 I: Ja.

45 B: Das machen wir jetzt allerdings mit Maxi. Kennst du Maxi?

46 I: Nein

47 B: Die hat ist/ wohnt hier auch nicht und die hat sich jetzt voriges Jahr mit uns mit Helga und mit mir zusammengetan und wir drei suchen immer ein paar Ziele aus gucken uns das an und nehmen dann immer zehn Leute und fahren dann mit denen mal los und und zeigen denen dies und das mal gehen auch nebenbei mal essen ne. .. so ich sag mal, wir waren [Ort] wir waren [Ort] wir waren im [Ort] wir waren in [Ort] und so was alles machen wir mit denen ne. Jetzt waren wir in ähm ach wie heißt dieser Garten guck mal da kommt das Alter schon wieder in der ähm [Ort].

48 I: Ah ja.

49 B: Das war so superschön die waren so dankbar, das/ ja und das freut mich dass ich das noch machen kann.

50 I: Bist du da dann als freiwillige Helferin irgendwo?

51 B: Mach ich sowieso ich mach auch hier den Kulturschlüssel mit und ich helfe hier auch im Hause ganz viel bei Veranstaltungen Weihnachtsfeiern mach Heiligabend machen wir unten für die Leute und jetzt wenn Feste sind helfe ich mit. Doch ich mach hier viel.. gefällt mir gut ich brauch nicht weg ich bin gleich zu Hause du kannst ja auch abends nach 10 nicht mehr durch die Straßen gehen .. du musst ja. Also was hier passiert ist schon toll und wir haben ja hier halt auch viel. Du weißt ja selber hier wird ja viel gemacht nä

52 I: Ja

53 B: Und wer nicht dran teilnimmt hat selber schuld. Nä ..

- 54 I: Ja.
- 55 B: was möchtest du denn noch wissen?
- 56 I: Du hast mir auch gerade von deinen Enkelkindern erzählt die du regelmäßig
- 57 siehst
- 58 B: Das sind die Urenkel.
- 59 I: Urenkelkinder Entschuldigung, Urenkel ja
- 60 B: Ja
- 61 I: Und zu deiner Familie wie ist da so der Kontakt seitdem du vielleicht //
- 62 B: Ich sage mal ich erzähl dir das mal gerne.
- 63 I: Mhm
- 64 B: Ich habe ähm/ mein Mann ist jetzt werden wir 20 Jahre, wo der tot ist, und ähm als ich hier einzog dann da warte mal ich habe da fünf Jahre gewohnt. .. Ja, ich bin hier jetzt 13 Jahre und als ich hier dann einzog da hat mein Sohn und meine Tochter mir noch geholfen beim Umzug und meine Tochter ist seitdem nur einmal hier gewesen. Mein Sohn fängt jetzt wieder an mal zu kommen ich habe die Jahre lang gar nicht gesehen ob das mit dem Tod meines Mannes zusammenhäng/ aber .. die einfach weg ich bei meiner Tochter sage ich mal es ist der neue Partner die kommt überhaupt nicht mehr die ruft auch nicht an. Ich bin bei ihr in der Firma ein paar Mal gewesen .. Ich sag gib mir doch deine Telefonnummer dann kann ich mich/ dann meldest du dich mal. " ja, mach ich mal Mama" (mit verstellter Stimme) hat sie nie gemacht. Habe ich abgehakt. Und meine Tochter hat drei ganz süße Kinder und da hab ich .. das ist meine Familie die sind für mich so was von da ja und ich habe meiner ältesten Enkeltochter, die hat auch für mich ja schon alles/ die wenn was ist die hat alle Vollmachten die macht das dann alles für mich. Also ich hab ganz ganz tolle Enkelkinder drei Stück ja und zwei kleine Urenkel. "ist schön" (beide gleichzeitig)..
- 65 I: Und ähm wie haben sich deine sozialen Kontakte so verändert, seitdem du in der [SWA] wohnst?
- 66 B: Äh ja eigentlich du meinst jetzt äh menschlich?
- 67 I: Mhm
- 68 B: Ja, also ich habe ähm ... ich sag mal so die Alten eigentlich alle ziemlich/ .. Ich habe ganz viele Leute/ ich habe lange Jahre für den Sozialverband gearbeitet da habe ich jetzt alle Kontakte so langsam/ weil immer muss ich kommen immer muss ich kommen ich bin jetzt einfach so auf dem Wege und mach meine Kontakte jetzt alle so mehr hier als/ die anderen schieben/ ein paar Freunde hast du natürlich wo man/ ich hab natürlich eine Gruppe wo ähm/ Glinde Öjendorf und so .. wir zocken immer einmal im Monat und das/ die haben aber mit hier gar nichts zu tun ne, die kriege ich aber auch noch hier her. Zwei haben sich schon versucht so anzumelden (beide lachen) aber wir sind dann äh/ wir spielen dann immer Canasta und das ist äh ne ganz

andere Gruppe aber das was hier ist kannst du so auch nicht vergleichen was draußen war. .. Ich sag das mal so drinnen und draußen ne. Ich/ weil ich mich hier einfach zu Hause fühle und wohl fühle und das ist für mich ganz viel wert die andern kann ich besuchen, muss ich aber nicht hier leb ich aber. und das find ich ist für mich ganz viel wert und dass man hier auch äh ja du hast mürrische Leute, aber die meisten sind locker. Nä jede jeder strahlt mal irgendwo jeder hat mal ein Problem das ist alles in Ordnung und da komm ich auch mit klar, manchmal vermisst du das andere auch, aber/ ich habe mein Auto abgegeben und ohne Auto .. mhm nä (lacht) ist es auch ein neues Leben. Da musst du zwei Schritte nach hinten gehen, so .. sag mal hier in der Stadt merk ich das nicht so, aber wenn ich jetzt nach Winsen fahre ne .. ich komme nur bis zum Winsener Bahnhof und da weiter geht es dann nicht, dann müssen die mich immer mit dem Auto abholen und mit dem Auto/ und da fehlt mir mein Auto dann. Also das ist schon ein anderes Leben aber insofern also hab ich das ähm/ für mich ist das hier alles gut. Und es ist kein schmeicheln jetzt, das ist tatsächlich so. Ich fühle mich hier sau wohl ... und ähm ja was soll ich noch anderes machen? Nichts mehr. Wir gehen/ wir waren jetzt gerade zum Beispiel Mittwoch hier mit unserer Fünfergruppe .. sind wir nach Farmsen gefahren .. haben wir schön gegessen dann sind wir wieder hergefahren haben Kaffee getrunken, ist doch wunderbar, was will ich mehr? Also äh das ich sag mal so das äh Leben draußen, sage ich mal in Anführungsstrichen fehlt mir nicht so sehr, weil wir eben mit dieser kleinen Gruppe eigentlich noch sehr viel machen. ..

- 69 So früher hast du ja anders gelebt wie heute ne. Ich musste auch viel arbeiten, mein Mann war sehr früh krank, mein Mann ist äh mit 37 Jahren schon Rentner geworden, wir hatten zwei kleine Kinder, also musste [Vorname] immer arbeiten gehen ne. Und jetzt genieße ich das einfach. Ich kann das machen, was ich möchte, da musst aber es hinkommen, das geht auch nicht von 0 auf 100. Also ich war ähm 46 Jahre verheiratet und ähm das ist dann so ein Loch und ich hatte viel Glück, ich hatte einen einen so lieben Mann, dass (lacht) also bei uns gab es nie mal laute Worte, und also, es war einfach alles toll. und dann stehst du auf einmal alleine da, und das war das Schlimmste für mich im Leben, was mir so passieren konnte, so langsam hat man das dann/ ich hab viele viele Jahre gebraucht, aber dann so langsam findest du dich dann natürlich rein, aber .. es sitzt alles hier drinne (lacht) da kann dir auch keiner dabei helfen und es kommen immer wieder Momente wo man sagt oh wenn es dir schlecht geht ne, dann fehlt dir dein Partner, dein Mann meint bei mir war es ja der Mann ne, der dich einfach mal in den Arm nimmt/ er hat immer gesagt [Vorname] ich mach dir mal einen heißen Tee, ne (lacht) wenn es mir mal nicht so gut ging und das oder eben auch mal für gute Gespräche und das hast du hier natürlich auch sehr selten ne, die meisten hier zum Beispiel sag ich mal ja kommen mit ihrem Problem immer was, ist ja auch in Ordnung, das sehe ich auch so aber so manchmal so so gute ernsthafte Gespräche die vermisse ich schon aber ist halt so
- 70 I: Wie bist du denn mit deiner Trauer
- 71 umgegangen?
- 72 B: Oh frag mich nicht, das war boah ich weiß nichts, ich weiß nichts, ich weiß nur noch, dass ähm zum Beispiel wer der bei der Beisetzung .. da weiß ich ich weiß von der ganzen Trauerfeier fast nichts ich weiß nur dass wir einmal in einen Raum meine Kinder und ich in einen Raum mussten und dann hat er uns da rausgeholt und da war die Trauerfeier und dann wollte er mir auf dem Weg zur Grabstätte wollte er mir die Urne in die Hand geben, das konnte ich nicht das konnte ich nicht und das weiß ich noch aber ich weiß von der ganzen Beerdigung nichts! Dann habe ich ähm ah .. ja sag mal das war im Mai im Jun äh ne er ist im April gestorben Ende Mai war erst die

Beisetzung, 14 Tage später ist meine Schwägerin gestorben. Ich weiß (lacht) aber ich weiß nur vom Datum her aber den Ablauf kann ich dir nicht sagen, und mein kleiner Bruder war dann auch auf einmal alleine und ich ich weiß es nicht, aber er hat gesagt. Wir sind im August. Ich bin mit meinem Mann so gerne nach Bayern gefahren wir hatten da so ein tolles, so eine tolle Pension da sind wir so viele Jahre hingefahren, da ist er mit mir hingefahren. .. Ich sag [Vorname Bruder] sag ich, da war ich nicht, doch [Vorname B.] wir waren da beide, nein sagt ich [Vorname Bruder], dann sagt er [Vorname B.] du bist die ganze Strecke gefahren, ich weiß es bis heute nicht, und das sind so Dinge dass das dauert also ich habe na ja, gut zwei Jahre gebraucht um überhaupt erst mal den Kopf wieder einzuschalten also das ist schon/ ich habe äh guck mal mein Mann ist im April gestorben ..

- 73 ich habe im Sommer ich kann dir heute nicht sagen warum meine Wohnung gekündigt, ich hatte gar keine andere, ich hab die Kündigung rausgeschickt/ ich weiß es nicht .. Und äh dann hab ich das so im Schrebergarten hab ich wohl geheult, da kam der eine was ist denn los? Ich muss nächsten Monat ausziehen und ich hab gar keine Wohnung und (lachend) "dann hat der gesagt", du die Hansa hat hier bei uns eine Wohnung frei komm mit und da hat der mir ne Wohnung/ ich hab alles so kopflos gemacht und ich weiß auch/ ich weiß dass ich dann fünf Jahre da gewohnt hab und dann ja bei Frau [Mitarbeiterin der SWA 1] war, aber ich weiß von meinem Auszug auch nicht so viel. Nun gut das Meiste haben die Kinder gemacht aber ich .. weiß nicht warum man so kopflos werden kann. .. Du lebst einfach du du du lebst gar nicht du funktionierst einfach nur, also das war schon für mich das Schlimmste, das man/ als mein Mann/ und ich wusste ja immer dass er nicht so alt werden kann ne, aber das war schon/ na er ist ja immer noch 65 geworden trotzdem. Das war für mich schon/ und dann haben sich ja auch meine Kinder zurückgezogen dann fällst du in so ein Loch rein das ist also ..
- 74 I: Ja
- 75 B: Ja das war schon eine harte Zeit, aber jetzt hab ich mich (pfeift) dank meiner lieben Kollegen hier .. war schon alles sehr sehr schwierig ja muss ich sagen .. ja und deswegen genieße ich das jetzt auch mit meinen kleinen Urenkeln noch. Das ist noch mal so wie/ das kommt dann nur wie die Kinder klein waren denkst du dann selber noch mal nach über alles ne? Aber wie gesagt ähm als mein Mann ging das war/ also was schlimmeres kann dir eigentlich nicht passieren. Wenn du jetzt einen Mann hättest wo es/ ja es gibt ja auch Leute die streiten sich viel. So ich weiß meine Schwester, was hat die sich mit ihren Männern immer angeschrien ne, aber das hatte ich ja so einen ruhigen lieben Mann und dann .. mein Mann war kein gelernter Musiker, aber wir hatten alle Musikinstrumente zu Hause der hat Musik gemacht ohne Ende und das war ja bei uns im Schrebergarten war das ja dann immer high live die Leute kamen dann oh [Vorname Mann] spiel doch nochmal/ und das sind so Dinge die habe ich alle im Kopf, die schönen Zeiten. .. Ja, ich hatte eigentlich also/ insofern wenn/ es ist nur schade dass er so früh krank geworden ist ne. Mein Mann war äh ne das war Anfang der 70 er Jahre war er einer der ersten überhaupt. Kennst du Bypässe?
- 76 I: Ja
- 77 B: Ja er hat damals war er einer der ersten die Bypässe kriegten und da hieß ohh nie wieder arbeiten, nie wieder Arbeit, das hält nicht. Das müssen wir erst ausprobieren und so und da kam das erst auf, dass die Bypässe gemacht wurden. Ja, heute können sie alle wieder arbeiten gehen, aber dann haben wir zwei Jahre (unv.) müssen der kriegt/ er kriegt ja keine Rente so früh denn haben sie nach zwei Jahren mussten sie ihn dann durch diese ärztlichen Gutachten mussten sie ihm dann die Rente geben

und wenn ich dir erzähle Lynn der ist mit 203 DMark Rente angefangen. Wir hatten zwei kleine Kinder zu Hause (lacht) und wir haben ja zwei Jahre drauf warten müssen und wenn du zwei Jahre alles nur vom Spargbuch machst da weißt du dass du schnell pleite bist ne. Und da fing das Leben dann eben anders rum an, es wurde härter und hat aber auch funktioniert .. haben wir auch geschafft .. Ja ich ähm war dann auch noch ein bisschen kräftiger ich konnte ja auch noch ganz viel machen (lacht) ich habe so/ ich will dir mal eine ganz kurze Episode erzählen, ich habe dann ähm mir erst mal eine Putzstelle gesucht ne musst du/ kriegst du auch nicht/ ach nee dann habe ich erst mal bei Freunden hab ich erst mal ähm abends Pommfritz mitverkauft. Ich! esse ja gar keine Pommfritz. Ich habe nur den Gestank noch mit nach Haus gebracht. Hab ich/ damit bin ich angefangen da habe ich mir eine Putzstelle gesucht, da hatte der eine Steuerberater in der Hansastraße, der hatte eine Putzhilfe für die Büros morgens gesucht ne, da hab ich zwei Stunden bin ich dann da hingefahren, so bin ich immer angefangen, und dann hat der mich gefragt, ob ich nicht Lust hätte, das mit ein bisschen mit Büroarbeit zu machen, oh habe ich gedacht das gibt Stunden, das machst du ne, hab ich gemacht, da bin ich abends, also ich hab morgens zwei Stunden alles geputzt, dann hatte ich eine halbe Stunde Pause, hab mich wieder frisch gemacht, dann hab ich acht Stunden so Ablage und so erst mal angefangen, wie man das dann halt so als Ungelernte macht ne. Und dann bin ich abends noch zwei Stunden in die [Ort] gefahren, wo die [Ort] heute ist, kennst du?

78 I: Ja

79 B: Das war früher die Texaco und da bin ich angefangen abends noch zwei Stunden zu putzen und die Miete das musste ja alles bezahlt werden, das hab ich fünf Jahre durchgezogen und dann war Schluss, dann musste ich erst mal ein Vierteljahr zur Kur (lacht) da war ich dann also total fertig aber

80 I: Kein Wunder bei drei Jobs am Tag

81 B: Ja (lacht) aber muss ja irgendwo weitergehen. Ich sage immer so für meinen Mann war das ganz furchtbar, ne der hat viel Tränen vergossen, wenn ich (stöhnend) "ach so" und dann er stand am Fenster konnte nicht arbeiten und ich musste immer wieder los ne und dann habe ich das Glück gehabt wo ich in der Texaco abends die Putzstelle hatte, dann hat er mich gefragt, Frau [Nachname] sagt er, ich brauch eine Vorarbeiterin. (empört) "ne, sag ich in diesem riesen Haus"/. Wir machen das mal. gut, dann habe ich da die Vorarbeiterin gemacht und nach/ hatte zwei Jahre war das alles gut und dann kam mal wieder Frau [Nachname] ich sag was ist denn .. ich brauch ne Objektleiterin, (empört) "ne sag ich, das kann ich überhaupt nicht", weil ich weiß, da musst du in höhere Etage und so, ich sag da/ ich war ja so schüchtern früher, wenn du mich gekannt hättest (verlegen) "uuh" nä (lacht) ich war ja ganz schüchtern, ich sag ja später, das kann ich nicht, das geht nicht .. Ich lerne sie an ich komme mit wir machen das alles zusammen und das hat er mit mir ein Jahr lang gemacht der hat mich jeden Morgen abgeholt mittags nach Hause gebracht, nachmittags abgeholt und abends nach Haus, weil die die Reinigungsobjekte ja fast alle morgens sind (hustet) und nachmittags abends Büros nä

82 I: Ja.

83 B: ... Und dann, na ja, dann hab ich das gemacht (hustet) und das hat mir nachher so viel Spaß gemacht ich bin hier/ du kriegst ja den Firmenwagen, ich bin immer immer besser geworden (beide lachen) ja es hat mir richtig Spaß gemacht, weil du hast viel Kontakt mit Leuten .. nur wenn du in die Chefetage musstest und Beschwerden waren, das war nicht so schön aber das gibt es dann auch mit zu ne. Ja, so ist mal mein

Leben dann immer weiter gekommen bis ich in Rente gegangen bin, habe ich dann die Objektleitung gemacht für die Reinigungsfirma die hier im Hause ist (lacht). Das war schon schön.

84 I: Ja, sehr praktisch.

85 B: Ja, das nee, das hat auch vor allen Dingen Spaß gemacht, weil du ich hatte, auch einen supertollen Chef, was der für/ der hat für uns ganz viel gemacht und insofern .. war das schön. Wir hatten einen eigenen Trainer zum Tischtennis lernen und der hat eine Fußballmannschaft gehabt in der Firma das verrückt, ein toller Chef .. kriegst du heute alles nicht mehr .. die machen heute nicht mehr so viel für die Leute. Also ich hatte eine tolle Zeit, möchte ich nicht missen und das ist genau so .. Ich sag immer so ich bin dankbar, dass ich so gesund so alt geworden bin. Na also, das ist für mich also das höchste überhaupt mir geht's relativ noch gut in meinem Alter, was euch oder meine Enkelkinder irgendwann vielleicht noch erwartet, da möchte ich heute nicht drüber nachdenken, weil wir sind/ Ich sag (lacht) die lachen immer alle, ich sage immer wir sind die Steckrüben Generation, wir sind/ haben morgens mittags abends Steckrüben gekriegt, es gab halt nichts, aber .. so im Laufe der Jahre, es wurde ja immer besser die Wirtschaft alles ging immer höher immer höher. Wir haben das gelernt, aber die jungen Leute ja heute nicht mehr, wenn ich das bei meinen Enkelkindern sehe, die haben alles sehr (unv.) (gestikuliert) ne, das ist halt so. Es ist heute leicht, fragt sich nur wie lange noch?

86 I: Ja.

87 B: Und das wäre für mich furchtbar, wenn wenn das für euch junge Leute da auf einmal alles kippen würde das wär schlimm. Weißt du, ich denke mal nach oben ging es besser runter ist schwieriger .. das glaub ich schon.

88 I: ... Mhm wenn wir uns noch mal hier die Wohnanlage angucken ähm hast du ein Erlebnis bisher gehabt in deiner Zeit hier was du so sagst das war das Schönste?

89 B: Oh ... ach eigentlich also so so so ein spontanes eigentlich ähm es gibt viele Dinge, die hier schön sind äh weil sie für uns viel tun .. aber das jetzt so/ das schön/ ja schön ist eigentlich viel. Das ist diese Gemeinschaft, dass sie uns so viel anbieten hier, dass wir eigentlich ist das ganze Paket für mich hier schön. Aber so so ganz ein spezielles Riesending kann ich eigentlich nicht so sagen. .. Schön ist vieles, die ganzen Veranstaltungen die sie machen, sie sie tun viel für uns hier also wir haben alle Möglichkeiten selber hier was zu tun also eigentlich ist eigentlich so ganz was schönes fällt mir jetzt gar nichts ein

90 I: Muss ja auch nicht.

91 B: Ne hab ich eigentlich auch nicht.

92 I: Gibt es vielleicht auch was Negatives, was du dir anders wünschst oder?

93 B: Nee, eigentlich auch nicht, weil ähm naja ich komme natürlich auch sehr gut mit Menschen aus, aber wenn mal der eine oder der andere eben mürrisch ist oder meckerig ist dann ist das so dann gehe ich vorbei, aber von von von der Hausverwaltung von der Technik so würde ich einfach sagen kann ich aber nicht alleine beurteilen ich höre es von den anderen, dass unsere Sozialeseite nicht so toll ist. Ich habe jetzt bei der einen gerade gehört, die kommt immer eine morgens und abends und weist ihr

die Tabletten und zu, die sind dann teilweise mal sehr unfreundlich und das finde ich das darf nicht sein.

- 94 I: Mit Sozialdienst meinst du den Pflegedienst?
- 95 B: Den Pflegedienst ja, Entschuldigung klar, den Pflegedienst mein ich ganz klar und dann hat mir die eine gerade erzählt, da unten sitzt immer einer auf der Bank. der ist so lieb und so nett, aber jetzt baut er ganz doll ab und soll wohl neulich da im Schlüpper rumgelaufen sein und da hat die von der Pleg/ hat die eine sie angesprochen gehen Sie mal dahin, helfen Sie noch mal (harsch) "Das ist nicht meine Aufgabe" und so was geht nicht .. Also das finde ich egal, wir bezahlen dafür und das finde ich da müssen Sie für jeden zuständig sein, das ist das einzige, was mich hier so ein bisschen stört das das nicht so, dass das so, hm ne .. aber an sich äh ich hab noch keine Probleme gehabt hier das sind eben halt Dinge die man dann von anderen mal hört ne aber ich hab eben halt auch noch nichts gebraucht von dieser ganzen Sache, Gott sei Dank .. Steckrüben Generation die ist stabil (beide lachen)
- 96 I: Hast du Sorgen die dich begleiten?
- 97 B: Nein, keine mehr. Nein, ich hatte eben wie gesagt, mit den Kindern ganz viel, das hat mir ganz viele Sorgen gemacht, dass sie sich nie gemeldet haben oder so, das hab ich abgehakt, das kann ich jetzt, Also ich hab eigentlich keine Sorgen mehr, will ich auch nicht mehr, weil .. jeder Tag kann der letzte sein .. und ich schau nach vorne .. und insofern geht's mir auch gut, ne Sorgen habe ich keine. Ich komm mit meinem Geld jetzt gut hin, ich hab das alles geordert, passt jetzt alles ja schon dadurch, dass du das Auto weg hast sparst du auch wieder ein bisschen Geld und so, das passt alles ganz gut. Also ich habe keine Sorgen nein.
- 98 I: Kannst du mir deine finanzielle Situation noch ein bisschen genauer
- 99 beschreiben?
- 100 B: Ja ich bin hier als ich hier eingezogen bin .. wenn du das ähm sag ich mal bin ich mit 800 € Rente hier eingezogen und hatte ja noch fast 400 € die Witwenrente und das war ja gut, dass ich die habe und die hilft mir heute auch noch, ich hab/ bin jetzt mit meiner Rente sag ich mal, wenn dich das interessiert, bei 1300 und, und meine Witwenrente ist nie gestiegen, die ist erst vor drei Jahren/ habe ich erst das erste Mal von der Witwenrente Erhöhung gekriegt und jetzt bin ich ganz ehrlich bin ich auch nicht hingegangen um vielleicht dass ich eine Nachzahlung krieg oder so, weil dann vielleicht die Steuer nachher kommt ich weiß nicht wie hoch der Steuersatz ist und so ich bin ja jetzt von der Steuer befreit dadurch ne aber das reicht für mich total wunderbar. Alles gut wir sind/ wir haben das ja auch gelernt zu sparen, ne aber du siehst so ich hab was ich brauch, was brauche ich denn mehr? Muss ich jetzt noch wer weiß was teures mir an Klamotten kaufen? Nee, muss ich nicht mehr, kann ja morgen Schluss sein, kann aber auch noch zehn Jahre halten (lacht). Nein, also ich muss sagen ich hab gar keine Sorgen mehr, mir geht es gut hier, mir geht das finanziell/ für mich reicht das was ich habe weil ich eben auch durch nicht viel hatte durch durch die Krankheit meines Mannes, ich (gestikuliert) .. keine Sorgen nein.
- 101 I: Gibt's da Situationen, wo du dich manchmal eingeschränkt fühlst durch deine finanzielle Situation?

- 102 B: Ja das hab ich, ich habe ich habe dir doch erzählt, dass ich diese Canastagruppe habe.
- 103 I: Ja.
- 104 B: Und das sind drei reiche Mädels nä die haben Eigentumswohnungen die haben Häuser und so, und ich bin aber/ für die zählt halt das Menschliche, aber für mich ist das ähm wenn die sich dann so unterhalten, dann denke ich du passt gar nicht da rein, das das belastet mich schon dann ja aber die sind so lieb so herzlich aber da denke ich immer ja .. bei dir ist alles so schiefgelaufen du wohnst (lachend) "im [SWA 1] Haus" aber ähm manchmal ist selten, eigentlich sonst nicht das ist so der/das einzige, wo ich sag .. der eine hat ein bisschen mehr, der andere ein bisschen weniger, aber die drei können sich anders unterhalten wie ich, nä ich kann dann da nicht so mitreden, muss ich auch nicht gut .. ist so.
- 105 I: Was für Themen fallen dir da so ein worüber du/ die sich unterhalten?
- 106 B: Ne so gar nicht die die die eine, die erzählt das die sind ganz ganz locker das ist auch die sind auch nicht arrogant und gar nichts, aber die eine zum Beispiel, da bist du ja noch groß geg das ist so eine kleine die ist 1,56 ne viel mehr bist du ja auch nicht (beide lachen) aber die ist wie alt ist sie 58 jetzt ja .. die baut ganz alleine in Marokko ein Haus, ganz alleine die kurft in Marokko rum die die macht da alles und und die Arbeit hier die ja die ist auch sehr intelligent, die weiß auch was sie macht, aber die hat hier ihr Haus verkauft und hat hat sich hier eine Wohnung gekauft, jetzt hat/ das ist die, wo ich nach Heiligenhafen immer in die Ferienwohnung darf und ähm .. die andere hat in Barsbüttel ne riesen Eigentumswohnung die andere hat ein Haus und wenn sie sich denn da drüber unter/ die geben nicht an um Gottes willen, das tun sie auch nicht die sind ganz lieb, aber man fühlt sich denn so zurückgesetzt ja, aber diese kleine Maus da in Marokko die jetet mal eben immer hin und her (lacht) da gehört viel zu. Nä. Die macht jetzt schon drei Jahre einen marokkanisch Kurs also Sprachkurs dass sie sich da unterhalten kann ja das kann sie schreibt das auch schon alles (anererkennendes Geräusch und Gesicht). Wir durften ja keine Schulbildung/ ich durfte ja nicht mal eine Lehre machen. Bei uns hat ja in der/ ich sag mal in der Schulzeit meine Mutter hätte nie mal geguckt, was die Schularbeiten machen da hat sie sich gar nicht drum gekümmert überhaupt nicht. Naja ich hatte auch eine schlimme Jugend das muss ich sagen, das boah meine Schwester noch schlimmer aber wir haben ich sag mal mehr Schläge wie zu essen gekriegt. Und ich weiß nicht ob du einen Feuerhaken kennst?
- 107 I: Nee.
- 108 B: Das sind so früher gab es doch diese Herde und dann hatte man so einen langen Eise war unten einmal so und oben war der Griff und dann hat man diese ringe da alle mit rausnehmen können vom Herd um Kohle reinzulegen und damit hat sie uns immer verprügelt und meine Mutter hat uns so viel geprügelt, wir haben so viel mehr Prügel wie zu Essen gekriegt beide, und von daher bin ich heute so pff .. die hat sich auch nicht nicht um die Schule, ich hab ja vom Lehrer denn ein Angebot gekriegt, ich durfte im Blockflöten Kursus mitmachen. Ja, das war ja toll, aber dann musst du auch zu Hause lernen, aber das durfte ich nie, also bin ich da wieder rausgeflogen, weil ich nie was konnte (lacht). Dann so eine Blockflöte habe ich schon gar nicht gekriegt, das gab es ja nicht ne, haben die von der Schule den kannst du die in der Schule benutzen. .. aber ne es ist/ .. dann hat/ will ich dir mal erzählen ich weiß nicht ob dich das interessiert?

- 109 I: Klar.
- 110 B: (Unv.)/ ja dann sind wir wir sind nach der Ausbombung nach Quickborn zur Oma auf den Bauernhof. Da hat dann ähm mein Vater uns oben den Boden ausgebaut, und ich muss ungefähr drei oder vier Jahre alt gewesen sein, als mein Vater sich trennte von meiner Mutter, weil sie immer fremd gegangen ist. Kann ich auch verstehen heute. So und dann hat meine Großmutter diese Wut, weil meine Mutter so so schlimm war zu uns allen, hat sie an uns so ein bisschen ausgelassen. Weißt du, wenn du/ hast du so ein so ein langes Bauernhaus wir mussten hier runter, dann mussten wir um das Haus, da draußen war die Toilette, sie hätte uns aber auch durch den Stall hat sie nicht gemacht. All so was das sind Dinge die vergisst du einfach nicht .. aber dann sind wir/ da sind wir groß geworden und dann als ich 15 war in der neunten Klasse .. sind wir nach [Bundesland] gezogen. Da kriegte sie hier eine Wohnung hier in [Stadtteil] und dann hat sie mich tatsächlich für das letzte halbe Schuljahr noch in [Bundesland] umgeschult statt mir mal eine Fahrkarte zu kaufen für das letzte halbe Schuljahr. Du kommst vom Dorf nä ist ja anders wie ein Stadtleben und dann sag ich dir Lynn ich werde es nie vergessen, mein erster Schultag wirst du vorgestellt und ich, du weißt gar nicht, wie schüchtern ich war, kannst du dir dir heute gar nicht vorstellen und dann musste ich nach vorne kommen. Hat er mich vorgestellt und dann können wir gleich mal mit Mathe anfangen hm. Das erste werde ich nie vergessen. Das Erste, was ich da an der Tafel vor der ganzen Klasse machen sollte, war eine Quadratwurzel ziehen, (laut) "Ich kannte die nicht mal" ich hab nur noch geweint, ja oh so fing/
- 111 und dann äh/ kam ich ja aus der Schule und ich wollte so gern ins Büro (langgezogen) "jaaa" sagt meine Mutter und ich hab eine Stelle für dich und du kannst bei meiner Firma anfangen. Ich habe mit meinem Chef gesprochen ich nehm dich mit .. gesagt getan .. ich hab da auch damals überhaupt nicht drüber nachgedacht, dass du auch vielleicht mal einen Lehrvertrag haben musst nä, hab ich gar nicht und nach 14 Ta/ also ich hab 14 Tage da gearbeitet und dann bin ich abgehauen, weil dieser Chef das war so ne Korken-Fabrik und diese Korken ich weiß nicht, ob das heute noch so ist. Die wurden in so ganz riesengroße Netze geliefert. Dann sagt er zu mir Wir müssen jetzt/ Ich zeig dir jetzt mal das Lager nach 14 Tagen. (beunruhigt) "ja" zeigt er mir das Lager .. dann kommt er, fasst mich so von hinten an und schmeißt mich immer mit ihm immer gegen (laut) "Orhhh" ich (unv.) (lacht) ich hatte ja nicht viel Ahnung von Männern aber das war schon schlimm nä und da bin ich ja weggelaufen und da bin ich auch nie wieder hingegangen. Ich hab zwar Prügel gekriegt ohne Ende dafür ..
- 112 und dann hat meine .. Großmutter mir eine .. einen Arbeitsplatz in in Wands/ ne ist das Wandsbek ja in Wandsbek in einer großen Matratzen Fabrik vermacht. Da bin ich dann angefangen ja, aber da hat meine/ da haben wir (lacht) fünf Euro fünf DMark hatten wir da, hab ich von meinem ganzen Lohn gekriegt, alles andere hat meine Mutter immer gleich abgeholt, das war ja bei diesem anderen auch so hat meine Mutter alles gleich genommen, und von diesen fünf DMark .. im Monat war das .. kam drei DMark 80 das weiß ich genau die Fahrkarte. Ja du konntest aber nicht mehr ins Kino gehen davon du konntest ja nicht mal mit den andern ne Cola leisten oder vielleicht mal zum Tanzen, das kam ja Eint/ das ging ja denn, dann hab ich immer mein Fahrgeld auf den Kopf gehauen, ich wollte ja auch mal mit, dann musste ich immer von Bramfeld nach Hasselbrook morgens hin und abends zurück zu Fuß. Ja meine Mutter war ganz ganz/ Ich habe eine ganz schwere Kindheit, deswegen durfte ich auch nie, ich durfte ja nie ein Beruf lernen. Ja, warum hab ich denn mit 18 geheiratet? Ich war eigentlich froh, dass mein Mann kam damals .. ja ich war ja noch nicht volljährig. Wir waren ja mit 21 volljährig und ähm .. dann habe ich nur zu meiner Mutter gesagt weil meine Schwester ist ja ein Jahr älter und ich sag und die kriegt mit 17 ein Kind und ich

darf mit 18 nicht heiraten und dann hat sich mein Mann ein/ hat sie dann aber zugewilligt nachher und dann sind wir aber abgehauen (lacht) und das habe ich nie bereut dass ich das gemacht hab nie (lacht)

- 113 I: Ja .. was für ein Glück, dass ihr euch dann kennengelernt habt.
- 114 B: Ja ja, das war schon/ sollte so sein nä. Und wenn jeder ein bisschen/ ich sag auch mal, haben wir auch zu meinen Enkelkindern zu meinen Kindern auch gesagt wenn zwei Menschen sich zusammentun, es gibt nie zwei Menschen die hundertprozentig passen. Ich sage aber jeder muss einen Schritt vor und einen Schritt nach hinten gehen können, dann klappt das. .. Das hat so funktioniert.
- 115 I: Vielleicht noch mal zu einem andern Thema du hast mir ja erzählt, dass es dir gesundheitlich gerade nicht so gut geht, dass du mit einer Krankheit zu kämpfen hast wie steht's da so um deine Gesundheit?
- 116 B: Ja, ich also wie gesagt, ich hatte vor zwei Jahren das hatte mich sehr runtergerissen diese Lungenembolie und dann habe ich jetzt voriges Jahr leider weil kannst ja sehen, ich habe diese vielen Krampfadern nä und da habe ich immer gedacht, die tun weh. Aber die tun gar nicht so weh. Ich habe von den Füßen auf diese Polyneuropathie .. und das ist äh ich weiß nicht ob du die kennst? Nee.
- 117 I: Ne.
- 118 B: Das also du hast ja hier unten die ganzen Nervenstränge die hochgehen und die Sache muss mein Arzt hat mir das so gezeigt, die sind ja gebündelt nä und dann verteilen die sich ja oben und diese Ummantelung, die löst sich bei mir auf und das Ergebnis ist, dass diese ganzen Nerven freiliegen nachher. Das kann in einem Jahr schlecht sein, das kann aber auch fünf Jahre halten. Aber ich merke das jetzt gerade mal, weil ich kann morgens immer schon nicht mehr laufen richtig, also die Schmerzen werden schon anders, das sind nicht die Krampfadern, das sind halt also diese Nerven, die dann anfangen weh zu tun und es gibt (betont) "kein" Mittel dagegen. Also du kannst einfach mit Tabletten anfangen nä, dass du nachher irgendwie ein Rollator brauchst oder so, aber das weiß ich alles, ich hab's angenommen und dann ist es so. Also das wäre/ ist jetzt so mein Problem, dass das äh dass ich nicht mehr laufen kann (zeigt auf sich) ich nä, ich kann nicht mehr laufen, dass äh das will ich noch gar nicht denken, deswegen mach ich jetzt noch alles, was ich noch kann, hau so viel ab wie ich kann (lacht)
- 119 und dann mache ich mir das hier nach hier oben schön. Ja. Ich habe zwei Jahre meinen Laptop nicht angefasst, dann habe ich dann vielleicht Zeit dafür (lacht). Ich habe mich jetzt auch nochmal bei der Bank nochmal bei der Haspa das muss ich jetzt auch machen, weil in fünf Jahren begreife ich es nicht mehr äh nochmal äh dass man auch online geht. Nä wenn du nicht mehr raus kannst ist das nämlich eine wichtige Sache, das muss ich schon im Hinterkopf jetzt haben. Mein Problem bei dieser ganzen Sache ob das jetzt damit zusammenhängt, weiß ich noch nicht, dass ich so immer weniger Gewicht habe. Das gibt mir mehr zu denken .. aber ist halt so .. das ist ja das ist das einzige also ansonsten fühle ich mich gut. Ja. Und mit meiner Lunge wie gesagt, das kann ich alles selber steuern. Ich merke, wenn es knapp wird dann mach ich Pause, mal ein Ruhetag und dann .. nur da kannst du nichts gegen tun da wird dann der Rollator schlechten/ schlimmstenfalls nachher der Rollstuhl, wenn du es erlebst. Ich darf ja immer mein Alter auch nicht vergessen .. nä aber zehn Jahre möchte ich noch

- (beide lachen) da habe ich immer gesagt meinen 90. feier ich noch (beide lachen) das sind ja nur noch neun Jahre noch
- 120 I: Mhm ich bin mit meinen Fragen schon am Ende gibt es noch etwas worüber wir noch nicht gesprochen haben, was dir noch wichtig ist zu erzählen?
- 121 B: .. Ach ... Eigentlich haben wir glaube ich die wichtigen Sachen im Leben, was was für mich eigentlich auch schön ist jetzt das freut mich hier, dass ich hier bin, dass ich die Leute kennengelernt hab und die schlechte Vergangenheit von ganz früher hab ich eh abgehakt und das mit meinen Kindern habe ich auch abgehakt und ich denke für mich ganz selber ich mache nur noch das was ich möchte und nicht was die anderen möchten. Ich genieße einfach jeden Tag .. geht's mir gut. Ja, so muss man das machen. .. Was möchtest du denn noch wissen?
- 122 I: Ich/ wie hast du denn das Gespräch erlebt jetzt zwischen uns beiden?
- 123 B: Ganz normal, ganz normal hier am Tisch als wenn ich mit einer Freundin hier spreche, ganz ja .. wo man sagt den Menschen kannst du anvertrauen (unv.) das ist so, ich würde so was auch nicht mit jedem bereden. Nä das ist jetzt nur weil du hier bist und wenn meine beiden engsten Freundinnen, mit denen spreche ich auch über alles, aber ansonsten .. bleibt das hier (lacht).
- 124 I: Danke für dein Vertrauen [Vorname].
- 125 B: Ja das ist in Ordnung, wenn ich dir helfen kann .. Lynn, warum nicht? Ich hab doch nichts mehr zu verlieren. Nä ich kann nur noch nach vorne schauen ein paar schöne Tage haben und und ich finde dich supernett und warum soll ich dir nicht helfen? Nä wir haben einfach von Anfang an beide irgendwo hat es gepasst, auch wenn ich so alt bin nä als meine kleine Maus (beide lachen)
- 126 I: Ja da gebe ich dir recht.
- 127 B: Ja ich fand dich ich fand dich gleich so niedlich und du hast mich so an meine Kleine er/ eine Enkeltochter äh so erinnert die ist auch so, die lächelt auch immer so schön. Ich find das super.
- 128 I: Dankeschön.
- 129 B: Bleib so wie du bist, das ist ganz ganz wichtig.
- 130 I: Danke du auch [Vorname]
- 131 B: Und ich wünsche dir für deine Arbeit vor allen Dingen ganz ganz viel Erfolg und vielleicht höre ich mal, ob du alles geschafft hast, was du dir vorgenommen hast.
- 132 I: Auf jeden Fall.
- 133 B: Das machst du.
- 134 I: Ich habe auch noch ein kleines Dankeschön für dich.
- 135 B: Nein, nein, nein, nein, nein, nein, nein, nein.

136 I: Doch weil du mir deine Zeit und dein Vertrauen schenkst.

137 B: Das ist also wir beide kennen uns und und och.

138 I: Nur eine kleine süße Sache. Ich hoffe die magst du.

139 B: Ganz was gesundes (beide lachen) ich danke dir ich nehme sie gerne an vielen, vielen Dank oh das ist aber süß verpackt noch.

140 I: Dann stopp ich mal die Auf/.

Transkription Frau Peters

- 1 Interviewpartner*in: Frau Peters (Kürzel: P.)
Interviewerin: Frau Huneke (Kürzel: I.)
Ort: Wohnung von Frau Peters
Datum: 02.09.2023
Dauer: 77 Minuten
- 2 I: Gut dann läuft die Aufnahme jetzt .. okay dann stelle ich mich noch mal vor offiziell ich bin Lynn Huneke und studiere ähm Soziale Arbeit im Master an der Hochschule in Hamburg und für meine Masterarbeit schaue ich mir die Lebenslagen von verwitweten Frauen an, insbesondere interessiere ich mich dafür wie sie ihren Alltag gestalten. Dabei kann es zum Beispiel um ihre Freizeitaktivitäten gehen, um ihre sozialen Kontakte, Wünsche und Sorgen. Genau nehmen sie sich gerne Zeit. Sie können ruhig ausführlich antworten und wenn Sie zwischendurch eine Pause brauchen, sagen Sie mir Bescheid ähm oder wenn Sie auch etwas nicht beantworten möchten ist das völlig in Ordnung und das Gespräch wird vertraulich behandelt. Alle Daten werden anonymisiert und ich werde ihnen zu verschiedenen Themen Fragen stellen und sie entscheiden dabei was Sie erzählen möchten. Okay dann starten wir.
- 3 P: Ja.
- 4 I: Erzählen Sie mir doch mal von einer normalen Woche, wie läuft die ab und was machen sie da?
- 5 P: Es ist ja so, dass ich etwa 400 Kilometer südlich komme und hier keine sozialen Kontakte habe außer meinen Sohn mit seiner Familie und mein anderer Sohn in Glücksburg und meine Tochter bei Zürich in der Schweiz weit weg. Meine sozialen Kontakte beschränken sich eigentlich hier aufs Haus zurzeit und ich hoffe dass da mehr Gemeinschaft kommt. Deshalb habe ich mich ja auch zu diesem System gemeinschaftliches Wohnen entschlossen und ich find's schön, dass wir auch mit jungen Familien zusammenwohnen. Denn wenn man sich im Lift oder im Treppenhaus begegnet man grüßt sich freundlich, man wechselt bei un/ ein paar Worte zum Beispiel ist/ sind ist jetzt ein Pärchen äh sind Zwilling's Eltern geworden da hab ich den jungen Mann unten im Treppenhaus also vorm Haus getroffen. Der hat mir ausführlich erzählt von seinen Zwillingen. Und äh das unterscheidet sich auch an mehr Familienhäusern, in denen man eben anonym lebt. Also man/ ich bekomme auch Hilfe angeboten von den Nachbarn, wenn sie mal Hilfe brauchen auch von diesem jungen Mann habe ich auch schon in Anspruch genommen, als Sturm gemeldet wurde und mein Sonnenschirm musste rein, der inzwischen so schwer zur handhaben ist. Ich / habe Angst er fällt runter, ich hab den im/ draußen angesprochen, ja natürlich mach ich doch, wenn sie wieder was haben und so weiter. Aber bis/ aber ich sehe zu, dass ich noch viel/ vieles alleine machen kann. Ja, also meine sozialen Kontakte, die muss ich jetzt erst aufbauen und ähm ..
- 6 es ist schade, dass für (Betonung) "mich" die [SWA 1] äh doch immerhin meine Nachbarin sagt, sie läuft ne halbe Stunde hin, das ist für mich, also ein bisschen zu weit. Da kann ich gar nicht viel teilnehmen und ich weiß auch gar nicht, wie man mit dem Bus hinkommt, muss ich gestehen, ob nun überhaupt und äh eine andere Nachbarin unter mir die hat von [Stadtteil] ich weiß jetzt nicht also da gibt es so ein so ein Haus grüne Haus oder wie es heißt, mit Programm und da komm ich mit dem Bus hin, und da werde ich mich orientieren jetzt in dem September Programm auch die Fahrten mit [SWA] möchte ich mitmachen, aber es geht nicht immer gesundheitlich eigentlich nur halbe Tage. Aber das ist alles bei mir am Aufbau, weil ich nirgends mehr anknüpfen

kann. Ich bin .. ich hab von 77 bis 85 in gewohnt und dann 32 Jahre in der Schweiz, also ich bin .. ja 85 von [Bundesland] weggezogen und bin 23 wiedergekommen und all die äh Freundschaften, die auch nicht so eng waren, weil ich ja mit den Kindern allein war, aber zu dem Thema komm/ hab ich noch was zu sagen. Äh ja, meine Schwager, also Familie, die Brüder meines Mannes und Schwägerin, die sind verstorben, auch in meinem Alter, ich bin die Letzte, so sind diese Kontakte schon mal weg .. und ich musste jetzt was aufbauen. Gott sei Dank, glaube ich, bin ich doch noch dazu in der Lage, ich bin kontaktfreudig, ich bin auch in für/ mich nicht sehr loben, aber ich bin noch interessiert am Tagesgeschehen. Und diesem und jenen auch kulturell und wenn die Gesundheit mitspielt dann werde ich, denke ich dass ich noch .. zufriedenstellende Kontakte bekomme. Aber wie gesagt und dann haben wir ja alle auch noch mit dem Einziehen zu tun. Nä es ist noch nicht abgeschlossen, weil es sieht schon fertig aus, aber ich habe noch eine Rumpelkammer und der Keller muss auch noch aufgearbeitet werden.

- 7 I: Ja so ein Umzug macht ja auch viel Arbeit.
- 8 P: Ja und ich muss/ ja ich hab also meine Kinder haben mir ganz toll geholfen, von meinem Wohnort nach zu kommen, haben alles organisiert und haben mir fleißig geholfen aber für mich war auch noch viel Arbeit, aber hier in [Bundesland] da ist nur meine Tochter eine Woche dagewesen und die Söhne ja die haben sich in vornehmer Zurückhaltung geübt. Die begreifen glaub ich gar nicht, dass die Mutter nicht mehr so selbständig ist und so .. ja tatkräftig eben einräumen kann und dies und das, aber ich hab's geschafft jeden Tag ein bisschen zwischendurch wieder hinlegen und .. ja.
- 9 I: Sie haben ja/
- 10 P: Ich wollte noch sagen diese Selbständigkeit finde ich auch schön, ich könnte noch gar nicht vertragen, wenn mir jemand sagt ach, stellt das doch dahin oder da oder mach das so ne ne das muss ich noch selber in der Hand haben.
- 11 I: Ja .. Sie haben gerade erzählt, dass Sie hier im Haus auch schon ein paar andere kennengelernt haben. Mit wem treffen Sie sich denn?
- 12 P: Na es sind jetzt wir treffen uns jetzt nicht zu zweit oder so, wir gehen Sonntagmorgen alle 14 Tage das wird Frau [Seidel] Ihnen auch erzählt haben zum See, das sind so anderthalb Stunden .. Ich habe jetzt schon Probleme .. und äh ja, wenn man sich so trifft, dann haben wir alle .. vier Wochen ja diese Zusammenkunft donnerstags da hat man noch mal eine neue Abendveranstaltung ich besuch diese Sachen auch alle da sind wenig gekommen, war eigentlich nur der harte Kern von hier da, (unv.) wir haben äh Programme gemacht und das läuft eben alles, das braucht wirklich seine Zeit. Aber wen war ich so? Wenn dann ist was spontan, ach willst du ne Tasse Tee trinken oder grade ich so, aber ich würde jetzt nicht äh an der Tür klingeln und sagen hallo ich bin da hast du Zeit? Das muss sich alles erst mal einspielen. Aber ich find sie alle gleich nett und ich denke da wird schon, das wird laufen.
- 13 I: Mhm, es gibt ja auch den Gemeinschaftsraum unten/
- 14 P: Genau da/ eröffnet ja Frau [Se.] Donnerstag den Spielenachmittag die kriegt das sicher hin. Die kann mit alten Leuten umgehen denn Sie ist ja/ hatte ja die erste bis vierte Klasse und wir werden ja wieder zu Kindern nä (lacht)
- 15 I: Ja sagt man so nä (lacht)

- 16 P: Ja nur so das so nebenbei nä.
- 17 I: Mhm, was bringt Ihnen denn Freude oder Spaß in der Freizeit? Was machen Sie gerne?
- 18 P: Also ich möchte aktiver sein als ich kann. Ich bin aus gesundheitlichen Gründen immer sehr nah an eine Toilette gebunden, also ich fahre gerne in die Stadt, nicht zum Lädle wie die Schweizer sagen, sondern dann geh ich an die Alster und hierhin und dahin, und ich hab auch noch/ ich muss ein/ .. äh Hörgerät haben. Also ich hab auch geschäftlich in der Stadt zu tun sagen wir mal so nä und dann nutze ich natürlich auch, um alte Stätten aufzusuchen, wo ich immer gerne war, eben an der Innenalster, Außenalster ist schon wieder zu weit, aber da muss ich mal mit dem Bus hinfahren, also ich hab mir das 49 € Ticket gekauft ab September, da werd ich auch in/ Hafen fahren, ich hab jetzt mit der [SWA] die Fahrt gebucht Hafencity mit maritimen äh Museum, da macht keiner von den Nachbarn mit .. ähm .. ja ich will auch noch an die Elbe es ist noch schönes Wetter gemeldet. Also das macht mir auch gar nichts aus, dass ich da alleine fahre. Natürlich wär schöner zu zweit, aber es ist eben so. Leider muss auf mich sehr viel Rücksicht genommen werden und ich möchte auch dann die Leute nicht belasten das/ die müssen mich erst näher kennen und durch durch Erde/ Ärztepusch bin ich in diese Situation gekommen und äh da bin ich jetzt erst mal ganz gerne alleine. Mit dem 49 Ticket, da werde ich schon noch einiges machen.
- 19 I: Mhm. Und wenn Sie zuhause sind hier in Ihrer Wohnung, was machen Sie dann
- 20 so den Tag über?
- 21 P: Viel lesen, ja erst mal einräumen noch organisieren Handwerker organisieren dies und das also durch Frau [Se.] hab ich ja ne Umzugsfirma. Ich hab ja/ ich zeig Ihnen dann ich hab zwei große Kleiderschränke und die standen beide in dem Gästezimmer und das ganze Zimmer war .. das ging nicht, aber wir hatten das so auf dem Plan weil wir dachten es geht nicht anders und da hab ich durch Frau [Se.] der mor/ morgens war die Firma bei ihnen das ist eine Umzugsfirma nä hat bei ihr äh Möbel zusammengesetzt und hingestellt und am Nachmittag bei mir da haben wir/ ich hab die Schränke die waren voll eingeräumt ausgeräumt. Hier sah es aus wie im Schlachtfeld. Und Gott sei dank war das Wetter anhalten gut ich hatte die Kleidung alles über die Stühle draußen gehängt abends dann reingenommen, aber ich hab bestimmt ne Woche gebraucht es wieder einzuräumen nä, und hab das jetzt so, war ein teures Vergnügen nochmal, muss ich auch sagen zwei nette junge Männn/ Männer waren da, bin super zufrieden, und d/ .. ja und dann hab ich durch Herrn wie heißt unser Chef Herr?
- 22 I: Herr [Nachname]?
- 23 P: Nein eigentlich über Frau [Nachname].
- 24 I: Ach so Frau [Nachname] ja.
- 25 P: Die sagte mir ja, ich sag, wer hat denn die Lampen angebracht? Ja die und die Firma, ein Herr [Nachname] .. Elektro, und da hab ich gesagt ach, haben Sie die Telefonnummer für mich, da hab ich da angerufen und ja, sagte sie, ist ein ist ein Freund von Herrn [Nachname]. Na ja ich sag dann wird das klappen und tatsächlich das hat geklappt. Der hat mir noch die Bilder aufgehängt dazu, war fünf Stunden bei mir. Ach hat mir, ich weiß gar nicht was noch alles außer den Lampen, aber ich habe ja noch/ der kommt noch wieder und ähm .. ja das das braucht alles Zeit und Telefon und dies

und das. Jetzt muss ich mir noch Ärzte suchen .. das braucht auch wieder Zeit. Also ich verbringe meinen Tag mit Telefonaten .. äh ja mit Ummeldungen und so von einem Wohnort zum Anderen, das muss ja alles, ist teilweise schon vom alten Wohnort aber trotzdem also ich bin noch wirklich mit organisatorischen Dingen .. ausgelastet und muss sagen also heute mach ich mal nix. Nä und dann auch ja ich bin phy/ physisch nicht mehr so einsetzbar, da muss ich dann auch Erholungstage haben. Ich hab seit ich hier bin seit dem fünften mai hab ich drei dicke Bücher gelesen, fernsehen versteh ich nichts ist ganz gut brauch die Hörgeräte. Und ja, meine Tage sind eigentlich ganz schön ausgefüllt. Manchmal ist mir auch ein bisschen langweilig na dann ruf ich da alte Bekannte mal an. .. Ja da da da muss noch mehr passieren vor allen Dingen brauchen wir Gespräche wir Alten, sonst verlernen wir zu diskutieren das ist was ganz wichtiges, nicht nur so oberflächliche Sachen wirklich Diskussionen brauchen wir

26 I: Und was machen sie wenn es Ihnen mal schlecht geht?

27 P: .. Was ich dann mache?

28 I: Mhm.

29 P: .. Dann sehe ich zu, dass es mir bald wieder besser geht. Also .. noch hab ich das in der Hand und wie gesagt ich hab ja auch die junge Frau, die mich auch unterstützt, weil ich Pflegegrad zwei habe und das erleichtert mir das Leben sehr .. muss ich sagen. Da bin ich sehr froh. Und sie sagte auch wenn mal zwischendurch was ist ich kann auch kommen. Ja.

30 I: Die Frau kauft für Sie ein, richtig?

31 P: Die kauft für mich ein, die äh putzt auch ich putze Staub, sie macht das andere und wir machen das Hand in Hand und bügelt auch für mich aber ich habe wenig Wäsche. Ich strecke immer alles schön dass man nicht bügeln muss.

32 I: Eine super Taktik mach ich auch so (lacht).

33 P: Eigentlich nur Blusen und und so was und da trage ich ja auch nicht so viel. Ja, dann gehe ich hier um den See, oder laufe auch zu dem anderen See. Schaff ich jetzt den Namen nicht ..und ja erkundige auch so ein bisschen die Gegend, dass ich mich zurechtfinde, entdecke hier und da noch was neues, aber das wird sowieso noch lange dauern. .. Quatsche auch Leute an (beide lachen), besonders die mit Hunden weil ich Hunde wirklich über alles liebe, hatte selber welche, und die Hunde mögen mich auch die spüren das auf. .. Also wie gesagt, das muss eben jetzt erst alles wachsen. Ich geh auch mal allein in Restaurants so ist das nicht, das bin ich auch gewöhnt, also wenn man zehn Jahre mit den Kindern allein lebt. Die sind nacher auch (unv.) ohh Mama, wir wollen mit unseren Freunden am Wochenende da haben wir keine Schularbeiten und so, da muss ich schon auch sehen, dass ich alleine klar komm mich zu Recht finde nä das geht eigentlich sehr gut. Ja.

34 I: Sie wohnen ja jetzt ziemlich frisch noch hier in der [SWA 2]. Wie haben Sie so den Kontakt erlebt als Sie eingezogen sind mit den anderen Menschen hier im Haus oder vielleicht auch von der [SWA]?

35 P: Wie ich sagte man/ die jungen Leute begrüßen uns freundlich, manchmal sag ich auch im Lift, fährt jemand mit, ach wohnen Sie auch hier? Nee ich bin nur zu Besuch oder wir kommen in ein Gespräch, aber das ist dann/ sind kurze Gespräche. Und der

Kontakt ist entstanden .. mit der ersten dann mit dem ersten Donnerstag-Treffen. Das man sich dann zugesprochen hat weil wenn man wenn man sich drauf beim Mülleimer, ach ja, und von Frau [Se.], .. die hab ich weiß nicht aus irgendeinem Grund war ich bei ihr ... ich hatte ein Problem zu lösen .. und das, erfuhr ich, dass sie, ich zeig's Ihnen dann, eine Anrichte, das sie entsorgt werden soll mit der Möbelfirma, und da hab ich gesagt, die passt genau in mein Gästezimmer, so haben wir näher Kontakt bekommen, die durfte ich dann haben. .. Zum Beispiel nä wär schade gewesen, wenn die weggekommen wäre und ähm ja man hat sich durch den Donnerstag-Treff .. dann winkt man sich mal wenn ich hab ja nun hier keinen Kontakt, Frau [Pe.] da winken wir uns zu und die andern seh ich nicht. Meine Nachbarin wohnt noch nicht hier die kommt aber auch, und ähm wir sind hier ein bisschen isoliert. Zum Innenhof da wäre mehr Kontakt, aber da sitzt man auch mehr auf dem Präsentierteller. Ob/ es hätte mich nicht gestört .. aber es gefällt mir hier. Also ich bin begeistert von der Wohnung.

36 I: Das ist schön.

37 P: Falls (unv.) ja ich ich bin also ich muss sagen ich bin gleich angekommen.

38 I: Das ist schön.

39 P: Ja das ist schön sag nä. Meine Tochter ist auch ganz glücklich, sie hatte so ein bisschen Angst .. weil ich noch mal/ ich hab mich auch da in Homberg nicht wohl gefühlt. ... Ne das das wird hier alles also ich bin da wirklich guter Dinge.

40 I: Sie erwähnten gerade den Donnerstags-Treff. Was genau ist denn das?

41 P: Da besprechen wir bestimmte Themen was wir, machen wollen. Eine andere Nachbarin wird Sonntag Nachmittag, zwei Stunden also .. das läuft jetzt auch an, irgendwann im September so gemütliches Beisammensein. Es ist noch folgendes zu sagen, es gibt also (betont) "alle, außer mir" kommen aus diesem Bezirk hier. .. Also [Straße], ich weiß jetzt nicht Frau [Se.] ist auch nicht weit weg. Die haben alle ihre sozialen Kontakte behalten .. und vor allen Dingen auch Familie. Also die Frau die [Vorname] über mir .. ähm hütet die Enkelkinder hat sie auch oft hier. Und ähm hat auch Verpflichtungen als Großmutter. Also die sind noch in ihren alten ähm sozialen Kontakten und Familie eingebunden, so dass sie gar nicht so sehr angewiesen sind auf Fremde, also auf unsere. Sie sind auch am bestimmten/ Sachen interessiert, eine Nachbarin noch, äh die hat einen Sohn in der Schweiz und einer hier in [Bundesland], der wenig wenig Zeit hat. Also wir beide sind/ aber sie hat's Freundinnen also in der [Stadtteil] nur redet sie auch immer, die ist auch noch nicht angekommen. Die hat also dies und das, ich hab zu ihr gesagt du wir haben uns doch die Alterswohnung selbst ausgesucht und unsere Wohnungen sind doch alle super, wir müssen jetzt was draus machen. Du/ es hat keinen Sinn, dass du dem nachtrauerst was war. Ich sag ich komm von der Schweiz mein Leben ist auch hier ganz anders nä. Aber was soll's es ist nun mal so.

42 I: .. Und wie hat sich der Kontakt zu Ihren alten Kontakten beispielsweise in der Schweiz verändert, seit sie hier in [Bundesland] leben?

43 P: Äh .. ich bin ja schon acht Jahre weg .. nä .. äh mit meiner Nachbarin äh wir wohnen in einem ... Haus mit Eigentumswohnung und meine Nachbarin über mir, 32 Jahre hatten wir auch die Waschküche zusammen, wir hatten nie irgendein böses Wort mal oder irgendwas, wir haben keine Kaffeekränzchen und so was gemacht, wir sind mal auf Ausstellungen zusammen und so und haben gerne im Treppenhaus auf der

Treppe gesessen und geklönt. Die ist dement. Ja, das ist ganz schlimm .. und wir telefonieren und in der Schweiz muss ich sagen da hatte ich nicht so viele enge Kontakte, weil als Deutsche ist es ein bisschen schwierig. Mit dem Schweizerdeutsch und sie sprech/ zu meiner Zeit als ich hinkam 85 da war's noch ganz anders. Die jüngere Generation ist viel offener. Besonders Deutschen gegenüber, da ist immer so ein bisschen ja die Deutschen nä also man ist denen nicht so hold und äh da sind .. wenig Beziehungen. Ich hatte noch ne Freundin das hat sich aber dann auch irgendwann mal auseinandergeliebt. Ich muss aber auch sagen ich bin nicht der Mensch der unheimlich viele Leute braucht. Also zwei drei Freunde und das aber dann richtige Freunde, das reicht mir. Ich bin auch nicht, dass wir jetzt große Gesellschaften gemacht hatten oder so. Also ich bin eigentlich mehr so .. der ruhigere Typ Typ nä also ich muss jetzt nicht große Gesellschaften und gesellschaftliches Leben und und viele Freunde haben, das ist nicht nötig und ich kann auch sehr gut alleine sein. .. Das geht auch.

44 I: Und in Homberg, wo sie vorher gelebt haben?

45 P: Da hab ich ein befreundetes Ehepaar gehabt. Die Frau hatte äh .. Gehirnbluten ist falsch behandelt worden, ist deshalb halbseitig gelähmt im Rollstuhl. Der Mann ist gleich alt wie ich der war noch ganz fit, hatte Corona und es hat sich bei ihm, wie Spätfolgen im Gehirn ... ähm ... ja die Rückstände nä. Ist sehr eingeschränkt schon gewesen und dann hat er sich die Schulter gebrochen und benötigte eine Narkose und seitdem ist es ganz vorbei mit ihm. Also er war die Stütze von der Frau auch und jetzt müssen sie beide/ ich mit denen kann ich sie hat/ äh also spricht sehr undeutlich, aber es geht. Man muss sich Zeit lassen und mit denen hatte ich Kontakt und sie hatte auch immer noch ne Logopädin einmal in der Woche da hab ich dann mit ihr die Schularbeiten gemacht und bin auch hingegangen weil er hat wenig mit seiner Frau gesprochen, er hat dann am Computer gesessen, wie das in manchen Ehen so ist, dass sie nicht miteinander sprechen. Also ich bin da .. zu so wie ich die Zeit dann hatte hingegangen, und sie hat auch ah ja, als er noch kochen konnte und er hat Heringssalat gemacht, ich esse so gerne Heringssalat, aber für mich alleine mach ich keinen und dann Heringssalat und Pellkartoffeln dann wurde ich eingeladen und dafür hab ich dann für sie einen Weihnachtsbaum für den Balkon gekauft. So haben wir das dann gemacht. Ja jetzt kann ich mit beiden nicht mehr telefonieren, geht nicht mehr, er war/ beide waren traurig, dass ich wegging,

46 dann war ich noch mit einer Nachbarin befreundet, die ist 93. Physisch hat sie natürlich ihre Beschwerden, aber .. völlig klar und die hat donnerstags immer ein Spielesonntag, da hab ich auch teilgenommen. .. Also wir drei ja und eine Irin bei mir aufm Flur eine Lehrerin, die aber einen doppelten Apoplex als Schlaganfall hatte und nach Homberg kam .. und sehr schlecht sprach, inzwischen wohnte auch ihr geschiedener Mann da (lacht) und da/ die essten jeden Abend zusammen also sie spricht mehr und wir sitzen auch saßen oft zusammen ich musste ihr immer den Krieg von der Ukraine erklären und so weiter was es Neues gab. Und äh aber ihr Kurzzeitgedächtnis ist sehr schlecht und in der Unterhaltung, .. da hat sie häufig gefragt/ also wir telefonieren miteinander und mit der 93 Jährigen telefoniere ich auch noch. Beide freuen sich, beide waren auch traurig, dass ich wegging, aber äh ja, da waren noch sicherlich 85 andere Bewohnerinnen, aber da hatte ich wenig Kontakt. Das ist ... das ist Dorfbevölkerung. ..

47 Ich bin ich sags ganz offen, ich war bis zu meinem 20. Lebensjahr auch eine Dorfpo-
meranze (beide lachen) und dann lernte ich ja meinen Mann kennen ich sagte wir ha-
ben ja dann geheiratet, gingen nach München, und da bin ich also da haben sich, er

ist Arzt und Wissenschaftler gewesen, und da musste ich natürlich mein Hirn trainieren nā und somit bin ich ja und auch dann wenn ta/ habe ich meinen Mann manchmal zu Kongressen begleitet und und so weiter. Also da hat sich mein Leben also total verändert und ich musste Lernen lernen. Bin von München nach Silbe nach Göttingen gezogen, da hat Mann seine neurologische Ausbildung gemacht. Und dann sind wir hier/ zwischendurch waren wir in USA ein Jahr und sind dann zurückgekommen. Und dann haben wir in/ sind wir nach [Bundesland] gezogen und nach sechs Monaten verstarb er ja. Ja, ja und dann habe ich zehn Jahre alleine gelebt mit den Kindern. Hatte viel Jugend im Haus ..

- 48 und bin dann der Liebe wegen in die Schweiz gegangen .. und da hab ich wieder andre Dinge/ er war Architekt, wir haben zusammen Musterhäuser eingerichtet und dies und das, da bin ich dann mit Architektur zusammengekommen. .. Ja und dann kam ich nach Hamm/ nach Homberg ich hab gedacht ach ich bin doch Nordhessin, ich hab doch früher kam ich doch mit den Leuten gut zurecht, das müsste doch jetzt auch wieder gehen. Aber da war der Neid. ... Also und meine Kinder sagten sofort, du passt da nicht hin. Ich sag ja, ich muss erst mal/ ich bin ja schon sechs Monate nach/ ach ja mein Partner verstarb ja in der Schweiz, auch, äh plötzlich im Krankenhaus, und ähm ja, dann war ich in der Schweiz, der Sohn wollte erben, war auch sehr gehässig. Da bin ich sechs Monaten nach seinem Tod schon nach Homberg. Also ich hab dann Homberg gewählt, weil ich das finanziell gut äh leisten konnte und weil ich dachte es ist ja meine Gegend nā.
- 49 I: Ja.
- 50 P: Ja. Und .. ja dann kam ich mit nem Kuga (Auto?) an, das ist natürlich aus der Partnerschaft gewesen und dies und das und da war dann der Dorf-Neid und also es es harmonierte einfach nicht und äh ich wollte eigentlich dableiben und äh ja, da wär ich depressiv geworden. Hatte auch ne Freundin außerhalb des Hauses. Es war eine sehr nette Freundschaft, aber sie traf noch einen Partner und dann war unsere Freundschaft weg. Aber ich habe da Verständnis dafür gehabt, sie hat sich da mit Haut und Haaren in diese Freundschaft begeben und war glücklich und das ist ja auch gut so. Und ja, und dann wurde meine Gesundheit halt immer labiler, ich musste zweimal als Notfall ins Krankenhaus und dann war es eigentlich klar, dass ich nach [Bundesland] gehe nā. Das letzte Mal bin ich ein Tag vor Heiligabend ins Krankenhaus gekommen und zwei Tage und am nächsten Tag rief mich mein Sohn von Glücksburg an ich bin schon vom Büro zu Hause so mittags um zwei, wir wollen zu dir kommen und die fahren sechs sieben Stunden nā also ich hab mich so gefreut, dass ich vor Freude geheult hab, denn von dem hätt ich's mir nicht erwartet und um sechs saßen sie im Auto und waren dann um eins da und ich hab noch weitläufige Verwandte, da waren Schlüssel und dann haben sie in meiner Wohnung gewohnt, es gab kein Hotel, war alles dicht wegen Weihnachten nā. Und dann haben wir Heiligabend im Krankenhaus zu/ gefeiert und dann hat er gesagt Mama, das geht nicht, das ist jetzt Zufall, dass die Feiertage sind, dass ich kommen kann. Ich kann das auch verstehen, wenn es sechs sieben Stunden fährt hin und zurück, das sind ja schon mal zwei Tage die weg sind nā. Und dann hab ich das forciert und hab, also dieses Projekt verfolgt usw. nā.
- 51 I: Mhm. ... Sie haben mir ja erzählt, dass sie schon sehr früh verwitwet sind als ihr Mann gestorben ist und mit ihren Kindern die dann noch Teenager waren damals wie ist es ihnen denn da ergangen?

- 52 P: Ja wie ist es mir da ergangen. .. Also ich hatte dann zwei Schwager hier Schwager sagt man, nä?
- 53 I: Ja.
- 54 P: Nicht Schwäger (beide lachen) und eine Schwägerin aber das das klappte nicht so, die hatten keine Kinder und ich glaube sie hat mir meine Kinder geneidet, war auch eine schwierige Person. Mein Sohn äh mein Schwager sagte ach ich muss immer so/ ich hab immer so ein Eiertanz, ich sag dann bleib weg wenn deine Frau das nicht will und und so weiter. Also sie haben mir/ wir wohnen ja auch erst ein halbes Jahr da. Ich hatte Bausparverträge wir hatten die Wohnung gekauft und so weiter und da muss ich sagen da haben sie mir sehr geholfen. .. Aber schlussendlich, ich hatte auch noch keine Freunde, war ich mit den Kindern alleine. Und .. ich hatte also .. nicht im Haus Nachbarn etwas weiter weg also das harmonierte nicht so im Haus und also eine Mutter von einer Mitschülerin, da hatte ich ein bisschen Kontakt. Gut und wenn ich ernsthafte Hilfe brauchte, dann hab ich einen von den Brüdern meines Mannes angerufen, aber hab sie auch so wenig wie möglich .. ähm da belastet. Also ich hab immer schon ein sehr selbständiges Leben führen müssen, eben weil ich Familienmanagerin war und das war in diesem Moment mein großes Glück, weil mein Mann ist an einer Lungenembolie, der war stationär im Krankenhaus und ist in Eppendorf, nein in Göttingen damals, da waren wir auf einer Reise und hat er gesagt ich gehe zu meinen alten Ärzten in in Göttingen. Und wir wohnen aber schon in [Bundesland] und ähm war da stationär und kriegt eine Lungenembolie. Man hat ihn eine Stunde reanimiert was auch eigentlich Blödsinn ist. Aber er war da bekannt und man wollte sein Leben retten, aber das ist nicht gelungen und das war ein Glück für mich, dass ich so selbstständig war nä.
- 55 Denn viele Frauen daneben die Männer, also zum Beispiel mein zweiter Sohn jetzt seine zweite Frau, die trägt er auf Händen, das ist seine Prinzessin, der macht ihr alles. Ich sag bitte Roga, lass äh Andreas selbständig sein, dir kann was passieren und dann steht sie da. Haben keine Kinder er wollte keine, in der ersten Ehe sie hat auch keine aus der ersten Ehe und das passte ihm jetzt auch alles haben einen großen Freundeskreis und dann hat man auch Zeit. Ich muss auch sagen, durch meinen Mann, der ja .. Arzt war, also Neurologe, der Wissenschaftler war, der ähm .. gelehrt hat, im Hörsaal, und der zu Kongressen gefahren ist ist, ja er hatte ein Labor mit Assistenten, er musste die Klinik machen, er war Hochschulprofessor, also für die Studenten und es war noch was viertes ist mir jetzt entfallen. Und .. da blieb nicht Zeit für schon in Göttingen nicht als er den Facharzt gemacht hat dann ist man ja auch an der Uni angebunden gewesen und also wenn man ähm Dozent is nä. Und .. wir haben dadurch ja schon mal mit Kollegen sich mal getroffen, aber mit denen wir befreundet waren die Herren haben alle das gleiche Ziel gehabt und mein Mann, der war im Besonderen bemüht, schnell eine feste Anstellung zu finden. .. Aber er war überhaupt/ dem haben Sie in der Klinik mal Rollschuh Puppen-Rollschuh geschenkt, weil er immer so rum geflitzt ist (beide lachen). Der hat auch nie mit Kollegen äh rumgestanden und und da äh Gespräche geführt, und da waren wir noch in München, da war er im Labor, also an einem Institut und da habe ich ihn mal abends abgeholt ähm mit dem Ältesten mit dem Kinderwagen, und da konnte da einer angelaufen und konnte auch so Natur wie ich gehen. Es ist der Hartmut, mein Mann hieß Hartmut, ja tatsächlich, ich sag du kommst ja ange/ Ja, sagte er ich will schnell bei dir sein und außerdem will ich mich bewegen.
- 56 Also so war das bei uns die wenige Zeit die wir hatten da waren wir froh wenn wir mit Familie zusammen waren oder auch mal alleine nä. Er hatte da eine Assistentin, der hat er dann mal freigegeben, und dann hat sie mal die Kinder, das dürfen sie aber

nicht schreiben, beaufsichtigt, damit wir dann auch mal alleine mal ein paar Stunden für uns hatten. Aber seine Zeit war (Betonung) "immer .. geplant" auch am Wochenende und in/ viele Jahre hat er noch nebenher Gutachten gemacht weil zu der Zeit war das Gehalt eines Arztes nicht üppig. Damit wir noch damit er noch zu verdient hat und .. also Party feiern oder äh Grillen auf dem Balkon und mit Fre/ das kenne ich alles überhaupt nicht, weil das war einfach nicht drin. Und ich hatte mich dafür entschieden und dann war das eben so. .. Und des/ deshalb kam ich auch nachher gut alleine zurecht oder mit wenig Freunden nä. Das das ist eigentlich auch oder erst im Elternhaus gewesen, ja und dann geheiratet mit 20, mit 22 ein halb hatte ich zwei Söhne. 11 Monate auseinander, da wurden keine Partys gefeiert oder was. Das das war gar nicht drin, einmal Fasching in München mit dem dicken Bauch. Aber auch dann nicht die Nacht uns um die Ohren geschlagen, er musste ja auch am nächsten Tag fit sein nä. Und Urlaub immer mit Kindern und das war auch richtig und das war schön. Aber auch ma/ die Kinder hatten nicht viel von ihrem Vater. Das sollte alles wenn er hier in [Bundesland] ist sollte das alles besser werden ja. Nun war er eines Tages nicht mehr/ da von gestern auf gleich, ja. Also ich bin eigentlich dadurch, auch fürs Alter gewappnet, deshalb komme ich jetzt auch ganz gut alleine klar nä.

- 57 I: Wenn wir nochmal hier auf die [SWA] gucken mhm was wünschen Sie sich denn vielleicht auch?
- 58 P: .. Also dass wir uns vielleicht abends jetzt im Winter mal treffen, und zusammen Spiele machen, zum Beispiel, oder einfach nur diskutieren nicht dass wir um um sieben schon den Bürgersteig raufziehen, sondern dass man mal zusammen sitzt, vielleicht auch mal ein Gläschen Wein trinkt, nä so das das stell ich mir vor, das wäre ganz nett. Und äh ja, meine Tochter ist leider so weit weg, aber die ruft 90 % also jeden .. Entschuldigung, jeden Abend an. Das muss ich sagen. Die Söhne lassen wenig von sich hören, aber wenn da die Ehefrauen nicht sagen ruf mal deine Mutter an, also dann wird es schwierig und das macht meine/ seine Partnerin nicht. Also da ist irgend/ das ist ne Kroat/ Kroatin ich ich hab nix, aber irgendwie ist es anders. Naja, ich würde zum Beispiel nie überraschend zu meinem Sohn gehen, (Betonung) "nie", weil ich weiß es ist ihr nicht recht. Da muss immer alles hundertprozentig sein, wenn Besuch kommt und so weiter (unv.)/ das er war mit einer Spanierin verheiratet, da war das möglich, aber .. auch das .. es ist so, ich hab es vorher schon gewusst, dass es so sein wird. Ja und die Enkelkinder die drei .. die leben im Alten Land, der die Enkelin ist acht oder 29, die mich jetzt zur Uroma macht, die es mit einem .. Griechen verheiratet. Meine mit/ Familie ist Multikulti seit einiger Zeit. Und äh der Enkelsohn, der ist 23. Ja die wohnen im Alten Land die fahren jeden Tag eine Stunde wenn nicht noch länger rein und raus und sind froh wenn sie am Wochenende, nicht nach [Bundesland] müssen und der Enkelsohn spielt da Fußball, ganz engagiert und seine Freundin auch. Und dann ist es noch so, das sind die Kinder aus erster Ehe.
- 59 .. Und da ist ja auch das Problem gewesen, dass sie nicht so gerne gesehen wurden und sich ja, zurückgezogen haben. Und das überträgt sich jetzt auch auf die Großmutter. Ich hab mich sehr eingesetzt, also meine Schwiegertochter, mein Sohn ist von heute auf morgen weg und da war ich ihr Ansprechpartner, die ist von Spanien gekommen, hatte noch keinen Freundeskreis hier, und ich bin sofort hingefahren und auch über Jahre, aber es hat natürlich meinem Sohn und seiner Partnerin nicht gefallen, hab ich gesagt, sie ist die Mutter meiner Enkelkinder und das bleibt wie's war. Ich hab sehr viel geholfen, auch finanziell. Und ja, da bin ich ein bisschen enttäuscht, aber jetzt zieht sich alles zur spanischen Familie und ich bin halt .. die Mutter von dem Vater der.. sich nicht so kümmern konnte. Ja, weil die Partnerin das wohl nicht so erlaubt hat. Und um da Frieden zu haben .. Und jetzt ist/ Cosima hat ne neue Familie nä, Schwiegereltern, Bruder als ein Schwager und so weiter, die Mutter wohnt auch

da und die sind also jetzt ganz auf der spanischen Seite und das muss ich auch akzeptieren. Das ist nun mal so. Es tut manchmal weh, weil als meine Schwiegertochter so richtig .. ja große Probleme hatte, wer war da, das war ich! Ich bin von der Schweiz gekommen oder wir haben sie in die Schweiz geholt mit den Kindern, aber das ist irgendwie in Vergessenheit geraten, aber .. man kann geben, man darf nichts erwarten.

60 Aber als wir noch Verbindung hatten, da muss ich sagen nach einer schweren Operation, die ich in der Schweiz hatte, da ist sie eine Woche gekommen, hat die Kinder zu Freunden gegeben und hat mich eine Woche betreut. Also es war, schon, zu der Zeit ein Geben und Nehmen nä und es wäre schön, wenn das heute ein bisschen enger wäre, aber ich wusste das schon vorher, dass ich .. da nichts erwarten kann, wenn wir uns sehen, das ist nett, das ist freundlich oder wenn wir telefonieren, es ist jetzt sehr sehr selten. Gut die stehen/ die Enkelkinder sind im Beruf .. und ich weiß, dass das Berufsleben heutzutage härter ist. Das weiß ich auch und dann noch mit der Fahrerei. Und ihre Schwangerschaft ist wohl auch nicht so angenehm gewesen und sie hat auch spanisches Blut und ein bisschen (flüstert) "wehleidig". .. Und ähm ja was sagt meine Ex-Schwiegertochter, du freust dich gar nicht, dass du Uroma wirst? Ich sag doch ich freu mich dann wenn das Kind da ist. Ich sag und außerdem werd ich's gar nicht viel sehen. Das konnt ich mir nicht verkneifen. Ja, doch doch, na ja. Und ich freu mich schon in gewisser Weise aber ich weiß genau, dass da nicht viel sein wird aber es ist wie es ist (unv.) / mit diesen Dingen muss man sich einfach abfinden, nä. Es es heißt ja auch, man darf keine Erwartungshaltung haben. Ich bin zwar nicht ganz der Meinung wenn man gibt und gibt, dann hat man schon automatisch so ein bisschen nä und denkt ach na ja es könnte doch mal jemand kommen oder so, aber es ist okay.

61 I: Was war denn bisher Ihr schönstes Erlebnis in der Wohnanlage hier?

62 P: Bis jetzt?

63 I: Mhm.

64 P: Das mir alles so gut gefällt, dass ich angekommen bin, dass ich mich sofort in der Wohnung auch heimisch gefühlt hab da war sie noch leer. Da hab ich gedacht ja hier, meine Tochter hat gesagt, Mama das ist so schön hier, also wenn ich in [Bundesland]/ nach [Bundesland] wieder ginge die Wohnung würd ich sofort nehmen. Ich sag ja da hast du recht, aber jetzt bin ich erst mal dran. Aber die wohnt in der Schweiz auch sehr schön.

65 I: Ja. Und hatten Sie auch schon ein negatives Erlebnis?

66 P: Nö. .. mh mh. Ich verhalte mich auch nicht irgendwie, ja ich sehe zu, dass ich mit allen Leuten auskomme, das ist mir sehr wichtig. Ich bin freundlich. Dort galt ich als arrogant, in dem Haus. Das bin ich nicht nur, ich beteilige mich nicht an Tratsch.

67 I: Also waren Sie schon drüben in der [SWA 1] und haben dort eine negative Erfahrung gemacht, wenn Sie sagen /

68 P: Ne! Ne! Ich hab ja nur Kontakt mit Frau die hat ein spanischen Namen, wie heißt sie denn die blonde Nette? Im Büro?

69 I: Ähm ..

- 70 P: Ich komme nicht auf den Namen. Ne ich hab/ ja doch, nee, da kann die [SWA] nichts dazu. Das ist [Baugesellschaft] gewesen, ich hatte gebeten, ob ich die Nacht, wenn das Auto gewaschen war, damit es nicht staubig/ in die Tiefgarage stellen kann, dann wäre mein Sohn sofort in die Tiefgarage gefahren und das Auto wäre nicht/ aber ich hätte dann keine 4000 also ich mache nur 2000 gut, wenn ich die 1.500 abziehe und das was sie mir nicht zahlen wollen, also 2000 verdiene ich an dem Crash. .. Ich hab sie aber noch nicht.
- 71 I: Ja ärgerlich mit dem Auto.
- 72 P: Und da hab ich gedacht blödes/ ich hatte geguckt, es sind so viele leere Plätze, sie haben jetzt auch einen Anschlag. Es sind noch Plätze zu vermieten. Und da hab ich gedacht, die eine Nacht hätten sie das Auto nä, dann/ ich hab es auch gesagt, das war dann ein Treffen, und da war äh die Frau [Nachname] ist glaube ich [Baugesellschaft] von der [Baugesellschaft] Verwaltung. Und da hab ich gesagt, ja das ist jetzt passiert. Ach, sagt sie wie unangenehm, sag ich ja! (lacht)
- 73 I: Ja absolut (lacht) ja.
- 74 P: Ne, ich habe also wirklich keine negative Erfahrung. Nein.
- 75 I: Mhm aber Sie meinten Sie gelten da drüben als privilegiert also woher kommt das?
- 76 P: Ja, da sind wir hier nun mal. Also sie können uns hier nicht als/ eigentlich wir alle, als allgemein Maßstab nehmen nä. Da sind/ wir schon hier schon und hier mit einer 80 Quadratmeter Wohnung Alterswohnung, also, und wir können ja auch bis zu unserem Tode, wenn wir, klar im Kopf bleiben hier drin bleiben nä. Dann kommt die Pflege von der [SWA] .. und ich hoffe ich habe dann noch meine nette junge Frau. Weil mit viel Besuch werde ich nicht re/ rechnen, aber dann es ist ja auch so, die sind ja alle noch .. fit, die Frauen die hier im Hause, die fahren Fahrrad die laufen, ich laufe denen ja auch wahrsch/ auch viel zu/ ein Herr, ist dabei auch bei den sonntags Ausflügen, der geht an zwei Stöcken, langsam also dann marschieren wir nicht so schnell. Also ich würde den Frauen auch wenn die so losziehen langsam gehen also es müsste dann jemand sein der Verständnis hat, aber die werden ja auch mal älter. Nä.
- 77 I: Sie haben ja schon von Ihrer Gesundheit berichtet mit Ihren/ mit Ihrer Arthrose und den Rückenproblemen. Mhm wie wie ist es da denn im Moment?
- 78 P: Im Moment?
- 79 I: Ja wie steht es um Ihr Wohlbefinden?
- 80 P: Im Moment ist es ganz schlecht mit dem Rücken. Weil das strahlt in die Beine aus und macht mir Angst, dass ich, dass da an der Lws ne Hernie ist, ein Bandscheibenvorfall oder irgendwas was auf den Nerv drückt und das operiert werden muss, denn ich möchte in meinem Alter keine Narkose mehr haben. Das ist nicht ungefährlich. Und das macht mir jetzt ein bisschen Angst, aber ich kann das auch ganz gut verdrängen/ morgens bis ich, als, hauptsächlich hab ich die Beschwerden nachts, das das Bein einschläft und ich Krämpfe habe und taub. .. Und dann muss ich morgens und nachts wenn ich dann zur Toilette muss, dann hab ich ja auch Angst, dass ich stürze ich bin schon zweimal gestürzt weil das Bein dann absolut/ absolut taub war und weggekickt ist plötzlich. Deshalb .. bin ich auch so froh, dass ich jetzt endlich den .. Notruf bekomme.

- 81 Denn ich bin die Einzige die auf Telekom gewartet hat. Und jetzt kommende Woche geht's los Glas/ die haben Glasfaser legen verpasst hier in der Gegend und ich hab gewartet die anderen haben Vodafone aber die haben mich da in diesem Homberg so übern Tisch gezogen, also das/ ich wollte mit denen nichts mehr zu tun haben und die klagen auch alle, dass die Verbindungen schlecht sind und so weiter. Ich hoffe die Telekom macht es besser. Und die wollten mir auch den Router verkaufen und wenn ich Tv über Internet, dann hätte ich noch einen Receiver gebraucht aber ich hab ja Glasfaser nein ich hab was wie nennt man das? .. Also ich kann über .. komm jetzt nicht drauf, die die Leitung, die ja auch extra gelegt wurde, damit man Fernsehen empfangen kann. Ich muss kein Receiver haben. Also das nimmt jetzt Gott sei Dank mein Sohn in die Hand. Der besorgt mir die Sachen und es ist auch preisgünstiger. Und dann hab ich einen extra Anbieter für mein äh .. für mein Smartphone und dann kriege ich endlich äh den Notruf und auch mein Armband was ich wahrscheinlich nicht tragen werde wie ich mich kenne, da bin ich noch zu eitel. Aber ich denke irgendwie versteckt muss ich's dann und doch haben, (unv.) was nützt mich/ ich bin im Bad umgefallen nä, ja das war nicht so witzig, ich kann dann nicht aufstehen und Gott sei Dank haben wir den Handtuchrockner nä.
- 82 I: Ja.
- 83 P: Da bin ich dann hingerobt und konnte mich hochziehen .. mhm.
- 84 I: Da ist der Notrufknopf // schon wichtig.
- 85 P: Wir haben ja einen Notruf den Arbeiter-Samariter-Bund nä, da ist ja auch der Schlüssel hinterlegt das wissen Sie ja auch, und dann hab ich die Sicherheit das haben alles die anderen Frauen schon. Also das ist jetzt kommende Woche, das gibt mir dann Sicherheit.
- 86 I: Ja also Frau [Se.] hat den Knopf auch um Arm gebunden, obwohl sie auch noch jünger ist. Ja.
- 87 P: Die ist glaube ich Anfang 70, die ist ja auch noch mobil, fährt Auto. Also da muss ich sagen .. da kommt keiner mal auf die Idee wenn er zum Beispiel zu Ikea fährt mit Auto, dass er sagt willst du mal mitfahren, da kommt keiner in oder mal zum Einkaufen und ich sag aber auch nix. Also das/ ich bin Taxi gefahren, ich hab gedacht ich hab das Auto verkauft mit dem Hansa Taxi, ich bin ja auch schon bevorzugter Kunde, aber so oft auch nicht, wenn ich anrufe, hab ich gleich so ein Anruf (unv.) der antwortet drücken Sie die eins zwei oder drei und dann hab ich sofort jemand, aber mein Sohn muss mir die App einstellen für Moja. Nee nee ich kann/ das kann ich mir auch nicht leisten bei dem Geld hier, was ich für die Wohnung bezahle, dass ich da ständig Taxi fahre, das geht/ ständig ja auch nicht. Aber so 400 sind schon drauf gegangen. Glaube ich, auch zum Arzt mal nä und so, und wenn ich Pflegestufe drei hätte, dann könnt ich ja mit Moja sogar umsonst fahren nä, aber das krieg ich noch nicht. Ich habe auch 2 nur bekommen weil mir jemand ein Tipp gegeben hat, sonst hätt ich nur eins gehabt. Aber ich hab schon von dir die Sachen, die ich aber sehr gut verstecken kann. Nur man sieht's nicht und dann kriegt man auch nicht so geglaubt wenn man sagt ich kann dieses oder jenes nicht nä. Aber ich hab schon handfeste Sachen. .. Und es strengt mich auch sehr an, wenn ich mit öffentlichen Verkehrsmitteln in die Stadt fahre. Und äh ach ein tolles Erlebnis hatte ich hier nicht im Haus, aber in der U3. Von der Stadt nach [Stadtteil], und, ich steige ein und [Stadtteil], und dann fährt die weiter und macht den Kringel und fährt nicht hier in die .. Ha/

- 88 I: [Stadtteil].
- 89 P: Genau. Es es war abends schon um halb zehn, ich hatte mit den Ohren also ich hatte Termine und bin dann noch an die Alster ach es war so süß es war so ein toller Sommerabend und da saßen so viele junge Pärchen da und eines kuschelte so schön und da gehe ich vorbei die saßen unten am Wasser also gleich und dann hab ich gesagt ja ja Liebe ist schön das weiß ich noch von früher (beide lachen) die haben sich so amüsiert. Ich habe mich dann auch noch hingesezt, im Nu war es so spät, und da waren zwei Männer, ich glaube es waren Ausländer, aber die sagten mir zwar wie ich fahren soll, aber die Frau schüttelte immer mit dem Kopf. Und ich war dann bisschen aufgeregt. Und dann sagt sie wissen Sie was, ich bring sie .. rüber. Das war, wenn ich [Stadtteil] fahre und die macht die nächste Station von dem Ring. Und es war ein Glück, da gab's kein Lift, sondern ne wirklich steile lange Treppe nach oben zum Bahnsteig. Da hat sie mir den Rollator ge/ äh hochgetragen. Ich sag Sie schickt der Himmel, ich hätte hier gestanden und gut ich hätte jemand angesprochen also ich hab da wirklich gute Erfahrung, dass man immer wieder Hilfe kriegt, aber die war super. Ich meine die ist wahrscheinlich von ihrem Feierabend nä und dann sagt sie Sie müssen jetzt bis Bahnhof [Stadtteil] und aufpassen, dass da steht [Stadtteil] sonst fahren Sie wieder den Kringel. Na klar, dann war's mittlerweile zehn, vielleicht sogar schon Viertel nach zehn, es wurde schon so ein bisschen schummrig und der Weg ist ja auch erst mal dann nä einsam und da hab ich gedacht dass darf ich nicht wieder machen, so spät. Aber ich hatte mich mit der Zeit/ ich hatte bis halb sechs Termine, und dann hab ich gedacht oh jetzt will ich aber noch ein bisschen [Bundesland] genießen und ich bin begeistert wie positiv [Bundesland] sich verändert hat nä. Und äh ja das also das war die tollste Erfahrung da denke ich so gerne zurück. Wer macht das nä steigt mit einer alten Frau aus. Die würden vielleicht sagen die braucht ja nicht um diese Zeit zu fahren was macht die so spät noch hier nä.
- 90 Wenn andere Leute Feierabend haben/ ich bemühe mich aber auch nicht zu fahren mit öffentlichen Verkehrsmitteln wenn Feierabend Schluss ist, denn mit meinem Rollator/ in der U-Bahn passt man nicht durch die Gänge. Und dann muss ich immer gucken, wo diese Plätze sind und besonders im Bus und wenn man so gegen vier fünf fährt, dann kommen die Mamis mit ihren Kinderwagen und die sie dann von der Tagesstätte und so weiter abgeholt haben also das ist ein ziemliches Gedränge, da hat mir auch mal eine farbige sehr gut geholfen, da konnte ich die Tafel nicht sehen wann ich hier aussteigen muss nä und die sagte ja ich wir fahren äh wir steigen auch dabei mit nem süßen kleinen Mädchen unterwegs und die hat mir dann Bescheid gesagt und mir auch raus geholfen und dazu hab ich zu sagen, dass .. also ich würde sagen 70 % der jungen Ausländer helfen, die sehen das sofort. Neulich musste ich auch da war eine Stufe nä musste ich runter und das kann ich nicht mit dem Rollator. Da stehen/ ein deutscher Mann, noch, also, der guckt mich an, dem ist nicht eingefallen, nur mal den Rollator runterzuheben. Ich sag bitte helfen Sie mir. Ich war ein bisschen sauer und dann hat mir ein junger Ausländer geholfen und der hat sich den Deutschen aber ganz genau angeguckt so wie (tiefe Stimme) "also weißt du".
- 91 Ich hab das Gefühl, dass die Leute/ also noch viel im Familienverbund leben wo auch alte Leute Großeltern sind die dann ihre Hilfe brauchen. Also meine Kinder zum Beispiel haben nie mit alten Großeltern gelebt, die waren in der DDR, meine Eltern sind früh verstorben, die haben das gar nicht mit ge/ bekommen wie man .. na .. immer weniger kann nä die alten Leu/ ich hab das mit meiner Großmutter die lebte bei uns in der Familie hab ich das mitbekommen, dass man ihr helfen muss. Die fiel dann auch immer wie so ein Baum nach hinten. Ach da hab ich sie ein paarmal aufgefangen als Kind und aber meine Kinder haben das nie mitgekriegt. Ich weiß auch nicht wenn ich mal/ sollte ich mal auf einer Pflegestation liegen, ist ja immer gut, wenn Angehörige

auch mal kommen und mal die Bettdecke heben und gucken, ob die Mu/ Mutter sich wund gelegen hat. Ich weiß nicht, ob meine Kinder da draufkommen. Also das muss ich ihnen mal beibringen, dass es ganz wichtig ist. Das sie da mal nach bestimmten Sachen gucken. Ja aber ich werde kein Pflegefall. Ja das ja, wir werden sehen.

- 92 I: Mhm. Sie haben mir ja schon erzählt, dass das Leben hier in der Wohnung auch sehr teuer ist. Mhm wie ist denn so Ihre finanzielle Situation? Können Sie mir die ein bisschen näher beschreiben?
- 93 P: Meine finanzielle Situation dadurch, dass ich nur Ausbildung gemacht hab und dann geheiratet, habe ich ja keine eigene Rente. Also ich mein Mann wie gesagt der hat mich gut versorgt. Ich bekomme monatlich so viel Geld, dass ich mir die Wohnung leisten kann. .. Ich hoffe es wird noch ein bisschen übrigbleiben, weil man muss ja dann auch Nachzahlungen machen. Ich hab ein kleines Polster .. und ich hab [Zensur] noch eine kleine Ferienwohnung, da hab ich das schon so geregelt, wenn das, was ich habe, nicht reicht, dass die dann verkauft wird. Also mein/ meinen Kindern hab ich gesagt geerbt wird, wenn ich nicht mehr da bin, nicht vorher. Also ich muss auch Buchführung machen, ich reise nicht mehr, [unv.] hab ich genug gut dies und jenes brauch ich mal also die Ansprüche sind nicht mehr so .. und hier ist auch ne einfache Gegend da kann man, nä, also im [Ort] da war ich im Blockhaus und da hab ich dann diese gestylten Frauen gesehen und auch wenn man im Alstereinkaufszentrum in die Geschäfte kommt man wird schon so ein bisschen in gewissen Geschäften angeguckt und da hab ich auch gedacht du passt gar nicht mehr ins Alstertal. Du willst das alles gar nicht mehr, dass du denkst oh Gott, heute muss ich mich aber tip top anziehen, weil ich da und da hingehne. Also das muss ich nicht mehr haben und also ich denk/ ich komme mit dem Geld was ich habe rum und es wird noch ein bisschen übrig bleiben. Ich/ wenn nicht irgendetwas reinhaut, dann ich hab mir das auch reichlich überlegt nä. Aber wie gesagt mein Mann war ja Ordinarius für Neurologie an der Uniklinik nä für diees halbe Jahr und Gott sei Dank ist er dadurch verbeamtet und ..
- 94 wie gesagt ich kann mich glücklich schätzen, dass ich die Pension habe. Aber ich sage manche sagen du hast ja nie gearbeitet, mein Ältester der bringt manchmal so Sachen raus. Ich sag wenn ich nicht gewesen wär ihr hättet aber dumm geguckt, wenn ich auch noch ein Beruf gehabt hätte. Vater hatte schon keine Zeit, sollte ich auch keine Zeit für euch haben und ich sag weißt du, dass das viel schwieriger ist zu Hause dir die Arbeit einzuteilen und ja alleine so vor dich hin zu zu machen und ich hab ja die Autos gekauft ich hab die Wohnung in [Bundesland] damals ausgesucht, wenn mein Mann Garderobe brauchte, dann bin ich in Göttingen in die/ zu den Herrenausstatter gegangen hab geguckt was kommt für ihn in Frage. Nur um Zeit zu sparen, das ist ja kein gewöhnliches Hausfrauendasein gewesen. .. Ich hab das Auto, wenn die Winterreifen/ also alles alles damit mein Mann auch Freizeit hat für uns und er war so dankbar dafür und hat es so anerkannt, vielleicht wenn das nicht gewesen wäre, wenn er das alles als Selbstverständlichkeit hingenommen hätte, wäre ist mir auch nicht so leicht gefallen, ich hab das ganz einfach als Beruf gesehen. Es war in der Zeit noch so nä also mit den Kindern Schularbeiten das das war/ hab ich alles übernommen, vielleicht manchmal Mathe, da bin ich nicht so ein Held gewesen nä. Aber sonst oder zum Beispiel war Besichtigung von der Bundeswehr, die war stationiert nä. Ja Tag der offenen Tür, da bin ich mit den Jungs hin und bin mit ihnen auf ne Panzerspähwagen gefahren aber das ist nix für Frauen, (unv.) rutscht alles weg, also solche Sachen auch nä und äh auf der einen Seite erkennt er es ja auch an, aber ja du weißt ja gar nicht wie das Berufsleben ist. Ich sag nein aber ich hab's durch euren Vater erlebt. Ich weiß wie's ist da musst du mir nichts erzählen. .. Nä.

- 95 I: Ich bin mit meinen Fragen tatsächlich jetzt am Ende, gibt es noch etwas worüber Sie reden möchten was wir noch nicht besprochen haben, was Ihnen wichtig ist zu erzählen?
- 96 P: .. Ah ich kann Ihnen das noch erzählen mit der zweiten Beziehung, wenn äh sie das interessiert?
- 97 I: Sehr gerne.
- 98 P: Also meine .. Tochter war 14 und fing so mit den Jungs an so ein bisschen nä, nicht mit abends weggehen oder so aber anrufen, wie das so ist. Und dann hab ich mal mit dir gesprochen, hab gesagt, weißt du, du musst aber nicht auf Wünsche der Jungs eingehen, lass dir Zeit mit all dem und hab ihr von diesem Freund erzählt von der Schweiz. Das/ stellen Sie mal aus, das muss nicht da rein/ da sein.
- 99 I: Okay. .. Dann mach ich mal/ - Pause -
- 100 I: Also ähm ich wollte nur fragen wie sie das Gespräch jetzt erlebt haben?
- 101 P: Dieses Gespräch//
- 102 I: Ja unser Gespräch//
- 103 P: Sehr angenehm. Ja.
- 104 I: Ja, schön. Das freut mich.
- 105 P: Ich hoffe ich konnte Ihnen bisschen was mitgeben?
- 106 I: Ja total, ganz viel, vielen Dank.
- 107 P: Also ich möchte Ihnen mitgeben, es hat gar keinen Sinn, wenn so ähm Schicksalsschläge kommen .. sich dagegen zu wehren und zu fragen warum ich? Warum ich gerade? Ich hab das doch nicht verdient. Sie können es eigentlich nur annehmen. Und und versuchen äh damit klarzukommen ohne/ ich hab das auch alles überwunden, ohne Psychotherapeut, ohne Depression und so. Ich habe/ hatte auch äh dunkle Tage, aber ich sag immer, ich konnte mich immer noch selber am am Haarschopf rausziehen, bis jetzt im im Januar, da hatte ich eine Altersdepression, aber das hing mit dem Umzug zusammen und es ging mir Gesundheit nicht gut und, da stand alles vor mir wie ein Berg und werden mir meine Kinder helfen? Und da hat's halt ausgehackt. Das war so schlimm, dass ich dachte ich wär dement, das war ganz ganz schlimm.
- 108 I: Und wie sind Sie da rausgekommen aus der Altersdepression?
- 109 P: Ich ähm ... ich war drei Tage zur Diagnosestellung in der neurologischen Klinik. .. Ich hab Gefäßveränd/ also ich war schon Patientin da nä und die haben mich da auf den Kopf gestellt und Tests gemacht und auch meine Hausärztin mit der ich mich mehr medizinisch unterhielt die sagte ganz spontan Frau [Nachname]. Sie haben keine Demenz. Ich konnte nicht essen, ich hab abgenommen wie verrückt, ich konnte nicht schlafen, und ich war total durcheinander, ich hatte Gangstörungen. Ich konnte meine meine Arztrechnung nicht einreichen, es war, es war wirklich schlimm. Und dann haben die mich da auf n Kopf/ also Untersuchungen gemacht und so weiter.

Und ich musste auch ein Test machen, ich wusste nichts, es war ganz sam/ simpel, ich musste Wörter mit F suchen, Fahrrad und und und mir fielen zwei drei ein und dann war .. war es dicht. .. Und ähm .. ja und dann habe ich zu dem Arzt gesagt das war ein Inter/ der war also der war ganz toll und da hab ich gesagt ich will und dann in ein gemeinschaftliches Wohnen, wo eigentlich erwartet wird, dass man sich auch einbringt nä hab ich gesagt, die schmeißen mich raus, ich bin eine Belastung da, ich gehör nicht dahin und dann hab ich zu dem Arzt gesagt (lacht) kann ich denn da hinziehen? Ich fühle mich völlig fehl am Platz. Ich konnte nicht weinen, ich hätte gern mal geheult, ging nicht. Ich weiß nicht, ob Ich's inzwischen kann, ich konnte nicht mehr lachen ..

- 110 ich hab ganz kleine Schritte gemacht. also es war wirklich schlimm. Also zu meiner irischen Freundin kann man sagen hab ich gesagt Hillary, ich ich werde dement, das hab vergessen also es war schlimm und dann hab ich meine Seelen-Pillen gekriegt. Jetzt kam aber der Umzug ganz nah und ich hab mit einer Tablette angefangen und sollte dann dann noch eine Woche zwei nehmen und nach einer Woche drei und die eine Tablette die hat mich schon umgehauen am nächsten Tag ich konnte vorm Mittag gar nichts machen, und seitdem nehme ich eine Tablette und konnte meinen Umzug schaffen und es wurde innerhalb weniger Tage besser. .. Und da war das ne Altersdepression. Ich hab da also Depression kenne ich aber dass man in so einen Zustand kommt, das ist Wahnsinn. Ich war/ ich hab gesagt, ich bin nicht mehr ich selber. Nä. Und dann die die Seelen-Pillen haben mir geholfen, aber ich muss jetzt hier einen Arzt haben, ich muss unbedingt den Neurologen dort anrufen, der sagt der hat im [Stadtteil] Krankenhaus ist ein Kollege, muss/ und ich muss von den Tabletten weg. Aber ohne die Dinger kann ich nicht einschlafen, wahrscheinlich, es dauert eine Überbrückung nä. Aber ich will von dem Zeug weg. Aber das war meine Rettung wirklich/ mein äh Katja und und Roger mein zweiter Sohn, die haben mich in dem Zustand gesehen und haben also gemerkt, Mutter muss geholfen werden. Da ist Katja mit dem Zug gekommen. Und er von [Bundesland] äh von Flensburg war dreimal da, Katja zweimal auch mit ihrem Partner. Die haben in drei Tagen also so viel weggeschafft. Ihr Partner ist handwerklich auch so begabt. Wie der die die Sachen eingepackt hat und so, also ganz toll. Hier von den Bildern hat er die Löcher beschwert, man sah nichts mehr (lacht). Also was die was die da geschafft haben das war toll.
- 111 I: Vielen Dank, dass Sie mir davon auch noch erzählt haben zum Abschluss.
- 112 P: Weißt du das das war schlimm. Wenn Sie mal mit alten Leuten zusammenkommen die plötzlich so einen Ausfall haben, denken Sie mal dran nicht gleich dement, sondern erstmal einem Neurologen vorstellen und testen lassen und so es muss nicht alles eine Altersdemenz sein, es kann eben auch so was sein, also wie gesagt mein Mann hätte das sicher auch gleich diagnostizieren können als Neurologe.
- 113 I: Ja Frau [Nachname] ich bedanke mich bei Ihnen für das Gespräch//
- 114 P: Ja gern geschehen//
- 115 I: Für Ihr Vertrauen und für Ihre Zeit.
- 116 P: Ja, ich hoffe es hat Ihnen geholfen, aber wie gesagt es ist nicht .. äh es ist schon privilegiert nä und ich bin auch dankbar und ich erkenne das auch wirklich an, dass es mir so gut geht. Ich komme manchmal morgens hier rein, dann scheint die Sonne hier rein. Also dann sag ich .. danke, lieber [Vorname Ehemann], dass du mich so versorgt

hast, dass ich mir so was leisten kann. Willst du nicht wieder bei mir einziehen, ich hab ein Zimmer für dich (beide lachen).

117 I: Das wär schön ja.

118 P: Ja er ist ja 46 Jahre tot nä. Aber das ist immer noch, das wird auch nicht/ also ich glaube so .. die erste, große Liebe, und wenn man dann heiratet, das ist irgendwie/ man lernt dann noch äh Menschen kennen wie ich eben dann meinen Partner. Aber es ist nicht mehr/ man ist ein fertiger Mensch nä .. und man sieht manche Dinge auch nüchterner ... und mein Mann der hat, ja, der hat mich in gewisser Weise ja, auch wenn sie es so wollen, geführt, ich gebe das ganz ehrlich zu, in in seinem Gebiet und so. Aber so, dass ich das nicht merke, der war da ganz geschickt. Und vor allen Dingen er hat er hat das anerkannt, dass ich ihm den Rücken freigehalten hab, und das ist ganz wichtig, dass man sich auf einer Linie fühlt und nicht der eine da oben und der andere da unten. Ich habe ja nun kein Studium. Und .. wissen Sie, was ich lernen musste?

119 I: Was denn?

120 P: Von zu Hause. Friseur.

121 I: Aha.

122 P: Ich war überhaupt nicht da/ mit solchen Händen Friseur weil ein Onkel einen Friseursalon hat und er hat immer gesagt die [Vorname] kann den Erben, wir haben keine Kinder. Und ich konnte nicht widersprechen, und dann habe ich die Prüfung noch gemacht, es war ein Fiasko, aber mit zwei bestanden (beide lachen) und aber nicht mehr in dem Beruf gearbeitet. Dann habe ich noch (unv.) gemacht, und die Arzthelferin Ausbildung. Und da hat mein Vater, mein Pflegevater, mein Vater, ein halbes Jahr nicht mit mir gesprochen. Du willst was Besseres sein, um so weiter, aber ich war einfach/ mir war das so (Betonung) "egal". Die die Frisuren also die Frisur/ es gibt ja viele Friseurinnen, die sagen, ich wusste das schon immer, ich wollte das werden. Aber ich war/ ich wollte Krank/ also in dem medizinischen Bereich, das war mein Interesse, Krankenschwester oder dann hätte ich natürlich von zu Hause weg gemusst.

123 I: Ja, ja. Ich beende mal die Aufnahme.

Transkription Frau Seidel

- 1 Interviewpartner*in: Frau Seidel (Kürzel: Se.)
Interviewerin: Frau Huneke (Kürzel: I.)
Ort: Wohnung von Frau Seidel
Datum: 01.09.2023
Dauer: 53 Minuten
- 2 I: Gut, dann läuft die Aufnahme .. und wir starten. Also ich stelle mich noch mal vor, ich bin Lynn Huneke und studiere Soziale Arbeit im Master an der Hochschule in Hamburg, und für meine Masterarbeit schaue ich mir die Lebenslagen an, von verwitweten Frauen. Insbesondere interessiere ich mich für Ihren Alltag, wie Sie den gestalten. Und dabei kann es zum Beispiel um Ihre sozialen Kontakte gehen, Ihre Freizeitaktivitäten, Wünsche und Sorgen. Nehmen Sie sich gerne Zeit, Sie können ruhig ausführlich antworten, wenn Sie zwischendurch eine Pause brauchen, sagen Sie mir Bescheid oder wenn Sie etwas nicht beantworten möchten, sagen Sie auch gern Bescheid. Dieses Gespräch wird vertraulich behandelt und alle persönlichen Daten anonymisiert. Ich werde Ihnen zu verschiedenen Themen jetzt Fragen stellen und Sie entscheiden dabei, was Sie mir erzählen möchten und was nicht. Gut, dann starten wir. Erzählen Sie mir doch mal von einer normalen Woche, wie läuft die ab und was machen Sie da?
- 3 Se: Es gibt keine normalen Wochen für mich. Denn ich hab äh jetzt gerade innerhalb von zwei Jahren den zweiten Umzug hinter mir, und ähm ich hoffe, dass ich in drei bis vier Wochen eventuell in ein Leben geleiten kann, in dem die Wochen wieder normal werden. Bisher habe ich sehr viel planen müssen umsetzen müssen, mich mit Menschen treffen, die mir helfen können äh und ähm deswegen kann ich Ihnen jetzt nicht sagen, wie eine normale Woche ist. Es hängen hier gerade seit einer Woche erst die Bilder an der Wand, und ich habe jetzt erst so das Gefühl äh der Umzug ist bewältigt. Deswegen kann ich Ihnen die Frage jetzt nicht beantworten.
- 4 I: Okay, und wie sah vielleicht die letzte Woche bei Ihnen aus?
- 5 Se: ... Ich hatte viele Termine, ich hatte Arzttermine ... nein ich hatte nur einen Arzttermin. Also ganz besonders wichtig ist ein Nachmittag in der Woche, und den halte ich mir auch in der Regel frei. Das ist der Dienstagnachmittag, da spiele ich Skat. Und äh zwar bin ich einer Skat Gruppe beigetreten, ein halbes Jahr nachdem mein Mann gestorben ist. Diese Menschen haben mich sehr freundlich aufgenommen und ich treffe mich mit ihnen jetzt eben .. dienstags, ja, seit fast zwei Jahren und, ja das ist immer/ und in dieser Zeit vergesse ich alles. Den Kummer die Trauer den Stre/ Umzugsstress und deswegen ist mir das sehr wichtig. Und ansonsten ja ich habe mich mit Freundinnen getroffen und mit Freunden, ich äh habe auch mal einen halben Tag lang eingekauft. Ja, es dauer/ dauert auch so äh in der Wochenplanung so .. immer mal wieder eine Stunde, dass man dass ich die Wohnung ähm ... ja pflegen muss. Es ist eine Neubauwohnung die möchte ich auch gerne gut erhalten. Viel Telefon, wenn man alleine lebt, hat man viel Telefon. Meistens freue ich mich, manchmal stört es. Ja und abends ähm sitze ich in der Regel auf dem Balkon und lese und sehe viel weniger fern, als ich gedacht habe, dass ich es in dieser Lebenssituation tun wird tagsüber nie.
- 6 I: Sie haben mir gerade von Skatspielen und Lesen berichtet. Was macht Ihnen sonst noch Freude, was bringt Ihnen Spaß?

- 7 Se: Ich beginne den Morgen immer egal wann ich aufwache was sehr früh ist, mit einem Becher Kaffee und meinem Strickzeug. Ich erstricke sehr gerne Strümpfe weil man da so fröhliche Farben verwenden kann und weil meine Strümpfe sehr begehrt sind im Familien- und im Freundeskreis. Also das macht mir Freude, es macht mir sehr viel Freude und ist mir wichtig, im Austausch mit anderen Menschen zu sein. Ich habe einen großen und intensiven Freundeskreis .. weitestgehend jetzt alleinlebende Frauen, aber auch viele Ehepaare aus der vorherigen Zeit und ähm das macht mir auch sehr viel Freude und das ist mir auch wichtig.
- 8 I: Sie haben mir gerade berichtet, dass Sie äh erst die Bilder letzte Woche aufgehangen haben. Seit wann wohnen Sie denn jetzt hier?
- 9 Se: Der Umzugstag war der 12. Mai, also seit dreieinhalb Monaten. Aber ich musste ähm auch immer/ ich bin technisch total unbegabt und auch uninteressiert und ich musste auch immer abwarten ähm dass Menschen mir geholfen haben. Ich habe auch sehr viel äh also investiert in Umzugsunternehmen in Handwerker aber zum Glück kenne ich auch Menschen die mich unterstützen.
- 10 I: Und was machen Sie, wenn es Ihnen mal schlecht geht?
- 11 Se: Ähm dann ähm neulich war das so, es war also der Sonntagnachmittag, obwohl ich den Tag über Besuch von einer Freundin hatte als sie weg war ähm ging es mir/ da wurde ich traurig und dann geh ich raus. Meistens fahre ich dann entweder von hier aus mit dem Bus oder ich setze mich schnell in mein Auto zum Ohlsdorfer Friedhof und gehe eine Runde, das tut mir gut. Oder ich rufe Freundinnen an, aber manchmal äh mag ich auch niemanden dann anrufen, dann brauch ich die Natur.
- 12 I: Sie haben mir jetzt schon von vielen Freizeitaktivitäten berichtet, also das Stricken, das Lesen. Gibt es da noch etwas .. was Sie regelmäßig machen?
- 13 Se: Ich möchte gerne wieder anfangen, Sport zu treiben und habe ähm mich um/ habe schon hier einen Fitnessclub in der Nähe ähm besichtigt, wo es auch Wassergymnastik gibt. Wenn ich eine Struktur in die Woche bekomme, möchte ich gerne ähm leichte ausdauernde Sportaktivitäten mit einplanen. .. Ansonsten nehme ich zur Zeit an drei Sem/ verschiedenen Seminaren teil .. ja und was ich gerne mache ich möchte gerne ähm das Z/ ich habe das Ziel ähm Mensch/ mit Menschen in Kontakt zu kommen und Menschen, die ähm sich alleine fühlen vor allen Dingen auch trauernden Menschen denen zu helfen. Also das plane ich äh ehrenamtliche Tätigkeit plane ich für die Zukunft ein.
- 14 I: Spannend.
- 15 Se: Naja, muss ja einen Sinn haben irgendwas.
- 16 I: Mhm ja. Hatten Sie da auch Unterstützung in dieser Phase?
- 17 Se: Ja, die habe ich mir aber selbst gesucht, die äh die die kommt nicht von selber. Ich habe Unterstützung gehabt, indem ich äh ja mich informiert habe, und diese Unterstützung war sehr wichtig. Erst war ich in einer Trauergruppe in der [Ort], die war von einer ähm Ehrenamtlichen geleitet und war nicht professionell geleitet, aber es hat mir gut getan dort Menschen kennenzulernen die in der gleichen Situation und genauso fassungslos waren wie ich. Damit ging es los. Eine sehr gute Unterstützung habe ich durch den Malteser Hospizdienst bekommen die sitzen in [Stadtteil] und die

bieten Trauer-Spaziergänge, Trauer-Abendessen und auch ähm ja ich weiß nicht zweimal im Jahr ein geleitetes Trauer-Seminar, das sind zehn ähm Male gewesen und das hat mir sehr geholfen, aber das war, ja von erfahrenen Trauerbegleiterinnen dann geleitet. Also das war nicht nur dass man sich austauschte, sondern da gab es auch Impulse. Das hat mir aber sehr geholfen. Aber ganz wichtig ist es sich Zeit zu nehmen äh für und so also und manches muss man auch bezahlen das ist klar. Das ist ja nicht umsonst. Sich Zeit zu nehmen für Menschen die in so einer Situation sind. Und ähm das wäre eventuell später mein Ziel. Mir Zeit zu nehmen, weil Trauernde eine andere Sprache sprechen und ein anderes Gefühlsleben haben als äh Menschen die das noch nicht erlebt haben. Also das ist eine ganz klare Erfahrung, die ich gemacht habe.

- 18 I: Mhm. Sie haben mir berichtet, dass sie jetzt in kurzer Zeit zweimal umgezogen sind. Darf ich fragen ähm was der Umzug davor für einen Hintergrund//
- 19 Se: Ich war in zweiter Ehe verheiratet und mein Mann hatte ein großes Haus. Ein Einfamilienhaus hier in [Bundesland]. Und wir wurden ein Paar. Ich habe mit seiner ersten Frau zusammen studiert und es war eine Familienfreundschaft. Sie starb mit Anfang 50 an Krebs. Und äh nachdem sie gut ein halbes Jahr tot war, .. äh wurde aus uns Paar/ beiden dann ein Paar und die Kinder von ihm waren entsetzt. Sie waren erwachsen sie waren Ende 20. Und die Mutter hatte den Kindern, ehe sie starb, das Versprechen abgenommen, dass äh sie alles dafür tut tun, dass ihr Mann nie eine andere Frau im Leben haben wird. Obwohl er ja in den Fünfzigern war, und sie haben alles getan, um uns das Leben ungemütlich zu machen ich verstand es nur die ersten Jahre nicht und als mein Mann ganz/ und es war immer kritisch. Ja und als mein Mann ganz plötzlich schwer krank wurde, dann wurde aus diesem kritischen Familienleben .. ein Kampf. Und als mein Mann tot war, wurde es schlimmer und es war klar, dass ich schnellstmöglich aus seinem Haus ausgezogen bin, das die Kinder ja geerbt haben.
- 20 Und dann bin ich in eine Dreizimmerwohnung gezogen, im zweiten Stock. Und äh die war sehr schön groß und hat mir sehr gut gefallen. Aber dann hat sich eine Freundin von mir, als sie falsch aus dem Bus stieg kompliziert den Fuß gebrochen und mir wurde klar, wenn mir irgendetwas passiert, ähm sei es, dass ich krank werde äh oder einen Unfall habe ich äh ja es ist keiner mehr da der für mich sorgen würde und dann habe ich meine Söhne gefragt was wäre wenn mir das passiert würde käme ich in die Kurzzeitpflege und sie sagten ja. Und .. da will ich aber nicht hin. So schnell. Und da bin/ habe ich mich bei verschiedenen Stiftungen .. ja ich bin eine Kümmererin auch für mich selbst, ich habe mich informiert. Und da ich die [SWA] schon immer kannte, weil die Schwiegermutter meines Mannes da gewohnt hatte und ich sie jahrelang dort besucht hatte, hab ich mich auch an die [SWA] gewandt, aber ich würde nie einen Wohnungsberechtigungsschein bekommen, und als ich dann von dieser Dependance hörte, hatte ich eine Ahnung und Hoffnung, dass das meine Wohnform werden würde. Und so ist es dann gekommen. Ich bin froh und dankbar und ich glaube, mehr hätte ich auch jetzt nicht tun können um ein sorgloses Alter äh anzustreben. Ja und deswegen zwei Umzüge in zwei Jahren.
- 21 I: Mhm ja, da haben sie einiges durchgemacht in den letzten zwei Jahren.
- 22 Se: Hab ich, aber das schlimmste war ja der Tod meines Mannes, dass der sehr plötzlich kam.

- 23 I: Mhm ja .. und wie erleben Sie die Unterstützung in Ihrem Alltag, also wie hat sich das vielleicht auch seit dem Tod Ihres Mannes verändert?
- 24 Se: ... Ja wa/ Auf diese Frage/ ich find die Frage sehr schwer zu beantworten. Ähm ich bin natürlich jetzt unterstützungsbedürftiger geworden. Ähm durch diese Wohnform habe ich, glaube ich, äh einen Anspruch auf mehr Unterstützung, das habe ich aber noch nicht ausprobiert, also ich habe gelesen, dass man eine vermehrte Hausmeister-Tätigkeit beanspruchen könnte, aber ich habe noch/ bis auf einmal als mein Notrufknopf äh installiert wurde hier noch nie ein Hausmeister von [der SWA] gesehen. Dazu kann ich also noch nichts sagen, vielleicht ähm komme ich irgendwann in/ ich habe auch nie gewagt, da anzurufen und zu fragen, ob die mir mal ein Regal anbringen würden. Vielleicht hätten sie es getan, vielleicht habe ich mich auch zu wenig darum gekümmert. Der Hausmeister hier von [Baugesellschaft] ist für solche Arbeiten nicht da, das ist hier eine/ ein normaler Vermieter und der sorgt dafür, dass draußen alles/ ist ein sehr freundlicher Mensch, aber den könnte ich nie bitten innerhalb der Wohnung etwas für mich zu tun. Vielleicht fällt mir jetzt ein oder auf vielleicht sollte ich mich mehr kümmern was ist, wenn ich hier innerhalb der Wohnung eine Notlage hab? Könnte ich dann bei [der SWA 1] anrufen?
- 25 I: Sicherlich, dafür ist ja der Betreuungsvertrag auch da.
- 26 Se: Ja hab ich noch nicht ausprobiert.
- 27 I: Sie sind ja auch noch sehr frisch hier und da muss man ja auch erstmal ankommen und//
- 28 Se: Genau ja und sonst haben wir Alten, die wir hier in diesem Haus wohnen untereinander einen guten Kontakt. Ja und ich habe Freunde und ich habe auch Söhne, obwohl äh der eine nicht in [Bundesland] wohnt und der andere durch seine Berufstätigkeit ähm ja sehr belastet ist. Aber wenn etwas mit mir wäre, wären sie da. Aber ich würde sie nie bitten, mir hier jetzt Bilder aufzuhängen oder sonst was.
- 29 I: Okay mhm Sie haben mir ja schon von einigen Menschen erzählt, die Ihnen wichtig sind beim Skat die Gruppe oder andere Telefon/ Telefonate mit Menschen mit denen Sie telefonieren. Ähm erzählen Sie mir doch gerne mehr von den Menschen aus Ihrem Leben, also wer ist Ihnen wichtig und zu wem haben Sie auch regelmäßig Kontakt?
- 30 Se: Ich habe sehr gute Freundinnen, jetzt seit 40 50 Jahren oder auch Ehepaare. .. Ich bin äh offen auch für neue .. Begegnungen und gegebenenfalls zukünftigen Freundschaften. Ich hab eine Frau in der Trauergruppe kennengelernt wir sind jetzt sehr eng befreundet und treffen uns jedes Wochenende einen Tag, denn die Wochenenden sind die schwierigen, wenn man alleine lebt, es sind mehr Menschen da als ich bewältigen kann. Ja. Ja und mit meinen Söhnen und Familien habe ich ja auch Kontakt.
- 31 I: Mhm und wie sieht der Kontakt aus, telefonieren Sie, sehen Sie sich ab und zu?
- 32 Se: Also wir sehen uns/ wen meinen Sie jetzt? Freunde? Das ist eine Mischung. Es äh es/ ich sehe eigentlich jeden Tag irgendjemanden, auf Spaziergängen, ich hab Telefonseelsorge gemacht, viele viele Jahre, und da ist auch ein Kreis, die kommen heute, und dann spielen wir Doppelkopf und reden sehr vertraute Gespräche. Aber wir sind ja auch alle geschult und wissen das was hier oder unter uns gesprochen

wird, bleibt auch unter uns und die diese Frauen, die haben auch ähm mich durch diese schwere Trauer sehr einfühlsam und stetig begleitet, ja. Und es sind Freundschaften zerbrochen, weil .. auch viele oder nicht viele es ist gar nicht viele, aber einige sind so erschüttert gewesen und kriegen auch Angst, für ihr eigenes Leben wenn man so über 70 ist, es könnte ihnen auch passieren, dass sie plötzlich alleine wären oder das Thema äh sich zu verkleinern oder gar das Haus zu verlassen, macht Men/ vielen Menschen Angst und sie sagen dann ich bin nicht so weit, aber möchten auch damit nichts zu tun haben. Ja, und ich habe eben doch einigen vorgelebt, etwas ähm was sie selbst nicht erleben wollen, und dann werden manche Beziehungen flüchtig, dafür kommen (Betonung) "neue" .. und man versteht sich dann neu und ähm ja, und es sind aber auch viele da die, wo die Freundschaften tiefe Wurzeln haben, und die Zeit ähm in der ich sehr bedürftig war die ist jetzt ja vorbei es heißt jetzt jetzt gebe ich auch wieder und nehme nicht nur.

- 33 I: Mhm. Sie meinten, Sie wohnen hier erst seit drei Monaten ähm haben Sie denn auch schon Kontakt zu anderen ähm Bewohnern hier aus dem Haus?
- 34 Se: Ja ja. Also und wir wir [Bewohner*innen der SWA 2] haben untereinander einen guten Kontakt, wir alten, obwohl es für unsere Generation nicht üblich ist, wir duzen uns alle, wir ähmm klingeln wenn wir etwas brauchen und sei es, Paniermehl oder sonst was, wir teilen die Sorgen und wenn jemand äh ähm ja krank ist, nicht laufen kann, helfen wir uns auch gegenseitig und wir sind sehr in/ aneinander interessiert. Wir sind schon so ein bisschen vernetzt. Ja.
- 35 I: Meinen Sie mit wir jetzt Ihren Hauseingang hier.
- 36 Se: Ja es gibt ja nur hier in unserm Hauseingang die [Bewohner*innen der SWA 2]. Zu der [SWA 1] selbst, also da [Straßenname] und so haben wir sehr wenig Kontakt. Da habe ich bei dem Sommerfest den Kuchenverkauf gemacht, drei Stunden lang und habe dann dadurch natürlich hinterm Tresen gestanden und äh keine anderen Kontakte geknüpft, aber ich habe doch durchaus auch schon mit Menschen gesprochen und manchmal denke ich, ich wäre lieber dorthin gezogen. Aber dass hier ähm wir haben auch eben ja das Besondere die Chance in eine nagelneue Wohnung ziehen zu können. Und wir haben hier eben einen guten Zusammenhalt. Ich weiß nicht wie es mir da ginge, ich könnte da leichter Kontakt finden, indem ich vielleicht auch mal in die Kurse gehen würde, wenn ich jetzt anfangen, Zeit zu bekommen. Am letzten Montag hätte ich Zeit gehabt, aber ich/ und hätte den Skat der [SWA 1] ausprobieren können, aber dann hatte ich keine Lust, den weiten Weg zu Fuß zu machen. Die Anbindung dorthin ist von hier aus schwierig. Es fährt kein Bus dorthin von hier aus und wir müssen also laufen und kann ich auch, aber es ist eben immer ein sich aufraffen. Es wird vielleicht für die Menschen, die nachher im [SWA 3] wohnen, nächstes Jahr noch besser, obwohl es dann vielleicht nur 500 Meter weniger sind. Und wir erhoffen uns auch äh, dass wenn ähm die nächste Dependance im [SWA 3] eröffnet wird, wir untereinander dann wieder uns verzahnen können. Das wir äh ja uns bereichern können und bestimmt wären wir dann auch erstmal für die ändern da.
- 37 I: Mhm. Es gibt ja hier auch die soziale Beratung von Frau [Nachname] nutzen Sie die?
- 38 Se: Ja. Ich äh wir mögen alle Frau [Nachname] sehr, sie ist ein ganz ganz besonders liebenswerter und hilfsbereiter Mensch. Ich habe sie noch nicht für mich privat genutzt, weiß aber ähm, dass äh wenn Not am Mann wäre ich mit dem Computer/ oder irgendwas bräuchte, ich könnte sie zumindest fragen und sie wüsste Rat. Aber es ist/

hat sich noch nicht ergeben. Doch. Ähm ich bin mit Frau [Nachname] im Gespräch und sie ist immer sehr freundlich und zugewandt gewesen.

- 39 I: Was war denn bisher Ihr schönstes äh Erlebnis hier in der Wohnanlage?
- 40 Se: .. Also diese äh Treffen die Frau [Nachname] initiiert einmal im Monat hat. Das habe ich als sehr positiv empfunden, auch eben dadurch die anderen zu treffen, aber auch ähm ja diesen Gemeinschaftsraum die Gemeinschaft kennenzulernen, und es gibt hier eine Mitbewohnerin, die zweimal im Monat sonntags vormittags kurze Spaziergänge initiiert und darauf freuen wir uns alle es werden immer mehr, bald gehen wir alle zusammen, wir gehen nie weit, weil wir auch ein bis zwei Gehbehinderte haben, wir steuern immer eine Bank oder zwei Bänke nebeneinander an, und dann sitzen wir da und reden und reden, als wären wir junge Leute, und dann sind wir nach anderthalb Stunden wieder da, das ist wa, sehr schön.
- 41 Und ähm für mich, glaube ich das Allerschönste war, dass Frau/ ich hatte ver/ versucht ein bisschen hier einen Schwung in unsere alte Gruppe zu bringen und habe gesagt wir könnten doch auch mal Spiele zusammenspielen und hatte Doppelkopf oder Skat angeboten auch beizubringen. Aber es war von den Alten niemand bereit die waren erschrocken, dass sie was Neues lernen sollen. Und da hat Frau [Nachname] in die (Betonung und langgezogen) "große" WhatsApp Gruppe, die es für die Nachbarschaft gibt, ähm geschrieben wer spielt gern Doppelkopf, und hat dann mir gesagt es gibt, vier bis fünf junge Leute, die gerne Doppelkopf spielen und eigentlich dieser schönste Moment war, dass wir uns tatsächlich .. vor einer Woche an einem Mittwochabend, und das habe ich Frau [Nachname] zu verdanken, hier im Gemeinschaftsraum, wir saßen auf der Terrasse, und ich habe mit total fremden jungen Frauen Doppelkopf gespielt, habe ihnen angeboten zu gehen weil ich doch so alt wäre und sie haben gesagt, Nein! Und diese Herzlichkeit dieser jungen Frauen und auch ihre Bitte, dass wir es also nach zwei Wochen wiederholen, da war ich ganz gerührt. Ja.
- 42 I: Das klingt auch wirklich sehr sehr schön.
- 43 Se: Ja.
- 44 I: Die WhatsApp Gruppe sind Sie da auch drin?
- 45 Se: Inzwischen bin ich auch drin und als mein Fernseher nicht funktionierte, habe ich das einfach mal da reingeschrieben, und fünf Minuten später kam das erste Angebot von einem mir (Betonung) "vollkommen fremden Mann", ich komme morgen. Es haben vier junge Männer äh gewhatsappt [Vorname Frau Se.], geht dein Fernseher inzwischen, und irgendwann habe ich geschrieben er geht wieder vielen Dank. Und auch die/ also aber wir müssen uns also noch besser kennenlernen, aber die Hilfsbereitschaft der jungen Leute äh die ist da, und sie haben mir signalisiert, dass sie es ganz toll finden, dass ich den Mut hätte, auch da reinzugehen, wenn Sie wüssten, dass Frau [Nachname] diejenige ist die mir das eingestellt hat, dass ich das gar nicht könnte, aber ähm durchaus kann ich ja WhatsApps lesen und auch zurückschreiben, aber selbst installieren könnte ich nicht und das hat Frau [Nachname] gemacht. Das ist toll und sie hat mir Mut gemacht.
- 46 I: Ist schön.
- 47 Se: Ja.

- 48 I: Hatten Sie auch schon ein negatives Erlebnis in der Wohnanlage.
- 49 Se: ... Ich muss darüber nachdenken. .. Also es gibt einiges zu bemängeln. Ja, aber das hat nichts mit [der SWA] zu tun, das hat etwas mit [der Baugesellschaft] zu tun. Ich finde die Fußböden hier viel zu empfindlich, ähm die Müllanlage finde ich nicht ausreichend. Aber es war irgendwas anderes ach ja diese äh Sache mit dem Wäschetrockner, und da rumort es unter uns Alten. Wir möchten, dass [die Baugesellschaft] uns einen Raum zur Verfügung stellt, wo wir Wäschetrockner hinstellen können. Die Wohnungen sind so klein und wir haben im Mietvertrag stehen, dass wir die Wäsche nicht in in der Wohnung äh trocknen sollen und ich muss sie auch im Wohnzimmer oder im Schlafzimmer trocknen. Warum haben Sie uns keinen Raum zur Verfügung gestellt, wo wir auf eigene Kosten einen Wäschetrockner aufstellen können? Und das ist eine negative Sache also diese Verkleinerung ist gewöhnungsbedürftig. Wenn es um praktische Dinge geht, also menschlich habe ich .. äh keine schlechten Erfahrungen gemacht, es geht jetzt eher um praktische Dinge, und da müssen wir durch.
- 50 I: Ist ja auch nicht umsetzbar wenn man drin/ drinnen die Wäsche nicht trocknen darf, wo soll man sie trocknen?
- 51 Se: Naja da müssen wir uns drüber hinwegsetzen aber ich überlege mir ganz genau wann ich Wäsche wasche die braucht nun mal 24 Stunden, und ich darf dann keinen Besuch bekommen in so einer zwei Zimmer Wohnung also, aber das ist ja jetzt hier nicht unser Thema, es gibt gewisse Dinge da müssen wir noch ein bisschen uns um eine Verbesserung bemühen.
- 52 I: Was wünschen Sie sich denn, Sie haben ja gerade schon erzählt, worüber Sie sich ärgern was wünschen Sie sich? Was anders wäre hier.
- 53 Se: Ja zum Beispiel, dass wir äh dass wir einen Raum bekommen in möglichst sogar einen Raum, wo wir Waschmaschinen hinstellen könnten dann könnten auch die Waschmaschinen aus unseren kleinen Wohnungen wieder verschwinden. Also das ist ein Gespräch, die wir Alten gerade haben nicht aber/ es ist so schwer jemanden bei [Baugesellschaft] ans Telefon zu bekommen. Ähm aber da müssen wir uns drum kümmern. Wir haben inzwischen festgestellt es ist ja unter uns so eine Einheit, da sind Kellerräume frei, und äh so viele Kellerräume wie frei sind können also können nicht zu den Wohnungen gehören und wir werden uns darum kümmern. Ja was was wir uns sonst wünschen. ... Ja ja .. dass ähm
- 54 I: Vielleicht in Bezug auf Service-Wohnen, also
- 55 Se: Ach ja, das ist klar ja ich habe ja ich bin eine von drei die ein Auto haben aber ich habe den Wunsch von anderen gehört, dass der Bus [der SWA 1] öfter hier hält, aber dann habe ich gehört der wird gar nicht genutzt. Also von uns also dieser Wunsch müsste dann auch mehr Vehemenz bekommen, wenn Sie dann tatsächlich den auch mal benutzen würden dadurch, dass ich ein kleines Auto vor der Tür habe habe ich (Betonung) "im Moment" noch nicht den Bedarf, in ein paar Jahren wird es so weit kommen. Ähm eigentlich sind wir dadurch, dass Frau [Nachname] zweimal in der Woche hier ist und uns signalisiert hat, dass wir sie kontaktieren können im Moment wunschlos glücklich mit äh [der SWA]. Ich höre die eine oder die andere, die ja so ein bisschen .. geschimpft haben, dass, wenn sie Ausflüge mitmachen, hier gerne abgeholt werden möchten. Aber da ich noch keinen Ausflug mitgemacht habe, im Gegenteil nächste Woche werde ich am/ das erste Mal an einem Ausflug teilnehmen. Ich

werde mit in die Kunsthalle gehen und da habe ich angeboten ich muss ja gar nicht von [der SWA 1] aus mitgenommen werden, ich kann ja auch mit meinem 49 € Ticket selber dahin kommen. Hauptsache ich kann an der Führung teilnehmen. Ähm ich bin auch ja noch relativ jung mit 73 und bin glaube ich, insofern nicht so eine typische .. ähm ja [SW] Alte so im Gegenteil ich könnte ja selber noch ähm ähm etwas initiieren, was ich auch machen werde. Also ich habe im Moment nichts, was ich mir besser wünschen würde, vielleicht ja .. wie gesagt, wir sind alle umgezogen und haben alle eigentlich ganz wenig Zeit gehabt. Vielleicht sollte die Frage in einem halben Jahr gestellt werden, denn wir könnten ja rüber ich hab ja gehört am Donnerstag zum Beispiel gibt es ein Frühstück aus Zeitgründen ich war noch nicht da, das wird ja alles erst kommen. Neugierig sind/ bin ich schon.

- 56 I: Mhm ja das Frühstück mit Diskussion nä?
- 57 Se: Ja ich ich müsste es mal in Kalender eintragen und mal mir vornehmen und anrufen. Also insofern ich bin zufrieden. Ja mhm.
- 58 I: Und obwohl sie so zufrieden sind, gibt es auch Sorgen, die sie im Moment begleiten?
- 59 Se: .. Sorgen, also ich muss mit der Trauer fertig werden mit diesem äh Schock ganz plötzlich meinen Mann verloren zu haben, der gesund war und wir immer gedacht haben wenn einer mal in 20 30 Jahren mal stirbt, dann würde ich das sein, aber nein. Also es ist einfach äh Sorgen nicht, aber das Alleinleben ist eine große Herausforderung. Und alleine sein, manchmal auch mit Einsamkeit, Grad am am Sonntag manchmal. Ja, es ist eine totale Lebensumstellung, also das sind keine Sorgen, sondern es ist ein schales Lebensgefühl. Ja.
- 60 I: Mhm. ... Vielleicht ist die Frage auch zu intim müssen sie auch nicht beantworten wie gesagt, wie war denn die Beziehung zu Ihrem Ehemann?
- 61 Se: Ja es war eine wunderbare Beziehung. Wir waren in zweiter Ehe verheiratet und wir hatten das Glück siebzehneinhalb Jahre zusammen zu leben und es war eine sehr sehr innige, eine naja eine echte Liebesbeziehung ja. ... Und dann ist es auch umso schwerer. Ich kenne Frauen, die sind froh oder sind vielleicht erleichtert oder wenn ein einer ein langes Siechtum hatte oder bettlägerig war, ein Pflegefall auch in diesem/ ich rede ja auch offen darüber, und in diesem Haus ist durchaus auch eine, deren Mann drei vier Jahre im Pflegeheim gewesen ist und äh die sehr ruhig und sehr ich meine, ich bin ja auch nicht laut in der Trauer aber, die sehr gut damit klarkommt, weil sie äh diesen Prozess diesen langen Prozess äh miterlebt hat und ähm ich äh bei meinem Mann, ging es eben alles vom von der Diagnose bis zu seinem Tod waren es zehn Wochen und dann kam auch noch die Coronazeit. Das war ja alles ganz/ also Corona, so der Umgang mit Corona. ich durfte fünf Wochen überhaupt nicht zu ihm in von diesen zehn Wochen. Und insofern kann ich mir denken, Witwen äh gehen unterschiedlich mit dem Tod ihrer Männer um. Wenn vorher also wenn der Mann alt geworden ist ich meine jetzt so über 80 gegebenenfalls was bei uns ja lange nicht der Fall war, wenn ähm man einen Menschen durch eine schwere Krankheit lange begleitet hat, mag der Tod eine Erlösung sein und man kommt vielleicht ähm einfacher mit der Situation des Alleinlebens klar, ähm und ich frage mich manchmal aber also wie Witwen ähm es ähm schaffen ihr Leben einzurichten gegebenenfalls wenn ein einer mal wenn einer Selbstmord macht oder bei einem Unfall oder Herz- oder Schlaganfall plötzlich umkippt also das muss ja auch ganz schrecklich sein. ..

- 62 Und ähm ich merke bei mir, dass so innerlich noch keine Ruhe drin ist. Also keine Akzeptanz, also Akzeptanz ja, aber es wallt immer noch hoch. Also Witwen erleben ja auch, dass Trauer in Wellen kommt, man kann ja nicht sagen, es geht einem jeden Tag gleich gut, mal ist die Trauer groß, mal kann man sie wegstecken. Und zum Beispiel wenn ich Dienstags Skat spiele, steck ich sie (Betonung und langgezogen) "vier Stunden lang einfach weg". Dann bin ich vergnügt und das ist ganz toll. Ähm und doch weiß ich, weil wir ja auch eben über das Witwenleben reden, wie gut es uns allen geht, wenn ich mir vorstelle Flüchtlinge, die die Muttersprache nicht um sich haben, die ihr soziales Umfeld nicht um sich haben ihre Heimat nicht haben, gegebenenfalls finanzielle Probleme haben, nicht wissen wo sie in einem Monat oder so leben werden, die haben es schwer. Wir hier in Deutschland in unserer Generation mit allen Freiheiten für die Frau, wir haben's doch richtig gut. Und das muss man sich auch immer voller Dankbarkeit sagen. Nä. Ja.
- 63 I: Ähm, wie steht es denn um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden?
- 64 Se: Es steht gut. Ich war gerade (lacht) beim Arzt, es steht gut und er hat mein Herz untersucht und sagte, das Herz ist gesund, es kann weiter verschenkt werden und hat sich selbst halb totgelacht (beide lachen). Also nein, natürlich, .. ich ähm bei einer über Siebzigjährigen, ich könnte Ihnen jetzt erzählen, was ich alles habe, sei es die Augen, sei es, dass die Beine im Sommer anschwellen und all so was, natürlich ist das so, aber im Grunde genommen steht/ dafür bin ich auch dankbar, aber .. ich nehme meine Arzttermine auch regelmäßig wahr. Es gibt/ ich kenne eine ganze Menge Frauen, die zum Beispiel mit über 70, fünf bis zehn Jahren nicht beim Gynäkologen waren, die sagen die brauchen es nicht mehr und das finde ich sträflich. Also man muss auch gerade im Alter etwas dafür tun, also sich bewegen .. versuchen, sich gesund zu ernähren, versuchen/ da auch darüber lachen mein Arzt und ich immer, dass ich sage ich gebe mir Mühe, aber ich bin ja so viel eingeladen und dann sagt er weiter so weiter so (lacht) aber ähm .. ja, man muss schon versuchen, sich äh auf einem gewissen Level fit zu halten. Aber ansonsten habe ich da keine Sorgen.
- 65 I: Mhm und wie machen Sie das mit Ihrer Fitness?
- 66 Se: Na ja ich muss jetzt wieder anfangen. Ich möchte werde mich, weil höchstwahrscheinlich äh da in der [Straßenname] gibt's den Club [Name], da kann man für 49 € monatlich in der Zeit von 7 bis 16 Uhr trainieren, und da gibt es Wassergymnastik, Feldenkreis und die haben auch ein Circletraining zum Beispiel habe ich da vorgestanden, ich bin da einfach hin und hab mir das mal zeigen lassen, und der/ die waren auch sehr zugewandt, sag ich und so eine Alte würden sie gleich nehmen, aber selbstverständlich, und auch dieser Circle würde dann äh mir erklärt werden und auf mich ähm eingestellt werden, so dass ich es auch machen könnte. Also das ist äh vielleicht ab Oktober November, wenn Ruhe eingekehrt ist.
- 67 I: Klingt sehr spannend.
- 68 Se: Ja finde ich auch.
- 69 I: Da haben Sie schon einige Pläne gemacht. Mhm welche Ereignisse hatten vielleicht auch Einfluss auf ihre Gesundheit in den letzten Jahren?
- 70 Se: Meinen Sie Ereignisse von außen oder was?
- 71 I: Ja, Ereignisse von außen.

- 72 Se: Als mein Mann starb oder als mein Mann plötzlich krank wurde, er hatte einen Hirntumor, der sich im Kopf ausbreitete und es klar war er wird sterben. .. Ähm habe ich vor ähm also Schockreaktion innerhalb von einem Vierteljahr 19 Kilo abgenommen. Ich habe inzwischen gelernt, dass in solchen Situationen, der Körper/ also immer konnte ich auch gar nichts essen ... äh und der Körper verbrannt auch alles, also solche plötzlichen Schocksituation beein/ beeinträchtigen. Davon habe ich aber jetzt sukzessive auch das eine oder andere Kilo natürlich wieder drauf, aber das wäre ein Einfluss gewesen, ja. Sonst wüsste ich jetzt nicht, was von außen ein Einfluss sein sollte, wenn meine Erfahrung ist, wenn ich krank werde, dann werde ich krank, aber da gibt es keine Einflüsse, also Corona, gut, ja ich ich hatte auch Corona aber das hatten ja alle, und woher man es sich geholt hat, weiß man ja oft nicht. Nä. Mhm.
- 73 I: ... Ähm, beschreiben Sie mir bitte Ihre finanzielle Situation. Wie sieht diese aus?
- 74 Se: ... Ja die finanzielle Situation ist gesichert in einem bestimmten Rahmen. Es ist sehr teuer hier zu wohnen. Die Miete ist hier höher als in dieser drei Zimmer Wohnung in der ich war und die 15 Quadratmeter größer und viel viel besser war, viel schöner, Balkon viel schöner, alles viel schöner, dafür habe ich das Gefühl, hier sicher zu leben und hier alt werden zu können. Das ist der Preis, aber diese hohe Miete, die ich hier zahle, inklusive Betreuungszuschlag, versetzt mich in eine Lage, dass ich äh monatlich äh mir das Geld einteile. Ich komme gut aus. Ich habe den Anspruch, dass das was ich als Ersparnis habe, auch mir zu bewahren. Also jetzt nicht einfach auszugeben. Weil ich denke, je älter ich werde, desto mehr wär/ Hilfe werde ich brauchen. Später. Vielleicht Fußpflege oder den Pflegedienst. Ich meine, wir haben ja alle so eine äh ähm Pflegedienstversicherung oder wie man das nennt. Aber es werden ja später noch mehr Kosten kommen, und deswegen ähm .. ist es mein äh also lebe ich jetzt so, dass ich von dem mit dem auskomme, was ich monatlich habe. Das gelingt mir. Aber ähm .. ja manchmal denke ich die Miete hier mit all dem drum herum, es könnte gern ein bisschen weniger sein, aber es ist nicht so und ein bisschen Angst habe ich davor, weil wir haben ja eine Indexmiete, dass sie irgendwann die Miete erhöhen. Und dann, ja dann wird man weitersehen. .. Ausziehen werde ich dann nicht. Das ist ganz klar. Äh aber .. ja dann muss ich mich vielleicht ein bisschen einschränken. Vielleicht das Auto dann verkaufen. Das ist ein Luxus und man braucht an diesem Standort kein Auto. Wir haben drei Busverbindungen, wir haben die U-Bahn, man käme gut ohne Auto aus. Ja.
- 75 I: Sie haben gerade gesagt, Sie teilen sich das Geld ein, also welche Strategie haben Sie da?
- 76 Se: Eine ganz einfache, ich ich habe ein monatliches Einkommen, und ich führe altmodisch äh an einem Schulheftbuch. Da sind die festen Ausgaben drin, äh stehen da tabellarisch drin. Ich weiß also ganz genau, wie viele/ was ich an festen Ausgaben habe, sei es Krankenversicherung Miete Betreuungszuschlag äh Heizungsrücklage Wasser Strom Vodafone und was nicht alles, das ist es ist ein ganz bestimmter Betrag, ich finde ihn relativ hoch und ich weiß auch nicht, wie normale Rentner das schaffen. Also die können hier bei [SWA 2] nicht wohnen Punkt. Die wohnen drüben in der [SWA 1] aber äh wir sind hier schon in einer Wohnsituation damit käme man nicht mit einer normalen Rente aus. Ja, und dann weiß ich doch, wie viel Geld übrigbleibt, und dann habe ich mir andere feste Kosten notiert, wie zum Beispiel die Grabpflege. Ich lasse den Friedhofsgärtner das Grab gestalten, und zwar sehr sehr schön. Dafür wird auch bei trocken Perioden das Grab jeden Tag gewässert. Es ist mir wichtig, dass es ein schönes Grab ist, dann leiste ich mir einen Steuerberater, weil es alles

noch kompliziert ist. Es geht immer noch um die Jahre, zum Beispiel um das Jahr, als mein Mann gestorben ist. (Betonung) "Das kann ich nicht alleine".

- 77 Dann gibt es äh Versicherungen und also es gibt feste Kosten. Ich weiß ganz genau, wie viel das im Jahr ist und weiß dann geteilt durch 12. Wie viel ich monatlich zurücklegen muss. Also mhm also ein hoher Kostenfaktor ist das Auto, das habe ich jetzt gerade wieder gemerkt, Inspektion und TÜV 600 €, dann ist die Autoversicherung und so weiter. Also das ist mein Luxus, ja und dann weiß ich ja, wie viel Geld übrig ist, und ich schenke so gerne. Ich habe Enkelkinder und ähm auch Freundinnen und so also ähm kommt auch im Jahr ein hoher also ein Betrag wird zurückgelegt für Geschenke, genauso ähm ich bin keine große Reisende, das habe ich mit meinem Mann alles gehabt und doch möchte ich gerne jedes Jahr auf die Insel Föhr und auf die Insel Amrum. Das lege ich auch gleich am Anfang des Jahres zurück. Und dann weiß ich ja, was übrigbleibt, und es ist es ist eine ganze Menge, es geht mir wesentlich besser als anderen, und das teile ich. Das rechne ich aus, was ich im Monat ähm ausgeben kann und versuche immer zum Monatsende einen Hunderter übrig zu haben. Wenn es nicht so wäre, wäre es vollkommen egal, aber das schaffe ich.
- 78 I: Und ähm Sie waren ja verheiratet. Welchen Einfluss hatte denn das Versterben Ihres Mannes vielleicht auch auf Ihre finanzielle Situation?
- 79 Se: Oh einen großen. Nein, nicht dass nicht das Sterben meines Mannes äh, sondern das Leben mit meinem Mann. Es ging uns finanziell so gut als verheiratetes Paar, dass ich schon mit 57 aufgehört habe zu arbeiten, und jetzt fehlt mir die Pension, wir haben nicht einkalkuliert, dass er vor mir sterben könnte. Ich bin äh und durch die Erbsituation als wir geheiratet haben, haben wir auf Zugewinn und so weiter verzichtet gegenseitig, so dass ich von ihm nichts geerbt habe. Und hätte ich geahnt, dass dieser gesunde sportliche Mann vor mir sterben würde, hätte ich nicht mit 57 aufgehört zu arbeiten, so fehlt mir jetzt die Pension. Also das Zusammenleben hatte einen Einfluss jetzt auf eine jetzige eingeschränkte finanzielle Situation, nicht das Sterben, natürlich das Sterben jetzt sind die rosigen Zeiten vorbei. Ich kriege auch keine Betriebswitwenrente, weil wir ähm das haben also wir haben uns aber keine Gedanken drum gemacht, aber äh der/ die große Firma, in der mein Mann tätig war und wo er eine große Betriebsrente bekam, sagte, dass sie mir keine Witwenrente auszahlen müssen könnten, weil wir dann mindestens fünf Jahre bevor er in Rente ging, hätten verheiratet sein müssen. Wir haben aber ein Jahr bevor er in Rente ging geheiratet, also steht mir keine Witwenrente vom Betrieb her zu. Ja, das haben wir alles nicht gewusst, aber ich finde, es ist ich klage nicht. Also, das wäre auf einem Niveau, das finde ich äh das wäre nicht richtig. Es geht mir gut, aber natürlich ist das Leben durch den Tod meines Mannes finanziell sehr viel eingeschränkter. Aber ich habe zwei Söhne, die mir gesagt haben wenn es mir schlecht ginge, sie wären doch immer für mich da, was ich aber nicht will.
- 80 I: Danke da für Ihre Offenheit. Ähm ja, ich bin auch schon am Ende mit meinen Fragen. Gibt es denn noch etwas, worüber Sie erzählen möchten, wo wir worüber wir noch nicht gesprochen haben?
- 81 Se: Ich hätte gerne nochmal die Fragestellung ihrer äh Examensarbeit.
- 82 I: Ja. // Das kann ich Ihnen sagen.
- 83 Se: // (unv.) um das Thema nochmal gehen.

- 84 I: Okay, also meine Forschungsfrage ist ähm wie die soziale Integration von verwitweten Frauen ähm ja im Service-Wohnen unterstützt wird.
- 85 Se: ... Also es geht in Bezug auf Service-Wohnen?
- 86 I: Mhm. Also um das soziale Netzwerk, was Sie sich aufbauen. Ähm ja.
- 87 Se: Also verwitwete Frauen oder Männer, fallen ja erst mal in ein Loch. Das wäre die Regel. Und vielleicht könnte man gerade im Service-Wohnen so Tage wie ähm Advent, Weihnachten, Silvester mehr in den Fokus noch stellen und dafür sorgen. Ich weiß nicht, wie es bei [SWA 1] ist. Ich selber äh bin Weihnachten hab ich ausgesorgt, aber ich kenne äh Freundinnen, die keine eigenen Kinder haben zum Beispiel die alle drei Weihnachtstage ganz alleine verbracht haben und zum Glück habe ich diese Situation nicht, aber ich würde sie für mich unerträglich finden. Das man äh .. vom Service-Wohnen hier solche Festtage wie Ostern, Weihnachten, vielleicht auch Geburtstage der Bewohner, dass man da mal anruft oder gratuliert, dass man die verwitweten Menschen äh, die ja unfreiwillig und ganz manchmal ja auch ganz plötzlich in diese Situation gekommen sind, dass man die so ein bisschen hegt und pflegt, die deren Seele ein bisschen oder wenn äh Menschen eingezogen sind ..
- 88 ja das fand ich ähm von [SWA] nicht ausreichend, sehen Sie jetzt fang ich doch an etwas zu kritisieren. Wir waren eingeladen zu einer Veranstaltung ähm in so einem großen Raum bei [SWA 1], und dann hat sich da der äh Direktor da vorgestellt und die Altenpflegerin und äh die Sekretärin, und dann saß man da bei Butterkuchen und als die Reden gehalten wurden, gingen wir. Wir hatten dann auch irgendwie alle nicht mehr das Bedürfnis, es wurde angeboten, wir könnten uns das nochmal angucken. Man hätte so eine Veranstaltung mit mehr Herz planen können oder uns ein paar Mal äh einladen können, zu sagen mit kleineren Gruppen. Es wurde/ wir saßen alle an einer großen Tafel, es war anonym, und es war nicht einladend, dass wir untereinander ins Gespräch gekommen wären.
- 89 I: Wie hätten Sie sich die Veranstaltung gewünscht?
- 90 Se: Individueller, also es war schön, dass der Heimbeirat vertreten war, aber es wirkte alles so auf mich hölzern, und wir sind dann nachher auch ganz gerne gegangen, weil es es kam nichts rüber, es wirkte auf uns nicht besonders einladend, dass wir uns da jetzt hätten aufhalten können. Vielleicht, dass man sich die Mühe macht, aber ... die Zeit hat man gar nicht. Dann nochmal kleinere Gruppen und es ein bisschen gemüthlicher zu gestalten, dass man sich vielleicht ins Cafe gesetzt hätte da oder sonst, ja, also dies ist ähm, dass wir da nun so besonders willkommen waren, das wirkte auf mich aufgesetzt. Es war/ und die die Tisch/ die Tafel war auch so groß, dass man sich mit den Leuten, die gegenüber saßen, gar nicht unterhalten konnten, da waren ja neue Gesichter, aber mit denen konnte ich gar nicht reden, die waren ja viel zu weit weg. .. Vielleicht hätte man auch kleinere Tische machen können in diesem großen Raum keine große Tafel, sondern lauter Vierer oder Sechser Tische. Und dann vielleicht auch mal gleich mit Kaffee und Kuchen anfangen können und erst mal Zeit geben können, äh dass man eine halbe oder eine Stunde (Betonung) "am" Tisch ins Gespräch gekommen wär und dass man vielleicht gesagt hätte, so und jetzt äh können ja auch mal Plätze gewechselt werden. Es war so eine offizielle Veranstaltung, man hat sich vorgestellt, es wirkte ungemüthlich und anonym. Es hat uns allen nicht gefallen.

- 91 I: Vielen Dank für die Schilderung, da gibt's ja einiges woran die [SWA] noch arbeiten kann.
- 92 Se: Ja!
- 93 I: Ja, mhm, ja ähm wie haben sie denn das Gespräch jetzt mit mir erlebt?
- 94 Se: Angenehm, sie sie sie wirken auf mich sehr freundlich sehr aufgeschlossen, nein es ist angenehm gewesen ja.
- 95 I: Danke, das kann ich nur zurückgeben (beide lachen). Ja, haben Sie noch Fragen an mich?
- 96 Se: Ne ich wünsche Ihnen einfach nur alles Gute ich wünsche Ihnen, dass sie gut durch die Examenszeit was ja immer eine sehr sehr anspruchsvolle und aufregende und man schläft schlecht und ach ich habe das ja alles hinter mir, es ist schon so lange her, aber ich hab es ja bei meinen Söhnen auch nochmal wieder erlebt, und ähm ich wünsche ihnen, dass sie gut durch die Zeit kommen und dann ihren Traumjob irgendwo finden. Eine sichere Arbeitsstelle, wo sie sich wohlfühlen.
- 97 I: Dankeschön.
- 98 Se: Und dann wünsche ich natürlich den Menschen, mit denen sie zusammenarbeiten, dass sie äh aber ich glaube sie werden ihnen äh ja Empathie und alles entgegenbringen, die werdens schon gut haben.
- 99 I: Danke.
- 100 Se: Und sonst werden Sie werden Sie so was wie Frau [Nachname]. Die macht es toll.
- 101 I: Ja auf jeden Fall. Das kann ich mir auch sehr gut vorstellen die soziale Beratung das ist sehr spannend, das durfte ich ja in meinem Praktikum auch erleben, tatsächlich ja schon ein paar Jahre her jetzt wieder, das war halt drüben bei Frau [Nachname].
- 102 Se: Wann wann werden Sie fertig sein?
- 103 I: Also ich hab nur noch die Masterarbeit jetzt, ich denke in ein paar Monaten, ja bin ich dann fertig mit dem Studium.
- 104 Se: Na toll.
- 105 I: Ja ja genau, ich habe auch noch ein kleines Dankeschön für Sie, für Ihre Zeit und Ihr Vertrauen, das Sie mir geschenkt haben (Se. lacht). Das ist etwas Süßes.
- 106 Se: Sowas esse ich gerne.
- 107 I: Das freut mich.
- 108 Se: Vielen Dank (beide lachen).

Transkription Frau Stoll

- 1 Interviewpartner*in: Frau Stoll (Kürzel: St.)
Interviewerin: Frau Huneke (Kürzel: I.)
Ort: Gemeinschaftsraum der Wohnanlage
Datum: 14.09.2023
Dauer: 47 Minuten
- 2 I: Ich starte jetzt die Aufnahme. Okay, ich stelle mich noch einmal vor ich bin Lynn Huneke und studiere Soziale Arbeit im Master an der Hochschule hier in Hamburg und äh für meine Masterarbeit schaue ich mir die Lebenslagen von verwitweten Frauen an. Insbesondere interessiere ich mich dafür, wie sie ihren Alltag gestalten und dabei kann es zum Beispiel um ihre sozialen Kontakte gehen oder ihre Freizeitaktivitäten, Wünsche, Sorgen und ja, Sie nehmen sich Zeit, Sie können ausführlich antworten, und wenn Sie zwischendurch eine Pause brauchen, sagen Sie gerne Bescheid oder auch wenn Sie etwas nicht beantworten möchten. Und das Gespräch wird natürlich vertraulich behandelt. Ihre Daten werden auch anonymisiert und ich werde Ihnen jetzt zu verschiedenen Themen Fragen stellen und Sie entscheiden dabei, was Sie mir erzählen möchten und was nicht. Gut dann starten wir.
- 3 St: Ja freut mich sehr und ich finde das gut, dass wir miteinander reden können und dass das Interesse besteht.
- 4 I: Das freut mich auch sehr Frau [Nachname], Dankeschön, ja, dann erzählen Sie mir doch gerne mal von einer normalen Woche wie läuft die bei Ihnen ab, was machen Sie?
- 5 St: Also ich muss dazu sagen, ich hatte erst mal eine große Familie und hab meine Schwiegermutter betreut, mein Schwiegervater, und als mein Mann verstorben war, hab ich mich der Diakonie verschrieben und ich hab immer mit Pastoren zusammengearbeitet. Und habe über 20 Jahre in der [Soziale Einrichtung] gearbeitet. Hat mir große Freude gemacht. Und was soll ich sagen. Mit großem Erfolg viel Gruppenarbeit geleistet, kleine Zusammenkünfte ausgearbeitet Flohmärkte abgehalten für die Menschen bei uns und kleine Feste gegeben. Die Flohmärkte waren sehr erfolgreich, und das haben wir dann zur Verfügung gestellt, dann haben wir ein Café gegründet, das haben wir also rund um die Uhr betreut, mit über 20 Damen, haben selber gebacken, haben das gespendet und dann verkauft, und dann haben wir an die Stiftung, ja jeden Monat ungefähr 1000 DMark abgegeben und nachher waren es Euro. Das war unser Beitrag, aber nicht nur, wir haben auch die Menschen mitbetreut, aber immer mit den Pastoren zusammen. Ja? Ich bin keine ausgebildete Krankenschwester, ich hab mich dann so zur Verfügung gestellt, hat mir große Freude gemacht.
- 6 I: Das klingt sehr spannend. Ja, und wenn Sie jetzt hier an Ihren Alltag in der [SWA 1] denken, wie gestalten Sie Ihre Woche so, was haben sie vor was machen Sie?
- 7 St: Dazu müsste ich sagen, ich hatte damals, als ich mich da angeschrieben habe, in [andere SWA] einen lebenslangen Mietvertrag gehabt, dann hat sich vieles geändert, es wurde/ ich habe auch eingezahlt. Und es wurde nichts mehr davon eingehalten und dann habe ich mein Geld meine Anlage zurückfordern müssen, weil ich wie soll ich sagen ich wollte das mal so ausdrücken ich musste den sozialen Abstieg proben, aber mit Niveau. Wissen Sie, was ich damit sagen will? Still ist es vonstatten gegangen ja. Und nun habe ich ein hohes Alter erreicht mit 94, aber ich würde sagen Diakonie hört nie auf, ich habe hier auch einen wunderbaren Kreis gefunden. Diakonie

- hatte vieles zerstört, die Nähe zerstört, sie ist aber wieder gewachsen unter Gleichgesinnten, da braucht man nicht viel Worte, man versteht sich, und man arbeitet miteinander nă. Wie ist der Slogan füreinander miteinander, das und das wollen wir beherrzigen. Obwohl es gibt auch Spannungen nicht, das ist klar, es gibt Kreise, es ist ja kein normales Pflegeheim hier, das ist, wie sagt man, Wohnung mit Betreuung, das sind andere Statuten. Als wenn man in einem richtigen Pflegeheim ist.
- 8 I: Und Sie meinten gerade, Sie haben Ihren Kreis gefunden. Wen meinen Sie da, mit wem haben Sie hier so Kontakt?
- 9 St: Ja ich wusste, wir hatten Schwierigkeiten in der [anderen SWA], wir wurden verkauft, und dann war/ ist mein Mietvertrag hinfällig geworden und man hat für uns nichts mehr getan. Dann ist der Fahrstuhl kaputt gegangen und ich hatte keine Möglichkeit mehr, dass man mir half. Und dann hat man mir diese Adresse hier genannt, ich habe mich hier beworben, ich hab hier her geschrieben, habe meine Vita erklärt und warum und wieso. Und ich hatte das große Glück, dass man mir gesagt hat, man hat sich hier zusammengetan, und man hat mich benachrichtigt und gesagt Frau [Nachname] wird als Notfall aufgenommen. Das war/ habe ich als großes Glück empfunden. Ja. Und das ist bis heute so geblieben, bei all diesen Schwierigkeiten kann ich sagen ich bin glücklich, dass ich hier bin. Ich habe einen guten Kreis gefunden und es (unv.) es gibt wie soll ich sagen Schwierigkeiten mit Personal und und mit Betreuung und so weiter. Man bemüht sich das immer zu erfüllen .. und äh ich bin dankbar, dass es so ist.
- 10 I: Welche Schwierigkeiten meinen Sie genau? Also womit sind Sie unzufrieden?
- 11 St: Finanzielle auch natürlich, ja dann mit Personal und zu wenig Personal. Und trotzdem versucht man hier alles zu erfüllen. Und wie soll ich sagen ich hab so, vielleicht kommt so ein bisschen eine kleine Gelassenheit auf, im Alter nicht/ und man wird so dankbar und .. ja es ist auch ein bisschen Demut dabei, würde ich sagen, aber ich habe immer darauf Wert gelegt, dass man den Respekt nicht verliert und dass man auch wie soll ich sagen nach einer gewissen Ordnung geht, nech. Und ich hab mich ja christlich beteiligt, weil ich auch so erzogen wurde. Ja. Meine Kinder sind groß, die sind auch alle sozial eingestellt. Das ist .. ein schöner Kreis, auch in meiner Familie. Es lohnt sich dafür noch zu leben. Meine beiden jüngsten Enkelkinder, die waren Corona geschädigt, machen trotzdem ihre Ausbildung weiter. Die Enkelin ist gelernte Krankenschwester bei einer Notaufnahme und macht jetzt ihren Wunschberuf wahr zur Hebamme und macht die Ausbildung in Eppendorf. Und mein jüngster Enkel, der wird Ergotherapeut. Und die brauchen immer noch die Unterstützung der Omi und wir haben gute Gespräche und sie legen Wert auf mein Urteil und, wie soll ich sagen, sie können alle zu mir kommen.
- 12 I: Also Ihre Enkelkinder scheinen Ihnen wichtig zu sein. Welche Menschen gibt es noch in Ihrem Leben, mit denen Sie regelmäßig Kontakt haben?
- 13 St: Mit meinem hohen Alter, gibt es kaum noch Freunde. Zwei Drei in der [andere SWA], die mich auch mal hier besuchen, wir können jetzt nur noch telefonieren und die Familie natürlich nă, ja. Und die haben für mich, weil ich kein Smartphone habe, aber die untereinander sich immer verständigen und verteilt sind, weil der älteste Enkel lebt in Paris und eine in München, und ja die sind alle verteilt. Und ich hab mich dann beschwert ich sag ich muss alles erfragen, (mit hoher Stimme) "Ich krieg keinen Kontakt". Und da hat meine älteste in Frankreich, eine Zeitung ins Leben gerufen, die

heißt Famileo, und alle schicken ihre Fotos und Erlebnisse hin. Das wird zusammengetragen, und ich bekomme das jeden Monat und das ist hier so eingeschlagen, das ist großartig, das ist eine fantastische Kommunikation, nä.

- 14 I: Das klingt wirklich toll.
- 15 St: Ja, das ist schön, und wer das liest der sagt oh ja, das ist gut, das ist schön, das müsste publik gemacht werden. Dann wären vielleicht viele Menschen nicht so einsam. Aber man erlebt ja auch, dass einige die Kontakte verloren haben zur Familie und das ist besonders bitter. Schwer die Menschen aufzurichten nech, ja. .. Was möchten Sie noch von mir wissen?
- 16 I: Sie wohnen ja schon einige Jahre hier in der [SWA 1] //
- 17 St: Ja, über sechs Jahre.
- 18 I: Über sechs Jahre. Haben Sie hier auch Menschen neue Freunde gefunden?
- 19 St: Ja, das kann ich wohl sagen, mehr als in der [anderen SWA]. Und äh es ist so interessant, für mich, weil ich immer mehr wie soll ich sagen wertvolle Menschen kennenlerne. Man tauscht sich aus und das ist irgendwie schön und gemütlich und so normal. .. Man braucht die Nähe nech. Es wird immer wertvoller. Ja und man hat ja im Weltgeschehen viel zu fassen nech, und wünscht sich, dass es ein gutes Ende nimmt und dass die Jugend weiterkämpft. Und ich finde, ich gebe auch in der Familie meine Werte immer weiter, und das wird auch angenommen und das ist wichtig, ist ganz wichtig.
- 20 I: Sie sagten grad, Sie haben hier Menschen kennengelernt, mit denen sie gerne ihre Zeit verbringen. Wer ist denn das so und wie ist ihr Kontakt?
- 21 St: Ja das ist hochinteressant, wenn man ein engeres Gespräch hat, dann sind es Menschen die im Leben auch sehr viel durchgemacht haben. Die das Leben wieder schätzen gelernt haben und das sie überlebt haben, haben selber sind selber krank, haben ihren Partner sozusagen bis zur letzten Stunde begleitet. Durchgehalten. .. Das ist was, ja?
- 22 I: Mhm und treffen Sie sich regelmäßig oder telefonieren Sie // ?
- 23 St: Es gibt Gruppen es gibt hier schöne Malgruppen, Spielgruppen, .. Gesprächsgruppen, ja.
- 24 I: Zu den gehen Sie // ?
- 25 St: Eine Vielfalt. Ich also ich springe so ein bisschen, da ich nicht mehr raus kann und draußen irgendwas mitmachen kann, ähm beteilige ich mich an allem, was geboten wird, mit Gesprächen also ich bin munter genug, und man fordert mich auch auf zu kommen, und das freut mich. .. Ich bin dankbar, dass mein Geist noch funktioniert nech. Wenn das nicht wäre, wär es schwieriger.
- 26 I: Ja.
- 27 St: Ja (lacht).

- 28 I: Also das Angebot der Service-Wohnanlage ist sehr sehr vielfältig. Sie besuchen //
- 29 St: Haben Sie auch kennengelernt noch?
- 30 I: Ja, genau, Sie besuchen Veranstaltungen, haben Sie mir gerade erzählt und nutzen Sie auch andere Angebote hier?
- 31 St: Ja, also was hier geboten wird, man muss ja dann Künstler auch engagieren, äh die/ es ist eine Frage des auch der Finanzierung. Man müsse sich/ wir melden uns alle dazu an, aber dann kommen so wenig, dass die Gagen nicht gedeckt sind, und das Haus muss sie bezahlen, und das ist nicht gut, dass man darüber nicht nachdenkt. Dann haben wir hier jeden Monat einen kulinarischen Abend, das ist was Besonderes. Man zieht sich anders an und man sitzt am Tisch und hat eine gute Unterhaltung und es ist schön gedeckt. Also, das bedeutet mir auch etwas. Ja. Dann haben wir eine, neuerdings eine Tanzgruppe gegründet für Behinderte. Wir tanzen mit dem Rollator, aber es ist auch ein bisschen Gymnastik dabei und auch Gespräche und, das verbindet, nä. Es kommen sogar zwei Behinderte dazu im Rollstuhl, und die fordern wir auch auf sich nach der Musik zu bewegen. Das schafft so eine gute Stimmung, Musik finde ich noch, da hat man eigentlich keine bösen Gedanken. Und das schätzen wir sehr. Ich habe lange lange auch äh eine Spielgruppe geleitet, mit Canasta. Aber das mach ich heute nicht mehr, ich möchte jetzt nicht mehr so diese Verpflichtung haben, du musst zweimal die Woche das machen, das geht nicht mehr, nä. Ja. Im Haushalt mache ich viel noch selbst wenn ich kann .. so gut es geht, langsam, und ich bin sehr dankbar dafür. Ja, muss ich auch sagen, man wird demütig vor Dank. Was kann ich Ihnen noch erzählen?
- 32 I: Was bringt Ihnen denn besonders viel Freude?
- 33 St: Das Miteinander. Das hab ich immer praktiziert, ich hab viel in der Gruppe gemacht, wir haben auch dann/ ich hab auch gekocht für viele, gebacken für viele Menschen, wir haben sie betreut, wir haben Flohmärkte gemacht, wir haben .. als es aufkam, dass die Behinderten äh mehr Betreuung brauchten und die Gehälter noch nicht so waren, dann haben wir Flohmärkte veranstaltet und haben im Anfang eine unvorstellbare Summe von 10.000 DMark erarbeitet und das haben wir zur Verfügung gestellt für die Gehälter. Das wurde dann verteilt. Also ja, wir sind damit angefangen äh zu helfen.
- 34 I: Und heute, was bringt Ihnen hier Spaß?
- 35 St: Das ich eigentlich noch normal leben kann. .. Ich hab keine großen Ansprüche. Es macht sich Dankbarkeit breit nä. Das es so ist wie es ist, es könnte doch viel schlimmer sein, man erlebt ja auch die Krankheiten hier .. ja.
- 36 I: Und was machen Sie, wenn es Ihnen mal schlecht geht?
- 37 St: Ich ja ... wie soll ich das sagen .. meine Seele .. die bearbeite ich allein. Das mach ich mit mir aus. Aber ich habe auch gemerkt ich konnte durch meine Gespräche vielen Menschen helfen, ihren eigenen Knoten zu lösen. Das macht auch Freude, und man muss auch das Vertrauen schätzen und einhalten, das man geschenkt bekommt. Das ist wichtig nä. Ich konnte nie so oberflächlich leben, das ging nicht. Ich bin ja mit 16/ ich komme aus dem Osten im Krieg, ich bin 29 geboren, hatte Hitler erlebt, und da gab es viele traumatische Erlebnisse, aber ich bin auf die Flucht gegangen und dann nach Braunschweig, und dann hab ich aber gleich äh/ Ich bin auch klerikal erzogen

worden und hab mich dann gleich der Kirche wieder angeschlossen, aber heute arbeite ich, wie soll ich sagen in der Diakonie und in der (unv.), ja.

- 38 I: .. Seitdem Sie in der [SWA 1] wohnen, wie haben sich vielleicht denn Ihre Kontakte auch verändert?
- 39 St: ... Ja, es ich hab/ ich musste nicht auf die Menschen zugehen. Es war sehr eigenartig, die sind auf mich zugekommen und dann hat sich ein Kreis gebildet. Ja, so.
- 40 I: Wie schön und treffen Sie sich in dem Kreis regelmäßig oder telefonieren Sie//?
- 41 St: Ja wir sehen uns im Café oder wir sagen gut heute singen wir mal zusammen, oder wir erzählen mal so, man lässt es ein bisschen schleifen, so. Oder ständige (unv.). Ja. Ist ein Leben/ das Leben ist einem noch geschenkt, wenn man so ein hohes Alter erreicht, und dann sagen wir uns immer frohes Erwachen. Ja (beide lachen).
- 42 I: Was war denn bisher Ihr schönstes Erlebnis hier in der Wohnanlage?
- 43 St: Mhm .. das ist schwer zu sagen, gab es ein schönes Erlebnis? .. Nein es war eher/ es ist normal verlaufen .. keine ganz großen Schwierigkeiten, dass ich vielleicht maßlos traurig gewesen wäre. Nein das ist nicht passiert, und das ist doch schon ein Geschenk, wenn man sagen kann, es verläuft normal und es gibt immer noch Sicherheit hier zu sein. Das ist so.
- 44 I: Sie sagen, es gibt Ihnen ein Gefühl von Sicherheit hier zu sein//
- 45 St: Immer noch trotz der Schwierigkeiten, die wir äußerlich haben, ja.
- 46 I: Können Sie das ein bisschen genauer beschreiben, was Sie damit meinen?
- 47 St: Ich fühl mich geborgen, geborgen und gut betreut, auch Gesprächsweise also, es gibt viele Betreuer also die ich schätzen gelernt habe. .. Die leisten enormes und müssen sich viel bieten lassen. Aber das ist jetzt so intern nicht, ich würde jetzt nicht gehen und das überall erzählen so, verstehen Sie?
- 48 I: Ja.
- 49 St: Man registriert es, und versucht das Beste daraus zu machen nä, ja.
- 50 I: Gibt es denn auch ein negatives Erlebnis, was Sie hier in der Wohnanlage hatten, von dem Sie mir erzählen wollen//?
- 51 St: Ja, das war ähm ein menschliches Versagen und Angriffe auf meine Person .. und dann haben Sie aber offen ausgesprochen, dass es Neid wäre und so und, das Niveau hat mir nicht behagt, nä, ich hab mir dann gesagt gut. Distanz schafft Qualität. Das habe ich gelernt in meiner langjährigen Arbeit .. ohne pathetisch zu sein, nech. Das ist eine Erfahrungssache und das wird es auch immer wieder geben, .. aber man lernt damit fertig zu werden, nä. Es ist ja auch bei jungen Menschen so, dass sie plötzlich den Druck verspüren und sagen da kann ich nicht weiterarbeiten gibt es ja alles nä. Ja, aber dann muss man Mut machen und sagen durchhalten, wir haben dann hier einen Slogan geprägt und haben gesagt every morning is a new beginning. Ist doch schön.

- 52 I: In der Tat ja.
- 53 St: Ja (lacht) ja.
- 54 I: Gibt es etwas, was Sie sich wünschen von dem Leben hier?
- 55 St: Ich hab jetzt im hohen Alter noch ein Urenkelchen bekommen, und ich muss Ihnen sagen ich hab eigentlich so mit dem Leben abgeschlossen, hab gesagt gut, es geht weiter, ja, aber durch dieses schöne was ich erlebe, muss ich Ihnen sagen würde es schwerer zu gehen. Es ist so. Aber was soll noch kommen in diesem hohen Alter nicht? Ich muss dankbar sein, dass es so ist wie es ist, aber wir haben noch ganz viel voneinander, ganz viel ja. .. Und mein Mann hat immer gesagt der nachher auch schwer krank, ist aus dem Krieg krank zurückgekommen und der hat gesagt wir haben allen Grund vieles zurückzugeben, und das hab ich im Stillen immer gemacht, mach ich heute noch.
- 56 I: Mhm. Darf ich fragen wie die Beziehung zu ihrem Mann war?
- 57 St: Sehr gut, wir waren 48 Jahre verheiratet, er war dreizehn Jahre älter als ich, und ich war der Flüchtling, der hierhergekommen ist, er hat sehr viel im Krieg durchgemacht, und ich wurde in diese Familie gut aufgenommen. Ja, wie soll ich sagen? Wir waren ein gutes Team, hatten drei Kinder, jetzt hab ich fünf Enkelkinder, meinen Schwiegervater habe ich sehr geschätzt, der war Lehrer. Mein Mann war Apotheker, das das bietet sich von allein an nech, dass man Diakonie macht nech, ja, so bin ich hineingewachsen.
- 58 I: Was genau heißt für Sie Diakonie zu machen?
- 59 St: Nächstenliebe, und die hört nie auf. Da geht man nicht in Pension, die bleibt so lange man lebt ja?
- 60 I: Ja.
- 61 St: Ja. Ist so und ich hab immer gesagt, auch nach dem Krieg als ich hierhergekommen bin und .. gut hergekommen bin, nicht in Russland gelandet bin. Ich habe eine Aufgabe zu erfüllen, dass mir das Leben gestellt hat, und danach habe ich immer gelebt. Und jetzt dachte ich auch oh ich hab noch was zu erfüllen.
- 62 I: ... Wie ist es Ihnen denn ergangen nach dem Versterben Ihres Mannes?
- 63 St: Es war schwer, er war schwer krank, war schwer, aber, wir waren uns einig, er hat gesagt du musst mir helfen und .. achte darauf, dass ich keine Schmerzen habe, keine zu großen Schmerzen und er hatte aber große Schmerzen. Er hat kein Morphinum vertragen, dann haben wir mit (unv. Galantamin?) gearbeitet, das war zu schwach, und er ist in meinen Armen gestorben, ich hab durchgehalten, ich habe eine ganze Woche im Krankenhaus mit auf der Matratze gelegen und ich äh wie soll ich sagen ich bin so froh, dass ich das durchgehalten hab. Es gibt einen nachher Frieden, nä. Ja, so ist es, aber es war nun eine lange Zeit 48 Jahre.
- 64 I: Ja, eine wirklich lange Zeit. .. Seit wann sind Sie denn verwitwet?
- 65 St: Bitte sehr?

- 66 I: Seit wann sind Sie denn verwitwet?
- 67 St: Mein Mann ist ähm schon 96 gestorben, also ganz lange, und so lange erfüll ich auch seinen seinen Wunsch.
- 68 I: Und wie sind Sie mit der Trauer umgegangen?
- 69 St: ... Ich hatte hinterher nach der Pflege einen kleinen Burnout. Da hat man mich/ ich konnte auch Weihnachten nicht zu Hause sein, man hat mich dann verschickt, und da war ich, da wurde gerade die Mauer geöffnet, und da waren auch viele von drüben da, und das war auch eine nette Gesprächsrunde, nette Gemeinschaft, und da haben wir das gemeinsam ein bisschen bewältigt, und als ich zurückkam, ist es weitergegangen, ich hab dann viel erledigen müssen. Viel kündigen müssen. Dann hatte ich Schwierigkeiten mit dem Hausbesitzer. Ich hatte am Anfang wenig Zeit zu trauern, es kam dann später, ja, .. aber es ist mir gelungen und hab auch die Kinder nicht zu sehr belastet. ... Ja. Es ist mir gelungen, habe ich gesagt.
- 70 I: Ja, ja. Und welche Sorgen begleiten Sie in Ihrem Leben hier?
- 71 St: Sorgen? Richtige Sorgen hab ich eigentlich nicht, man wird bescheidener und dankbarer, nech. Man guckt immer nach unten und sagt mein Gott also, der geht es doch viel viel schlechter. Was hast du zu beklagen, eigentlich nichts, du hast es ist warm, du hast ein Bett, du hast zu Essen, du wirst gepflegt, du wirst versorgt. .. hab Musik sehr sehr gerne, ich liebe Musik, es gibt mir viel .. wie soll ich sagen, Gleichgewicht. Ja, so geht es zu in einem ganz langen Leben.
- 72 I: Wie steht es denn um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden?
- 73 St: Ja, es gab so ein mittleres Alter, da hab ich viel durch gemacht mehrere Operationen und mit einem Mal stagnierte das, dann wurde es besser, und bis heute, da darf man gar nicht zu laut darüber reden und immer nur sagen mein Gott, danke dass es so ist, immer wieder, ich mache es auch täglich, ich sag täglich: Danke. ... Ja!
- 74 I: ... Und wie hat sich das verändert, seitdem Sie hier in der [SWA 1] wohnen?
- 75 St: Dadurch dass ich nicht mehr mobil genug bin, und ich durch Corona vieles nachhalten habe, ich kann mich nicht mehr bewegen und so weiter, ist das ein Segen für mich. Aber ich musste lernen, die Hilfe anzunehmen. Ja? Und dass sich jetzt auch was verändert, dass man mich jetzt duscht, dass ich dass die Haare nicht mehr alleine waschen kann, aber es geht .. es geht weiter. Das ist doch großartig. Nä. Ja.
- 76 I: Also kommt täglich zu Ihnen der Pflegedienst?
- 77 St: Ja die Strümpfe müssen an- und ausgezogen werden. Ich habe zwei Knieoperationen, hier fehlt die Rotoren (unv.) und darum geht es auch nicht mehr. Aber ansonsten mein Herz ist gesund, die Lungen bislang auch, die Inkontinenz ist da, damit lernt man zu leben, nech (lacht). Ja, was soll ich Ihnen noch sagen? Und alles andere läuft.
- 78 I: Das freut mich (beide lachen).
- 79 St: Immer mit nach dem Motto Every morning is a new beginning.

- 80 I: Ja.
- 81 St: Ist auch so (lacht) ja. Und wir lachen auch viel miteinander.
- 82 I: Mit wem lachen Sie da so wenn ich fragen darf?
- 83 St: Ja mit meinem engeren Kreis und im Gesprächskreis auch. Das haben wir heute auch wieder gemacht nach dem Frühstück. Das war so ein Thema heute, nech. Ja Lachen ist gesund, und dann erzählt man natürlich auch vieles von früher und stellt vieles gegenüber, wie die Jugend heute ist und wie man mit uns verfahren ist. Und als Fazit kann ich sagen, vieles hat mir so in der Jugend die Strenge manchmal nicht gepasst, aber heute bin ich froh, dass ich das hatte, ich konnte vieles mehr besser bewältigen.
- 84 I: Ja. Haben Sie da vielleicht ein Beispiel für mich, was Sie gut bewältigen konnten?
- 85 St: Schwierigkeiten in der Familie, die gab es. .. War schwer, aber ich hab's gemeistert. .. Das ist zu intern, das gehört da nicht rein.
- 86 I: Okay.
- 87 St: Nech.
- 88 I: Ja. Sie erwähnten gerade Ihren engsten Kreis. Wer gehört denn da so zu?
- 89 St: Also fast Gleichaltrige, das muss ich dazu sagen. Ich hatte hier auch Jüngere, die mich irgendwie gebraucht haben, weil sie hier ganz große Schwierigkeiten hatten, und durch Gespräche sagen sie heute hätt ich ihnen geholfen, aber wenn ich sie beobachte, verfallen sie doch wieder ihren/ in ihren alten Trott und sind egozentrisch. Das ist nicht gut für die Gemeinschaft nech, aber sie können einen erwachsenen Menschen nicht mehr ändern. Muss man mit Leben, und darum sage ich immer Distanz schafft Qualität, man kann ja freundlich bleiben und nett, aber es ist dann eben doch kein engerer Kreis.
- 90 I: Ja. Und die Gleichaltrigen, die sie eben erwähnten?
- 91 St: Das schweißt einen/ die gleichen Erlebnisse und Schwierigkeiten und was weiß ich alles, zusammen. Nä. Viele sind ehemalige Krankenschwestern .. und wo ich wohne in dem Haus, da waren, ähm wie soll ich sagen auch Schwestern und Menschen die die in der Diakonie gearbeitet haben und das ist ein Vermächtnis vom Ehepaar [Nachname], dass diese Menschen dann hier eine Wohnung bekommen aber eben nur eine Ein-Zimmerwohnung nech man hat nicht den Anspruch auf eine große Wohnung und das ging ja auch nach dem Gehalt man hat/ die hatten alle ein kleines Einkommen, ja. Und die sind aber ausgestorben. Es gibt kaum noch Leute und die vermieten sie jetzt die Wohnung zu normalen Mietpreisen. Es ist ja kein reines Pflegeheim nech die halten sich ja an den [Bundesland] Mietspiegel ja und das wird auch bezahlt. Aber ich muss sagen, in dem Flur in dem ich wohne, haben wir eine schöne Gemeinschaft. Es gibt ein schönes Miteinander.
- 92 I: Und wie sieht dieses Miteinander aus?
- 93 St: Das wir uns besprechen und wenn wir uns treffen wir wünschen uns was, und der eine kann mit den Sorgen kommen, er darf auch mal weinen und wir nehmen uns in

den Arm und dann lachen wir miteinander, (Betonung) so! Tauschen uns aus. Der eine backt mal einen Kuchen und der andere backt Kekse, oder macht Eierlikör, und dann setzen wir uns in den Flur und haben diese Schokobecher und dann trinken wir die Sorgen weg (beide lachen). Ja, so ist es. Ja.

- 94 I: Das klingt nach einem schönen Mitein //
- 95 St: (unv.)
- 96 I: Das klingt nach einem schönen Miteinander.
- 97 St: Ist es auch, aber man muss pflegen, es kommt nicht von selbst, nä. Und das ist schön, wenn das gelingt.
- 98 I: Mhm. Nochmal zu einem anderen Thema. Können Sie mir Ihre finanzielle Situation beschreiben?
- 99 St: Ja, ich hatte auch ein kleines Vermögen, und im Laufe der Jahre hab ich es aufgebraucht, ich habe drei Mieteinlagen in der [vorherigen SWA] gemacht, dann wurden wir verkauft, und plötzlich waren das alles zur Berechnung von äh für Strom und für die Umlage die haben also von 700 DMark Einlage war das damals ja 30 € wieder bekommen, nach zweieinhalb Jahren. Ich hätte ja klagen können, da waren ganz große Schwierigkeiten, viele das war eine Sozialwohnung, und viele mussten dann ausziehen und wir konnten dann in diese Wohnung mit einziehen, auch über das Wohnungsamt, aber mussten einen höheren Anteil bezahlen. Das haben wir auch gemacht und ich hab eine Wohnung bekommen, die war vollkommen verwahrlost, da hab ich da das Bad machen lassen, hab da viel reingesteckt, das verblieb dann aber in der Stiftung, da konnte man kein wie sagt man kein Anrecht darauf haben. Ja da bin ich/ hab ich mich hier beworben, weil wir keine Betreuung mehr hatten und hab meine Vita hierher geschrieben, dann hab ich hier drei Mieten bezahlt, hab ne Ablöse bezahlt und mit einmal waren ein paar 1000 Euro weg und das holt man im Alter nicht mehr auf, darum hab ich das gesagt. Ich habe den sozialen Abstieg geprobt, aber mit Niveau (beide lachen). Ja, so ist es. Aber jetzt ist es so wenn irgendwas ist meine Kinder sagen immer Mami, du musst Bescheid sagen und wir machen das, und ich sage immer noch hab ich etwas drauf und ich komme aus ja so. Ja.
- 100 I: Ja das war auch meine nächste Frage wie kommen Sie zurecht mit dem Geld, was Ihnen zur Verfügung steht?
- 101 St: Also ich würde sagen, meine Ansprüche sind so ich muss eigentlich auf das was ich benötige, nicht verzichten. Ich gehe auch unten essen, aber nicht die ganze Woche, sondern so zwei drei Mal, das machen wir zusammen mit einer Freundin. Und äh ja//
- 102 I: Meinen Sie den Mittagstisch?
- 103 St: Ja ja ist man nicht immer mit zufrieden aber naja man gewöhnt sich ja und sonst behilft man sich selbst, dann gehen wir gerne ins Kaffee, .. trinken da unsern Kaffee und haben da auch unsere netten Gespräche, das gibt einem schon was. Dann haben wir ja hier eine großartige Tanzgruppe Linedance nech und das machen sie wunderbar, das ist sehr schön, das machen die auch ehrenamtlich .. und, die Menschen die dafür etwas tun und davon etwas halten, die halten auch zusammen, aber wir

brauchen nicht viel Worte, das ist so gehört zu unserem Leben nă, ja. Man darf sich finde ich dabei auch nicht selber so wichtig nehmen. Ja, es ist so.

104 I: Fallen Ihnen Situationen ein in denen Sie sich eingeschränkt fühlen finanziell?

105 St: Ich reise nicht mehr in dem hohen Alter. ... Ne. Wenn meine Kinder mich besuchen bringen sie ein Auto mit und fahren mit dem Auto. Und ne was soll ich sagen ich mache mit, was hier geboten wird. Schöne Sachen, es ist gut.

106 I: Sie erwähnten gerade ihre Kinder. Wie ist denn der Kontakt dort?

107 St: Sehr eng. Sehr eng. Meine beiden ältesten Enkel sind bei mir groß geworden und der Enkel hat vor zwei Jahren geheiratet. Und da hat er mich gebeten, die Eltern waren getrennt. Omi machst du nicht die Hochzeitszeitung? Das habe ich gemacht, und mir sind viele schöne Dinge eingefallen. Und dann haben die Kinder gesagt Omi ihr wart doch unser Zuhause. Süß nech?

108 I: Ja, wie schön.

109 St: Schön nech, ja und wie soll ich sagen es es wird so geachtet und ja, es ist so. Ich hab immer noch das Gefühl, dass ich was weitergeben kann und den Kindern, dass es den Kindern was bedeutet. Mein Enkel der jüngste der hat immer nie viel gesagt wenn ich kam, ist ein zwei Meter Mann, der hat immer nur den Kopf auf meine Schulter gelegt. Dann hat er leise immer gesagt, Omi ich hab dich lieb, was will man mehr? Das ist doch ein großes Geschenk. Aber ja .. ich darf das haben. Schön! Ich find das schön.

110 I: Ja das ist was sehr Besonderes. .. Mhm welchen Einfluss hatte denn vielleicht auch das Versterben Ihres Mannes auf Ihre finanzielle Situation?

111 St: Ja, das war das große Problem. Mein Mann war Freiberufler, und er hatte als junger Mann also ein Abitur gemacht, ein Ulkus also ein Magenproblem, und hat es irgendwo nicht angegeben. Stellen Sie sich vor der war (Betonung) "nicht versichert". Aber ich war berufstätig und hab die Kinder dann bei mir versichert und das ging. Und dann hatte er, als Freiberufler/ er hat dann das nicht weiterverfolgt und hat auch nirgendwo gearbeitet als Angestellter sonst hätte er ja/ dann wäre er drin gewesen in der Ver/ wie sagt man in der Versorgung. Aber das war so gering, dass er/ dass die Rente ja auch nicht aufzustocken war nă, und da hat er gesagt wir machen es mit Lebensversicherungen und die haben wir dann für seine Krankheit gebraucht .. ja, und daher konnte er in die Fachkrankenkasse gehen, aber da hat er so hohes Geld einbezahlt, das waren (Betonung) "1000 D-Mark"! Aber wir haben es getragen nă.

112 I: Und Sie sagten Sie waren auch berufstätig, können Sie mir darüber mehr erzählen?

113 St: Ich habe als Flüchtling/ bin ich nach Braunschweig gekommen, und da ging es ja noch um die Zuschuss-Genehmigung, und die Stadt war sehr zerbombt 46, da kamen wir in eine Konservenfabrik, da haben wir auf dem Dachboden gewohnt. Und haben uns da oben (unv.) und viel gab es ja nicht irgendwas anders gekümmert, und haben dann die Zuschuss-Genehmigung bekommen, und dann hab ich mich beworben und da hab ich in der Volksbank Braunschweig meine Lehre gemacht.

114 I: Also eine Lehre zur Bankkauffrau?

- 115 St: Ja, ja, und mein Mann war ja Apotheker und dann habe ich/ er war befreundet mit mit seinen Mitschülern und das waren Ärzte, und dann war ich Springerin, dann habe ich da ausgeholfen und hab ja auch Rezepte abgerechnet und dann habe ich als Sprechstundenhilfe gearbeitet ich habe was alles Mögliche gemacht. Das war so unter Freunden, ja?
- 116 I: Ja.
- 117 St: Ja, man hat sich geholfen damals ja. Hat mir große Freude gemacht und das bis heute. Waren auch schöne Freundschaften nachm Krieg.
- 118 I: Sind das Freundschaften die immer noch bestehen?
- 119 St: Ja aber verstorben sind die die sind alle verstorben, weil mein Mann ja so viel älter war. Ja, er gehörte auch zu diesem/ es gab hier einen einen Club, der hieß das waren die (Name) da gehört ja das Dammtor Denkmal dazu und die haben sich immer/ und da gab es einen Club der hieß (unv.) und die haben sich immer schon um die Witwen gekümmert. Also das ist auch so geblieben nä, immer Diakonie, ja. Also ich bin immer drin gewesen, aber ohne große Anstrengung. Es war einfach so .. und schön es war schön.
- 120 I: Ja. Und was haben sie da dann so zusammen gemacht? Ich kann mir das noch nicht so gut vorstellen.
- 121 St: Wir haben äh uns damals viel im Haus getroffen, und das waren ja alles Kameraden die überlebt haben, und uns Frauen wollten sie am Anfang nicht dabei haben. Die haben sich sonst auch im Ratskeller getroffen, und dann haben wir gesagt, dann gehen wir auch nach Hause und wir Frauen haben die dann immer/ sie haben gesagt nein, keine großen Umstände ihr macht immer Kartoffeln oder Würstchen, das haben wir beibehalten (lacht). Nur wenn dann vielleicht ein Geburtstag war, dann haben wir das schöner gemacht ja? Und dann, haben wir Frauen uns auch zusammengetan und plötzlich haben wir dann kleine Reisen gemacht, die wir selbst ausgearbeitet haben und das hat denen so gefallen. Die haben gesagt wie macht ihr das? Ich sag ja, in Harmonie nä, schöne Reisen gemacht. Hat uns viel gegeben. Also ich kann wirklich sagen, mein Leben (Betonung) "trotz Krieg und so", ist reich gewesen. Hat mich reich gemacht. Ich bin sehr zufrieden mit allem.
- 122 I: Schön.
- 123 St: Schön. .. Ja.
- 124 I: Mhm gibt es noch etwas was Ihnen wichtig ist zu erzählen, worüber wir noch nicht gesprochen haben?
- 125 St: Das würde ins Private gehen, das gehört eigentlich nicht hier her. Das hab ich für mich alles abgearbeitet.
- 126 I: Okay.
- 127 St: Haben Sie Verständnis dafür nech?
- 128 I: Na klar.

- 129 St: Ja.
- 130 I: Na klar.
- 131 St: Ja.
- 132 I: Wie haben Sie denn das Gespräch jetzt mit mir erlebt?
- 133 St: Sehr aufschlussreich, sehr interessant, ich bin dafür, machen Sie weiter so .. Sie sind unsere Hoffnung nech, sie müssen die Welt mit verändern. Und die Zeit ist jetzt reif dafür. Eigentlich schon zu spät aber, man kann noch was tun.
- 134 I: Ja.
- 135 St: Der Ansicht bin ich auch.
- 136 I: Ja, da stimme ich Ihnen zu.
- 137 St: Die Natur die rächt sich im Moment sehr nech und ich finde das das Böse muss aufhören. Es ist wird unerträglich nech, find ich auch. Hat eigentlich keine Berechtigung nä.
- 138 I: Ja mhm. Haben Sie noch Fragen an mich?
- 139 St: Nein ich bedanke mich für das Gespräch.
- 140 I: Ja ich bedanke mich bei Ihnen.
- 141 St: War sehr schön, habe ich als wertvoll empfunden.
- 142 I: Das freut mich.
- 143 St: Und ich bitte Sie weiterzumachen.
- 144 I: Auf jeden Fall.
- 145 St: Und für Ihre Zukunft wünsche ich Ihnen alles Gute.
- 146 I: Danke, das wünsche ich Ihnen natürlich auch.
- 147 St: Ich bedanke mich.

Liste der Kodes

Liste der Kodes	Häufigkeit
Kodesystem	675
Verwitkung	0
Ehe(-mann)	27
Nach dem Tod	21
Trauer/Bewältigung	13
Finanzielle Situation	18
Service-Wohnen	0
Umzug	23
Nutzung der Angebote	29
Vernetzung/Miteinander	15
(Un-)Zufriedenheit	36
Bild vom SW	9
Wünsche/Anregungen	5
Aktivitäten	0
Freizeitgestaltung/Haushalt	35
Gesundheit	24
Krankheit	17
Soziales Netzwerk	5
SW/Hausgemeinschaft	19
Freund*innen/Bekannte	26
Familie	35
Persönlichkeit	0
Beruf/Karriere	18
Denkweise	23
Werteorientierung	7

Liste der Kodes	Häufigkeit
Eigenschaften	35
Einstellungen	58
Strategien zur Problembewältigung	14
Reflexion	73
Zukunftsperspektiven	1
Rollen/Funktionen	8
Hoffnungen	6
Ressourcen	7
Sinnfindung	28
Soziale Integration	22
Strategien	18

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit ohne fremde Hilfe selbstständig verfasst und nur die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Werken entnommene Stellen sind in allen Fällen unter Angabe der Quelle kenntlich gemacht.

Ort, Datum

Unterschrift