

„Neuer Start ab 35“ für Familienfrauen eine Herausforderung?

Irmgard Schroll-Decker

Das Freiburger Modellkonzept

Frauen, die ihre berufliche Tätigkeit beenden oder unterbrechen, um sich den Aufgaben der Erziehung der nachwachsenden Generation zu widmen, fehlen nach ihrer Familienphase oft Anhaltspunkte dafür, wie die Qualifikationen aus der Familienarbeit zu verwerten sind und welche Chancen ihnen für die folgenden Lebensjahre offenstehen. Sie laufen Gefahr, ins gesellschaftliche Abseits zu geraten, weil das zunehmende Tempo der Veränderungen in der Arbeitswelt und den Berufsfeldern Wissen und Können schnell veralten läßt.

Der Motivierungs- und Orientierungskurs "Neuer Start ab 35" des Deutschen Frauenrings hat die besondere Problematik der Familienfrauen aufgegriffen und gehörte mit zu den ersten Maßnahmen, welche der Öffentlichkeit präsentiert wurden (vgl. Ministerium für Arbeit, Gesundheit, Familie und Sozialordnung, 1988). Dieses Konzept ergänzte die etablierten Maßnahmen zur Verbesserung der Bildungs- und Arbeitsmarktsituation und wandte sich direkt an die Frauen, die sich gegen Ende ihrer Familiengebundenheit mit der zukünftigen Gestaltung ihres Lebens beschäftigen (vgl. Niehuis/Hasselhorn, 1986; Gensior et al., 1990).

Der „Neue Start“ unterscheidet sich von den Wiedereinstiegs- oder Rückkehrmaßnahmen von berufsständischen Vereinigungen (Kammern, Berufsverbände), die für bestimmte Berufsgruppen (z.B. Pflegekräfte) konzipiert sind und sich vorwiegend auf das Nachholen von fachspezifischen Kenntnissen beziehen: Er leistet Unterstützung im Vorfeld solcher Entscheidungen und bietet die individuell erforderliche Begleitung an. Deshalb beinhaltet der „Neue Start“ in erster Linie persönlichkeitsstabilisierende Erkenntnishilfen, auf deren Grundlage Argumente für eine bestimmte Zielrichtung gebündelt werden können. Daneben werden Initiativen gefördert, wie eine während der Familientätigkeit einsetzende Aktivierung der Selbsthilfe an familiennahen Lernorten die phasenweise Ausgliederung der Frauen verhindern und so "Kontinuität der Lebenserfahrung und Lebensgestaltung für Frauen" (Prokop, 1991, S.5) fördern kann. Beispielhaft genannt seien die Nachbarschafts- und Familienzentren, informelle Austausch- und Treffpunkte. Die im Titel enthaltene Altersgrenze von 35 Jahren ist nicht als Ausschlusskriterium zu sehen. Wenn sich eine Frau unter 35 mit ihrer Lebensplanung befasst, wird sie nicht abgewiesen.

Das Kurskonzept favorisiert keine Zielperspektive, sondern erkennt die Möglichkeiten,

- in den früheren Beruf zurückzukehren,
- eine Umschulung oder Ausbildung zu beginnen,
- eine berufliche Weiterbildung aufzunehmen,
- mit allgemeiner Weiterbildung die Entwicklung in Gang zu setzen,
- sich ehrenamtlich zu engagieren,
- neue Neigungen zu entdecken oder vorhandene Interessen zu vertiefen
- sich nach intensiver Reflexion zum Verbleib in der Familie zu entscheiden

als gleichwertige Alternativen an. Der Kurs knüpft sorgsam an der inneren Bereitschaft der Familienfrauen zur Prüfung ihres Standortes an und spricht sie mit allen zur Verfügung stehenden Informationen vielfältig (intellektuell, emotional, sozial und kreativ) an, so daß die

Teilnehmerinnen nach einer umfassenden Situationsanalyse eine realistische Basis für ihre Planung vorfinden.

Der "Neue Start ab 35" verfolgt die Ziele:

- die Bedürfnisse bewußt zu machen, die Entwicklungsgeschichte zu akzeptieren und sich selbst zu finden,
- die physische und psychische Gesundheit in der Lebensmitte zu stabilisieren,
- für eine individuell befriedigende neue Aufgabe zu aktivieren und einen neuen "Lebensabschnitt" einzuleiten (vgl. Ministerium für Arbeit, Gesundheit, Familie und Sozialordnung, 1988, S. 5-12).

Für diese Entwicklungsaufgaben wurde ein Curriculum erarbeitet, das in drei Fachbereiche (pädagogisch-psychologisch, musisch-kreativ, arbeits- und gemeinschaftskundlich) unterteilt ist. Als Zeitrahmen sind mindestens acht und höchstens zehn Wochen Unterricht und zwei Wochen Praktikum vorgesehen. Zeitliche Einteilung und Fächergliederung ebenso wie Lernziele, -inhalte, und -methoden des Freiburger Modells sind Richtwerte, aber nicht zwingend.

Der Orientierungs- und Motivierungskurs „Neuer Start ab 35“ wird von vielen öffentlichen und freien Bildungsträgern durchgeführt. Aktuelle Informationen zu den Anbietern in Ihrer Nähe erhalten Sie am besten bei den Bildungsträgern und den Gleichstellungsbeauftragten.

Situative Anpassung und Aktualisierung des Freiburger Modells

Die Vorgaben für den "Neuen Start ab 35" werden kontinuierlich nach den Anforderungen, die sich den Familienfrauen stellen, organisatorisch und inhaltlich modifiziert. Die Inhalte werden auf die Bedürfnisse der Frauen zugeschnitten. Die Teilnehmerinnen bringen ihre je individuelle Erfahrung (z.B. bei der Organisation des Familienlebens, aus den Veränderungen im Umfeld der Ausbildung, gesellschaftlichen Anforderungen) mit ein. Ein plakatives Beispiel ist die Zunahme der Beschäftigung mit den Neuen Medien. Der zeitliche Anteil, der für den Erwerb dieser Kompetenz aufgebracht wird, hat sich stetig erhöht.

Die "Unterrichtsstunden" können auf vier oder fünf Tage verteilt werden. Es hat sich bewährt, die Erfahrungen des zweiwöchigen Praktikums auszuwerten. Deshalb wird eine Aufteilung favorisiert, die das Praktikum zu Beginn des dritten Drittels der Maßnahme plziert.

Vor Beginn des "Neuen Start ab 35" wird mit jeder Interessentin ein Vorgespräch geführt, um die "Passung" von Maßnahme und Teilnehmerin so weit wie möglich zu klären oder nach Alternativen zu suchen. Die Nachfrage nach dem „Neuen Start“ ist trotz zeitweiser Bedenken über dessen Bedarf ungebrochen. Obwohl die nachrückenden Frauengenerationen über bessere Schul- und Berufsausbildungen verfügen, die Unterbrechungszeiten kürzer werden und ungleich mehr Möglichkeiten von Beurlaubung und Kontakt-Halten zum Betrieb, gesichert in Betriebsvereinbarungen, vorhanden sind, erfreut sich der „Neue Start ab 35“ eines regen Zulaufs.

Was kann der „Neue Start ab 35“ leisten?

Die Familienfrauen suchen nach einer Ergänzung zu ihrer Tätigkeit, streben eine Veränderung an oder wollen den kommenden Lebensabschnitt neu gestalten. Die Auswertungen von Niehuis/Hasselhorn (1986) sowie die aus der Modellversuchsreihe beschränken sich zumeist auf

quantitative Angaben. Sie stammen aus den 70er und 80er Jahren. Die Verfasserin hat sich bei ihrer Studie (vgl. Schroll-Decker, 1995) zum Ziel gesetzt, auf die subjektiven Anforderungen der Familienfrauen zu achten.

Im einzelnen geht es darum, die folgenden Aspekte zu präzisieren:

- Welche soziobiographischen Merkmale kennzeichnen die Zielgruppe ca. 10 Jahre nach Vorlage des Modellkonzepts?
- Welche Faktoren der Lebenssituation beanspruchen die Frauen und wie kann Abhilfe geschaffen werden?
- Worin bestehen innere Unruhe, psychische Belastung und Unsicherheit?
- Welche Lernbedürfnisse haben die Frauen für ihren kommenden Lebensabschnitt und wie kann diesen begegnet werden?
- Welches Potential an Fähigkeiten und Fertigkeiten ist vorhanden und in welchen Bereich können die Familienarbeitsqualifikationen einmünden?
- Auf welche Weise können die Ressourcen für die selbstbezogene Umorientierung mobilisiert werden?
- Wie kann die Entscheidungsfindung optimal person- und situationsspezifisch unterstützt werden?
- Welche Impulse (Beratungs- und Bildungsimpulse) können den Übergang von der familien- zur personzentrierten Lebensphase erleichtern, um persönlichen, familiären und gesundheitlichen Krisen vorzubeugen?
- Welche Konsequenzen können aus der Erhebung der Probleme und Problembewältigung der jetzigen Familienfrauengeneration für die nachfolgenden gezogen werden?

Die Untersuchung einer Maßnahme

Die Ausgangssituation der Frauen

Der "Verein für Fraueninteressen e.V." in München führt seit 1981 regelmäßig zwei bis dreimal pro Jahr den „Neuen Start“ durch. Die Protokolle dreier exemplarisch ausgewählter Kurse wurden als Referenz für das subjektiv erlebte Lern- und Bildungsgeschehen aus Frauensicht inhaltsanalytisch ausgewertet (vgl. Mayring, 1983, S.49).

Die Protokollanalyse ergab folgende Auskünfte:

- Unsicherheit, Perspektivlosigkeit, Desorientierung und die unbestimmte Zukunftsorientierung sind vorhanden.
- Die Frauen stellen hohe Anforderungen an sich und sehen sich vor hohe Anforderungen gestellt. Sie wollen Energien mobilisieren und der bisherigen Alltagsroutine (teilweise) entgegentreten.
- Die Frauen fühlen sich psychisch belastet und im Wohlbefinden beeinträchtigt.
- Die Frauen haben ein großes Informationsbedürfnis über berufliche, frauenspezifische, soziale, ehrenamtliche Entfaltungs- und Bildungsmöglichkeiten aller Art.
- Die Frauen sind motiviert und interessiert, etwas "Neues" in Angriff zu nehmen.
- Für die persönliche Entwicklung ist es wichtig, sich sukzessive von der Familie loszulösen.
- Die Erfahrungen in der Gruppe Gleichbetroffener sind wichtig.
- Der Austausch bietet individuelle Anregungen, Inhalte und Hilfen.

- Die Frauen suchen Sicherheit vor "Blamage", Schonraum zum Erlernen neuer Verhaltensweisen.

Die Ergebnisse erhärten die Hypothese des Freiburger Modells, dass der Übergang von der familienzentrierten in eine Phase der Außenorientierung ein emotionales, kognitives, soziales und handlungsbezogenes Ungleichgewicht verursacht, das zu lösen hohe Anforderungen stellt.

Befragung der Teilnehmerinnen einer Maßnahme

Die Neuorientierung der Frauen macht sich an der individuellen Qualität des Erlebens und Verarbeitens bemerkbar. Hier setzt eine adressatengerechte Bildungsmaßnahme an. Um das subjektive Erleben möglichst genau bestimmen zu können, wurden 1992 alle Teilnehmerinnen eines „Neuen Start“ schriftlich und mündlich befragt.

Im ersten Interview gab jede Frau Einblick in ihre Situation. Als Grobraster wurde die Lebenssituation in fünf Bereiche ausdifferenziert (Beruf, soziales Netzwerk, subjektive Befindlichkeit, Finanzen, Familienalltag). Daraus gingen die Themen hervor, welche in diesem Lebensabschnitt dominieren und Anlaß für den Aufbruch geben. Zur Erhebung des körperlichen Allgemeinzustandes kamen die Beschwerden-Listen B-L und B-L' nach Zerssen (1976) und eine Kombination aus 16 Aussagen zur allgemeinen psychischen Befindlichkeit zum Einsatz. Im zweiten Interview nach der Praktikumsphase konnten die Teilnehmerinnen den Standort auf dem Weg zur "Selbstbestimmung" und ihre Lernanregungen benennen, ihre Pläne konkretisieren und die dafür erforderlichen Handlungsschritte verbalisieren.

Ergebnisse der Untersuchung

Die Teilnehmerinnengruppe

Die Gruppe des "Neuen Start ab 35" bestand aus 18 Frauen. Das Durchschnittsalter betrug 44,7 Jahre, wobei die jüngste 36 und die älteste Frau 53 Jahre alt war. 14 Frauen waren verheiratet, vier ohne Partner lebend (getrennt bzw. verwitwet).

Das Durchschnittsalter der Kinder betrug 14,8 Jahre, wobei die Streuung von 5 bis 26 Jahre reichte. Die meisten Kinder lebten noch im Haushalt. Die durchschnittliche Dauer der Familienentätigkeit betrug 15,8 Jahre. Nur wenige hatten sich unter 10 oder über 20 Jahre auf die Familie konzentriert. Kaum eine hatte bis zu diesem Zeitpunkt versucht, eine außerhäusliche Beschäftigung zu finden. Die Frauen sahen im Arbeitsamt nicht den richtigen Ansprechpartner und berichteten von schlechten Erfahrungen.

2/3 der Frauen verfügte über einen mittleren und gehobenen Schulabschluss sowie eine abgeschlossene Berufsausbildung. Während der Familienphase nahm mehr als die Hälfte an allgemeinbildenden Veranstaltungen (zumeist der Volkshochschulen) teil. Die Teilnahmen entfielen auf den künstlerisch-kreativen, den Sprachen-, den Gesundheits- und psychologisch-pädagogischen Bereich. Gut die Hälfte der Frauen engagierte sich in der Elternvertretung, in sozialen Initiativen und in der Basisarbeit bei Verbänden, Parteien und Vereinen.

15 Befragte gingen mit der Absicht in den "Neuen Start ab 35", eine außerhäusliche Betätigung anzustreben. Die Rückkehr in den früheren Beruf lehnten elf Frauen jedoch ab. Mehr als die Hälfte äußerte den Wunsch, sich verändern zu wollen, jedoch ohne eine konkrete Vorstellung über den Umfang einer "neuen" Beschäftigung und ohne Informationen über Umschulung und Weiterbildung oder ein Praktikum.

Inhalt und Ablauf des „Neuen Starts“ waren im Vorfeld wenig bekannt. Die Frauen erwarten sich Information (17), Erfahrungsaustausch (12) und Selbsterfahrung (12) sowie Gruppenerlebnisse (10) und neue Kenntnisse/Erfahrungen (10). Die Teilnahmegründe verdeutlichen, dass die Frauen etwas Neues beginnen wollen (16), neugierig auf den Kurs (12), weil zu Hause nicht mehr ausgelastet (10) sind, bereit sind, neue Aufgaben anzugehen, z.B. für sich selbst etwas tun wollen (13), berufstätig werden (9), Geld verdienen und den Wiedereinstieg wagen (8) wollen, Antrieb (9) und Kontakte (10) sowie Anerkennung und Selbstbestätigung suchen (10).

Die Erwartungen an den Kurs korrespondieren mit den Teilnahmegründen. Am häufigsten genannt werden, Klarheit über zukünftige Möglichkeiten (17), Informationen über Aus- und Weiterbildung (16) und Hilfe bei der Entscheidungsfindung durch Information zum Berufseinstieg (10) und Gruppenanregungen (12). Dabei wird der Selbstanalyse (z.B. Wissen über sich (15) und die eigenen Fähigkeiten (11)) und der Stärkung des Selbstvertrauens großes Gewicht beigemessen.

Der sozioökonomische Status der verheirateten Frauen ist gut. Ca. 1/3, darunter die allein lebenden bzw. älteren Frauen, hat aber auch finanzielle Sorgen.

Alle Befragten sind im pädagogisch-psychologischen Bereich durch Lektüre und den Besuch von Veranstaltungen hoch sensibilisiert. Ihre sozialen Kompetenzen, übrigens die einzigen, welche sie als solche anerkennen, könnten eine Begründung dafür bilden, daß die Frauen ihr zukünftiges Betätigungsfeld häufig im sozialen Bereich sehen.

Charakteristika der Familienfrauensituation

Die "Lebensthemen"

Als "Lebensthemen" (vgl. Thomae, 1988) werden die Ansprüche und die Auseinandersetzung mit individuellen Facetten der Biographie bezeichnet, die nicht nur punktuell, sondern längerfristig vorhanden sind.

Im Bereich "Beruf" betrifft dies die Beendigung der Berufstätigkeit, die Veränderung des Familiengefüges sowie der Einkommenssituation, die Bedeutung des Berufsinhalts und das Weiterbildungsverhalten. Motive für eine Rückkehr in das Arbeitsleben (z.B. Altersversorgung), Vorstellungen über Art (ehrenamtlich, sozialversicherungsfrei, -pflichtig usw.) und Umfang einer Beschäftigung werden ebenso verbalisiert. Belastungen aus diesem Bereich resultieren vorwiegend aus der unzureichenden Schul-, Aus-, Fort- und Weiterbildung, der Diskrepanz zwischen Berufswunsch und -wahl, der früheren Berufs- oder ehrenamtlichen Tätigkeit sowie aus den Zukunftsplänen.

Die Themen aus dem Bereich "soziales Netzwerk" berühren die Kontakte zu Bekannten und Verwandten sowie die innerfamiliären Beziehungen. Ferner beziehen sie sich auf die Mit

gliedschaft in Organisationen und das ehrenamtliche Engagement. Die Belastungen stammen aus dem Elternkreis (potentielle Pflegetätigkeit), aus dem innerfamiliären Bereich (Verständnis), dem Freundes- und Bekanntenkreis (Defizite in der Sozialkompetenz).

Die subjektive Befindlichkeit besteht aus der Bewertung der Gesundheit, den Ergebnissen der Beschwerden-Listen und dem allgemeinen psychischen Befinden. Als belastend erweisen sich Probleme mit Schwangerschaft, Geburt, Menopause, körperliche und psychische Schwächen.

Im "Familienalltag" thematisieren die Familienfrauen die zeitliche Beanspruchung, die Kinderbetreuungsmöglichkeiten und Familienarbeitsqualifikationen. Die Belastungen gruppieren sich um die Balance zwischen eigenen und familiären Interessen (Defizite in der Kinderbetreuung, Zuständigkeit für das Familienleben, geringe zeitliche Flexibilität, Überdruß an der "unsichtbaren" Hausarbeit).

Im Bereich "Finanzen" wird die Einkommenssituation besprochen. Dazu gehören der finanzielle Spielraum und die Unsicherheit bei beabsichtigter Trennung.

Des weiteren wird thematisiert, welche Veränderung höchste Priorität besitzt und für welchen Zeitraum sich die Frauen welche Ziele setzen. Die Frauen schätzen ihre Grundeinstellung (optimistisch oder pessimistisch) ein. Belastungen sind familiär (Haushalt, Kinder und Erziehung, Partner), persönlich (Selbstmanagement, Umgang mit der Biographie, Bereitschaft zum Verzicht, Kräfte und Reserven, emotionale Betroffenheit, Gedanken an das Alter und die Hilflosigkeit) sozial bedingt (Kontakte und Gruppensituation) oder gesellschaftlich (mangelnde Anerkennung der Leistung) bedingt.

Kurserfahrungen und Bildungsimpulse

Dem Praktikum messen die Frauen entscheidende Bedeutung bei, insofern als sie das „Neue“ hautnah erleben und Klarheit erhalten:

- Entspricht der anvisierte Bereich den Erwartungen?
- Ist bei bleibenden familiären Pflichten die doppelte Aufgabe Familie und außerhäusliche Betätigung zu bewältigen?
- Für welche Aufgaben reichen die vorhandenen Fähigkeiten und Kompetenzen?
- Auskunft über die Lern- und Entwicklungsfähigkeit
- Allgemeine Informationen über das Berufsleben

Die zweiwöchige "Erprobung" an einer Arbeitsstelle führt zu den folgenden Erfahrungen und „Einsichten“:

- Im ehemaligen Berufsfeld ist vieles neu und anders, mit Einarbeitung und Unterstützung ist eine Rückkehr jedoch möglich.
- Die erwünschte Tätigkeit entspricht nicht den Erwartungen an eine Berufstätigkeit.
- Die Vorstellungen von der Tätigkeit werden bestätigt. Ein Wiedereinstieg ist nach dem Erwerb zusätzlicher Kenntnisse (Weiterbildung, Praktikum) machbar.
- Die Sammlung von Informationen hat die Vorstellungen konkretisiert.

Ein Großteil klammert sich zur Kompensation fehlender Beitragszeiten an eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung. Frauen, die ihre finanziellen Verhältnisse als gesichert se

hen, sind bereit, ehrenamtlich zu arbeiten, sofern die Tätigkeit als sinnvoll erachtet wird und sie sich nicht als "billige Arbeitskraft" eingesetzt sehen.

Der Kurs motiviert, regt die Neugierde an, lenkt die Blickrichtung in die Zukunft, verleiht mehr Gelassenheit, stellt die Lernfähigkeit unter Beweis, stärkt das Selbstvertrauen und läßt in der Kursgruppe Solidarität erfahren. Er ist eine erste Übung in der Vereinbarkeit von außerhäuslichem Engagement und Familienaufgaben. Den Frauen wird bewußt, dass Unregelmäßigkeiten im Alltag Probleme bereiten, dass das Familiengeschehen den Zeitrahmen vorgibt und sie ihre Familie nicht "aufs Spiel setzen wollen".

Kursinduzierte Veränderungen werden auf den folgenden Gebieten erkannt:

a) In der persönlichen Entwicklung

Die Befragten sind selbstbewußter, offener und aufgeschlossener, trauen sich mehr zu und scheuen die Konfrontation nicht mehr. Anforderungen stellen eher eine Herausforderung als eine Belastung dar. Außerdem werden familiäre Selbstverständlichkeiten reflektiert. Die Konkretisierung der Zukunftsaufgaben bedeutet einen großen Fortschritt.

b) In der Entwicklung in und durch die Gruppe - Austausch

Die Gruppe ist eine Chance, neue Denk- und Verhaltensweisen kennen und üben zu lernen. Sie ist ein Schonraum, in dem man sich vorantasten und persönliche Unzulänglichkeiten überwinden kann. Der Austausch mit den Gleichbetroffenen tröstet und ermutigt zu gemeinsamen Aktivitäten.

c) In der Entwicklung in bezug auf die Familie

Die Familienfrauen reorganisieren die häusliche Arbeit (Delegation bzw. Rationalisierung). Die Auswirkungen wecken zwar das Interesse der Familienmitglieder, bringen aber ebenso Beschwerden über zu wenig Zeit und ein „Mehr“ an Mitarbeit ein.

d) Als persönliche Quintessenz

Der "Neue Start ab 35" hilft zu erkennen, was und wohin die Frauen wollen. Sie loten ihre eigenen und die strukturellen Grenzen der Entfaltung ebenso aus wie sie Energien mobilisieren. Das gestärkte Selbstvertrauen bewirkt, dass sich die Frauen auf die Auseinandersetzung mit neuen Personen und Aufgaben freuen.

"Muster" des Erlebens und Verarbeitens

- 1) Die materielle Versorgung durch den Partner hemmt die Frauen. Das Ausmaß hängt davon ab, wie selbstbestimmt sie über Geld verfügen können. Wird Kontrolle ausgeübt, empfinden sie eine starke Einengung und möchten selbst etwas verdienen. Frauen, die sich aus finanziellen Gründen gedrängt sehen, eine Berufstätigkeit aufzunehmen, empfinden eine psychische Belastung, die sich auf ihr Wohlbefinden niederschlägt.

- 2) Erfahrungen aus der Berufsbiographie fließen in die Planung ein. Viele Frauen haben bei der Berufswahl geschlechtstypische Kompromisse gemacht. Deshalb herrscht eine geringe Bereitschaft, in den erlernten Beruf zurückzukehren. Erst wenn die negativen Erfahrungen aufgearbeitet und Perspektiven erläutert werden, nimmt die Bereitschaft zu und das psychische Befinden verbessert sich.
- 3) Wer während der Familienphase aktiv an Veranstaltungen teilgenommen und Anregungen für sportliche, musische, kreative, soziale Tätigkeiten bekommen hat, ist aufgeschlossener und ideenreicher für das, was in Angriff genommen werden könnte.
- 4) Das Interesse an einer "erfüllenden" Tätigkeit ist wichtiger als Geld zu verdienen. Dennoch ist die finanzielle Anerkennung der Leistung (im Gegensatz zur Familienarbeit, die nicht "entlohnt" wird) erwünscht. Reine "Beschäftigungstherapien" lehnen die Frauen ab. Ein neues soziales Engagement kommt nur in Frage, wenn sie sich sicher sind, sich nicht wieder "ausnützen" zu lassen.
- 5) Die Frauen erhalten eine realistische Vorstellung über den Umfang, in dem sie einer anderen Tätigkeit nachgehen können. Sie achten darauf, sich in angemessenem Tempo und parallel zur Verselbständigung ihrer Kinder aus der Familie zurück zu ziehen.
- 6) Jüngere Frauen wollen ihre Kinder zur Selbständigkeit erziehen. Ihre Ambitionen scheitern oft an der Anspruchshaltung der Familie, die sie als Dienstleisterin sieht. Jüngere Frauen planen den Wiedereinstieg oder ihre nachfamiliäre Phase von langer Hand und beugen so der "Sinnleere" vor. Die frühe Auseinandersetzung mit dem (normativen) Lebensereignis reduziert die Anfälligkeit für eine Krise.
- 7) Im Praktikum machen die Frauen die Erfahrung, etwas dazu lernen zu können. Dies reduziert die Angst vor den unerfüllbaren Anforderungen der Arbeitswelt. Auch für die Familienarbeitsqualifikationen werden Verwendungen gesehen. Insbesondere für ältere Frauen ist diese Erfahrung sehr wichtig.
- 8) Anerkennung und Selbsterfahrung mobilisieren Reserven (Energien, psychische Stabilität, Durchhaltevermögen) bei den Frauen, was sich positiv auf die allgemeine Befindlichkeit auswirkt.
- 9) Es gibt Frauen, die sich während der Familienphase Freiräume schaffen. Sie nutzen diese für Kontakte und verfügen über ein tragfähiges soziales Netz. Dieses steigert die allgemeine Befindlichkeit. Frauen, die häufig Enttäuschungen im sozialen Umgang erlebten, kapseln sich ab und überfordern sich.
- 10) Familienfrauen sind für das soziale Klima in der Familie, die Organisation der Verwandtenkontakte und das Alltagsgeschäft zuständig. Ihre Partner investieren wenig Zeit. Viele Frauen klagen über belastende familiäre Beziehungen und suchen deshalb Kompensation in Außenkontakten.
- 11) Frauen nehmen, wenn sie sich an der Grenze ihrer eigenen Kompetenz sehen, Rat und Hilfe an. Sie wenden sich an entsprechende Institutionen.
- 12) Organisierte (Mitgliedschaften, Mitarbeit in Initiativen) Frauen sind häufiger ehrenamtlich tätig und fühlen sich nicht isoliert.

- 13) Für ältere Frauen mit erwachsenen Kindern dient der Kurs dazu, Kontakte herzustellen. Sie sind sehr familienzentriert und wollen der Familie bei Aufnahme zusätzlicher Kontakte auch weiterhin Priorität einräumen.
- 14) Die ständige Präsenz zwingt die Frauen in die Rolle der Alleinverantwortung. Die Außenorientierung dient dazu, einen "Gegenbereich" zur Haus- und Familienarbeit aufzubauen. Die ständige Beziehungsarbeit belastet sie. Die Frauen bekommen den Eindruck, "aufgefressen zu werden". Die Bearbeitung dieses Themas mit anderen Betroffenen hat entlastende Funktion.
- 15) Gesundheitlich (körperlich) sehen sich die Frauen in der Lage, eine Beschäftigung aufnehmen zu können. Der allgemeine psychische Zustand ist niedergeschlagen, ängstlich, unmotiviert und unsicher. Mit der jetzigen Lage sind die Frauen nicht zufrieden. Dies schlägt sich in den allgemeinen Ermüdungs- und Erschöpfungszuständen, den Rückenverspannungen und Stimmungsschwankungen nieder.
- 16) Der Alltag hängt von persönlichen und objektiven Faktoren ab: Es gibt Frauen, die in einen starren zeitlichen Rahmen eingepresst (zumeist vom Alter der Kinder abhängig) und Frauen, die zeitlich weitgehend frei disponieren können.
- 17) Für die Zukunft geht es den Familienfrauen primär darum, sich selbst wichtiger zu nehmen. An ihrer Situation wollen sie etwas so verändern, daß sie zufrieden sein können. Dabei setzen sie ihr Bedürfnis nach Selbstentfaltung nicht zuungunsten der Familie durch, sondern halten es mit deren Anforderungen kompatibel.
- 18) Die meisten Frauen haben die Zuversicht, auf ihr Leben Einfluß nehmen zu können. Als Quelle der Veränderung betrachten sie sich selbst. Sie warten nicht auf Initiativen des Partners oder erleichternde Lebensbedingungen.
- 19) Die Familienfrauen machen in annähernd gleicher Lebenslage individuell unterschiedliche Erfahrungen. Der "Neue Start ab 35" muß diesem differenziellen Aspekt genügen, wenn er die Neuorientierung unterstützen will. Dazu ist ein individualisierendes Lernklima nötig (Gruppengröße, didaktische Konzeption, Dozentinnen).
- 20) Der "Neue Start ab 35" gibt viele Anregungen zur Lösung der psychischen Probleme und verweist auf bestehende Versorgungseinrichtungen. Er ist eine adressatenbezogene und individualisierte Hilfestellung beim Übergang von der Familien- zur nachfamilären Phase und kann als wichtiger Beitrag zur psychosozialen Gesundheitsvorsorge gesehen werden.

Literatur

Gensior, S. / Hageman-White, C. / Hohenberger, L. / Schicke, H.: Frauen in der Lebensmitte. Weiterbildung zwischen Familie und Beruf, Pfaffenweiler 1990

Mayring, P.: Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken, Weinheim und Basel 1983

Ministerium für Arbeit, Gesundheit, Familie und Sozialordnung (Hg.): Bericht über die Entwicklung, Durchführung und Ergebnisse des Freiburger Modells Neuer Start ab 35. Motivierungs- und Orientierungskurs für Frauen. Bericht und Lehrplan, 4. Auflage Stuttgart 1988 (Beiträge zur Frauenforschung und Frauenpolitik. Eine Schriftenreihe der Leitstelle für Frauenfragen)

Niehuis, E. / Hasselhorn, M. (Hg.): Orientierungskurs für Frauen in der Lebensmitte, Frankfurt/M. 1986 (Berichte, Materialien, Planungshilfen der Pädagogischen Arbeitsstelle des Deutschen Volkshochschul-Verbandes)

Prokop, E.: Maßnahmen zur Beratung, Aktivierung und Weiterbildung von Familienfrauen. Abschlußbericht. Der Leitstelle für die Gleichstellung von Frauen und Männern beim Bayerischen Staatsministerium für Arbeit, Familie und Sozialordnung als Gutachten vorgelegt am 31.03.1991, München 1991

Schroll-Decker, I.: Lebensthemen von Familienfrauen. Analysen bei Teilnehmerinnen an der Orientierungsmaßnahme „Neuer Start ab 35“, München – Wien 1995

Thomae, H.: Das Individuum und seine Welt. Eine Persönlichkeitstheorie, 2., völlig neu bearbeitete Auflage, Göttingen – Toronto – Zürich 1988

Zerssen, D. v.: Die Beschwerden-Liste. Parallelförmige B-L und B-L'. Ergänzungsbogen B-L0. Klinische Selbstbeurteilungs-Skalen (KSb-S) aus dem Münchener Psychiatrischen Informations-System (PSYCHIS München). Manual, Weinheim 1976

Irmgard Schroll-Decker

Dipl.-Päd., Dr. phil.,
geb. 1958, Studium der Dipl.-Päd. (Univ. Regensburg)
und Rel.päd. (Domschule Würzburg)

Tätigkeit in der Jugendhilfe (1985-1990),
Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität Regensburg (1990-2000),
Referentin in der Erwachsenenbildung,
Lehrbeauftragte,
Ausbildung in klientenzentrierter Gesprächsführung nach GwG;
Fortbildung in der „Leitung von sozialen Einrichtungen“

Anschrift:

Strassackerweg 5,

93073 Neutraubling,

Tel.: 09401/89143