

NOVEMBER 2015

DER ALTERNDE MANN Das unbekannte Wesen

Endlich das volle Leben oder körperlicher Verfall? Das Alter der Männer bleibt ein Rätsel und verlässlich scheint nur das Schweigen darüber. Die Entwicklungen der Frau im fortgeschrittenen Alter sind dagegen intensiv beforscht. Die Möglichkeiten, sich beispielsweise auf die eigenen Wechseljahre vorzubereiten, erscheinen grenzenlos. Droht ein Mann mittleren Alters aus dem Gleichgewicht zu geraten, kriegt er mit einem Lächeln und einem Augenzwinkern den Hinweis, dass er sich nun eben in einer Midlife-Crisis befinde. Es passiert Männern wie Frauen: Plötzlich befindet man sich jenseits der fünfzig und das Alter ist keine Drohung mehr, das Alter ist in der Nähe, vielleicht ist es schon da. Und wer einem Mann aufmerksam lauscht, während er von seinem dünner werdenden Haar berichtet, gar eine Glatze bekommt, kann die Tiefen der Verzweiflung erahnen, die in ihm vorherrschen. Trotzdem: Das Alter ist weiblich. Ungeachtet dessen, dass sich Männer in diesem Alter mit den gleichen Lebensereignissen auseinandersetzen

müssen wie Frauen: Der Auszug der Kinder, die eigenen Eltern werden hochaltrig und gebrechlich und das

„MÄNNER KRIEGEN KEINE KINDER. MÄNNER KRIEGEN DÜNNES HAAR. MÄNNER SIND AUCH MENSCHEN. MÄNNER SIND ETWAS SONDERBAR.“,
HERBERT GRÖNEMEYER

bewusst werden, dass sie nicht mehr schützen, sondern schutzbedürftig werden, Immer-höher-schnellerweiter im Beruf erweist sich als Sackgasse. Das Leben wird endlich. Einige Fragen, die an der Schwelle zum Alter beantwortet werden wollen, könnten diese sein (Brocher, 1977): Wie bin ich an die Stelle meines Lebens gekommen? Stimmt mein jetziges Leben mit dem überein, was ich ursprünglich einmal wollte? Was müsste ich heute tun oder verändern, um das erweiterte oder veränderte Ziel später auf anderem Wege zu erreichen? Welchen Preis muss ich zahlen, wenn ich meine augenblickliche Lebensweise unverändert fortsetze? Was brauche ich für die nächsten fünf bis zehn Jahre? Welche Einsicht

ist für mich am schmerzlichsten zu ertragen? Was würde ich heute anders machen und wie finde ich Frieden für unwiederbringlich Versäumtes? Für viele Männer stellt die Entberuflichung das größte kritische Lebensereignis dar (Hammer, 2015). Die Frau kann, solange das klassische Modell der Rollenteilung zutrifft, auf mehrere Rollen zurückgreifen. Nach dem Berufsaustritt verfügt sie im Durchschnitt über ein breiteres Rollenrepertoire, kann auf ein größeres soziales Netzwerk zurückgreifen und pflegt intensivere familiäre Beziehungen. Klassisch betrachtet steht dem der Mann entgegen, der sein nachberufliches Leben mit mehr Aufwand gestalten und Lebenssinn finden muss. Doch anders betrachtet, bietet diese Fortsetzung des Erwachsenenlebens ohne Erwerbsarbeit völlig neue Chancen. Nach langer Zeit der beruflichen Fremdbestimmung kann dieser Orientierungsprozess eine große Herausforderung sein. Hier gilt es anzusetzen, denn es gibt viel zu tun in der „Altherrenforschung“.

Quellen: Brocher, T. (1977). *Stufen des Lebens*. Stuttgart: Kreuz.

Hammer, E. (2015). Schlaglichter auf das Alter(n) des Mannes. *Familiendynamik*, 4, 286-295.