

Thomas Birken, Helga Pelizäus-Hoffmeister, Petra Schweiger

# Selbstbestimmte Lebensführung im Alter. Grenzen erfolgreicher Strategien zur Bewältigung des Alltags

Transformationen alltäglicher Lebensführung,  
Tagung des Instituts für sozialwissenschaftliche Information und  
Forschung - isifo, in Kooperation mit dem DJI

München, 01. März 2018

## Gliederung

- **Background-Infos**
- Theoretischer Rahmen:
  - Alltägliche Lebensführung
  - Praxistheorie
- Empirische Erkenntnisse:
  - Problembewältigung statt Probleme
  - Grenzen erfolgreicher Bewältigungspraxen
- Fazit / Diskussion

- Forschungsfeld: Alter und Technik
- Entwicklung technischer Unterstützungssysteme für Ältere
- Projekt ATASeN: **A**nwendungsfelder für **T**echnik im **A**lltag von **S**enioren aus **N**utzersicht
- Projektziel: Methodenentwicklung zur Erhebung von Problemlagen
- Ergebnis: Problemlösungen statt Problemlagen

- Background-Infos
- **Theoretischer Rahmen:**
  - **Alltägliche Lebensführung**
  - **Praxistheorie**
- Empirische Erkenntnisse:
  - Problembewältigung statt Probleme
  - Grenzen erfolgreicher Bewältigungspraxen
- Fazit / Diskussion

## Konzept Alltäglicher Lebensführung:

- Zusammenhang aller Tätigkeiten von Personen in ihren verschiedenen Lebensbereichen
- Arrangement der verschiedenen sozialen Arrangements
- Unsere Perspektive:
  - Fokus auf „Einzelelemente“ der Lebensführung
  - Fokus auf Mindestanforderungen „erfolgreicher“ Lebensführung im Alter
  - selbstbestimmte Lebensführung als Prozess, der scheitern kann

## **Praxistheoretischer Ansatz:**

- Probleme können nur mit Fokus auf den konkreten Alltag identifiziert, detailliert analysiert und beschrieben werden
- Fokus auf die (Einzel-)Praxen bei der Bewältigung alltäglicher Herausforderungen
- Relevanz des physischen und materialen Kontexts
- Lebensführung als körpergebundene Praxis in Auseinandersetzung mit einer materialen Umwelt

- Background-Infos
- Theoretischer Rahmen:
  - Alltägliche Lebensführung
  - Praxistheorie
- **Empirische Erkenntnisse:**
  - **Problembewältigung statt Probleme**
  - **Grenzen erfolgreicher Bewältigungspraxen**
- Fazit / Diskussion

## Problembewältigung statt Probleme:

- Typologie der Alltagspraxen:
  - Empowerment
  - Körpertechnik
  - Hybride Handlungsträgerschaft
  - Veränderung der materialen Umwelt
  - Organisation sozialer Unterstützung
- → große Bedeutung physischer und räumlich-materialer Aspekte
- → Einzelpraxen als zentralen Voraussetzungen „erfolgreicher“ Lebensführung



## **Ambivalenzen und (mögliche) Grenzen erfolgreicher Bewältigungspraxen:**

- Veränderungen des physischen und materialen Kontexts
- Körperliche Belastungen und Gefährdungen
- kurzfristige „Erfolge“ verhindern langfristiges Planen
- durch Versagen einer Praxis Zusammenbruch des Gesamtarrangements

- Background-Infos
- Theoretischer Rahmen:
  - Alltägliche Lebensführung
  - Praxistheorie
- Empirische Erkenntnisse:
  - Problembewältigung statt Probleme
  - Grenzen erfolgreicher Bewältigungspraxen
- **Fazit / Diskussion**

## Für den Bereich „Produktentwicklung für Ältere“:

- Relevanz eines ressourcenorientierten Blicks
- Bewältigungspraxen als Anknüpfungspunkte für Technikentwicklung
- Schwierige Identifikation der „Umschlagpunkte“ (= wenn die Risiken einer Praxis ihre Vorteile überwiegen) → Wer entscheidet wann darüber?

## Forschungsertrag durch den „ALF-Blick“:

- Lebensführung als nicht-selbstverständliche Leistung der Person, die auch scheitern kann
- Sensibilisierung für das, was Älteren – oft unter schwierigsten Bedingungen – leisten, um ihr Gesamtarrangement aufrecht zu erhalten
- Dominoeffekt: das Versagen eines Einzelelements führt zum Zusammenbruch des Gesamtarrangements
- Lebensführung hat eine „Mikroebene“: die körpergebundene und körperbasierte Auseinandersetzung mit der materialen Umwelt ...
- ... die möglicherweise mit zunehmendem Alter entscheidend an Bedeutung gewinnt?

## Kontakt

[thomas.birken@gmx.de](mailto:thomas.birken@gmx.de)

[helga.pelizaeus-hoffmeister@unibw.de](mailto:helga.pelizaeus-hoffmeister@unibw.de)

[pet.schweiger@gmail.com](mailto:pet.schweiger@gmail.com)