

Aus dem Klinischen Institut  
für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf  
Direktor: Univ.-Prof. Dr. med. Dr. phil. Wolfgang Tress

Qualitativ-inhaltsanalytische Dokumentation und Untersuchung einer  
Gruppenpsychotherapie älterer Patienten im Behandlungsverlauf  
(„Belle Epoque“)

Dissertation

zur Erlangung des Grades eines Doktors der Medizin  
der Medizinischen Fakultät der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf  
vorgelegt von

Sonja Ellen Roth

2013

Als Inauguraldissertation gedruckt mit Genehmigung der Medizinischen Fakultät der  
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf  
gez. Univ.-Prof. Dr. med. Joachim Windolf  
Dekan  
Referent: Univ.-Prof. Dr. Dr. Tress  
Korreferent: Prof. Dr. Dragano

## **Inhaltsverzeichnis**

<b>1. Einleitung</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Stand der Forschung</b>	<b>2</b>
1.1.1 Altern und Krankheit	2
1.1.2 Psychotherapie bei älteren Patienten	8
<b>1.2 Pilotstudie „Belle Epoque“</b>	<b>14</b>
1.2.1 Institutioneller Rahmen	14
1.2.2 Fragestellungen des Pilotprojektes	15
<b>1.3 Ziel und Fragestellung der vorliegenden Untersuchung</b>	<b>17</b>
<b>1.4 Aufbau und Gliederung der Dissertation</b>	<b>18</b>
<b>2. Die Therapiegruppe „Belle Epoque“</b>	<b>19</b>
<b>2.1 Institutioneller Rahmen</b>	<b>19</b>
<b>2.2 Die Mitglieder der Therapiegruppe „Belle Epoque“</b>	<b>20</b>
<b>3. Durchführung und methodische Reflexion der Untersuchung</b>	<b>22</b>
<b>3.1 Qualitative Sozialforschung</b>	<b>22</b>
3.1.1 Grounded Theory-Ansatz	25
3.1.2 Qualitative Inhaltsanalyse	27
3.1.3 Komparative Kasuistik	28
<b>3.2 Datengewinnung und Datenerhebung</b>	<b>31</b>
3.2.1 Interviews als Daten	31
3.2.2 Ablauf der Interviews	32
<b>3.3 Datenauswertung</b>	<b>35</b>
3.3.1 Transkriptionen	35
3.3.2 Offenes Kodieren	37
3.3.3 Axiales Kodieren und Modellbildung	38
<b>3.4 Kategoriensystem</b>	<b>39</b>
<b>4. Ergebnisse der Untersuchung</b>	<b>41</b>
<b>4.1. Alter</b>	<b>42</b>
<b>4.1.1 Erkrankungen</b>	<b>42</b>
4.1.1.1 Krankheit und körperlicher Gesundheitszustand	42
4.1.1.2 Umgang mit körperlichen Veränderungen und Rückschritten	44
4.1.1.3 Psychischer Gesundheitszustand und Psychosomatik	46
4.1.1.4 Aktuelle Befindlichkeit	56

<b>4.1.2 Altern</b>	<b>60</b>
4.1.2.1 Altern	60
4.1.2.2 Körperaspekte	66
4.1.2.3 Sexualität	67
4.1.2.4 Zeit	69
<b>4.1.3 Intrapsychische Aspekte</b>	<b>72</b>
4.1.3.1 Ängste	72
4.1.3.2 Äußerungen der Resignation	76
<b>4.1.4 Zukunftsvorstellungen</b>	<b>79</b>
4.1.4.1 Zukunftsvorstellungen	79
4.1.4.2 Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit	82
<b>4.2. Die Patienten im Einzelnen</b>	<b>86</b>
<b>4.2.1 Biographie</b>	<b>86</b>
4.2.1.1 Alltagsgestaltung	86
4.2.1.2 Interessen und Hobbys	88
4.2.1.3 Selbst gewählte Aufgaben	92
4.2.1.4 Biographischer Hintergrund	96
<b>4.2.2 Beziehungen</b>	<b>99</b>
4.2.2.1 Beziehungen: Partnerschaft	99
4.2.2.2 Beziehungen: Kinder	105
4.2.2.3 Beziehungen: Freundes- und Bekanntenkreis	109
4.2.2.4 Umgang mit Konflikten	112
4.2.2.5 Einsamkeit	117
<b>4.2.3 Intrapsychische Aspekte</b>	<b>121</b>
4.2.3.1 Selbstaspekte	121
4.2.3.2 Wahrnehmen von Gefühlen	126
4.2.3.3 Druck	129
4.2.3.4 Negative Gedanken	134
<b>4.3. Gruppe</b>	<b>136</b>
<b>4.3.1 Gruppenmitglieder</b>	<b>136</b>
4.3.1.1 Die Gruppe	136
4.3.1.2 Die anderen Gruppenmitglieder	140
4.3.1.3 Position und Rolle in der Gruppe	142
4.3.1.4 Nähe und Distanz	145
4.3.1.5 Unterschiede zwischen Männern und Frauen	146
<b>4.3.2 Gruppenprozess</b>	<b>147</b>
4.3.2.1 Schweigen und Reden	147
4.3.2.2 Oberfläche und Tiefe	148
4.3.2.3 Konflikte in der Gruppe	150
<b>4.3.3. Alter als Thema in der Gruppe</b>	<b>154</b>
4.3.3.1 Thema Altern	154
4.3.3.2 Thema Alter und Öffentlichkeit	155

<b>4.4. Therapie</b>	<b>158</b>
<b>4.4.1 Erwartungen an und Vorstellungen über die Therapie</b>	<b>158</b>
<b>4.4.2 Sich-öffnen können / Sich-öffnen lernen</b>	<b>160</b>
<b>4.4.3 Therapeuten</b>	<b>163</b>
4.4.3.1 Äußerungen über die Therapeuten	163
4.4.3.2 Wünsche an die Therapeuten	167
<b>4.4.4 Fortschritte und Nutzen aus der Therapie</b>	<b>169</b>
4.4.4.1 Wunsch nach Fortsetzung einer Therapie	173
<b>5. Schaubild der Ergebnisse</b>	<b>176</b>
<b>6. Kernaussagen der Gruppenmitglieder</b>	<b>178</b>
<b>6.1 Frau A</b>	<b>179</b>
<b>6.2 Herr B</b>	<b>181</b>
<b>6.3 Frau C</b>	<b>185</b>
<b>6.4 Herr D</b>	<b>189</b>
<b>6.5 Frau E</b>	<b>194</b>
<b>6.6 Herr F</b>	<b>198</b>
<b>6.7 Frau G</b>	<b>205</b>
<b>6.8 Frau I</b>	<b>214</b>
<b>6.9 Herr J</b>	<b>219</b>
<b>7. Äußerungen der Therapeuten</b>	<b>226</b>
<b>7.1 Aussagen von Herrn Dr. A zur Therapiegruppe „Belle Epoque“</b>	<b>226</b>
<b>7.2 Aussagen von Frau Dr. B zur Therapiegruppe „Belle Epoque“</b>	<b>233</b>
<b>7.3 Spezifische Themen, Gemeinsamkeiten bzw. Unterschiede der Äußerungen der beiden Therapeuten zur Therapiegruppe „Belle Epoque“</b>	<b>241</b>

<b>8. Zusammenfassung und Diskussion</b>	<b>248</b>
<b>8.1 Behandlungserfolg</b>	<b>248</b>
<b>8.2 Gruppenprozess</b>	<b>250</b>
8.2.1 Therapeutische Vorerfahrungen	251
8.2.2 Schwierigkeiten psychodynamisch zu denken / sich zu öffnen	252
8.2.3 (Nicht) Aktive Teilnahme	254
8.2.4 Oberfläche und Tiefe	256
<b>8.3 Beurteilung der Gruppentherapie „Belle Epoque“ durch die Mitglieder der Therapiegruppe</b>	<b>257</b>
<b>8.4 Beurteilung der Gruppentherapie „Belle Epoque“ durch die Therapeuten der Therapiegruppe</b>	<b>260</b>
8.4.1 Behandlungserfolg	262
8.4.2 Gruppenprozess	263
8.4.3 Folgerungen aus der Arbeit mit der Therapiegruppe „Belle Epoque“	266
<b>8.5 Diskussion</b>	<b>267</b>
<b>9. Literaturverzeichnis</b>	<b>276</b>
<b>10. Tabellen- und Schaubildverzeichnis</b>	<b>284</b>
<b>11. Gesprächsleitfäden</b>	<b>285</b>
11.1 Interviewleitfaden Patienten	285
11.2 Interviewleitfaden Therapeuten	286
<b>Danksagung</b>	<b>288</b>
<b>Eidesstattliche Versicherung</b>	<b>289</b>
<b>12. Anhang</b>	<b>290</b>
<b>12.1 Transkribierte Interviews der Therapeuten</b>	
12.1.1 Interview Herr Dr. A	
12.1.2 Interview Frau Dr. B	
<b>12.2 Transkribierte Interviews der Gruppenmitglieder</b>	
12.2.1 Interview Frau A	
12.2.2 Interview Herr B	
12.2.3 Interview Frau C	

- 12.2.4 Interview Herr D
- 12.2.5 Interview Frau E
- 12.2.6 Interview Herr F
- 12.2.7 Interview Frau G
- 12.2.8 Interview Frau I
- 12.2.9 Interview Herr J

### **12.3 Vorläufiges Kategoriensystem**

### **12.4 Endgültiges Kategoriensystem**

## 1. Einleitung

„Generell gilt die Frage, ob Gruppentherapie bei älteren Menschen sinnvoll und erfolgreich ist, als überholt. Vielmehr sollte die Frage im Vordergrund stehen, welche Therapie für welche älteren Patienten am geeignetsten ist. Es muss weiterhin untersucht werden, welche Umweltbedingungen und Variablen, auf die der Therapeut bzw. die Patienten Einfluss haben, den therapeutischen Prozess bzw. den therapeutischen Erfolg beeinflussen können“ (Seeberg, 2007, 369).

Zu diesem Fazit kam Ann-Kathrin Seeberg in ihrer Dissertation „Gruppenpsychotherapie im Alter“, in der sie 413 Veröffentlichungen der deutschen und anglo-amerikanischen Literatur aus den Jahren 1990 bis 2004 analysierte (vgl. Seeberg, 2007).

Nach ihrer Recherche in zehn Datenbanken zum Thema „Gruppenpsychotherapie bei älteren Menschen“, legt sie eine Übersicht über die unterschiedlichen Therapieansätze in den Veröffentlichungen (z. B. Kognitiv- und behaviorale Therapien; tiefenpsychologische, interpersonelle und psychoanalytisch-psychodynamische Therapieansätze, Validation-Therapien, Life-Review und Reminiscence-Therapien, Gruppenpsychotherapien mit sozio-kommunikativem bzw. humanistischen Ansatz) sowie über die dort berichteten Ergebnisse vor.

„Insgesamt kommt die Mehrheit der hier aufgeführten Studien zu positiven Ergebnissen. Dies bedeutet, dass Gruppenpsychotherapien bei älteren Menschen erfolgreich anwendbar sind“ (Seeberg, 2007, 343).

In ihrer wertenden Darstellung der Therapieergebnisse dokumentiert sie unterschiedliche Aspekte, die Effekte bzw. keine (unmittelbaren) Effekte auf das therapeutische Ziel haben (2007, 369 f).

Abschließend formuliert sie die Schlussfolgerung, dass zur Beantwortung der eingangs gestellten Frage „in der Zukunft vermehrt qualitativ hochwertige Studien durchgeführt werden (müssen), die neben den eigentlichen Therapieergebnissen auch besonders die Effektivität der Therapien unter den verschiedenen Bedingungen untersuchen. Nur dadurch kann garantiert werden, dass ein älterer Mensch innerhalb einer auf seine Bedürfnisse optimal zugeschnittenen Therapie maximale und längerfristig anhaltende therapeutische Erfolge erreichen kann“ (Seeberg, 2007, 375).

Die hier vorgelegte Dissertation möchte einen Beitrag zu solchen qualitativ orientierten Forschungsprojekten leisten.



## **1.1 Stand der Forschung**

### **1.1.1 Altern und Krankheit**

Altern ist keine Krankheit, geht aber in der Regel mit körperlichen Veränderungen einher. Hierbei werden die Beschwerden und Erkrankungen, die z. B. gehäuft im höheren Lebensalter auftreten, umgangssprachlich als Alterskrankheiten bezeichnet. Typisch ist meist das Zusammenspiel unterschiedlicher Einzelerkrankungen, die durch eine verringerte Anpassungs- und Widerstandsfähigkeit des älteren Organismus ausgelöst werden können.

So verlieren beispielsweise die Organe an Leistungsfähigkeit (z. B. zunehmender Bluthochdruck, erhöhter Cholesteringehalt im Blut, verminderte Glukosetoleranz, Abnahme der Muskelfasern und Kapillaren bei Zunahme des Bindegewebes), die Elastizität der Gelenke und des Bewegungsapparates lässt nach, die Sehkraft der Augen verschlechtert sich, das Gehör wird beeinträchtigt und die Haut wird trockener, faltig, schlechter durchblutet und verliert die Fähigkeit, Wasser zu binden (vgl. Maercker, 2002; Wrobel, 2008; Robert Koch Institut/Statistisches Bundesamt, 2002, 8).

Aufgrund des gesellschaftlichen Wandels (mit seinen positiven Aspekten wie z. B. gute medizinische Versorgung, verbesserte Nahrungsmittelherstellung, gesünderer Lebenswandel, zunehmender materieller Wohlstand und verbesserte Lebensbedingungen mit einem höheren Hygienestandard) und des medizinisch-technischen Fortschritts steigt die Lebenserwartung der Menschen in Deutschland stetig an. Nach den aktuellsten Zahlen vom November 2010 haben Kinder in Deutschland, die im Jahre 2009 geboren wurden, die höchste durchschnittliche Lebenserwartung im Vergleich zu allen früheren Geburtsjahrgängen. Wie die Statistiker mitteilen, beträgt sie „für neugeborene Jungen 77 Jahre und 4 Monate und für neugeborene Mädchen 82 Jahre und 6 Monate“ (Statistisches Bundesamt, 2010, 1).

Das Statistische Bundesamt berichtet darüber hinaus, dass auch die Lebenserwartung für ältere Menschen zugenommen hat: „Nach der Sterbetafel 2007/2009 beläuft sich die noch verbleibende (fernere) Lebenserwartung von 60-jährigen Männern auf weitere 21 Jahre. 60-jährige Frauen können statistisch gesehen mit weiteren 24 Jahren und 10 Monaten rechnen“ (Statistisches Bundesamt, 2010, 1).

Doch nicht nur die individuelle Möglichkeit, älter zu werden, hat sich erhöht, sondern auch der Anteil älterer Personen an der Gesamtpopulation (begünstigt u. a. auch durch die sinkenden Geburtenraten). Während z. B. der Anteil der über 60jährigen 1890 nur 5

Prozent betrug, waren es 1994 bereits 20,7 Prozent (vgl. Maier, 1997, 138). Nach Vorausberechnungen des Statistischen Bundesamtes werden 2050 etwa zwei Drittel der Menschen in Deutschland 60 Jahre und älter sein (vgl. 2000, 15f); für die Bevölkerungsentwicklung „bedeutet das, dass sich die Zahl der Rentner im Verhältnis zu 100 Erwerbstätigen von heute 40 auf etwa 80 verdoppeln wird“ (Druyen, 2003, 32).

Unter der Überschrift: „Die Deutschen werden älter und kränker“ berichtete die „Frankfurter Allgemeine Zeitung“ im Herbst 2010: „Die Alterung der Gesellschaft – der Anteil der über Sechzigjährigen steigt bis 2030 von heute 25,9 Prozent auf 36,8 Prozent – hat auch Folgen für die Gesundheitsversorgung. Die Zahl der Krankenhausbehandlungen steigt nach den Berechnungen um 8 Prozent auf 19,3 Millionen im Jahr. Heutige Verhältnisse hochgerechnet, werde die Zahl der Patienten, die älter sind als 60 Jahre, von 49 Prozent auf 62 Prozent steigen“ (FAZ vom 23. November 2010).

Der oben genannte „ganz normale“ Alterungsprozess, verbunden mit der steigenden Lebenserwartung, führt jedoch nicht zwangsläufig bei allen älteren Personen zu gesundheitlichen Einschränkungen, schwerwiegenden Erkrankungen oder einem langen Leidensweg – selbstverständlich gibt es auch viele ältere Menschen, die sich (fast) bis zu ihrem Lebensende an guter Gesundheit, vielfältigen sozialen Kontakten und materiellem Wohlstand erfreuen können. Dennoch ist das Altern in der Regel mit unterschiedlichen – auch unterschiedlich empfundenen – Auswirkungen, Einschränkungen und gesundheitlichen Problemen für die Betroffenen verbunden. Während Schirmmacher die steigende Lebenserwartung für einen „Schlüsselbegriff unserer Epoche“ (2004, 21) hält und für eine spektakuläre Kulturwende zu Gunsten der älteren Menschen plädiert, weisen Junkert-Tress und Bergstein auf Defizite in der Forschung über ältere Personen hin: „Mit der steigenden Anzahl von Menschen, die älter als 55 Jahren sind, bemerken wir, wie wenig wir zugleich über Entwicklung und mögliche Entwicklungsstörungen in der zweiten Lebenshälfte wissen“ (2004, 267).

Um solches Wissen besser verifizieren zu können, diskutieren Böhm u. a. explizit die Schwierigkeit, zwischen Alter und Krankheit zu unterscheiden. Dabei verweisen sie darauf hin, dass Altern als Prozess und Alter als Lebensabschnitt unterschiedliche Konzepte sind (vgl. 2009, 11). Angesichts der langen Dauer der Lebensphase Alter erscheint es ihnen sinnvoll, diese nochmals in verschiedene Phasen zu unterscheiden, um differenziertere und aussagekräftige Ergebnisse über Entwicklungen und Entwicklungsstörungen bei älteren Menschen zu erlangen. Sie unterteilen das Alter in zwei Abschnitte: Das „dritte Lebensalter“ (65 bis unter 85 Jahre) und das „vierte

Lebensalter“ (85 Jahre und älter), mit dem Ziel die „gesundheitsrelevanten Alternsprozesse“ differenzierter betrachten zu können (Böhm u. a., 2009, 11).

Wormstall hingegen unterscheidet drei Altersstufen: 1. Die „alten Jungen“ (die 50- bis 60-Jährigen), die einerseits mit Fragen und Anforderungen der jüngeren Generation konfrontiert werden und sich andererseits bereits mit altersspezifischen Problemstellungen auseinandersetzen müssen. 2. Die „jungen Alten“ (Lebensalter ab 60 Jahren), deren körperliche Symptome denen der „alten Jungen“ ähnlicher sind, und 3. die „alte Alten“ oder „Hochbetagte“ (Lebensalter ab 75), bei denen der Funktionsverlust sowie körperliche und psychische Beeinträchtigungen, die die Autonomie und die Bewältigung von Alltagsaufgaben gefährden, als Problem in den Vordergrund rücken (vgl. 2002, 557; vgl. 2008, Editorial).

Eine noch weiter differenziertere Einteilung nimmt Druyen vor, der die Alterstufen jenseits der 50 in zwölf Abschnitte einteilt, die jeweils vier bzw. fünf Jahre umfassen: „Denn das hohe Maß an Individualität kann nicht angemessen wahrgenommen werden, wenn sich hinter einer Zahl von 65 zum Beispiel undifferenziert ein großes Loch der Anonymität eröffnet“ (2003, 211f). Er plädiert für eine neue Altersphilosophie und neue Altersvisionen, indem er – orientiert am „Dritten Alter“ von Laslett (vgl. 1995) – vorschlägt, die „gewonnenen“ Jahre der längeren Lebenserwartung für die „Selbsterfüllung“ zu nutzen: „Endlich das zu tun, wovon wir immer geträumt haben und diesem Motto als Lebensziel zu folgen“ (2003, 216). Da dies für viele Menschen zeitlich erst nach dem Ruhestand möglich sei, biete es dann die individuelle Chance, nun die persönlichen Ressourcen nutzen zu können: „Mein Begriff von der Alterskultur basiert auf der Tatsache, dass im Alter potenziell alle Möglichkeiten des Menschen noch vorhanden sind. Nichts ist unmöglich, wenn auch in angepasster Art und Weise und unter Berücksichtigung des Status quo“ (2003, 36). Besonders wichtig sei hierbei, „Möglichkeiten der kreativen Teilhabe zu schaffen und gleichzeitig die individuellen Besonderheiten Älterer zu berücksichtigen“ (2003, 36f), da es keine homogene Gruppe von „Alten“ gebe, sondern viele unterschiedliche Gruppierungen älterer Personen.

Die Berücksichtigung des Status quo gilt in besonderem Maße für diejenigen älteren Menschen, bei denen sich – u. a. auch durch steigendes Lebensalter – das Risiko erhöht, dass zu eventuell vorhandenen Alterskrankheiten noch weitere Erkrankungen hinzukommen: neue behandelbare Krankheiten, bereits eingetretene chronische Behinderungen oder auch psychische Probleme bzw. psychosomatische Störungen.

„Im Alter besteht eine deutliche Zunahme an Krankheiten“ konstatieren deshalb auch Jüttemann-Lembke u. a. (vgl. 2005, 3) und weisen darauf hin, dass mit „zunehmendem Alter (...) die Anzahl der Krankheiten und deren Einfluss auf die Lebensqualität deutlich zu (nimmt). So sind die „Prävalenz- und Inzidenzraten der meisten Gruppen körperlicher Erkrankungen (...) im Alter erhöht. Im Vordergrund stehen dabei Herz-Kreislaufkrankheiten, bösartige Neubildungen, Stoffwechselkrankheiten und Muskel- und Skelettkrankheiten. Das gleichzeitige Vorhandensein mehrerer Krankheiten (Multimorbidität) spielt eine wichtige Rolle (...) Die Prävalenzrate für psychische Störungen liegt im Alter unverändert bei ca. 24 % (...). Allerdings ist von einem wesentlich höheren Vorkommen krankheitswertiger psychischer Symptome auszugehen. Beispielsweise betrug in der Berliner Altersstudie die Prävalenzrate subdiagnostischer Symptome immerhin 33 %“ (Jüttemann-Lembke u. a., 2005, 3f).

Diese Zunahme an Krankheiten kann ältere Personen stark belasten. „Der Mensch muss auf seinen sich verändernden Körper reagieren, Einschränkungen oder Behinderungen akzeptieren, sich mit seinen gleichwohl fortbestehenden Triebbedürfnissen auseinander setzen, Neid- und Konkurrenzgefühle gegenüber den Jüngeren aushalten und sich mit den Kränkungen des Alterns, der unerreichten Ziele, dem Abschied von wichtigen Funktionen (z. B. der Berufsrolle) befassen“ (Junkert-Tress und Bergstein, 2004, 267).

Radebold bezeichnet den Körper des älter werdenden Menschen als letzten Verbündeten: „Dem eigenen Körper und seinen Funktionen (körperliche Leistungsfähigkeit und Aktivität, Beweglichkeit, Hören, Sehen, Potenz u. a. m.) kommt – weiterhin und erst recht – während des Älterwerdens zentrale Bedeutung zu: Er bestimmt über das Ausmaß möglicher Autonomie; er ermöglicht oder verhindert das Teilhaben am Leben draußen; er schafft weiterhin Befriedigungsmöglichkeiten; er wird zum letzten Verbündeten bei zunehmend verlorengelassenen Beziehungen und er garantiert das (Über-)Leben überhaupt“ (Radebold, 2005, 101f).

Doch nicht nur der Körper, auch die „Rangreihung von Zielen und Sinnfindung verändert sich: Ältere Menschen finden Sinn im Leben hauptsächlich durch das Suchen nach „Zufriedenheit“, während jüngere Erwachsene häufiger angeben, dass sie nach „Glück“ suchen“ (Maercker, 2002, 22). Ältere Personen haben auch andere „Fragen an das Leben und an den Tod als junge Menschen. Sie können sich in der heutigen, auf Jugend und Leistung getrimmten Gesellschaft einsam und ausgestoßen fühlen. Ihre Wertvorstellungen sind ihnen wichtig, haben sich aber in der Umwelt

verändert und werden nicht mehr unbedingt geachtet. Im Alter kann es auch zunehmend schwieriger werden, neue Ziele zu finden“ (Huser, 2010, 1).

Und während jüngere Personen oft über vielfältige soziale Beziehungen verfügen, tritt dies bei älteren Menschen oft stärker in den Hintergrund: „Ältere Menschen weisen im Vergleich zu jüngeren eine an Quantität und Variabilität reduzierte Beziehungsstruktur (Kreis engster Bezugspersonen) auf, innerhalb dieses reduzierten Kreises investieren sie jedoch mehr emotionale Intensität“ (Maercker, 2002, 22). Lehr weist darauf hin, dass das Gefühl „gebraucht zu werden“ sehr stark mit der Lebenszufriedenheit und dem Wohlbefinden im Alter korreliert (vgl. 2007, 44) und empfiehlt u. a. Bildungsangebote, die ihrer Meinung nach „erheblich zur Lebensqualität bei(tragen); sie bringen geistige Anregung, stärken das Selbstwertgefühl und begünstigen soziale Kontakte – Faktoren, die zu einer Verminderung vorzeitiger Hinfälligkeit und Pflegebedürftigkeit beitragen und somit letzten Endes Geld sparen helfen“ (Lehr, 2007, 45).

Auch die steigenden Kosten im Gesundheitswesen haben dazu beigetragen, nach möglichen Alternativen für kostenintensive Behandlungen älterer Personen zu suchen. Damit befasste sich auch der Sachverständigenrat für die Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen in den Jahren 2005 bis 2009. Er kam u. a. zu folgenden Ergebnissen: „So erhalten etwa 35% der Männer und 40% der Frauen über 65 Jahren neun und mehr Wirkstoffe in Dauertherapie ... Die überwiegende Mehrheit – 82% – aller Pflegebedürftigen in Deutschland ist 65 Jahre alt oder älter, jeder dritte bereits über 85“ (2009, 30); „Angesichts des demografischen Wandels, der Zunahme chronischer Erkrankungen und der steigenden Lebenserwartung wird der mehrfach erkrankte Patient die bestimmende Realität in der Versorgung werden“ (Deutscher Bundestag, 2009, 251).

Bereits zwei Jahre zuvor berichtete der gleiche Sachverständigenrat: „Die adäquate Versorgung chronisch kranker (meist älterer und alter) Menschen stellt eine der bedeutendsten und größten Herausforderungen für das Gesundheitssystem dar. Im Bereich der stationären Versorgung ist davon auszugehen, dass rund zwei von fünf Krankenhausbetten (40 Prozent) der Behandlung über 65-jähriger Patientinnen und Patienten dienen (...) Dabei steigt die Einweisungsrate mit dem Lebensalter und der Zahl der Erkrankungen im Sinne von Multimorbidität ... In der ambulanten allgemeinmedizinischen und internistischen Versorgung ist der vergleichsweise kleinen

Gruppe (ca. 18 % der Gesamtbevölkerung) über 60-jähriger Patienten nahezu die Hälfte (49 %) aller Arztkontakte zuzurechnen“ (Deutscher Bundestag, 2007, 74).

Nach Schneider beanspruchen die über 60-Jährigen die Kassenärzte zu 40 Prozent, die Krankenhausbetten zu 45 Prozent und sie verursachen 55 Prozent der Kosten für Medikamente. Damit wird seiner Meinung nach die Notwendigkeit deutlich, sich mit den vielfältigen Fragen der Alternsmedizin zu befassen (vgl. 2002, 557).

Nach der Übergabe der Gutachten an die frühere Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt betonte auch diese, dass eine „der wichtigsten Herausforderungen der Zukunft (...) der Wandel zu einer Gesellschaft des längeren Lebens (ist). Wir müssen Lösungen finden, damit auch die steigende Zahl älterer Menschen medizinisch gut versorgt werden kann. Viele sind chronisch und mehrfach erkrankt. Die Versorgung muss so ausgerichtet sein, dass sie möglichst lange selbständig bleiben und Lebensqualität behalten“ (Bundesministerium für Gesundheit, 2009).

Bei dieser Aussage stehen die älteren Menschen eindeutig im Mittelpunkt des Interesses – in populärwissenschaftlichen Veröffentlichungen werden die Auswirkungen der demografischen Entwicklung allerdings häufig auch als Krisenszenarien diskutiert: „und allorts werden ältere Menschen als Belastung für den Sozialstaat und als Gefahr für die Wettbewerbsfähigkeit auf dem Weltmarkt gehandelt ... Das Alter wird zum Sündenbock der gesellschaftlichen Krisensituation“ (Druyen, 2003, 29).

Solchen Krisenszenarien kann durch die o. g. Prävention und/oder durch individuelle Behandlungsmaßnahmen entgegen gewirkt werden. Ergänzend hierzu plädiert Schirrmacher für ein radikales Umdenken in Bezug auf Altersvorstellungen. Denn die heute in unserer Gesellschaft vorherrschenden negativen Altersvorstellungen „führen zu selbstverschuldeter Unmündigkeit und dem Verlust an Denkfähigkeit schon im frühen Alter“ (2004, 1). Nur wenn die Stigmatisierung älterer Menschen bereits heute von den jetzt lebenden jüngeren Personen aufgegeben würde, könnten später alle in der auf sie zukommenden Altersgesellschaft befriedigend leben: „Es geht um unser Selbstbewusstsein und unsere Sicherheit und damit um die Stabilität der Gesellschaft, in der wir leben werden“ (Schirrmacher, 2004, 11).

Nach Schmidbauer beginnt die „subjektive Auseinandersetzung mit dem Alter (...) meist angesichts des 50. Geburtstags, ganz sicher aber angesichts des 60. (...) Die

dreißig und mehr Jahre, die ein Mensch nach dem berschreiten dieser Altersgrenze in den entwickelten Gesellschaften noch leben kann, sind nicht weniger vielfältig als sein Leben vorher“ (2005, 11). Die Möglichkeiten von älteren Personen seien zwar anders als die von jüngeren Personen, aber nicht ärmer. „Um den Beitrag der Psychotherapie zu fassen, müssen wir die spezifischen Belastungen älterer und alter Menschen herausarbeiten, dürfen aber auch ihre speziellen Chancen und Entwicklungsmöglichkeiten nicht vergessen“ (2005, 11).

Solche Entwicklungsaufgaben kann die Psychotherapie im Alter begleiten. Denn durch die Reflexion des eigenen Lebens können älteren Personen positive Erfahrungen ermöglicht werden. „Ein weiter Teil des Lebens mit vielen Hoch- und Tiefpunkten liegt teilweise hinter ihnen. Dieses Leben noch einmal in der Erzählung durchzugehen und schwierige Punkte genauer anzuschauen, kann sehr erleichternd wirken. Zudem ist es eine ganz seltene und schöne Erfahrung, dass man sich selber die Zeit nimmt, einem anderen Menschen sein ganzes Leben zu erzählen. Neben den schwierigen Momenten, die noch einmal verarbeitet werden können, sind da auch all die Glücksmomente, die das jetzige Alter in Form von innerer Gelassenheit und Zufriedenheit bereichern können“ (Huser, 2010, 1).

### **1.1.2 Psychotherapie bei älteren Patienten**

Wie bereits oben zitiert, beträgt nach der Berliner Altersstudie die Prävalenzrate subdiagnostischer Symptome 33% (vgl. Mayer & Baltes, 1999); nach Maercker sollen etwa 25% der über 65-Jährigen unter einer oder mehreren psychischen Störungen leiden (vgl. 2003).

Hessel u. a. befragten im Rahmen einer bevölkerungsrepräsentativen Erhebung 630 über 60-jährige Personen zur Häufigkeit somatoformer Beschwerden: „Wie sich zeigt, sind somatoforme Beschwerden im Alter sehr verbreitet. So berichten fast Dreiviertel der Befragten (71,8%) von mindestens einem Symptom, mehr als die Hälfte (50,5%) von mindestens 4 Symptomen und fast ein Viertel (23,4%) von mindestens 8 Symptomen. Die Häufigkeit somatoformer Symptome bei über 60-Jährigen ist im Vergleich zu den bis 60-Jährigen um ein Vielfaches höher. Besonders häufig berichten die Befragten über Schmerzen unterschiedlicher Lokalisationen“ (2003, 287).

Nach Radebold belegen deutschsprachige Untersuchungen zur Versorgungsrealität seit 1988, dass über 60-Jährige in deutlich geringem Umfang und über 70-Jährige

praktisch nicht ambulant psychotherapeutisch behandelt werden. Dieses Versorgungsdefizit würde sowohl in einer Stellungnahme der Bundesärztekammer als auch von Seiten der Bundesregierung bestätigt. Die Gründe dafür seien vielfältig, da z. B. die Behandlung nicht einfach wäre und sich die unspezifische Symptomatik hinter körperlichen oder funktionellen Störungen verberge, es zu wenig speziell ausgebildete Psychotherapeuten gäbe und die Ärzte bei älteren Patienten weniger gute Ergebnisse erwarten würden (vgl. Radebold, 2002, 557).

Seeberg stellt fest, dass in „Anbetracht des hohen, absoluten Bevölkerungsanteils der älteren Menschen und des hohen epidemiologischen Auftretens von psychischen Störungen (...) ein Widerspruch zwischen psychotherapeutischem Bedarf und Versorgung der Älteren (besteht). Der ältere Bevölkerungsanteil ist in psychotherapeutischer Behandlung deutlich unterrepräsentiert (vgl. 2007, 5).

Genereller formuliert es Tress für die Gesamtbevölkerung: „Die Notwendigkeit einer Psychosomatischen Grundversorgung wird meist unter- und selten überschätzt. Neurosen, psychosomatische Krankheiten und pathologische Reaktionen auf belastende Lebensereignisse sind die häufigsten Leidenszustände in allen industrialisierten Ländern“ (2004, 3). Viele Patienten suchen zunächst ihren Hausarzt, einige auch mehrere Ärzte auf, wie Tress berichtet: „Erhebungen in den Wartezimmern zeigen, dass über 20 % der Patienten eines Primärarztes an Depressionen und Angstkrankheiten sowie etwa weitere 20 % an psychogen funktionellen Erkrankungen leiden. 50 bis 80 % dieser Erkrankungen aber werden vom Hausarzt nicht diagnostiziert“ (Tress, 2004, 4). Nach Tress dauert es im Durchschnitt sieben Jahren bis die meisten psychisch oder psychosomatisch erkrankten Menschen richtig diagnostiziert und behandelt werden (vgl. 2004, 4).

Auch Radebold weist darauf hin, dass sich hinter „normalen Alterungsprozessen“ in Wirklichkeit eine psychische Störung verstecken kann. Depressionen würden von Hausärzten teilweise nicht erkannt, auch weil die Patienten meist nur über körperliche Beschwerden klagen. „Ist zum Beispiel der Lebenspartner verstorben, scheint ein Beruhigungsmittel erst einmal der einfachere Weg zu sein. So erhält fast jede vierte 80-jährige Frau ein Antidepressivum, in der Mehrzahl der Fälle ohne dass eine Depression diagnostiziert worden ist“ (2002, 557).

Radebold benennt explizit folgende Problembereiche als aktuell altersspezifisch für die Gruppe der 60 bis 70-jährigen Patienten, bei der er der Therapeut war:



- „Bevorstehendes, gerade eingetretenes oder schon vollzogenes Ausscheidenden aus dem Berufsleben;
- Auseinandersetzung mit der Situation als "Rentner" oder als "Pensionär";
- Leben in der "alten Ehe" mit Veränderungen der Dynamik der Zweierbeziehung durch das zunehmende Altern eines oder beider Partner;
- verstärkte Verluste an physischen und psychischen Fähigkeiten und zunehmendes Auftreten von Krankheiten, Verluste an Sicherheit und Status;
- Verluste wichtiger Beziehungspersonen“ (1983, 81).

Aus der Situation des Älterwerdens heraus können Konflikte und Belastungen entstehen, deren Bewältigung auch mit jeweils neuen Aufgaben verbunden ist, die nicht immer von jedem Einzelnen alleine zufrieden stellend geleistet werden kann. Thomae konnte in seiner Bonner Gerontologischen Längsschnittstudie zeigen, dass es dennoch vielen älteren Menschen gelingt, trotz Bestehens chronischer Einschränkungen und Belastungen eine veränderte Einstellung zu ihre Situation zu finden. So sind zum Beispiel der Lebensweg der Kinder, das in der eigenen Biografie Aufgebaute und neue Interessenbereiche zentrale Themen, die bei den älteren Menschen in belastenden Situationen und Lebensabschnitten stärker in den Vordergrund rücken (vgl. 1988).

Da ein über 60-jähriger Patient oft an mehreren Erkrankungen leidet, die vielschichtig ineinander greifen, ist nach Wormstall die Grenze zwischen Psychiatrie, Psychotherapie einerseits und Innerer Medizin oder Neurologie andererseits in der Altersmedizin fließend. Eine exakte somatische Diagnostik auch bei vorherrschend psychischen Symptomen sei deshalb in der Alternspsychotherapie zwingend erforderlich (vgl. 2002, 557).

Für die Psychotherapie Älterer gelten nach Radebold folgende übergreifende Therapieziele:

- Förderung von Selbstständigkeit und Eigenverantwortung
- Verbessern sozialer Fähigkeiten
- Stärkeres Berücksichtigen des Körpers (in Krankheit und auch Gesundheit)
- Klären intra- und intergenerationeller Schwierigkeiten
- Akzeptieren des und Aussöhnen mit dem gelebten Leben (Bilanzziehung und Lebensrückblick)
- Bearbeiten der Verlustthematik
- Auseinandersetzen mit Altern und Tod

- Fördern des Gegenwartsbezuges
- Erarbeiten praktischer Lösungen.

Er weist darauf hin, dass diese generellen Zielsetzungen, die sich aus dem Themenbereich Altern und Altsein ableiten, berücksichtigt werden müssen, dass es jedoch problematisch sei, sie von vornherein bei jedem über 60-Jährigen als gegeben anzunehmen (vgl. 2000, 237). Zu unterschiedlich seien die Problemlagen und die gescheiterten Konfliktbearbeitungsversuche der Patienten, wie z. B. bisher verdrängte Abhängigkeitswünsche bei zunehmender äußerer Hilfsbedürftigkeit. Bei narzisstischen Neurosen könne eine Nachreifung der narzisstischen Entwicklungen durch Akzeptanz eigener Begrenztheit, des Bedürfnisses nach Beziehungen sowie durch Modifikation der Selbsterwartungen möglich werden. Auch können alte, unverarbeitet gebliebene Kränkungen, Traumatisierungen und Defizite korrigiert und neu bewertet werden mit dem Ziel, sie schließlich in das Selbstbild zu integrieren (vgl. Radebold, 2000, 238).

Ob Psychotherapie bei älteren Menschen "möglich, nötig, sinnvoll, aussichtsreich" (vgl. Strotzka, 1978) ist, wurde bis vor wenigen Jahren von einigen Psychotherapeuten angezweifelt. So meinte zum Beispiel Müller: "der alte Mensch kann sich nicht mehr wandeln, hat die Kraft, schöpferisch zu einem neuen Gleichgewicht zu kommen, nicht mehr. Seine Rigidität, seine mangelnde Plastizität werden ihn immer wieder daran hindern, eine innere Problematik fruchtbar bearbeiten und lösen zu können" (1982, 298).

In den vergangenen Jahren haben Forschungen jedoch belegt, dass Psychotherapie bei älteren Personen nicht nur nötig und möglich, sondern auch sinnvoll und erfolgreich ist (vgl. Seeberg 2007). Stellvertretend sei hier auch Kruse zitiert, der den individuellen Aspekt in einen gesundheitspolitischen Ansatz integriert: „dass durch die psychotherapeutische Behandlung älterer Menschen eindeutig nachweisbare Verbesserungen der psychischen und psychosomatischen Situation erzielt werden können, die zum anderen auf die Notwendigkeit hinweisen, die psychotherapeutische und psychosomatische Behandlung als zentrale Komponente der Versorgung älterer Menschen zu verstehen“ (1998, 9).

Bei der psychotherapeutischen Versorgung der Bevölkerung spielt die Gruppenpsychotherapie eine wichtige Rolle. Nach Kutter findet ein Drittel der analytischen Psychotherapie in Form einer Gruppentherapie statt. Als Vorteile einer Gruppenpsychotherapie benennt er, dass die Gruppentherapie im Gegensatz zur

Einzeltherapie stärker die „soziale Realität“ des Lebens widerspiegelt und dass auf Grund der Teilnahme mehrerer Personen die Wahrscheinlichkeit für vielfältige Übertragungen steigt. Kutter schätzt auch das „therapeutische Potential“ in einer Gruppentherapie für größer ein als in einer Einzeltherapie, da die anderen Gruppenmitglieder und die Gruppe als Ganzes Interpretationen und Wahrnehmungen in den Therapieprozess einbringen können, die dem einzelnen Therapeuten womöglich verborgen bleiben. Daneben steige auch die Überzeugungskraft einer Interpretation, weil sie durch die anderen Mitglieder der Gruppe beurteilt und damit „im guten Sinne“ kontrolliert wird (vgl. Kutter, 1996, 11f).

Nach Foulkes ist die Gruppenpsychotherapie eine „Art Psychotherapie *der* Gruppe *durch* die Gruppe“ (1978, 11) und die Leitung einer solchen „ein faszinierendes Erlebnis. Sie ist eine Quelle unendlicher Information und Anregung und gleichzeitig ein Werkzeug von großer Wirksamkeit und weitem Anwendungsbereich“ (1974, 49). Die Gruppe ist für ihn „der aktive Vermittler und der entscheidende Zusammenhang, während der Leiter der Berater ist, nicht der Führer, weil er die Gruppe oder die Patienten auf eine bestimmte Weise oder in einer bestimmten Richtung nicht führt, sondern den Neigungen der Gruppe folgt“ (1978,105). Dabei gehe die Zunahme der Selbsterkenntnis der Patienten „Hand in Hand mit dem erhöhten Verständnis für andere“, beschreibt Foulkes, wobei "die Erweiterung des Horizonts .. von fundamentaler Bedeutung (ist)" (1978, 105).

Radebold und Schlesinger-Kipp beziehen sich auf Wolff (vgl. 1967), wenn sie die Vorteile der Gruppentherapie gegenüber der Einzeltherapie beschreiben: "in der Gruppensituation ist der alte Mensch weniger ängstlich als in einem Einzelgespräch; es besteht die Möglichkeit zur Aufspaltung der Übertragung; die anderen Gruppenmitglieder können Schutz vor dem mächtigen Therapeuten gewähren; die Vereinsamung als besonderes Problem der älteren Menschen kann durch das Erlebnis gemeinsamer Probleme und Fragestellungen sowie das Gefühl der Geborgenheit in der Gruppe gelindert werden; durch die Möglichkeit der unterschiedlichen Identifizierungen mit dem Therapeuten und den Gruppenmitgliedern sowie durch deren kritische Unterstützung besteht eine Chance zur emotionalen Weiterentwicklung" (1983,12).

Auch Bechtler weist explizit darauf hin, dass sich Gruppenpsychotherapien besonders gut für ältere Patienten eignen, da diese einem hohen Risiko der Vereinsamung und sozialen Isolation ausgesetzt sind, so dass eine Gruppenpsychotherapie für diese

Altersgruppe als ein angemessenes Verfahren erscheint (vgl. Bechtler 2000, 29 sowie Radebold, 1983 und Yalom, 1996).

Nach den Erkenntnissen von Schmidbauer und Schweizer bringt allerdings „nur ein – im Vergleich zu früheren Lebensabschnitten – geringerer Anteil über 50jähriger, erst recht über 60- oder 70jähriger eine ausreichende Motivation mit, eine psychoanalytische Behandlung zu beginnen. Da sie ihre innerpsychischen wie auch intra- und intergenerativen Konflikte stets verdrängten, leugneten oder bagatellisierten, besteht während des Alterns erst recht keine Motivation zur Behandlung (...) Demgegenüber steht eine zunehmende Anzahl von Alternden, die aufgrund bedrückender Symptome und/oder Konflikte dringend solche Behandlungsangebote suchen, die ihnen bisher vom psychotherapeutischen Versorgungssystem eher versagt werden“ (2001, 234).

Bestätigt wird dies auch von Jüttemann-Lembke u. a., die in der Institutsambulanz der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ der Rheinischen Kliniken Düsseldorf ebenfalls „eine Zunahme von Störungen bei älteren Patienten, die uns aufsuchen (im Alter zwischen 55 und 75 Jahren) und sich hinsichtlich ihrer psychischen Erkrankung, oft in Form von körperlichen Beschwerden, beraten und behandeln lassen wollen“ (2005, 1) beobachteten.

Nach der Analyse des aktuellen Forschungsstandes zu den zentralen Aspekten der spezifischen psychosomatischen Erkrankungen im Alter und unter Bezug auf ihr klinisches Vorwissen, stellt die Forschergruppe um Jüttemann-Lembke (2005, 8 – vgl. auch folgendes Kapitel 1.2: Düsseldorfer Forschungsgruppe „Psychotherapie im Alter“ der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“) u. a. folgendes fest:

- „- Das Vorkommen psychischer Störungen im Alter ist anhaltend hoch.
- Es besteht eine gravierende Unterversorgung.
- Alte Menschen verursachen einen erheblichen Anteil der Gesundheitskosten.
- Es ist zu vermuten, dass ein Teil dieser Kosten durch nicht adäquate oder fehlende Behandlung psychischer Störungen verursacht wird.
- Ein bedeutsame Rolle kommt dabei den somatoformen Beschwerden zu.
- Vorhandene Versorgungsstrukturen werden offenbar nicht ausreichend genutzt.
- Spezifische Behandlungsangebote für Ältere fehlen“ (Jüttemann-Lembke u. a., 2005, 8)

und initiierte aus diesem Grund eine Pilotstudie: „Belle Epoque“, „die die zentralen Aspekte der spezifischen Erkrankungen im Alter näher erforscht. Zur Entstehung, Diagnostik und psychotherapeutischen Behandlung von Störungen dieses Personenkreises besteht noch großer Wissensbedarf“ (Jüttemann-Lembke u. a., 2005, 1).

## **1.2 Pilotstudie „Belle Epoque“**

### **1.2.1 Institutioneller Rahmen**

Die Pilotstudie „Belle Epoque“ wird – unter Federführung des „Klinischen Instituts für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ am Universitätsklinikum Düsseldorf – von der Forschungsgruppe „Psychotherapie im Alter“ der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ des LVR-Klinikums Düsseldorf – Kliniken der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf durchgeführt.

Das „Klinische Institut für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ existiert seit 1977 und wird in der jetzigen Form seit 1990 von Professor Dr. Dr. Wolfgang Tress geleitet. Es nimmt „Aufgaben in den Bereichen Patientenversorgung, Forschung und Lehre wahr“ (Universitätsklinikum Düsseldorf, 2010).

Universitäts-Professor Dr. med. Dr. phil. Wolfgang Tress ist auch Lehrstuhlinhaber für das Fach „Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf.

Zu seinem Lehrstuhl „Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ gehören im klinischen Bereich – neben den stationären und teilstationären Angeboten und einer Tagesklinik – auch ambulante Angebote in der Institutsambulanz der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ des LVR-Klinikums Düsseldorf (vgl. LVR-Klinikum Düsseldorf, 2010a).

Eines dieser ambulanten Behandlungsangebote war ab dem Jahre 2004 erstmals auch eine Therapiegruppe speziell für ältere Personen, die intern als „Belle Epoque“ bezeichnet wurde.

Die Therapiegruppe „Belle Epoque“ nahm in der Institutsambulanz einen besonderen Stellenwert ein – im Gegensatz zu den anderen Therapiegruppen wurde sie von zwei Therapeuten geleitet und – ebenfalls im Gegensatz zu den „üblichen“ Therapiegruppen – wissenschaftlich begleitet: von der Oberärztin der Institutsambulanz, Dr. med. Dipl.

Psych. Amelie Jüttemann-Lembke und von dem Oberarzt Dr. med. André Karger. Unter ihrer Leitung waren zwei Dissertationen geplant, die jeweils eines der beiden Therapiejahre dokumentieren und untersuchen sollten – die vorliegende Arbeit befasst sich mit dem zweiten Jahr: von November 2005 bis November 2006.

Beide Fachärzte waren auch Mitglieder der Forschungsgruppe „Psychotherapie im Alter“ der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“, die sich seit mehreren Jahren bereits mit diesem Themenbereich befasst. Inhaltliche Schwerpunkte der Forschungsgruppe „Psychotherapie im Alter“ sind hierbei:

- Psychische Erkrankungen im 3. Lebensalter,
- Psychotherapieprozessforschung bei alten Menschen,
- spezifische gruppenpsychotherapeutische Interventionen im Alter (vgl. LVR-Klinikum Düsseldorf, 2010b).

Frau Dr. med. Dipl.-Psych. Amelie Jüttemann-Lembke begleitete und betreute die vorliegende Arbeit in den vergangenen Jahren.

### **1.2.2 Fragestellungen des Pilotprojektes**

Beim Pilotprojekt „Belle Epoque“ sollen nach Jüttemann-Lembke u. a. (2005, 8ff) wichtige Aspekte und Fragen hinsichtlich der psychotherapeutischen Behandlung älterer Patienten untersucht werden. Hierzu sollen Personen aus der Altersgruppe der „Belle Epoque“ ausgewählt werden, die zwischen 55 und 70 Jahren alt sind und die aufgrund aktueller psychogener oder psychosomatischer Ersterkrankungen an der Gruppentherapie teilnehmen.

Nach den Planungen der Forschungsgruppe wird das Pilotprojekt auf folgende Fragestellungen u. a. eingehen können (vgl. 2005, 9f – nachfolgend ein Auszug):

- „Welche Beschwerden psychosomatischer Natur beklagen Patienten aus der Altersgruppe der Belle Epoque? Mit welchen Beschwerden und Behandlungsanliegen suchen sie ärztlich Behandlung auf?“
- Welche Diagnosen und Psychodynamiken stehen bei Patienten der Altersgruppe Belle Epoque im Vordergrund?
- Welche Wirkung erzielen die im Projekt konzipierten und durchgeführten Behandlungen? Welche spezifischen Vorteile von Gruppenangeboten lassen sich nachweisen?
- Welche speziellen Themen sind in der psychotherapeutischen Behandlung der benannten Patientengruppe zu beachten?“

Jüttemann-Lembke u. a. führen weiter aus, dass aufgrund des von ihnen thematisierten Forschungsstandes und ihrer Fragstellungen die Untersuchung „die Favorisierung qualitativer Forschungsmethoden .. in einem qualitativ-rekursiven Studiendesign (begründet), welches folgende Anforderungen umsetzt:

- *Spezifität*: Wir beforschen eine ausführlich definierte Gruppe von Patienten und Störungsbildern (psychosomatische Erkrankungen in der Altersspanne von 55 bis 70 Jahren. Schwerpunkt somatoforme Störungen (ICD10 F45) und fragen fokussiert nach einer Reihe von Altersgruppenspezifitäten.
- *Fokus Psychotherapie*: Wir beforschen psychotherapeutische Behandlungen älterer Patienten und deren Kontexte und Bedingtheiten im Gesundheitswesen.
- *Forschung als kontrollierte Praxis*: Die Gestaltung und Ausrichtung der Behandlungsangebote auf die Erfordernisse und Bedürfnisse der beforschten Patientengruppe erfolgt als zentraler Bestandteil innerhalb des Projekts empirisch-wissenschaftlich kontrolliert“ (2005, 16).

Das Forschungsprojekt gliedert sich in 4 Phasen (Explorative Phase; Diagnostische und indikatorische Phase; Behandlungs- und Evaluationsphase; Ergebnis- und Rekursionsphase), von denen in der hier vorgelegte Dissertation ausschließlich die Behandlungs- und Evaluationsphase betrachtet, untersucht und dokumentiert wird.

Die Zielsetzung dieser **Behandlungs- und Evaluationsphase** bewegt sich nach dem Studiendesign „im etablierten Rahmen von Psychotherapie-Prozessforschung und -Evaluationsforschung. Bezogen auf das vorliegende Projekt werden die Fragen nach

- (differentiellen) Therapieerfolgen,
- der Umsetzung der vorangehend ermittelten Behandlungsheuristiken,
- altersinduzierten Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomenen,
- den altersspezifischen Wirkmechanismen in den durchgeführten psychotherapeutischen Behandlungen,
- altersspezifischen Therapiethemen und psychodynamischen Konflikten,
- differentieller Gruppenindikation,
- weiteren Adaptionsempfehlungen u.a.

zu behandeln sein“ (Jüttemann-Lembke u. a., 2005, 17f).

Das – dieser Behandlungs- und Evaluationsphase – zugrunde liegende Datenmaterial besteht aus der Dokumentation der gruppentherapeutischen Behandlungen (des zweiten Jahres der Therapiegruppe „Belle Epoque“) in Form von neun transkribierten

Interviews mit Teilnehmern der Therapiegruppe sowie aus zwei Interviews mit den beiden Therapeuten der Gruppe (vgl. Kapitel 3: Durchführung und methodische Reflexion der Untersuchung).

### **1.3 Ziel und Fragestellung der vorliegenden Untersuchung**

Bezug nehmend auf die o. g. Ausführungen, dass sich diese Arbeit ausschließlich mit der Behandlungs- und Evaluationsphase befasst, ist das Ziel der hier vorliegenden Dissertation die qualitativ-inhaltsanalytische Dokumentation und Untersuchung einer Gruppenpsychotherapie älterer Patienten im Behandlungsverlauf ("Belle Epoque").

Im Mittelpunkt steht hierbei der Gruppenprozess des zweiten Behandlungsjahres, so wie ihn die Mitglieder subjektiv erleben bzw. in semistrukturierten narrativen Interviews schildern. Hierbei ist zu analysieren, was im Erleben der Befragten am Gruppenprozess wichtig und bedeutsam ist und wie sie welche Themen, Aspekte bzw. Phänomene wahrnehmen und bewerten. Orientiert an Tress, dass „ausformulierte Sätze .. die semantischen Bausteine allen Wissens sind“ (1985, 388), soll die „durchaus künstliche und begrenzte intentionale Handlungs- und Sprachgemeinschaft“ (1986, 123) rückblickend nachvollzogen werden.

Entsprechend der Aussagen, Sichtweisen, Beschreibungen und Erklärungen der befragten Gruppenmitglieder „werden deren subjektive Konzepte rekonstruiert, typisiert, kontrastiert und gegen-standsbezogen verallgemeinert“ (Stratkötter, 2004, 14).

Anhand der gewonnenen Daten sollen z. B. Störungsbilder, Lebensthemen, Konflikte, Persönlichkeitsaspekte sowie intrapersonale Phänomene aufgedeckt und untersucht werden.

Das Anliegen ist hierbei, zu hinterfragen, ob es einen spezifischen Gruppenprozess in dieser Altersgruppe gibt und ob dieser durch altersspezifische Faktoren und/oder altersspezifische Konstellationen erklärt werden kann. Hierbei soll der Versuch unternommen werden, den Behandlungsprozess inhaltlich zu beschreiben sowie Gemeinsamkeiten, Übereinstimmungen, Unterschiede, Kontraste bzw. Akzentuierungen fest zu stellen und aus der Sicht der Befragten darzulegen. Die zugrunde liegende Intention dient der Fragestellung, was bei einer späteren Umsetzung von Behandlungsmaßnahmen optimiert werden kann.



Daran anschließend können unterschiedliche Perspektiven bzw. Wahrnehmungen betrachtet sowie evtl. Wechselwirkungen erkundet werden.

Als vorläufiges Fazit können hieraus gegebenenfalls Anpassungsschritte bzw. Modifikationsüberlegungen für weitere Angebote formuliert bzw. reformuliert werden.

#### **1.4 Aufbau und Gliederung der Dissertation**

Aufbau und Gliederung der vorliegenden Dissertation orientieren sich an der o.g. Fragestellung:

Nach der Einleitung in *Kapitel 1*, das auch den Stand der Forschung thematisiert sowie die Fragestellungen der Pilotstudie und dieser Dissertation begründet, werden in *Kapitel 2* die Mitglieder des zweiten Behandlungsjahres der Therapiegruppe „Belle Epoque“ vorgestellt.

Das methodische Vorgehen der Untersuchung wird in *Kapitel 3* ausführlich beschrieben. Hierbei wird besonderen Wert auf die prozessorientierte und chronologische Dokumentation gelegt, um die später referierten Ergebnisse in diesen Kontext (besser) beurteilen zu können. Ausgehend von den methodischen Standards, dem *Grounded Theory-Ansatz* von Glaser und Strauss (1987), der *Qualitativen Inhaltsanalyse* nach Mayring (2000) und der *Komparativen Kasuistik* nach Jüttemann (1981, 2009), sind hier vor allem das offene und axiale Kodieren sowie die Kategorienfindung weitere Schwerpunkte des Kapitels.

Im Mittelpunkt dieser Dissertation steht mit *Kapitel 4* die Darstellung und Dokumentation der Ergebnisse. Anhand des endgültigen Kategoriensystems mit den jeweiligen Kategorien und persönlichen Aussagen der Befragten wird offen gelegt, wie die Gruppenmitglieder den Therapieprozess wahrgenommen haben und welche Themen, Aspekte bzw. Phänomene sie wie beschreiben.

In *Kapitel 5* wird der Versuch unternommen, anhand der subjektiven Aussagen der Betroffenen ein Schaubild zu entwickeln, welches die Inhalte des differenzierten und komplexen Behandlungsprozesses – vereinfacht – skizziert und miteinander in Beziehung setzt.

Die neun befragten Gruppenmitglieder kommen in *Kapitel 6* zu Wort: mit Hilfe von exemplarischen Aussagen sollen hier ihre Haltungen und Einstellungen verdeutlicht werden und sie ganz individuell – unabhängig vom inhaltlich-orientierten Kategoriensystem – als „eigene“ Person dargestellt werden.

*Kapitel 7* befasst sich mit den Äußerungen der beiden Therapeuten zum zweiten Jahr der Behandlungsgruppe „Belle Epoque“. Ihre Einschätzungen und Wertungen, aber auch ihre Kritik und weiterführenden Überlegungen werden in diesem Kapitel thematisiert und dokumentiert.

Die Zusammenfassung und Diskussion beschließen in *Kapitel 8* inhaltlich die Dissertation.

*Kapitel 9, 10 und 11* enthalten das Literaturverzeichnis, das Tabellen- und Schaubildverzeichnis sowie die semistrukturierten Gesprächsleitfäden.

Im *Anhang* befinden sich die beiden transkribierten Interviews der Therapeuten, die neun transkribierten Interviews der Gruppenmitglieder sowie das vorläufige und das endgültige Kategoriensystem.

## **2. Die Therapiegruppe „Belle Epoque“**

### **2.1 Institutioneller Rahmen**

Die Therapiegruppe „Belle Epoque“ begann im November 2004 mit neun Personen und dauerte insgesamt zwei Jahre. Sie wurde von der Institutsambulanz der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ initiiert und betreut.

Die „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ behandelt Patienten mit „psychischen und psychosomatischen Störungen im Sinne einer psychosomatischen Komplexbehandlung (...) Die ambulante Diagnostik und Behandlung erfolgt in der Psychosomatischen Institutsambulanz. Hier stehen für eine Vielzahl von Patientengruppen spezifische Behandlungsangebote zur Verfügung“ (LVR-Klinikum Düsseldorf, 2010a).

Die therapeutische Arbeit der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ folgt dabei „einem psychodynamischen Behandlungskonzept. Diesem

Konzept entsprechend werden psychodynamische Einzel- und Gruppenpsychotherapie eingesetzt“ (LVR-Klinikum Düsseldorf, 2010a).

Wie bereits in Kapitel 1.2.1 beschrieben, war eines der ambulanten Behandlungsangebote erstmals auch eine Therapiegruppe speziell für ältere Personen, die intern als „Belle Epoque“ bezeichnet wurde.

Diese Therapiegruppe „Belle Epoque“ begann – im Gegensatz zu den anderen Therapiegruppen der Institutsambulanz – unter zwei neuen Prämissen: sie wurde von zwei Therapeuten geleitet, von dem Psychologen und Psychodramatherapeuten Dr. phil. Herrn A und von der Psychologin Dr. phil. Frau B, und darüber hinaus auch wissenschaftlich begleitet (vgl. Kapitel 1.2.2).

Im Rahmen dieser wissenschaftlichen Begleitung waren zwei Dissertationen geplant, die jeweils eines der beiden Therapiejahre dokumentieren und untersuchen sollen – die vorliegende Arbeit befasst sich mit dem zweiten Jahr: von November 2005 bis November 2006.

## **2.2 Die Mitglieder der Therapiegruppe „Belle Epoque“**

Zu Beginn der Therapie gehörten der Gruppe „Belle Epoque“ insgesamt neun Personen an. Zwei Teilnehmer verließen im ersten Jahr die Gruppentherapie und wurden deshalb für diese Untersuchung, die sich ausschließlich mit dem zweiten Behandlungsjahr befasst, nicht mehr interviewt. Zwei Patienten traten Ende 2005 neu in die Gruppe ein. Ein weiteres Mitglied schied vorzeitig aus der Gruppentherapie, kurz vor deren Ende 2006, aus – stand jedoch noch für ein Interview zur Verfügung.

<b>Merkmal</b>	<b>Variation</b>
Geschlechtszugehörigkeit	5 Frauen, 4 Männer
Alter	59 - 77 Jahre
Familienstand	Frauen: 2 verheiratet; 1 verwitwet, 2 alleine lebend Männer: alle 4 verheiratet
Berufstätigkeit	nicht (mehr) berufstätig
Frühere Berufstätigkeit	4 Frauen (1 Frau Hausfrau), alle 4 Männer
Wohnort	Großraum Düsseldorf

**Tabelle 1:** Merkmale der Gruppenmitglieder „Belle Epoque“ und deren Variation

Wie in Kapitel 1.2.2 bereits thematisiert, sollten für die Therapiegruppe „Belle Epoque“ Patienten mit aktuellen psychogenen oder psychosomatischen Ersterkrankungen ausgewählt werden.

Nachfolgend eine – anonymisierte – Auflistung der Gruppenmitglieder mit wichtigen, von diesen selbst genannten Charakteristika.

<b>Gruppenmitglied</b>	<b>Kurzcharakteristik</b>
Frau A	63 Jahre; verwitwet; ein Sohn; Brustkrebs, Herzbeschwerden, Druck
Herr B	63 Jahre; verheiratet; eine Tochter; Schlafstörungen, Vergesslichkeit, Innere Unruhe
Frau C	70 Jahre; alleine lebend; ein Sohn und eine Tochter; (Todes)Ängste, Panikattacken
Herr D	59 Jahre; verheiratet; keine Kinder; Suizidversuch, Magen-Darm-Probleme, Depression, Panikattacken, Innere Unruhe, Zwang
Frau E	64 Jahre; verheiratet; eine Tochter; Medikamentenunverträglichkeit, Kopfschmerzen, Schwindel, Hüftprobleme, Innere Unruhe, Druck
Herr F	68 Jahre; verheiratet; eine Tochter; Herzprobleme (Bypass-Operation), Depression, Angststörung, Innere Unruhe
Frau G	63 Jahre; verheiratet; ein Sohn und eine Tochter; Atembeschwerden, Herzrhythmusstörungen, Kribbeln, alles „stirbt“ ab, Herzschmerzen, Schlafstörungen, Schluckbeschwerden
Frau I	77 Jahre; alleine lebend; eine Tochter (Sohn ist verstorben); Nackenverspannungen und Wirbelsäulenprobleme
Herr J	64 Jahre; verheiratet; zwei Söhne; Hautkrebs, Magen-Darm-Erkrankungen, Übelkeit, Panikattacken, Angstgefühl, Druck, Innere Unruhe

**Tabelle 2:** Persönliche Charakteristika entsprechend der jeweiligen Aussagen der einzelnen Gruppenmitgliedern der Gruppe „Belle Epoque“

Alle neun Gruppenmitglieder befanden sich vor der Gruppentherapie wegen psychosomatischen Ersterkrankungen in (teil)stationärer bzw. ambulanter Behandlung

– einige von ihnen z. B. auch in der Tagesklinik der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“.

### **3. Durchführung und methodische Reflexion der Untersuchung**

Die empirische Grundlage der Dissertation besteht aus neun Interviews mit Teilnehmern der Therapiegruppe „Belle Epoque“ sowie aus zwei Interviews mit den beiden Therapeuten der Gruppe.

Ziel der Datenerhebung und Datenauswertung ist es, aus den Aussagen, Beschreibungen und Erklärungen der Mitglieder der Therapiegruppe „Belle Epoque“ den Behandlungsverlauf des zweiten Jahres der Gruppentherapie (von November 2005 bis November 2006) aus der subjektiven Sicht der Befragten zu rekonstruieren und zu dokumentieren.

Nach Jüttemann-Lembke erscheinen hierfür „qualitative Verfahren in besonderem Maße geeignet“, da es um die „Aufschlüsselung subjektiver Erlebnisinhalte ... geht und um die Komplexität der subjektiven Krankheitsvorstellungen und deren Sinnzusammenhänge“ (1996, 20). Das Ziel des Vorgehens ist „das Auffinden von komplexen Sinnstrukturen in den Vorstellungen der Patienten in bezug auf ihre Erkrankung, Biographie und Persönlichkeit“ (1996, 20).

In der Dissertation werden Methoden der qualitativen Sozialforschung angewendet. Dieses Kapitel beschreibt nachfolgend die methodische, prozessorientierte und chronologische Vorgehensweise der Untersuchung und erklärt, warum welche Theorie und Methode ausgewählt wurde, um die o. g. Untersuchungsziele zu erreichen.

#### **3.1 Qualitative Sozialforschung**

In der Forschung existieren verschiedene Möglichkeiten, zu Erkenntnissen zu gelangen; qualitative Forschung ist hierbei „eine der methodischen Säulen in der empirischen Sozialforschung“ (Steinke, 1999, 9).

„Die qualitative Sozialforschung ist ein weites Konzept und ein Sammelbegriff für zum Teil sehr verschiedenartige methodologische Ansätze in Psychologie, Soziologie Pädagogik etc.“ (Papachristou, 2006, 43). In der Psychologie wurden qualitative

Ansätze schon im 19. Jahrhundert, u. a. von Freud und Piaget angewendet; seit Mitte der 80er Jahre des vorigen Jahrhunderts können sie „schließlich als etabliert angesehen werden“ (Papachristou, 2006, 46). Im Verlauf der vergangenen Jahrzehnte wurde die qualitative Sozialforschung zunehmend heterogener und differenzierte sich immer stärker (vgl. Lettau und Breuer, 2007; Breuer 2009). Doch obwohl sich mittlerweile sehr viele und sehr unterschiedliche Methodologien und Forschungsverfahren in verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen wie z.B. den Human- und Sozialwissenschaften etabliert haben (vgl. als Überblick Flick u. a., 1995), gibt es keine „feste, allgemeingültige oder verbindliche Bestimmung“ (Steinke, 1999, 15) über das Verständnis qualitativer Forschung.

„Wer in das unübersichtliche Feld der qualitativen Forschung einsteigt, wird von der Vielfalt der Verfahren und Ansätze zwangsläufig verwirrt“ (Schnapp, 2009, 1). Unterschiedliche Organisationen und Institutionen, wie z. B. in Deutschland das „Forum Qualitative Sozialforschung“ oder das „Berliner Methodentreffen Qualitative Forschung“ versuchen durch Online-Veröffentlichungen bzw. große Jahresveranstaltungen zur Transparenz, Qualität und Anerkennung qualitativer Methoden beizutragen. „Ziel des Berliner Methodentreffen ist es, mit einer möglichst breiten Palette von aufeinander abgestimmten Events und Angeboten (Vorträgen, Forschungswerkstätten, Postersessions, Workshops und informellen Meetings) eine Form von Beratung, Diskussion und Information zu bieten, mit der möglichst schnell, effizient, qualitativ hochwertig und nahe am Bedarf der jeweiligen Gruppen/Personen die Arbeit mit qualitativen Methoden unterstützt wird“ (criminologia, 2009,1).

Und die seit 1999 bestehende mehrsprachige interdisziplinäre und internationale Online-Zeitschrift „Forum: Qualitative Sozialforschung“ (herausgegeben vom „Forum Qualitative Sozialforschung“ (FQS)) informiert weltweit über Theorien, Methodologien und Anwendungen qualitativer Forschung und hat sich das Ziel gesetzt, die deutschsprachige qualitative Sozialforschung weiter zu stützen, zu vernetzen und international zu etablieren. „Auch in Zukunft wird *FQS* durch das Verknüpfen von interdisziplinären und internationalen Diskursen und durch die Nutzung verschiedener mit dem Internet verfügbarer Instrumente zu einer weiteren Entwicklung qualitativer Sozialforschung beizutragen versuchen. Dabei schließt *FQS* an die Standards und Potenziale traditionellen Print-Publizierens an und versucht zusätzlich, die Besonderheiten des Internet systematisch einzubeziehen“ (Mruck, 2010, 1).

Im Gegensatz zu quantitativen Forschungsansätzen befassen sich die qualitativen Methoden mit dem Verstehen von Sinnzusammenhängen und generieren daraus

Hypothesen. „Bei qualitativen Methoden geht es um das Beschreiben, Interpretieren und Verstehen von Zusammenhängen, die Aufstellung von Klassifikationen oder Typologien und die Generierung von Hypothesen. Die qualitative Befragung bzw. Beobachtung zeichnet sich durch eine unverzerrte, nicht prädestinierte und sehr umfassende Informationen liefernde Herangehensweise aus und ist hierdurch überall dort geeignet, wo man eine differenzierte und ausführliche Beschreibung individueller Meinungen und Eindrücke benötigt. Insbesondere zur Sammlung von detaillierten Verbesserungsvorschlägen, zur Erkundung von Ursachen (für Sachverhalte wie beispielsweise Unzufriedenheit) und zur Erstellung von Typologisierungen sind qualitative Methoden ideal. Aus den gewonnenen Erkenntnissen lassen sich die relevanten Beurteilungskriterien für den fraglichen Sachverhalt und intervenierende Folgemaßnahmen ableiten“ (Winter, 2010, 1).

In der qualitativen Forschung wird nicht bzw. nicht vorrangig mit numerischen Daten gearbeitet, sondern meist mit sprachlich vermittelten Daten. Eine wichtige Forschungsmethode ist hierbei die Befragung bzw. das Interview.

Voraussetzung für die Auswahl der Methoden ist aber immer das persönliche Erkenntnisinteresse, das die Auswahl der Methoden bestimmt. „Die Wahl angemessener Methoden ist abhängig von der Fragestellung, dem untersuchten Gegenstand bzw. Problem und dem theoretischen Ansatz“ (Weyers, 2010, 21).

Lettau und Breuer weisen darauf hin, dass hierbei auch die „Aufmerksamkeit für die Person, Rolle und Resonanzen der Forscher-Person in Interaktion mit Forschungsthema, Forschungsfeld und den Akteuren .. eine zentrale Rolle spielt“ (2007, Abs. 45), da solche forscherseitigen „Präkonzepte („Vor“-Urteile, Werthaltungen, Ängste, Verunsicherungen, Tabuisierungen, Interessenlagen etc.) auf den Forschungsprozess einen wesentlichen Einfluss haben“ (2007, Abs. 48). Nach Breuer sind die Forschenden „sowohl „subjektive“ als auch „wissenschaftliche“ Theoretiker/innen“ (2009, 20), da sie als individuelle Mitglieder einer „alltagsweltlichen Kultur“ auch die Ansprüche „strenger wissenschaftlicher Postulate und Reglemente“ (2009, 20) zu berücksichtigen haben.

In dieser Dissertation werden qualitative Methoden als die angemessene wissenschaftliche Vorgehensweise präferiert. Mit ihnen sollen die komplexen

Phänomene in ihrem natürlichen Kontext ermittelt, beschrieben, verstanden und erklärt werden.

Nachfolgend werden die in dieser Dissertation verwendeten Ansätze dargestellt: der *Grounded Theory-Ansatz* von Glaser und Strauss (vgl. 1987, 1996), die *Qualitative Inhaltsanalyse* nach Mayring (vgl. 2000) und die *Komparative Kasuistik* von Jüttemann (vgl. 1981, 2009).

### **3.1.1 Grounded Theory-Ansatz**

Die *Grounded Theory* ist ein theoriegenerierendes Verfahren innerhalb der qualitativen Sozialforschung.

Von der Düsseldorfer Forschungsgruppe „Psychotherapie im Alter“ der o.g. „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ (vgl. Kapitel 1.2.1 und 2.1) wird der *Grounded Theory-Ansatz* für ihre Untersuchungen präferiert und als methodische Orientierung verwendet (vgl. Stratkötter, 2000, 3). Da auch die hier vorliegende Dissertation in dieser Forschungsgruppe angesiedelt ist, wird auch sie sich in diesem methodischen Rahmen orientieren.

Stratkötter weist bereits im Jahre 2000 in seinen Überlegungen zu einer sozialwissenschaftlich angeregten Psychotherapieforschung auf wichtige Essentials der Forschungstätigkeit der Düsseldorfer Forschungsgruppe hin: „Als methodische Orientierung ist für uns der Grounded Theory-Ansatz von GLASER und STRAUSS maßgeblich, mit Präferenz des anschaulich-deskriptiven Standardwerks von STRAUSS (1987) gegenüber den späteren, stärker präskriptiven Publikationen des Autors“ (2000, 4). Da in der Forschungsgruppe tonaufgezeichnete Gespräche als Daten überwiegen, sind Wort-für-Wort-Transkriptionen der untersuchten Interviews für die Forscher absolut notwendig: „dies ist für eine qualitative, stellenweise auch mikroanalytische Auswertung nach unserer Überzeugung unerlässlich. Qualitativ Forschen/Auswerten heißt daher in unserer Arbeitsgruppe in aller Regel: aus größeren und komplexen Textkorpora *verdichtend und interpretierend Modelle über den Untersuchungsgegenstand* zu entwickeln“ (Stratkötter, 2000, 4).

Dies gilt besonders bei Untersuchungen, die „vorrangig intrapersonale Phänomene zu studieren beabsichtigt, subjektive *Handlungskonzepte*, *Handlungsregeln*,



*Erlebnisweisen*“ (Stratkötter, 2004, 20) – so wie es auch die hier vorliegende Dissertation beabsichtigt.

Straus und Corbin charakterisieren die *Grounded Theory* als „Gegenstandsverankerte Theorie, die induktiv aus der Untersuchung des Phänomens abgeleitet wird, welches sie abbildet“ (Strauss & Corbin, 1996, 7f). Die Methodik der Theorie ist das Kodieren exakt begrenzter Materialsegmente (z.B. Textstellen in Interviews) – ein Verfahren zur Gewinnung von Erkenntnissen, was „in“ den Daten enthalten ist. Erst nach der Analyse und der systematischen Ordnung des kodierten (Text-)Materials werden Hypothesen formuliert: „Die „rohen“ empirischen Daten werden schrittweise in eine in den Daten begründete Theorie überführt. Am Anfang der Untersuchung steht ein Forschungsbereich (und keine Hypothese bzw. Theorie). Was in diesem relevant ist, wird sich im Forschungsprozess herausstellen (...) Die Theorie *gewinnt* erst *Gestalt*. Sie wird ständig modifiziert, statt als starrer Block geprüft“ (Dilger, 2000, 3).

Ziel der *Grounded Theory* ist die Theoriegenerierung aus dem Forschungsprozess (empirisch begründete Theoriebildung). Die Theorien werden also nicht abstrakt, sondern durch eine möglichst intensive Auseinandersetzung mit einem konkreten Untersuchungs-Gegenstand entwickelt. Hierbei sollte ein ständiger Wechsel der unterschiedlichen Arbeitsphasen stattfinden, um auf diese Weise zu einer gegenstandsbegründeten Theorie zu kommen (Mey & Mruck, 2007 S. 12 ff.).

Ein wichtiges Erkenntnisinteresse der *Grounded Theory* ist hierbei nicht nur die Rekonstruktion subjektiver Sichtweisen, sondern vor allem die Sichtbarmachung der ihnen zugrunde liegenden (sozialen) Phänomene.

Der *Grounded Theory-Ansatz* ist in Deutschland und weltweit eine der verbreitetsten Vorgehensweisen in der qualitativen Sozialforschung (vgl. Legewie in seinem Vorwort zu Strauss & Corbin, 1996 sowie Breuer, 2009).

Wie oben bereits erwähnt, orientiert sich auch die hier vorliegende Dissertation an dem *Grounded Theory-Ansatz* in der Fassung von 1987 (vgl. Strauss, 1991) sowie an den Ausführungen von Stratköter zum methodischen und prozessorientierten Vorgehen in seinem Projekt (vgl. 2004, 20f).

### 3.1.2 Qualitative Inhaltsanalyse

Die Qualitative Inhaltsanalyse ist eine Textanalysemethode, die seit 1980 von Philipp Mayring entwickelt wird. Sie ist ein „Ansatz systematischer, regelgeleiteter qualitativer Analyse von Text, der methodische Stärken der quantitativen Inhaltsanalyse teilweise übernimmt und zu einem qualitativ orientierten Instrumentarium ausweitet“ (Mayring, 2000, 1).

Von der o. g. Düsseldorfer Forschungsgruppe „Psychotherapie im Alter“ der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ wird zum einen der bereits oben dargestellte *Grounded Theory-Ansatz* für ihre Untersuchungen präferiert und als methodische Orientierung verwendet und zum anderen die *Qualitative Inhaltsanalyse* für die Datenauswertung bevorzugt. „Die methodischen Standards des grounded theory-Ansatzes nach Glaser und Strauss und der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring gewährleisten in Verbindung mit dem intensiven supervisorischen Austausch in der Forschergruppe und der persönlichen Expertise der Beteiligten die Validität und praktisch-klinische Relevanz des Vorgehens“ (Jüttemann-Lembke u. a., 2005, 20).

Jüttemann-Lembke u. a. (2005, 10) weisen bei ihren methodischen Überlegungen darauf hin, dass es nur wenige Untersuchungen zur psychotherapeutischen Behandlung gibt und kaum welche, bei denen ältere Personen im Mittelpunkt stehen. „Zur Gruppentherapie von älteren Patienten sucht man vergebens nach vertieftem Wissen“ (2005, 10). Sie bevorzugen deshalb ein qualitativ orientiertes Forschungsdesign, welches die differenzierten Lebenssituationen und komplexen Spezifika dieser Alterskohorte berücksichtigt. „Diese Komplexität der Gruppe und auch der spezifischen psychotherapeutischen Behandlungsformen macht dringend eine Prozessforschung notwendig“ (2005, 10).

Hierbei soll versucht werden, sich u. a. auch mit offenen Befragungen dem Thema anzunähern. Die Aussagen und Erfahrungen der Betroffenen sind dabei Forschungs- und Erkenntnisquelle. Anhand der fixierten Gespräche (z. B. in Form von Tonbandaufzeichnungen bzw. verschriftlichten Interviews) werden manifeste und formale Aspekte des Materials analysiert.

Die *Qualitative Inhaltsanalyse* stellt nach Mayring „ein Bündel an Verfahrensweisen zur systematischen Textanalyse dar (...). Der Grundgedanke des hier vorgestellten Ansatzes ist dabei, die Vorteile der in den Kommunikationswissenschaften

entwickelten quantitativen Inhaltsanalyse zu bewahren und auf qualitativ-interpretative Auswertungsschritte zu übertragen und weiter zu entwickeln“ (2000, 1).

Nach Jüttemann-Lembke u. a. bietet sich die *Qualitative Inhaltsanalyse* auch deshalb für die Untersuchung der Gruppentherapie von älteren Patienten an, weil sie nicht nur den Kontext von Textbestandteilen bzw. latenten Sinnstrukturen berücksichtigt, sondern auch Einzelfälle und/oder die Präsenz und Absenz bestimmter Textsegmente (vgl. ausführlich: Jüttemann-Lembke u. a., 2005, 11).

Mit der *Qualitativen Inhaltsanalyse* können sich so „die Auswertungsaspekte nahe am Material, aus dem Material heraus ... entwickeln“ (Mayring, 2000, 3) und nach der sukzessiven Analyse des Materials dann zu Kategorien subsummiert und durch Rückkopplungsschleifen überarbeitet werden.

Für Mayring stellt die *Qualitative Inhaltsanalyse* Verfahrensweisen bereit, die „die Stärken der kommunikationswissenschaftlichen Inhaltsanalyse (Theoriegeleitetheit, Regelgeleitetheit, Kommunikationsmodell, Kategorienorientiertheit, Gütekriterien) nutzen, um qualitative Analyseschritte (induktive Kategorienentwicklung, Zusammenfassung, Kontextanalyse, deduktive Kategorienanwendung) methodisch kontrolliert vollziehen zu können“ (Mayring, 2000, 8).

Aus diesen o. g. Gründen wird die *Qualitative Inhaltsanalyse* auch in dieser Dissertation für die Datenauswertung verwendet.

### **3.1.3 Komparative Kasuistik**

Die von Jüttemann um 1980 begründete *Komparative Kasuistik* versteht sich als „eine *iterative Such- und Prüfstrategie* zur Generierung funktional relevanter Hypothesen und eine ebenfalls *iterative Vorbereitungsstrategie* zur Initiierung und Strukturierung „*empirisch fundierter*“ Konstruktionsprozesse für adäquate Theorien über psychologisch beschreibbare Phänomene“ (1981, 103; vgl. auch 2009, 41ff).

Nach Jüttemann stellt sie eine qualitative, biographisch einzuordnende Vorgehensweise dar, mit der ähnliche Einzelfälle systematisch miteinander verglichen werden können, um daraus Hypothesen abzuleiten. „Untersuchungsmethodologisch handelt es sich bei der Komparativen Kasuistik ... um einen *Kleingruppen-Ansatz*“ (Jüttemann, 1981, 104) mit Einzelfallorientierung. „Neben der *Einzelfallorientierung*

sind die Aspekte der *Verlaufsstrukturbetrachtung* und der *Veränderungsmessung* charakteristisch“ (Jüttemann, 1981, 104).

Die *Komparative Kasuistik* ist abhängig vom Untersuchungsgegenstand. Mit ihr können auch relativ seltene Phänomene einer systematischen Erforschung zugänglich gemacht werden. Es besteht die Möglichkeit, die Strategie auch in andere Untersuchungsansätze zu integrieren. Sie kann die quantitativen Verfahren ergänzen und geht diesen dann als hypothesengenerierendes Verfahren im Forschungsprozess voraus.

„Hauptziel jeder Anwendung Komparativer Kasuistik ist die Entwicklung einer adäquaten Theorie. Somit geht es bei dieser Forschungsstrategie um eine ätiologisch-pathogenetische Grundlagenforschung, d.h., es sollen entwicklungsspezifische Phänomene untersucht und deren Entstehungs- und Aufrechterhaltungsbedingungen geklärt werden“ (Jüttemann-Lembke, 1996, 24).

Abhängig von der Art der Fragestellung, der Art der erhobenen Daten und der zugrunde liegenden Datenquelle können zwei verschiedene Anwendungsformen der *Komparativen Kasuistik* genutzt werden:

1. das experimentelle Modell bzw.
2. das diagnostische Modell.

Während beim experimentellen (bzw. quasi-experimentellen) Modell nach – gehäuft auftretenden – Übereinstimmungen gesucht wird, die anschließend in Hypothesen umgesetzt werden, die eine Art Vorform einer Theorie darstellen, ist das diagnostische Modell „durch eine vergleichsweise strengere Einzelfallorientierung gekennzeichnet. Jede Person wird hier so umfassend untersucht, dass eine ausreichende Anzahl von individuellen Hypothesen generiert werden kann. Diese Hypothesen dienen dazu, eine erste Erklärung des untersuchten Phänomens im Sinne der Aufstellung einer „Individualtheorie“ zu ermöglichen. Weitere Personen werden anschließend untersucht und die formulierten Individualtheorien miteinander verglichen, um dadurch zu einer Theorie zu kommen, die das Phänomen überindividuell erklärt“ (Jüttemann-Lembke, 1996, 24).

Bei der Beschreibung der beiden Anwendungsformen weist Jüttemann explizit beim diagnostischen Modell darauf hin, dass „sogar die Vermutung (besteht), daß dieses Modell besondere Aktualität erlangen könnte, da es auch für Praktiker anwendbar ist,

die mit Hilfe dieses Modells ohne nennenswerten Mehraufwand Grundlagenarbeit betreiben können“ (Jüttemann, 1981, 109).

Beide Varianten können auch sukzessiv oder parallel angewendet werden; sie können sogar sich wechselseitig ergänzen bzw. überprüfen.

Nach Jüttemann repräsentiert die Strategie der *Komparativen Kasuistik* ein Spiralenmodell, bei dem die Entwicklung einer adäquaten Theorie auf jeder höher liegenden Stufe einen Annäherungsprozess durchläuft und dadurch weiter präzisiert werden kann. Das Spiralenmodell besteht aus acht Prozeßkomponenten, „für die spezielle „Verfahrensbeschreibungen“ angegeben werden können“ (Jüttemann, 1981, 110 und Jüttemann-Lembke, 1996, 25f).

Petermann fasst im aktuellen Sammelband von Jüttemann die wichtigsten Vorteile der *Komparativen Kasuistik* gegenüber anderen Verfahren folgendermaßen zusammen:

- „Die Komparative Kasuistik erlaubt die Erfassung aller möglicher Arten von Daten, die personengebunden, aber auch durch externe Quellen erhoben werden können.
- Durch die Komparative Kasuistik können darüber hinaus verschiedene Methoden der Datenerfassung integriert werden (z.B. Interviewverfahren, Aktenstudium, Beobachtung).
- Die erhobenen Daten sind konkret und vollständig, im Gegensatz zu Fragebogendaten, bei denen per definitionem eine Vorauswahl an Merkmalen getroffen wurde.
- Durch die Komparative Kasuistik werden auch relativ seltene Phänomene einer systematischen Erforschung zugänglich.
- Es besteht die Möglichkeit, die Methode auch in andere Untersuchungsansätze ... zu integrieren, um beispielsweise Hypothesen über die Wirkmechanismen und Moderatoren der Behandlung zu bilden oder interessierende Einzelphänomene näher zu untersuchen.
- Im Hinblick auf methodische Weiterentwicklungen auf dem Gebiet der psychologischen Diagnostik ist die Komparative Kasuistik gut vereinbar mit neuen Erhebungstechnologien, die eine situationsspezifische und ökologisch validere Erfassung von psychologischen Daten versprechen“ (2009, 146).

Orientiert an den Ausführungen von Jüttemann (vgl. 1981, 101ff) und Bezug nehmend auf Jüttemann-Lembke (vgl. 1996, 31ff) wird in der vorliegenden Arbeit – nach der

inhaltsanalytischen Auswertung der Einzelfälle nach Mayring (vgl. 2000) – der Fallvergleich nach der Strategie der *Komparativen Kasuistik* vorgenommen.

## **3.2 Datengewinnung und Datenerhebung**

### **3.2.1 Interviews als Daten**

Die empirische Grundlage der Dissertation besteht aus neun Interviews mit Teilnehmern der Therapiegruppe „Belle Epoque“ sowie aus zwei Interviews mit den beiden Therapeuten der Gruppe.

Interviews als Methode der Datengewinnung sind in der qualitativen Sozialforschung üblich und „state of the art“. So zitiert auch Stratkötter die Wissenschaftler Flick und Witzel, die zum einen empfehlen: „als Zugang zu subjektiven Sichtweisen (...) verschiedene Formen des offenen Interviews“ (Flick, 1995, 92) zu wählen bzw. der zum anderen auf die aufdeckende Darstellung der als Daten vorliegenden Aussagen der Befragten hinweist: „Indem die Befragten ihre Problemsicht „ungeschützt“ in Kooperation mit dem Interviewer entfalten, entwickeln sie im Laufe des Gesprächs immer wieder neue Aspekte zum gleichen Thema, Korrekturen an vorangegangenen Aussagen, Redundanzen und Widersprüchlichkeiten. Redundanzen sind insofern erwünscht, als sie oft interpretationserleichternde Neuformulierungen enthalten. Widersprüchlichkeiten drücken individuelle Ambivalenzen und Unentschiedenheiten aus“ (Witzel, 2000, Absatz 6).

Es gibt eine Vielzahl von Beschreibungen, wie Interviews wissenschaftlich optimal zu führen und auszuwerten sind (vgl. Stratkötter, 2004, 25).

Die Interviews mit den Mitgliedern der Therapiegruppe „Belle Epoque“ wurden von zwei Ärzten der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ des LVR-Klinikums Düsseldorf – Kliniken der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf durchgeführt: von der Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie–Psychoanalyse, Therapeutin Dr. X, und von dem Facharzt für Psychosomatische Medizin und Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Therapeut Dr. Y.

Die beiden Interviewer verfügten – aufgrund ihrer Fachkompetenz – über ein sehr großes psychoanalytisches Expertenwissen über den Untersuchungsgegenstand, welches – nicht nur nach dem *Grounded Theory-Ansatz* und der *Qualitativen Inhaltsanalyse* – auch bei der Datengewinnung ein äußerst positives methodisches Prinzip darstellte.

### 3.2.2 Ablauf der Interviews

Wie bereits oben erwähnt, wurden die Interviews mit den Mitgliedern der Therapiegruppe „Belle Epoque“ von zwei Ärzten des „Klinischen Instituts für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ durchgeführt.

Bei diesen persönlichen Gesprächen handelte es sich um semistrukturierte narrative Interviews, mit Hilfe derer „versucht wird, spezifische Entwicklungen und spezifische Lebensbereiche – ausgehend von deren Repräsentanzen im subjektiven Erleben des Gesprächspartners – möglichst ganzheitlich und authentisch zu erfassen. Die thematischen Bereiche sind hierbei als prototypische Fragen in Form eines Interviewleitfadens vorgegeben. Je nach Verlauf des Interviews sollen sie ergänzt und gegebenenfalls modifiziert werden“ (Jüttemann-Lembke u. a., 2005, 10f).

Der Ablauf der Interviews orientierte sich an einem semistrukturierten Gesprächsleitfaden, der von der o. g. Düsseldorfer Forschungsgruppe „Psychotherapie im Alter“ aus verschiedenen assoziativ ermittelten Fragen und Überlegungen entwickelt wurde (vgl. Anhang 4.1). Der Leitfaden wurde von den Interviewern flexibel und entsprechend der jeweiligen aktuellen Gesprächssituation eingesetzt – Besonderheiten wurden von ihnen noch zusätzlich auf dem Leitfaden schriftlich notiert.

Die Interviews begannen in der Regel mit einer offenen Einleitungsfrage zum Gesundheitszustand der Befragten. Die Gesprächsführung der beiden Interviewer erfolgte ebenfalls offen, aufmerksam, ermunternd und zustimmend, ergänzt durch para- und nonverbale Kommunikation.

P/ ja was soll ich sagen ich wundere mich selber immer (leises Lachen) äh da flieg ich also ich kann nur das Beispiel jetzt bringen da flieg ich nach xxxxxxxxx (große Stadt in Ostasien) und manchmal weiß ich nicht über die Straße zu kommen vor Angst (redet sehr schnell)

T/ ja ja

P/ ja das ist äh das ist eben diese Merkwürdigkeit

T/ das ist wechselhaft

P/ es ist sehr wechselhaft

T/ mhmh

P/ es ist sehr wechselhaft

T/ mhmh

P/ also da äh, beschwerdefrei muss ich dazu sagen äh nach xxxxxxxx (große Stadt in Ostasien)

T/ ja

P/ ne?

T/ beschwerdefrei nach xxxxxxxxx (große Stadt in Ostasien)

P/ ja  
T/ ohne Ängste  
P/ ja  
T/ ja

**Beispiel 1:** Para- und non-verbale Äußerungen der Therapeutin (im Interview mit Frau C)

Aufgrund ihres Expertenwissens konnten die beiden Interviewer bei unklaren bzw. evtl. missverständlichen Äußerungen ihre Gesprächsführung anpassen und mit Nachfragen in die Breite oder Tiefe des Gesagten gehen bzw. auf frühere Aussagen eingehen, indem sie z.B. nach Wechselwirkungen, Auswirkungen, Bedingungen, Konsequenzen bzw. Haltungen (nach)fragen konnten.

P/ sondern sag einfach so heute ist ein schöner Tag und heute möchte ich das machen

T/ aha okay

P/ und äh ja! es geht etwas in eine andere Richtung

T/ mhmh

P/ ja es geht etwas in eine andere Richtung

T/ also dass Sie was versäumt haben in Ihrem +Leben?

P/ ja+

T/ ist es das?

P/ das ist auch da ja

T/ aber jetzt ja noch Zeit ist was zu tun man muss es jetzt +tun

P/ jetzt!+ diesen Abschnitt also dass ich mich immer äh als ich sechzig war äh da war ich da hatte hatte ich die Gedanken von heute noch nicht wahrscheinlich waren sie im Kopf aber ich war noch nicht bereit sie so umzusetzen

**Beispiel 2:** Nachfragen der Therapeutin (im Interview mit Frau C)

Die Interviews fanden in den Diensträumen der Interviewer statt: bei Therapeutin Dr. X in den Räumen der Institutsambulanz der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ der Rheinischen Kliniken Düsseldorf und bei Therapeut Dr. Y in den Räumen des „Klinischen Instituts für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ am Universitätsklinikum Düsseldorf.

Die Termine wurden zwischen den beiden Interviewern und ihren Gesprächspartnern jeweils telefonisch vereinbart.



<b>Gruppenmitglied</b>	<b>Interviewer</b>	<b>Tag und Dauer des Interviews</b>	
Frau A	Therapeutin Dr. X	8. 5. 2007	40:07
Herr B	Therapeut Dr. Y	15. 5. 2007	1:11:27
Frau C	Therapeutin Dr. X	18. 5. 2007	54:06
Herr D	Therapeut Dr. Y	14. 5. 2007	1:43:51
Frau E	Therapeutin Dr. X	25. 4. 2007	57:17
Herr F	Therapeut Dr. Y	21. 5. 2007	1:47:50
Frau G	Therapeut Dr. Y	15. 5. 2007	1:17:49
Frau I	Therapeutin Dr. X	29. 5. 2007	40:56
Herr J	Therapeutin Dr. X	25. 7. 2007	1:06:34

**Tabelle 3:** Merkmale der Interviews mit den Mitgliedern der Therapiegruppe „Belle Epoque“

Die Interviews mit den beiden Therapeuten der Therapiegruppe „Belle Epoque“ führte die Verfasserin dieser Dissertation selbst. Der für die beiden Interviews verwendete semistrukturierte Gesprächsleitfaden wurde von der wissenschaftlichen Leitung sowie den beiden Doktorandinnen aus verschiedenen assoziativ ermittelten Fragen und Überlegungen entwickelt (vgl. Anhang 4.2). Auch dieser Leitfaden wurde während der Gespräche flexibel gehandhabt und bot so Raum für spontane Rück- bzw. Verständnisfragen. Die Interviews fanden in den Räumen der beiden Therapeuten statt.

<b>Therapeut</b>	<b>Interviewer</b>	<b>Tag und Dauer des Interviews</b>	
Herr Dr. A	Sonja Schmitt	25. 6. 2007	45:18
Frau Dr. B	Sonja Schmitt	30. 10. 2007	43:56

**Tabelle 4:** Merkmale der Interviews mit den Therapeuten der Therapiegruppe „Belle Epoque“

### 3. 3 Datenauswertung

#### 3.3.1 Transkriptionen

Die o. g. Interviews wurden auf Kassetten aufgezeichnet und anschließend zeitnah transkribiert. Orientiert an Mergenthaler (vgl. 1992) bedeutete dies, dass Wort-für-Wort schriftlich dokumentiert wurde und die jeweiligen Sonderzeichen für nonverbale und paraverbale Informationen Verwendung fanden.

Hörbare Zeichen	Beispiele
Verbale Äußerungen	hab, hab's, ne
Paraverbale Äußerungen	hm, äh, oh
Nicht-verbale Äußerungen	(atmet heftig), (stöhnt)
Situationsgebundene Geräusche	(Telefon läutet), (Ausschalten des Kassettenrekorders)

**Tabelle 5:** Beispiele für Transkription nach Mergenthaler (1992, 1f)

Alle Transkriptionen wurden jeweils zur Beginn jeder 5. Zeile beziffert, um Aussagen möglichst schnell wieder auffinden zu können und um gleichzeitig auch einordnen zu können, an welcher Stelle im Interview sich das jeweilige Zitat befindet bzw. welchem Kontext es entnommen ist (seine Positionierung im Originalinterview).

- 10 P/ ja also im Moment geht's mir nicht gut  
T/ ja  
P/ ich hab mit'm Herzen Probleme  
T/ ja  
P/ ich hab auch wieder äh also Krebs, wieder Metastasen, bin wieder mitten in der  
15 Chemo  
T/ ja ja  
P/ und hinterher soll ich Bestrahlung bekommen  
T/ ja

#### **Beispiel 3:** Transkriptionsziffern (beim Interview mit Frau A)

Alle Transkriptionen sind in der Originalversion in Anhang 12 aufgeführt.

Zitate (Textsegmente bzw. Codes) aus den Interviews wurden in dieser Untersuchung nicht grammatikalisch bzw. stilistisch überarbeitet, sondern in ihrer Originalaussage

dokumentiert. Lediglich Kürzungen werden durch das Symbol (...) gekennzeichnet. Wenn Zitate (bzw. Textsegmente oder Codes) aus einem Gesprächszusammenhang isoliert wurden, wird anschließend in einer Klammer eine verständnisfördernde Erläuterung aufgeführt.

Nachfolgend die Tabelle über die Seiten- und Zeilenzahl der Transkriptionen.

<b>Gruppenmitglied</b>	<b>Transkription</b>	<b>Zeilenzahl</b>
Frau A	27 Seiten	883
Herr B	40 Seiten	1338
Frau C	38 Seiten	1246
Herr D	52 Seiten	1744
Frau E	20 Seiten	662
Herr F	59 Seiten	1973
Frau G	46 Seiten	1511
Frau I	24 Seiten	805
Herr J	60 Seiten	2026

**Tabelle 6:** Merkmale der Transkriptionen der Mitglieder der Therapiegruppe „Belle Epoque“

<b>Therapeut</b>	<b>Transkription</b>	<b>Zeilenzahl</b>
Herr Dr. A	19 Seiten	627
Frau Dr. B	21 Seiten	630

**Tabelle 7:** Merkmale der Transkriptionen der Therapeuten der Therapiegruppe „Belle Epoque“

### 3.3.2 Offenes Kodieren

Nach der Fertigstellung der Transkriptionen begann die Phase des offenen Kodierens, um Erkenntnisse aus der Analyse der Daten zu gewinnen.

Orientiert an den in Kapitel 3.1 dargestellten Methoden, Strategien bzw. Vorgehensweisen von Strauss & Corbin (1987, 1996), Mayring (2000) und Jüttemann (1981) wurden alle Interviews Zeile für Zeile analysiert und mit Kommentaren, Anmerkungen, Verweisen bzw. Interpretationen kodiert.

Jede Äußerung bzw. Aussage der neun Interviewteilnehmer wurde auf ihre Bedeutung für den Untersuchungsgegenstand hin hinterfragt und bestimmt und anschließend daran mit einem möglichst eindeutigen Begriff benannt. Die so entstandenen Textsegmente bzw. Codes wurden danach verglichen und nach ihrem Sinngehalt geordnet, zusammen gefasst und dimensioniert.

Insgesamt wurden bei diesem ersten Arbeitsschritt des offenen Kodierens alle 385 Seiten der neun transkribierten Gespräche mehrmals gelesen und anhand erster theoriegenerierender Fragen bewertet, auch mehrmals verglichen und systematisiert, um möglichst sicher zu sein, dass die Kodierungen der ausgewählten Textstellen auch eindeutig formuliert und strukturiert wurden.

Bezug nehmend auf Stratkötter geschah diese „erste Annäherung an ein Gerüst von Kategorien .. auf dem Wege eines fortgesetzten Vergleichens (method of constant comparison) der vorliegenden Kodierungen und Memos, die aufgrund inhaltlicher Affinitäten und in Anlehnung an die in den Kodierungen bereits formulierten Verweise gruppiert wurden. Es erfolgte in diesem Analyseschritt noch keine Selektion; jede Kodierung, i.e. jedes Textsegment wurde mindestens einmal, häufiger mehrfach, verwendet, also einer inhaltlich „passenden“ Gruppe zugeordnet oder als neue Gruppe/Kategorie angeordnet“ (2004, 32).

Nach den o.g. mehrfachen Materialsichtungen, Codes-Modifizierungen und Präzisierungen der bereits benannten Gruppierungen konnten erste inhaltliche Beschreibungen erfolgen, d.h. konkret: erste – noch sehr vorläufige – Kategorien formuliert werden. Auch diese wurden dann wiederum nach dem o.g. Verfahren verglichen, geprüft und analysiert.

Als Ergebnis des offenen Kodierens entstand schließlich ein vorläufiges Kategoriensystem mit 4 Relevanzbereichen und 46 Kategorien (vgl. Anhang 12.3).

### **3.3.3 Axiales Kodieren und Modellbildung**

Nach der Fertigstellung des vorläufigen Kategoriensystems erfolgte das axiale Kodieren, d.h. alle vorliegenden Kodierungen und Textsegmente wurden erneut gesichtet, anhand von Leitfragen hinterfragt sowie bewertet und – Bezug nehmend auf das vorläufige Kategoriensystem – zielgerichtet verglichen, verdichtet und in die vorläufige Struktur des Kategoriensystems (neu) geordnet.

Bei dieser Systematisierung zeigte sich, dass Änderungen am vorläufigen Kategoriensystem notwendig waren, da das Datenmaterial manchmal nicht trennscharf den Indikationskriterien genügte oder weil zu wenig bzw. kein aussagekräftiges Datenmaterial vorhanden war.

Aus diesem Grunde wurden Relevanzbereiche überarbeitet, bisher einzeln aufgeführte Kategorien zusammengefasst bzw. verworfen sowie Textsegmente neu strukturiert und zueinander in Beziehung gesetzt.

Nachfolgend einige Beispiele:

Der Relevanzbereich „Therapeuten“ wurde aufgegeben und die beiden einzigen Kategorien dieses Bereiches wurden dem Relevanzbereich „Therapie“ zugeordnet. Dies erwies sich nachträglich als stimmiger, da sich im Relevanzbereich „Therapie“ bereits schon die Textsegmente zu den Erwartungen an die Therapie und zu den Fortschritten aus der Therapie befanden, die durch die beiden nun neu hinzugekommen Kategorien inhaltlich sinnvoll ergänzt werden konnten.

Der Relevanzbereich „Patienten“ wurde aufgrund seiner inhaltlichen Heterogenität gesplittet und in die beiden Relevanzbereiche „Patienten“ und „Alter“ aufgeteilt. Mit diesem Vorgehen konnte die mangelnde Konturierung des ehemaligen Relevanzbereiches beseitigt und eine weitere Schwerpunktsetzung auf das oft thematisierte Thema „Alter“ gelegt werden.

Die Kategorien „Beziehungen: Partnerschaft“ und „Beziehungen: Partner als Person“ wurden zusammengefasst, weil sich zeigte, dass die anfänglich überlegte Unterscheidung sich aufgrund des Datenmaterials nicht sinnvoll realisieren lies. Die Kodierungen beider Thematiken standen in einem zu engen Zusammenhang, um sie trennscharf in zwei Kategorien auflisten zu können.

Auf die Kategorien „Problematische Einstellungen und Überzeugungen“ sowie „Kontrollüberzeugungen“ wurde verzichtet, da die hierin enthaltenen Textsegmente in

der Regel auch schon anderen Kategorien zugeordnet waren, bei denen sie sich aufgrund ihrer Inhalte stimmiger einfügten.

Einige Kategorien wurden durch die Überarbeitungsschritte des axialen Kodierens inhaltlich präzisiert und deskriptiv angereichert. Es bot sich deshalb an, sie umzubenennen, z. B. im Relevanzbereich „Patienten“ u. a. die Kategorie „Lebensgeschichtliche Bezüge“ in „Biographischer Hintergrund“ bzw. die Kategorie „Subjektives Wohlbefinden und aktuelle Lebensqualität“ in „Aktuelle Befindlichkeit“. Im Relevanzbereich „Therapie“ zeichnete sich ab, dass die Kategorie „Hilfe suchen – Hilfe abwehren“ sinnvoller konkretisiert werden konnte als „Wunsch nach Fortsetzung einer Therapie“.

Die inhaltliche Präzisierung des axialen Kodierens führte darüber hinaus zu weiteren Verschiebungen von Textsegmenten bzw. Subkategorien, die bei einem Vergleich der beiden im Anhang aufgelisteten Kategoriensysteme ersichtlich sind (vgl. Anhang 12.3 und Anhang 12.4).

Nach Abschluss dieser letzten Auswertungsschritte kristallisierten sich 4 Kernthemen aus dem Datenmaterial heraus: „Alter“, „Patienten“, „Gruppe“ und „Therapie“. Diese werden deshalb im Folgenden auch als Strukturierung des endgültigen Kategoriensystems, des *Ergebniskapitels 4* und des Schaubildes in *Kapitel 5* verwendet.

### **3.4 Kategoriensystem**

Nachfolgend wird die neue Gliederung des nun endgültigen Kategoriensystems dargestellt (vgl. ergänzend: Endgültiges Kategoriensystem in Anhang 12.4). Ebenso wie das vorläufige Kategoriensystem enthält auch das nun endgültige Kategoriensystem 4 Kernbereiche; im Gegensatz zu ersterem jedoch nicht mehr den Bereich „Therapeuten“, sondern als neu hinzu gekommenes Thema die Kernkategorie „Alter“.

Die Reihenfolge der Kategorien innerhalb der Relevanzbereiche, die sich an den ersten Auswertungsschritten des offenen Kodierens orientiert, wurde hierbei nur marginal verändert, um eine bessere Vergleichbarkeit der beiden Kategoriensysteme zu ermöglichen.

## **Kategoriensystem**

### **A. Alter**

1. Krankheit und körperlicher Gesundheitszustand
2. Umgang mit körperlichen Veränderungen und Rückschritten
3. Psychischer Gesundheitszustand und Psychosomatik
4. Aktuelle Befindlichkeit
5. Altern
6. Körperaspekte
7. Sexualität
8. Zeit
9. Ängste
10. Äußerungen der Resignation
11. Zukunftsvorstellungen
12. Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit

### **B. Patienten**

13. Alltagsgestaltung
14. Interessen und Hobbys
15. Selbst gewählte Aufgaben
16. Biographischer Hintergrund
17. Beziehungen: Partnerschaft
18. Beziehungen: Kinder
19. Beziehungen: Freundes- und Bekanntenkreis
20. Umgang mit Konflikten
21. Einsamkeit
22. Selbstaspekte
23. Wahrnehmen von Gefühlen
24. Druck
25. Negative Gedanken

### **C. Gruppe**

26. Die Gruppe
27. Die anderen Gruppenmitglieder
28. Position und Rolle in der Gruppe
29. Nähe und Distanz
30. Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen
31. Schweigen und Reden
32. Oberfläche und Tiefe
33. Konflikte in der Gruppe
34. Thema Alter in der Gruppe
35. Thema Alter und Öffentlichkeit

### **D. Therapie**

36. Erwartungen an und Vorstellungen über die Therapie
37. Sich-öffnen können / Sich-öffnen lernen
38. Äußerungen über die Therapeuten
39. Wünsche an die Therapeuten
40. Fortschritte und Nutzen aus der Therapie
41. Wunsch nach Fortsetzung einer Therapie

#### **4. Ergebnisse der Untersuchung**

Bezug nehmend auf Kapitel 1.3 ist das Ziel der hier vorliegenden Dissertation die qualitativ-inhaltsanalytische Dokumentation und Untersuchung einer Gruppenpsychotherapie älterer Patienten im Behandlungsverlauf ("Belle Epoque").

Hierbei ist zu analysieren, was im Erleben der Befragten am Therapieprozess wichtig und bedeutsam ist und wie sie welche Themen, Aspekte bzw. Phänomene wahrnehmen, benennen und bewerten.

Anhand ihrer subjektiven Aussagen, Sichtweisen, Beschreibungen und Erklärungen soll der Versuch unternommen werden, den therapeutischen Gruppenprozess mit älteren Personen sowie deren Behandlungserfolge inhaltlich zu beschreiben und Gemeinsamkeiten, Unterschiede, Übereinstimmungen, Kontraste bzw. Akzentuierungen fest zu stellen und aus der Sicht der Befragten darzulegen.

Wie bereits thematisiert, handelt es sich bei einem Gruppentherapieprozess um ein äußerst komplexes, differenziertes und personenabhängiges Geschehen. Er wird deshalb in Abhängigkeit von der jeweiligen Betrachterperspektive des Untersuchenden jeweils unterschiedlich beschrieben und bewertet.

Die nachfolgend dargestellte Sichtweise und Strukturierung der Ergebnisse stellt dabei nur eine Sichtweise dar, nämlich die der Verfasserin. Allerdings wurde diese „aus den Daten“ abgeleitet und befindet sich damit in größtmöglicher Nähe zur Datenbasis des Forschungsprojektes (vgl. Kapitel 3: Durchführung und methodische Reflexion der Untersuchung).

Mit der Erstellung des endgültigen Kategoriensystems konnte eine Reduktion auf 4 Kernthemen aus dem Datenmaterial vorgenommen werden: „Alter“, „Patienten“, „Gruppe“ und „Therapie“.

An diesen 4 Kernthemen orientiert sich nachfolgend auch die Strukturierung dieses Kapitels. Mit ihnen als Systematisierung werden die 41 Kategorien mit ihren diversen Primärtextsegmenten differenziert dargestellt. Um die Lesbarkeit und die Vergleichbarkeit innerhalb der 4 Kernthemen zu erhöhen und um die Darstellung möglichst gut nachvollziehen zu gestalten, werden die Kategorien innerhalb der Kernthemen nochmals durch Subüberschriften gegliedert.



## **4.1. Alter**

### **4.1.1 Erkrankungen**

#### **4.1.1.1 Krankheit und körperlicher Gesundheitszustand**

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich zu ihrem Gesundheitszustand. Entsprechend ihrer Schilderungen können sie in drei Untergruppen unterteilt werden.

Die erste Untergruppe gibt keine aktuellen körperlichen Beschwerden und keine Vorerkrankungen an (Herr B und Frau C). Die zweite Untergruppe charakterisiert sich ebenfalls durch die Angabe keiner aktuellen körperlicher Beschwerden, berichtet jedoch von Vorerkrankungen (Herr D und Herr F). Die dritte Untergruppe setzt sich aus den Gruppenmitgliedern zusammen, die keine Beschwerdefreiheit angeben, sondern auf die Frage nach ihrem körperlichen Gesundheitszustand ihre (Vor)Erkrankungen bzw. aktuelle Erkrankungen benennen (Frau A, Frau E, Frau G, Frau I und Herr J).

Insgesamt geben vier der neun Gruppenmitglieder an, aktuell keine körperlichen Beschwerden zu haben (Herr B, Frau C, Herr D und Herr F).

Herr B:

12: also vom körperlichen her äh geht's mir relativ gut, Gott sei Dank kann mich also noch bewegen fahr Fahrrad spiel mach andere Sportarten

Frau C:

388: nein nein (keine gesundheitlichen Auswirkungen)

Herr D:

430: also körperlich nicht (Frage nach körperlichen Beschwerden)

Herr F:

319: hab ich also eigentlich keine äh körperlichen Beschwerden so jetzt

Von diesen vier Befragten berichten zwei Gruppenmitglieder noch zusätzlich von Vorerkrankungen (Herr D und Herr F), auf die weiter unten – in Verbindung mit den von den übrigen Gruppenmitgliedern genannten Erkrankungen – eingegangen wird.

Insgesamt werden vier Erkrankungsgruppen von den sieben Gruppenmitgliedern, die (Vor)Erkrankungen angeben, genannt: an erster Stelle orthopädische Probleme (erwähnt von drei Befragten), gefolgt von Herzerkrankungen, Krankheiten des Magen-

Darm-Traktes sowie von Tumorerkrankungen (von jeweils zwei Gruppenmitgliedern benannt).

Orthopädische Probleme werden von Frau E, Frau G und Frau I berichtet.

Frau E:

115: meine Hüfte ist ja nicht so gut

595: die Ärzte sagen so schlimm ist das gar nicht mit meine Hüfte auf dem Röntgenbild so schlimm sieht das nicht aus aber wenn ich eine Stunde ein einhalb Stunden gelaufen bin dann kann ich mich in die Ecke werfen oder mit dem Fahrrad fahre auch ne Stunde und wenn es dann so leicht bergauf geht dann kann ich mich auch nicht mehr bewegen

Frau G:

523: ich hatte zwar so ein paar Eingriffe jetzt im Knie (Operation am Innenmeniskus)

Frau I:

31: die ist ja auch abgenutzt die Wirbelsäule, an verschiedenen, Wirbeln

Kardiologische Probleme geben Frau A und Herr F an.

Frau A:

12: ich hab mit'm Herzen Probleme

Herr F:

15: und zwar bin ich also jetzt äh im vergangenen Jahr am koronaren an einer koronaren Krankheit operiert worden (...) und äh das hat mich dann natürlich anschließend wiederum beschäftigt auch von der Psyche her belastet

39: dass ich also Bypässe bekommen habe (...) im letzten Jahr im August

87: die Operation als solche machte mich zunächst zum kranken Mann

94: dann dann erscheinen sie plötzlich als als sehr! schwer kranker Mann

Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes schildern Herr D und Herr J.

Herr D:

106: drei! Polypen die weggenommen worden aber die waren gutartig

Herr J:

461: ich hatte vor, ungefähr zwei Jahren einen Darmverschluss gehabt was ich vorher nicht wusste ich hatte wahnsinnige Krämpfe

505: ich bin dann ganz kurz so eben! noch vor von der von der Operation weg gekommen

630: und jetzt habe ich wohl Gallensteine

661: da ist eine Reflux-Geschichte! diagnostiziert worden

Als vierte Erkrankungsgruppe werden von Frau A und Herrn J Tumorerkrankungen genannt. Frau A leidet unter Brustkrebs mit Metastasenbildung und bei Herrn J wurden mehrere Melanome festgestellt.

Frau A:

14: ich hab auch wieder äh also Krebs, wieder Metastasen, bin wieder mitten in der Chemo

17: und hinterher soll ich Bestrahlung bekommen

Herr J:

874: habe ich seit zwei Wochen seit zwei Jahren äh Hautkrebs

879: ich habe schon, ein paar Melanome gehabt und äh die man dann immer rechtzeitig gesehen hat und geschnitten hat

Beide Krebspatienten sind die einzigen Personen der Gruppe, die nicht nur eine, sondern zwei Erkrankungen angeben: Frau A hat Brustkrebs und kardiologische Probleme und Herr J hat Hautkrebs und multiple Magen-Darm-Erkrankungen.

#### **4.1.1.2 Umgang mit körperlichen Veränderungen und Rückschritten**

Zu dem Thema „Umgang mit körperlichen Veränderungen und Rückschritten“ äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder (mit Ausnahme von Frau C).

Fünf von ihnen schilderten eine Akzeptanz der körperlichen Veränderungen (Frau A, Herr B, Frau E, Frau G und Frau I).

Frau A:

332: es ist halt so (körperlicher Verfall im Alter)

Herr B:

510: das war alles bis jetzt, war alles bis jetzt so in Ordnung also wenn es so bleibt für ein paar Jahre

Frau E:

523: ja also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn, aber eigentlich belastet mich das nicht so sonderlich

Frau G:

570: jo ich sehe das nicht so also es ist ja nichts Gravierendes ja ich bin ja jetzt nicht irgendwie sterbenskrank! ja ich meine dass ich jetzt den Tod! vor Augen hätte (Lachen) also irgendwas von der schlimmen Botschaft also wenn jetzt die Knie verschlissen sind oder ja das ist ja ganz normal sag ich mal im gewissen Alter sag ich mal

1396: man muss sich eben arrangieren und man muss sich halt sagen dass man eben nicht mehr so jung ist und ja das ist eben so so das Leben das ist der Lebenslauf

Frau I:

116: die Gesundheit das ist das war halt also da bin ich zufrieden

359: ich komme jetzt ganz gut damit aus ja ja es gab schon schlimmere Zeiten wo ich also wirklich äh das als sehr beschwerlich alles betrachtet hab diese diese körperlichen Beschwerden die die auftreten wenn man älter ist (...) es ist für mich in Ordnung so wie es ist

Dass die körperlichen Veränderungen bei ihnen auch zu Einschränkungen führen, wird von Frau E, Frau G, Frau I und Herrn J berichtet.

Frau E:

626: dass man eben mit diesen Einschränkungen auch gut leben kann dass man sich da nicht verrückt machen sollte

Frau G:

1396: ich vergleiche das immer so mit meiner Mutter was die schon alles in diesem so in meinem Alter jetzt was die schon alles nicht mehr konnte und äh da bin ich doch im Grunde genommen noch ganz gut dabei

Frau I:

359: ja ja die Einschränkungen aber das äh ne das hab ich irgendwie ja ich hab's einfach

Herr J:

903: dann kommt wieder ein Pflaster drauf und muss heilen dann kann ich wieder nichts anderes machen dann kann ich zum Beispiel wieder häufig kein Tennis spielen je nachdem wo es ist, Golf spielen eben auch nicht

Frau A, Herr D und Herr F beschreiben Anpassungen ihres Verhaltens an die körperlichen Veränderungen.

Frau A:

116: ich handarbeite also viel, weil weil ich kann körperlich durch mein Herz darf ich nicht so viel tun (...) das ist dann für mich meine Arbeit also das ist meine Hauptbeschäftigung eigentlich

Herr D:

764: dann ist das natürlich so, dass man wenn man körperlich nicht mehr so fit ist sagen wir mal nicht mehr soviel Kondition hat dann macht man auch weniger, so das heißt ich gehe ich verabrede mich (Lautes Husten) zum Golfspiel und spiele nicht mehr mein achtzehntes Loch in vier Stunden sondern nur noch neun!

Herr F:

777: ich bin jetzt nicht mehr in der Angst dass ich noch ich sag's mal so Bäume ausreißen muss ähnlich wie früher (...) sondern äh schon ein bisschen äh mich mehr und mehr nur so mit schönem Buschwerk, beschäftige ne sag ich mal so ja

In Zusammenhang mit seinen Verhaltensanpassungen beschreibt Herr D z.B. auch das Nachlassen seiner Leistungsfähigkeit, die auch von Herrn B angesprochen wird.

Herr B:

204: ja (zögerlich) ein klein wenig kann man das auch sagen ja (Nachlassen der Leistungsfähigkeit) es fehlt das merke ich auch es fehlt so ein bisschen äh manchmal die Lust irgendwas zu machen

Herr D:

135: früher bin ich äh bin ich sehr, aktiv gewesen, aber! es war ja so dass ich dann aufgrund meiner Erkrankung dann ja immer so in die Lethargie fiel

Diese Aussagen zeigen, dass sowohl Herr B als auch Herr D in Zusammenhang mit ihrer nachlassenden Leistungsfähigkeit auch ein Gefühl der Antriebslosigkeit erkennen.

Im Gegensatz zu Herrn B und Herrn D beschreibt Herr F einen direkten Zusammenhang zwischen seinen körperlichen Veränderungen und den psychischen Beschwerden, die sich nach seiner Bypass-Operation jedoch positiv veränderten. So schildert er eine wieder zunehmende Leistungsfähigkeit und ein dadurch verbessertes Selbstbewusstsein.

Herr F:

105: so habe ich das dann auch mir nach und nach auch zu eigen gemacht diese Einstellung dazu und, mit zunehmender Verbesserung insgesamt auch wieder mit zunehmender Leistungsfähigkeit ist das für mich, dann alles auch wieder besser geworden so dass ich äh auch von der Psyche her wieder erheblich stabilisiert bin

558: dass ich zunehmende Leistungsfähigkeit erkenne zunehmend und äh dass die Beschwerden abgenommen! haben und das hat natürlich bei mir äh mein mein Bewusstsein mein Selbstbewusstsein auch jetzt endlich äh wieder erheblich gestärkt

#### **4.1.1.3 Psychischer Gesundheitszustand und Psychosomatik**

Zu ihrem generellen psychischen Gesundheitszustand äußern sich alle neun Gruppenmitglieder.

Bezug nehmend auf ihre Aussagen kann das Themengebiet „Psychischer Gesundheitszustand und Psychosomatik“ in drei Teilbereiche gegliedert werden. Der erste Bereich befasst sich hierbei mit dem generellen psychischen Zustand, so wie ihn die Gruppenmitglieder beschreiben, der zweite Bereich mit den psychosomatischen Aspekten ihrer Erkrankung und der dritte Bereich thematisiert die von den Befragten genannten Anlässe und Ursachen ihrer Erkrankung.

Die meisten Gruppenmitglieder (vier Befragte: Herr B, Herr D, Frau E und Herr F) berichten von einer inneren Unruhe.

Herr B:

52: das ist meines! Erachtens eine innere Unruhe ist das ja ne innere Unruhe ist das

Herr D:

496: in dieser Zeit wo das so offen so latent war mit der mit der Verrentung, da war ich ja auch wirklich sehr äh äh ähm ja unruhig ganz unruhig also total unruhig, obwohl ich ja da schon mein mein meine meine ehrenamtliche Tätigkeit ausübte

Frau E:

582: Muße finden mit dem Alter werden? nein also da ist irgendwie doch so ne Unruhe in mir, selbst wenn ich das eine mache dann? also so ne richtige Ruhe habe ich nicht von mir also ich ruhe nicht so in mir selbst obwohl ich mir immer sage 'Mensch Du hast doch ein schönes Leben'

Herr F:

1043: dann kommen manchmal auch äh vegetative Störungen, so, na ja wie soll ich das jetzt so so schildern, auf jeden Fall äh äh körperliche gewisse Symptomatik, die so ohne Grund nicht erklärbar ist ne wie auch große Unruhe und vielleicht auch noch ein bisschen bisschen erhöhte Herzfrequenz und all so Dinge zeitlich also Un-! die Unruhe ist dann vor allen Dingen

Von drei dieser vier Personen (Herrn B, Frau E und Herrn F) wird auch eine Antriebslosigkeit beschrieben.

Herr B:

294: das ist so geblieben, wie gesagt! diese Antriebslosigkeit kommt eben daher weil ich mir sage 'jetzt es ist so und ich bin zu Hause und gönne mir dann eben halt solche, Bequemlichkeiten'

Frau E:

198: dann muss ich mich auch bei schönem Wetter, dann erst mal Anlauf nehmen äh rauszugehen mich auf mein Fahrrad zu setzen aber dann muss ich irgendwie ein Ziel haben, das dauert manchmal eine Stunde ehe ich mich dann wirklich entschieße

Herr F:

79: das war die ersten Tage sehr schlimm dann lag ich dann morgens auf dem Bett und hatte absolut zu nichts Lust, habe dann auch paar Psychologinnen aufgesucht (...) anschließend nachdem ich mich damit intensiv mit beschäftigt habe und vom Bewusstsein her, das ganze dann auch jetzt etwas realistischer sehe wurde das alles wieder besser

Herr D und Herr F weisen darüber hinaus explizit auch auf Depressionen hin.

Herr D:

1295: dass ich sagt ich bin wegen Depressionen hier (in der Therapie)

1418: in meiner Depressionsphase oder während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen

Herr F:

75: Depressionen (während des Aufenthalts in der Reha)

382: also jetzt, Depressionen und und Angststörungen äh auseinander zu halten das ist für mich sowieso sehr schwierig das kann ich also gar nicht so sagen nur äh im Laufe der Zeit, meine ich! dass das bei mir mehr äh mehr ne Angststörung ist mit mit depressiver Tendenz

388: ich würde auf keinen! Fall von mir aus sagen dass ich grundsätzlich in erster Linie depressiv bin und dass dann äh die die die Ängste irgendwie eine Komponente sind der Erscheinung sondern wenn dann umgekehrt also die Angststörung dominierend! ist bei mir

Gemeinsam mit Herrn F sprechen auch Frau C und Herr J das Thema Ängste an.

Frau C:

23: da flieg ich nach xxxxxxxx (große Stadt in Ostasien) (beschwerdefrei) und manch-mal weiß ich nicht über die Straße zu kommen vor Angst

41: also vorher vorher! ist es also fast am Ende mit meinen Nerven!

1126: dass ich eben mein ganzes Leben lang diese Todesängste gehabt habe

Herr F:

112: das war ja auch der Grund weshalb ich dann vor drei Jahren oder vor dreieinhalb Jahren an dieser, Psychotherapie teilgenommen habe dass ich also unter einer Angststörung im weitesten Sinne leide, und diese Angststörung ist dann auch erneut wieder durch die Operation ausgelöst worden und die ist auch jetzt noch nicht ganz! beseitigt

137: der Grund warum ich diese Therapie damals gemacht habe dass ich grundsätzlich unter Angststörungen leide (...) zum Beispiel Angst vor vor dem Alleinsein

Herr J:

219: ja ich Ängste Panikattacken

436: und dann war ich einmal in Italien da hatte ich mal eine ganz schlimme Nacht, äh da hatte ich wieder diese, Panikattacke und ich mir ging es ganz ganz übel und ganz ganz schlecht

Neben Herrn J beschreibt auch Herr D, dass er schon Panikattacken verspürt hat.

Herr D:

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

Herr F und Frau I geben an, dass sie bei sich eine gewisse Labilität bei sich festgestellt haben.

Herr F:

106: aber äh grundsätzlich besteht bei mir! natürlich eine gewisse Labilität

Frau I:

298: na ja wenn's wenn's irgend welche äh äh schlimme Dinge sind also dann äh das ist das muss dann natürlich dann auch wieder runter da bin ich nicht sehr stabil mehr das hab ich also schön öfter mal gemerkt wenn irgend welche Sachen passieren dann

ha dann denke ich 'mein Gott das das kannst du kaum mehr aushalten' aber ich fang mich dann auch wieder

Herr D, Frau E und Frau G berichten von einer subjektiven Belastung durch alltägliche Aufgaben.

Herr D:

135: also diese Angespanntheit zeigt sich darin dass ich also äh an alles denken will an alles ich muss alles machen ich meine immer 'ha ist das nicht zu viel?' dabei ist es gar nicht so viel

225: andere lächeln darüber aber das ist für mich manchmal so weil man eben dann so verschiedene viele verschiedene Aufgaben hat

Frau E:

239: wenn ich da so mehrere Leute habe und dann die bekochen soll das macht mich schon nervöser als früher, ich bin ein nervöser Mensch ja, obwohl ich so auf andere vielleicht relativ ruhig wirke

Frau G:

95: das ist auch so ein bisschen tagesabhängig (...) dann ist das Mittagessen kochen schon eine Last und das Spülen sowieso schon und oh ja (Stöhnen) und dann gibt's Tage da macht mir das gar nicht aus dann kann ich nachmittags noch was weiß ich machen und dann ist alles okay

Auffallend ist, dass Herr D als einziger die von ihm empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten als übertrieben wahrnimmt und beschreibt, dass andere darüber lächeln würden.

Bei Frau G gehen die von ihr empfundenen Belastungen sogar soweit, dass sie zur Überlastung führen.

Frau G:

105: also wenn ich nicht drauf achte dass ich äh nicht zu viel tue ja das ich nicht zu viel tue dann fängt das an mit ich kriege schlecht Luft

173: ich sagte der Körper ist irgendwo wenn ich das so als Laie beurteilen müsste bin ich irgendwo ausgelaugt schon lange ne nur wie gesagt im Laufe der Jahre gut ich habe geheiratet ich habe Kinder bekommen und da fing das schon an

192: es war jetzt nichts organisches körperliches sondern ich denke ja so mehr so diese Überanstrengung

Drei Gruppenmitglieder (Frau E, Frau G und Herr J) beschreiben, dass sie eine Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen verspüren. Bei Frau E ist dies der Fall, wenn sie durch Gesellschaft ihrer Einsamkeit entgeht, bei Frau G – im Gegensatz zu Frau E –, wenn sie von alltäglichen Aufgaben entlastet ist und z.B. alleine mit dem Fahrrad durch die Natur fahren kann, und bei Herrn J beim Sport.



Frau E:

42: das hatte ich nach einem, noch nicht mal Streit das war nur ein Disput, so schlimm, ähm dass es nicht mehr zurück ging also ich war also ich hatte ständig dieses Gefühl nur wenn ich jetzt äh, mit jemand zusammen war mit Freunden oder so dann merkte ich wie das abfiel aber sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

Frau G:

595: das Merkwürdige ist also da wundere ich mich ja sowieso ich bin ja sage ich mal körperlich nicht so belastbar aber! was ich sehr gut kann ich sag mal wenn es mir jetzt sehr schlecht gehen würde mein Fahrrad schnappen und sage ich mal manchmal drei Stunden durch den Wald fahren das kann ich da hab ich überhaupt keine Beschwerden weder Atembeschwerden noch zittern mir die Knie noch tut mir irgendetwas weh

617: und bin wirklich nur im Wald bin nur mit mir alleine und das kann niemand verstehen

626: ja alleine durch den Wald und dann vor allen Dingen da ist ja nichts! weit und breit kein Haus kein Nichts sondern nur Wald

630: und für mich ist das herrlich ich bin mit mir alleine mit meinem Fahrrad ich brauch mit keinem zu sprechen ich gehe meinen Gedanken nach und es ist einfach nur herrlich und dann tut mir nichts weh ich habe keine weder Rückenschmerzen noch Kopfschmerzen noch tut mir irgend etwas weh, es ist wunderschön

Herr J:

820: ich denke mal vielleicht beim Waldlaufen nicht ganz so doll aber bei allen anderen Dingen äh da konnte ich raus da war ich weg da habe ich keinerlei Belastung gemerkt da konnte der Druck so groß sein wie er wollte, das war weg für mich beim Sport und hinterher ging es mir dann auch immer gut

Drei Gruppenmitglieder (Frau E, Herr F und Herr J) geben an, dass sie aufgrund ihrer psychischen Probleme Psychopharmaka einnehmen.

Frau E:

49: und ich bin dann zu meinem Hausarzt gegangen, und der hatte mir dann Antidepressiva verschrieben (vor zwei Monaten)

56: und stellte fest, also es geht mir besser

91: und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut

118: ich bin froh dass die Antidepressiva geholfen haben nämlich ich hätte hätte sonst nicht gewusst wie es weiter gehen sollte

Herr F:

153: bin ich da mal einen Morgen umgefallen bin ich kurz bewusstlos gewesen wobei ich im nachhinein also weiß dass es mit der Medikamenteneinnahme zu tun haben kann ich hab dann mal Psychopharmaka eingenommen (...) relativ hoch dosiert auch so wie mir der Arzt das, der Psychologe damals dann auch vorgegeben hatte

504: ich bin bin also gerade jetzt seit ein paar Wochen äh bei uns in xxxxx (Stadt im Großraum Düsseldorf) in der äh da in der äh psychologischen Ambulanz (...) die (Ärztin) hat empfohlen wieder mal Psychopharmaka zu nehmen

Herr J:

1306: nur bei Bedarf und äh da nehme ich, Psycho, eine Tablette eine Insidon fünf fünfzig Milligramm

1324: und für mich ist eine Tablette immer was äh wo ich vielleicht meinem Körper mehr schade als gut tue (...) und deshalb dosiere ich häufig gerne weniger als ich vielleicht sollte nehme

1340: ich nehme jetzt morgens eine wenns wenn ich das Gefühl habe mir ist gar nicht so ganz dann nehme ich vielleicht abends auch noch eine aber nur auf Bedarf ich habe Monate nichts genommen

1377: na gut aber ich nehme es dann doch vorsichtshalber dass ich sage dem Druck muss ich entgehen dann kann ich auch ein bisschen was nehmen und ich weiß auch von mir eigentlich, dass ich wenn ich das Gefühl habe ich brauche es nicht es sofort auch wieder weglasse

Trotz der Einnahme von Psychopharmaka meinen Frau F und Herr J, dass sich ihre Symptomatik verschlechtert habe.

Frau E:

27: ja, es gibt eine Veränderung, und zwar, eigentlich zum Negativen es ist, ich hab ja mal erzählt, also wenn ich mal nur so, bisschen also falsch angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen also das hatte ich ja vorher schon

Herr J:

605: und augenblicklich habe ich sehr sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und äh schlecht

Von einer Verbesserung ihrer Symptomatik bzw. ihrer Beschwerden berichten hingegen Herr B, Frau C, Herr D und Herr F.

Herr B:

127: damit fing das ja alles an (Schlafstörungen)

129: die Schlafstörungen haben äh nachgelassen

Frau C:

219: wenn die Ängste kommen ja dann sage ich 'gut komm jetzt setz dich hin und du weißt genau es ist nichts'

1144: da hat schon eine Verschiebung (in Bezug auf die Todesängste) stattgefunden und deshalb denk ich äh, sind die Ängste auch etwas zurückgegangen

Herr F:

64: aber letztendlich waren das dann die Dinge (die körperlichen Beschwerden) die mir auf die Psyche gegangen sind

106: mit zunehmender (körperlicher) Verbesserung insgesamt auch wieder mit zunehmender Leistungsfähigkeit ist das für mich, dann alles auch wieder besser geworden so dass ich äh auch von der Psyche her wieder erheblich stabilisiert bin

Herr D:

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

Gleichzeitig weist Herr D allerdings darauf hin, dass er sich trotz der Verbesserung immer noch nicht in seinem früheren Gesundheitszustand befindet.

Herr D:

349: ich bin immer noch nicht so äh wie früher

Zum **zweiten Teilbereich** der Kategorie, ihren **psychosomatischen Symptomen**, äußern sich sechs der neun Gruppenmitglieder. Keine Aussagen zu diesem Themenbereich gibt es von Frau A, Frau C und Herrn D.

Zu diesem Teilbereich werden von den Befragten eine große Anzahl meist individueller Symptome genannt.

Verspannungen werden von Herrn F und Frau I beschreiben.

Herr F:

339: diese depressiven Verstimmungen die ich ja auch früher schon hatte die äußern sich bei mir an und für sich immer in der Form äh dass ich mich dann immer morgens sehr unwohl fühle dass ich also starken Kopfdruck habe dass ich so so Verkrampfungen im Gesichtsbereich habe um die Augen herum, und dass ich unter Schwindel- und Benommenheitsgefühle leide

Frau I:

18: das waren ja meine Schmerzen die ich damals hatte also vom Nacken ausgelöst und das ging also über Monate und bis ich dann schließlich in die Gruppe kam war es schon etwas besser

25: ja das war der äh der Anlass

29: ja mit Verspannungen und Schmerzen vor allen Dingen

Die bereits von Herrn F angesprochenen Schwindelgefühle und die Benommenheit sind auch Symptome, die Frau E äußert.

Frau E:

63: die Tabletten-Unverträglichkeit

67: ich habe dann zwei Aspirin genommen und ich bin dann ins Bett und am nächsten Morgen also als ich dann aufgestanden bin hatte ich also ganz schlimme Schwindelgefühle also ich konnte äh, also ich fühlte mich schon richtig ein bisschen behindert und ich wusste sofort das kommt von den Aspirin, in Verbindung jetzt mit den Antidepressiva

94: ganz gute Vitamintabletten bekommen (...) und die hab ich genommen und nach ähm einer Stunde, wurde mir auf einmal auch wieder schwindlich nicht so stark und ich kriegte fürchterliche Kopfschmerzen

Herr F:

1327: also Ausgangspunkt war waren die bei mir damals anstehenden äh psychosomatischen Erscheinungen ne mit den körperlichen Beschwerden die ich

schon schilderte insbesondere dem Schwindel die Benommenheit und äh die Ängste auch dazu

Herr B und Frau G geben beide Schlafstörungen an.

Herr B:

123: ja (bezogen auf innere Unruhe) und das ist auch äh vermute ich mal weshalb ich überhaupt äh in die Situation jetzt überhaupt in die Psychosomatik gekommen bin dass ich dadurch auch Schlafstörungen hatte

Frau G:

202: wenn ich kaum was tue und so weiter dann geht's mir gut wie gesagt wenn ich dann gut geschlafen hab und das Schlafen das ist immer noch ein Problem

Neben den Schlafstörungen berichtet Frau G auch über psychosomatische Herzbeschwerden, die ebenfalls Herr J beschreibt.

Frau G:

107: dann kamen Herzschmerzen ne Quatsch Herzrhythmusstörungen so Herzrhythmusstörungen die hatte ich auch schon vor vielen Jahren gehabt aber das sind auch nur so Auslöser wenn ich überfordert bin körperlich Herzrhythmusstörungen (...) und Herzschmerzen Herzschmerzen bis zum geht nicht mehr

165: ich merke das in meinem ganzen Leben wenn's immer sehr sehr viel war dann ja dann kriegte ich Herzrhythmusstörungen

224: ich sitze unten am Wäschezimmer (Situation während der Berufstätigkeit) es wird mir ganz komisch ich war richtig weg ja, hatte furchtbare Herzschmerzen, und hinten im Rücken war wie so ein Taubheitsgefühl

Herr J:

611: wenn ich morgens aufwache wieder dann merke ich erst bin ich ganz ruhig, und wenn ich dann einen Moment wach bin dann fängt das Herz wieder mehr an zu schlagen also zu bubbern, und dann fängt es mit den Gedanken an und dann werde ich auch unruhiger

620: am besten würde es immer sein wahrscheinlich ich würde sofort! Aufstehen duschen und irgendetwas machen dann ist das wieder fertig

Neben den o. g. Beschwerden, die von jeweils zwei Gruppenmitgliedern genannt werden, beschreiben Herr F, Frau G und Herr J weitere psychosomatische Symptome, die nur bei ihnen persönlich auftreten.

Herr F beschreibt hierbei einen Ohnmachtsanfall und eine Neigung zur Hyperventilation.

Herr F:

153: bin ich da mal einen Morgen umgefallen bin ich kurz bewusstlos gewesen wobei ich im nachhinein also weiß dass es mit der Medikamenteneinnahme zu tun haben kann ich hab dann mal Psychopharmaka eingenommen

206: weil ich auch leichte äh äh psychisch schon ein bisschen also vegetativ so ein bisschen zur Hyperventilation neige

Frau G charakterisiert einen typischen Ablauf ihrer psychosomatischen Beschwerden, die sich zuerst durch Luftnot, gefolgt von Zittern, bemerkbar machen und die – nach den oben genannten Herzbeschwerden – in Taubheitsgefühlen münden.

Frau G:

105: also wenn ich nicht drauf achte dass ich äh nicht zu viel tue ja dass ich nicht zu viel tue dann fängt das an mit ich kriege schlecht Luft ja es fängt an mit ich kriege schlecht Luft mir geht es nicht gut so allgemein ja ich fühle mich ja schlecht (...) ich habe so den Eindruck ich kippe jeden Moment um das ist so das erste Stadium wenn ich nicht darauf eingehe dann das zweite Stadium ist dann kommt das Zittern der Knie also dann der Beine und ich ich gucke dann schon immer wo ist ein Stuhl wo kann ich mich setzen (...) wenn ich nicht darauf eingehe, dann geht das los mit ja Kribbeln in den Händen in den Beinen dann ist alles stirbt alles ab

Herr J beschreibt als Hauptsymptom eine täglich auftretende Übelkeit und darüber hinaus eine für ihn in Zusammenhang mit Druck entstehende Refluxneigung.

Herr J:

605: und augenblicklich habe ich sehr sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und äh schlecht

625: aber das mit der Übelkeit das habe ich schon schon wieder relativ lange

633: ob davon (von den Gallensteinen) diese diese ewige Übelkeit kommt kann ich nicht beurteilen (...) die normale Internistin sagt immer 'psychosomatisch'

663: und dieses dieses leere Aufstoßen äh das habe ich eben auch wenn ich nervös bin wenn ich unter Druck bin

Im **dritten Teilbereich** dieser Kategorie nennen fünf Gruppenmitglieder (Frau A, Frau E, Herr F, Frau G und Herr J) Ereignisse oder Umstände, die sie als **Ursachen bzw. Auslöser** für ihre psychischen Probleme ansehen.

Für Frau A, Herrn F und Herrn J sind dies vor allem ihre körperlichen Erkrankungen.

Frau A:

25: das waren die gleichen (die ursprünglichen Probleme)

29: das war bedingt durch meine Krankheit

Herr F:

112: das war ja auch der Grund weshalb ich dann vor drei Jahren oder vor dreieinhalb Jahren an dieser, Psychotherapie teilgenommen habe dass ich also unter einer

Angststörung im weitesten Sinne leide, und diese Angststörung ist dann auch erneut wieder durch die Operation ausgelöst worden und die ist auch jetzt noch nicht ganz! beseitigt

Herr J:

877: auch wieder eine Geschichte die mich drückt (Hautkrebs)

Herr F und Herr J führen beide auch noch das Ende ihrer Berufstätigkeit als einen Auslöser ihrer Probleme an.

Herr F:

573: die (Therapie) habe ich also begonnen nachdem ich dann ein Jahr aus dem Berufsleben ausgeschieden bin und äh dann plötzlich in diese Krise kam ich war ja beruflich äh sehr engagiert als Diplom-Ingenieur und äh mit Führungs- die Führungsverantwortung (...) das war natürlich dann ein starker, Abstrich

588: nach einem Jahr stellte ich fest, dass äh da sind doch Leeren und da ist vieles nicht ersetzt worden was vorher für mich bereit halt war im Berufsleben

Herr J:

383: und das alles! zusammen (Insolvenz seiner Firma) äh hat mich dann veranlasst doch irgendwo hierhin zu gehen weil dann ich doch mir sehr viel Gedanken gemacht habe im Vorfeld auch schon, was ja nicht ausbleibt, äh auch finanzieller Art Gedanken mein Gott was wäre wenn?

Während Herr F als dritten Auslöser seiner psychischen Probleme seine starke Beschäftigung mit dem Älterwerden anspricht, vermutet Herr J, dass seine weiteren auslösenden Probleme auch auf sein Verhältnis zu seiner Mutter zurückgehen.

Herr F:

599: weil ich mich dann plötzlich massiv mit dem Älterwerden beschäftigte und äh dadurch kam ich dann in diese Krise also zu diesen zu dieser Angststörung, die zu Depressionen führte

Herr J:

256: und Ursache dieser ganzen Geschichten sind sicher welche auch die weit zurück liegen also mutterbedingt

Auch Frau G gibt an – ebenso wie oben Herr J –, dass die Ursache ihrer Beschwerden weit zurück in ihrer Vergangenheit liegt.

Frau G:

25: ich denk mal meine Beschwerden ich weiß schon woher sie kommen beziehungsweise was der Auslöser dafür ist nur (Lachen) man weiß zwar vieles aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer

154: ich sag das liegt also die ganze Wurzel liegt bei mir in der Kindheit ja ich habe als Kind sehr sehr schwer körperlich arbeiten müssen ja also ich sag jetzt mal ne sieben-achtjährige ein Zentner Weizen auf dem Rücken und je nach jetzt vielleicht noch mal

so drei vierhundert Meter zum Opa gebracht das war so nix für mich ne also jeden Tag schwere körperliche Arbeit ja wirklich wir hatten Landwirtschaft und ich habe jeden erwachsenen Mann ersetzt auf dem Feld

Auch private Probleme werden als mögliche Auslöser thematisiert. So beschreibt Frau A – neben ihren o. g. gesundheitlichen Problemen – auch ihre Einsamkeit als einflussnehmenden Faktor für ihren psychischen Zustand.

Frau A:

29: und an für sich dann auch also, private Probleme, dass man alleine ist, so das, das spielte auch eine Rolle

Und Frau E meint, dass ihre Probleme in Zusammenhang mit Auseinandersetzungen mit anderen Personen stehen, insbesondere mit ihrem Ehemann.

Frau E:

27: also wenn ich mal nur so, bisschen also falsch angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen

36: und das war nur, in der Phase wo wir irgendwie einen Streit hatten oder so, und dann hatten wir, hatte ich mich mal fürchterlich aufgeregt und, es äh war sofort wieder in mir, also das! ah! das kann man gar nicht beschreiben das ist so schrecklich! also ähh man möchte, man kann nicht ruhig sitzen man möchte laufen man denkt also, man, es zerspringt in einem

42: das hatte ich nach einem, noch nicht mal Streit das war nur ein Disput, so schlimm, ähm dass es nicht mehr zurück ging also ich war also ich hatte ständig dieses Gefühl (...) sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

#### **4.1.1.4 Aktuelle Befindlichkeit**

Zu ihrer aktuellen Befindlichkeit und ihrer subjektiven Lebensqualität äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder, nur von Frau I gibt es keine Äußerung.

Drei der acht Befragten (Frau A, Herr D und Herr J) geben an, dass es ihnen zum Zeitpunkt des Interviews nicht gut gehe.

Frau A:

10: ja also im Moment geht's mir nicht gut (bedingt durch den aktuellen Gesundheitszustand: Krebs, Metastasen, Herz)

22: na ja man ist schon ein bisschen mehr belastend (durch den aktuellen Gesundheitszustand)

Herr D:

40: im Moment bin ich sehr äh sehr gestresst muss ich sagen, und zwar, kommen da viele Faktoren zusammen (...) am Freitag da habe ich meine Frau ins xxxxxxxxxxxx Krankenhaus gebracht

82: bin ich also so ein bisschen na ja ich bin immer so ein bisschen dann in Sorge

92: ich bin dann, mit krank und das ging ja schon die ganze Woche man ist dann in Sorge

Herr J:

605: und augenblicklich habe ich sehr sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und äh schlecht

682: warum das jetzt wieder, anfängt kann ich eventuell auch begründen weil, ich suche mir ja selber Erklärungen äh ich habe die letzten, zwei Monate ziemlich viel, im privaten Umfeld, also nicht nicht privat jetzt mit meiner Frau oder oder aber äh mit Handwerkern zu tun, wir renovieren ein Bad da das zieht sich jetzt schon sechs Wochen

744: denke ich ist es die Belastung die mich im Moment jetzt ein bisschen sehr runter zieht

2017: ich fühl mich nicht so toll jetzt

In den Aussagen von Frau A, Herrn D und Herrn J fällt auf, dass als Auslöser für das „nicht so gute Befinden“ sehr unterschiedliche Aspekte genannt werden. Obwohl es sowohl Frau A als auch Herrn D aufgrund von Krankheiten nicht gut geht, liegt der Unterschied darin, dass Frau A selbst betroffen ist, während sich Herr D durch die Erkrankung seiner Frau belastet fühlt. Hingegen beschreibt Herr J seine Krankheitssymptome (Übelkeit) nicht wie Frau A und Herr D als Auslöser, sondern als Folge seines schlechten Befindens. Für ihn liegt die Begründung dafür in dem aktuellen Stress und der fehlenden Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen. Wie schlecht es Herrn J geht, zeigt sich auch darin, dass er als einziger nicht nur auf sein aktuelles Befinden Antwort gibt, sondern sich auch zu einem generellen Mangel an Zufriedenheit in seinem Leben äußert.

Herr J:

971: tja wie zufrieden bin ich denn damit?

1220: und deshalb muss ich auch mit meinem Leben zufrieden sein was ich im Moment eben nicht bin weil zu viel Unruhe ist und ich gar nicht mehr dazu komme, zu relaxen auszuruhen dann ist schon wieder was Neues dann geht schon wieder das Telefon und schon ein neues Problem und im Moment kann ich nicht mehr, bin ich richtig ein bisschen down

Dass eine Antwort auf die Frage nach der eigenen Befindlichkeit nicht einfach ist und manchmal nicht eindimensional beantwortet werden kann, zeigt sich in der Ambivalenz und Widersprüchlichkeit der Aussagen von Herrn J und Frau E zu ihrer Lebensqualität.



Frau E:

137: eigentlich ich muss also sagen ich habe ein sehr schönes Leben

146: mein Leben ist eigentlich ausgefüllt

179: ja das, könnte man ist ja, (lachen) eigentlich nie zufrieden (auf die Frage: Sie haben ein schönes Leben?)

Herr J:

975: das ist okay ich, ich habe auch äh im Grunde überhaupt keinen Grund zu klagen nur die Belastung zum Beispiel jetzt aus dieser, Mieterecke und und aus Hauseigentümerecke

1177: ich bin bin zufrieden mit meinem Leben bin auch zufrieden mit meiner, meiner Umwelt und mit meinem Tagesablauf an und für sich

1220: und deshalb muss ich auch mit meinem Leben zufrieden sein was ich im Moment eben nicht bin

Frau E und Herr J sagen beide, dass sie „eigentlich“ keinen Grund haben, sich zu beklagen. Während Herr J dies explizit formuliert, drückt Frau E dies durch die dreimalige Wiederholung des Wortes „eigentlich“ aus.

Auffällig ist darüber hinaus, dass Frau E – trotz der Ambivalenz ihrer Aussagen zur Zufriedenheit – zu den beiden Gruppenmitgliedern gehört, die angeben, dass es ihnen aktuell gut geht (gemeinsam mit Frau G).

Frau E:

91: und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut

118: ich bin froh dass die Antidepressiva geholfen haben nämlich ich hätte hätte sonst nicht gewusst wie es weiter gehen sollte

Frau G:

20: äh jo gut würde ich sagen (Lachen) (Frage wie es ihr geht)

368: ja das stimmt ja ja vor allem wo es mir sehr gut ging wir waren ja drei Monate in xxxxxxxx (Staat in Südostasien) wissen Sie (...) das war natürlich eine tolle Zeit da ging's mir super (...) wir haben im Hotel gewohnt und den ganzen Tag halt nur schöne Dinge gemacht die mir uns gerade einfielen nur nicht überanstrengen nur nicht viel gelaufen man fährt ja in xxxxxxxx (Staat in Südostasien) sehr preiswert mit dem Taxi überall hin ach das war herrlich (Lachen) ich brauchte nicht zu kochen nicht zu waschen ach das war richtig toll

385: aber ich kann nicht immer in xxxxxxxx (Staat in Südostasien) bleiben (Lachen)

Trotz der positiven Äußerungen über das aktuelle Befinden von Frau E und Frau G, sind die von beiden angesprochenen Einschränkungen zu berücksichtigen. Bei Frau E bedeutet dies, dass ihr gutes Allgemeinbefinden nur unter Zuhilfenahme von Antidepressiva erreicht wird, und bei Frau G ist zu beachten, dass ihr Wohlbefinden in Zusammenhang mit Ferien im Ausland geschildert wird.

Frau C und Herr F geben im Interview nicht an, wie es ihnen aktuell geht, sondern weisen darauf hin, dass eine Veränderung ins Positive stattgefunden hat und es ihnen „besser geht“.

Frau C:

207: also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die immer nur ja sagt und ich muss sagen damit geht's mir besser ich muss Geduld haben

304: und in diesem jetzt, da fühl ich mich wohler

Herr F:

64: ansonsten fühle ich mich jetzt wieder ganz wohl aber letztendlich waren das dann die Dinge die mir auf die Psyche gegangen sind (Bypass-OP)

540: dass es mir immer besser geht

Herr B gibt als einziges Gruppenmitglied auf die Frage nach seinem Befinden an, dass es ihm „nicht schlecht“ geht.

Herr B:

184: ach die (Stimmung) ist an für sich jetzt im Moment nicht so schlecht, die ist nicht nicht sehr schlecht was mich immer wie gesagt ärgert ist wenn ich etwas vergessen habe ist dann aber wie gesagt im Moment und dann irgendwann ist das dann auch wieder +vorbei

Als zusätzliche Erklärung, was ihn belastet und seine Stimmung negativ tangiert, gibt Herr B finanzielle Belastungen seit dem Ende seiner Erwerbstätigkeit an.

Herr B:

163: es ist nicht so dass wir jetzt am dass es uns schlecht geht oder was oder wir sind also schon ein bisschen versorgt aber es fuchst einen dass man eben halt, nicht mehr so viel Einkommen hat (Arbeitsprozess und Verrentung)

177: man schränkt sich dann ein oder oder kann eben halt dann nicht alles machen was man machen möchte

## 4.1.2 Altern

### 4.1.2.1 Altern

Die Kategorie „Altern“ beschreibt ein zentrales Thema, das von allen Gruppenteilnehmern in den Interviews thematisiert wird. Auffallend ist hierbei die große Spannbreite zwischen positiven und negativen Bewertungen und Sichtweisen.

Den Rahmen des Themenfeldes geben Frau A, Frau C, Frau I und Herr J vor, deren Aussagen entweder eine positive Einstellung zum Thema „Altern“ wider spiegeln (Frau A und Frau I) bzw. ihre negativen Einstellungen zum Ausdruck bringen (Frau C und Herr J):

Frau A:

735: ich freue mich dass ich so alt geworden bin

738: das ist jetzt ne andre Lebenseinstellung ich freue mich über jedes Jahr das ich länger lebe

Frau I:

683: ja und was das Alter anbetrifft muss ich sagen dass ich es soweit geschafft hab

686: ja (Bestätigung, dass sie ganz zufrieden ist) dass ich also so alt geworden bin inzwischen und dann auch noch mich also ganz gut bewegen kann und eben auch noch ein bisschen leben kann was mir Spaß macht

Sowohl Frau A als auch Frau I beschreiben ihr Alter aus einer positiven Perspektive, indem sie in den Mittelpunkt ihrer Betrachtungen ihre Dankbarkeit darüber rücken, dass sie dieses Alter erreicht haben.

Im Gegensatz hierzu beurteilen Frau C und Herr J das Alter von einem ganz anderen Standpunkt:

Frau C:

248: nun bin ich ja siebzig geworden und das war auch ein das ist ein schlimmer Abschnitt (...) also ich hab noch nie Probleme mit dem Alter gehabt noch nie da hab ich überhaupt nicht daran gedacht und wie's jetzt auf die siebzig zugeht (...) da wurde es mir sehr Angst

1033: ja die siebzig die siebzig hart

Herr J:

1881: älter werden ist nicht grundsätzlich positiv kann ich sagen

1899: also eher schon ein ein bisschen negativer äh weil weil ich oft merke dass dass Dinge die an mich herangetragen werden die mich auch belasten dass ich die nicht mehr so gut verpacke erstmal nehme ich das nicht mehr so so ruhig auf auf wie früher und und reg mich auch schneller auf selbst am Telefon wenn ich meine mein mein Gegenüber hat hier weiß ich nicht redet dummes Zeug oder will mich verschaukeln oder auch im täglichen Alltag passieren solche Dinge ich kann das nicht mehr so gut verpacken ich schließe das wiederum auf's auf's Alter

Zwischen diesen polarisierten Positionen findet sich bei den Gruppenteilnehmern eine große Variabilität von sowohl positiven als auch negativen Aspekten, die diese mit dem Thema „Alter und Altern“ assoziieren. Aufgrund dieser Vielfalt sollen die Befragten in zwei Untergruppen eingeteilt werden: einerseits in eine Untergruppe, welche die durch das Alter bedingten Veränderungen thematisiert, und andererseits in eine Untergruppe, die sich mit dem im Alter voranschreitenden Abbau befasst.

Bei den **Veränderungen**, die in Zusammenhang mit dem Alter angesprochen werden, geben die Gruppenmitglieder Herr B, Herr D und Frau G an, dass sie „altersangepasste Verhaltensumstellungen“ in ihr Leben integriert haben:

Herr B:

1315: wir versuchen von der Ernährung her äh uns ein bisschen äh fit zu halten durch Sport ein bisschen fit zu halten

Herr D:

788: man achtet doch mehr auf seine Gesundheit

Frau G:

1434: dieser Wohnungswechsel das war natürlich jetzt auch eben dass wir uns verändert haben ins Positive ja zum Beispiel wir haben jetzt unsere Arbeitsplatten alle höher oder jetzt so so eine Behindertentoilette also die auch höher ist

1446: da bin ich schon die letzten Jahre die ganze Zeit da dran ja um das Ganze so ein bisschen auf altengerecht zu machen

Neben der „altersangepassten Verhaltensumstellung“ kann zu dieser Gruppe der altersbedingten Veränderungen auch das „Finden neuer Interessen“ gezählt werden. Hierauf weist inhaltlich Frau A hin:

Frau A:

827: ich hab mich früher nie so für Wohnungseinrichtung und schön machen interessiert, eigentlich nicht, da fange ich jetzt sehr stark an

839: den unnützen Kram den fang ich jetzt an zu kaufen und zu dekorieren (lacht)

846: ja. +da ist was zu kurz gekommen (...) das hab ich jetzt entdeckt ja

Und auch Frau I thematisiert, dass sie nun neuen Interessen widmet.

Frau I:

676: und ich habe eben jetzt ein bisschen mehr Zeit mich auch ein bisschen mit Malerei! zu beschäftigen

Im Gegensatz zu Frau A, die eine Veränderung ihrer Interessen und ihres Verhaltens im Alter beschreibt, begründet Frau I, dass ihre grundsätzlichen Interessen auch im gestiegenen Alter konstant geblieben sind.

Frau I:

673: das sind also eigentlich schon immer also Dinge die ich früher schon immer äh, geschätzt habe (Frage nach neuen Möglichkeiten und Fähigkeiten im Alter)

680: das ist eigentlich das was ich immer schon, was immer schon Werte für mich hatte das hab ich auch jetzt noch

In der zweiten Untergruppe, die sich mit dem im Alter voranschreitenden **Abbau** befasst, werden von den Befragten sieben Bereiche genannt, die in Zusammenhang mit diesem altersabhängigen Abbau stehen: „Nachlassende Leistungsfähigkeit“, „Körperlicher Verfall“, „Vergesslichkeit“, „Tod“, „Krankheit“, „Ängste durch das Alter“ und „Einsamkeit und Verlust“.

Am stärksten im Vordergrund stehen hierbei Gedanken an „Krankheit“, die von fünf der neun Gruppenteilnehmer geäußert werden.

Herr D:

553: man wird nicht jünger und jetzt kommen solche Wehwehchen

695: ja doch je älter man wird schon (Sorge um die eigene Gesundheit)

739: man beobachtet sich mehr vielleicht ein bisschen mehr

Frau E:

543: ja Alter? ich denke da an an Krankheiten und vor allen Dingen was ich festgestellt habe bei mir was so erschreckend ist ist meine Vergesslichkeit ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit

Herr F:

142: da sind natürlich unterschwellig immer so gewisse gesundheitliche Dinge die da ne Rolle spielen vor allem mit zunehmendem Alter und ähm die hab ich früher nicht so gehabt also als ich meinen als ich meinen Organismus als sehr stabil sah für mich persönlich da habe ich diese Problem nicht gehabt

795: ein bisschen stören mich weiterhin immer noch die, verbleibenden Ängste ne die die also durch Krankheiten wie es ja nun im Alter ist, natürlich immer wieder erneut äh aktualisiert werden

Frau I:

722: und das sind so Dinge die die ja die haben mich dann sehr getroffen (die schweren Krankheiten der anderen in der Gruppe zu sehen)

724: mit Kranksein ja (Frage nach Verbindung mit dem Alter)

Herr J:

1955: das betrifft höchstens ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod oder vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein wenn man den Partner nicht mehr hat das sind so die drei Dinge die ich dann die ich dann auf auf auf das Alter projiziere

Eng verbunden mit den Gedanken an „Krankheit“ sind auch „Ängste“, die durch das Alter bei den Gruppenteilnehmern hervorgerufen werden. Diese altersbedingten „Ängste“ werden am zweithäufigsten: von insgesamt vier Befragten (Frau C, Frau E, Herr F und Herr J) genannt – drei von ihnen verknüpfen hierbei ihre Gedanken mit dem Thema „Krankheit“ (Frau E, Herr F und Herr J).

Frau C:

250: und wie's jetzt auf die siebzig zunging (...) da wurde es mir sehr Angst erstensmal die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer

296: jetzt mit siebzig weiß ich nicht was mich da so ein bisschen auch in die in die Enge treibt

1122: ja natürlich das Ende das Ende (Ängste und Sorgen vor dem 80. Geburtstag) das Ende

Frau E:

544: was so erschreckend ist ist meine Vergesslichkeit ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

Herr J:

1258: ich weiß nicht, alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst

Unter die beiden dominierenden Themenbereiche „Krankheit“ und „Ängste“ können die fünf weiteren Aussagen der Befragten subsumiert werden.

Welche Äußerungen hierbei jeweils in Verbindung mit „Krankheit“ bzw. mit „Ängsten“ von welchen Gruppenteilnehmern explizit genannt werden, soll in folgender Übersicht verdeutlicht werden:

#### **Ängste**

- Tod (Frau C)
- Vergesslichkeit (Frau E)
- Einsamkeit und Verlust (Herr J)

#### **Krankheit**

- Tod (Herr J)
- Vergesslichkeit (Frau E)
- Einsamkeit und Verlust (Herr J)
- körperlicher Verfall (Herr F)
- Nachlassende Leistungsfähigkeit (Herr F)

Aufgrund der zahlreichen Nennungen mit dem Alter assoziierter Aspekte, werden nachfolgend exemplarisch Textsegmente der verbleibenden Aussagen dargestellt.

Zum Thema „Körperlicher Verfall“ äußern sich Herr D, Frau E und Frau G.

Herr D:

788: man achtet doch mehr auf seine Gesundheit oder man äh man äh verändert sich und äh Haare! werden weniger

Frau E:

523: also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn

Frau G:

1386: und das sicher so mit dem Alter klar dass man die Falten kriegt und dies und jenes nicht mehr kann und graue Haare hat und jeder guckt so nach dem Motto 'ach Gott was will die Alte?' ist klar ne aber es ist schon manchmal schwierig

Thematisch verbunden mit dem Themenfeld des „Körperlichen Verfalls“ steht die „Nachlassende Leistungsfähigkeit“, die von Herrn D erwähnt wird und von Herrn F als ein zentrales Thema seiner Auseinandersetzung mit dem Thema „Altern“ erläutert wird.

Herr D:

752: manchmal gucke ich in den Spiegel und denke 'mein Gott Du wirst dieses Jahr neunundfünfzig das kann doch wohl nicht wahr sein' manchmal sehe ich aus wie neunundsechzig aber manchmal denke ich 'ah für neunundfünfzig siehst Du auch noch nicht so aus' so und äh aber trotzdem ist man nicht mehr so fit

758: ich merke es daran ich bin ja auch nicht mehr derjenige der jetzt sagen wir mal wie früher weil aufgrund, von ja Faulheit? Lethargie? bin ich nicht mehr so derjenige der jetzt sagt bei so einem Wetter 'zack jetzt das Fahrrad raus und fünfzig Kilometer fahren'

Herr F:

150: nur mit zunehmendem Alter als ich dann so mal Mitte sechzig so auf die siebzig zugehen äh da entstanden diese Dinge, am Anfang nur durch durch, Erscheinungen die mir aber sehr viel Angst einflößten wie zum Beispiel bin ich da mal einen Morgen umgefallen bin ich kurz bewusstlos gewesen

776: und das ist mir auch vom Bewusstsein her klar! an für sich, nur das Bewusstsein muss dahingehend noch mehr gestärkt werden ne also äh ich bin jetzt nicht mehr in der Angst dass ich noch ich sag's mal so Bäume ausreißen muss ähnlich wie früher (...) äh sondern äh schon ein bisschen äh mich mehr und mehr nur so mit mit schönem Buschwerk, beschäftige

795: ein bisschen stören mich weiterhin immer noch die, verbleibenden Ängste ne die die also durch Krankheiten wie es ja nun im Alter ist, natürlich immer wieder erneut äh aktualisiert werden

Für Herrn F gehören nicht nur die Themen „Altern“, „Ängste“ und „Krankheit“ eng zusammen, sondern er führt seine Angststörung explizit auf das Älterwerden zurück.

Herr F:

595: es kam auch dann dazu dass als ich dann im Ruhestand war auch irgendwie äh äh eine zweite weitere Phase meines Lebens, begonnen hatte nämlich das

Älterwerden weil ich mich dann plötzlich massiv mit dem Älterwerden beschäftigte und äh dadurch kam ich dann in diese Krise also zu diesen zu dieser Angststörung, die zu Depressionen führte

Im Gegensatz zu Herrn F steht für Herrn J in Bezug auf Krankheit und Ängste nicht die abnehmende Leistungsfähigkeit im Vordergrund, sondern Gedanken an den Tod und eine damit einhergehende Einsamkeit.

Herr J:

1258: ich weiß nicht, alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst

1955: das betrifft höchstens ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod oder vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein wenn man den Partner nicht mehr hat das sind so die drei Dinge die ich dann die ich dann auf auf auf das Alter projiziere

Ebenfalls von Gedanken an den Tod und die Einsamkeit berichtet Frau C, deren Gedanken als allein lebende Frau im Gegensatz zu dem verheirateten Herrn J jedoch in eine andere Richtung gehen:

Frau C:

250: und wie's jetzt auf die siebzig zugeht (...) da wurde es mir sehr Angst erstensmal die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer

780: im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen Jahren

Der Themenbereich „Altern“ umfasst drei miteinander in Beziehung stehende Aspekte: gemeisterte Aufgaben und altersangepasste Verhaltensänderungen, zweitens „Altern“ als „tragischen Prozess“ (mit dem sich Abfinden mit Tod, Krankheiten und Ängsten) und drittens den Verlust von Kräften und von Attraktivität sowie Ängste vor bevorstehenden Verlusten. Während als Extrempositionen Frau A, vor dem Hintergrund ihrer Krebserkrankung und der realen Gefahr des Todes eine dankbare, positive Einstellung gegenüber dem Alter angibt, steht Herr J dem Alter negativ gegenüber, indem er Gedanken an Krankheit, Einsamkeit, Ängste und Tod thematisiert.

Obwohl von den übrigen Gruppenmitgliedern heterogenere Aspekte skizziert werden, kann generell jedoch eine Tendenz zu eher negativen Gedanken in Verbindung mit dem Altern konstatiert werden, welche sich in den Hauptthemen „Krankheit“ und „Ängste“ manifestieren.



#### 4.1.2.2 Körperaspekte

Zum Themengebiet „Körperaspekte“ äußern sich fünf der insgesamt neun Gruppenmitglieder: Frau A, Frau E, Herr D, Herr F und Herr J.

Drei dieser fünf Befragten (Frau A, Frau E und Herr J) geben an, die altersbedingte Körpersituation zu akzeptieren:

Frau A:

337: ichühl' mich wohl

345: man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön wofür? (lachen)

350: da hab ich keine Probleme. ich bin auch nicht auf der Suche nach nem Mann

Frau E:

523: ja also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn, aber eigentlich belastet mich das nicht so sonderlich

526: also so lange ich noch meine Figur halte ich finde wenn ich auf einmal, dicker werden würde dann wäre ich nicht so gut mit mir zufrieden

Herr J:

1256: zu meinem Körper (Lachen) ein ganz normal vernünftiges (Verhältnis)

Während Frau A beim Thema „Körperaspekte“ den Verlust an Schönheit im Alter sehr offen thematisiert und beschreibt, dass ihr „alte Körper“ überhaupt nicht gefallen:

Frau A:

330: ich finde alte Körper überhaupt nicht schön wenn man in den Spiegel guckt. also ein schöner Anblick ist es nicht mehr wenn man älter wird. es ist halt so

sprechen die drei befragten Männer: Herr D, Herr F und Herr J bei diesem Themengebiet nicht ihr Aussehen, sondern das Leistungsvermögen ihres Körpers an. Herr D und Herr F weisen hierbei auf ihre inzwischen reduzierte Leistungsfähigkeit hin.

Herr D:

764: dann ist das natürlich so, dass man wenn man körperlich nicht mehr so fit ist (...) sagen wir mal nicht mehr soviel Kondition hat dann macht man auch weniger, so das heißt ich gehe ich verabrede mich (Lautes Husten) zum Golfspiel und spiele nicht mehr mein achtzehntes Loch in vier Stunden

Herr F:

756: diese typischen Leistungsmerkmale früherer Zeiten, wo ich also stundenlang schwimmen konnte Kilometer weit schwimmen konnte und äh Radtouren täglich mit über hundert Kilometer machen konnte mit Gruppen das äh da muss ich auch Abstriche machen

Und Herr J., der früher nach eigenen Angaben körperlich immer sehr fit war, nimmt sich nun vor, sportlich wieder aktiver zu werden.

Herr J:

1859: ein bisschen Kraftübungen zu machen (in Zukunft) ich bin ziemlich schlapp und ich brauch so so für den ganzen Körper jetzt ich bin so ein bisschen zittrig geworden und ich denk natürlich und dann hab ich abgenommen dann war ich dann automatisch ein bisschen klappriger

#### **4.1.2.3 Sexualität**

Zu dem Thema „Sexualität“ äußern sich sechs der neun Gruppenmitglieder. Von Herrn B, Frau I und Herrn J gibt es keine Aussagen zu diesem Themenbereich.

Beim Thema Sexualität ist es sinnvoll, die Befragten in zwei Gruppen zu unterteilen: Zu der ersten Gruppe gehören die Gruppenmitglieder, die in einer Partnerschaft leben und die zu ihrem Sexualleben Auskunft geben (Herr D, Frau E, Herr F und Frau G) und zu der zweiten Gruppe werden die Personen gezählt, die Alleinstehend sind und die lediglich nach ihren Wünschen bezüglich Sexualität und Partnerschaft befragt werden können (Frau A und Frau C).

Alle vier befragten Gruppenteilnehmer, die in einer Partnerschaft leben und die sich zu dem Thema Sexualität äußern, geben an, dass ihre sexuelle Aktivität im Alter abgenommen hat (Herr D, Herr F und Frau G) bzw. ganz erloschen ist (Frau E).

Herr D:

1168: ja es (das Sexualleben) hat sich insofern verändert als als es nicht mehr so intensiv ist, das das das der reine sexuelle äh äh Akt (...) da bin ich aber sind wir beide nicht mehr so ähm so äh nicht mehr so so aktiv im Moment

Herr F:

1066: dass da im sexuellen Bereich auch alles etwas sparsamer läuft

1074: (...) dass das halt eben alles ein bisschen abnimmt zum einen dass dass die Häufigkeit meine ich abnimmt ne

Frau G:

779: mh ja sie war nie ähm tja wie soll ich das sagen so sehr sehr aktiv mein Mann aber auch nicht ja jetzt im Alter ist es eben weniger geworden viel weniger

Frau E:

531: ja (p : 00 :00 :09) also es ist eigentlich gleich Null (Sexualität) (...) Zärtlichkeiten gibt es viel aber äh sexueller Art eigentlich weniger

Von allen Gruppenmitgliedern, die von einer reduzierten Sexualität im Alter sprechen, wird auch angegeben, dass sie die Abnahme der Sexualität nicht bedauern und keinen Wunsch nach einer gesteigerten Sexualität verspüren.

Herr D:

1177: nein im Moment! bedauere ich das nicht (die abnehmende sexuelle Aktivität)

Frau E:

535: also ich eigentlich ja manchmal schon (Wunsch nach Sexualität), aber eigentlich finde ich das okay, ich glaube aber mein Mann der ist da nicht so, ganz so zufrieden

Herr F:

1066: aber bewusst nicht jetzt als als großer Verlust oder was anzusehen das ist ja ja bei der Partnerin ähnlich so

1074: aber äh er der ist gering zu bewerten und das belastet mich auch nicht mehr dass das halt eben alles ein bisschen abnimmt

Frau G:

784: also ich weiß nicht mein Mann der sagt an für sich nie was oder so, und für mich ist das okay.

Auffallend an den o. g. Aussagen zur Sexualität ist die Zurückhaltung bzw. Schwierigkeit von Frau E, sich zu diesem Thema zu äußern, welche sich in der neun Sekunden dauernden Pause zwischen der Frage der Interviewerin und ihrer Antwort zeigt. Auch fällt ihr Widerspruch auf zwischen dem – von ihr im ersten Teil des Satzes – thematisierten Wunsch nach Sexualität und der direkt darauf folgenden Negierung. Die Hemmungen von Frau E, über ihre Sexualität zu sprechen, passen auch zu ihrer Aussage, dass das Sexuelleben zwischen ihr und ihrem Mann nicht angesprochen wird.

Frau E:

538: nee das ist kein Thema (Sexualität)

Dennoch vermutet sie, dass sich ihr Partner (mehr) Sexualität und Zärtlichkeiten wünscht.

Frau E:

536: ich glaube aber mein Mann der ist da nicht so, ganz so zufrieden

Neben der Schwierigkeit von Frau E, sich über Sexualität in ihrer Ehe zu äußern, fällt weiterhin auf, dass auch Frau G – die zweite verheirate Frau in der Gruppe – beschreibt, dass sie und ihr Mann nicht über das Thema Sexualität miteinander reden.

Trotz des hier angesprochenen Kommunikationsproblems zwischen Frau E und Frau G mit ihrem jeweiligen Mann ist hervorzuheben, dass beide – ohne Nachfrage der Interviewerin – auch die (vermeintlichen) Bedürfnisse ihrer Partner thematisieren, während dies bei den Männern nur von Herrn F angesprochen wird, der ebenfalls angibt, dass die Sexualität auch bei seiner Frau abgenommen habe.

In der Gruppe der Alleinstehenden (ausschließlich Frauen) äußern sich Frau A und Frau C zu ihren Wünschen nach Partnerschaft, Sexualität und Zärtlichkeit. Während Frau A keinen Wunsch nach einer neuen Partnerschaft im Alter thematisiert und einen ambivalenten Wunsch nach Zärtlichkeit ohne Bindung ausdrückt, wünscht sich Frau C – im Gegensatz zu Frau A – nicht nur eine neue Partnerschaft, sondern spricht auch – als einzige aller befragten Gruppenmitglieder – an, dass sie Sexualität in ihrem Leben vermisst.

Frau A:

357: nö (kein Wunsch nach neuer Partnerschaft)

376: das einzige wäre die Zärtlichkeit, auf der anderen Seite ist das wieder so dass man dann wieder ne gewisse dass man wieder eng zusammen wohnt

Frau C:

591: da vermisse ich auch was (Partnerschaft) ja (Liebe)

595: genau Sexualität gehört ja alles dazu (...) und ja das vermisse ich schon

599: das vermisse ich schon

#### **4.1.2.4 Zeit**

Zeit zu haben und diese Zeit individuell sinnvoll nutzen zu können, ist für viele Menschen ein grundlegendes Bedürfnis.

Die Beziehung der Gruppenteilnehmer zum Thema „Zeit“ zeigt einen scheinbaren Widerspruch zwischen den Aussagen „Mehr Zeit steht zur Verfügung“ und „Weniger Zeit vom Leben bleibt“. Als qualitative Aspekte des Zeiterlebens werden zum einen die zeitliche Unabhängigkeit beschrieben sowie die Möglichkeiten, die diese bietet, und auf der anderen Seite jedoch, dass die generelle Zeit des Lebens immer geringer wird und damit auch die potentiellen Möglichkeiten der Zeitgestaltung. Hierbei wird auch die Veränderung des Zeiterlebens thematisiert, die ebenfalls einen wichtiger Aspekt des Älterwerdens darstellt.

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich zum Thema „Die Zeit“. Da alle von ihnen zum Zeitpunkt des Interviews entweder nicht (mehr) erwerbstätig sind bzw. nicht mehr

eigene Kinder zu versorgen haben, geben sieben der neun Befragten (außer Frau A und Frau C) an, aktuell mehr Zeit als früher zu haben:

Herr B:

612: zum Beispiel ich fahre nicht mit dem Auto ich fahre mit dem Fahrrad ich habe doch Zeit genug

Herr D:

1043: weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und der so viel Zeit hat

Frau E:

566: ja Zeit vor allen Dingen (positives am Alter) dass man mehr Zeit zur Verfügung hat (...) mehr Muße ja

Herr F:

764: sehe ich dann so diesen Bereich des Alterns auch als vorteilhaft an dass du dann einfach dass man viel mehr seinen äh anderen Neigungen nachgehen kann, alles mehr in Ruhe! in Gelassenheit äh wahrnehmen kann äh es bringt also insgesamt alles sehr viel Vorteile

Frau G:

1493: das ist schon schön wenn man nicht immer auf die Uhr gucken muss 'da musst du jetzt hin' (als Rentner)

Frau I:

676: und ich habe eben jetzt ein bisschen mehr Zeit

Herr J:

809: ich will jetzt anfangen, äh was zu machen wo ich vorher keine Zeit hatte

Eine der Befragten, Frau I, spricht beim Thema Zeit auch ganz offen an, dass Sie nun nicht nur mehr Zeit hat, sondern hierbei auch manchmal Leerlauf empfindet:

Frau I:

324: es hat damit zu tun ... dass ich auch dann Zeit! habe viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

Für zwei der sechs Befragten, die nach eigenen Angaben nun mehr Zeit als früher zur Verfügung haben, reicht diese Zeit jedoch für ihre Tätigkeiten oft nicht aus:

Herr D:

1143: dann muss das ja alles in Ordnung sein also da hast du ja gar nicht mehr so viel Zeit

Herr J:

1873: weil ich hab ja eigentlich den ganzen Tag zur Verfügung zwar eigentlich aber Sie wissen ja selbst, Rentner und Zeit ist (...) ist ein Thema für sich (Lachen) genau Dass sich ihr aktuelles Zeitempfinden verändert hat, registrieren zwei der befragten Männer:

Herr B:  
1256: es gibt Dinge die mir die mir davon rennen

Herr D:  
1621: was mir immer auffällt obwohl ich mehr Zeit habe hätte habe geht die Zeit viel schneller rum (...) die Zeit rast  
1654: zack es geht rucki es geht rucki de zucki

Vier Gruppenmitglieder thematisieren beim Thema Zeit auch die Befürchtung, dass ihnen aufgrund ihres Alters bzw. aufgrund von Erkrankungen nicht mehr viel Lebenszeit zur Verfügung steht (zu diesen vier Personen gehören auch Frau A und Frau C, die sich beide nicht zum Thema „Mehr Zeit haben“ äußerten).

Frau A:  
167: das hadare das macht mir Spaß, und auch alles andere auch. aber irgendwie mache ich das so als ob heut der letzte Tag wär und ich morgen keine Zeit mehr hätte. (...) vorher (vor der Krebserkrankung) war das eigentlich nicht so

Herr B:  
1320: aber der Gedanke schwebt schon vor es kann schnell zu Ende gehen

Frau C:  
259: die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer  
301: dass ich sage 'also Du musst Dir klar sein also so viel Zeit was Schönes zu erleben was Schönes zu tun ist nicht mehr also mach es jetzt'  
1035: auf alle Fälle nichts mehr zu verschieben

Herr D:  
1593: ich ich ich also das Alter ist schon ich hätte nicht gedacht dass es auf einmal so schnell geht (...) mein Gott das ist also und jetzt ist alles schon vorbei das kann doch nicht wahr sein

Bei dem scheinbaren Widerspruch zwischen „Mehr Zeit zu haben“ und „Weniger Zeit vom Leben bleibt“ unterscheiden sich die Perspektiven der einzelnen Gruppenmitglieder auf die Wahrnehmung der Zeit. Während Frau A in erster Linie an ihrem eigenen Verhalten feststellt, dass ihr Zeitempfinden sich verändert hat und sich bei ihr das Gefühl des Ablaufens der Zeit auf das „Morgen“ bezieht, beziehen sich die Äußerungen von Herrn D bezüglich der Zeit rückwirkend auf Erlebnisse und Situationen, die hinter ihm liegen und nicht mehr zurückzuholen sind.

### 4.1.3 Intrapsychische Aspekte

#### 4.1.3.1 Ängste

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich zum Themenbereich „Ängste“. Hierbei können drei Angstbereiche unterschieden werden: Angst vor Krankheiten, dem Tod und psychischen Einschränkungen.

Sechs der neun Gruppenteilnehmer (Frau A, Herr D, Frau E, Herr F, Frau I und Herr J) sprechen Ängste, die durch Krankheiten ausgelöst werden, an.

Herr F:

167: und das! macht mir natürlich höllische machte mir höllische Angst (Angst vor dem Bewusstlos werden) weil ich an und für sich ein sehr flexibler Mensch bin viel Auto fahre dann malt man sich ja die Situation aus wie das dann wäre wenn das zum Beispiel beim Autofahren passiert

178: dann kommen natürlich andere Ängste dazu, und das sind dann auch schon Befürchtungen die in die Richtung gehen Herz-Keislauf-System

465: dann hätte ich schon Ängste dass mir irgendwie mit meinem Herzen was mal wieder was passieren kann

824: aber auf jeden Fall Befürchtungen und Ängste bezüglich zunehmender äh gesundheitlicher Störungen ja

Frau I:

38: als die dann nun sozusagen weg waren (die Schmerzen) nur hin und wieder mal auftraten da war ich doch noch sehr in Spannung also einfach in der Angst es könnte wiederkommen

Herr J:

494: und das hängt mir auch so ein bisschen nach (die Gedanken an seinen zuerst nicht diagnostizierter Darmverschluss)

1955: das betrifft (Thema Sorgen) höchstens ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod

Wie diese Aussagen zeigen, äußern Herr F, Frau I und Herr J konkrete Ängste bezüglich zukünftig wieder auftretender Krankheiten. So fürchtet Herr F sich vor Bewusstlosigkeit, Frau I befürchtet, dass ihre Nackenschmerzen zurückkommen könnten und Herr J beschreibt Gedanken an seinen Darmverschluss. Bei Herrn F und Herrn J kommen zu den konkreten gesundheitlichen Befürchtungen noch allgemeine Ängste vor Krankheiten hinzu.

Diese allgemeinen Ängste vor Krankheiten werden auch von Herrn D und Frau E angesprochen.

Herr D:

719: obwohl ich auch ein bisschen Angst hatte weil ja diese Bereiche, im menschlichen Körper sind ja nicht ähm ähm wie soll ich sagen sind ja nicht äh immer so so relaxed zu sehen wenn da was ist

Frau E:

81: und auch natürlich äh, die große Angst auf einer Zeitbombe zu sitzen (wegen der Medikamenten-Unverträglichkeit) jeder Mensch braucht irgend wann mal Medikamente  
548: ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

Auch Frau A äußert sich zum Thema Ängste und Krankheiten, jedoch auf eine andere Weise als die übrigen Gruppenmitglieder. Während die oben erwähnten fünf Gruppenmitglieder sich mit Krankheiten auseinandersetzen, die sie selbst betreffen könnten und dadurch sich direkt mit dem Thema befassen, beschreibt Frau A auf indirekte Weise ihre Ängste, indem sie ihre Probleme mit der Demenzerkrankung ihrer Schwester beschreibt.

Frau A:

701: und wenn ein intelligenter Mensch dann so, ne also, des, da kann ich nicht mit umgehen. Ich kann nicht hingehen (zur dementen Schwester im Pflegeheim)

Neben der Auseinandersetzung mit Ängsten in Bezug auf Krankheiten werden auch Gedanken an den Tod genannt. Dies wurde bereits in dem eingangs genannten Zitat von Herrn J deutlich, der Ängste vor Krankheit und Tod in einem Satz formuliert.

Herr J:

1955: das betrifft (Thema Sorgen) höchstens ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod

Auch Frau C und Frau G beschreiben Ängste, die den Tod betreffen. Während Frau C diese Ängste jedoch benennt und als lebenslang bestehende Todesängste charakterisiert, beschreibt Frau G ihre Angst vor dem Tod durch die Schilderung ihrer körperlichen Symptome, die sie bei Beerdigungen verspürt.

Frau C:

1126: dass ich eben mein ganzes Leben lang diese Todesängste gehabt habe

Frau G:

587: ja! das fängt dann genauso an ne (bei einer Beerdigung) wenn ich dann in der (Lachen) in der Kapelle dann da sitze dann geht das los mit dem Zittern und fängt dann an erst mal ein trockener Hals und dann fang ich an zu schlucken und dann ja, dann gehen diese Beschwerden dann langsam los ne und ich bin dann ganz froh wenn wir dann wieder raus können und ein bisschen laufen



Neben den am häufigsten genannten Themen: Angst vor Krankheit (von sechs Befragten thematisiert) und vor dem Tod (von drei Befragten angegeben) wird auch noch die Angst vor Vergesslichkeit sowie vor dem Alleinsein von jeweils zwei Gruppenmitgliedern angesprochen.

Herr B und Frau E beschreiben ihre Angst vor einer zunehmenden Vergesslichkeit.

Herr B:

73: dass ich eben äh halt oft was vergesse aber immer in einer gewissen Unruhe bin (...) ja das macht mir Sorgen ja

78: weil man ja nun oft genug liest und auch hört äh von Demenz ich weiß nicht ob das äh der Anfang von Demenz ist oder ob das ich behaupte! immer das wäre Unkonzentriertheit

Frau E:

548: ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

551: dass ich, dass ich dann nicht mehr weiß was ich gestern getan habe (Frage nach ihren Befürchtungen)

Herr F und Herr J beschreiben beide explizit eine Angst vor dem Alleinsein. Während Herr F diese Angst jedoch auf das Alleinsein im Alltag bezieht, und er Angst davor hat, dass ihm etwas zustoßen könnte, wenn seine Frau nicht in der Nähe ist um Hilfe zu holen, richten sich die Ängste von Herrn J auf den möglichen Verlust seiner Frau durch den Tod.

Herr F:

141: Angst vor vor dem Alleinsein

453: weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause wenn meine Frau also mal so manchmal ist sie so äh zumindest in den letzten letzten Jahren war sie so neben- ehrenamtlich war sie da dann ist sie auch zu Seminaren unterwegs und dann ist sie so zwei drei Tage weg und das macht mir also schon Angst

465: dann hätte ich schon Ängste dass mir irgendwie mit meinem Herzen was mal wieder was passieren kann

Herr J:

789: und äh na ja sie (die Ehefrau) ist sowieso nicht die Gesundeste da mache ich mir auch immer Gedanken 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so?

1955: das betrifft (Thema Sorgen) (...) vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein wenn man den Partner nicht mehr hat

Zusätzlich zu den verschiedenen Inhalten werden auch Unterschiede in der Intensität der beschriebenen Ängste durch die einzelnen Gruppenteilnehmer erwähnt. Während Frau I ausschließlich eine Angst vor der Wiederkehr ihrer Nackenschmerzen

beschreibt, sprechen Frau C und Herr D Panikattacken als schlimmste Form ihrer Ängste an.

Frau C:

226: so ne+ Person wo ich dann ganz schnell sagen kann 'oh ich bin in einer Panik gleich jetzt sterbe ich' ne also äh das das brauche ich

1102: ich konnte immer sehr sehr schlecht vermitteln ja wie fühlt man sich in der Angst? wenn's einer nicht kennt

Herr D:

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

524: da bin ich ja auch immer so einer der immer schon nach worst case annehmen und schon alles durchspielen

Als „Angststörung“ beschreibt Herr F die von ihm empfundenen Ängste.

Herr F:

127: ne grundsätzliche, Angststörung oder auch Befürchtungen äh sind weiterhin vorhanden

Auch Frau E nennt ein extremes Ausmaß ihrer Ängste. Im Gegensatz zu Frau C und Herrn D, die beide ihre Ängste als Panik klassifizieren, drückt Frau E die Intensität ihrer Angst nicht durch einen abstrakten Begriff aus, sondern durch die Metapher, durch die Angst „auf einer Zeitbombe“ zu sitzen. Das sprachliche Bild der Zeitbombe, die zu explodieren droht, spiegelt die Dringlichkeit und Stärke der Bedrohung wider, die für Frau E von ihren Ängsten ausgeht.

Frau E:

81: und auch natürlich äh, die große Angst auf einer Zeitbombe zu sitzen (wegen der Medikamenten-Unverträglichkeit) jeder Mensch braucht irgend wann mal Medikamente

Der Unterschied, der zwischen der Emotion von Frau E und von Frau C zu bestehen scheint, ist deren abweichende Bewertung, ob es sich bei den Ängsten um reale Bedrohungen handelt oder um eine Form der Angststörung. Während für Frau E ihre Ängste bezüglich ihrer Medikamenten-Unverträglichkeit eine real empfundene Bedrohung sind, kann sich Frau C rational von ihrer eigenen Angst distanzieren, wie sie es am Beispiel ihrer Flugangst beschreibt.

Frau C:

219: so versuche ich halt äh wenn die Ängste kommen ja dann sage ich 'gut komm jetzt setz dich hin und du weißt genau es ist nichts'

Zusätzlich thematisiert Frau C – ebenso wie Herr F – Einschränkungen in ihrem Leben, die durch die Ängste bedingt sind. Während Frau C aufgrund ihrer Flugangst ihre Familie nicht so oft in Südostasien besuchen kann, wie sie es gerne möchte, schränken Herrn F seine Ängste in seinen Aktivitäten ein.

Herr F:

483: das kann ich also heute alles noch nicht wieder in der Form so machen weil ich dann Ängste habe (Fahrrad fahren durch die Wälder)

1008: mit dem Auto zu fahren ne alleine (...) fühle ich mich also unsicher äh längere Strecken mit dem Auto zu fahren

1027: ich weiß der Effekt klingt ein bisschen lächerlich aber ohne meine Frau mach ich nichts so ungefähr (kurzes Lachen)

Frau C:

41: also vorher (vor Antritt der Reise nach Ostasien) vorher! ist es also fast am Ende mit meinen Nerven! (lacht nervös) also das schaffe ich alles nicht und das geht alles nicht und dann wird das alles auch noch verstärkt aber dem geb ich halt nicht nach

Auffällig ist bei Frau C ihre Bereitschaft, sich mit ihrer Angst auseinander zu setzen und nach Hilfe zu suchen.

Frau C:

307: das kommt ja aus der Angst heraus schaff ich's wieder kann ich's geht's nicht ne die Angst ist dann dominierend und sagt 'ne ne ne komm das klappt gar nicht das machst du nicht und so' ich sag's +jetzt einfach mal so und äh ich denke ich hab die ein bisschen besser im Griff

1112: denke da kann man auch sehr viel lernen (in einer zukünftigen Gruppe) wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch das würde mich also als erstes ganz ganz stark interessieren

Neben Frau C beschreiben auch Herr D und Herr F einen Rückgang ihrer Ängste.

Herr D:

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

Herr F:

490: aber das bessert! sich alles und so einzelne Tage wenn meine Frau zum Beispiel jetzt morgens losfährt und abends wieder kommt das macht mir alles schon gar nichts mehr ne

#### **4.1.3.2 Äußerungen der Resignation**

Alle neun Gruppenmitglieder sprechen Bereiche bzw. Entwicklungen in ihrem Leben an, bei denen sie das Gefühl haben, keinen Einfluss nehmen zu können.

Fünf von ihnen (Frau A, Frau C, Herr D, Frau I und Herr J) weisen in ihren Äußerungen implizit darauf hin, dass sie diese Gefühle so angenommen bzw. akzeptiert haben. Drei Befragte (Frau A, Herr D und Frau I) schildern hierbei auch Situationen, die sich auf das Alter beziehen.

Frau A:

269: das ist halt so (Freunde bleiben nach dem Tod des Ehemannes weg)

332: es ist halt so (körperlicher Verfall im Alter)

Frau C:

267: obwohl ich's eben vielleicht gekonnt hätte wenn ich ein bisschen anders äh geworden wäre aber das bin ich nun mal nicht

534: ich sag mal so in meinem Leben äh fehlt die Liebe und äh die Liebe die kann ja nichts ersetzen also alles was ich tue was die Defizite sind da Zeit meines Lebens und das kann dir auch nicht gefüllt werden diese Schublade, die ist leer

1147: und deshalb denk ich äh, sind die Ängste auch etwas zurückgegangen (die Todesängste mit dem Alter) weil ich's annehmen muss

Herr D:

1609: Aktivitäten sind's genug nur man meint immer! es ist zu wenig oder ich meine dann immer es wäre zu wenig weil man früher viel mehr gemacht hat aber dann es ist es ist damit und das muss ich akzeptieren es ist und das akzeptier ich mittlerweile auch dass ich sage 'ne Schluss'

Frau I:

293: ja das gibt's manchmal (schlechte Stimmung) das passiert halt (...) das passiert

710: so ist das wenn wenn man älter wird

Herr J:

1535: ja da lebe ich mit (was ihn an seiner Frau stört)

Im Gegensatz dazu beschreiben Herr B, Frau E, Frau G und auch Herr J Situationen der Ohnmacht und Machtlosigkeit.

Herr B:

1106: ich nehme viele Dinge hin es ist so dass ich so alt bin und es ist so dass meine Tochter ihr ihr Medizinstudium gemacht hat und das ist so und es ist so dass meine Frau eben halt äh ich sage es ruhig oder sage es zum einen stärker ist als ich es ist so ich nehme das so hin, aber damit ist das Thema für mich aber auch erledigt jetzt also ich ich versuche dann auch äh das mit meiner Tochter es ist so und ich muss sagen ich ich lebe damit jetzt und versuche das Beste daraus zu machen

1125: ja ändern kann ich nichts daran das das das stimmt ja, ich wüsste nicht wie wie ich das ändern sollte jetzt

1132: ich nehme es hin ja

Frau E:

272: bin dann auch nicht in der Lage mich dann irgendwie einzubringen, ich merke wie ich vollkommen blockiert bin (wenn sie übergegangen wird)

382: ja ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht (Öffnen in der Gruppe)

399: es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können (die Gruppe)

Frau G:

295: ich weiß das alles aber es sind es gibt Dinge die (Stöhnen) ja da kommt man einfach nicht gegen an auch wenn man von hier oben weiß das ist schädlich (...) tja es ist vielleicht so meine Art, keine Ahnung

325: tja tja machen Sie was gegen (ihren Zwang nach Perfektion)

357: aber na ja gut es ist so (...) wir sind ja schon seit neununddreißig Jahren verheiratet diesen Monat (Lachen) da da ist nichts mehr zu ändern (Lachen)

954: aber mittlerweile habe ich mich schon ein bisschen damit arrangiert obwohl auch immer noch nicht so ganz aber na ja, es ist eben so ne (Lebensführung ihres Sohnes)

1089: nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind gewesen (ihre Kindheitserfahrungen)

1095: es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie

Herr J:

1994: äh äh äh ich ich kann der Sache sowieso nicht ausweichen die auf mich zukommt die gesetzesmäßig ablaufen die vorbereitet werden äh von daher versuche ich dann ein bisschen den Verdrängungswettbewerb anzugehen und sag das verdränge ich und das brauche ich nicht da muss ich mich nicht mit belasten

Herr F berichtet von seinem Wunsch, sich der Realität zu stellen.

Herr F:

750: diese rein beruflichen äh Qualitätsmerkmale äh da bin ich mir darüber im klaren, die werde ich nicht mehr erreichen können (...) da komm ich also nicht wieder hin da muss ich Abstriche machen da muss ich einfach loslassen können das muss ich abgeben

756: diese typischen Leistungsmerkmale früherer Zeiten, wo ich also stundenlang schwimmen konnte (...) das äh da muss ich auch Abstriche machen so dass mir also und so ist es in manch anderen kleineren Bereichen auch dass ich da überall Abstriche machen muss

Bei der Analyse der Aussagen dieser Kategorie fällt auf, dass die jeweils einzelnen Gruppenmitglieder unterschiedlich häufig resignative Aspekte thematisieren. So gibt es von Frau G neun Äußerungen zu diesem Thema, von Frau E fünf Aussagen und von sechs weiteren Befragten je vier Nennungen. Lediglich Frau I spricht dieses Thema nur zwei Mal an.

#### 4.1.4 Zukunftsvorstellungen

##### 4.1.4.1 Zukunftsvorstellungen

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich zum Thema „Zukunftsvorstellungen“.

Am häufigsten werden hierbei Gedanken angesprochen, die sich mit dem Themenbereich Gesundheit befassen.

Fünf der neun Gruppenmitglieder (Frau A, Herr B, Frau E, Frau I und Herr J) geben auf die Frage nach ihren Zukunftsvorstellungen den Wunsch nach Gesundheit an.

Frau A:

645: ich hoffe dass ich gesund bleibe

Herr B:

1151: ich möchte im gesunden Zustand, das hört sich jetzt blöd an den Rest meines Lebens noch bestimmen können

Frau E:

590: ja mein Wunsch wäre ja wie ein Wunder dass sich mal meine Tabletten-Unverträglichkeit aufheben würde das ich dann dann wäre ich auch, ich könnte auch lockerer dann sein ich könnte zum Beispiel auch Sachen machen dann mit der Hüfte (...) und wenn ich dann so in dem Fall mal Schmerzmittel nehmen könnte oder wenn wir mal ne schöne Wanderung machen möchten, wir sind früher sehr oft und sehr viel gewandert

Frau I:

101: ich hoffe das (ihre Beschwerden) kommt nie wieder das ist mein großer Wunsch (leises Lachen)

Herr J:

1844: ich gesund lebenslustig beweglich aktiv (Frage, wie er die nächsten Jahre verbringen möchte) das könnte ich so, alles unterschreiben

Einhergehend mit dem Wunsch nach Gesundheit äußern Herrn D und Frau I auch Sorgen bezüglich einer gesundheitlichen Verschlechterung in der Zukunft.

Herr D:

695: wie soll ich sagen ja doch je älter man wird schon (Antwort auf Frage nach Sorgen über die Gesundheit)

Frau I:

694: ja das macht mir schon manchmal Angst diese Ungewissheit wie wie wie schnell kann kann's passieren dass du dann so gebrechlich wirst

Als Steigerung gegenüber den von Herrn D und Frau I geäußerten Sorgen über ihren eventuellen zukünftigen Gesundheitszustand beschreiben Frau A und Frau C im Zusammenhang mit ihren Zukunftsvorstellungen auch Gedanken an den Tod.

Frau A:

647: und wenn nicht (die Behandlung nicht anschlägt) dann hoffe ich nicht dass ich an Krebs sterbe sondern an meiner Herz- an Herzinfarkt dass es schnell geht

656: ich glaube nicht dass ich noch soo eine riesen Lebenserwartung hab

Frau C:

1122: ja natürlich das Ende das Ende (Ängste und Sorgen vor dem 80. Geburtstag)  
das Ende

Während die Gedanken von Frau C an den Tod nur sehr unspezifisch durch die dreimalige Wiederholung der Worte „das Ende“ ausgedrückt werden, nennt Frau A – bedingt durch die aktuelle Bedrohung ihres Lebens in Folge ihrer Krebserkrankung – konkretere Vorstellungen von ihrem Tod.

Neben dem am häufigsten genannten Thema „Gesundheit“, äußern die Gruppenmitglieder noch weitere Wünsche für ihre Zukunft. Von drei Gruppenmitgliedern (Herrn B, Frau C und Frau G) wird hierbei der Wunsch zu Reisen formuliert.

Herr B:

1234: ich wäre sehr reise- reiselustig das würde mir Spaß machen, auch nur in Deutschland oder Europa manchmal träume ich von einem kleinen Bus wo man auch notfalls mal drin schlafen kann

Frau C:

1039: zu sagen zwei Mal im Jahr nach xxxxxxxx (Stadt in Ostasien)

1047: mich auch mal aufzuraffen und ah weg zu reisen

Frau G:

425: da fahren wir mit Sicherheit wieder hin (Staat in Südostasien) nur dieses Jahr geht das nicht

Neben dem Wunsch nach Reisen wird von Herrn B und Frau C ebenfalls der Wunsch nach mehr sozialen Kontakten geäußert.

Herr B:

770: angenehmere Beziehungen (Wunsch nach mehr und besseren sozialen Kontakten)

Frau C:

1064: meine Kontakte die alten schon zu pflegen aber auch ein bisschen aufgeschlossener, rauszukommen das wäre also so meine Vorstellung

Herr J spricht als einziges Gruppenmitglied den Wunsch nach mehr körperlicher Fitness an.

Herr J:

1852: nicht im Sessel sitzen nur und nichts tun! weil da weiß ich das bekommt mir nicht! also schon wieder auch dahin kommend noch ein bisschen mehr Sport zu machen zum Beispiel mal wieder ins ins ins Studio zu gehen

Im Gegensatz zu Herrn B, Frau C und Herrn J, deren Wünsche nach Reisen, mehr sozialen Kontakten und mehr sportliche Aktivität auf neue Impulse im Leben hinweisen, äußern Frau E und Frau I den generellen Wunsch, dass alles so bleiben soll wie es ist.

Frau E:

590: ja ich hoffe dass das so bleibt wie es ist

607: ja und ansonsten, ich hab keine Lebensplanung nein, ich hoffe nur dass alles so läuft wie bisher

Frau I:

662: ja das möchte ich so beibehalten (ihre Lebensgestaltung)

Den konkreten Wünschen für die Zukunft stehen relativ unkonkret formulierte Sorgen bzw. Zukunftsängste gegenüber, die von Herrn B, Herrn F und Frau G geäußert werden.

Herr B:

1168: und da mache ich mir nicht Sorgen aber da kommt ab und zu mal 'mein Gott wie geht das weiter'

Herr F:

121: dass ich Ängste davor habe äh ist das so in Ordnung für die Zukunft?

Frau G:

1411: da überlegt man schon wie lange macht man das noch? ja das ist schon etwas was einen jeden Tag so dass man denkt na ja wer weiß wie lange das noch geht wie lange man noch Autofahren kann wie lange wir das halt noch so machen können wie lange können wir noch den oder den besuchen



#### 4.1.4.2 Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit

Zu dem Themengebiet „Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit“ äußern sich sechs der neun Gruppenteilnehmer. Von den Gruppenmitgliedern Herr D, Frau E und Herrn F gibt es keine Aussagen zum Thema.

Im Zusammenhang mit Gedanken an die eigene Sterblichkeit werden von den sechs Befragten drei Themenbereiche angesprochen. Der hierbei am häufigsten genannte Bereich befasst sich mit einer eventuellen Pflegebedürftigkeit und der damit in Verbindung stehenden Unterbringung in einem Pflegeheim. Im zweiten Bereich äußern sich die Befragten über den eigenen Tod und die persönliche Einstellung zu diesem. Im dritten Bereich wird die Frage thematisiert, ob aktive Planungen für die in Zukunft eventuell anstehenden Entscheidungen zu einer Pflegebedürftigkeit oder zum Todesfall bestehen.

Die meisten Äußerungen, die zur eigenen Sterblichkeit gemacht wurden, befassen sich mit der Angst davor, später ein Pflegefall zu werden oder in einem Pflegeheim leben zu müssen. Diese Sorgen werden von Frau A, Herrn B, Frau I und Herrn J ausgedrückt.

Frau A:

660: und ich hoffe ich werde kein Pflegefall

678: und ich hoffe, dass ich nie ein Pflegefall werd, nie ins Pflegeheim muss

Herr B:

1212: wo ich gesagt habe 'also so etwas möchte ich nicht erleben' (im Pflegeheim/ Altenheim leben)

Frau I:

704: also das schlimmste wäre natürlich wenn ich dann also so so ein Pflegefall wäre das wünscht sich natürlich keiner jeder hat Angst davor aber ich denke dass ist halt normal

Herr J:

1273: nur ja das macht mir schon das macht mir schon Angst (die Vorstellung in ein Altenheim gehen zu müssen) da würde ich äh äh weil ich da mit der Pflege und der der ganzen äh äh Geschichte überhaupt nicht, das fand ich überhaupt nicht gut das war für mich schon schon schlimm schon schlimm so mit dem Gedanken 'da landest Du mal' äh da komm ich weiß Gott nicht klar

Drei der vier Gruppenmitglieder, die ihre Angst davor äußern, pflegebedürftig zu werden (Frau A, Herr B und Herr J), haben selbst Familienangehörige, die in einem Pflegeheim leben bzw. lebten.

Frau A:

680: meine Schwester ist im Pflegeheim

697: damit kann ich überhaupt nicht umgehen

701: und wenn ein intelligenter Mensch dann so, ne also, des, da kann ich nicht mit umgehen. Ich kann nicht hingehen

Herr B:

1212: meine Mutter ist im Altenheim äh also im Pflegeheim gelandet

Herr J:

1263: ich habe meine Mutter im Altenheim gesehen zwei drei Jahre wo ich jeden Tag manchmal drei mal hin musste oder gegangen bin, äh da muss ich wiederum sagen, mein Kernsatz ist so also hier aus meinem Haus tragt Ihr mich nur heraus wenn es wirklich nicht mehr geht freiwillig in ein Altenheim gehe ich nicht.

Neben Frau A, Herrn B und Herrn J erwähnt auch Frau G, dass ihre Schwester in einem Altenheim lebt – ohne jedoch eine eventuell eigene Pflegebedürftigkeit zu erwähnen.

Frau G:

428: meine Schwester die geht nach xxxx in eine xxxx-Heimstätte das sagt Ihnen sicherlich nichts das ist so ein Alten Alten Altenwohn- wohndingsanlage wo man erst wohnen kann und dann wenn man nicht mehr mehr kann dann wird man in Pflege übernommen

Auffallend ist, dass nur Frau I und Frau G zwischen Alten- und Pflegeheim genau differenzieren. Im Gegensatz zu Herrn B, der die Begriffe Alten- und Pflegeheim fast synonym verwendet und von dem beide Alternativen gleichermaßen abgelehnt werden, beschreibt Frau I einerseits ihre Angst davor ein Pflegefall zu werden, räumt aber andererseits ein, dass sie ein ihr bekanntes Altenheim als gute Möglichkeit fürs höhere Lebensalter empfinden würde.

Frau I:

755: und ich kenne auch noch ein anderes (Altenheim) (...)und äh das fand ich auch sehr! gut also da hätte ich mich wenn! ich dann in so einem Zustand wäre da hätte ich mich dann glaube ich auch wohl gefühlt

Nicht nur die sprachliche Differenzierung zwischen Alten- und Pflegeheim, sondern auch die folgenden Aussagen zeigen, dass sich Frau G und Frau I – genauso wie Frau A – bereits seit längerem mit dem Thema befassen und für eventuell mögliche gesundheitliche Problem im Alter aktiv vorgesorgt haben.

Frau A:

667: mit Müh und Not hab ich ne Patientenverfügung erreicht (gegen den Wunsch des Sohnes)

Frau G:

1449: und da muss man sich auch täglich mit auseinander setzen ne dass man auch sag ich mal zum Beispiel unsere Tochter die hat alle Bankvollmachten und, oder dass man auch äh über Beerdigungen

1455: und dann muss das ja geregelt sein ne das finde ich als sehr wichtig also wir haben das schon länger gemacht Patientenverfügung dass sie auf alle Bankvollmachten (...) und auch Testament geschrieben und wie die Beerdigung sein soll und das ist ganz wichtig für mich

1467: das sind auch so Sachen wo mein Mann sich sagt also wenn ich ihn darauf anspreche dann wird er wild 'was Du schon wieder denkst und Du schon wieder' ich sag 'hier unterschreib jetzt das Testament' ich sag und so weiter (Lachen) da kriegt er zu viel oder jetzt wenn ich sag wie die Beerdigung sein soll ich sag was ich für ein Grab haben möchte und und alle diese Dinge das das muss geklärt sein ja ich kann doch nicht dann die Kinder da stehen lassen und sagen 'ja wie wollen Sie jetzt die Erdbestattung? eine Feuerbestattung? oder ne Seebestattung?' das ist doch wichtig das muss man vorher schriftlich niederlegen

Frau I:

610: ich hab mich auch eine Weile mal mit diesem Gedanken als es mir damals schlecht ging körperlich schlecht ging (...) da habe ich mir Gedanken gemacht, muss ich mich jetzt nach einem anderen äh, nach einer anderen Wohnung umsehen oder muss ich betreutes Wohnen oder was also diese Dinge muss ich das in Angriff nehmen?

628: und äh dann werde ich sehen falls es dann falls ich dann, äh in die Situation komme wo ich also rein körperlich gesehen, nicht mehr, da leben kann (in der eigenen Wohnung) dann würde ich das machen

641: und ich hab mir auch mal Häuser angesehen und hab mir Wohnungen angesehen die also äh nicht betreutes Wohnen aber die schon altengerecht waren ja und das war also alles nicht mein Geschmack und die Vorstellung mich jetzt da schon hinein zu begeben (...) äh ne das wollte ich nicht (...) wenn's dann soweit ist (...) dann ja

Während Frau I von ihren Überlegungen und Vorkehrungen bezüglich altengerechten Wohnens berichtet und sich damit primär mit zukünftigen körperlichen Einschränkungen befasst, beschreiben Frau A und Frau I, dass sie beide eine Patientenverfügung besitzen und sich darüber hinaus auch mit dem Fall ihres Todes auseinandergesetzt haben. Frau I hat sogar Entscheidungen über die Form ihrer Beerdigung getroffen. Bei beiden Frauen fällt weiterhin auf, dass sich ihre Familie gegen diese Konfrontation mit Fragen des Todes sträubt. Frau A berichtet, dass sie die von ihr gewünschte Patientenverfügung gegen den Wunsch ihres Sohnes durchgesetzt hat und Frau G schildert den Widerwillen ihres Mannes, sie bei ihren Überlegungen bezüglich ihrer Beerdigung zu unterstützen.

Bei einem Vergleich der befragten Gruppenteilnehmern fällt auf, dass sich vor allem die Frauen explizit zur eigenen Sterblichkeit äußern – Frau A, Frau G auch und auch Frau C.

Frau A:

656: ich glaube nicht dass ich noch soo eine riesen Lebenserwartung hab

Frau C:

264: aber! äh ich weiß, es kommt! (das Sterben)

Frau G:

1429: dann wird's einem schon anders also ich denke ich würde schon sagen wenn ich ganz ehrlich bin täglich dran also nicht dass ich mir jetzt so sage 'oh Gott oh Gott' aber dass ich denke 'wer weiß wie lange du diesen Weg noch absolvieren kannst'

1455: wissen Sie das kann ja jeden Tag sein ne das kann mich jetzt die nächste Minute hier dass ich einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt kriege

Frau C und Frau G äußern allerdings auch eine Ambivalenz zum Thema Tod.

Frau C:

1132: obwohl äh ich sage äh, die (Todesängste) kommen äh zwar näher, aber äh sie haben ja auch eine gewisse Stabilität bekommen nämlich jetzt bist du siebzig und irgend wann kommt der Tag aber den bestimmst nicht du, sondern das macht ein anderer und äh bis siebzig bist du gekommen und dafür bin ich dankbar

Während Frau C in ihrer Aussage – wahrscheinlich aufgrund ihrer jahrelangen Auseinandersetzung mit Ängsten vor dem Tod – nun im Alter auf eine gewisse Bereitschaft zur Annahme ihres Todes hinweist und ihre Probleme offen ansprechen kann, kann bei Frau G – die sich sehr offensiv mit den organisatorischen Fragen ihres Todes beschäftigt und dabei eine gewisse Souveränität zeigt, doch andererseits auch eine Abwehr gegenüber Beerdigungen von anderen Personen, die sie jedoch nicht in Verbindung mit ihrem eigenen Tod setzt – festgestellt werden.

Frau G:

580: das kann ich auch nicht so gut na zu Beerdigungen gehen und dann, also das ist nicht das ist überhaupt nicht mein Part also lieber irgendwo schwer arbeiten den ganzen Tag aber das ist nichts für mich das kann ich auch gar nicht gut ne

## 4.2. Die Patienten im Einzelnen

### 4.2.1 Biographie

#### 4.2.1.1 Alltagsgestaltung

Im Alter verändert sich die Alltagsgestaltung durch den Wegfall fester Strukturen des Berufs- bzw. Familienlebens.

Von den Gruppenmitgliedern äußern sich alle – außer Frau G – zu ihren täglichen Gewohnheiten.

Das am häufigsten angesprochene Thema in Verbindung mit der Alltagsgestaltung ist das Aufstehen und das Frühstück. Drei Gruppenmitglieder erzählen, dass sie auch nach der Berentung Frühaufsteher seien (Herr D, Herr F und Herr J) und drei Gruppenmitglieder geben an, dass sie gerne ausschlafen (Frau A, Herr B und Frau I).

Herr D:

442: ich stehe viertel vor sechs auf, trinke meine Tasse Kaffee lese die Zeitung und fange dann an, rum zu krömen was ich zu tun habe

Herr F:

437: ich bin an für sich äh ein sehr aktiver Mensch schon von morgens früh an ich muss auch morgens früh aufstehen und alles mögliche unternehmen

Herr J:

1498: bin ich früh aufgestanden also früh früh aber auch nicht mehr so früh wie früher aber ich sag mal um acht stehe ich auf

Herr F und Herr J schildern beide, dass sie nach dem frühen Aufstehen das Frühstück vorbereiten.

Herr F:

550: mit seiner Frau morgens zum Frühstück ne wo man dann schon weil man eigentlich, im Grunde diesen Workaholiker noch abschalten musste sowieso schon früh aufstand und dann das Frühstück machte das machte und die Frau noch so ein bisschen länger schlief

Herr J:

1512: sicherlich ich mach dann Frühstück, weil ich damit oder ich lese die Zeitung gehe auch schon mal in den Garten oder besorge schon mal was vorher oder hole Brötchen

Im Gegensatz zu den „Frühaufstehern“ berichten alle drei „Langschläfer“ von Ruhe und Genuss am Morgen.

Frau A:

84: also ich stehe meistens nicht+ vor 8 Uhr auf dann wird gefrühstückt in Ruhe, sehr in Ruhe

Herr B:

56: da wir ja beide nicht arbeiten äh brauchen wir auch morgens keinen Wecker und stehen dann auf wenn wir wach werden wir gönnen uns diesen diesen Luxus nicht?

251: ja mit Ruhe Frühstück die Zeitung lesen+ das sind ja angenehme Dinge

Frau I:

140: ich äh schlafe zum Beispiel gerne lange (...) und das genieße ich immer wieder dass ich das machen kann

150: also ich bin eher ein Abendmensch als ein Morgenmensch und also das ist da lass ich mir ganz viel Zeit morgens

Beim Vergleich der Äußerungen von Herr J und Frau A zeigt sich, dass „Frühaufstehen“ bzw. „Spätaufstehen“ relative Begriffe sind, die nicht von der Uhrzeit (bei beiden acht Uhr) abhängen, sondern von deren individueller Bewertung.

Im Gegensatz zu der Ruhe und dem Genuss, die in den Aussagen von Frau A, Herrn B und Frau I angesprochen werden, berichten Herr D und Frau E über feste Zeiten und Pläne, die sie sich auferlegt haben.

Herr D:

229: Freitag ist also mein weil ich da immer zuhause bin mein mein mein Putz- und und Wischtag

1059: ich mache sonst alles ich mache die Wäsche

Frau E:

577: in jeder freien Minute versuche ich mir die italienischen Vokabeln einzu hämmern oder ich sitze mal am Computer also dass ich so sitze, das ist selten höchstens mal um die Zeitung zu lesen Zeitung oder ein Buch

Als ein weiteres Thema der Alltagsgestaltung wird von Frau A und Herrn J das „Spaziergehen“ angesprochen.

Frau A:

875: wir gehen auch viel spazieren aber ja

Herr J:

966: dann gehen wir tagsüber ein bisschen spazieren

Kein Gruppenmitglied bewertet seine persönliche Alltagsgestaltung explizit positiv – die Aussagen von Frau C und Frau E weisen sogar eher in eine negative Richtung.

Frau C:  
326: ja da ist nichts+ viel aufregendes

Frau E:  
165: ich finde es eigentlich äh für mich ein bisschen eintönig (ihr Leben) weil ich möchte gerne mal was anderes machen, ich möchte mal irgendwo hin fahren und so und dann hat er (ihr Ehemann) dann keine Lust dazu

#### **4.2.1.2 Interessen und Hobbys**

Alle neun Gruppenmitglieder geben an, dass sie Interessen und Hobbys haben. Insgesamt werden von den neun Gruppenmitgliedern 14 verschiedene Aktivitäten thematisiert.

Am häufigsten werden hierbei sportliche Aktivitäten genannt, die von sieben der neun Befragten angesprochen werden. Nur Frau A und Frau C berichten, dass sie sich nicht sportlich betätigen.

Herr B:  
629: direkte oder intensive Hobbys haben wir beide nicht wie gesagt wir spielen beide ein bisschen Tennis ich spiele so sag mal so zweimal die Woche

Herr D:  
303: ich mache es zwei drei Mal die Woche (Golf spielen)

Frau E:  
140: jeden Morgen mache ich Sport, das heißt also ich habe einen Ergometer da da fahre ich zwanzig Minuten und mache Gymnastik auch speziell für die Hüfte und auch so, und ja ich gehe zur Wassergymnastik

Herr F:  
738: und bin mit Gruppierungen zusammen wo wir also gemeinsam Radtouren planen  
741: neben zusätzlich zu sportlichen Dingen wie regelmäßig äh schwimmen zu gehen oder auch wieder eben halt Fahrrad zu fahren

Frau G:  
869: wir gehen zum Beispiel ein mal die Woche schwimmen äh immer donnerstags vormittags

Frau I:  
153: dann mache ich zweimal in der Woche mache meine Gymnastik dann hab ich noch ne andere Gruppe wo so ein bisschen Atemübungen und so was

Herr J:  
816: und, mir war immer sehr wichtig der Sport weil ich weil ich da ein Ventil habe  
828: Sport ist für mich auch immer noch sehr wichtig  
832: im Winter spiele ich Tennis  
868: und dann spiele ich hauptsächlich Golf

Am zweithäufigsten werden von den Befragten – jeweils mit drei Nennungen – Theaterbesuche, Reisen und das Treffen von Freunden bzw. Bekannten beschrieben.

Frau A, Frau G und Frau I berichten, dass sie gerne ins Theater gehen – Frau A und Frau G erwähnen im gleichen Satz zusätzlich, dass sie auch gerne ein Kino besuchen.

Frau A:  
372: ich gehe ins Theater und ich gehe ins Kino

Frau G:  
861: ins Kino sind wir ja ins Theater gehen schon mal

Frau I:  
345: also ich gehe immer noch ins Theater ich hab meistens äh kann ich eine Premierenkarte kriegen und äh ich bin da also schon dem Theater noch sehr verbunden

Die Aussage von Frau I zeigt, dass sie auch nach dem Ende ihrer Berufstätigkeit noch immer an ihrem früheren Arbeitsbereich – dem Theater – interessiert ist und nach wie vor zu diesem zurückkehrt.

Gerne zu Reisen geben Frau A, Frau I und Herr J als ihr Interesse an.

Frau A:  
372: ich fahr in Urlaub  
869: in Urlaub fahre ich im Moment eigentlich nicht.

Frau I:  
244: ich reise gerne ich reise gerne (...) dass ich äh dass ich mir, Bauten anschau dass ich mir also dass ich wirklich also das sind jetzt Erlebnisreisen zu Hause kann ich mich ausruhen also da muss ich nicht verreisen (...) also da möchte ich schon was sehen und was erleben

Herr J:  
923: eigentlich nicht mehr so viel wie wir früher machten eigentlich sollte es umgekehrt sein heute sollten wir mehr reisen als früher aber wir sind früher viel mehr gereist als heute  
930: aber Reisen natürlich immer noch (...) also so acht Wochen im Jahr oder sind da schon drin

Auffällig an diesen Aussagen bzw. an diesen Nicht-Aussagen ist, dass Frau C, Herr D und Frau G nicht berichten, dass auch sie gerne reisen. So besuchte Frau C bereits drei Mal ihren Sohn mit Familie in Ostasien, Herr D reist häufig, um Geschichte vor Ort zu erleben und Frau G verbrachte schon öfter mit ihrem Ehemann mehrere Wochen in Südostasien.



Frau E, Frau G und Frau I erzählen, dass sie sich mit Freunden und Bekannten treffen.

Frau E:

140: ich gehe zur Wassergymnastik und treffe mich mit äh, einer Freundin einer Bekannten

Frau G:

861: wir haben einen großen Bekanntenkreis und da ergibt sich auch sehr viel ja (...) wir sind im Skatclub und dann sind wir mit fünf Ehepaaren im im im äh ja im Kegelclub und dann haben wir noch so einen Spielenachmittag auch noch mal mit drei Ehepaaren

Frau I:

159: das sind also schon drei Termine die in der Woche sind und dann ja dann, irgendwas mh ein Treffen mal mit Freunden und so also ich mache mir mein Leben schön

Jeweils von zwei Gruppenmitgliedern wird das Erlernen einer Fremdsprache, der Umgang mit dem Computer, die Mitgliedschaft in einem Verein und Essen gehen als Interesse angegeben.

Frau E und Herr J erlernen beide eine Fremdsprache.

Frau E:

140: montags also gehe ich lerne ich Italienisch schon seit langer Zeit

Herr J:

914: dann habe ich früher immer gesagt 'dann, beginne ich jetzt mit mit äh meinem Englisch mal ein bisschen was äh zu tun' was ich auch vernachlässigt habe

Herr F erzählt, dass er sich gerne am Computer betätigt und Herr J erwähnt, dass er seine Fähigkeiten am Computer noch verbessern würde.

Herr F:

900: ich habe auch noch andere Interessen also Bereiche ne zum Beispiel so am am Rechner, da mach ich sehr vieles

Herr J:

934: Computer bin ich immer noch nicht zu gekommen (...) immer wenn ich da dran gehe dann ist da irgendein Defekt dran

950: aber das möchte ich! auch eben noch äh ein bisschen perfektionieren

Mitglieder in einem Verein sind Herr B und Frau G.

Herr B:

644: wir haben ein großes Clubhaus da kümmerge ich mich drum und Getränkeservice und und so was mache ich dann und kleine Reparaturen

649: ja! ja ich bin also so fast jeden Tag mal so eine halbe Stunde oder eine Stunde mal da

Frau G:

861: wir sind im Skatclub und dann sind wir mit fünf Ehepaaren im im im äh ja im Kegelclub

Und Frau A und Frau C geben an, dass sie gerne Essen gehen.

Frau A:

372: wir gehen essen,

869: wir gehen essen.

Frau C:

328: ich gehe wahnsinnig gerne essen

Als besondere Interessen, die jeweils nur von ihnen persönlich genannt werden, beschreiben Frau A das Handarbeiten, Frau C ihren Frauenstammtisch, Herr D seine ehrenamtliche Tätigkeit in der Diakonie sowie sein Interesse an Geschichte, Frau I die Beschäftigung mit der Malerei und Herr J die Arbeit in seinem Garten.

Frau A:

94: dann handarbeite ich viel

109: ich ich mach's gerne.

Frau C:

328: wir haben einen Frauenstammtisch da gehe ich hin

Herr D:

144: ich bin ja seit zwei nein drei Jahren schon ehrenamtlich in der Diakonie in xxxxx tätig

166: jetzt mache ich zweimal die Woche Hausaufgabenbetreuung, für tamilische Kinder

184: was mir auch sehr viel Spaß macht

385: es gibt mir unheimlich viel weil ich also immer schon mit Kindern gut konnte

395: weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche

471: dann bin ich also auch zufriedener dass ich also, was getan habe

187: auch in den großen Ferien in in den Sommerferien äh werden drei Wochen lang äh äh äh Aktivitäten äh angeboten für Kinder (...) das sind dann also immer meistens so zwischen fünfundzwanzig und fünfunddreißig Kinder dabei (...) das mache ich also auch jetzt schon seit seit drei Jahren, und habe dann noch nebenbei noch für äh größere Kinder oder auch für kleinere, gebe ich äh Nachhilfeunterricht meistens in Deutsch

366: weil ich also so ein ein Geschichtsfreak bin und mich interessieren diese Altertümer

877: ich kann auf die xxxxxxxxxxxx (Sehenswürdigkeit einer deutschen Großstadt) (Lachen) und die ganzen Museen angucken

Frau I:

678: mich auch ein bisschen mit Malerei! zu beschäftigen

Herr J:

910: und dann gehe ich in den Garten ein bisschen

#### **4.2.1.3 Selbst gewählte Aufgaben**

Zu dem Themengebiet „Selbst gewählte Aufgaben“ äußern sich sechs der neun Gruppenteilnehmer. Keine Aussagen gibt es von Herrn B, Frau E und Herrn J.

Am häufigsten wird bei diesem Thema der Verlust von beruflichen bzw. privaten Aufgaben angesprochen – von insgesamt vier der sechs Befragten. Zu dem Verlust von beruflichen Aufgaben durch das Ende ihrer Erwerbstätigkeit äußern sich Herr F, Frau G und Frau I, welche auch alle drei von einer früheren Befriedigung durch den Beruf berichten.

Herr F:

647: man war eben wer ne im Unternehmen auch man man wurde auch entsprechend hofiert entsprechend behandelt man war wer! (...) und äh das kam natürlich dann das sah dann plötzlich ganz krass ganz anders aus als man dann als Ruheständler zu Hause dann saß

666: und dann kam natürlich die Erfüllung! noch dazu ne also vorher war ich natürlich äh äh so aufgefüllt in meinen ganzen Aufgaben im beruflichen Bereich! dass ich dann nicht selbst am Wochenende und auch selbst abends und morgens und sicher meine Zeit kaum die Möglichkeit hatte an was anderes zu denken ne und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere

695: ich sagte 'das füllt mich nicht aus das ist nicht das ist nicht vergleichbar mit mit den früheren Dingen'

Frau G:

1362: anfangs als ich jeden Tag merken musste, äh du hast nichts mehr zu bewegen du bist jetzt nur hier zu Hause ja also als ich hier noch Wirtschaftlerin war in der Klinik das war schon ein ganz anderer Ablauf da ja da habe ich einfach meine Rolle äh eingenommen da habe ich auch meine Rolle ausgefüllt aber zu Hause da ist es ja egal ob ich jetzt die Betten mache ja oder nein wissen Sie das ist total uninteressant ja das das ist man steht nicht mehr man man hat keine Entscheidung mehr zu treffen man ist, total weg!

Frau I:

330: ich war sehr sehr lang also dreißig Jahre im xxxxxxxxxxxxxxxx (Theater) tätig und äh ich hatte mit Kostümen zu tun in der Kostümabteilung (...) es war also eine richtig schöne Zeit (...) sehr lebendig war das und äh ja einfach ne wunderbare Zeit

319: ich denke jetzt wo ich, sehr! viel älter bin und äh, denke ich es hat damit zu tun dass ich auch dann Zeit! habe viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

Frau A – und auch Frau G – berichten von dem Verlust privater Aufgaben, die sich dadurch kennzeichnen, dass ihre Kinder mittlerweile erwachsen sind, nicht mehr zu Hause leben und auch nicht mehr die direkte Fürsorge ihrer Mütter benötigen.

Frau A:

765: manchmal denke ich auch also, wenn ich mal nicht mehr bin, vermisst mich eigentlich keiner? Ich habe da für niemanden mehr die Verantwortung oder niemand ist also denn, sicher mein Sohn schon aber es ist ja nicht so dass wir täglich zusammen sind und dass, dass irgend was von mir abhängt oder?

Frau G:

689: wenn die Kinder aus dem Haus sind ja wen hat man dann? ja das ist ja dann der Mann dann ja und den versucht man dann natürlich zu betüdeln und zu machen und zu tun

Bezug nehmend auf den Verlust familiärer Aufgaben beschreiben drei der vier befragten Frauen unterschiedliche negative Empfindungen, die Facetten eines Sinnverlustes wieder spiegeln.

Frau A:

761: das nicht mehr Gebraucht werden ich meine das ist manchmal nicht so sehr schön. manchmal denke ich auch wofür lebt man eigentlich? denn man hat ja keine Aufgabe mehr ne?

775: dass man nicht so nutzlos in den Tag rein lebt

777: es ist eigentlich ein nutzloses in den Tag rein leben

Frau C:

190: wenn ich dann so in den Tag hinein ich hab ja nichts vor, ich hab ja nichts ne

Frau G:

1381: und hab es viel gemerkt dass ich ja nichts mehr zu bewegen habe, auf dieser Welt ja (Lachen)

Wie die o. g. Aussagen verdeutlichen, schildern Frau A, Frau C und Frau G Gefühle der Nutzlosigkeit und des nicht mehr Gebraucht-Werdens. Eine Leere in ihrem Leben beschreiben auch Herr F und Frau I.

Herr F:

666: und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere

686: also abends habe ich mir so gedacht 'was war eigentlich heute los Du bist den ganzen Tag beschäftigt gewesen, aber so richtig dieses berühmte Flattern so im Herzen und so das hast du nicht mehr so wie früher ne'

695: aber ich sagte 'das füllt mich nicht aus das ist nicht das ist nicht vergleichbar mit mit den früheren Dingen'

Frau I:

316: früher als ich noch ähm gearbeitet habe (...) ich denke jetzt wo ich, sehr! viel älter bin und äh, denke ich es hat damit zu tun dass ich auch dann Zeit! habe viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

Ein weiterer wichtiger Aspekt des Themengebietes „Selbst gewählte Aufgaben“ ist der Versuch der befragten Gruppenmitglieder, frühere Aufgaben durch neue sinnvolle Tätigkeiten zu ersetzen. Diese Übernahme von neuen Aktivitäten wird von drei Gruppenmitgliedern (Frau C, Herrn D und Herrn F) auf äußerst unterschiedliche Weise beschrieben. Herr D ist hierbei der einzige, der seinen früheren beruflichen Aufgaben nicht nachtrauert, sondern der sich sehr positiv über seine neuen ehrenamtlichen Tätigkeiten äußert und diese als sinnstiftend und befriedigend empfindet.

Herr D:

166: jetzt mache ich zweimal die Woche Hausaufgabenbetreuung, für xxxxxxxxxx (ausländische) Kinder

184: was mir auch sehr viel Spaß macht

385: ja es gibt mir unheimlich (die ehrenamtliche Tätigkeit) viel weil ich also immer schon mit Kindern gut konnte

379: ehrenamtlich absolut stehe ich dahinter ja absoluter Elan (...) oder Lust

392: und das ist also auch was ich nicht äh äh nicht missen möchte

395: weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche

470: und dann bin ich rechtschaffend müde und dann bin ich also auch dann bin ich also auch zufriedener dass ich also, was getan habe

Im Gegensatz zu Herrn D beschreiben Frau C und Herr F eine Unzufriedenheit mit ihrer neuen Lebensgestaltung im Alter. Frau C ist sich zwar mehrerer Alternativen bewusst, verspürt jedoch eine Ambivalenz und Ziellosigkeit, so dass sie sich aktuell keiner neuen Aufgabe wirklich zuwenden möchte.

Frau C:

373: ich bin mir nicht ganz sicher was will ich denn eigentlich, es sind äh auf der einen Seite weiß ich's nicht und auf der anderen Seite sind eben ja sehr viele Wünsche offen die ich noch gerne machen würde

489: ich bezeichne es jetzt einfach mal so als Faulheit dass ich also wirklich irgendwas äh soziales soziales Engagement machen könnte und irgendwie was aber wie gesagt, äh ich bin noch so ein bisschen in diesem Trott da musst du wieder Verantwortung übernehmen und das willst du ja gar nicht ich habe erst mal mit mir noch zu tun

363: ich passe gern mal auf ein Nachbarskind auf das ist überhaupt nicht die Frage, (...) und äh da hast du doch eine Aufgabe und so' ja aber ich möchte mir meine Aufgaben wirklich selber suchen und da mangelt' s halt noch ein bisschen

362: also nicht jetzt aus meiner Not heraus oder aus dem Alleinsein raus vielleicht Kinder hüten oder irgend so was machen nein das möchte ich nicht

365: also da such ich mir dann also nicht die Notlösung mit denen ich auch nicht glücklich bin

Im Gegensatz zu Frau C bemüht sich Herr F aktiv, neue Aufgaben zu übernehmen und als Möglichkeiten einer neuen Sinnerfüllung auszuprobieren.

Herr F:

677: und dann versuchte man in irgend welchen Vereinen in irgend welchen Institutionen, oder in irgend welchen Foren Gesprächsforen versuchte man dann zunächst äh so ein bisschen noch das Niveau anzuheben äh aber das äh war war am Anfang dann auch nicht so, die richtige Qualität zu finden

725: und dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht (...) also zum Beispiel dass ich mit einem anderen Herrn zusammen äh Reisen organisiere (...) für Senioren ne monatlich machen wir eine eine Reise oder irgend welche Veranstaltungen auch Gesprächsreihen und auch kirchliche Veranstaltungen und die organisiere ich zusammen mit diesem Herrn (...) und dann bin ich äh in Diskussionskreisen in xxxxxxxxxx (Großraum Düsseldorf) und teilweise geh ich auch äh zu politischen Foren hier in zu kommunalpolitische Foren hier in xxxxx (Großraum Düsseldorf) und und und und bin mit / zusammen wo wir also gemeinsam Radtouren planen

Obwohl Herr F viele Möglichkeiten neuer Aufgaben für ältere Personen beschreibt, zeigen seine Schilderungen dennoch eine große Unzufriedenheit mit seiner aktuellen Situation. Diese scheint auch mit seinem Bewertungsmaßstab zusammen zu hängen, nach welchem soziale Aufgaben und zwischenmenschliche Beziehungen für ihn nur wenig Befriedigung erbringen.

Herr F:

681: und äh auch in der Familie dann, war es gerade so dass meine Tochter die dann Kinder bekam erst das erste dann das Mädchen dann dass ich mich also auch ein bisschen mit den Enkeln dann beschäftigt habe äh aber das waren alles für mich erst rein äh quantitative Maßnahmen

704: ja also wenn man dann mit Kindern dann auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht

696: auch die ganze Kommunikation das war nicht, auf dem Level das war alles halt anders ne, ich meine das ist dann eine Frage vom Bewusstsein her wenn man sich mit mit Kindern unterhält das ist natürlich ne ganz andere Kommunikation als jetzt äh zum Beispiel früher im Berufsbereich

725: und dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht die auch äh dann mehr Wert, machten und mehr Qualität hatten

936: da könnte man nur Arbeiten annehmen aber die sind dann so weit äh unterrangig dass man das nicht will

Von den sechs Gruppenmitgliedern, die sich zum Thema „Selbst gewählte Aufgaben“ äußern, beschreibt nur eine Person (Herr D) ein Gefühl der Befriedigung und der Sinnerfüllung durch neue, im Alter übernommene Aufgaben. Die restlichen fünf Gruppenmitglieder thematisieren hingegen ein Gefühl des Sinnverlustes und der Nutzlosigkeit im Alter – am häufigsten bezogen auf den Verlust der früheren beruflichen Tätigkeit.

Auffällig ist, dass bei den Frauen der Verlust von familiären Pflichten, wie die Sorge für die eigenen Kinder, eine entscheidendere Rolle zu spielen scheint als bei den Männern. Als stereotypische Beispiele für die weibliche und die männliche Rolle fallen hierbei Frau A und Herr F auf. Frau A, die verwitwet ist und deren Sohn nicht in der näheren Umgebung lebt, beschreibt einen Sinnverlust durch die fehlende Fürsorge für ihre Familie; hingegen bewertet Herr F, dessen Tochter ihn durch Aktivitäten mit den Enkelkinder einbinden möchte, zwischenmenschliche Aktivitäten als weniger „wertvoll“ als berufliche Aufgaben und leidet trotz des vielfältigen Angebots von neuen Tätigkeiten (noch immer) an dem Verlust seiner früheren Erwerbstätigkeit.

#### **4.2.1.4 Biographischer Hintergrund**

Acht der neun Gruppenmitglieder sprechen Aspekte ihrer Biographie in den Interviews an (außer Frau E).

Bei den beschriebenen Ereignissen aus dem Leben der Gruppenmitglieder spielt der frühere Beruf eine bedeutende Rolle, zu dem sich sechs der acht Befragten äußern.

Drei Gruppenmitglieder (Herr F, Frau I und Herr J) berichten von einer positiven Bewertung ihres ehemaligen Berufes.

Herr F:

578: ich war ja beruflich äh sehr engagiert als Diplom-Ingenieur mit Führungsverantwortung

624: ich konnte viel reisen da war immer Kommunikation! von morgens bis abends auf qualitativ hohem Niveau

638: also sie fliegen erste Klasse

643: und morgens die die Damen machten einem Kaffee zum Frühstück und all so solche Sachen ja letztendlich auch noch der Firmenwagen

648: man wurde auch entsprechend hofiert entsprechend behandelt man war wer!

634: diese ganze Schiene äh war also an für sich äh auf recht, gehobenem Niveau ne und also so hab hab ich das empfunden einmal so vom von meinem Status auch den ich dann da so hatte

931: ich war ja so im weitesten Sinne Manager in einem großen Konzern

Frau I:

330: ich war sehr sehr lang also dreißig Jahre im xxxxxxxxxxxxxxxx (Theater) tätig und äh ich hatte mit Kostümen zu tun in der Kostümabteilung

338: und es war also eine richtig schöne Zeit

340: ja sehr lebendig war das und äh ja einfach ne wunderbare Zeit

Herr J:

351: ich war Geschäftsführer zuletzt kapitalbeteiligt sogar

1185: ich musste früher zwar sehr viel arbeiten für das was ich mir dann geschaffen habe, aber das habe ich auch gerne getan die Arbeit hat mich eigentlich nicht belastet, weil ich auch äh in der Firma eigentlich das Sagen hatte mein Chef der war zwar trug den Namen der Firma aber hat im Prinzip nichts mehr gemacht

1195: ich habe die Firma bestimmt zwanzig Jahre lang alleine geführt deshalb hat er sie mir wohl auch zum Teil testamentarisch dann auch vermacht  
1215: Glück und Geschick wie das immer so ist und damit auch sehr viel auch sehr viel Erfolg  
1894: dann habe ich halt abends lang gearbeitet oder habe mir auch die Arbeit mit nach Hause genommen ja das konnte ich alles alleine bestimmen

Herr J beschreibt allerdings auch Probleme, die im Zusammenhang mit der Beendigung seiner beruflichen Tätigkeit stehen, und auch Herr B und Frau C sprechen hierbei unangenehme Erinnerungen an.

Herr J:

317: es war so dass meine Firma in der ich neununddreißig Jahre war, äh dann letztendlich in Insolvenz ging was mich aber äh nicht so sehr, getroffen hat zumindest, glaubte ich das aber ich meine es auch zu wissen  
374: äh keine kranke Geschichte also wir waren, liquide

Herr B:

145: ich steh ja jetzt auf dem Scheidepunkt ich bin zur Zeit ja noch arbeitslos  
147: ich hatte ja einen Arbeitsprozess

Frau C:

697: wir (ihr Mann und sie) haben ja zusammen die Geschäfte aufgebaut  
726: ich bin ja auch aus dem Geschäft entfernt! worden

Herrn F äußert sich – im Gegensatz zu der sehr positiven Bewertung seiner Berufstätigkeit – recht negativ zu seinem Ruhestand.

Herr F:

648: und äh das kam natürlich dann das sah dann plötzlich ganz krass ganz anders aus als man dann als Ruheständler zu Hause dann saß  
581: das war natürlich dann ein starker, Abstrich da als ich dann mit dreiundsechzig Jahren in den Ruhestand ging  
588: nach einem Jahr stellte ich fest, dass äh da sind doch Leeren und da ist vieles nicht ersetzt worden was vorher für mich bereit halt war im Berufsleben äh die ganze Kommunikationsschiene die ist eingeschränkt und äh auch in meinen Beziehungen in der Familie muss ich Korrekturen vornehmen, in der Partnerschaft muss ich Korrekturen vornehmen und dann kam ich also halt in diese Krise ne wo ich anfangs, dann wieder diese sehr starken Angststörungen hatte

Im Gegensatz zu Herrn F beschreibt Herr D eine ambivalente Einstellung zum Ende seiner beruflichen Tätigkeit.

Herr D:

262: ich bin ja seit äh Anfang des Jahres äh unbeschränkt verrentet



291: eine Erleichterung nicht mehr diesen Job zu haben so andererseits ist man natürlich dann wenn wenn diese Situation ein- ein- eintritt, absolut auf dem absteigenden dem äh absteigenden oder auf dem Abstellgleis  
568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger

Frau A und Frau C schildern beide Probleme mit ihren Ehemännern.

Frau A:

279: mein Mann hat getrunken (...) ist da dran auch leider gestorben an Bauchspeicheldrüsenkrebs

293: das ist nicht so dass (...) wie ich den Anschein vielleicht unten bei der Therapie erweckt hab dass mein Mann geschlagen hat oder so, so was überhaupt nicht

322: ich hab das zu spät registriert (Mann war von Anfang an Trinker)

Frau C:

709: wir haben ja sechs Jahre Scheidungskrieg gehabt

725: ja und dieses über diese sechs Jahre hinweg da ist natürlich viel viel Böses gesagt worden

729: und da dachte ich schon er hätte was gelernt aber äh er hat daraus nichts gelernt

Frau G beschreibt als einzige, dass sie eine schwere Kindheit gehabt hat.

Frau G:

154: ich habe als Kind sehr sehr schwer körperlich arbeiten müssen

161: jeden Tag schwere körperliche Arbeit ja wirklich wir hatten Landwirtschaft und ich habe jeden erwachsenen Mann ersetzt auf dem Feld

435: meine Mutter ist vor drei Jahren verstorben also das ist das ist im xxxxxxxxxx ist das Haus und äh wir haben schon immer zu ihr (Schwester) gesagt sie sie muss da unbedingt weg

460: ich hänge da (Elternhaus) überhaupt nicht daran nein nein also mir ist das lieber heute lieber gestern schon wie als morgen es war für mich also ich hab mich in diesem Haus nie wohl gefühlt ich muss dazu sagen es ist auch jetzt nicht so von klein auf ich bin aufgewachsen in xxxxxxxxxx (Staat in Osteuropa) und ich bin erst mit vierzehn Jahren hier rüber gekommen, bin dann gleich weg um deutsch zu lernen

477: ich bin ich bin ja gleich weggekommen ich war zwar schon mal in den Ferien mal so vier Wochen da und mich hat dieses Haus also nie ich könnt nie sagen das ist mein Elternhaus sondern die haben zwar dort gewohnt ich war zu Besuch da aber ich hab da keine Beziehung überhaupt nicht zu dem Haus

484: es war eher eine Belastung für uns weil wir immer hin mussten weil da ein großer Garten drum rum ist und mein Vater hatte dann auch noch Obstbäume eingepflanzt und Kartoffeln und weiß der Kuckuck was und Kaninchen und wir mussten natürlich immer dahin zum Arbeiten also wie gesagt, ich war froh als das Ganze zu Ende war (Stöhnen) (leises Lachen)

490: das war schon das Wochenende man wartete darauf dass wir Freitagabend kamen und Sonntagabend setzten wir uns ins Auto und waren alle vier kaputt ne mein Mann und meine Kinder und es war also wirklich also na ja gut na ja es ist jetzt, ein anderes Thema (Lachen) also viel Arbeit

499: und wie gesagt mir ging's nicht gut und ich hab dann auch direkt gesagt 'also xxxx (Schwester) ich werd nicht kommen xxxx ich putze nicht mehr hier und ich mache auch xxxx ich kann das nicht ja und mein Mann der hat auch viele Operationen' (nach dem Tode der Eltern)

503: unsere Kinder die wurden dann natürlich da mit einbezogen

505: da haben die nie Verständnis für gehabt dass man auch selber wenn man am Wochenende frei hat auch mal Ruhe haben möchte oder vielleicht auch mal Bekannte einlädt oder auch mal irgendwo eingeladen wird ne das haben die nie verstanden also es hieß immer nur arbeiten! arbeiten! arbeiten

511: und dann hab ich mir gedacht ne 'bo dieses Haus' also das habe ich eher verwünscht wie sonst was deshalb ist das jetzt für mich also so psychisch wenn Sie das meinen ne kein kein Einschnitt überhaupt nicht also ganz im Gegenteil es fällt eher eine Last ab ja

1040: was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja es war schlimm genug

1107: einmal war auch (bei einem Themenabend einer kirchlichen Institution) jeder schreibt mal auf womit er gerne früher gespielt hat als Kind ja, das war für mich ein großes Problem ich habe nie ein Spielzeug besessen ja äh ja was sollt ich schreiben ich weiß gar nicht was ich geschrieben hab ich weiß gar nicht ob ich gar nichts geschrieben hab oder, doch ich glaube ich hatte ja mit dem Lineal oder da schon mal mit so einem Nähseidenröllchen von meiner Mutter mal wenn wenn die nicht geguckt hat wenn die nicht da war das war ja ganz selten dann hab damit gespielt aber na ja, ja das sind dann so Situationen oder meine schönste äh Kindheitsgeschichte ne ich weiß nicht ob ich eine schönste Kindheitsgeschichte erzählen könnte dann erwisch ich mich dass ich am liebsten raus rennen würde ne aber ich bin dann im großen Kreis und kitzle dann was hin

## 4.2.2 Beziehungen

### 4.2.2.1 Beziehungen: Partnerschaft

Zum Thema „Beziehung und Partnerschaft“ äußern sich alle neun Gruppenmitglieder.

Drei Gruppenmitglieder (Frau A, Frau C und Frau I) geben an, dass sie nicht in einer Partnerschaft leben.

Frau A ist Witwe und Frau C und Frau I leben alleine.

Frau A:

59: ich bin allein. mein Mann ist ja tot

279: mein Mann hat getrunken (...) Ist dadran auch leider gestorben an Bauchspeicheldrüsenkrebs

Frau C:

550: partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in meinem Leben

607: ich bin's+ noch (verheiratet) zweiundfünfzig Jahre

613: davon leb ich aber jetzt schon zwanzig Jahre schon allein

620: das waren ja sehr sehr unschöne Geschichten

709: wir haben ja sechs Jahre Scheidungskrieg gehabt

636: mit meinem Mann ist es ganz komisch äh es war jetzt wieder so wir haben ab und an mal sporadisch Kontakt

644: ich wollte auf ihn zugehen und er blieb stehen und da bin ich auch nicht weiter zugegangen ich hätte ihm gern die Hand gegeben

645: mein Verhältnis zu ihm hat sich Gott sei Dank verändert (...) es hat fünfzig Jahre gedauert bis ich begriffen habe dass er keiner ist er ist kein Strohhalm

Frau I:

373: nein (Frage, ob sie in einer Partnerschaft lebt)

411: ja also der äh weiß ich nicht (etwas unwirsch) der wichtigste der äh wichtigste war ja eigentlich mein Ehemann ne, aber ähm danach gab's dann noch mal ne Verbindung und äh das war so auf Distanz und äh ja das war, auch schwierig

439: ja natürlich (Frage, ob ihr dann nur der Rückzug blieb)

Die anderen sechs Gruppenmitglieder leben alle in einer festen Partnerschaft – sie sind alle mit ihrem Partner verheiratet.

Alle vier Männer (Herr B, Herr D, Herr F und Herr J) bezeichnen ihre Partnerschaft als stabil.

Herr B:

545: wir kommen an für sich sehr gut miteinander aus es gibt halt eben nur Reibungspunkte das sind also wenn es da um um Arbeiten geht die ich nicht begreife oder die sie erledigt hauptsächlich also die ganzen Formalitäten und äh da gibt es schon mal Meinungsverschiedenheiten weil ich eben halt dann anders denke und großzügiger und phlegmatischer wäre würde also manche fünf gerade lassen

557: wir sind siebenunddreißig Jahre verheiratet und werden wahrscheinlich auch, so bleiben

Herr D:

550: da merkt man eben man ist nicht umsonst schon neunzehn Jahre verheiratet

903: und versuche ihr natürlich so viel wie möglich abzunehmen

910: am Samstag, dann trennen sich dann unsere Wege dann geht sie gerne selbst mal einkaufen

965: aber wir fahren Fahrrad zusammen und wir treffen uns auch mit Freunden

967: ja! (ein bisschen mehr Zeit auch mit der Frau gemeinsam verbringen zu können)

996: die sind also sehr gering muss ich sagen (Interessenkonflikte)

1006: (Schnaufen) (p:00:00:04) ne das hat sich an sich äh das hat sich an sich äh so ein bisschen äh geglättet (Konflikte/problematische Seiten in der Beziehung) also wir hatten ja glaube ich schon mal wir hatten schon mal so ein bisschen so, Zoff auch (...) sie wollte natürlich ihren Standpunkt vertreten ich meinen und ich hatte mich da ein bisschen zurück gezogen und äh dann war sie dann war ich natürlich auch das hat sie auch ein bisschen sehr, äh äh ähm ähm belastet und auch ärgerlich gemacht weil ich auch in der ersten Zeit (Räuspern) meines meines Rentendaseins Rentnerseins auch so sehr äh ja auch so lethargisch oder antriebslos war

Herr F:

543: die Partnerschaftsverhältnisse, die waren eigentlich stabil die sind sogar äh zum Beispiel durch die Krankheit etwas stabilisiert worden (...) die haben sich alle um mich bemüht meine Frau natürlich auch

550: das war vorher also auch alles in Ordnung also da liegen stabile Verhältnisse vor in der Familie und auch in der Partnerschaft

876: ganz am nächsten steht mir natürlich schon meine meine Ehefrau

1181: als Ergänzung ist das ganz gut, nur eben ähm wie gesagt die eine Seite freut mich also diese spontane künstlerische musische äh nur diese diese fehlende äh Planbarkeit da, die, sie äh das Planungsvermögen äh das stört mich manchmal natürlich schon

1248: von ihrer Psyche hat die sich auch so stabilisiert vielleicht natürlich auch durch durch die Ehe mit mir gemeinsam

1259: und ich hatte ja da auch so ne Krise und das war auch ein bisschen der Grund warum! wir uns überhaupt kennen gelernt haben

1263: und da sagt sie mir also heute noch dass sie sich äh jetzt sehr wohl! und glücklich fühlt und äh dass sicherlich ich dazu auch beigetragen! habe ne wobei ich dann ergänze 'ja aber nicht auf meine Kosten ich Deine, ich sag jetzt einfach mal ein bisschen da Deine Planungs-! Plan- Planungsunfähigkeit! so ein bisschen immer korrigieren muss ne?

Herr J:

1133: wir sind seit wir kennen uns seit über, vierzig Jahren zweiundvierzig Jahre wir sind dieses Jahr vierzig Jahre verheiratet

1136: und ich habe immer, wie wie heißt das so lapidar äh eine ich würde fast sagen perfekte Ehe geführt also perfekt hört sich gelackt an eine schöne Ehe geführt äh sehr äh gefühlsbetont und und auch äh ich sag mal jeder vom anderen, äh äh äh lernt und sieht und hört und bekommt mit und reagiert und agiert und, äh jeder freut sich mit dem anderen

Im Gegensatz zu den vier männlichen Gruppenmitgliedern bezeichnen die beiden Frauen (Frau E und Frau G), die ebenfalls schon lange verheiratet sind, ihre Ehe manchmal als problematische Partnerschaft, die sie zum Teil sehr belastet.

Frau E:

324: wir können, also ganz nett und zusammen miteinander umgehen also und das ist meistens der Fall ... aber und wenn dann nur ein kleiner Krach ist dann bricht irgendwie das alles diese Harmonie bricht ich weiß nicht ob das bei anderen auch so ist die bricht so auseinander, erstmals geht es mir besonders dreckig dann was ich ihm natürlich dann gar nicht so sage das ist dann so als wenn man sich so vollkommen fremd wäre, wissen Sie wie verkommen das ist? wissen Sie die vollkommene Harmonie! gibt es ja nicht aber dann ist irgendwas und dann, und dann ist der ganze Tag gelaufen (...) ich muss das erst mal, dann kommen immer die Gedanken, dann muss ich das immer wieder gedanklich verarbeiten und das ist also schlimm

Frau G:

797: oder jetzt das mit dem Umzug auch bevor wir umgezogen sind also der saß da am Computer machte seine Spielchen interessierte sich für absolut nichts also ich hab mich manchmal immer nur gefragt was ist hier eigentlich los ich hab ihn dann angesprochen sag mal ich hab gesagt 'ziehst du überhaupt nicht mit?'

807: ja also ich war oh ich war geladen ich hab ich hab so gut wie nichts mehr gesagt ich hab ich hab ihn nur angeguckt ich sag und dann merkte er also dass es wirklich an der Zeit war aufzustehen und in den Keller zu gehen oder was zu tun ja

809: ach und bei jeder und bei jeder Kleinigkeit muss ich dann sagen wie gut er dann war dass er schon alles hach (Stöhnen) (...) ich musste dann immer sagen ja wie toll das alles von ihm ist och (...) immer so das Zückerchen abholen und wenn ich das dann nicht tue wenn ich dann schon mal hingucke und gar nichts sage dann nimmt er das Fahrrad dann fährt er dann fährt er zu Bekannten und erzählt dann bei dem war ich und bei dem war ich und dann weiß ich ganz genau was er denen erzählt ja? dass er schon wieder so viel getan hätte

Die Leistungsverweigerung ihres Partners, die von Frau G beschrieben wird, spricht auch Frau A bei ihrem verstorbenen Mann an.

Frau A:

297: ich denke mal war ein sehr schwacher Mensch

299: nein in der Beziehung überhaupt nicht (sich auf ihren Mann verlassen)

Hingegen beschreiben Herr B und Herr D die Dominanz ihrer Ehefrauen, die sich in der Übernahme von Entscheidungen und Verantwortung zeigt.

Herr B:

313: die (Ehefrau) hat dann die beiden (und der Anwalt) haben dann den Prozess geführt

520: diese ganzen Formalitäten und alles das das fällt mir schwer so was und Gott sei Dank kümmert sich da meine Frau so ein bisschen mehr drum

569: sie! ist die stärkere! Frau äh die stärkere Person in unserer Partnerschaft das muss ich also sagen

592: sondern äh lasse es drauf ankommen und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat

617: also sie (die Ehefrau) hat mehr den Terminplan für die Woche oder den Tag

727: wenn mir irgendetwas nicht gefällt an jemanden nicht das könnte ich ihm sagen dann, aber meine Frau ist dann auch wieder die stärkere und sagt 'sei diplomatisch nimm es hin kümmere Dich nicht drum es ist nicht Dein Problem'

Herr D:

558: da bin ich derjenige der immer dann sagt okay wenn sie das meint

563: so das ist vielleicht ist es ist es ein Fehler aber ich da bin ich immer sehr äh (Seufzen) äh da bin ich immer sehr einsichtig wenn das wenn das von der anderen Seite von meiner Frau her gesagt wird nee das geht schon noch

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger jetzt sage ich okay wenn sie das sagt

829: ähähäh sie mehr (auf die Frage: wer hat bei Ihnen die Hosen an?)

832: sie ist etwas bestimmender was ich auch gerne habe weil ich also so äh ich war ja auch immer (...) in der letzten Zeit so so äh schwankend und zweifelnd

845: und entscheidet und dann sage ich okay 854: na ja gut ich bin derjenige gewesen der dann immer der zurück gehalten hat (im Urlaub)

Frau C, Herr F und Herr J beschreiben eine Abhängigkeit in ihrer Partnerschaft.

Frau C:

615: und ich sag mal so äh, für mich hat sich heraus kristallisiert im Lauf der Jahrzehnte dass das schon eine große Abhängigkeit meinerseits war (...) zu meinem Mann

685: ne totale Abhängigkeit (von dem Ehemann)

687: und dadurch (durch die Abhängigkeit: finanziell und emotional) hatte er auch die Chance mit mir machen zu können was er wollte

Herr F:

453: weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause wenn meine Frau also mal so manchmal ist sie so äh zumindest in den letzten letzten Jahren war sie so neben- ehrenamtlich war sie da dann ist sie auch zu Seminaren unterwegs und dann ist sie so zwei drei Tage weg und das macht mir also schon Angst

460: vor zwei drei Jahren (als ich) diese äh äh Angststörung dann hatte da hat sie dann auch schon mal so was fallen! lassen ne dass ich nicht alleine war alleine war und auch heute ist es noch so

Herr J:

1258: alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst (...) wie kommst Du alleine noch klar

Drei der vier männlichen Gruppenmitglieder (Herr D, Herr F und Herr J) berichten von Erkrankungen ihrer Ehefrauen.

Herr D:

88: Brustoperation und da ist ihr sind ihr gleich drei glaube ich zwei oder drei Knoten herausgenommen worden die aber gutartig waren

933: sie hatte Hepatitis C

Herr F:

1255: früher ist sie sehr viel hat sie sehr viel Last mit Migräne und mit mit gewissen Symptomatiken gehabt die die sicherlich äh auch psychisch bedingt waren

1294: früher auch öfter in psychologischer Behandlung war wegen ihrer Migräne

Herr J:

782: auch sie ist nicht auch nicht gesund (...) sie hat viel mit Migräne zu tun also mit schlimmster Art Migräne

Die individuellen Beschreibungen der Partner fallen bei den Mitgliedern der Therapiegruppe sehr unterschiedlich aus.

Eine positive Beschreibung seiner Ehefrau gibt Herrn J.

Herr J:

780: ich meine sie macht sich zu viele Gedanken

1123: meine Frau nimmt das noch viel verinnerlicht das noch viel mehr viel mehr die ist noch viel sensibler als ich

1146: meine Frau freut sich riesig wenn sie mir eine Kleinigkeit mitbringt sie freut sich mehr als ich

1455: meine Frau äh spricht sehr viel (unterdrücktes Lachen) das sind ein- ganz einfache Dinge (Frage, was seine Frau tut, um ihn „auf die Palme zu bringen“)

1466: äh das ist was öh was mich, äh stört an ihr aber öh, ich sag das ist Null Komma Null eins Prozent an ihrem ganzen Wesen prinzipiell also ne äh sie hat so viele gute und schöne Seiten

Ambivalente Gefühle gegenüber ihren Ehemännern äußern hingegen Frau A, Frau E und Frau G.

Frau A:

279: mein Mann hat getrunken das war ein Streitpunkt.

293: das ist nicht so dass er betrunken war oder, wie ich den Anschein vielleicht unten bei der Therapie erweckt hab dass mein Mann geschlagen hat oder so, so was überhaupt nicht

297: ich denke mal war ein sehr schwacher Mensch

301: mein Mann hatte Minderwertigkeitskomplexe glaube ich

314: mein Mann war ein herzenguter Mensch

316: er hatte halt den Fehler dass er, er war Alkoholiker auf deutsch.

Frau E:

146: mein Mann, der ist zwar immer jetzt bei so einem Wetter, ist immer im Garten wir haben einen Schrebergarten hier in xxxxxxxxxx (Großraum Düsseldorf) (...) und also das ist so sein ein und alles

185: da hat er einfach überhaupt keine Lust zu (mit ihr was zu unternehmen)

291: er ist in der Regel sehr ausgeglichen hat also, er ist kein launischer Mensch aber wenn ihm was nicht passt, dann kann er sehr aufbrausend und zumindest früher, jetzt nimmt er sich ein bisschen zurück sehr aufbrausend und auch verletzend, sein

299: er lacht gerne und viel also ist eigentlich ein positiver Mensch

303: er kann dann sehr barsch in seinem Ton sein wenn ich, wenn ihm etwas nicht passt

322: so, richtig harsche Kritik, hat er nicht so gerne

Frau G:

251: mein Mann der ist so eher der passive, Teil in unserer Ehe (Lachen) mein Mann interessiert sich da nicht so wirklich dafür (...) er würde nie die Initiative ergreifen

302: mein Mann ist ja total, locker ganz gelassen also der sieht so vieles total! anders wie ich

659: weiß ich nicht ich denke mal meinem Mann geht's immer gut (Lachen)

662: och meinem Mann dem geht's immer gut da Sorge ich schon dafür dass es dem gut geht (Lachen)

668: mein Mann der ist überhaupt nicht so ein bisschen feinfühlig oder oder der kann das nicht so ähm so sagen oder so rüberbringen wie ich das schon mal kann ja

726: er wird jetzt fünfundsechzig

739: mein Mann ist nicht fordernd überhaupt nicht fordernd gar nicht er ist mit allem zufrieden, also er ist nicht der Typ der sagt 'hach wie sieht's denn hier aus guck mal hier der Staub oder wie wie heute schon' ich sag mal 'zwei mal hintereinander Erbsensuppe' oder so er käme gar nicht auf die Idee ne also er nimmt er nimmt alles hin so wie er's dann kriegt so ist es gut

840: das war früher auch anders ich muss auch sagen er ist auch jetzt in den letzten Jahren so geworden er hat ja auch gearbeitet und da war er auch immer sehr fleißig muss ich dazu sagen

Eher negativ äußert sich Frau C über ihren – von ihr getrennt lebenden – Ehemann.

Frau C:

725: über diese sechs Jahre hinweg da ist natürlich viel viel Böses gesagt worden und und und ich bin ja auch aus dem Geschäft entfernt! worden (...) und da dachte ich

schon er hätte was gelernt aber äh er hat daraus nichts gelernt und das zeigt mir dann auch also es kann passieren was will

732: er wird so bleiben wie er ist und sich nicht so verändern wie ich ihn gerne hätte

Herr B, Herr D und Herr F beschreiben ihre Frauen recht neutral.

Herr B:

40: meine Frau ist ja auch zu Hause und die erinnert mich dann immer dran (seine Vergesslichkeit) und das ärgert mich dann immer so

282: sie (die Ehefrau) sagt immer ich bin ein bisschen pessimistisch

328: äh aber sie bohrt dann doch weiter und möchte das wissen und dann gibt es mal Diskussionen und aber nichts Böses oder was das ist ich bin nun mal so ich bin so und sie ist so

561: sie ist wie ich schon sagte eine ehrgeizige Frau ne ich würde sie auch als stark bezeichnen stärker als ich

Herr D:

805: die ist äh von neunundfünfzig

811: ach ja (Seufzer) also sie ist ein sehr sehr kommunikativer Mensch

826: sehr beliebt muss ich sagen und äh sie kocht gerne

Herr F:

1107: sie hat äh vom Temperament her äh ist sie sicherlich spontaner als ich sie ist sehr spontan (...) auf der einen Seite Positives bringt ist natürlich auf der anderen Seite dass sie also äh bezüglich Planungen! Äh da gewisse Defizite hat

1119: sie also auch selbst so Hobby!-Malerin ist

1164: gerade Einladungen zum Beispiel das macht sie sehr gut

1197: dieses Rationale das äh fehlt dann so ne

1250: wir sind letztendlich beide ja schon zum zweiten Mal verheiratet ich bin also zwei mal zwanzig Jahre verheiratet und sie ist also auch schon zwei mal zwanzig Jahre verheiratet

#### **4.2.2.2 Beziehungen: Kinder**

Alle acht Gruppenmitglieder, die eigenen Kinder haben, äußern sich zu ihrer Beziehung zu den Kindern. Herr D ist als einziges Gruppenmitglied kinderlos.

Von den acht Gruppenmitgliedern geben sechs Befragte an, ein gutes Verhältnis zu ihrem/einem Kind zu haben: je drei von ihnen äußern sich zur Tochter (Herr F, Frau G und Frau I) bzw. zum Sohn (Frau A, Frau C und Herr J). Ein weiteres Gruppenmitglied (Frau E) spricht zwar die Beziehung nicht explizit an, weist jedoch (positiv) darauf hin, dass ihre Tochter ihr eine gute Ratgeberin ist; der achte Befragte (Herr B) schildert gemischte Gefühle gegenüber seinem einzigen Kind, einer Tochter.



Zwei der acht Gruppenmitglieder (Frau A und Herr F) berichten hierbei, dass sie ohne Einschränkungen ein gutes Verhältnis zu ihren Kindern haben.

Frau A:

218: doch wir haben ein sehr gutes Verhältnis (zum Sohn)

222: dem geht nichts über Familie

225: er legt viel Wert drauf dass die ganze gesamte Familie Kontakt miteinander hat und guten

Herr F:

542: die familiären Verhältnisse die Partnerschaftsverhältnisse, die waren eigentlich stabil die sind sogar äh zum Beispiel durch die Krankheit etwas stabilisiert worden nämlich dadurch dass dann auch meine meine Tochter Schwiegersohn und auch Enkelkinder äh äh zumindest zeitweise dann doch mehr Anteil genommen haben

550: das war vorher also auch alles in Ordnung also da liegen stabile Verhältnisse vor in der Familie und auch in der Partnerschaft

875: am nächsten steht mir natürlich schon meine meine Ehefrau ne gefolgt von äh meinen Kindern

Vier weitere Gruppenmitglieder (Herr B, Frau C, Frau G und Herr J) beschreiben Konflikte in der Beziehung zu ihrem Kind. Herr B schildert hierbei eine Unsicherheit zwischen ihm und seinem einzigen Kind (einer Tochter), während Frau C, Frau G und Herr J jeweils beschreiben, dass ihr Verhältnis zu einem ihrer beiden Kinder schwieriger ist als zu dem anderen Kind.

Herr B:

172: mit unserer Tochter da habe ich also auch so ein gewisses Problem

339: meine Tochter ist mir, ja vom Bildungsstand zu weit nach, oben gerutscht sie hat also auch Medizin studiert

342: im Januar ihren Doktor gemacht sie ist bei der Bundeswehr als xxxxxxxxxxxxxx (Ärztin) tätig und befindet sich zurzeit in xxxxxxxxxxxxxx (Staat im Kriegszustand in Asien)

359: das familiäre Verhältnis ist also, bombensicher und wir lieben uns alle drei wir sind wir sagen immer wir sind ein ein ein Trio sind wir es gibt keine Geheimnisse

391: sie ist im Gegensatz zu mir äh sehr lernfreudig

426: ja meine Frau also sie hat die Gene da von meiner Frau die war also auch immer sehr lern- äh begierig und hat also auch immer viel gelernt und früher und ist auch heute an vielem interessiert woran ich weniger interessiert bin

439: das persönliche Verhältnis ist schon da es ist meine Tochter und ich liebe sie über alles und äh tue auch für sie alles sie braucht nur zu zu flöten dann komme ich

Frau C:

545: meine Liebe zu meinen Kindern das ist alles wunderbar und dass ich da äh geliebt werde das ist auch wunderschön aber die haben ja ihre eigene Familie auch

662: ich belästige meine Kinder nicht mehr mit diesen äh Papa-Geschichten Mann-Geschichten

665: was ja auch sehr schwerwiegend ist zumal bei meiner Tochter

672: mit meiner Tochter gab's eben auch dann diese großen Schwierigkeiten und äh das! ist nicht mehr also das brauch ich auch nicht mehr

Frau G:

308: weil die Tochter genauso ist wie ich (...) 'wir gehen dann her wenn's nicht schnell genug gemacht wird und machen es dann selber oder oder wischen noch nach oder tun noch nach'

912: ja zu unserer Tochter sehr gut (der Kontakt) die arbeitet übrigens hier in der xxx-Klinik (...) da ist sie Krankenschwester

916: zu unserem Sohn an und für sich auch (guter Kontakt) aber unser Sohn der ist sehr phlegmatisch ist sehr ähm ja sehr bequem und ja wenn er mal ausgeschlafen hat und dann ja dann ruft er mal an oder ich muss ihn dann anrufen ach ja und alles so ein bisschen so unser xxxxxx der ist total anders ich weiß auch gar nicht nach wem er kommt überhaupt in der Familie der war schon als Kind ganz anders immer sehr ruhig sehr bedacht sehr klug aber nie was damit gemacht

932: der macht gar nichts beziehungsweise er xxxxxxxx (...) er hat zwar ne feste Anstellung

938: hochintelligent das weiß er auch er weiß auch dass er faul ist aber er tut trotzdem nichts ja er hat dann das Abitur nachgemacht das war aber dann seine! Initiative

943: hat dann noch xxxxxx gelernt aber xxxxxx auch nie ausgeübt weil das war das ist ja ein Beruf so dann hat er xxxxxxxxxx gemacht sich halt so über Wasser gehalten Vater und Mutter haben dann immer bezahlt, klar, ja

947: und ansonsten lässt er es sich gut gehen er genießt das Leben und, ja

953: es war viele viele Jahre war das schon also für mich war das schon sehr schwer und für meinen Mann natürlich auch

956: er ist sechsunddreißig

962: er hat in der Zwischenzeit auch mal geheiratet mh kam dann mal hat gesagt 'Mutti ich heirate' die kannte er dann gerade vier Wochen oder sechs Wochen, natürlich kein Geld keine Wohnung und nichts aber er heiratet na ja gut dann haben wir natürlich auch die Hochzeit bezahlt es blieb uns ja nicht anderes übrig und ja und dann, und dann sind sie auch zusammen gezogen und das war auch alles wunderschön und das ging dann zwei Jahre oder zwei ein halb Jahre dann hat die Schwiegertochter zu ihm gesagt 'also hör mal ich hab mir die Ehe anders vorgestellt weißt du ich bin jetzt weg ich lass am Donnerstag meine Sachen abholen' ja dann war es das dann hat er sich scheiden lassen und dann jo mh

974: ne es ärgert mich nur also wir sind schon die ganze Zeit dran, und äh dass er was für seine Altersversorgung tun muss ne also es reicht ja nicht dass diese paar Cent da, in die Altersversicherung gehen sondern dass er auch privat was tun muss und das sieht er nicht ein, und meine Tochter und ich also wir wissen nicht wie wir ihn kriegen können und wir wollen jetzt im Herbst noch mal starten (Stöhnen) soweit ist er sonst wenn man ihn sag ich mal jetzt zu sehr darauf anspricht dann schaltet er sofort auf stur und und ist weg ne

983: schon ein ganz äh schwieriges Kapitel also unser Sohn und es ist wirklich ein ganz lieber also (...) aber irgendwo er weiß das auch alles er sagt auch 'Mutti ich weiß'

992: er hat angefangen zu studieren in der Zeit wo er geheiratet er hat (...) dann hat er nebenher xxxxxxxxxx gemacht (...) das reichte weder für das eine noch für das andere

1005: dann hat er das wohl an den Nagel gehangen ja, aus welchen Gründen auch immer ich hab nicht mit ihm darüber gesprochen es ist auch sehr schwer an ihn ranzukommen

1009: das ist was was uns ich denke mal mein Mann der spricht da nicht drüber er kann nicht so mit ihm so ja ich bin da schon etwas anders aber unsere Tochter die versucht dann auch schon mal

Herr J:

1401: und äh der zweite ist ganz anders, ist eben wie das oft so ist nicht so streng erzogen worden wie der erste und da ist das auch eine Portion anders ist das lockerer und der ist auch äh mehr Sonnyboy mehr kommunikativ äh äh und der kommt überall der kam schon als Kind als kleiner im Sportverein überall an

1391: vielleicht dass ich zu meinen Kindern auch ein bisschen bestimmend, war (Frage nach Konfliktmustern) in der Erziehung, vor allem bei dem Älteren der ja auch nicht mehr ganz so klar und gut zurecht kommt weil er selbst auch wieder so vor allen Dingen zu meiner Frau ist der manchmal sehr, ruppig sag ich jetzt mal vom vom Wort her

Drei der fünf Frauen (Frau C, Frau E und Frau I) geben explizit an, dass ihnen ihre Kinder als Zuhörer und Ratgeber zur Seite stehen.

Frau C:

270: aber dann äh hatte ich sehr gute Gespräche mit meinem Sohn

669: mein Sohn hat sich das (das Jammern über den Ehemann) ja immer schön angehört und äh ich habe auch sehr viel von ihm dadurch gelernt

Frau E:

620: wenn jetzt irgendwas ist dass ich dann schon mal meine Tochter frage

Frau I:

657: und ich hab das auch mit meiner Tochter besprochen (Wohnungsplanung im Alter) und ich denke, ja so ist es richtig.

702: und auch mit meiner Tochter (redet sie über Ängste im Alter)

Frau G, Frau I und Herr J weisen auch auf ihre Sorgen hin, die sie sich um ihre Kinder machen.

Frau G:

983: schon ein ganz äh schwieriges Kapitel also unser Sohn

953: es war viele viele Jahre war das schon also für mich war das schon sehr schwer und für meinen Mann natürlich auch

Frau I:

118: meine Tochter hat also, mit in ihrer Ehe Probleme mit und äh aber das hat sich jetzt auch etwas gelöst und die beiden haben also für einander eine Form gefunden wie sie miteinander umgehen

123: ja ich fühl mich dadurch natürlich auch entlastet

Herr J:

1108: vielleicht, weil ich auch sehr viel finanziell, äh Sorge dafür getragen habe dass dass sie auch finanziell ein bisschen schon abgesichert sind

1113: aber eigentlich Sie haben recht er ist erwachsen, sie sind beide erwachsen (...) trotzdem, ziehe ich mir es an (...) versuche es weg zu drücken, mir gelingt es auch einigermaßen aber nach, nachdem man gerade wieder da war (...) und und ich habe da so einiges mit bekommen da ist der Druck dann schon wieder höher ne

Herr F, Frau G und Herr J erzählen, dass sie Enkelkinder haben. Allerdings berichtet nur Herr F, dass er in die Betreuung seiner Enkelkinder mit einbezogen wird.

Herr F:

709: und dieses Bewusstsein muss erst erneut äh gestärkt werden und geschaffen werden dass also der Umgang mit Kindern sehr wohl äh von großer Qualität sein kann, na ja und das hab ich dann auch mehr und mehr auch erfahren meine Tochter hat mich dann auch mehr einbezogen da in in die Kindergartengeschichten (...) so dass ich da doch so etwas habe was mir mehr und mehr Spaß gemacht hat (...) das das wurde alles vom Niveau her dann immer schon ein bisschen interessanter

Frau G:

504: die Tochter ist verheiratet und hat selber einen Haushalt und ein Kind und arbeitet auch selber

Herr J:

755: der jüngere hat jetzt geheiratet der hatte äh während der Studienzeit äh, eine Frau kennen gelernt und hat mit ihr ein Kind unmittelbar so ungefähr dass er gerade mitten im Examen war aber gut das sind Dinge die sind lange vergessen das liegt vier Jahre zurück

#### **4.2.2.3 Beziehungen: Freundes- und Bekanntenkreis**

Zum Thema Freundes- und Bekanntenkreis äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder, mit Ausnahme von Herrn J.

Alle acht Gruppenmitglieder geben an, dass sie entweder Freunde oder Bekannte haben. Die Hälfte von ihnen (Frau A, Frau C, Herr F und Frau I) berichtet explizit von Freunden oder einem Freundeskreis.

Frau A:

72: ich hab einen sehr guten Freundeskreis

77: alles Kindergartenmütter

81: und natürlich auch neue hinzugekommen also neuere als die vom Kindergarten

Frau C:

330: ich bin ich bei der xxx (Verein) und wir haben einen Frauenstammtisch (...) da sind auch so was äh von netten Frauen wir sind auch privat zusammen

353: liebe Menschen um mich aber die sind teilweise eben sehr viel jünger als ich die sind noch im Berufsleben haben noch Familie

1025: so habe ich eigentlich auch äh Freundschaften geschlossen, welche abgeschlossen, neue geschlossen äh die auf dieser Basis die Frau interessiert mich

1044: eine Freundin lebt äh schon über fünfundzwanzig Jahre auf xxxxxxxxx (spanische Insel)

Herr F:

861: ja ich sag mal so äh ich behaupte von mir nicht dass ich den und dann betone ich den! guten Freund habe (...) also den! guten Freund habe ich nicht

871: aber ich habe dann gleich dahinter gelagert äh mehrere sehr gute freundschaftliche Beziehungen ähm die schon tragfähig sind

879: wenn man also jetzt äh für die Seele vielleicht die Gespräche sucht, dann hab ich schon Freunde äh und Gesprächskreise

895: aber so das übliche tägliche äh ich sage mal so ein bisschen Luft ablassen äh das mach ich dann schon mit mit äh in in einem Freundeskreis wo dann wozu ich also Leute habe die besuchen ich auch regelmäßig auch zu Hause

Frau I:

333: und mein Chef ist hat heute Geburtstag seinen fünfundachtzigsten Geburtstag heute morgen hab ich mit ihm telefoniert

700: ja ich habe Freundinnen also Freundinnen mit denen ich darüber rede (über Sorgen vor dem Gebrechlich werden im Alter)

Fünf der acht befragten Gruppenmitglieder (Herr B, Herr D, Frau E, Frau G und Frau I) erzählen, dass sie Bekannte bzw. einen Bekanntenkreis haben.

Herr B:

664: Freundeskreis weniger eher Bekanntenkreis

673: also wir haben sehr viele! Bekannte durch den Verein eben halt äh der hat sich zwar ein bisschen reduziert auf Grund des Alters eben halt

Herr D:

184: habe dadurch eben auch sehr viel Kontakt auch zu diesen ganzen ehrenamtlichen Mitarbeitern

857: das (ehrenamtliche Tätigkeit) ist natürlich auch sehr schön weil ich ja auch ins Gespräch komme wenn ich diese Nachhilfe mache bei den Eltern die dann also manchmal zu Hause sind

Frau E:

183: man trifft sich so mit Bekannten und so aber auch natürlich nicht immer

Frau G:

44: weil wir sehr sehr viele Bekannte haben wir sind da sehr integriert in der in der Kirchengemeinde und äh auch so im wir sind im Netzwerk mein Mann ist da ehrenamtlich tätig und wir haben einen sehr großen Bekanntenkreis

451: mein Mann der der hat auch im Dezember Geburtstag also xxxxxxxxxxxxxxxx den wollen wir auch ein bisschen feiern mit Bekannten denn sonst sind die uns total! böse (Lachen)

900: und dann ist man zusammen man kennt sich man ist im Stadtteil und man ist eben auch nicht alleine auch ne und das ist auch ganz wichtig dass man sich anruft oder was vorbereitet oder einer hat Karten

905: viele haben auch so Schrebergärten dass wir uns da treffen also letzte Woche mal zum Reibekuchen essen und solche Dinge

Frau I:

756: das (Altenheim) ist in in oben in in Norddeutschland und da ist ne, Bekannte die hab ich dann auch öfter mal besucht wenn ich da bin

Über Beziehungen zu Freunden und Bekannten hinaus berichten Herr D und Herr F von einem guten Verhältnis zu Verwandten.

Herr D:

817: wir haben ein sehr gutes Verhältnis zu ihrer Schwester und meinem Schwager und meiner Schwägerin

Herr F:

889: dann habe ich meine Familie die Großfamilie noch ich habe also mehrere Geschwister und äh diese Beziehung pflege ich also auch sehr gut

Im Gegensatz dazu spricht Herr B von einem ambivalenten Verhältnis zu seinen Verwandten.

Herr B:

689: meine Frau hat noch einen Bruder mit dem komme ich aber auch bin ich noch nie zurechtgekommen oder mit seiner Frau auch nicht äh, und mit meinen Schwiegereltern klappt es! aber äh die leben noch ich habe keine Eltern mehr

Zusätzlich zu diesem ambivalenten Verhältnis berichtet Herr B auch von seinen Kontaktschwierigkeiten.

Herr B:

666: Freundeskreis ist nicht sehr groß

670: wenn überhaupt feste Freunde das ist immer so ein heißes Thema Freunde da muss man immer vorsichtig sein

673: wer ist schon Freund? wer Freund ist kann man den nachts aus dem Bett holen oder oder hilft der dann wenn es dir schlecht geht oder ist es nur ein Freund um abends ein Bier trinken zu gehen das unterscheidet

750: Nachbarschaft wir haben also wir sind so sechs Häuser sind das nebeneinander wir wohnen jetzt fünfundzwanzig Jahre zusammen haben alle zur gleichen Zeit gebaut, haben aber fast keinen Kontakt miteinander wir grüßen uns aber ne es war noch nie einer vom Nachbarhaus in dem anderen Haus

Auch Herr F thematisiert seine Zurückhaltung, selbst Kontakte zu pflegen.

Herr F:

1164: gerade Einladungen zum Beispiel (...) das was ich so überhaupt nicht äh übers Herz bringen kann was mir sehr schwer fällt

1219: und letztendlich kommt das auch uns insgesamt auch zugute weil sie (Ehefrau) auch eine gewisse Kommunikation in der Nachbarschaft pflegt äh das kommt ja auf mich zurück die Leute kennen mich auch viel besser und und wir haben überall gegenseitige äh Kontakte und Einladungen

#### 4.2.2.4 Umgang mit Konflikten

Zum Thema „Umgang mit Konflikten“ äußern sich alle neun Gruppenmitglieder.

Von acht Befragten (mit Ausnahme von Herrn B) werden Konflikte in der Partnerschaft beschrieben.

Frau A:

279: ja. mein Mann hat getrunken (...) das war ein Streitpunkt.

286: hab ich geschimpft geweint gebettelt und zum Schluss hab ich gesagt 'leck mich' (...) tat mir leid

Frau C:

615: und ich sag mal so äh, für mich hat sich heraus kristallisiert im Lauf der Jahrzehnte dass das schon eine große Abhängigkeit meinerseits war (...) zu meinem Mann

685: ne totale Abhängigkeit (...) und dadurch hatte er auch die Chance mit mir machen zu können was er wollte (...) emotional ja

691: ja ich bin auch finanziell abhängig total (...) und äh die die finanzielle Abhängigkeit ist natürlich auch ein Problem

Herr D:

1009: also wir hatten ja glaube ich schon mal wir hatten schon mal so ein bisschen so, Zoff auch vor meiner vor meiner äh äh temporären äh äh oder in dieser Zeit (...) ich hatte mich da ein bisschen zurück gezogen und äh dann war sie dann war ich natürlich auch das hat sie auch ein bisschen sehr, äh äh ähm ähm belastet und auch ärgerlich gemacht weil ich auch in der ersten Zeit (Räuspern) meines meines Rentendaseins Rentnerseins auch so sehr äh ja auch so lethargisch oder antriebslos war

1041: genau aber das das kann ich nicht! (seiner Frau sagen, dass er nicht putzen will) in dem Sinne weil ich dann dann tue ich ihr weh weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und der so viel Zeit hat

558: da bin ich derjenige der immer dann sagt okay wenn sie das meint

563: so das ist vielleicht ist es ist es ein Fehler aber ich da bin ich immer sehr äh (Seufzen) äh da bin ich immer sehr einsichtig wenn das wenn das von der anderen Seite von meiner Frau her gesagt wird nee das geht schon noch

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger jetzt sage ich okay wenn sie das sagt

845: und dann sage ich okay

854: na ja gut ich bin derjenige gewesen der dann immer der zurück gehalten hat (im Urlaub)

Frau E:

36: in der Phase wo wir irgendwie einen Streit hatten oder so, und dann hatten wir, hatte ich mich mal fürchterlich aufgeregt und, es äh war sofort wieder in mir, also das! ah! das kann man gar nicht beschreiben das ist so schrecklich!

42: das hatte ich nach einem, noch nicht mal Streit das war nur ein Disput, so schlimm, ähm dass es nicht mehr zurück ging also ich war also ich hatte ständig dieses Gefühl nur wenn ich jetzt äh, mit jemand zusammen war mit Freunden oder so dann merkte ich wie das abfiel aber sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

219: dann sag ich ich sag immer zu ihm ich sage 'wenn ich das jetzt so sagen würde wie Du mir das so sagst, also Du würdest ausflippen', das ist ja nicht so unbedingt aber es ist wirklich so, richtig harsche Kritik, hat er nicht so gerne

233: also er kann dann sehr barsch in seinem Ton sein wenn ich, wenn ihm etwas nicht passt, was wenn er etwas gut meint jetzt ich weiß nicht ob ich das schon mal gesagt habe wenn zum Beispiel ist er einmal fürchterlich ausgeflippt (...) mein Mann hatte mir den besten Platz ne? zurecht geschoben, und ich bin weiter gegangen damit die anderen auch gut, ja gut sitzen konnten und über so was kann er sich wahnsinnig aufregen, für mich eigentlich vollkommen grundlos so was.

272: ja und kann, und bin dann auch nicht in der Lage mich dann irgendwie einzubringen, ich merke wie ich vollkommen blockiert bin man könnte das vielleicht irgendwie auflockern aber mir fällt auch nichts ein was ich dann, wie ich mich da einbringen kann

324: wir können, also ganz nett und zusammen miteinander umgehen also und das ist meistens der Fall aber und wenn dann nur ein kleiner Krach ist dann bricht irgendwie das alles diese Harmonie bricht ich weiß nicht ob das bei anderen auch so ist die bricht so auseinander, erstmals geht es mir besonders dreckig dann was ich ihm natürlich dann gar nicht so sage das ist dann so als wenn man sich so vollkommen fremd wäre, wissen Sie wie verkommen das ist?

341: und das dauert erst mal, langsam langsam

343: bei mir natürlich, bei meinem Mann nicht, ich muss

das erst mal, dann kommen immer die Gedanken, dann muss ich das immer wieder gedanklich verarbeiten und das ist also schlimm

353: ich denke mir wenn jemand ne andere Person wäre die mehr Selbstbewusstsein hätte, die könnte sich eher dagegen wehren dass das nicht bis ins Innerste geht dass das vorher so ein bisschen, abprallt

Herr F:

1186: also das (das mangelnde Planungsvermögen seiner Frau) bringt bei mir mir manchmal Stress und äh das gibt auch manchmal ein bisschen Auseinandersetzungen, Meinungsverschiedenheiten aber okay da damit kann ich also leben

1227: dann vielleicht für mich noch störend dass sie mir abends dann sagt 'ja da bin ich heute immer noch nicht weiter gekommen kannst Du mir nicht mal helfen dass wir da weiter kommen' und dann sag ich ihr das natürlich ja ich sag 'wenn Du da nicht wieder den ganzen Morgen mit Frau soundso oder mit Frau soundso gesprochen hättest dann wärst du sicherlich schon gestern morgen damit fertig geworden mit dem ganzen'

Frau G:

345: mich stört das dann immer wenn er dann zu unseren Bekannten geht und sagt 'hach ja und das hab ich gemacht und das hab ich noch und' und dann denke ich 'ganz ruhig bleiben ganz! ruhig nur jetzt nicht sagen'

716: ich sag ihm das auch schon mal ich meine es dauert immer sehr sehr sehr lange also es brodelt dann sehr lange bis ich das auch schon mal sage, äh dann geht es auch mal ne kurze Zeit gut oder andersrum, ja und dann ist alles bald wieder in alten Bahnen ne

797: oder jetzt das mit dem Umzug auch bevor wir umgezogen sind also der saß da am Computer machte seine Spielchen interessierte sich für absolut nichts also ich hab mich manchmal immer nur gefragt was ist hier eigentlich los ich hab ihn dann angesprochen sag mal ich hab gesagt 'ziehst du überhaupt nicht mit?' 'wieso?' ja ich sag 'du sitzt hier tatenlos' ich sagte 'du könntest doch schon mal' ich sage 'dein dein Werkzeug mal aufräumen mal gucken was du überhaupt mitnimmst und was weg kann' mh das ist dann soweit weg jedenfalls so eines Tages eines Tages ist mir wirklich der Kragen geplatzt also er merkte das dann auch ja also ich war oh ich war geladen ich hab ich hab so gut wie nichts mehr gesagt ich hab ich hab ihn nur angeguckt ich sag und dann merkte er also dass es wirklich an der Zeit war aufzustehen und in den Keller zu gehen oder was zu tun ja



Frau I:

420: ich denke dass war so dass wir beide aus ner aus ner Partnerschaft kamen und äh zunächst mal so äh auf Distanz waren

423: also es es ist es war so dass äh dass wir uns beide einig waren oder jedenfalls sah das so aus also, so wie es jetzt ist ist es schön und und so soll's bleiben und auf Distanz und äh ja und dann war es so dass also, mein Partner das dann nicht mehr so eingehalten hat sondern äh, dann hatte er ne andere Verbindung

433: das war insofern so enttäuschend weil nun eben also die andere äh Verbindung da die da bestand äh dass die Frau dann da einzog und äh, dann auch da blieb

Herr J:

1471: da tut es nur weh äh wenn ich eben auch sehe, dass ihr (Ehefrau) das alles sehr viel Kummer macht und und sich das und sich das ja so richtig da richtig reinbeißt und helfen will und kann nicht helfen und wenn Hilfe angeboten wird und dann wird es äh und dann falsch ist und und ne sie hat meistens recht zu neunzig Prozent aber, immer erst mal Konfrontation das tut mir insgesamt dann auch weh

1516: aber dieser dieser dieser Rhythmusunterschied der stört mich natürlich auch wenn ich ehrlich bin stört mich das natürlich ich lasse sie jetzt gewähren weil das vernünftiger ist für beide aber schön ist das natürlich nicht

1524: dann hängt sie noch am Computer äh äh von der Hochzeit äh anderthalb Wochen jede Nacht um da was weiß ich nicht was auszuarbeiten und so das sind Dinge die die stören mich ne obwohl es für unseren Sohn dann war dann habe ich gesagt 'mein Gott das kann doch alles nicht wahr sein (...) denk doch mal an Dich!'

Herr B, Frau C, Frau G und Herr J sprechen Konflikte mit ihren Kindern an.

Herr B:

355: und auch manche Diskussionen wenn wir zusammen sind dann äh kann ich da nicht mehr so mithalten so wie sie diskutiert also sie das hört sich jetzt blöd an sie ist mir geistig halt, davon gelaufen ich komm nicht mehr ganz mit mit ihr

Frau C:

673: aber ähm, mit meiner Tochter gab's eben auch dann diese großen Schwierigkeiten

Frau G:

952: viele Jahre war das schon also für mich war das schon sehr schwer und für meinen Mann natürlich auch (die Lebensgestaltung ihres Sohnes) das war immer ein Thema wo wir, lieber nicht miteinander darüber sprachen aber mittlerweile habe ich mich schon ein bisschen damit arrangiert

Herr J:

1075: äh ja gut dann habe ich mit ihm (älteren Sohn) gesprochen und dann war das eigentlich auch für mich wieder erledigt

1391: vielleicht dass ich zu meinen Kindern auch ein bisschen bestimmend, war (...) vor allem bei dem Älteren der ja auch nicht mehr ganz so klar und gut zurecht kommt weil er selbst auch wieder so vor allen Dingen zu meiner Frau ist der manchmal sehr, ruppig sag ich jetzt mal vom vom Wort her

Konflikte mit Menschen aus ihrem Umfeld, die nicht näher bestimmt werden, werden von Herrn B, Frau C und Frau E thematisiert.

Herr B:

267: das ärgert mich schon mal dass also der eine oder andere nicht so ist wie ich mir das vorstelle und dann nehme ich so was mit ins Bett und sage 'mein Gott warum macht der das so oder oder warum machen die das so und und warum das muss man doch mal anders regeln' das sind sind so so banale Dinge

Frau C:

456: hat ich auch mal einen Riesenkrach (wegen ihrer Überpünktlichkeit), sie meinte ich setze sie damit unter Druck

842: und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen

Frau E:

276: das sind so die typischen Punkte die ich habe, dass ich so einfach übergangen werde, das ist nicht nur das eine sondern das habe ich häufiger das bilde ich mir mit Sicherheit nicht ein

281: wenn ich etwas erzähle dann merke ich förmlich, mein Gegenüber, nicht immer aber oft, also dann gehen die Gedanken bei dem schon spazieren und ich merke also, dass die Person mir gar nicht zuhört und das, finde ich schon, also das, ist schon etwas, wo ich auch immer wieder darüber nachdenke.

Frau A beschreibt als einzige Konfliktsituationen im Freundeskreis.

Frau A:

250: der Mund ist manchmal schneller als (kurzes Lachen) ja? in Konfliktsituationen? also wenn man alleine lebt und, ich meine dann reduziert sich der Freundeskreis schon

254: da gibt's schon Konfliktsituationen gibt's auch Sachen die mich ärgern die mich kränken (im Freundeskreis)

Und Herr J thematisiert als einziges Gruppenmitglied einen Konflikt mit seiner Mutter.

Herr J:

256: äh und Ursache dieser ganzen Geschichten sind sicher welche auch die weit zurück liegen also mutterbedingt

261: ziemlich, energische Frau äh, die auch schon sehr viel Arbeit hatte und immer für mich gesorgt hat et cetera aber mich dann auch geklammert hat irgendwo

266: äh das ging so weit dass dass äh sie vor allen Dingen irgendwann nach nicht so langer Zeit der Ehe äh dann auch gegen meine Frau ständig wettete alles war falsch und und auf jeden Fall ich hatte dann dann zogen wir aus und ich ich hatte dann gebaut, ungefähr eineinhalb Kilometer entfernt von meinem Elternhaus

273: und man hat mir und sie hat mir immer Vorwürfe gemacht und wo ich sowieso schon alles gemacht habe

278: aber ja und so und dies und dieser dieser ständige Druck (gepresste Stimme) von ihr war ging nachher soweit wenn das Ge- das Telefon klingelte habe ich gesagt 'da gehe ich nicht mehr dran das ist meine Mutter' äh und das übertrug sich auch irgendwann auf meine Frau sogar so ein bisschen

287: also es war kein schönes Verhältnis mehr

293: und obwohl wir jetzt nun schon dann eigentlich äh so wenig Kontakt hatten und auch absichtlich gebrochen haben äh äh ist es eben nicht zu vermeiden, und und ganz wollte ich es natürlich auch nicht vermeiden

302: aber es belastete mich unglaublich

308: und dann ich wusste es kommt irgendwie ich bin dann +auch aufgedreht dann kommt es ruck zuck schon wieder zu einem Wortgefecht und dann et cetera PP

1426: sie meinte sie wollte immer das Beste und Gute und ich kann ihr eigentlich gar nicht so groß viel vorwerfen aber viele Dinge die mich, äh belastet haben in den letzten zehn Jahren sie ist dreiundneunzig geworden äh, die haben mich schon richtig belastet da habe ich immer gesagt, 'ganz schlimm! ganz schlimm also irgendwann bringe ich meine Mutter um ich halte das nicht mehr aus so' so so emotional äh und wenn man das sagt das kommt bei mir auch emotional manchmal schneller was raus und und wissen Sie wenn irgend was wenn ich vor der Situation stehen, würde dann könnte ich das sowieso nicht weil Gewalt kann ich überhaupt nicht ab das käme vielleicht aus der Emotion dass ich sage 'verdammst noch mal'

1446: ja ja (Frage, ob er Wut empfunden hat)

Neben den oben genannten Konfliktsituationen charakterisieren Frau A, Herr B und Herr J auch ihren generellen Umgang mit Auseinandersetzungen und Konflikten.

Herr J beschreibt z.B., dass er niemand ist, der die Konfrontation sucht, sondern dass er sich eher bemüht, Kompromisse zu schließen.

Herr J:

1061: ne heile Welt, in dem Fall aber aber nicht die Konfrontation dann versuche ich eher Kompromisse zu machen und versuche, und versuche nach Wegen wie man das denn wieder hinkriegen könnte auch zum Beispiel für unsere Kinder also dass ich sage 'hör mal Junge komm wir müssen mal reden da da stimmt etwas jetzt nicht ne'

Auch Frau A schildert, dass sie selten streitet, beschreibt jedoch eine gewisse Konfrontationsbereitschaft.

Frau A:

547: ich streite+ eigentlich selten.

549: aber so in der Gruppe wenn, wenn das so zur Sprache kommt dann kann man sich nicht immer raushalten

Herr B schreibt sich selbst eine stärker ausgeprägte Bereitschaft zur Konfrontation mit seinen Mitmenschen zu.

Herr B:

718: wenn ich alleine wäre bräuchte das fertig äh jemandem auf den Kopf zu zu sagen dass er mir unsympathisch ist

727: oder wenn mir irgendetwas nicht gefällt an jemanden nicht das könnte ich ihm sagen

Vermutungen zu ihren persönlichen Konfliktmustern äußern Frau C, Frau I und Herr J. Frau C beschreibt als Konfliktmuster ihren starken Wunsch geliebt zu werden, der sich in der Beziehung mit ihrem Mann zu einer starken Abhängigkeit von diesem entwickelte.

Frau C:

194: und es ist eben diese diese ich hab mir viel zu viel gefallen lassen, ich hab eben immer (hustet) dieses Urübel geliebt zu werden, und wenn du alles tust was der andere möchte dann liebt er dich vielleicht

202: das ist mein Muster

681: (Konfliktmuster mit ihrem Mann) als Abhängigkeit ne totale Abhängigkeit

Frau I erzählt auf die Frage nach einem möglichen Konfliktmuster ihr Verhalten, sich zurück zu ziehen.

Frau I:

276: ja (Frage nach einem Konfliktmuster) dass ich mich immer wieder zurückziehe dann dann ziehe ich mich zurück und dann (...) (p:00:00:05) ja also wenn ich zum Beispiel in in schlechte Stimmung gerate

285: ich meine wenn ich also in schlechte Stimmung gerate zum Beispiel dass ich dann nicht äh unbedingt äh ja irgend jemand treffen will oder oder Ablenkung suche sondern sondern dass ich mich dann zurückziehe

Herr J beschreibt als sein Konfliktmuster, dass er den harten Erziehungsstil von seiner Mutter besonders gegenüber seinem älteren Sohn übernommen hat.

Herr J:

1391: vielleicht dass ich zu meinen Kindern auch ein bisschen bestimmend, war (Frage nach Konfliktmustern) in der Erziehung, vor allem bei dem Älteren der ja auch nicht mehr ganz so klar und gut zurecht kommt weil er selbst auch wieder so vor allen Dingen zu meiner Frau ist der manchmal sehr, ruppig sag ich jetzt mal vom vom Wort her

1417: vielleicht habe ich die insgesamt in der Erziehung etwas härter angefasst vor allem den ersten das ist was was ich dann vielleicht auch von meiner Mutter hatte die so ein bisschen (...) ein bisschen bestimmt war ja bestimmt und streng war

#### **4.2.2.5 Einsamkeit**

Zum Thema „Einsamkeit“ äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder. Nur von Herrn D gibt es keine Aussagen zum Thema.

Die Hälfte der Gruppenmitglieder (vier Befragte: Frau A, Herr B, Frau C und Herr F) gibt an, dass ihre Kinder weit weg leben.

Frau A:

61: mein Sohn ist jetzt wieder in Deutschland Gott sei Dank der war drei Jahre in xxxxxx (Staat in Nordamerika)

64: aber er wohnt in xxxxxxxxxx (Stadt in Süddeutschland)

Herr B:

343: (die Tochter) befindet sich zurzeit in xxxxxxxxxxxx (Staat im Kriegszustand in Asien)

345: das xxxxxxxxxxxx ist nicht das Schlimme weil sie ruft jede Woche einmal an (...)

wo ich ein Problem mit habe ist mich mit ihr noch zu unterhalten  
362: wie gesagt wenn es um gewisse Dinge geht also um Diskussionen und und äh  
äh da merke ich dass sie (die Tochter) weiter weg ist

Frau C:

47: ich sag wenn ich meine Enkelkinder und meine Kinder sehen möchte dann muss ich diesen Weg gehen (nach xxxxxxxxxxxx (Stadt in Ostasien) fliegen)

Herr F:

472: meine Tochter die wohnt also in xxxx (Stadt in Westdeutschland) das ist schon weiter weg

Für die fünf Frauen der Gruppe spielt das Thema Einsamkeit durch Verlust (Tod), Trennung oder Distanz zu dem Partner eine entscheidende Rolle.

Frau A ist als einziges Gruppenmitglied verwitwet.

Frau A:

59: ich bin allein. mein Mann ist ja tot

Die Beziehungen von Frau C zu ihrem Ehemann und von Frau I zu ihrem Lebensgefährten scheiterten bereits vor Jahren – seither leben beide alleine.

Frau C:

607: ich bin's+ noch (verheiratet) zweiundfünfzig Jahre

613: davon leb ich aber jetzt schon zwanzig Jahre schon allein

Frau I:

433: das war insofern so enttäuschend weil nun eben also die andere äh Verbindung da die da bestand äh dass die Frau dann da einzog und äh, dann auch da blieb

Als einzige Frauen aus der Therapiegruppe leben Frau E und Frau G noch in Partnerschaften. Allerdings geben beide an, die Aufmerksamkeit ihres Ehemanns zu vermissen.

Frau E:

151: manchmal hätte ich dann schon gerne, wenn wir (mit dem Ehemann) dann mal ein bisschen was gemeinsam unternehmen,

181: wenn mein Mann ein bisschen mehr, was soll ich sagen so zwei drei bei schönem Wetter ein zwei Tage in der Woche dann für mich hätte das wäre schön

184: wenn man jetzt zusammen was unternimmt da hat er einfach überhaupt keine Lust zu

269: ich, stehe dann so eigentlich alleine da

Frau G:

711: ja ja ja das stimmt schon (dass ihr Mann sich ein bisschen zu wenig um sie kümmert)

Bei Frau G geht die Distanz zu ihrem Ehemann so weit, dass sie zeitweise den Wunsch verspürt, von ihrem Mann getrennt und alleine zu sein.

Frau G:

757: also manchmal ist es schon anstrengend, manchmal dann denke ich schon danach daran, vielleicht hätte ich es einfacher wenn ich alleine wäre (...) ja doch doch ja ist schon äh öfters der Fall (dass solche Gedanken kommen) weil ich auch einige kenne die alleine sind und, tja aber ich weiß ja nicht wie's dann wäre also wenn ich alleine wäre (Lachen) also ob ich dann auch zufrieden wäre ne

793: ne so ernsthaft (Trennung von ihrem Mann) aber wie gesagt eher so ein Gefühl schon ne dass ich sage ach ne also oder irgendwie

Frau A und Frau C, die alleine leben, beschreiben beide ambivalente Gefühle. Einerseits empfinden sie die Einsamkeit belastend, andererseits haben sie sich an das Alleinsein gewöhnt und schätzen die Freiräume, die sie dadurch haben.

Frau A:

261: nö also ich mein ich war mein Leben lang nicht allein jetzt bin ich allein und ich genieß das auch auf der einen Seite. auf der anderen Seite fehlt's mir natürlich mein Mann

366: die eine Seite vermisst natürlich das und die andere Seite sagt 'schön, jetzt mache ich endlich mal was ich will'

383: ich mein' es gibt natürlich Tage wo ich nicht gerne alleine bin

Frau C:

338: äh ich geh nach wie vor gerne alleine, also ich brauch nicht immer Gesellschaft ich geh gerne alleine nur es ist mir jetzt sehr schwer gefallen aus diesem vollen Lebenshaus! (bei ihrem Sohn in Ostasien) jetzt wieder in in mein, in meine Wohnung zu kommen alleine zu sein äh ja das hat also eine ganze Weile gedauert

347: ich hab zwar einen Miezekater aber! (lacht) der ersetzt ja nun nicht (lacht) (die Familie)

559: es ist natürlich auch so nicht dass ich keine Männer kennen würde aber äh ich sag mal so, ich könnte mich damit nicht arrangieren, weil ich schon ein bisschen ja es soll nicht hochtrabend klingen aber äh äh ein paar Ansprüche hätte ich schon zum Beispiel mit keinem Mann mehr zusammen leben +mit niemanden zusammen leben

1090: dieses mit mir alleine zu sein äh das brauch ich aber mh das brauch ich aber!

Während nur zwei der fünf Frauen der Therapiegruppe mit ihrem Ehemann zusammen leben, sind alle vier männlichen Gruppenmitglieder verheiratet.

Aus diesem Grund äußert sich auch nur Herr J zum Thema Partnerschaft und Verlust, wobei es sich bei seinem angesprochenen Verlust allerdings nicht um einen bereits real erfahrenen Verlust handelt, sondern um Verlustängste, die sich durch eine Angst vor Einsamkeit und dem Verlust des Partners ausdrücken.

Herr J:

789: da mache ich mir auch immer Gedanken 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so?

1258: ich weiß nicht, alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst

Neben Einsamkeit, Trennung und Verlusten in dem Bereich Partnerschaft weisen Frau A und Herr F auch auf den Verlust von Freunden und auf die Reduktion von Beziehungen hin.

Frau A:

29: das war bedingt durch meine Krankheit und an für sich dann auch also, private Probleme, dass man alleine ist, so das, das spielte auch eine Rolle

251: also wenn man alleine lebt und, ich meine dann reduziert sich der Freundeskreis schon

Herr F:

1088: natürlich muss man hie und da auch mal wieder Verluste in Anführungsstrichen in Kauf nehmen wo also eine Beziehung abgekühlt ist

Auch Herr B und Frau I schildern den Mangel an engen Freunden.

Herr B:

711: dann kommt aber sofort bei mir wieder äh die Minderwertigkeit raus und dass ich sage 'oder bin ich das schuld? oder ist es meine Schuld dass ich keinen Freund habe jetzt'

Frau I:

261: solche Reisen die mach ich meistens alleine weil ich da nicht so äh äh Partner habe der da mitreist weder einer Freundin noch äh äh so aber man kann es mit einer Gruppe ja mit so einer Gruppe so ne Führung machen

269: natürlich wäre das schöner wenn man das äh so individuell machen kann sich so selbst einen Plan erstellen und dann aber äh ja so alleine ist das äh macht das keinen Spaß

Von Frau E und Herrn F wird auch das Ausscheiden aus der Berufstätigkeit mit Gefühlen des Verlustes in Verbindung gebracht. Während für Frau E hierbei der Verlust der Gemeinschaft im Beruf im Vordergrund steht, spielt für Herrn F der Verlust des beruflichen Ansehens hierbei die größere Rolle.

Herr F:

547: man man man wurde auch entsprechend hofiert entsprechend behandelt man war wer!

931: ich war ja so im weitesten Sinne Manager in einem großen Konzern

Frau E:

633: und da war man auch immer im Team man war nicht alleine! man war immer im Team

### **4.2.3 Intrapsychische Aspekte**

#### **4.2.3.1 Selbstopaspekte**

Zu dem Thema „Selbstopaspekte“ äußern sich alle neun Gruppenmitglieder.

Das Themengebiet wird – aufgrund der Komplexität und Differenziertheit der unterschiedlichen Aussagen der Befragten – in drei Bereiche unterteilt: im ersten Teil werden die allgemeinen Aspekte thematisiert und im zweiten und dritten Teil dann die von den Befragten jeweils genannten persönlichen positiven bzw. negativen Fähigkeiten bzw. Einstellungen dargelegt.

Sechs der sieben Gruppenmitglieder, die sich zu Teil eins des Themengebietes äußern (außer Frau C – von Frau A und Herrn F gibt es zu Teil eins keine Aussagen), üben Selbstkritik (Herr B, Herr D, Frau E, Frau G, Frau I und Herr J) und vier von ihnen weisen zusätzlich noch auf ihr mangelndes Selbstbewusstsein hin (Herr B, Herr D, Frau E und Frau I).

Herr B:

191: ja ja Selbstvorwürfe ja ja (wegen Vergesslichkeit und Ärger darüber)

193: auch Selbstbewusstsein geht dadurch ein bisschen verloren

198: ja ja (Wahrnehmung als eigene Schwäche)

199: ja ja (oder Unfähigkeit)

217: ich gebe mich in vielen Dingen dann zufrieden und äh aber! auf der anderen Seite fehlt dann das Selbstbewusstsein zu sagen 'so jetzt jetzt wird gekämpft jetzt'

226: ich ärgere! mich über meine Fehler

Herr D:

920: ne (nicht einfach Hausmann zu sein - Selbstwerterleben)

1056: da bin ich also auch da gebe ich zu da bin ich auch äh faul da bin ich faul weil ich's ungern mache (putzen)

1099: da bin ich sehr nachlässig (putzen)

Frau E:

195: tja ach ja (p: 00:00:08) eigentlich sehr unsicher

206: ja wie beschreibe ich mich? ja sehr sehr unsicher

216: ja mir fällt nichts ein wie ich mich beschreiben könnte

219: besondere Fähigkeiten? ach eigentlich kann ich gar nichts gut



221: das ist auch so eine eine Schwäche von mir ja ich mach alles was gemacht werden muss aber das ich jetzt was besonders, äh gut kann? ich habe also keine Spezialitäten

228: (p: 00:00:10) ja eigentlich ich kann nichts gut

Frau G:

651: also ich verstehe mich ja manchmal selber nicht ich meine! mich ja schon einigermaßen zu kennen aber also manchmal da denke ich auch 'oh Gott oh Gott was ist denn das für eine komische Erscheinung' (Lachen) na ja

Frau I:

214: ja das ist natürlich schwer sich selbst zu beschreiben

221: und mein Selbstbewusstsein das ist nicht so sehr stabil für mich (...) ja das könnte besser sein

232: (lachen) weiß ich nicht ich bin immer letztlich bin ich nie ganz zufrieden mit mir

Herr J:

1149: wenn ich irgend jemanden was schenke freue ich mich fast mehr, das ist auch was was mir verloren gegangen ist

1155: ich kann mich nicht mehr richtig freuen vielleicht weil ich alles habe, mag ja sein aber diese diese Herzlichkeit und diese Spontaneität die die hatte ich noch nie, ich sowieso nicht

Im Gegensatz zu diesen selbstkritischen Aussagen von sechs Gruppenmitgliedern, gibt es von Frau C keine Aussagen über Selbstkritik oder mangelndes Selbstbewusstsein, sondern positives Selbstlob, Äußerungen über selbstbewusstes Agieren und die einzige positive Selbsteinschätzung der ganzen Therapiegruppe. Eine gewisse Unsicherheit zeigt sich allerdings darin, dass sie nicht nur das einzige Gruppenmitglied ist, das so selbstbewusst auftritt, sondern gleichzeitig auch Minderwertigkeitsgefühle anspricht und sich verkannt fühlt.

Frau C:

630: die die die Funktionen sind ja noch da! aber sie sind sie werden anders eingesetzt also nicht für mich sondern eben für die anderen

768: da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft

980: ich bin ja auch etwas zurückhaltend und wirke dadurch auch wieder etwas arrogant (...) das ist ja meine Mauer! (Lachen) damit nicht gleich jeder da rein guckt

992: ich sehe mich also nicht so sehr positiv ne und dann hat sie (Frau Doktor B) da eine Lobeshymne über mich geschüttet (Lachen) wo ich sehr! sehr erstaunt war und wie ich wirke wie ich auftrete wie wie ich rede sagt sie also es ist äh und ja ich sag aber ich mein das hat mir auch sehr geholfen und hat mit Sicherheit auch sehr nachdenkenswert mich gemacht äh dass ich sage 'guck mal Du siehst Dich so klein und hilflos und manchmal und und so und so ja, und da sehen Dich die anderen ganz anders' und das ist ja auch meine meine Schwierigkeit dann manchmal draußen ne die sehen mich ja wie ich, vielleicht bin denn das muss ja irgendwo auch herkommen dass ich so wirke aber im Grund meines Herzens bin ich eben nicht so

1020: dann hab ich so immer gedacht ja wer sich für mich interessiert äh der kann sich ja ein bisschen näher mit mir befassen und der wird dann sehen was für ein Kern drin steckt

Außer Frau C sprechen auch Herr B und Frau E noch Minderwertigkeitsgefühle an.

Herr B:

347: wo ich ein Problem mit habe ist mich mit ihr (Tochter) noch zu unterhalten weil sie eben halt auf Grund ihrer (Tätigkeit) da ist jetzt für mich so eine Minderwertigkeits-Problematic dabei

416: also das war! ein Problem als sie da immer höher stieg dann aber das ist nur mein das ist die Minderwertigkeit da bei mir

711: ja ja dann kommt aber sofort bei mir wieder äh die Minderwertigkeit raus und dass ich sage 'oder bin ich das schuld? oder ist es meine Schuld dass ich keinen Freund habe jetzt'

Frau E:

267: ich habe immer so das Gefühl, dass ich dann so hinten angestellt werde, dass ich gar! nicht vorhanden bin

269: und ich, stehe dann so eigentlich alleine da

276: und das sind so die typischen Punkte die ich habe, dass ich so einfach übergangen werde, das ist nicht nur das eine sondern das habe ich häufiger das bilde ich mir mit Sicherheit nicht ein.

281: dann merke ich förmlich, mein Gegenüber, nicht immer aber oft, also dann gehen die Gedanken bei dem schon spazieren und ich merke also, dass die Person mir gar nicht zuhört

Eine Ambivalenz thematisiert Herrn J, der sich nicht nur selbstkritisch äußert, sondern auch gleichzeitig lobt.

Herr J:

1047: ich bin sicherlich immer, harmoniebedürftig (...) auch innerhalb innerhalb der Familie sehr stark (...) und wenn es da, ein bisschen nicht so ist (...) dann belastet das mich auch (...) also irgendwo bin ich schon suche schon die heile Welt oder oder oder (...) äh äh ne heile Welt, in dem Fall aber aber nicht die Konfrontation

1208: äh ich bin eigentlich immer sehr gut äh auch mit dem entsprechenden Wissen und und und einer gewissen, Skepsis an Dinge rangegangen die Geld betrafen

1228: das sind so die die größten Qualitäten und dass ich auch körperlich bisher immer sehr sehr fit war (...) und ja und wenn ich was sportlich gemacht habe, eigentlich auch äh mittelprächtigt erfolgreich

1238: also altersbedingt jetzt sowieso ich spiele ganz gut Golf ich spiele auch ganz gut Tennis äh macht mir natürlich auch Freude und ist für mich eine innere Genugtuung, dass es so ist

Neben selbstkritischen Aussagen und dem Gefühl von Minderwertigkeit berichtet Frau I noch von ihrer Zurücknahme:

Frau I:

351: da hab ich's nicht erwähnt (ihre Verbundenheit zum Theater bei Interessen, Fähigkeiten) ja das ist so selbstverständlich

460: ja das ist immer so gewesen eigentlich dass ich mich nie! in den Vordergrund gestellt habe sondern lieber mich etwas zurücknehme

466: ja das hab ich so das ist in mir so sicherlich ist es anerzogen ne, aber es ist einfach immer geblieben

Der **zweite Teil des Themengebietes** befasst sich mit den **positiven Fähigkeiten und Einstellungen**, die von den Gruppenmitgliedern über sich geäußert werden. Acht der neun Befragten (außer Herrn B, der ausschließlich negative Aspekte erwähnt) schildern hier insgesamt 22 Fähigkeiten bzw. Einstellungen, die größtenteils jeweils ausschließlich charakterisierend für die nennende Person sind.

Von den 22 positiven Fähigkeiten bzw. Einstellungen, die geäußert werden, wird von drei Befragten „empathisch“ genannt (Frau C, Herr D und Frau I), und von je zwei Befragten „hilfsbereit“ (Frau C und Frau I), „gut im Kontakt mit Menschen“ und „verträglich“ (jeweils von Frau A und Herrn J) und hauswirtschaftliche Qualitäten (Frau A und Frau E). Die restlichen positiven Fähigkeiten und Einstellungen werden jeweils nur von einer Person thematisiert.

Frau A:

188: ich meine ich kann gut handarbeiten kann gut basteln

202: also ich mein ich komm mit vielen Leuten sehr gut aus und streite eigentlich sehr selten

216: ja. das kann ich nicht anders sagen (gut in Kontakt mit Menschen)

835: also ich meine ich war immer immer ein sehr praktisch denkender Mensch

Frau C:

397: (lachen) tausend prozentig verlässlich (...) aber das sehe ich nicht unbedingt als was ganz positives an

454: und äh dann bin ich auch überpünktlich

470: ich bin hilfsbereit (...) also man kann mich schon noch immer Tag und Nacht anrufen (lachen)

479: aber ich spüre ganz einfach ist jemand krank oder ist auch alleine

501: ich bin sehr kreativ

515: ganz! hartnäckig ja ganz hartnäckig

519: ich setz mich wieder für andere ein

528: aber ich vergeß mich dabei manchmal selber

Herr D:

1348: da konnte ich mich immer sehr gut einbringen weil ich dann immer sofort meine, meine ich so äh darauf eingehen konnte (in der Gruppe)

Frau E:

232: ja vielleicht kann ich ganz gut kochen

236: mh Gäste vielleicht gut bewirten, obwohl ich merke da auch da bin ich schon, ähm eigentlich doch schon mehr verunsichert als früher

572: ich mache eigentlich immer so drei Sachen sagt mein Mann immer also drei Sachen auf einmal ich kann also Fernsehgucken und dabei noch durch die Zeitschrift blättern

Herr F:  
839: dass ich diese Leistungsbezogenheit (habe)  
1175: planerisch denkende oder rational

Frau G:  
1378: ich bin jetzt nicht der der sagt 'och jetzt bin fertig jetzt bin ich in Rente jetzt tu ich gar nichts' ja sondern ich bin mehr so der sehr impulsive Mensch

Frau I:  
225: wenn ich gebraucht werde ich kann zum Beispiel sehr gut zuhören  
227: ich kann mich einstimmen auf mh den Menschen das ja das kann ich

Herr J:  
1029: früher habe ich immer geglaubt ich bin ein sehr, einfacher Mensch, also einfach in dem Fall dass man mit mir eigentlich, prima zurecht kommen kann oder auch kommt und ich kenne aus, eigentlich, bis auf ein zwei Auf- Ausnahmen in meine Leben, äh wo ich wo ich mit irgend jemand nicht auskam  
1042: aber ich habe sonst (bezogen auf einen Nachbarn), eigentlich kein Problem, kommunikativ oder emotional irgendwo mit mit Leuten um zu gehen  
1177: und äh, was soll ich sagen? (+p:00:00:08) also ich ich ich stelle keine besonderen Ansprüche ich bin bin zufrieden mit meinem Leben  
1757: mit mit Vorbehalten an jemand rangehen versuche ich sowieso äh zu unterdrücken, weil es, äh ja man schon oft die Erfahrung gemacht hat, dass das was du vorher gedacht hast ist ja gar nicht so, sondern ist ja prima Kerl ja

Der **dritte Teil dieses Themenbereichs** widmet sich den **negativen Eigenschaften**, die sich die Gruppenmitglieder selbst zuschreiben. Sechs Gruppenmitglieder äußern sich zu diesem Teil (Frau A, Herr B, Frau C, Frau E, Frau I und Herr J) und beschreiben insgesamt 15 negative Aspekte, von denen ausschließlich ein „langsames Denken“ sowohl von Herrn B als auch von Frau E angesprochen werden. Herr D, Herr F und Frau G äußern sich nicht zu negativen Fähigkeiten bzw. Einstellungen.

Frau A:  
142: ich hab mich dabei erwischt+, dass ich meistens auf irgend etwas erst mal mit 'nein' reagiere  
158: nee das finde ich nicht gut+  
196: ordentlich bin ich +eigentlich nicht

Herr B:  
210: ich verdränge also unangenehme Dinge wenn es geht und suche nur die angenehmen Sachen raus ja  
284: ich gehe also pessimistisch an Dinge ran  
355: wenn wir zusammen sind (er und seine Tochter) dann äh kann ich da nicht mehr so mithalten so wie sie diskutiert also sie das hört sich jetzt blöd an sie ist mir geistig halt, davon gelaufen ich komm nicht mehr ganz mit  
527: auch da komme ich nicht mehr ganz hinter

Frau C:  
519: ich setz mich wieder für andere ein  
528: aber ich vergeß mich dabei manchmal selber  
841: dass ich eben dominant dominant bin

Frau E:

208: (p: 00:00:17) ich bin ziemlich ziemlich hektisch

221: das ist auch so eine eine Schwäche von mir ja ich mach alles was gemacht werden muss aber das ich jetzt was besonders, äh gut kann? ich habe also keine Spezialitäten

228: (p: 00:00:10) ja eigentlich ich kann nichts gut

240: ich bin ein nervöser Mensch ja, obwohl ich so auf andere vielleicht relativ ruhig wirke

243: ich bin sehr langsam im Denken, stelle ich immer wieder fest

246: ich bin kein künstlerischer Mensch

Frau I:

216: ja nicht so positive die nicht so positiven äh sind einmal dass ich nicht so sehr geduldig bin

Herr J:

1155: ich kann mich nicht mehr richtig freuen vielleicht weil ich alles habe, mag ja sein aber diese diese Herzlichkeit und diese Spontaneität die die hatte ich noch nie, ich sowieso nicht

#### **4.2.3.2 Wahrnehmen von Gefühlen**

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich im Laufe der Interviews zu ihren Gefühlen.

Die meisten von ihnen: sechs der neun Befragten (Frau A, Frau C, Frau E, Herr F, Frau G und Frau I) sprechen hierbei Bedürfnisse an. Mit vier Aussagen stehen dabei unerfüllte Bedürfnisse im Vordergrund der Thematik (von Frau C, Frau E, Herrn F und Frau G).

Frau C:

544: das ist schon für mich ein ein großes Defizit und Bedürfnis und ich weiß nicht also ich habe noch nichts! gefunden was annähernd (...) ne also so äh partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in meinem Leben und das fehlt natürlich

Frau E:

285: und das, finde ich schon, also das, ist schon etwas, wo ich auch immer wieder darüber nachdenke (das nicht beachtet werden)

Herr F:

671: und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere,

686: abends habe ich mir so gedacht 'was war eigentlich heute los Du bist den ganzen Tag beschäftigt gewesen, aber so richtig dieses berühmte Flattern so im Herzen und so das hast du nicht mehr so wie früher ne'

Frau G:

26: man weiß zwar vieles aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer ja weil man wie gesagt auch so geprägt ist vom Umfeld ich sage wir leben ja nicht alleine dass ich immer sagen kann so das ist jetzt zu viel also jetzt legst du dich mal zehn Minuten hin (...) das das geht ja irgendwie gar nicht

187: ich sag 'Freizeit ja wann hab ich denn Freizeit?' ich sag 'nö wie kommen Sie denn dadrauf?'

Bei den vier unterschiedlichen Aussagen fällt auf, dass ausschließlich Frau C ihre unerfüllten Bedürfnisse als diese explizit benennt, im Gegensatz zu Frau E, Herrn F und Frau G, die diese lediglich umschreiben.

Dieses Formulieren zeigt sich auch in weiteren Äußerungen von Frau C und Frau G, in denen z.B. Frau C beschreibt, dass ihre Bedürfnisse zu kurz kommen, während Frau G wiederum umschreibt, wie sie ihre eigenen Bedürfnisse ignoriert.

Frau C:

528: aber ich vergeß mich dabei manchmal selber (...) meine Bedürfnisse kommen zu kurz

Frau G:

226: ich habe dann natürlich meinem Mann nichts gesagt denn sonst hätte der gleich geschimpft nach dem Motto ja dann geht'ste mal zum Arzt ne und so geht das nicht und du musst jetzt was für dich tun und und so das übliche

609: ja das weiß ich nicht das kann ich Ihnen wirklich nicht sagen (warum das so ist)

874: da geh ich mit wie gesagt für ihn für mich würde ich das für mich würde ich nie in so was eintreten weil mich das gar nicht interessiert (ihre Freizeitaktivitäten)

879: und beim Kegeln also Kegeln interessiert mich überhaupt! nicht aber da mein Mann gerne kegelt gehe ich natürlich dahin

885: das ist mein Mann also ich gehe also wirklich mich interessieren diese Spiele also jedes Mal wenn wir anfangen spielen wir also die hohen Hausnummern? oder die niedrigen Hausnummern? und jeder sagt zu mir 'hör mal seit Jahren spielen wir doch zuerst die hohen Hausnummern' aber das interessiert mich gar nicht ja Sie können mich totschiessen es interessiert mich einfach gar nicht ich ich spiele weil wir halt da sind

Trotz der Aussage, dass ihre Bedürfnisse zu kurz kommen, gehört Frau C (gemeinsam mit Frau I) zu den beiden einzigen Gruppenmitgliedern, die äußern, dass sie ihren Bedürfnissen Beachtung schenken.

Frau C:

360: und dann äh so merke ich auch was ich nicht will

421: und heute kann ich dann schon mal drei vier Tage sagen ich hab ich also keine Lust ich sage mal ich gehe eher meinen Bedürfnissen nach (bei E-Mail-Antworten)

489: soziales Engagement (...) da musst du wieder Verantwortung übernehmen und das willst du ja gar nicht, ich habe erst mal mit mir noch zu tun

496: und bin mit mir! noch nicht so weit dass ich wieder für was anderes wofür ich ja dann ja auch wieder gerade stehen muss äh Verantwortung übernehmen kann

Frau I:

91: ja und dann bin ich also auch besonders achtsam mit mir (wenn die Schmerzen wieder kommen)

95: und dass ich dann also richte ich mich dann, ja ich werd achtsam wieder

Fünf Gruppenmitglieder (Frau A, Herr B, Herr D, Frau E und Herr J) sprechen in den Interviews über ihre Emotionen – am häufigsten werden hierbei die Gefühle Ärger und Schmerz thematisiert; sie werden von jeweils zwei Gruppenmitgliedern benannt.

Über Ärger sprechen Frau A und Herr B.

Frau A:

254: da gibt's schon Konfliktsituationen gibt's auch Sachen die mich ärgern die mich kränken (im Freundeskreis)

Herr B:

24: dann ärgere ich mich dermaßen und das zieht mich dann immer wieder so ein bisschen runter

Von einer schmerzvollen Erfahrung berichten Frau A und Frau E.

Frau A:

267: das hat am Anfang sehr weh getan aber (Verlust von Freunden)

Frau E:

361: verletzt ja (...) da (in der Tagesklinik) wurde dann, kritisiert an mir kritisiert dass ich mich so wenig einbringe

379: ja da habe ich mich schon ja da war ich schon ziemlich, verletzt

Neben diesen – jeweils von zwei Befragten genannten – Gefühlen werden andere Emotionen nur jeweils von einem Gruppenmitglied beschrieben.

Als einzig genanntes positives Gefühl beschreibt Herr B die Liebe zu seiner Tochter.

Herr B:

440: meine Tochter und ich liebe sie über alles

Zusätzlich berichtet Herr B, dass er sich ungerecht behandelt fühlt und Herr J beschreibt, wie er emotional auf Ereignisse in der Familie reagiert.

Herr B:

305: ich fühlte mich ungerecht behandelt (durch Ergebnis des Arbeitsprozesses)

Herr J:

1055: und äh wenn da irgend etwas ist (in der Familie) dann belastet das mich auch

Im Gegensatz zu Herrn J fühlt sich Herr D nicht durch seine Familie, sondern durch die Hausarbeit emotional belastet – doch obwohl er sehr vehement sein Gefühl formuliert, nicht (mehr) putzen zu wollen, zieht er daraus keine Konsequenzen für sein alltägliches Handeln.

Herr D:

1116: aber ich habe keine Lust wenn ich jetzt nach Hause komme (zu putzen)

1119: da könnte ich ja in der Zeit könnte ich ja mal durchsaugen, ne? so da habe ich keine Lust! ich habe keine Lust

#### **4.2.3.3 Druck**

Dem Themengebiet „Druck“ kommt eine zentrale Stellung in einem großen Teil der Interviews zu; es wird von fast allen Gruppenmitgliedern (bis auf Herrn F) angesprochen. Hierbei stehen die Aspekte: „Sich selbst unter Druck zu setzen“ (von jeweils sechs Befragten genannt) sowie „Strenge gegenüber sich selbst“ (von fünf Befragten thematisiert) im Vordergrund.

Frau A, Herr B, Frau C, Herr D, Frau G und Herr J sprechen im Interview an, dass sie sich selbst unter Druck setzen. Während von Frau A, Frau C, Herrn D, Frau G und Herrn J der selbst erzeugte Druck explizit als solcher benannt wird, beschreibt Herr B Situationen, in denen er sich selbst unter Druck setzt, ohne diese jedoch als „Sich selbst unter Druck setzen“ zu charakterisieren.

Frau A:

175: ja! ich setz mich selber unter Druck obwohl das überhaupt blödsinnig ist, ich hab da überhaupt gar keinen Druck

Frau C:

406: ich muss irgendwas was tun ich muss verlässlich sein ich muss wenn mir einer was aufträgt muss ich das sofort erledigen da ist schon ein gewisser Druck dahinter

Herr D:

305: ich denke immer 'Mensch was hast Du alles noch zu tun?' vielleicht setze ich mich selbst unter Druck!

Frau G:

213: man setzt sich ja auch selber irgendwo unter Druck ne dann dann muss das Mittagessen fertig sein weil der Mann ja dann da und da hin will oder ja ne jetzt musst du noch eben die Wäsche wegbügeln

Herr J:

700: äh es ist auch Druck dann mit dem Bad hängt wieder das Schlafzimmer zusammen das muss gemacht werden jetzt der Teppichboden wieder



Herr B:

66: und dann wurde es auf einmal jetzt nach dem Frühstück hektisch jetzt jetzt auf dem Weg hierhin hab ich gesagt 'hättest du noch das ein oder andere mitmachen können' oder ich hätte noch durchfahren können in die Stadt noch was zu erledigen das ist dann weg und das ärgert mich dann im nach hinein

88: und dann kommt ein Ball und den krieg ich nicht und dann sag ich 'siehst du hast du wieder nicht aufgepasst' warum? weil ich mich nicht konzentriert habe

191: ja ja Selbstvorwürfe ja ja

Für Herrn B scheinen die von ihm explizit genannten Selbstvorwürfe im Vordergrund der Problematik zu stehen. Der Zusammenhang zwischen dem Erleben von „Sich selbst unter Druck setzen“ und „Strenge gegenüber sich selbst“, die bei Herrn B bis zu Selbstvorwürfen reicht, besteht auch bei anderen Gruppenmitgliedern. Neben Herrn B beschreiben auch Frau C, Herr D, Frau G und Herr J eine „Strenge gegenüber sich selbst“, die – im Gegensatz zum Erleben von Druck – von ihnen jedoch nicht explizit benannt, sondern lediglich indirekt durch die Beschreibung ihres Verhaltens verdeutlicht wird.

Frau C:

439: weil ich äh äh also dann wieder sofort! muss das erledigen

Herr D:

433: weil ich mich so konzentriere auf die Dinge die ich zu tun habe und dann immer so denke oh jetzt musst du noch einkaufen denk daran was du einkaufen musst dann musst du nach Hause fahren dann musst du das einräumen dann musst du noch saugen

1086: dann denke ich 'verdammt Du müsstest ja mal das das putzen oder das'

Frau G:

290: aber die Gläser sind noch nicht gespült ne, ja, das ist auch so was wo ich genau weiß im Hinterkopf du musst noch die Gläser spülen ne

316: weil ich dann mir wie gesagt mir selber so einen Zwang mir auferlege tja (Stöhnen) also wenn ich dann meine ich hab alles gemacht ja dann fällt mir ein da im Schrank da ist noch ein Tuch und du wolltest das ja immer ausmessen daraus wolltest du noch irgendwas nähen und dann immer so dieses 'nein das musst du noch machen' und dann denke ich 'warum du musst das gar nicht machen und immer wieder fällt's mir ein nein in diesem Fach ist noch irgendwas nicht in Ordnung' furchtbar also mir geht das manchmal selbst auf den also auf den Geist

Herr J:

701: jetzt habe ich in der Einliegerwohnung die Fenster machen müssen neue Vermietungen dann sind die Wohnungen leer ich will nur aufzeichnen es ist ziemlich viel was, und dann meine ich im Moment mir ich ich mir reicht es mir reicht es absolut

Auffällig in den fünf Aussagen, in denen eine „Strenge gegenüber sich selbst“ zum Ausdruck kommt, ist die häufige Verwendung des Modalverbs „müssen“.

Beispielsweise verwendet Herr D in einem einzigen Satz sechs Mal das Wort „müssen“:

Herr D:

1656: dass ich also immer denke 'mein Gott du hast noch du musst noch da hin fahren dann musst du spielen dann musst du zurück fahren dann musst du das Auto wieder abstellen und dann musst du nach der Post gucken und dann musst du Wäsche machen' (Stöhnen) das ist dies unter Druck setzen oder dieses dieses vermeintliche obwohl ich auch sagen könnte 'nein' oder 'wie schön'

Das Modalverb „müssen“ steht in den meisten Interviews in Bezug zu alltäglichen Aufgaben. Dieser Zusammenhang wird in den o. g. Äußerungen von Herrn D, Frau G und Herrn J deutlich.

Auch Herr B beschreibt einen Zusammenhang zwischen Druck und alltäglichen Aufgaben, ohne jedoch das Wort „müssen“ zu verwenden, sondern mit Bezug zu „Ärger über sich selbst“ und „Selbstvorwürfen“.

Auffällig ist auch, dass drei der fünf Befragten, die „Sich selbst unter Druck setzen“ sowie eine „Strenge gegenüber sich selbst“ thematisieren (Frau C, Herr D und Frau G), auch das Themengebiet „Perfektionismus“ ansprechen:

Frau C:

454: und äh dann bin ich auch überpünktlich

Herr D:

138: Angespanntheit zeigt sich darin dass ich also äh an alles denken will an alles ich muss alles machen

328: aber das ist mein Naturell wissen se ich bin nicht der derjenige der der sich so zurücklehnen kann und sagen kann 'ach, das interessiert mich gar nicht und lass mal auf Dich zukommen' sondern ich möchte das alles äh gleich erledigen oder ich möchte das gut erledigen gut erledigt haben und dann mache ich mir Gedanken wie der morgige Tag zum Beispiel aussieht

Frau G:

229: und ich ich hab nur gedacht ne du darfst ja alles nur hier nicht fehlen (bei der Arbeit trotz starken Beschwerden) das geht ja schon gar nicht

326: ich hab mich schon vieles geändert also ich hab mich ich meine schon um hundertfünfzig Grad geändert wie ich noch so jung war da war ich total extrem noch viel extremer aber ich hab schon vieles gelernt durch die Kinder auch alleine da kann man nicht immer alles hundertfünfzig prozentig haben

Vier Gruppenmitglieder geben an, dass sie sich durch den selbst erzeugten Druck (Frau A, Herr B und Herr D) bzw. aufgrund der Strenge gegenüber sich selbst (Frau I) ärgern:

Frau A:

175: ja! ich setz mich selber unter Druck obwohl das überhaupt blödsinnig ist, ich hab da überhaupt gar keinen Druck

Herr B:

24: das sind Dinge und wenn man dann hinterher darüber nachdenkt dann dann ärgere ich mich dermaßen und das zieht mich dann immer wieder so ein bisschen runter

Herr D:

241: ich zähle das jetzt mal so auf damit Sie so so äh so eine Idee kriegen warum (leises Lachen) das ist einfach lächerlich

1089: dann meldet sich mein Gewissen (...) mein Gewissen ist streng! (...) und (Husten) mein Willen ist dann sehr äh sehr äh marginal ausgebildet

Frau I:

236: was immer ich so mache dann äh denke ich 'hei ja es hätte noch besser sein können und so toll ist es nicht'

Neben den Gruppenmitgliedern, die sich durch Druck im Sinne von „Sich selbst unter Druck setzen“ kennzeichnen, beschreiben sowohl Herr D als auch Frau E einen Druck, der durch andere Menschen in ihnen ausgelöst wird.

Herr D:

1035: jaja! ja ja mach ich (auf Vorwürfe seiner Frau, nicht gut genug zu putzen)

1111: 'ja dann hättest Du doch mal, den Eisschrank machen können' (Vorwurf seiner Frau) hach denke ich erwischt

Frau E:

29: wenn ich mal nur so, bisschen also falsch angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen

Während die Problematik von Herr D jedoch hauptsächlich in dem „Sich selbst unter Druck setzen“ besteht und er nur zusätzlichen Druck von seiner Frau verspürt (der sich primär jedoch auf seinen selbst erzeugten Druck bezieht), liegt bei Frau E das Hauptproblem in dem Druck, der für sie durch Kontakt mit ihrem Ehemann entsteht. Auffallend ist in Abgrenzung zu dem Druckerleben der anderen Gruppenmitglieder nicht nur die Entstehung des Druckes von Frau E, sondern auch die Intensität des Empfindens, welche sie durch die Metapher des „Zerspringens“ verdeutlicht.

Nur ein Gruppenmitglied (Frau A) empfindet sowohl den selbst erzeugten wie auch den generell empfundenen Druck als ungerechtfertigt:

Frau A:

175: ja! ich setz mich selber unter Druck obwohl das überhaupt blödsinnig ist, ich hab da überhaupt gar keinen Druck

Und ein weiteres Gruppenmitglied (Frau C) berichtet über den Vorwurf, andere unter Druck zu setzen:

Frau C:

454: und äh dann bin ich auch überpünktlich hat ich auch mal einen Riesenkrach, sie meinte ich setze sie damit unter Druck mit dieser Über-Pünktlichkeit

Die oben dargestellten Aussagen verdeutlichen, dass unter dem Themengebiet „Druck und Ansprüche an sich Selbst“ die entscheidendsten Aspekte das „Sich selbst unter Druck Setzen“ (angesprochen in sechs von acht Aussagen; von drei Frauen und drei Männern) sowie eine „Strenge gegenüber sich selbst“ (thematisiert in fünf von acht Äußerungen; ebenfalls von drei Frauen und zwei Männern) sind. Dabei geben vier der fünf Gruppenmitglieder, die eine „Strenge gegenüber sich Selbst“ beschreiben, auch an, sich selbst unter Druck zu setzen.

Vier der Gruppenmitglieder (die Hälfte der Befragten) beschreiben einen Druck durch alltägliche Aufgaben – wobei alle drei Männer, die sich zum Thema „Druck“ äußerten, dies angeben, jedoch nur eine der befragten Frauen (Frau G).

Ebenfalls vier Interviewte geben an, sich über den Druck bzw. die Strenge gegenüber sich selbst zu ärgern (zwei Frauen: Frau A und Frau I sowie zwei Männer: Herr B und Herr D).

Bei drei der acht Befragten steht der selbst erzeugte Druck in Zusammenhang mit einem – ebenfalls selbst erzeugten – Perfektionismus (bei zwei Frauen und einem Mann).

#### 4.2.3.4 Negative Gedanken

Sechs der neun Gruppenteilnehmer äußern sich zum Themengebiet „Negative Gedanken“ (außer Frau A, Frau C und Frau I).

Zwei der Befragten, Herr D und Herr J, beschreiben beide Gedanken, in denen sie belastende Situationen bereits im Vorfeld gedanklich durchspielen.

Herr D:

315: nehmen wir das mal morgen an dass ich also dann wir haben also so einen Carport da kann man so runterfahren da kann man jetzt nicht rein weil da gepflastert wird diese Strasse auf dem Dorf da da musste ich meinen Wagen weiter wegstellen und der andere steht schon seit Samstag da den muss ich mir dann morgen holen, dann wird es in die Waschanlage gefahren dann muss ich den mal innen sauber machen damit das ist es ja immer so ein bisschen psychologisch, dass der Prüfer der ja nicht beim TÜV ist sondern der kommt ja da zu dieser Werkstatt dass der nicht denkt 'oh mein Gott was ist das denn für ne für ne Dreckschleuder innen kannst du ja gar nicht durchgucken' weil auch das Standlicht tut's nicht und was weiß ich nicht alles und meistens hat er es hingekriegt und dann muss ich einkaufen dann muss ich dann habe ich Nachhilfe dann muss ich zu meiner Frau da kommt alles so zusammen

522: ich habe mich dann selbst! versucht auch zu beruhigen dass ich gesagt habe äh 'plan jetzt nicht schon was noch gar nicht äh äh fixiert ist' da bin ich ja auch immer so einer der immer schon nach worst case annehmen und schon alles durchspielen (im Vorfeld zur Verrentung)

Herr J:

383: (die Insolvenz seiner Firma) hat mich dann veranlasst doch irgendwo hierhin zu gehen weil dann ich doch mir sehr viel Gedanken gemacht habe im Vorfeld auch schon, was ja nicht ausbleibt, äh auch finanzieller Art Gedanken

390: mein Gott was wäre wenn? obwohl ich da eigentlich die wenigsten Sorgen haben musste

408: eben wie gesagt dann dann aus ich habe, tausend Gedanken ich wachte morgens um fünf Uhr auf und hatte tausend Gedanken und kam nicht mehr raus ich habe mich versucht zu entspannen und es ging nicht ich ich hatte Schweißausbrüche ich drehte mich rechts drehte mich links es funktionierte nichts

445: und und dann kommen eben solche Gedanken auf 'was mache ich denn wenn jetzt wenn jetzt etwas ist? wo bringen wo bringen die mich hin? wo komme ich hin? wie gut bin ich da aufgehoben? können die mir überhaupt helfen? wie komme ich dann wieder nach Hause?' und äh äh Tausende von Gedanken

612: und wenn ich dann einen Moment wach bin dann fängt das Herz wieder mehr an zu schlagen also zu bubbern, und dann fängt es mit den Gedanken an

Auch wenn sich die Inhalte der Gedanken von Herrn D und Herrn J voneinander unterscheiden, weil Herr D sich gedanklich mit Themen des Alltags befasst, während Herr J zukünftige Probleme durchdenkt, weisen beide auf eine seelische Belastung durch diese negativen Gedankenfolgen hin. Eine weitere Gemeinsamkeit zwischen den beiden Männern besteht in der – von Herrn D in Zusammenhang mit dem gedanklichen Durchspielen von negativen Situationen genannten – Annahme des „worst case“.

Diese negative Haltung und Einstellung zeigt sich auch bei Herrn J, der diese als „negatives Denken“ beschreibt.

Herr J:

221: und ich sage mal im Prinzip auch ein negatives Denken

223: das negative Denken ist stärker geworden

Auf eine andere Art und Weise als Herr D und Herr J belastet sich Frau E mit negativen Gedanken, indem sie sich selbst abwertet.

Frau E:

280: es liegt sicher auch daran dass ich mir sage 'mein Gott Du hast ja, Du hast ja nichts zu sagen'

Herr F äußert negative Gedanken, die eine andere Qualität beinhalten:

Herr F:

697: ich meine das ist dann eine Frage vom Bewusstsein her wenn man sich mit mit Kindern unterhält das ist natürlich ne ganz andere Kommunikation als jetzt äh zum Beispiel früher im Berufsbereich aber man muss erst erkennen dass die genauso viel Niveau haben kann wie zum Beispiel im Berufsbereich ne also äh man muss das ich hab das früher vielleicht etwas ab- abwertend gesehen ja also wenn man dann mit Kindern dann auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht so hab ich das früher gesehen und dieses Bewusstsein muss erst erneut äh gestärkt werden und geschaffen werden dass also der Umgang mit Kindern sehr wohl äh von großer Qualität sein kann, na ja und das hab ich dann auch mehr und mehr auch erfahren

## 4.3. Gruppe

### 4.3.1 Gruppenmitglieder

#### 4.3.1.1 Die Gruppe

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich über die Gruppe.

Sechs von ihnen sprechen ein Lob für die Gruppe aus; ein weiterer Befragter nennt eine Verbesserung des Gruppenprozesses und bei den beiden anderen Gruppenmitgliedern steht eine durch die Gruppe empfundene Belastung im Vordergrund.

Von den sechs Gruppenmitgliedern, die sich positiv zur Gruppe äußern, beschreiben drei Befragte (Herr B, Herr D und Frau E) den Umgang in der Gruppe und weitere drei (Frau A, Frau C und Herr J) die Arbeit des gruppentherapeutischen Prozesses.

Herr B:

996: es (das Umgehen miteinander) war überwiegend harmonisch ja ja

Herr D:

1523: normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft

Frau E:

402: in dieser Gruppe, wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen

Frau A:

391: und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

Frau C:

791: zum Schluss ist also alles auch äh sehr gut gelaufen wir hatten ja auch welche aus der Tagesklinik und das merkte man eben

Herr J:

1577: aber wenn ich zu der Gruppe so ja was soll ich dazu sagen? auch, äh für mich war es einfach wichtig oder oder oder, gut zu hören was so andere für Probleme haben und und damit zurecht kamen

Frau A und Frau C, die sich beide lobend über die Gruppe äußern, schildern – ebenso wie Herr F, der dies nicht tut – einen Prozess der Verbesserung in der Gruppenarbeit.

Frau A:

391: wir haben sehr lange gebraucht um aus ner Abwehrgruppe ne richtige Gruppe zu machen (...) bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen'

Frau C:

937: die Gruppe ist ganz ganz ganz ganz schwer angelaufen wir haben ja ein ganzes Jahr vertrödelt

947: das war besser ja (das zweite Jahr)

Herr F:

1438: es gab äh eine zeitliche Entwicklung (hin zu besserem Verständnis der anderen Teilnehmer)

Frau A und Herr J sprechen beide explizit den positiven Austausch mit den anderen Gruppenmitgliedern an.

Frau A:

407: man redet mit anderen. man kriegt mit dass andere auch schlimme Sorgen haben und ein bisschen sind ja alle gleich?

Herr J:

1591: deshalb meine ich dass so eine Gruppe sicherlich ganz gut sein könnte, äh um da eben auch drüber zu sprechen und um um dann auch ein bisschen entlastet zu werden (...) ja so im Austausch weil ich das wie gesagt immer gut fand

Die von Frau A eben angesprochenen Gemeinsamkeiten in der Gruppe werden auch von Herrn D beschrieben.

Herr D:

1373: wir haben uns an sich, eher gleich gesehen, also da waren wir doch sehr homogen muss ich sagen

1391: ja also wir haben uns sehr homogen erlebt

Anders bewerten dies Herrn B und Frau C, die Unterschiede in der Gruppe thematisieren.

Herr B:

972: ähnlich waren wir uns also auf gar keinen Fall weil ja jeder sein sein ein anderes Problem hatte also ich für mich sage jetzt die anderen hatten mehr Probleme als ich habe ich den Eindruck die waren auch überwiegend alle in der Tagesklinik vorher und daraus schließe ich dass die also auch weitaus größere Probleme hatten

981: es war ja bunt gemischt die Leute die da waren

Frau C:

928: die waren doch alle sehr sehr anders gelagert (die Lebensgeschichten der einzelnen)



Drei Gruppenmitglieder (Herr D, Frau G und Frau I) beschreiben, dass sie sich durch die Gruppe belastet fühlen – auch Herr D, der die Gruppe dennoch lobt (s. o.).

Herr D:

1240: es war so wenn ich im nachhinein oder in der in der Rückschau überlege war es auch immer so dass ich äh äh dass ich sagte 'hach es ist auch froh ich bin auch froh wenn ich also mal nicht diese Leute sehen muss' obwohl sie mir ja gar nicht getan haben obwohl sie auch vieles, mit was gegeben haben aber hach dann sag ich Ferien ich will einfach mal Ferien

Frau G:

1026: ich habe immer nach dieser Gruppe immer ziemlich fertig und zwar von dem Zuhören was andere haben, mich hat das dermaßen belastet ich war immer ich sag mal, zwei drei Tage also immer irgendwo total daneben

1133: ja ja da waren schon so verschiedene Sachen wo ich dann gedacht habe 'ne das musst du jetzt nicht noch mal erleben' ne denn das hat manchmal so weh getan auch so so äußerlich also dass ich gedacht hab ne also jetzt (Lachen) ich war immer ganz froh wenn die Stunde dann vorbei war

1144: für mich war das eher sag ich mal erzählen Sie das bloß nicht der Frau Doktor xxxxxxxx um Himmels Willen (...) (Lachen) ja also eher so so ein Martyrium also praktisch so so jede Woche wieder da hin

Frau I:

188: ja manchmal war es schon ein Prozess zum Beispiel auch dieses Erkennen äh meine Mängel die mir ja auch dann aufgezeigt wurden und das ist ja das war ein bisschen, unangenehm

194: und ich bin oft aus der Gruppe gegangen also ich war sehr aufgewühlt und war äh ja, weiß ich nicht manchmal hatte ich das Gefühl ich will gar nicht mehr hingehen (...) ja es war schon belastend

203: ich hab mich dann zu Hause damit beschäftigt also ich muss sagen also dass es ist nicht nur die Gruppe war die Stunde war sondern auch das zog sich dann auch also fast durch die ganze Woche wo ich immer wieder mit den äh Themen oder mit den Gedanken, dann beschäftigt war

517: nein nein es war ja nun also alle Welt sieht mich ne (...) das war immer so ein ein Punkt der mich also manchmal manchmal! war das so strapaziös für mich wenn ich dann rauskam, dann war ich ich fühlte mich ganz ganz schlecht

Frau A und Frau C sprechen das Alter als mögliches Hindernis des Gruppenprozesses an.

Frau A:

391: wir haben sehr lange gebraucht um aus ner Abwehrgruppe ne richtige Gruppe zu machen ich weiß nicht woran das liegt, ob dass das Alter ist oder so, ich weiß es nicht

Frau C:

754: mein Fazit dieser Gruppe sieht so aus dass ich mir sage es ist sehr sehr schwierig mit älteren Menschen die noch nie mit einer psychotherapeutischen äh Geschichte in Verbindung gekommen sind zu arbeiten

Darüber hinaus beschreibt Frau C, dass in der Gruppe sehr viel Anleitung notwendig war.

Frau C:

961: das meine ich auch damit es wurde eben sehr viel Anleitung gebraucht damit (die) überhaupt begriffen 'warum bin ich denn hier?'

Zur Altershomogenität in der Gruppe gibt es drei Stellungnahmen von Herrn F, Frau G und Herrn J. Herr F bewertet diese positiv, während Herr J beschreibt, dass er seine frühere altersinhomogene Gruppe in der Tagesklinik interessanter fand. Frau G stimmt in ihrer ersten Aussage der Äußerung von Herrn J zu, relativiert diese jedoch später, indem sie sagt, dass ihre Erfahrungen weniger mit dem Alter der Gruppenteilnehmer als mit der Personenzusammensetzung zu tun haben könnten.

Herr F:

1398: die Gruppe selbst bestand aus (...) Leuten die so etwa meines Alters waren, plus minus nachher gab es dann einige jüngere, und das das empfand ich zum Beispiel als sehr wichtig äh denn von Anfang an wollte ich also niemals in eine Gruppe äh die jetzt erheblich! jünger war von der Struktur her

1408: für mich war das sehr wichtig dass das eine altershomogene Gruppe war (...) einmal deshalb weil weil man vor allem wenn man älter wird, das ganze doch sehr schon auf gewisse Krankheiten und gewisse Störungen beziehen muss und auch bezieht

1420: aber äh Befür- Befür- Befürchtungen in diese Richtung (körperliche Beschwerden) äh gingen ne also anders! als zum Beispiel bei bei sehr jungen Leuten, wie ich das ja eigentlich auch von früher her kenne wo man jetzt ganz klar! äh nur schon schon das war schon offensichtlich! nur von von äh psychosomatischen Dingen sprechen konnte

Herr J:

76: äh fand aber, im Kern, die Gruppe oder die Gruppen die ich mit Frau Doktor xxxxxxxx während des Tageskliniks-Aufenthaltes gemacht habe irgendwo, ja lebhafter äh interessanter weil, für mein Dafürhalten so war hatte ich die Meinung äh da Jung und Alt, und und bei diesen Gruppen mit Frau Doktor xxxxxxxx war ich war ich der Älteste war also so fast so, ich sage mal Vater Figur in Anführungsstrichen

90: äh und das war für mich also schon sehr interessant äh auf der aufgrund der ganzen Thematik die auch von den Jugendlichen oder jüngeren Leuten kam weil ich jetzt wieder Söhne habe die zum Teil so alt waren wie zum Teil diese Mitpatienten, also ich ich fand das gut und und äh hatte eigentlich auch keinerlei Probleme mich da irgendwo äh, zu öffnen oder oder

Frau G:

1278: ne! (Frage ob sie die altershomogene Gruppe als angenehm erlebt hat) also ich war in der ersten Gruppe (...) da waren sehr viele Junge ich sag jetzt mal zwanzig bis dreißig oder so nö wenn ich da was zu sagen hatte da hab ich immer so meine Geschichte dann dann haben die anderen zugehört und da hat auch keiner gelacht oder oder irgendwie und ich hatte also ich meine ich konnte mich auch gut hineinversetzen wenn jemand eine junge Dame erzählt dass ihr Freund sie verlassen hätte

1295: ob besser zurecht weiß ich jetzt gar nicht mal, ich denke mal nicht es hat vielleicht auch immer mit der Zusammensetzung mit den Personen zu tun (...) oder wie die erzählen ja manche sind sehr zurückhaltend und andere die also in dieser ersten Gruppe waren viele junge Leute die haben auch viel erzählt so ja so impulsiv einfach mal und ich konnte mich da in sehr viele Dinge hineinversetzen

#### **4.3.1.2 Die anderen Gruppenmitglieder**

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich zu den anderen Mitgliedern der Gruppe.

Sechs der neun Gruppenmitglieder (alle außer Frau A, Herrn B und Frau E) berichten über andere, d. h. über eine Person oder über mehrere Personen und deren Probleme bzw. Beschwerden.

Frau C:

768: ich habe festgestellt und da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft dass sie sich auch dass sie sich eben sehr schwer tun (...) einige sind ja auch ausgestiegen die also wohl den Druck oder das Erzählen oder was nicht nicht äh verkraftet haben geweint und dann dann nie wieder erschienen

786: in diese Gruppen- äh dynamik reingeworfen werden und wissen überhaupt und haben keine Ahnung

828: ich habe gesehen dass wenn eben jemand mal wirklich gesprochen hat der noch nie in dieser Form konfrontiert worden ist ja völlig aufgelöst weint fix und fertig war und einfach nicht wieder erschien

Herr D:

1485: da war so ein älterer Herr (...) ein bisschen hypochondrisch angehaucht und guckte also überall nur was er haben könnte und äh äh äh setzte sich somit unter Druck dann bis er dann hier in der Uniklinik und was weiß ich dann überall war und dann haben sie gesagt so nun musst du aber zwei Bypässe haben

1506: dann wurde das also auch durchgespielt als Rollenspiel wie er dann mit wie er dann mit dem Anwalt vor dem Arbeitsgericht in xxxxxxxxx (Stadt in Süddeutschland) da agieren musste!

Herr F:

1415: die eine hatte also jetzt äh Herzprobleme Herzrasen äh und und äh eine andere Dame da die hatte also Krebs, und und eine weitere andere hatte ebenfalls mit dem Herzen Probleme und dann auch entsprechende äh vegetative Störungen, und äh also es war es waren schon sehr viel äh Symptome die auch, zumindest äh in Richtung organische Beschwerden äh gingen

1523: dass in einem Falle, zum Beispiel das ganz miserable Elternhaus mit dem mit dem überstrengen Vater mit mit Bestrafungen! die vollkommen ungerecht waren (...) und dass der auch dann, in dieser in der Therapie ganz klar sagte 'ich habe also heute immer noch Ängste und ich bin auch ein Angsttyp'

1566: da war jemand da mit seinem mit seinem Tinnitus, der sich immer wieder! über seinen Chef beschwerte (...) dann könne er nachts nicht schlafen und dann hätte er seinen Tinnitus

1588: stellte sich also heraus dass sowohl die Ehefrau, wie letztendlich auch die Tochter, für ihn schon äh äh gewaltige! Probleme darstellten

1598: aber ne er schob das immer auf seinem Chef er wollte einfach aus im Grunde wollte er aus der Firma raus

Frau G:

1033: ich weiß da saß ich mal da spielt der Name ja jetzt keine Rolle mehr neben einer Dame die erzählte aus ihrer Kindheit da Schläge vom Vater und und dass sie da eben so ungerecht behandelt worden ist, also glauben Sie ich kann's bis heute nicht verstehen dass ich nicht raus gerannt bin ja das war so belastend für mich wissen Sie da wird alles so so aufgewühlt so ich meine jeder hat ja so das alles erlebt und ich möchte das auch nicht jede Woche wissen Sie so wieder auffrischen

Frau I:

715: eine eine war ist sehr krank und äh einer von den Männern auch der war auch dann sehr krank und ich äh er war allerdings in der letzten Stunde die wir hatten war er wieder da und da ging's ihm auch ganz gut ja

Herr J:

1685: und die sich dann irgendwie zwangsläufig auch in dieser Gruppe dann mal ergaben weil die Situation so war dass man da drauf zu sprechen kam wie zum Beispiel so ein, so ein Vaterverhältnis äh da war dann eine Dame äh ich weiß schon gar nicht mehr wie die hieß die hat glaube ich in xxxxxxxx (Stadt in Asien) gelebt ich weiß nicht mehr also da dann gab es dann schon einige Berührungspunkte die dann eben auch gleich waren

In den o. g. Aussagen werden Frau A (zweimal), Herr B (zweimal), Frau C, Herr F, Frau G und Herr J von den Gruppenmitgliedern beschrieben. Auffällig ist hierbei, dass keines der Gruppenmitglieder bei seinen Schilderungen Namen erwähnt, sondern alle in anonymisierter Form berichten. Nicht erwähnt werden Herr D, Frau E und Frau I.

Frau A und Frau C geben an, dass sie zu einigen Gruppenmitgliedern intensiveren Kontakt als zu anderen haben.

Frau A:

425: ja habe ich noch (zu einigen immer noch einen intensiveren Kontakt als zu anderen Gruppenmitgliedern)

Frau C:

862: dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen'

Diese Telefonate werden ebenfalls von Frau E angesprochen, die allerdings beschreibt, dass sie selbst keinen näheren Kontakt zu den anderen Gruppenmitgliedern aufgebaut hat.

Frau E:

469: nein ich habe mich eigentlich, mit niemandem angefreundet, ich habe auch mit niemanden telefoniert, verschiedene andere da waren zwei Damen die haben schon mal miteinander telefoniert

Neben Frau E berichtet auch Frau G explizit, dass sie zu keinem Gruppenmitglied eine Beziehung gefunden hat.

Frau G:  
1171: also Beziehung hatte ich zu keinem

Herr B gibt an, dass er sich mit allen gut verstanden hat, hebt aber kein Gruppenmitglied besonders hervor.

Herr B:  
1034: ja und wir drei haben uns an für sich ganz gut verstanden die drei Männer ja ach mit den Frauen habe ich mich auch gut verstanden das war nicht so dass wir da das waren keine Probleme

Mitgefühl und Verständnis für die anderen Gruppenmitglieder beschreiben Herr D und Frau I.

Herr D:  
1257: nach einem Jahr äh äh hat man dann also wirklich auch dann von jedem einzelnen Teilnehmer äh so seine Probleme die die Problematik äh äh äh gesehen oder gelernt oder erfahren  
1344: das konnte ich also äh immer so gut nachvollziehen wenn ein Gruppenmitglied irgend ein Problem hatte

Frau I:  
722: und das sind so Dinge die die ja die haben mich dann sehr getroffen auch ja  
728: mhmh ja und ich hab's dann auch bewundert wie dann also, wie Krebskranke dann damit umgingen mit ihrer Krankheit.  
733: also das fand ich schon, ja das ist schon bewundernswert

#### **4.3.1.3 Position und Rolle in der Gruppe**

Zum Thema „Position und Rolle in der Gruppe“ äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder, mit Ausnahme von Herrn F.

Die Hälfte der Befragten: vier Gruppenmitglieder (Frau A, Herr B, Herr D und Frau G) beschreiben sich entweder als aktive Mitglieder am Gruppenprozess bzw. weisen darauf hin, dass sie gute Beiträge für die Gruppe geleistet haben bzw. leisten wollten.

Frau A:  
422: ich meine ich war schon mittendrin

Herr B:

878: das fanden andere ganz interessant oder haben mich bewundert dass ich das so erzählte (seine Probleme in der Familie)

Herr D:

1348: da konnte ich mich immer sehr gut einbringen weil ich dann immer sofort meine, meine ich so äh darauf eingehen konnte

1355: da konnte ich mich also sehr gut mit einbringen also ich war nicht derjenige der da nur äh stumm gesessen hat

1444: wenn ich dann also da reagiert habe und gefragt habe 'ist das denn so?' und 'das verstehe ich aber' 'verstehe ich sehr gut' oder 'das verstehe ich nicht so gut' da habe ich mich dann wieder eingebracht weil ich mich da rein versetzt habe in die Problematik meiner meiner Gruppenmitglieder

1334: also ich äh sah mich also immer so dass ich sehr gute Beiträge leisten konnte wenn äh eine ein Gruppenmitglied äh irgend ein Problem äh andiskutieren wollte und äh das finde ich ja daran so interessant dass einem dann so viele Ideen kommen und Einfälle oder gar Einwürfe die man dann dazu beitragen möchte (...) da habe ich mich dann also immer sehr, stark äh konzentriert

Frau G:

1227: ich hab gedacht 'du gehst dahin um jetzt deine Probleme darzulegen oder vielleicht auch mal was zuzutun wenn andere wenn jemand anderes was vorträgt'

Im Gegensatz zu Herrn B und Herrn D, die explizit ihren positiven Beitrag zum Gruppenprozess ansprechen, beschreibt Frau E, dass sie keine Beiträge zur Gruppentherapie leisten konnte.

Frau E:

417: ich war niemand der jetzt so die Gruppe der da irgendwelche Impulse geben konnte

433: wenn wir alle aktiv zuhören dann bewegt sich ja nichts in der Gruppe

436: ja das hätte ich mir sehr von mir gewünscht ja (aktiver in der Gruppe zu sein)

Frau E charakterisiert sich, genauso wie Frau I und Herr J, als aufmerksame Zuhörerin.

Frau E:

413: ich würde die Position so als, ja aufmerksamer Zuhörer (beschreiben)

Frau I:

446: ich wollte nicht gerne reden, nicht weil ich so mundfaul war oder weil ich nicht mitmachte ich war da schon also in Gedanken sehr aktiv

Herr J:

1665: eher so beobachtend

1670: so ja abwertend abwartend bewertend beobachtend

Über ihre Rolle als aufmerksame Zuhörer hinaus, beschreiben sowohl Frau E als auch Frau I ihre Position in der Gruppe als „am Rande bzw. ganz hinten“.

Frau E:

415: mehr ja ja mehr am Rande ja

417: ich+ habe mich doch am Rande gefühlt und war es auch also ich war niemand der jetzt so die Gruppe der da irgendwelche Impulse geben konnte, das liegt nicht so in meiner, Sache meiner Natur,

Frau I:

504: ja es war es war manchmal sehr, ach ja und das hat mich dann dann! hat mich auch diese Gruppe gestört insofern gestört dass äh also, ich fühlte mich vollkommen! klein, und fühlte mich ja ja in der Gruppe, so ganz hinten

Herr J, der sich auch als aufmerksamen und beobachtenden Zuhörer charakterisiert, kann sich persönlich keiner Position zuordnen.

Herr J:

1640: da wüsst ich keine, da wüsst ich einfach keine, Positionierung oder oder oder Bewertung zu geben

1658: aber das kann ich zu dieser Gruppe nicht sagen ich denke das war einfach zu kurz und da

Frau C berichtet als einzige, dass sie in der Gruppe eine schwierige Position inne hatte.

Frau C:

839: teilweise ja (schwierige Position in der Gruppe)

841: dass ich eben dominant dominant bin und (...) dass ich anders etwas anders sehe und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen die also meinten, äh ja ich wüsste ja alles

Kein Befragter berichtet, dass er eine einflussreiche Position in der Gruppe einnimmt.

Frau A, Herr B und Frau I beschreiben sich alle als zurückhaltende Gruppenmitglieder.

Frau A:

420: ne tonangebend war ich bestimmt nicht

Herr B:

968: ne ne (Frage nach Gruppenanführer)

Frau I:

446: äh in der Gruppe war das für mich so also ich wollte nie gern im Mittelpunkt stehen

#### 4.3.1.4 Nähe und Distanz

Zum Thema „Nähe und Distanz“ in der Gruppe äußern sich sechs Gruppenmitglieder (Frau A, Herr B, Frau E, Herr F, Frau G und Herr J).

Frau A und Herr B beschreiben, dass eine Nähe zwischen ihnen und anderen Gruppenmitgliedern besteht.

Frau A:

478: ich hab mich mit einer Frau also ein bisschen mehr zusammen getan

425: ja habe ich noch (zu einigen immer noch einen intensiveren Kontakt als zu anderen Gruppenmitgliedern)

Herr B:

917: ja das schon man ist sich schon ein bisschen näher gekommen aber wie gesagt das das es fing das kam ganz darauf an wie äh die Diskussion anfang

1036: zu den Frauen weniger (Kontakt), ja und wir drei (Männer) haben uns an für sich ganz gut verstanden (...) die drei Männer ja ach mit den Frauen habe ich mich auch gut verstanden das war nicht so dass wir da das waren keine Probleme nur eben halt äh das waren verschiedene Lebensansichten

Die anderen vier Gruppenteilnehmer: Frau E, Herr F, Frau G und Herr J berichten von einer Distanz in der Gruppe. Während Frau E sich für ihre persönliche Situation selbst verantwortlich macht, erzählt Frau G, dass es ihre Entscheidung war, von Anfang an in der Gruppe auf Distanz zu bleiben.

Frau E:

476: so richtig warm geworden bin ich eigentlich mit niemandem in der Gruppe, aber vielleicht das lag sicher auch an mir

Frau G:

1064: dann warf sich dann irgendwann die Frage auf wie wir uns denn ansprechen mit Vornamen mit Sie oder du und ich hab dann gleich gesagt ich möchte gerne gesiezt werden ne und das fanden alle ganz schlimm ganz furchtbar und, äh ja gut man ist dann darüber hinweg gegangen das war auch okay und dann irgendwann mal jetzt so zum Schluss hieß es ja man könnte ja auch gar nicht so in die Tiefe das Gespräch machen weil wir uns ja noch nicht alle duzen und ich meine ich wusste ja genau dass ich damit gemeint war

1076: und ich hätte ich könnte Ihnen noch nicht mal einen Grund sagen warum ich jetzt gesiezt werden möchte oder warum ich geduzt werden möchte das könnte ich Ihnen gar nicht mal sagen

1220: ja auf Distanz ja ja das war für mich also klar und von Anfang an vor allem deshalb ich wollte deshalb auch nicht mehr groß geduzt werden

Herr J:

1661: dass dass die Bindung da so nicht war wir hatten ja auch, sonst äh irgendwie keinerlei keinerlei Verbindung



Herr F:

1668: da waren dann zwei drei Leute die wollten weiterhin gesiezt werden die wollten die Duzform nicht dann haben wir das so akzeptiert in der Besprechung haben gesagt okay wer hier gesiezt werden möchte der kann das äh weiterhin so für sich so in Anspruch nehmen

#### **4.3.1.5 Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen**

Zum Thema „Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen“ äußern sich drei Gruppenmitglieder (Frau A, Herr B und Herr F). Alle drei beschreiben unterschiedliche Aspekte, die ihnen aufgefallen sind.

Frau A erinnert sich, dass bei den Männern die Themen „Alter“ und „nicht mehr gebraucht werden“ eine Rolle spielten.

Frau A:

747: ich hab das bei den Männern viel stärker bemerkt als bei den Frauen das Altern und das im Alter nicht mehr gebraucht werden, das war also bei den Männern schon ein Thema (...) bei den Frauen war das eigentlich nie, kam es nie zur Sprache

Herr B berichtet, dass ausschließlich die Frauen untereinander auch außerhalb der Therapiesitzungen Kontakt gesucht haben.

Herr B:

1004: da waren ja, drei Männer und vier Frauen waren das ne? und die Frauen hatten glaube ich untereinander so ein bisschen auch privat Kontakt die haben sich auch dann irgendwo mal telefonisch mal und äh aber mit den Männern wir hatten also so privat keinen keinen Kontakt

1014: woran lag es? das ist eine gute Frage, es bestand scheinbar von allen Seiten kein Interesse daran

1071: (+p:00:00:06) ja wir drei waren irgendwie anders als die Frauen also aber wie soll ich Ihnen das erklären

Herr F stellt das Ausscheiden aus dem Beruf als typisch männliches Thema dem Loslassen der Kinder als typisch weibliches, aber gleichwertiges Thema gegenüber.

Herr F:

1725: ja das war auch ein wichtiges Thema (das Ausscheiden aus dem Beruf) also nicht nur bei den Männern sondern und auch bei den Frauen äh da kam ja dann diese Geschichte loslassen von der Familie, von den mittlerweile äh erwachsenen und auch zum Teil schon äh verheirateten und mit äh Kindern verhafteten äh Kindern und Enkelkindern mein ich das war ja ähnlich so zu sehen also da da haben wir eine gewisse, Gleichwertigkeit festgestellt äh das Thema haben wir dann insgesamt so gesehen

## 4.3.2 Gruppenprozess

### 4.3.2.1 Schweigen und Reden

Zum Thema „Schweigen und Reden“ in der Gruppe äußern sich sechs der neun Gruppenmitglieder. Keine Aussagen gibt es von Frau C, Herrn F und Herrn J.

Das Schweigen zu Beginn jeder Gruppensitzung wird von Herrn B und Frau I angesprochen. Beide berichten, dass sie das Schweigen am Anfang einer Sitzung als eine große Belastung empfunden haben.

Herr B:

859: für mich persönlich äh war das Schwierigste, an der Gruppe dass wir immer wenn wir uns trafen wir haben Frau xxxxxxxx Frau äh Herr xxxxxxxxxx warteten bis wir das Thema anfangen bis wir unsere Probleme und, und das war manchmal sehr schwierig bis da jemand angefangen hat

Frau I:

566: es war immer am Anfang war es immer so, eine Stimmung mit der ich nie so ganz klar gekommen bin, äh es war ein Schweigen und dieses Schweigen das war so belastend und das war für mich auch manchmal ganz am Anfang war es wie wie ein Fragezeichen ich fühlte mich irgendwie muss ich jetzt was tun? muss ich jetzt was machen? also es war es war ganz ganz hart

Im Gegensatz zu Herrn B, der lediglich schildert, dass die Therapeuten nicht eingegriffen haben, beschreibt Frau I auch, dass die Therapeuten den Gruppenmitgliedern den Sinn ihres Verhaltens erklärt haben, dass dies jedoch bei ihr nicht zur Überwindung des Schweigens führte.

Frau I:

575: wir haben später mehrmals darüber gesprochen und äh na ja, es soll uns na ja es sollte uns aktivieren und es war es ist aber vielen so gegangen den meisten glaube ich ging es so dass also dieser Anfang war so schwer immer wenn's dann einmal im Fluss war dann ging es dann dann war es nicht so schwierig

584: und da ich! ja nie die erste bin habe ich mich auch nie getraut da den Reigen (das Gespräch am Anfang) zu eröffnen (Lachen)

Ihre Probleme mit generellen Schweigemomenten während der Gruppentherapie beschreibt Frau E.

Frau E:

512: für diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gesessen und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann dann doch jemand was rausgebracht hat

Ebenfalls wie Frau I schildert auch sie, welche Probleme es ihr bereitet hat, sich zu überwinden und in der Gruppe etwas zu sagen.

Frau E:

420: wenn ich, wenn ich! dann mal wirklich über meinen Schatten gesprungen bin und dann hab ich was gesagt und so, dann ging's mir richtig gut danach und dann fand ich es auch gar nicht schlimm, aber so dass den ersten Satz die ersten zwei Sätze das hat mir immer große Probleme der Riesensprung dann einzusteigen aber wenn ich dann mal drin war dann war es okay ja

Hingegen thematisiert Herr D ohne Wertung, dass er manchmal gar nichts sagen wollte, sondern lediglich als Zuhörer an den Gruppensitzungen teilgenommen hat.

Herr D:

1221: und manchmal krieg ich kein kein kein äh äh kein will ich gar nicht über irgend etwas reden so dann höre ich nur zu

Im Gegensatz zu Frau E und Frau I, die ihre Bemühungen ansprechen, ihr Schweigen zu brechen und sich in die Gruppe einzubringen, zeigt Frau G ein ganz anderes Verständnis eines „angemessenen“ Verhaltens in der Gruppe, indem sie beschreibt, dass sie ganz bewusst über ihre Probleme in der Gruppe nicht mit der Gruppe spricht, weil sie dies für nicht angebracht empfindet.

Frau G:

1061: nein wem soll ich das da sagen? (ihre Probleme in der Gruppe) also nein nein also ich denk mal das war auch nicht der richtige Ort

#### **4.3.2.2 Oberfläche und Tiefe**

Sieben der neun Gruppenmitglieder äußern sich zu dem Thema „Oberfläche und Tiefe“ in der Gruppentherapie (außer Frau I und Herrn J). Auffallend ist die gemeinsame und einheitliche Beschreibung des Problems, den Schritt von der Oberfläche in die Tiefe zu gehen.

Vier Gruppenmitglieder (Herr B, Frau E, Herr F und Frau G) sprechen an, dass die Gruppenmitglieder nicht genügend in die Tiefe gegangen sind, sondern sich viele Gespräche an der Oberfläche bewegten.

Herr B:

920: es waren also viele banale Diskussionen dabei wo man also wirklich nur versucht hat die eineinhalb Stunden herum zu bringen es ist ja keiner keiner richtig auf den Punkt gekommen

Frau E:

402: wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen und so richtig in die Tiefe, ist da selten jemand gegangen obwohl wir ja fast zwei Jahre zusammen waren

Herr F:

1442: erschienen alle Gruppenteilnehmer am Anfang äh relativ äh neutral äh bezüglich ihrer eigentlichen Beschwerden, und am Anfang erschienen alle Gruppenteilnehmer auch bezüglich ihrer Persönlichkeitsstruktur relativ neutral

Frau G:

1239: nein wir sind uns zwar alle so ein bisschen einig gewesen oder jemand eine Dame hat die Initiative ergriffen mal zu sagen (...) wir sind nicht genügend in die Tiefe gegangen wir haben zwar über so belanglose Dinge gesprochen ja so Tagesablauf oder so bla bla

Diese selbstkritischen Äußerungen werden auch von Herrn B und Frau G aufgegriffen.

Herr B:

846: wo wir uns, fast alle einig waren war trotzdem obwohl wir zwei Jahre zusammen gesessen haben, war die Meinung dass keiner im Prinzip richtig aus sich heraus gekommen ist

864: es fing ja meistens damit an dass irgendjemand irgendetwas erlebt hat, und hat das dann erzählt aber es ist wie ich am Anfang gesagt habe letztendlich nicht, die innere, äh Seele rausgekommen sondern es wurde meines Erachtens viel drum herum gesprochen immer es ging mal hier und da mal bei einer Diskussion je nachdem wie weit das Thema ging mal ein bisschen tiefer aber so richtig aus der Seele heraus glaube ich nicht dass da viele waren

Frau G:

1249: wir haben über alles gesprochen und haben nur nicht über das was uns tatsächlich bedrückt hat

1257: weil wir gar nicht in der Lage waren so in der Gruppe auch mal in die Tiefe zu gehen

Neben dem Erkennen und Benennen des Problems der Gruppe, in die Tiefe zu gehen, beschreiben Frau C und Herr B zwei Situationen, in denen ein Gruppenmitglied in die Tiefe gegangen ist und welche Probleme und welchen Druck dies demjenigen bereitet hat.

Frau C:

768: ich habe festgestellt und da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft dass sie sich auch dass sie sich eben sehr schwer tun (...) einige sind ja auch ausgestiegen die also wohl den Druck oder das Erzählen oder was nicht nicht äh verkraftet haben geweint und dann dann nie wieder erschienen

828: dass wenn eben jemand mal wirklich gesprochen hat der noch nie in dieser Form konfrontiert worden ist ja völlig aufgelöst weint fix und fertig war

Herr D:

1475: es gab bei Gruppenmitgliedern gab es also dieses Anspruchsverhalten auf jeden Fall also jetzt bei mir speziell äh wie soll ich äh das ausdrücken äh äh könnte ich's jetzt dass dieser Druck da war dass ich da hingehen musste und dass man also seine sein sein Innerstes offenlegt äh aber es gab auch andere die, auch und das verstand ich dann sehr gut äh wie ich auch diesen Druck hatten

Einen Erfolg und das Lernen aus dem festgestellten Problem beschreiben Frau A und Frau G, die schildern, dass nach der Benennung des Problems eine Verbesserung des Gruppenprozesses stattgefunden hat.

Frau A:

399: bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen' und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

Frau G:

1262: ich denke die Gruppe begann dann erst als ich ausgestiegen ist so ein bisschen auch mal hier und da was anzutasten ja was vielleicht sehr unangenehm war

Zu den möglichen Ursachen des Problems äußerte sich kein Gruppenmitglied, außer Frau G, die – allerdings erst auf Nachfrage – angibt, dass sie auch keine Erklärung hierfür hat.

Frau G:

1273: ich weiß es nicht ich kann da gar nichts dazu sagen (woran es gelegen hat, dass es nicht mehr in die Tiefe ging) ich weiß nicht ob es daran gelegen hat dass wir Herren und Damen waren oder wie ich weiß nicht ich weiß es wirklich nicht ich kann dazu nichts sagen

#### **4.3.2.3 Konflikte in der Gruppe**

Zum Thema „Konflikte in der Gruppe“ äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder, mit Ausnahme von Frau G.

Von fünf Gruppenmitgliedern wird ein Konflikt zwischen Frau C und Frau I angesprochen. Die Aussagen zeigen, dass die drei Frauen, die sich zu dem Streit äußern, die Auseinandersetzung ernster nehmen als die beiden Männer, die sie ebenfalls erwähnen. Herr B beschreibt den Streit als „Zwistigkeit“ und Herr J als „Animosität“.

Frau A:

480: die ist also auch sehr hilfsbereit (...) und eine andere Dame, die hat das dann als Belästigung empfunden.

506: denn ich hab das nicht als Belästigung empfunden

521: sehr böse (ihre Reaktion)

525: ja vor allen Dingen weil sie mich als Sprungbrett benutzt hat

539: das+ wurde besprochen aber ich glaube nicht dass wir uns da geeinigt haben

541: auf Distanz gegangen ja (Reaktion der Gruppe auf die Aussprache über den Konflikt)

547: ich streite+ eigentlich selten (...) aber so in der Gruppe wenn, wenn das so zur Sprache kommt dann kann man sich nicht immer raushalten

Herr B:

996: es war überwiegend harmonisch ja ja es wurden zwar mal bei anderen wurden mal äh ein paar Worte äh sehr zu Herzen genommen die aber Missverständnisse letztendlich waren oder Telefongespräche da gab es mal eine Zwistigkeit zwischen zwei Damen die haben sich irgendwie missverstanden, aber das betraf jetzt wieder immer nur die zwei Leute und das betraf also nicht die ganze Gruppe da

Frau C:

859: sie war einfach so fertig und natürlich wenn man so was ausspricht (Suizid ihres drogenabhängigen Sohnes) dann und äh und dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen' ich hab es also schon gelassen Sie anzurufen weil ich spürte, da ist Abwehr ja und dann hat sie in der Gruppe dann vorgebracht, also ich hätte sie äh ich hätte zu ihr gesagt sie sollte mich anrufen und und das wollte sie nicht und sie fühlte sich also von mir da unter Druck gesetzt und und und und und

873: das schon richtig alle eigentlich erkannt haben, äh thh das war nicht so das waren zwar ihre Empfindungen aber es war! nicht so (...) es war überhaupt kein Anlass zur Bedrängung

884: ne ich sah nur ihre große Not und da kommt's ja wieder bei mir!

888: also den Strohalm dahin gereicht! aber dieser Strohalm der wurde nicht als Strohalm aufgefasst sondern als Druck und das muss ich eben auch lernen und das waren also so auch Ereignisse die ich mir sehr zu Herzen hab gehen lassen wo ich sehr viel drüber nachgedacht habe und äh durchaus auch was gelernt habe

Frau E:

438: ja da war ein Konflikt (p:00:00:05) mh das ging dann so doch, so über mehrere Sitzungen, das war schon, aber das wurde dann auch beigelegt

441: es ging da um das Verhalten, von zwei Teilnehmerinnen, die eine fühlte sich von der anderen bedrängt, so dass sie die eine sie immer hätte anrufen müssen und sie hatte keine Lust dazu und also solche Sachen, und die eine die wollte das nicht und hat dann auch nicht angerufen und die andere Dame hat das nicht erwartet eigentlich das war so, die haben sich falsch verstanden nicht und das war ziemlich heftig

Herr J:

170: und dann waren da innerhalb der der Gruppe auch noch äh hauptsächlich zwischen zwei Frauen oder, oder zwei Gruppen von Frauen da waren ja vier oder fünf äh waren da auch noch so ein bisschen, würde ich so heute sagen so Animositäten da da merkte man, knisterte da

177: die eine wollte nicht verstehen und die andere wollte auch nicht verstehen dass sie vielleicht ein bisschen was umdrehen wollte von der Thematik her oder oder oder von der Vorgehensweise oder das gar nicht so war wie die andere gesagt hatte und das fand ich dann irgendwann äh fand ich das so, überspitzt äh dass es mich fast langweilte

187: oder nicht fast das hat mich dann schon, gelangweilt ich habe gedacht 'mein Gott das kann doch wohl nicht wahr sein' schon wieder das gleiche Thema und schon wieder die gleichen! Argumente von beiden Seiten

1701: das war eigentlich das waren eigentlich banale Sachen, ich meine dass jemand äh äh äh der anderen Patientin dann Hilfe angeboten hat und die wollte sie nicht und sie meinte, äh sie würde ihr aufgedrängt wiederum von der anderen und dann hat sie wiederum gesagt 'das war gar nicht so gemeint und das habe ich gar nicht gesagt' und so und um diesen Disput ging es da aber aber über über über zwei Sitzungsstunden

1716: ich hab dann nur einfach, eben spontan mal mich vielleicht mich mal eingemischt indem ich gesagt habe 'also ich verstehe eigentlich die ganze Aufregung nicht' also also wenn dann jeder ein kleines bisschen vorher darüber nachdenkt bevor er emotional da, oder auch ein bisschen zurücknimmt und das dann abhakt das war so und hier nicht immer wieder herkommt und sagt 'das war nicht so oder es war doch so also ich sage bis hierhin und jetzt ist Punkt und jetzt ist der Fall erledigt'

Die Konfliktlösung des Streites wird von Frau C und Frau E gelobt.

Frau C:

859: aber das ist also wirklich äh äh wunderbar geklärt worden und ich muss sagen ich hatte die andere Gruppe und hatte auch äh die Frau Doktor xxxxxxxx hinter mir

Frau E:

441: es war sehr interessant, das fand ich toll dass das zur Sprache gekommen ist

459: ja ich fand das toll dass das alles (der Konflikt) auf den Tisch gekommen ist

Auffällig ist auch, dass Frau I als Konfliktpartnerin angibt, dass es in der Gruppe keine Konflikte gegeben hat.

Frau I:

473: ne ne gab es da nicht

Als weiteren Konflikt sprechen Frau A und Herr D das Ausscheiden einer Patientin aus der Gruppe an, nachdem sich diese in der Gruppe geöffnet hatte.

Frau A:

587: und eine Dame die dann weggegangen ist weil sie sich geöffnet hat und hat sich dann so geschämt dass sie dann nicht mehr gekommen ist. also das, war eigentlich das einzige

Herr D:

1391: bis auf einen Fall äh was uns dann äh wenn ich das äh äh äh wenn ich mich noch recht erinnere das war eine Dame die kam später dazu (Räuspern) und äh ist dann nach zwei oder drei Sitzungen hat sie die Gruppe wieder verlassen weil sie das glaube ich aus, aus aus ihrer Sicht äh nicht äh durchhalten konnte das war ihr einfach zu viel

Neben diesen beiden Konfliktfällen äußern Herr D und Herr F auf die Frage nach Konflikten in der Gruppe jeweils Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern.

Herr D:

1521: also das war eine Dame die dann immer so ein bisschen sehr äh äh sich exponierte nicht das will ich gar nicht sagen aber doch sehr viel erzählte und und auch sehr interessant und darum das kam auch gar nicht böse aber normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft das fand ich also immer

Während Herr D seine Kritik sehr vorsichtig formuliert, verwendet Herr F sehr viel direktere Formulierungen.

Herr F:

1563: Konflikte gab's also in, in der Form dass äh am Anfang war das dann der Fall dass zum Beispiel äh bestimmte Leute einfach nicht einsehen wollten dass ihre, Symptomatik äh etwas anders angegangen werden musste, also auch als Beispiel jetzt äh da war jemand da mit seinem mit seinem Tinnitus, der sich immer wieder! über seinen Chef beschwerte (...) das war uns natürlich insgesamt in der Gruppe (...) das ging uns also dermaßen auf den Senkel wenn der immer wieder! seine Ängste mit seinem Chef anführte

1623: und äh na ja und dann kam es schon zu zu Auseinandersetzungen ne das wurde nicht so einfach hingenommen, das wollte der auch nicht wahrhaben erst am Anfang und immer wieder kam er mit seinem Chef, und äh da gab's schon ein bisschen Konflikte auch die anderen, denen war das auch die konnten das nicht mehr hören

1630: und da war auch noch noch ein anderer da der hatte ähnliches, der auch äh einfach nicht bereit war einzusehen, dass äh ein bisschen andere Faktoren in seinem Leben die auch mal beleuchtet werden müssen die aufgearbeitet werden

mussten, sondern immer! war seine frühere Ex war immer der Buhmann die hat hin und wieder neue Schreiben geschickt neue Rechnungen geschickt und das war immer der Buhmann ne und das erkannten wir natürlich in der Gruppe äh und dann kommt's irgendwie äh kommt's zum Konflikt dass man diese Person gar nicht mehr so haben möchte ne

1643: und wenn die dann da drei viertel der Zeit äh verplempern mit ihren ständigen Anschuldigungen auf auf diese eine Person auf die sie dann alles beziehen der eine auf seinen Chef, die andere oder der was weiß ich auf die frühere Partnerin äh das machen die anderen dann nicht mehr mit

1656: und dann sind die auch ausgeschieden diese Leute aus der Gruppe die sind ausgeschieden das waren also dann die Konflikte

1661: ansonsten hatten wir keine Konflikte



### 4.3.3. Alter als Thema in der Gruppe

#### 4.3.3.1 Thema Altern

Zum „Thema Alter in der Gruppe“ äußern sich sechs der neun Gruppenmitglieder. Von Herrn B, Frau C und Herrn D gibt es hierzu keine Angaben.

Jeweils die Hälfte der Gruppenmitglieder (Frau A, Frau E und Herr F) beschreibt, dass das Thema Alter in der Gruppe eine Rolle gespielt hat, während die andere Hälfte (Frau G, Frau I und Herr J) dies verneint.

Die drei Gruppenmitglieder, die über das Thema Alter in der Gruppe sprechen, geben hierfür unterschiedliche Beispiele an. Als einzige Mehrfachnennung werden von Frau E und Herrn F altersbedingte Krankheiten thematisiert.

Frau E:

617: ja Alter in der Gruppe eben (...) und dann natürlich auch die Krankheiten die ja auch die anderen, reichlich hatten

Herr F:

1691: ja das Thema das Thema Alter! Altern spielt schon insofern eine Rolle weil eben halt diese begleitende äh Gesundheitserscheinungen äh doch schon bedeutend sind ne also zum Beispiel die Krebspatientin äh die hat schon ein Großteil ihrer ganzen Befürchtungen und ihrer ganzen Argumente, auf ihre Krebserkrankung bezogen  
1706: also das äh das Alter an sich äh ist vielleicht nicht äh so dass man das in so einer Therapiegruppe als solche als als Hauptkriterium sehen muss sondern die altersbegleitenden! Erscheinungen der älteren Menschen wie die zunehmenden gesundheitlichen Störungen

Frau A beschreibt, dass vor allem die Männer in der Gruppe den Aspekt „nicht mehr gebraucht zu werden“ ansprechen.

Frau A:

747: ich hab das bei den Männern viel stärker bemerkt als bei den Frauen das Altern und das im Alter nicht mehr gebraucht werden, das war also bei den Männern schon ein Thema

757: mit dem Alter hatten die Probleme glaub ich zwei auf jeden Fall ganz ganz konkret

Und Frau E weist auf die entstehenden Kontaktschwierigkeiten im Alter und die zunehmende Unselbstständigkeit hin.

Frau E:

617: ja Alter in der Gruppe eben, dass man so schlecht neue Freundschaften schließen kann, und dass man so auch irgendwo unselbständiger wird

Herr J berichtet, dass über Einsamkeit im Alter in der Gruppe gesprochen wurde.

Herr J:

792: 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so? aber das sind schon Dinge die auch in die Gruppe jetzt hinein flossen und besprochen wurden

Auf direkte Nachfrage gibt er allerdings an, dass das Thema Alter keine besondere Bedeutung für die Gruppe hatte.

Herr J:

1964: glaub ich nicht ne glaube ich nicht (besondere Bedeutung des Thema Alter in der Gruppe)

Ähnlich wie Herrn J beschreiben auch Frau G und Frau I, dass dem Thema Alter keine besondere Aufmerksamkeit in der Gruppe zukam.

Frau G:

1356: also in der Gruppe nicht hatte es keine Bedeutung (das Thema Alter)

Frau I:

713: nicht so sehr (...) nicht so sehr in der Gruppe (Frage, ob in der Gruppe das Thema Alter eine besondere Bedeutung gespielt hat)

#### **4.3.3.2 Thema Alter und Öffentlichkeit**

Zum „Thema Alter in der Öffentlichkeit“ äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder (mit Ausnahme von Frau G).

Für die Hälfte von ihnen (für die vier Gruppenmitglieder: Frau A, Frau C, Frau I und Herr J) wird das Thema Alter in der Öffentlichkeit negativ dargestellt.

Frau A:

787: find ich nicht sehr gut (...) ne, alles ist auf junge Leute gemünzt

Frau C:

1154: also teils sehr schrecklich

1231: die einen reden dann wieder von der äh Kukident-Generation so herabwürdigend (...) ich zieh es mir nicht an! an aber ich müsste es mir ja anziehen und da fühl ich mich beleidigt

Frau I:

737: ha manchmal guck ich da gar nicht hin also das ist manchmal

744: ja viel ist doch negativ also äh dargestellt also, auch was Altenheime und so was anbetrifft das das ist ja nun also fast beängstigend

Herr J:

1983: heute äh zwangsläufig als Rentner und eben auch, mit Altersproblemen auch äh konfrontiert äh, nimmt man das liest man eben auch schon mal was äh wo ich früher einfach darüber hinweg gegangen wäre und wo ich auch sagen muss, es belastet ist vielleicht ein bisschen zu viel aber es regt mich schon auf und und bevor ich mich dann aufrege sag ich dann äh 'das lese ich überhaupt nicht durch ändere ich sowieso nicht'

Herr B gibt als einziger an, dass er noch keinen Bezug zum Thema Alter hat.

Herr B:

1280: (p:00:00:05) äh, ich fühle mich noch nicht, in dieser Altersklasse

1284: ist für mich noch kein Thema

Auf die Bedeutung älterer Menschen als Konsumenten – und damit als wichtige Wirtschaftsfaktoren – weisen Herr D, Frau E und Herr F hin.

Herr D:

1726: andererseits kann man aber wieder sagen die Alten sind heutzutage so fit wie nie haben so viel Geld wie nie können so viel reisen wie nie äh aber das sind auch immer nur so ähm Ausschnitte von manchem das sind so Ideal- Ideal- Idealfälle

Frau E:

638: und es ist ja so dass jetzt, auch die Konsumbereitschaft der alten Menschen immer mehr jetzt in den Vordergrund kommt dass ich denke dass da doch noch einiges getan wird,

Herr F:

1809: mit der Öffentlichkeit, ja das sehe ich einfach so äh dass äh die älteren Menschen äh also eine einen erheblichen eine erhebliche Interessengruppe darstellen für viele! viele Bereiche unseres Lebens einmal als Wirtschaftsfaktor sind sie ja schon wohl weitgehend mittlerweile bekannt das das das das ein enormer! Wirtschaftsfaktor ist denn weil die älteren Menschen sind im Besitz von viel viel Kapital

Frau C und Herr F merken darüber hinaus auch an, dass in älteren Menschen viel Potential steckt, für das es jedoch noch keine ausreichenden Angebote gibt.

Frau C:

1171: die werden geistig überhaupt nicht gefordert

1179: wer eben als Senior wozu ich ja nun auch gehöre äh was für sich tun will der muss sich selbst engagieren also denn die Hilfen die ich von der Öffentlichkeit oder von den Medien bekomme die gehen so weit in in das Alter! hinein in dieses Seniorenssein! hinein dass ich manchmal frage was denkt Ihr denn eigentlich was wir im Kopf haben?

1198: und die Kapazitäten die sind auch nicht alle verloren das sind ja gesunde! Menschen eigentlich noch nur sie werden nicht mehr gefordert

Herr F:

1823: ein weiterer Faktor ist dann halt diese Möglichkeit gesellschaftlich kulturell äh im Alter vieles ganz anders ausleben zu können als in jungen Jahren

1826: auch sportlich ist ein weiterer wichtiger Faktor äh der meines Erachtens nach weitgehend! nicht berücksichtigt wird das ist also äh gerade für Kultureinrichtungen für Sporteinrichtungen für, irgend welche sonstigen gesellschaftlichen Einrichtungen auch selbst zum Beispiel Volkshochschulen oder Universitäten bieten da nicht unbedingt jetzt äh äh altersgerechte Studienprogramme und Möglichkeiten an (...) und äh die älteren Menschen würden sich auch nicht dagegen sträuben wenn das mit Ge- mit erheblichen Gebühren verbunden wäre wenn sie zum Beispiel an Studiengängen teilnehmen könnten

Darüber hinaus bekunden Frau A und Frau C ihren Wunsch nach mehr Anerkennung für die Leistungen von alten Menschen.

Frau A:

805: dass ein bisschen mehr auch das gewürdigt wird was das Alter gemacht hat

814: und die Leute haben Deutschland aufgebaut

Frau C:

1198: das sind alles Menschen die fünfundsiebzig achtzig oder teilweise älter sind die ein Leben hinter sich haben die Kinder groß gezogen haben die gearbeitet haben die geistig fit waren

1220: die Leute bekommen ja auch gar keine Anerkennung mehr für das was was ihr Leben war

Von Frau A, Frau C und Herrn D wird der Aspekt thematisiert, dass ältere Menschen auch abgeschoben, isoliert und im beruflichen Bereich diskriminiert werden.

Frau A:

810: man wird ja richtig außen vor geschoben

Frau C:

1160: für mich findet da eine Isolation statt die ich eigentlich gar nicht will

Herr D:

1693: das Thema, Alter wird ja immer vordergründiger

1703: es ist ja so dass dieser Jugend Jugendwahn! sag ich mal wenn Sie die die Zeitungs äh die Stellenangebote aufschlagen in der Zeitung oder fünfund- fünfund- fünfunddreißig Schluss das macht einem zu schaffen das macht der ganzen Gesellschaft zu schaffen meiner Ansicht nach dieses ich sag's jetzt mal so wie ich es kenne dass dieser dass dieser dass das das Alter immer wichtiger wird oder immer unwichtiger das heißt die Alten werden immer, werden schneller abgeschoben und das Alter also die Jugend wird immer wichtiger so sehe ich es vielleicht

1701: ich würde mit meinen neunundfünfzig würde eine Bewerbung schreiben da würden sie sich kaputt lachen

Im Gegensatz zum – von Herrn D eben genannten – beruflichen Bereich, fühlt sich Frau E im privaten Bereich wegen ihres Alters keineswegs diskriminiert.

Frau E:

631: ich fühle jetzt fühle mich jetzt noch nicht so in keiner Weise diskriminiert weil ich jetzt schon älter bin, und auch wenn ich jetzt sagen wir mal wenn meine Tochter ihren Geburtstag feiert und da kommen ja auch viele junge Leute also es ist nicht so dass ich dann das Gefühl habe 'oh Gott Du bist ja hier so alt hier gehörst Du gar nicht mehr hin' also ich habe da noch keine negativen Erfahrungen gemacht

Anders beurteilt Frau C die familiäre Situation ältere Menschen, indem sie auf eine mangelnde Fürsorge durch deren Angehörigen hinweist.

Frau C:

1201: die Kinder gucken nicht mehr richtig nach ihnen

Frau A äußert als einzige der Befragten ihren Wunsch, dass nicht an den Renten gespart werden soll.

Frau A:

805: dass man nicht anfängt an den alten Leuten zu sparen in Punkto Rente und so weiter

#### **4.4. Therapie**

##### **4.4.1 Erwartungen an und Vorstellungen über die Therapie**

Zu dem Thema „Erwartungen an und Vorstellungen über die Therapie“ äußern sich sieben der neun Gruppenmitglieder. Von Frau E und Frau I gibt es keine Aussagen.

Zwei Gruppenmitglieder (Frau A und Herr B) beschreiben, dass ihre ursprünglichen Erwartungen an eine psychotherapeutische Behandlung kaum von ihren Vorstellungen über eine hausärztliche Behandlung abweichen und dass sie anfänglich konkrete Hilfestellungen von den Therapeuten erwarteten, wie z.B. ein Rezept.

Frau A:

626: ich mein man geht ja dahin ganz blauäugig das ist der Arzt das ist der Patient und dann hilft der

631: aber das ist ja ein bisschen anders

635: man bekommt also kein Rezept

Herr B:

932: ja! ich glaube der Wunsch war vielleicht da (aktivere Therapeuten) äh äh dass man therapeutisch, oder man hat vielleicht gehofft dass einem geholfen wird oder dass dass man äh, was aber glaube ich nicht üblich ist im nachhinein äh dass man Tipps mit auf dem Weg bekommt

937: konkrete Sachen ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten gehe und der verschreibt mir Tabletten aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

948: ja! (Tipps gewünscht)

Im Gegensatz zu Frau A und Herrn B, die beschreiben, dass nach ihren ursprünglichen Vorstellungen dem Patienten in der Therapie mit Ratschlägen bzw. Tipps geholfen werde, äußert Herr F differenziertere Erwartungen an eine Therapie, die nicht davon ausgehen, von allen Beschwerden geheilt zu werden, sondern einen Umgang mit ihnen zu erlernen, der ein zufriedenes Leben ermöglicht.

Herr F:

1497: letztendlich ging es mir ja nur darum dass dass ich ja einen Weg suche wie ich mit meinen Beschwerden äh äh leben kann also äh äh ich gehe nicht direkt davon aus dass ich in allem geheilt werde sondern dass ich nur einen Weg finde wie ich mit meinen Beschwerden zufriedenstellend und glücklich leben kann

Darüber hinaus fällt auf, dass Frau A und Herr B ihre Erwartungen in der dritten Person Singular umschreiben, während Herr F in der Ich-Form von seinen Erwartungen spricht.

Sowohl Frau A als auch Herr B schreiben in ihren Äußerungen zum Beginn der Gruppentherapie dem Therapeuten die Rolle des Helfers zu. Hingegen wählen Herr D und Herr J für den Therapeuten die Rolle des Experten, der einen fachlich guten Rat geben kann.

Herr D:

1549: ich ich ich schätze das auch, weil wie äh die Experten äh dann dieser, diese Blickrichtung äh aufbauen können die man dann vielleicht gar nicht hat die dann sagen 'könnte das nicht sein, dass!?' 'oder verstehen Sie das etwa so!?'

Herr J:

1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte der mir dann auch geholfen hat ne die Dinge anzugehen anders anzugehen

Frau C spricht bei ihren Erwartungen an die Therapie hingegen nicht konkret die Therapeuten an, sondern beschreibt ihren Wunsch persönlich gefordert zu werden und nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern.

Frau C:

870: ich finde das Fordern sehr wichtig

1112: denke da kann man auch sehr viel lernen (in einer Gruppe) wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch

Ebenfalls wie Frau C erwähnt Herr F keine konkreten Erwartungen an die Therapeuten, sondern beschreibt sein Verständnis psychischer Vorgänge, das viele funktionale Aspekte beinhaltet.

Herr F:

1471: warum der einzelne Teilnehmer a aufgrund seiner Persönlichkeitsstruktur b aufgrund seiner seiner äh seines Verhaltens seiner äußeren Dinge und c aufgrund seiner angegebenen Psychosomatik jetzt dann so und so war

1481: dass die Frau X zum Beispiel, aufgrund ihrer äußeren Erscheinung ich sage mal zusammen fügen das passt hinterher irgendwie zusammen ihre Persönlichkeitsstruktur äh und ihre dann erkannten organischen Beschwerden es war ne / organischen Beschwerden oder dahin gehenden tangierenden und ihrer Psychosomatik äh äh dann halt, zu diesem Produkt führt

Frau G beschreibt als einziges Gruppenmitglied, dass ihrer Meinung nach schlimme Erfahrungen nicht durch Gedanken oder Worte verändert werden können und benutzt zur Verdeutlichung die Metapher der „Narben auf der Seele“, die durch die verbale Auseinandersetzung nicht verschwinden würden.

Frau G:

1085: ja ich denke mal in dem Moment man wird ja gezwungen ähm an diesem Nachmittag oder in diesen Stunden äh ja doch darüber nachzudenken was, wie's denn mal gewesen ist sag ich mal in der Kindheit meistens oder viel rührt es ja auch von der Kindheit her oder klar man denkt schon darüber nach 'wie war's bei dir' oder 'ja wie ist es', oder äh nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind gewesen

1095: es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie das kann man a nicht ungeschehen machen

#### **4.4.2 Sich-öffnen können / Sich-öffnen lernen**

Zum Thema „Sich öffnen können / sich öffnen lernen“ äußern sich sieben der neun Gruppenmitglieder. Keine Aussagen gibt es von Herrn F und Herrn J.

Vier der sieben Gruppenmitglieder (Frau A, Herr D, Frau E und Frau I) geben an, dass es für sie sehr schwierig war, sich zu öffnen; eine Befragte (Frau G) berichtet, dass sie ihre Probleme nicht ansprechen wollte und eine weitere (Frau C), dass sie sich zurück nahm. Nur ein einziges Gruppenmitglied (Herr B) gibt an, mit dem Öffnen keine Probleme gehabt zu haben.

Frau A:

563: für mich war's sehr schwer mich zu öffnen muss ich sagen, ich hab das eigentlich erst in der Gruppe ein bisschen gelernt

Herr D:

1292: ich musste da ja auch hin das sage ich mir weil ich diesen Mut aufbringen musste, für mich mich der Gruppe zu stellen

Frau E:

382: (in der Gruppe in der Tagesklinik) ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne (sich einbringen) aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht

Frau I:

450: ich hatte einfach Schwierigkeiten in der Gruppe mich so zu äh, zu öffnen und äh so vieles darzustellen

457: das ist mir in der Gruppe schwer gefallen

Genauso wie oben Frau A schildert auch Herr D, dass er seine Schwierigkeiten teilweise überwinden konnten und in der Gruppe gelernt haben, sich mehr zu öffnen.

Herr D:

1293: dass ich darüber rede wie es mir ging das liegt ja damals das hätte ich ja nie gedacht bei der stationären Behandlung dass ich sagte ich bin wegen Depressionen hier

Trotz des Erfolges von Herrn D, sich zu seinen Depressionen in der Gruppe bekennen zu können, beschreibt er auch, dass er es nicht geschafft hat, in der Gruppe von seinem Suizidversuch zu erzählen.

Herr D

1307: ich habe auch keinen Mut gefunden was das über mein mein meinen Suizidversuch zu sagen

1310: das hab ich äh das habe ich also auch mit nach der Zeit nicht fertig gebracht

1322: aber jedenfalls habe ich da nicht den Mut aufgebracht

Frau A und Herr B sind die einzigen Gruppenmitglieder, die berichten, dass sie sich in der Gruppe (dann) geöffnet haben.



Frau A:

552: ich hatte mich auch geärgert, ich hatte dann angefangen zu erzählen und das hat sie! dann als Sprungbrett benutzt und, dann war ich ausgeschaltet und sie hat ihre Probleme erzählt und und und ich hatte mir gerade mein Herz gefasst und das fand ich

557: dann auch nicht so richtig

567: ja (wesentliche Veränderung über Gefühle und Hilfsbedürftigkeit zu reden)

591: ja also ich meine das war der Sinn der Gruppe doch eigentlich (sich zu öffnen)

Herr B:

872: mich hat man mal angesprochen und hat gesagt mit meinem Prozess und auch mit meiner Frau habe ich das auch erzählt da waren also ein Teil überrascht sagten die fanden das toll dass ich so weit über meine Familie gesprochen habe auch das mit der das Verhältnis mit meiner Tochter erzählt

892: zum Teil! ich habe mich nur mit diesen über diese Situation geöffnet mal hier über meine Familie so sonst hatte ich nichts zu öffnen da nicht und äh äh meine Prozesssache habe ich dann mal erklärt das weiß ich nicht ob das Öffnen ist da ist ja nichts passiert im Prinzip

901: ja gut ich habe meine Erziehung noch von früher dass ich da eben halt doch doch sehr geprägt bin und äh das meine Frau eben halt sehr stark ist und und das da habe ich mich schon geäußert und auch bin ein bisschen tiefer gegangen

Frau C beschreibt als einzige, dass sie sich selbst absichtlich zurück genommen hat, um den anderen Gruppenmitgliedern mit weniger psychotherapeutischer Vorerfahrung mehr Gelegenheit zum Reden zu geben.

Frau C:

912: ich hab mich sehr zurück genommen äh weil ich gedacht habe 'mein Gott Du hast in dieser Richtung schon sehr viel Erfahrung' und äh es ist ja auch nicht so dass man aus den Geschichten der anderen nicht auch lernen kann

804: so blieben für mich! blieb ich so ein bisschen auf der Strecke für mich selber weil! das was die! begonnen haben ich schon sehr lange hinter mir hab (...) durch meine psychotherapeutischen Vorerfahrungen

918: und äh so habe ich mich schon also mit meinen äh, Ängsten oder was auch da so gerade war, äh doch ein ganzes Stück zurück genommen und bin also mehr ich habe mitgemacht so nicht aber für die anderen! wieder

Frau E und Frau G beschreiben, dass sie sich in der Gruppe nicht geöffnet haben. Während Frau E hierbei darauf hinweist, dass sie sich öffnen möchte, dies aber nicht kann, berichtet Frau G zuerst, dass sie sich willentlich von Gedanken oder Erzählungen der sie belastenden Ereignisse abschirmt und sich deshalb nicht öffnen will. In ihrer weiteren Aussage wird darüber hinaus deutlich, dass ihre Distanz durch eine verletzende Erfahrung in ihrer ersten Gruppentherapie mit beeinflusst wird.

Frau E:

396: obwohl eigentlich nicht so, so richtig geöffnet, habe ich mich eigentlich nicht ich habe die Gruppe das muss ich leider Gottes sagen für mich nicht genutzt es war

wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können

Frau G:

1061: nein wem soll ich das da sagen? (ihre Probleme in der Gruppe) also nein nein also ich denk mal das war auch nicht der richtige Ort

1040: was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja es war schlimm genug und ich also ich möchte da nicht immer rumrühren, also selbst wenn andere erzählen ja man man findet sich ja in irgend einer Geschichte wieder

1092: und versuche für mich die äh weg zu schieben (ihre Kindheitserinnerungen) das ist vielleicht nicht richtig ja aber

1100: das ist gewesen und äh ich versuche das weit weg zu tun in die hinterste Schublade am besten spricht mich da niemand drauf an

1127: ja und dann merk ich erst mal so tja, lassen Sie uns lieber mal ein anderes Thema machen das ist nicht so gut jetzt

1184: und nach der ersten Gruppe hatten wir dann auch beschlossen oder einmal war die Gruppe zu Ende wir treffen uns dann nach nach vier fünf Wochen wollten wir uns dann einfach irgendwo mal treffen was trinken was essen oder was auch immer, und ähm da ist nie was zustande gekommen

1202: und dann war ich eigentlich sehr enttäuscht darüber und dann hab ich gedacht 'komm das hat gar keinen Sinn da groß' ähm wissen Sie ich weiß nicht wie ich das sagen soll jeder hat ja quasi so sein Päckchen und äh und da hab ich gesagt 'komm wenn ich jetzt so so äh groß Kontakte' und wie ich auch weiß ist man ja auch gar nicht so dafür dass man untereinander Kontakte pflegt

Und Frau I berichtet, dass sie sich bemüht hat, sich zu öffnen, ihr jedoch vorgeworfen wurde, sie hätte sich in der Gruppe nicht geöffnet – was sie jedoch anders wahrgenommen hat.

Frau I:

798: ich weiß nicht wie das wie es angekommen ist weil, in der Gruppe wie weit man hat mir manchmal gesagt 'ach Du machst auch nicht richtig mit Du machst auch nicht äh Du öffnest Dich nicht' und das Gefühl hatte ich für mich nicht aber es kam eben wohl anders rüber

#### **4.4.3 Therapeuten**

##### **4.4.3.1 Äußerungen über die Therapeuten**

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich zu den Therapeuten.

Acht der neun Befragten sprechen ein Lob für die Therapeuten aus.

Frau A:

607: ich fand sie also sehr gut sonst würd ich ja nicht die Gruppe sagen ich würde weiter machen, also beide sehr gut

614: also ich fand das also schon sehr gut wie sie's gemacht haben

637: sie waren beide sehr gut auf ihre Art, jeder ein bisschen anders

Herr B:

150: die haben mir also beide sehr geholfen dabei (beim Arbeitsprozess)

Frau C:

798: die beiden Ärzte wollten ja auch dass die äh die jetzt da waren mit ihrer Problematik ob das Krankheit ist oder sonstige Dinge äh dass die ein bisschen aus sich rauskamen

823: die beiden Ärzte, das kann ich sehr sehr gut verstehen die gehen ja ganz vorsichtig damit um (mit dem Fordern der Ungeübten) das muss ja auch sein

988: wir hatten eine wunderschöne Stunde für mich äh wo sie (Frau Doktor xxxxxxxxx) mich fragte wie ich mich denn sehe

Herr D:

1528: sehr gut also die Frau Doktor xxxxxxxxx kannte ich ja nun von von früher schon (...) von der Tagesklinik aber da war sie nie meine, direkte Ansprechpartnerin (Räuspern) sondern nur mal vertretungsweise aber sie war ja immer präsent

1535: der Doktor xxxxxxxxxx äh auch, kenne kenne ich ja auch schon länger der hat mit mir damals dieses Aufnahmegespräch geführt

1540: manchmal waren sie zu zweit manchmal eben nur einer je nach Urlaubssituation, öder äh äh anderen anfallenden Sachen und das ging also reibungslos

Frau E:

480: ja ich fand die Frau Doktor xxxxxxxxx, ganz toll und auch, Herr wie heißt er noch mal? (...) und auch Herrn xxxxxxxxxx auch, ich fand das schon also wie die die Gruppe geleitet haben fand ich schon in Ordnung

486: (p:00:00:05) ähm wie sie ja in der Lage waren so aus manchen noch was rauszuholen (...) ja auch aus mir

Herr F:

1352: also beiden beiden Therapeuten kann ich an und für sich ein gutes Zeugnis ausstellen äh die haben sich meines Erachtens nach weil ich ja schon ein bisschen Vorkenntnisse hatte haben die sich also äh sachlich äh als Therapeuten äh sehr gut und sehr richtig verhalten, das war äh eben halt immer dieses dieses begleitende! ne nich nich dieses dieses überstehende sondern dieses begleitende! Verhalten das war äh meines Erachtens nach sehr gut

1393: grundsätzlich waren also diese Therapeuten insgesamt während der gesamten Therapie über die zwei Jahre äh meines Erachtens nach also hervorragende äh Leiter der Gruppe, und Begleiter Begleiter ist vielleicht das richtigere Wort der Gruppe

Frau I:

487: ja mit Frau Doktor xxxxxxxxx also das war immer sehr äh, ja hilfreich einfach äh sie hat ja was sie mir sagte war immer genau! auf den Punkt

589: und äh Herr Doktor xxxxxxxxxx der auch manchmal die Gruppe allein geführt hat äh der hat das dann wenn er das allein machte dann hat er das gemacht mit so mit einem Wort 'na was haben Sie heute mitgebracht' (...) es war ein! Wort und das genügte dann

Herr J:

1773: äh Frau Doktor xxxxxxxxx kannte ich sie macht das macht das ja, sowieso sehr souverän und ich ja von ihr war ich einfach begeistert und ich weiß auch dass dass, äh andere Kursteilnehmer wie gesagt noch mal zurückgehend auf die Tagesklinik auch eigentlich sehr begeistert von ihr waren, sie war für mich eine Ansprechpartnerin äh der ich auch absolut alles sagen konnte

Herr D und Herr J heben besonders ihr gutes Verhältnis zu den Therapeuten (Herr J besonders zu Frau Dr. B) hervor.

Herr D:

1545: sehr! äh ich würde sagen sehr (p:00:00:05) gesch- gelöst und trotzdem respektvoll, also ich hab da ja immer, sehr, äh immer sehr äh ein sehr, gutes Verhältnis (Frage nach der Beziehung zu den Therapeuten)

Herr J:

584: und ich hatte, auch so habe ich gedacht äh äh ein sehr gutes Verhältnis also sie (Frau Dr. xxxxxxxxx) hat ist sehr gut auf meine Dinge eingegangen und ich war der Überzeugung dass sie mir auch, sehr viel gegeben hat da

1783: und äh, ja weiß nicht, Mutter- Mutter- äh (Lachen) äh wie sagt man äh? (Übertragung) das das war sicherlich nicht aber äh sie hat ja äh selbst Familie und Kinder und und ich hatte das Gefühl die Problematik die ich ihr gegeben habe, oder die ich für mich erkannt hatte oder nicht wusste, ob es relevant war dass diese Dinge bei ihr gut aufgehoben waren

Frau C schildert, dass sich ihr Verhältnis zu Frau Dr. B während der Gruppentherapie positiv verändert hat.

Frau C:

749: beim ersten Gespräch hatte ich ja gesagt dass ich mit der Frau Doktor xxxxxxxxx nicht so ganz zurecht kam und das hat sich sehr sehr viel gebessert

976: ich denke äh die Frau Doktor xxxxxxxxx die hat mich also dann schon aufrichtiger gesehen

988: wir hatten eine wunderschöne Stunde für mich äh wo sie (Frau Doktor xxxxxxxxx) mich fragte wie ich mich denn sehe ja und da habe ich gesagt ja ich sehe mich also nicht so sehr positiv ne und dann hat sie da eine Lobeshymne über mich geschüttet (Lachen) wo ich sehr! sehr erstaunt war und wie ich wirke wie ich auftrete wie wie ich rede sagt sie also es ist äh und ja ich sag aber ich mein das hat mir auch sehr geholfen und hat mit Sicherheit auch sehr nachdenkenswert mich gemacht äh dass ich sage 'guck mal Du siehst Dich so klein und hilflos und manchmal und und so und so ja, und da sehen Dich die anderen ganz anders' und das ist ja auch meine meine Schwierigkeit dann manchmal draußen ne die sehen mich ja wie ich, vielleicht bin denn das muss ja irgendwo auch herkommen dass ich so wirke aber im Grund meines Herzens bin ich eben nicht so

Ebenso wie Frau C beschreiben auch Frau I und Herr J, dass sie sich von Frau Dr. B verstanden fühlen.

Frau I:

487: ja mit Frau Doktor xxxxxxxxx also das war immer sehr äh, ja hilfreich einfach äh sie hat ja was sie mir sagte war immer genau! auf den Punkt und es war natürlich auch für mich manchmal äh äh es war dann manchmal unangenehm es war schmerzlich es war äh ich fühlte mich äh, ja schon wieder erkannt, oder es passiert schon wieder mh aber sie hat mich nie! so in in eine Situation gebracht wo wo sie wo ich mich so klein gemacht bewusst klein gemacht fühlte

498: sie hat einfach mich verstanden und das war, das war ganz ganz großartig

Herr J:

1600: weil ich denke das hilft mir schon sehr (die Gespräche mit Frau Dr. xxxxxxxxx) ja weil sie mich auch kennt und sie kennt ja nun sie kennt ja die ganzen Storys

Herr B und Herr J betonen, dass ihnen von Frau Dr. B hilfreiche Ratschläge mitgegeben wurden.

Herr B:

733: da habe ich äh so ein bisschen von Frau xxxxxxxxx äh mitbekommen dass sie sagt 'das Wichtigste ist, Deine Persönlichkeit nicht was der andere macht sondern Du muss damit zurecht kommen'

743: das habe ich ein bisschen von Frau xxxxxxxxx mitbekommen und auf dem Weg möchte ich gerne bleiben

Herr J:

1600: ich war auch mal mit meiner Frau hier und ich höre immer ihren Satz 'Ihre Frau ist eine ganz starke Frau' sagt sie mir das höre ich die ganze Zeit (unterdrücktes Lachen) sie hat gesagt 'sie ist ganz stark lass sie lieber, lass sie lieber machen kümmere Dich nicht drum reg Dich nicht auf ne lass sie es so machen wie sie es macht ne'

Frau E spricht als einziges Gruppenmitglied explizit Herrn Dr. A an, der ihr durch ein Rollenspiel die Möglichkeit gegeben hat, ihre Gefühle auszudrücken und falsche Annahmen von sich an der Realität zu überprüfen. Mit Hilfe dieser nonverbalen Kommunikation konnte sie ihre Ängste ein Stück weit abbauen und eine Beziehung zu einem anderen Gruppenmitglied deutlich verbessern.

Frau E:

493: also der Herr xxxxxxxxxx der hatte mal ein, so ein Spiel gemacht das weiß ich nicht mehr wie das so zusammen hing, und zwar wen man gut leiden kann und wen man nicht so gut leiden kann dem sollte man dann die Hand auf die Schulter legen und eine, Kursteilnehmerin also die hatte so ein lautes Wesen, und also das war auch wieder so ein Gefühl, sie sah mich nicht das war so mein Gefühl und als es dann hieß dann wen man jetzt nicht so gut leiden kann dann habe ich dann meine Hand auf ihre Schulter gelegt, und dann hatten wir so ein kleines Rollenspiel, und da habe ich festgestellt dass die andere das ganz anders gesehen hat als ich, und seitdem haben wir uns eigentlich gut verstanden (...) dann haben wir uns schon mal unterhalten und so, das fand ich auch eigentlich sehr positiv

Eine direkte Kritik an dem Verhalten der Therapeuten wird von Frau G geäußert.

Frau G:

1309: mh (Pause: 00:00:06) ja ähm das kann kann man so nicht sagen Sie waren bestimmt nicht schlecht nur wie wie ich schon eben sagte man hat vielleicht zu viel Zeit vertan um die Gruppe vielleicht auch dahin zu bringen wo man sie vielleicht gerne gehabt hätte

1315: ja ich meine ich weiß jetzt nicht welche Rolle äh die beiden gespielt haben oder spielen sollten

1318: aber ich denke mal ja wir waren ja quasi die die Akteure ne oder das war sicherlich so gemeint aber, es ist ist so schwierig zu sagen also jetzt nichts gegen gegen die beiden (...) sie hat nur wenn sie dann gemerkt hat dass wir eben lange da saßen und und nichts sagten das war dann immer so am Anfang der Stunde dann hat sie schon was gesagt oder ich ich weiß nicht ich denke es hat halt was mit der Zusammensetzung der Gruppe zu tun gehabt

#### **4.4.3.2 Wünsche an die Therapeuten**

Zum Thema „Wünsche an die Therapeuten“ äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder, mit Ausnahme von Herrn D.

Drei Gruppenmitglieder (Frau A, Frau E und Frau I) geben an, dass sie sich gewünscht hätten, dass die Therapeuten das Schweigen zu Beginn der Sitzung überbrückt hätten.

Frau A:

617: das einzige was ich sag vielleicht am Anfang wenn man gemerkt hat dass wer so schwerfällig war und sich nicht geöffnet haben

620: vielleicht hätte man uns nen Stups geben können (beim schwerfälligen Anfang) aber sie sagten dass wär nicht ihre Sache dass wäre unsere Sache zu reden

624: das hätte ich mir gewünscht

Frau E:

509: es wurde mal in der Gruppe bemängelt also dass die Therapeuten, nicht so den Anfang gemacht haben wenn da so eine Stille war und, das wurde mal bemängelt, aber man weiß ja dass die dafür nicht da sind dafür nicht da sind für diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gesessen und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann dann doch jemand was rausgebracht hat

516: ja ja (das war manchmal ein bisschen schwierig für sie)

Frau I:

575: also das hätte ich mir also ne Hilfe gewünscht (bei dem Schweigen am Anfang)

588: aber äh manchmal habe ich gedacht ja es wäre hilfreich so ein Wort so

Drei weitere Gruppenmitglieder (Frau C, Herr F und Frau G) beschreiben, dass sie sich gewünscht haben (Frau C und Frau G) bzw. gewünscht hätten (Herr F), dass die Therapeuten die Gruppe stärker führen bzw. geführt hätten.

Frau C:

951: wir haben das auch der Frau Doktor xxxxxxxxxx und Doktor xxxxxxxxxx gesagt (...) wir wollen also auch ein bisschen härter angefasst werden von den Ärzten also dass die mal so ein bisschen ne sagen so also 'Kinder Ihr sitzt hier äh nicht zum Kaffee zu trinken äh sondern auch ein bisschen äh zu arbeiten'

Herr F:

1360: es hätte manchmal etwas mehr äh gesteuert werden können äh es war manchmal etwas zu fein

1362: in Bezug auf auf ne gewisse äh Thematik und auch! auf gewisse Analyse vielleicht ne

Frau G:

1252: dann hat die Dame dann zum Glück dann auch gesagt zu Frau Doktor xxxxxxxx ob sie denn nicht von sich aus auch mal so, uns vielleicht auch mal ein bisschen so uns dahin bringen könnte so im Gespräch oder oder vielleicht mal nachhakt ja?

Herr B führt als einziger an, dass er sich von den Therapeuten gewünscht hätte, dass sie ihm Trost gespendet hätten und untermalt dies mit dem Vergleich „so wie die Mutter ein Kind tröstet“.

Herr B:

948: ja eine beruhigende Empfehlung so zusagen 'hören Sie mal jetzt machen Sie das mal ruhiger und gehen das mal alles ruhiger an und, mit dem Arbeitsprozess äh das das müssen Sie sich mal eben mit beschäftigen und dann wird das auch gut gehen und so' also also diese, ich weiß nicht wie ich das nennen soll jetzt in irgendeiner so wie die Mutter ein Kind tröstet jetzt ne? (leises Lachen)

Herr F äußert als einziger den Wunsch, dass die Therapeuten Symptome mehr auch als organisch bedingt akzeptiert hätten.

Herr F:

1375: dass da auch äh gewisse organische Dinge eine Rolle spielen können wie Durchblutungsstörungen und so weiter ne und äh da! wäre es vielleicht meines Erachtens! nach noch mal ein bisschen besser gewesen wenn man da innerhalb der Gruppe zumindest so diese Beschwerdebilder etwas mehr klassifizieren würde wo man die aber auch! zuordnen könnte

1383: ich meine jetzt so in meinem Fall! wo ich äh so diese diese morgens zum Beispiel diesen Schwindel so habe, und diese Benommenheit habe, dass man da vielleicht auch mehr akzeptiert hätte oder gesagt hätte dass das auch organisch bedingt sein kann dass das zum Beispiel neurologisch oder auch jetzt kardiologisch bedingt sein könnte ne äh also dass ist das was ich so ein bisschen vermisse

Herr J gibt auf Nachfrage an, dass er keine Wünsche an die Therapeuten habe.

Herr J:

1824: ne eigentlich nicht (Frage, ob er sich etwas anders gewünscht hätte)

#### 4.4.4 Fortschritte und Nutzen aus der Therapie

Alle neun Gruppenmitglieder äußern sich zum Thema „Fortschritte und Nutzen aus der Therapie“.

Fünf von ihnen berichten, dass die Therapie ihnen geholfen hat; eine Befragte weist auf ihren Versuch der Veränderung hin – aber hierbei gleichzeitig auch auf die fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in die Praxis, und drei Gruppenmitglieder stellen keinen Unterschied zwischen ihrer Situation während der Gruppentherapie und ihrer Situation danach fest, wobei sich allerdings bei einem der Befragten nach seinen eigenen Aussagen seine Symptomatik verbessert hat und ein weiterer angibt, dass er in der Therapie andere Blickrichtungen kennen lernte.

Fünf der befragten neun Gruppenmitglieder (Frau A, Frau C, Herr F, Frau I und Herr J) beschreiben explizit, dass ihnen die Therapie geholfen hat und dass sie einen Nutzen aus ihr ziehen konnten.

Frau A:

402: und hat mir also wirklich gut getan

Frau C:

304: und in diesem jetzt, da fühl ich mich wohler

315: und äh ich denke ich hab die (die Angst) ein bisschen besser im Griff, so dass ich ihr auch was widersetzen kann und sage 'ne meine Gute, komm'

Herr F:

20: wenn ich mich jetzt auf den Zustand beziehe nach der nach der Therapie dann äh muss ich sagen dass es mir da eigentlich recht gut ging dass ich da also, auch bedingt teilweise durch die Therapie Fortschritte gemacht habe und meine Psyche stabilisieren konnte

1500: und wenn ich dann dieses dieses Produkt der Einzelnen das sich aus den unterschiedlichen äh Kriterien ergibt sehe, also insbesondere wie zum Beispiel derjenige damit umgeht dann ist das für mich eine Hilfe, kann das für mich eine Hilfe sein

1760: anfangs war ich schwer krank hatte eine starke Krise und während der Zeit, bin ich äh so meine ich fast äh wieder vollkommen gesundet ne wobei ich also diesem Kurs sehr viel Bedeutung beimesse

1798: hinsichtlich dieses wohltuenden! Effektes auch des wie halt der Gesundung des Gesundungseffektes der erkannt wurde von mir eindeutig!

Frau I:

75: ja es ist schon also es ist schon+ so in Vergessenheit geraten die Gedanken die ich sonst damals hatte immer so ne Angst innerlich also es könnte wieder kommen also das ist weg

84: ja hin und wieder merke ich das und das ist so dass ich das dann im Auge behalten muss also die Schmerzen und ich weiß genau woher die kommen

166: ja sicher auch durch die Gruppe (hat sich etwas verändert) natürlich es waren immer es bleibt immer was hängen



782: ich bin froh dass ich das gemacht habe dass ich die Erfahrung gemacht habe, in der Gruppe

787: natürlich hab ich das (die Gruppe nutzen können)

791: ich hab Ihnen ja meine Schwierigkeiten geschildert aber dennoch, äh hat mir das also schon einiges gebracht.

Herr J:

1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte (Frau Dr. xxxxxxxx) der mir dann auch geholfen hat ne

Frau E berichtet, dass sie ihre Einsichten aus der Therapie noch nicht befriedigend in die Praxis umsetzen kann.

Frau E:

426: ja ja natürlich ich habe schon einiges für mich, versucht also was ich anwenden kann, aber Theorie und Praxis (die klaffen noch auseinander)

Herr B, Herr D und Frau G beschreiben, dass sie keine Veränderungen während und nach der Gruppentherapie festgestellt haben.

Herr B:

290: ist an für sich+ gleich geblieben (sein Problem)

Herr D:

1212: es geht mir nicht schlechter dadurch dass ich jetzt etwa im Moment nicht in einer Gruppe bin

Frau G:

22: also jetzt nach der Gruppe äh ist es mir nicht anders gegangen wie während der Gruppenzeit

Obwohl Herr B berichtet, dass sein Problem gleich geblieben sei, betont er in einem anderen Zusammenhang, dass seine Schlafstörungen nachgelassen haben.

Herr B:

123: ja und das ist auch äh vermute ich mal (eine inneren Unruhe) weshalb ich überhaupt äh in die Situation jetzt überhaupt in die Psychosomatik gekommen bin dass ich dadurch auch Schlafstörungen hatte nicht? damit fing das ja alles an (...) die Schlafstörungen haben äh nachgelassen (...) das muss ich sagen ich hab also da bin ich jetzt etwas gelassener

Und auch Herr D, der bei sich keine positive Veränderung durch die Gruppentherapie konstatiert, weist – genauso wie Herr J – auf ein Lernen durch Beobachtung in der Gruppe hin.

Herr D:

1263: das also für mich auch immer sehr interessant so andere, Blickrichtungen zu sehen oder warum die da sind

Herr J:

204: das war aber erst so zum Schluss als ich das dann so bemerkte, äh weil ich es grundsätzlich nicht schlecht für mich fand es kommen überall äh äh Dinge auf wo man denkt 'ah ha, die machen das so oder oder sind da so mit umgegangen et cetera'

Auch Frau A und Frau C, geben an, dass sie durch die Gruppentherapie einiges von und durch die anderen gelernt haben – vor allem durch den Austausch mit den anderen Gruppenmitgliedern.

Frau A:

404: man merkt auch dass ich nicht der einzige Mensch bin der Kummer hat und sich Sorgen macht

407: man redet mit anderen. man kriegt mit dass andere auch schlimme Sorgen haben

412: ja. das hilft einem genauso wenn man über andere redet als wenn man über sich selbst redet meine ich

Frau C:

383: ich habe immer sehr sehr viel aus dem Austausch gelernt

Frau C ist das einzige Gruppenmitglied, das ihre Verhaltensänderungen, die sie mit Hilfe der Gruppentherapie realisieren konnte, explizit beschreibt.

Frau C:

204: ja ja und äh von diesem Muster oder aus diesem Muster bin ich ganz stark dabei mich zu befreien und äh also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die immer nur ja sagt und ich muss sagen damit geht's mir besser

245: es geht so ein bisschen in eine andere in eine andere Schiene (andere Wertung ihrer Beschwerden)

413: ich habe inzwischen gelernt (...) heute kann ich dann schon mal drei vier Tage sagen ich hab ich also keine Lust ich sage mal ich gehe eher meinen Bedürfnissen nach (zu E-mail-Antworten)

Zusätzlich zu den Lernerfolgen durch die Therapie berichten Frau A, Frau C, Herr D und Frau I auch von Kompetenzen, die sie durch die Therapie erworben haben.

Frau C, Herr D und Frau I geben hierbei an, dass sie besser gelernt haben mit ihren eigenen Fehlern und Problemen umzugehen.

Frau C:

465: und wenn's dann eben zwei Minuten nach ist ist ja gut dann ist es eben auch in Ordnung (zu Überpünktlichkeit)

468: also ich habe! das Maß! äh besser gefunden

Herr D:

1155: und heute kann ich also mal dagegen gucken und sagen 'Mensch Meyer, es gibt wichtigere Dinge' Du kannst auch mal äh äh durch ein schmutziges Fenster gucken

Frau I:

125: und ich hab damals immer gedacht ich kann irgendwie noch helfen (ihrer Tochter mit ihren Eheproblemen) aber das war nicht so also das hab ich wirklich gelernt, auch in der Gruppe gelernt dass ich da nicht helfen kann ich kann bereit sein immer bereit sein wenn sie mich braucht aber von mir aus kann ich da nicht, viel machen

Herr D beschreibt, dass er nach seinen Depressionen in der Gruppentherapie wieder gelernt hat auf andere einzugehen und sich mit ihnen auseinander zu setzen.

Herr D:

1418: in meiner Depressionsphase oder während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen aber das das habe ich jetzt in der Gruppe habe ich das also fällt mir jetzt spontan ein gelernt dass ich also wieder mich mit Problemen anderer äh beschäftigen kann und darüber nachdenken kann und während meiner (depressiven) Phasen, war es ja so das war mir ganz, egal! sag ich's mal so

1453: das war das das ist also sehr gut gewesen für mich meiner Ansicht nach wo Sie das jetzt ansprechen weil ich das auch so ein bisschen verlernt hatte.

Und auch Frau C berichtet von einem weiteren Erfolgserlebnis, nämlich dass sie – im Gegensatz zu Herrn D – in der Gruppentherapie gelernt hat sich für andere zurück zu nehmen.

Frau C:

906: also ich muss sagen ich hab mich sehr zurück genommen das hab ich auch gelernt (lautes Lachen) im nach hinein

Herr F beschreibt als innovative Impulse seine Vorstellungen von einer speziellen Ausrichtung der Medizin und Psychologie auf die Bedürfnisse älterer Menschen.

Herr F:

1846: um die die Lebensqualität, älterer Menschen insbesondere zu verbessern und auch denen die Ängste zu nehmen wie ich das auch von mir persönlich ja so schildere, bin ich der Ansicht dass also insbesondere! äh reine Gesprächs- äh -therapien sowohl jetzt im im im allgemeinen medizinischen Bereich wie auch im psychologischen Bereich erheblich verbessert werden müssen

1854: also der ältere Mensch sucht meistens nicht mehr den Operateur sondern der ältere Mensch sucht den Gesprächspartner

1865: aber dafür braucht es bedarf es umfangreicher, Abklärungs- und Gesprächsmöglichkeiten also sowohl im medizinischen Bereich wie wie auf jeden Fall! ergänzend und weiter ausgebaut im psychologischen Bereich ne

1875: das ist alles! ist auf junge Leute ausgerichtet (in der Psychologie und in der Schulmedizin)

1884: aber da müsste dann halt von Seiten des Gesetzgebers vielleicht auch, und seitens anderer Organisationen äh müsste das halt äh optimaler ausgelegt werden besser ausgelegt werden

1935: ich finde äh so etwas wie Sie das hier betreiben äh sehr gut und nützlich obwohl ich weiß dass viele ältere Menschen dafür nicht zugänglich sind aber das mögen äh auch, vielleicht Komplexe sein an diese Sache heran zu gehen äh aber der Bedarf ist meines Erachtens nach auf jeden Fall da man hört das überall äh und äh es müsste auch vielleicht ein bisschen mehr publik gemacht werden

#### **4.4.4.1 Wunsch nach Fortsetzung einer Therapie**

Zum Thema „Wunsch nach Fortsetzung der Therapie“ äußern sich acht der neun Gruppenmitglieder, mit Ausnahme von Frau E.

Die Hälfte von ihnen, vier der acht Befragten, schildert den Wunsch nach einer Fortsetzung bzw. nach einer neuen Gruppentherapie; eine Person berichtet von einem erfolgreichem Ende und eine weitere, dass sie noch unentschieden sei. Ein weiteres Gruppenmitglied beendete die Gruppentherapie vorzeitig und möchte auch keine neue bzw. keine andere Gruppentherapie (mehr) haben, sondern bei Bedarf eher eine Einzeltherapie. Der achte Befragte gibt einen aktuellen Wunsch nach Hilfe an – aber ebenfalls lieber im Einzelgespräch.

Vier der acht Befragten (Frau A, Herr B, Frau C und Herr F) schildern ihren Wunsch nach einer Fortsetzung bzw. nach einer neuen Gruppentherapie.

Frau A:

19: also im Moment könnte ich's gut gebrauchen (die Gruppe)

Herr B:

857: äh hätte mich aber jetzt wieder angemeldet

Frau C:

380: also ich würde wahnsinnig gerne eben wieder in in eine Gruppe gehen äh oder eine Selbsthilfegruppe gründen mit Menschen die ähnliche Schwierigkeiten +haben

780: gerade im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen Jahren und da fänd ich's nun wieder schön wenn eine Gruppe zustande kommen würde, die eben sag ich mal schon ein bisschen Vorkenntnisse hätte

814: ich fänd es sehr sehr schön wenn also noch mal irgendwie was zustande kommen würde äh wo eben schon ein bisschen Vorkenntnisse da sind

886: und äh äh weil ich selber dankbar bin wenn in großer Not jemand da ist

1116: das würde mich also als erstes ganz ganz stark interessieren (neue Gruppe)

1241: ich würde mich nur freuen wenn noch mal so eine Gruppe entstehen würde da würde ich mich sehr freuen

Herr F:

1772: ich hätte normalerweise noch weiter machen können

1800: sonst hätte ich das auf jeden Fall noch weiter gemacht und ich wäre sehr glücklich wenn eine ähnliche Einrichtung hier im Bereich der xxx (Institution) wäre ne

1946: und ich persönlich äh bin wieder auf der Suche, nach so einer Gesprächsgruppe wie es da oben halt der Fall war

Herr D beschreibt hingegen seine Unentschlossenheit bezüglich einer neuen Gruppentherapie. Während er früher noch Interesse an einer neuen Gruppe geäußert hatte, ist er zum Zeitpunkt des Interviews unentschlossen, ob er wieder an einer Gruppentherapie teilnehmen möchte.

Herr D:

20: 'wer möchte denn weitermachen?' (neue Gruppe) und dann habe ich das auch überlegt und habe gesagt ja ich hätte auch schon Interesse dran

28: ich wollte mich da nicht selbst so pushen und sagen 'ja wann geht das denn jetzt wieder los ich brauche es' (neue Gruppe)

1201: und jetzt äh äh merk ich so an mir, es war auch bei der Gruppe immer so ein bisschen ein Druck da also ich hab mich also auch da! so ein bisschen unter Druck gesetzt da musst du da hinfahren dann musst du da präsent sein dann musst du über dich erzählen dann musst du zuhören und das war also jetzt mal so das klingt jetzt zwar auch sehr sehr äh äh faul oder sehr ich war sehr äh ich war mal ganz froh, damit nichts zu tun zu haben

1212: es geht mir nicht schlechter dadurch dass ich jetzt etwa im Moment nicht in einer Gruppe bin

1266: im Moment bin ich äh wüsste ich nicht wie ich reagieren sollte wenn ich gefragt werde

Frau G und Frau I thematisieren beide, dass sie nicht mehr an einer Gruppentherapie teilnehmen möchten. Allerdings führen sie unterschiedliche Gründe für diese Entscheidung an. Während Frau G die Gruppentherapie als sehr große Belastung empfunden hat (und diese deshalb auch vorzeitig beendete), sagt Frau I, dass die Gruppentherapie ihr geholfen habe und sie deshalb zu diesem Zeitpunkt keine Fortsetzung benötige.

Frau G:

5: ich hab das ja abgebrochen

1055: also ich wie gesagt ich hab dann halt gedacht komm warum musste Dir das jede Woche antun und man ist da schon hingefahren so nach dem Motto 'oh Gott wer weiß was es diese Woche wieder gibt' ja

1072: und da hab ich gedacht 'musst du dir das eigentlich alles antun? musst du eigentlich hier eigentlich Rede und Antwort stehen warum und wieso? das willst du doch alles gar nicht'

1337: aber ich denke mal nicht mehr in einer Gruppe das ist vertane Zeit ja

Frau I:

544: ich würde es auch noch mal machen denn ich setz mal voraus alles wäre so wie es auch damals war

549: aber, äh es war auch für mich dann abgelaufen es war auch für mich die Zeit war dann auch zu Ende also ich hätte nicht weitermachen wollen

782: ich bin froh dass ich das gemacht habe dass ich die Erfahrung gemacht habe, in der Gruppe

Frau G berichtet, dass sie im Nachhinein eher eine Einzeltherapie wählen würde.

Frau G:

1329: also ich denk mal wenn ich noch mal wählen dürfte oder sollte ich würde mich natürlich dann eher für ein Einzel- eine Einzeltherapie entscheiden ja ich weiß jetzt auch nicht ob das was bringt

1339: also für mich vielleicht hätte ich dann lieber äh sage ich mal so Stunde zwei geballt und dann vielleicht vier fünf mal hinter einander und dann ist es erst mal gut

Der Wunsch nach Einzelgesprächen wird ebenfalls von Frau I und Herrn J geäußert.

Während Frau I jedoch während der Gruppentherapie gerne auch Einzelgespräche gehabt hätte, beschreibt Herr J, dass er zum Zeitpunkt des Interviews das Gefühl hat, aktuell die Hilfe eines Therapeuten im Einzelgespräch zu benötigen.

Frau I:

172: ich hätte manchmal gerne auch so ein Einzelgespräch gehabt

Herr J:

533: und dann habe ich die Frau Doktor, xxxxxxxxxx (...) angerufen am Telefon und das war am Wochenende ob ich, mal kurz zu ihr kommen könnte oder so um einfach kopfmäßig klar zu kommen

543: hatte sich aber dann nicht gemeldet hat sich aber dann, Tag Montag oder Dienstag irgendwann wieder gemeldet da habe ich dann aber wieder nichts mehr mit anfangen können weil ich die Telefonnummer sah und dachte 'die hat sich nicht gemeldet'

558: und das gleiche habe ich vor vor ein paar Wochen jetzt, vor vor ne vor eineinhalb Wochen war das da habe ich versucht die Frau Doktor xxxxxxxxxx anzurufen am nächsten Morgen

566: war nicht so dramatisch wie wie da aber ich hatte aber ich wollte das nicht nicht eskalieren! lassen

1598: und die Frau Doktor xxxxxxxxxx hatte mir ja auch mal angeboten (Einzelgespräche) äh, mal! wäre das kein Problem so aber äh auf das mal werde ich sicherlich noch mal versuchen zurück zu kommen und ich würde das schon gerne haben weil ich denke das hilft mir schon sehr

1622: anfangs habe ich gedacht ich brauche das nicht aber ich denke das wäre, wäre ganz gut gewesen wenn da noch mal wieder was, gekommen wäre

## 5. Schaubild: Gruppenprozess „Belle Epoque“

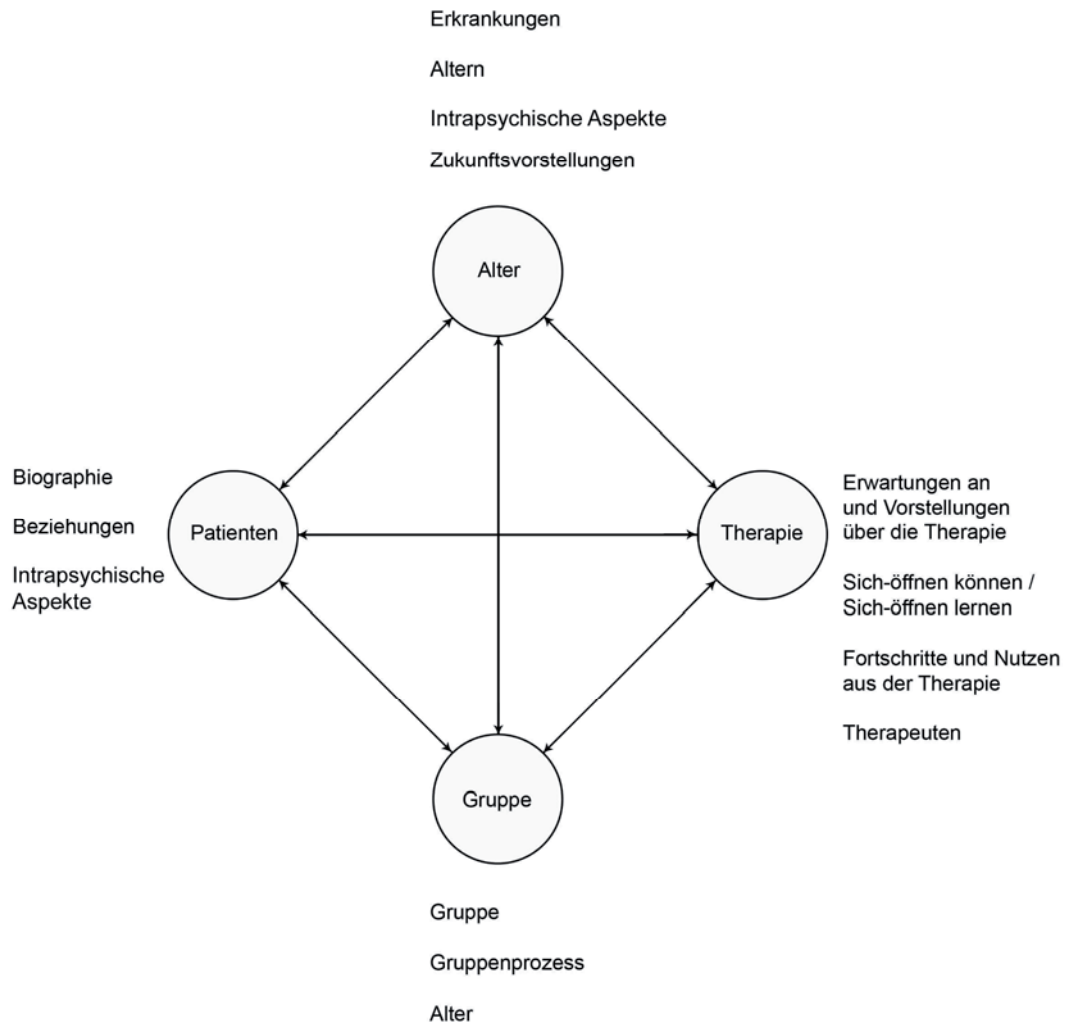
Ergänzend zu der Darstellung der Ergebnisse im vorangegangenen *Kapitel 4*, wird nun in diesem *Kapitel 5* der Versuch unternommen, die Kategorien der Untersuchung in einer anschaulichen Struktur zu präsentieren, in der die zentralen Aspekte des Therapieprozesses als Kernthemen im Zentrum stehen.

Auch bei diesem Schaubild ist (genauso wie bei der Darstellung der Ergebnisse) zu berücksichtigen, dass es sich bei einem Gruppentherapieprozess um ein äußerst komplexes, differenziertes, dynamisches und personenabhängiges Geschehen handelt. Die Pfeile zwischen den Kernkategorien sollen diese möglichen Wechselwirkungen und Einflussgrößen verdeutlichen.

Das Schaubild visualisiert – basierend auf den Aussagen der befragten Gruppenmitglieder – die vier zentralen Kernthemen mit ihren jeweiligen Teil-Aspekten in Form der Subüberschriften (vgl. *Kapitel 4*). Alle 41 Kategorien des Kategoriensystems können um diese Kernthemen herum gruppiert werden und können so als mögliche Einflussfaktoren auf den Gruppenprozess der Mitglieder einwirken.

Eine grundlegende Voraussetzung für alle inhaltlichen und prozesshaften Entwicklungen im Rahmen des Gruppenprozesses ist die Fähigkeit (und Bereitschaft) der Gruppenmitglieder, bei der Gruppe „Belle Epoque“ die der älteren Patienten, zur Introspektion und Bezugnahme zwischen Lebenslauf und Symptomatik.

Aus diesem Grund wird das Schaubild hier in diesem *Kapitel 5* nach den Ergebnissen (von *Kapitel 4*) und vor den Äußerungen der neun Gruppenmitglieder (in *Kapitel 6*) gezeigt, damit die dann nachfolgenden Aussagen der Befragten auch in diesen Zusammenhang eingeordnet werden können.



**Schaubild 1:** Visualisierung der Ergebnisse – Dynamischer Wechselprozess der vier Kernthemen



## 6. Äußerungen der Gruppenmitglieder

In Kapitel 1.4: „Aufbau und Gliederung der Dissertation“ wurde bereits beschrieben, dass in diesem *Kapitel 6* die neun befragten Gruppenmitglieder zu Wort kommen: mit Hilfe von exemplarischen Aussagen sollen hier ihre Haltungen und Einstellungen verdeutlicht werden und sie ganz individuell – unabhängig vom inhaltlich-orientierten Kategoriensystem – als „eigene“, individuelle Persönlichkeiten dargestellt werden.

Hintergrund dieser Darstellungsweise ist die Methodik des *Grounded Theory-Ansatzes* sowie der *Komparativen Kasuistik* (vgl. Kapitel 3.1), nach denen aus komplexen Textmaterialien, z. B. aus (langen) Interviews, exakt begrenzte – meist inhaltsbezogene – Textsegmente isoliert kodiert werden, um „*Modelle über den Untersuchungsgegenstand* zu entwickeln“ (Stratkötter, 2000, 4).

Bei dieser Gewinnung von Erkenntnissen, was „in“ den Daten detailliert enthalten ist, kann der Blick auf die Gesamtheit der subjektiven Äußerungen der Befragten verloren gehen. Stratköter beschreibt in seiner Dissertation „ein bestimmtes Unbehagen meinerseits, welches sich bereits im Verlauf des offenen Kodierens, d.h. der anfänglichen, detailorientierten Auswertung einstellte. Der Blick auf die Gespräche als Ganzes, so meine Befürchtung, war noch nicht angemessen berücksichtigt“ (2004, 38).

Seinen Erfahrungen nach werden von den befragten Untersuchungsteilnehmern in den Gesprächen bestimmte Botschaften bzw. Szenen verbalisiert, die als innere Symbole der Interviews fungieren. „Einzelne Aussagen sind in meiner Erinnerung zu Repräsentanzen der Gesprächspartner geworden, weil letztere selbst eine entsprechende Betonung vorgenommen haben“ (Stratkötter, (2004, 38).

Ein ähnlicher Eindruck entstand auch in der vorliegenden Arbeit bei den Transkriptionen der tonaufgezeichneten Interviews. Nicht nur die Häufigkeit bzw. Wiederholung bestimmter Aussagen war hierbei auffällig, sondern vor allem auch die (oft heftige) stimmliche Betonung einzelnen Äußerungen – oder auch ein längeres Schweigen, welches manchmal zu keinen Aussagen, d.h. auch zu keinen Textsegmenten führte und das damit auch nicht in die Auswertung der Untersuchung einfließen konnte.

Aus diesem Grund werden nachfolgend Textsegmente der jeweils einzelnen Gruppenmitglieder dargestellt, um so zum einen „den Blick auf die Gespräche als Ganzes“ (s. o.) zu erhalten und um zum anderen die Befragten als Personen „hinter

den Daten“ auf zu zeigen. Hierbei werden – nach der Darstellung ihrer selbst geschilderten Biographie und ihren subjektiven Äußerungen zum aktuellen Gesundheitszustand – so genannte „Kernaussagen“ aufgelistet, die sich im Verlauf der Transkriptionen als charakteristisch für den jeweiligen Patienten heraus kristallisiert haben.

## **6.1 Frau A**

### **Aspekte zur Biographie:**

63 Jahre; Mutter verstarb kurz nach ihrer Geburt an Krebs, aufgezogen von der 18 Jahre älteren Schwester, danach Internat; pflegte ihren Vater vor dessen Tod; verwitwet, Ehemann war Alkoholiker; der einzige Sohn lebt in Süddeutschland – davor arbeitete er drei Jahre lang in Nordamerika

### **Aktueller Gesundheitszustand:**

10: ja also im Moment geht's mir nicht gut

12: ich hab mit'm Herzen Probleme

14: ich hab auch wieder äh also Krebs, wieder Metastasen, bin wieder mitten in der Chemo ... und hinterher soll ich Bestrahlung bekommen

22: na ja man ist schon ein bisschen mehr belastend (durch den aktuellen Gesundheitszustand)

### **Kernaussagen:**

761: das nicht mehr Gebraucht werden ich meine das ist manchmal nicht so sehr schön. manchmal denke ich auch wofür lebt man eigentlich? denn man hat ja keine Aufgabe mehr ne?

775: dass man nicht so nutzlos in den Tag rein lebt

777: es ist eigentlich ein nutzloses in den Tag rein leben

765: manchmal denke ich auch also, wenn ich mal nicht mehr bin, vermisst mich eigentlich keiner? Ich habe da für niemanden mehr die Verantwortung oder niemand ist also denn, sicher mein Sohn schon aber es ist ja nicht so dass wir täglich zusammen sind und dass, dass irgend was von mir abhängt oder?

### **Selbstaspekte:**

140: ich weiß es nicht

162: ich reagiere eigentlich immer erst mal negativ ehe ich anfangen zu denken ... nee das finde ich nicht gut+

188: ich meine ich kann gut handarbeiten kann gut basteln

202: also ich mein ich komm mit vielen Leuten sehr gut aus und streite eigentlich sehr selten

216: ja. das kann ich nicht anders sagen (gut in Kontakt mit Menschen)

835: also ich meine ich war immer immer ein sehr praktisch denkender Mensch

### **Druck:**

175: ja! ich setz mich selber unter Druck obwohl das überhaupt blödsinnig ist, ich hab da überhaupt gar keinen Druck

**Konfliktsituationen:**

250: der Mund ist manchmal schneller als (kurzes Lachen) ja? in Konfliktsituationen?  
... da gibt's schon Konfliktsituationen gibt's auch Sachen die mich ärgern die mich kränken (im Freundeskreis)

**Beziehungen:**

59: ich bin allein. mein Mann ist ja tot

361: jetzt bin ich allein und ich genieß das auch auf der einen Seite. auf der anderen Seite fehlt's mir natürlich mein Mann (...) es gibt natürlich Tage wo ich nicht gerne alleine bin

279: mein Mann hat getrunken ... das war ein Streitpunkt. Ist dadran auch leider gestorben an Bauchspeicheldrüsenkrebs

301: mein Mann hatte Minderwertigkeitskomplexe glaube ich ... mein Mann war ein herzenguter Mensch ... ich denke mal war ein sehr schwacher Mensch

316: er hatte halt den Fehler dass er, er war Alkoholiker auf deutsch

218: wir haben ein sehr gutes Verhältnis.+ ja (zum einzigen Sohn) ... mein Sohn ist ein Familienmensch ... dem geht nichts über Familie ... er legt viel Wert drauf dass die ganze gesamte Familie Kontakt miteinander hat und guten

72: ich hab einen sehr guten Freundeskreis ... alles Kindergartenmütter ... und natürlich auch neue hinzugekommen also neuere als die vom Kindergarten

251: also wenn man alleine lebt und, ich meine dann reduziert sich der Freundeskreis schon (...) das hat am Anfang sehr weh getan aber (Verlust von Freunden)

**Interessen und Hobbys:**

372: ich gehe ins Theater und ich gehe ins Kino

372: wir gehen essen,

94: dann handarbeite ich viel ... ich mach's gerne.

**Körperaspekte:**

337: ich fühl' mich wohl

345: man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön wofür? (lachen)

350: da hab ich keine Probleme. ich bin auch nicht auf der Suche nach nem Mann

**Alter:**

735: ich freue mich dass ich so alt geworden bin

738: das ist jetzt ne andre Lebenseinstellung ich freue mich über jedes Jahr das ich länger lebe

725: ich hab da noch nie Probleme mit gehabt

827: ich hab mich früher nie so für Wohnungseinrichtung und schön machen interessiert, eigentlich nicht, da fange ich jetzt sehr stark an ... den unnützen Kram den fang ich jetzt an zu kaufen und zu dekorieren (lacht) ... ja. +da ist was zu kurz gekommen ... das hab ich jetzt entdeckt ja

**Alter und Zeit:**

167: das hadare das macht mir Spaß, und auch alles andere auch. aber irgendwie mache ich das so als ob heut der letzte Tag wär und ich morgen keine Zeit mehr hätte. (...) vorher (vor der Krebserkrankung) war das eigentlich nicht so

**Alter und Öffentlichkeit:**

787: find ich nicht sehr gut (...) ne, alles ist auf junge Leute gemünzt

810: man wird ja richtig außen vor geschoben

805: dass ein bisschen mehr auch das gewürdigt wird was das Alter gemacht hat

814: und die Leute haben Deutschland aufgebaut

**Zukunftsvorstellungen:**

645: ich hoffe dass ich gesund bleibe

647: und wenn nicht (die Behandlung nicht anschlägt) dann hoffe ich nicht dass ich an Krebs sterbe sondern an meiner Herz- an Herzinfarkt dass es schnell geht

656: ich glaube nicht dass ich noch soo eine riesen Lebenserwartung hab

**Gruppenprozess:**

563: für mich war's sehr schwer mich zu öffnen muss ich sagen, ich hab das eigentlich erst in der Gruppe ein bisschen gelernt

391: und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

407: man redet mit anderen. man kriegt mit dass andere auch schlimme Sorgen haben und ein bisschen sind ja alle gleich?

**Äußerungen zur Gruppe:**

391: wir haben sehr lange gebraucht um aus ner Abwehrgruppe ne richtige Gruppe zu machen ... ich weiß nicht woran das liegt, ob dass das Alter ist oder so, ich weiß es nicht ... bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen'

**Äußerungen über Therapeuten:**

614: ich fand das also schon sehr gut wie sie's gemacht haben ... das einzige was ich sag vielleicht am Anfang wenn man gemerkt hat dass wer so schwerfällig war und sich nicht geöffnet haben ...dass man da vielleicht hätte man uns nen Stups geben können

637: ne also sie waren beide sehr gut auf ihre Art, jeder ein bisschen anders

**Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

402: und hat mir also wirklich gut getan ... man merkt auch dass ich nicht der einzige Mensch bin der Kummer hat und sich Sorgen macht

412: ja das hilft einem genauso wenn man über andere redet als wenn man über sich selbst redet meine ich

**6.2 Herr B****Aspekte zur Biographie:**

63 Jahre; tätig im Außendienst, dann Arbeitsprozess mit einem Vergleich; ist jetzt verrentet; 37 Jahre verheiratet; eine Tochter: Ärztin in einem Kriegsgebiet in Asien; er spielt Tennis (ist täglich im Tennisverein); wohnt in einem 2-Familien-Haus mit den Schwiegereltern

**Aktueller Gesundheitszustand:**

12: also vom körperlichen her äh geht's mir relativ gut, Gott sei Dank kann mich also noch bewegen fahr Fahrrad spiel mach andere Sportarten

15: von der Psyche her geht's, das schwankt, das ist mal so und mal so

181: psychische Verfassung ist an für sich jetzt im Moment nicht so schlecht ... was mich ärgert ist, wenn ich etwas vergessen habe

**Kernaussagen:**

986: ich war der Verdränger

210: ich verdränge also unangenehme Dinge wenn es geht ... und suche nur die angenehmen Sachen raus ja

217: also ich gebe mich in vielen Dingen dann zufrieden ... aber! auf der anderen Seite fehlt dann das Selbstbewusstsein zu sagen 'so jetzt ... jetzt wird gekämpft jetzt' ne

591: ich lasse es oft drauf ankommen (Tagesablauf) ich mache mir nicht große Gedanken ... über den morgigen Tag oder übermorgen, sondern äh lasse es drauf ankommen und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat

**Minderwertigkeitsgefühle:**

338: ich habe noch ein kleines Problem (...) meine Tochter ist mir, ja vom Bildungsstand zu weit nach, oben gerutscht sie hat also auch Medizin studiert ... und hat jetzt im Januar ihren Doktor gemacht (...) das ist jetzt für mich so eine Minderwertigkeits-Problematik dabei (...) wenn wir zusammen sind dann äh kann ich da nicht mehr so mithalten so wie sie diskutiert also sie das hört sich jetzt blöd an sie ist mir geistig halt, davon gelaufen ich komm nicht mehr ganz mit

416: also das war! ein Problem als sie da immer höher stieg dann aber das ist nur mein das ist die Minderwertigkeit da bei mir

711: ja ja dann kommt aber sofort bei mir wieder äh die Minderwertigkeit raus und dass ich sage 'oder bin ich das schuld? oder ist es meine Schuld dass ich keinen Freund habe jetzt'

**Ängste:**

73: dass ich eben äh halt oft was vergesse aber immer in einer gewissen Unruhe bin (...) ja das macht mir Sorgen ja

78: weil man ja nun oft genug liest und auch hört äh von Demenz ich weiß nicht ob das äh der Anfang von Demenz ist oder ob das ich behaupte! immer das wäre Unkonzentriertheit

**Druck:**

66: auf dem Weg hierhin hab ich gesagt 'hättest du noch das ein oder andere mitmachen können' oder ich hätte noch durchfahren können in die Stadt noch was zu erledigen das ist dann weg und das ärgert mich dann im nach hinein

88: und dann kommt ein Ball und den krieg ich nicht und dann sag ich 'siehst du hast du wieder nicht aufgepasst' warum? weil ich mich nicht konzentriert habe

191: ja ja Selbstvorwürfe ja ja

**Beziehungen:**

545: wir (seine Ehefrau und er) kommen an für sich sehr gut miteinander aus es gibt halt eben nur Reibungspunkte das sind also wenn es da um um Arbeiten geht die ich nicht begreife oder die sie erledigt hauptsächlich also die ganzen Formalitäten und äh da gibt es schon mal Meinungsverschiedenheiten weil ich eben halt dann anders

denke und großzügiger und phlegmatischer wäre würde also manche fünf gerade lassen

561: sie (die Ehefrau) ist wie ich schon sagte eine ehrgeizige Frau ne ich würde sie auch als stark bezeichnen stärker als ich

359: das familiäre Verhältnis ist also, bombensicher und wir lieben uns alle drei wir sind wir sagen immer wir sind ein ein ein Trio sind wir es gibt keine Geheimnisse

440: es ist meine Tochter und ich liebe sie über alles und äh tue auch für sie alles sie braucht nur zu zu flöten dann komme ich

666: Freundeskreis ist nicht sehr groß ... wenn überhaupt feste Freunde das ist immer so ein heißes Thema Freunde da muss man immer vorsichtig sein ... wer ist schon Freund?

664: eher Bekanntenkreis ... also wir haben sehr viele! Bekannte durch den Verein eben halt äh der hat sich zwar ein bisschen reduziert auf Grund des Alters eben halt

### **Interessen und Hobbys:**

629: direkte oder intensive Hobbys haben wir beide nicht wie gesagt wir spielen beide ein bisschen Tennis ich spiele so sag mal so zweimal die Woche

644: wir haben ein großes Clubhaus da kümmerge ich mich drum und Getränkeservice und und so was mache ich dann und kleine Reparaturen

649: ja! ja ich bin also so fast jeden Tag mal so eine halbe Stunde oder eine Stunde mal da

### **Alter:**

1106: ich nehme viele Dinge hin es ist so dass ich so alt bin und es ist so dass meine Tochter ihr ihr Medizinstudium gemacht hat und das ist so und es ist so dass meine Frau eben halt äh ich sage es ruhig oder sage es zum einen stärker ist als ich es ist so ich nehme das so hin, aber damit ist das Thema für mich aber auch erledigt jetzt also (...) ich muss sagen ich ich lebe damit jetzt und versuche das Beste daraus zu machen

1315: wir versuchen von der Ernährung her äh uns ein bisschen äh fit zu halten durch Sport ein bisschen fit zu halten

### **Alter und Zeit:**

612: zum Beispiel ich fahre nicht mit dem Auto ich fahre mit dem Fahrrad ich habe doch Zeit genug

1256: es gibt Dinge die mir die mir davon rennen

### **Zukunftsvorstellungen:**

1151: ich möchte im gesunden Zustand, das hört sich jetzt blöd an den Rest meines Lebens noch bestimmen können

1234: ich wäre sehr reise- reiselustig das würde mir Spaß machen, auch nur in Deutschland oder Europa manchmal träume ich von einem kleinen Bus wo man auch notfalls mal drin schlafen kann

770: angenehmere Beziehungen (Wunsch nach mehr und besseren sozialen Kontakten)

### **Äußerungen zum Gruppenprozess:**

872: mich hat man mal angesprochen und hat gesagt mit meinem Prozess und auch mit meiner Frau habe ich das auch erzählt da waren also ein Teil überrascht sagten

die fanden das toll dass ich so weit über meine Familie gesprochen habe auch das mit der das Verhältnis mit meiner Tochter erzählt

### **Äußerungen über Gruppe:**

846: wo wir uns, fast alle einig waren war trotzdem obwohl wir zwei Jahre zusammen gesessen haben, war die Meinung dass keiner im Prinzip richtig aus sich heraus gekommen ist ... für mich persönlich äh war das Schwierigste, an der Gruppe dass wir immer wenn wir uns trafen wir haben Frau xxxxxxxxx Frau äh Herr xxxxxxxxxx warteten bis wir das Thema anfangen bis wir unsere Probleme und, und das war manchmal sehr schwierig ... bis da jemand angefangen hat (...) aber es ist wie ich am Anfang gesagt habe letztendlich nicht, die innere, äh Seele ... raus gekommen sondern es wurde meines Erachtens viel drum herum gesprochen

917: man ist sich schon ein bisschen näher gekommen aber wie gesagt das das es fing das kam ganz darauf an wie äh die Diskussion anfang nicht ...es waren also viele banale Diskussionen dabei wo man also wirklich nur versucht hat die eineinhalb Stunden herum zu bringen es ist ja keiner keiner richtig auf den Punkt gekommen

996: es (das Umgehen miteinander) war überwiegend harmonisch ja ja

### **Äußerungen über Therapeuten:**

928: die Therapeuten haben ja nur abgewartet die Therapeuten haben ja äh gewartet bis einer von uns anfing solange war ja immer das große Schweigen ... (T/ fanden Sie das denn gut? oder? oder hätten Sie sich manchmal gewünscht das die Therapeuten da auch aktiver) ... ja! ich glaube der Wunsch war vielleicht da äh äh dass man therapeutisch, oder man hat vielleicht gehofft dass einem geholfen wird oder dass dass man äh, was aber glaube ich nicht üblich ist im nachhinein äh dass man Tipps mit auf dem Weg bekommt ...(T/ mh konkrete +Hilfestellung) ... konkrete Sachen+ ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten gehe und der verschreibt mir Tabletten ...aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

948: ja eine beruhigende Empfehlung so zu sagen 'hören Sie mal jetzt machen Sie das mal ruhiger und gehen das mal alles ruhiger an und, mit dem Arbeitsprozess äh das das müssen Sie sich mal eben mit beschäftigen und dann wird das auch gut gehen und so' also also diese, ich weiß nicht wie ich das nennen soll jetzt in irgendeiner ... so wie die Mutter ein Kind tröstet jetzt ne? (leises Lachen)

961: ich kann also so was verdrängen dass ich selbst Probleme verdrängen kann ... oder versuche sie zu umschiffen ...zu umgehen ja ich will sie gar nicht erst haben diese Probleme

### **Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

123: das ist auch äh vermute ich mal (eine inneren Unruhe) weshalb ich überhaupt äh in die Situation jetzt überhaupt in die Psychosomatik gekommen bin dass ich dadurch auch Schlafstörungen hatte nicht? damit fing das ja alles an (...) die Schlafstörungen haben äh nachgelassen (...) das muss ich sagen ich hab also da bin ich jetzt etwas gelassener

733: da habe ich äh so ein bisschen von Frau xxxxxxxxx äh mitbekommen dass sie sagt 'das Wichtigste ist, Deine Persönlichkeit nicht was der andere macht sondern Du muss damit zurecht kommen' ... das habe ich ein bisschen von Frau xxxxxxxxx mitbekommen und auf dem Weg möchte ich gerne bleiben

## 6.3 Frau C

### Aspekte zur Biographie:

70 Jahre; seit 52 Jahre verheiratet (mit 18 Jahren geheiratet, mit 50 Jahren verlassen worden, Scheidung „läuft“); ein Sohn (lebt mit Familie in Ostasien), eine Tochter; lebt alleine mit einer Katze

### Aktueller Gesundheitszustand:

388: nein nein (keine gesundheitlichen Auswirkungen)

23: da flieg ich nach xxxxxxxx (Stadt in Ostasien) (beschwerdefrei) und manchmal weiß ich nicht über die Straße zu kommen vor Angst ... also vorher vorher! ist es also fast am Ende mit meinen Nerven!

### Kernaussagen:

194: diese ich hab mir viel zu viel gefallen lassen ich hab eben immer (hustet) dieses Urübel geliebt zu werden ...und wenn du alles tust was der andere möchte dann liebt er dich vielleicht

534: ich sag mal so in meinem Leben äh fehlt die Liebe ...und äh die Liebe die kann ja nichts ersetzen ...also alles was ich tue was die Defizite sind da Zeit meines Lebens ... und das kann dir auch nicht gefüllt werden ...diese Schublade, die ist leer

550: ne also so äh partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in meinem Leben ...und das fehlt natürlich

### Selbstaspekte:

397: also (lachen) tausend prozentig verlässlich ... das ist steht also ganz oben ... ich muss verlässlich sein ich muss wenn mir einer was aufträgt muss ich das sofort erledigen ... äh da ist schon ein gewisser Druck dahinter

453: und äh dann bin ich auch überpünktlich

470: ich bin hilfsbereit

501: ich bin sehr kreativ

515: ganz! hartnäckig ja ganz hartnäckig

519: und äh ja aber da ist eben wieder ich setz mich wieder für andere ein ... aber ich vergeß mich dabei manchmal selber ... und komme dann meine Bedürfnisse kommen zu kurz

841: dass ich eben dominant dominant bin

### Konfliktmuster:

615: und ich sag mal so äh, für mich hat sich heraus kristallisiert im Lauf der Jahrzehnte dass das schon eine große Abhängigkeit meinerseits war (...) zu meinem Mann

685: ne totale Abhängigkeit (...) und dadurch hatte er auch die Chance mit mir machen zu können was er wollte (...) emotional ja

691: ja ich bin auch finanziell abhängig total (...) und äh die die finanzielle Abhängigkeit ist natürlich auch ein Problem

### Versäumnisse im Leben:

266: ja ich konnte mein Leben nicht so leben wie ich wollte obwohl ich's eben vielleicht gekonnt hätte wenn ich ein bisschen anders äh geworden wäre

76: ich hab was in meinen Möglichkeiten stand das hab ich verändert

620: alles ist ja nicht von ungefähr gekommen ich bin ja eigentlich eine sehr temperamentvolle wie gesagt mit beiden Beinen im Leben Stehende gewesen und



aber äh man sieht am Umfeld oder so wie man behandelt wird und und was dann alles so passiert in seinem in dem Leben dass man also völlig anders wird als man eigentlich ist

### **Umgang mit den Ängsten:**

1126: dass ich eben mein ganzes Leben lang diese Todesängste gehabt habe

312: die Angst ist dann dominierend und sagt 'ne ne ne komm das klappt gar nicht das machst du nicht und so' ich sag's +jetzt einfach mal so ... und äh ich denke ich hab die ein bisschen besser im Griff ... so dass ich ihr auch was widersetzen kann und sage 'ne meine Gute, komm'

1147: und deshalb denk ich äh, sind die Ängste auch etwas zurückgegangen (die Todesängste mit dem Alter) weil ich's annehmen muss

1102: ich konnte immer sehr sehr schlecht vermitteln ja wie fühlt man sich in der Angst? wenn's einer nicht kennt

### **Druck:**

439: weil ich äh äh also dann wieder sofort! muss das erledigen

454: und äh dann bin ich auch überpünktlich hat ich auch mal einen Riesenkrach, sie meinte ich setze sie damit unter Druck mit dieser Über-Pünktlichkeit

### **Beziehungen:**

607: ich bin's+ noch (verheiratet) zweiundfünfzig Jahre ... davon leb ich aber jetzt schon zwanzig Jahre schon allein

620: das waren ja sehr sehr unschöne Geschichten (...) wir haben ja sechs Jahre Scheidungskrieg gehabt

725: über diese sechs Jahre hinweg da ist natürlich viel viel Böses gesagt worden und und und ich bin ja auch aus dem Geschäft entfernt! worden

550: partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in meinem Leben

545: meine Liebe zu meinen Kindern das ist alles wunderbar und dass ich da äh geliebt werde das ist auch wunderschön aber die haben ja ihre eigene Familie auch

672: mit meiner Tochter gab's eben auch dann diese großen Schwierigkeiten und äh das! ist nicht mehr also das brauch ich auch nicht mehr

270: aber dann äh hatte ich sehr gute Gespräche mit meinem Sohn

669: mein Sohn hat sich das (das Jammern über den Ehemann) ja immer schön angehört und äh ich habe auch sehr viel von ihm dadurch gelernt

330: ich bin ich bei der xxx (Verein) und wir haben einen Frauenstammtisch (...) da sind auch so was äh von netten Frauen wir sind auch privat zusammen ... liebe Menschen um mich

1013: und äh das ist durch diese Enttäuschungen die man eben auch im Laufe seines Lebens äh erlebt hat, ist man vorsichtiger ... je älter man wird je vorsichtiger wird man und schließt sich eben nicht mehr so schnell anderen an und dann kommt eben erst die Mauer da kommt erst ein bisschen die Arroganz und dann äh die das ist ja alles nicht absichtlich das ist einfach ein Schutz! und äh äh dann hab ich so immer gedacht ja wer sich für mich interessiert äh der kann sich ja ein bisschen näher mit mir befassen ... und der wird dann sehen was für ein Kern drin steckt

### **Interessen und Hobbys:**

328: ich gehe wahnsinnig gerne essen

370: ich möchte mir meine Aufgaben wirklich selber suchen und da mangelt' s halt noch ein bisschen ...ne ich bin mir nicht ganz sicher was will ich denn ... eigentlich, es sind äh auf der einen Seite weiß ich's nicht und auf der anderen Seite sind eben ja sehr viele Wünsche offen

190: wenn ich dann so in den Tag hinein ich hab ja nichts vor, ich hab ja nichts ne

#### **Alter:**

248: nun bin ich ja siebzig geworden und das war auch ein das ist ein schlimmer Abschnitt (...) also ich hab noch nie Probleme mit dem Alter gehabt noch nie da hab ich überhaupt nicht daran gedacht und wie's jetzt auf die siebzig zugeht (...) da wurde es mir sehr Angst ... die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer

296: jetzt mit siebzig weiß ich nicht was mich da so ein bisschen auch in die in die Enge treibt

1122: ja natürlich das Ende das Ende (Ängste und Sorgen vor dem 80. Geburtstag) das Ende

1033: ja die siebzig die siebzig hart

#### **Alter und Öffentlichkeit:**

1154: also teils sehr schrecklich

1231: die einen reden dann wieder von der äh Kukident-Generation so herabwürdigend (...) ich zieh es mir nicht an! an aber ich müsste es mir ja anziehen und da fühl ich mich beleidigt

1171: die (Älteren) werden geistig überhaupt nicht gefordert ... wer eben als Senior wozu ich ja nun auch gehöre äh was für sich tun will der muss sich selbst engagieren also denn die Hilfen die ich von der Öffentlichkeit oder von den Medien bekomme die gehen so weit in in das Alter! hinein in dieses Seniorenssein! hinein dass ich manchmal frage was denkt Ihr denn eigentlich was wir im Kopf haben?

1198: und die Kapazitäten die sind auch nicht alle verloren das sind ja gesunde! Menschen eigentlich noch nur sie werden nicht mehr gefordert

#### **Sexualität:**

591: da vermisse ich auch was (Partnerschaft) ja (Liebe)

595: genau Sexualität gehört ja alles dazu (...) und ja das vermisse ich schon ... das vermisse ich schon

#### **Zukunftsvorstellungen:**

301: dass ich sage 'also Du musst Dir klar sein also so viel Zeit was Schönes zu erleben was Schönes zu tun ist nicht mehr also mach es jetzt' ...und in diesem jetzt, da fühl ich mich wohler

1039: zu sagen zwei Mal im Jahr nach xxxxxxxxx (Stadt in Ostasien)

1047: mich auch mal aufzuraffen und äh weg zu reisen

1064: meine Kontakte die alten schon zu pflegen aber auch ein bisschen aufgeschlossener, rauszukommen das wäre also so meine Vorstellung

#### **Gruppenprozess:**

937: die Gruppe ist ganz ganz ganz ganz schwer angelaufen wir haben ja ein ganzes Jahr vertrödelt ... das war besser ja (das zweite Jahr)

791: zum Schluss ist also alles auch äh sehr gut gelaufen wir hatten ja auch welche aus der Tagesklinik und das merkte man eben

754: mein Fazit dieser Gruppe sieht so aus dass ich mir sage es ist sehr sehr schwierig mit älteren Menschen die noch nie mit einer psychotherapeutischen äh Geschichte in Verbindung gekommen sind zu arbeiten

961: es wurde eben sehr viel Anleitung gebraucht damit (die) überhaupt begriffen 'warum bin ich denn hier?'

### **Gruppenbeurteilung:**

912: ich hab mich sehr zurück genommen äh weil ich gedacht habe 'mein Gott Du hast in dieser Richtung schon sehr viel Erfahrung' und äh es ist ja auch nicht so dass man aus den Geschichten der anderen nicht auch lernen kann

804: so blieben für mich! blieb ich so ein bisschen auf der Strecke für mich selber weil das was die! begonnen haben ich schon sehr lange hinter mir hab (...) durch meine psychotherapeutischen Vorerfahrungen

918: und äh so habe ich mich schon also mit meinen äh, Ängsten oder was auch da so gerade war, äh doch ein ganzes Stück zurück genommen und bin also mehr ich habe mitgemacht so nicht aber für die anderen! wieder

841: dass ich eben dominant dominant bin und (...) dass ich anders etwas anders sehe und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen die also meinten, äh ja ich wüsste ja alles

863: nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen' ich hab es also schon gelassen sie anzurufen weil ich spürte, da ist Abwehr ... ja und dann hat sie in der Gruppe dann vorgebracht, also ich hätte sie äh ich hätte zu ihr gesagt sie sollte mich anrufen und und das wollte sie nicht und sie fühlte sich also von mir da unter Druck gesetzt und und und und ... das war nicht so das waren zwar ihre Empfindungen ... aber es war! nicht so

### **Äußerungen über Therapeuten:**

749: beim ersten Gespräch hatte ich ja gesagt dass ich mit der Frau Doktor xxxxxxxxx nicht so ganz zurecht kam und das hat sich sehr sehr viel gebessert

976: ich denke äh die Frau Doktor xxxxxxxxx die hat mich also dann schon aufrichtiger gesehen

988: wir hatten eine wunderschöne Stunde für mich äh wo sie (Frau Doktor xxxxxxxxx) mich fragte wie ich mich denn sehe ja und da habe ich gesagt ja ich sehe mich also nicht so sehr positiv ne und dann hat sie da eine Lobeshymne über mich geschüttet (Lachen) wo ich sehr! sehr erstaunt war und wie ich wirke wie ich auftrete wie wie ich rede sagt sie also es ist äh und ja ich sag aber ich mein das hat mir auch sehr geholfen und hat mit Sicherheit auch sehr nachdenkenswert mich gemacht äh dass ich sage 'guck mal Du siehst Dich so klein und hilflos und manchmal und und so und so ja, und da sehen Dich die anderen ganz anders' und das ist ja auch meine meine Schwierigkeit dann manchmal draußen ne die sehen mich ja wie ich, vielleicht bin denn das muss ja irgendwo auch herkommen dass ich so wirke aber im Grund meines Herzens bin ich eben nicht so

### **Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

315: ich denke ich hab die (die Angst) ein bisschen besser im Griff, so dass ich ihr auch was widersetzen kann und sage 'ne meine Gute, komm'

204: aus diesem Muster bin ich ganz stark dabei mich zu befreien und äh also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die immer nur ja sagt und ich muss sagen damit geht's mir besser

413: ich habe inzwischen gelernt (...) heute kann ich dann schon mal drei vier Tage sagen ich hab ich also keine Lust ich sage mal ich gehe eher meinen Bedürfnissen nach (statt E-mails zu beantworten)

465: und wenn's dann eben zwei Minuten nach ist ist ja gut dann ist es eben auch in Ordnung (zu Überpünktlichkeit)

468: also ich habe! das Maß! äh besser gefunden

906: also ich muss sagen ich hab mich sehr zurück genommen das hab ich auch gelernt (lautes Lachen) im nachhinein

383: ich habe immer sehr sehr viel aus dem Austausch gelernt

380: also ich würde wahnsinnig gerne eben wieder in in eine Gruppe gehen äh oder eine Selbsthilfegruppe gründen mit Menschen die ähnliche Schwierigkeiten haben

780: gerade im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen Jahren und da fänd ich's nun wieder schön wenn eine Gruppe zustande kommen würde, die eben sag ich mal schon ein bisschen Vorkenntnisse hätte

## 6.4 Herr D

### Aspekte zur Biographie:

59 Jahre; hat u.a. in einem Staat in Nordafrika gearbeitet, wurde gekündigt; ist jetzt verrentet; 19 Jahre verheiratet; keine Kinder; spielt Golf; Nilreise 2007; ehrenamtliche Hausaufgaben- und Ferienbetreuung in einer xxxxxxxx (Kirchliche Einrichtung) des Großraumes Düsseldorf

### Aktueller Gesundheitszustand:

430: also körperlich nicht (Frage nach körperlichen Beschwerden)

135: diese Angespanntheit zeigt sich darin dass ich also äh an alles denken will an alles ich muss alles machen ich meine immer 'ha ist das nicht zu viel?' dabei ist es gar nicht so viel ... andere lächeln darüber aber das ist für mich manchmal so weil man eben dann so verschiedene viele verschiedene Aufgaben hat

40: im Moment bin ich sehr äh sehr gestresst muss ich sagen, ... am Freitag da habe ich meine Frau ins evangelische Krankenhaus gebracht ... na ja ich bin immer so ein bisschen dann in Sorge ... ich bin dann, mit krank und das ging ja schon die ganze Woche man ist dann in Sorge

### Kernaussagen:

1041: genau aber das das kann ich nicht! (seiner Frau sagen, dass er nicht putzen will) in dem Sinne weil ich dann dann tue ich ihr weh weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und der so viel Zeit hat

558: da bin ich derjenige der immer dann sagt okay wenn sie das meint

563: so das ist vielleicht ist es ist es ein Fehler aber ich da bin ich immer sehr äh (Seufzen) äh da bin ich immer sehr einsichtig wenn das wenn das von der anderen Seite von meiner Frau her gesagt wird

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger jetzt sage ich okay wenn sie das sagt

845: und dann sage ich okay

854: na ja gut ich bin derjenige gewesen der dann immer der zurück gehalten hat (im Urlaub)

### Selbstaspekte:

1056: da bin ich also auch da gebe ich zu da bin ich auch äh faul da bin ich faul weil ich's ungern mache (putzen)

1099: da bin ich sehr nachlässig (putzen)

1348: da konnte ich mich immer sehr gut einbringen weil ich dann immer sofort meine, meine ich so äh darauf eingehen konnte (in der Gruppe)

### **Ängste:**

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

524: da bin ich ja auch immer so einer der immer schon nach worst case annehmen und schon alles durchspielen

### **Druck:**

305: ich denke immer 'Mensch was hast Du alles noch zu tun?' vielleicht setze ich mich selbst unter Druck!

1656: dass ich also immer denke 'mein Gott du hast noch du musst noch da hin fahren dann musst du spielen dann musst du zurück fahren dann musst du das Auto wieder abstellen und dann musst du nach der Post gucken und dann musst du Wäsche machen' (Stöhnen) das ist dies unter Druck setzen oder dieses dieses vermeintliche obwohl ich auch sagen könnte 'nein' oder 'wie schön'

328: aber das ist mein Naturell wissen sie ich bin nicht der derjenige der der sich so zurücklehnen kann und sagen kann 'ach, das interessiert mich gar nicht und lass mal auf Dich zukommen' sondern ich möchte das alles äh gleich erledigen oder ich möchte das gut erledigen gut erledigt haben und dann mache ich mir Gedanken wie der morgige Tag zum Beispiel aussieht

229: Freitag ist also mein weil ich da immer zuhause bin mein mein mein Putz- und und Wischtage ... ich mache sonst alles ich mache die Wäsche

1116: aber ich habe keine Lust wenn ich jetzt nach Hause komme (zu putzen) ... da könnte ich ja in der Zeit könnte ich ja mal durchsaugen, ne? so da habe ich keine Lust! ich habe keine Lust

433: weil ich mich so konzentriere auf die Dinge die ich zu tun habe und dann immer so denke oh jetzt musst du noch einkaufen denk daran was du einkaufen musst dann musst du nach Hause fahren dann musst du das einräumen dann musst du noch saugen

1086: dann denke ich 'verdammte Du müsstest ja mal das das putzen oder das'

1089: dann meldet sich mein Gewissen (...) mein Gewissen ist streng! (...) und (Husten) mein Willen ist dann sehr äh sehr äh marginal ausgebildet

1201: und jetzt äh äh merk ich so an mir, es war auch bei der Gruppe immer so ein bisschen ein Druck da also ich hab mich also auch da! so ein bisschen unter Druck gesetzt da musst du da hinfahren dann musst du da präsent sein dann musst du über dich erzählen dann musst du zuhören und das war also jetzt mal so das klingt jetzt zwar auch sehr sehr äh äh faul oder sehr ich war sehr äh ich war mal ganz froh, damit nichts zu tun zu haben

### **Konflikte:**

1009: wir (seine Frau und er) hatten schon mal so ein bisschen so, Zoff (...) ich hatte mich da ein bisschen zurück gezogen und äh dann war sie dann war ich natürlich auch das hat sie auch ein bisschen sehr, äh äh ähm ähm belastet und auch ärgerlich gemacht weil ich auch in der ersten Zeit (Räuspern) meines meines Rentendaseins Rentnerseins auch so sehr äh ja auch so lethargisch oder antriebslos war

**Beziehungen:**

152: meine Frau arbeitet ja im xxxxxxxxx für xxxxxxxxx und xxxxxxxxx in xxxxx  
819: sie ist also ein Arbeitstier ... ach ja (Seufzer) also sie ist ein sehr sehr kommunikativer Mensch ... sehr beliebt muss ich sagen und äh sie kocht gerne  
550: da merkt man eben man ist nicht umsonst schon neunzehn Jahre verheiratet ... und versuche ihr natürlich so viel wie möglich abzunehmen  
910: am Samstag, dann trennen sich dann unsere Wege dann geht sie gerne selbst mal einkaufen  
965: wir fahren Fahrrad zusammen und wir treffen uns auch mit Freunden  
832: sie ist etwas bestimmender was ich auch gerne habe weil ich also so äh ich war ja auch immer (...) in der letzten Zeit so so äh schwankend und zweifelnd  
817: wir haben ein sehr gutes Verhältnis zu ihrer Schwester und meinem Schwager und meiner Schwägerin

**Sinn und Aufgabe im Leben:**

144: ich bin ja seit zwei nein drei Jahren schon ehrenamtlich in der xxxxxxxx (kirchliche Einrichtung) in xxxxx (Stadt im Großraum Düsseldorf) tätig ...  
166: jetzt mache ich zweimal die Woche Hausaufgabenbetreuung, für xxxxxxxxx (ausländische) Kinder ... was mir auch sehr viel Spaß macht  
385: ja es gibt mir unheimlich viel (die ehrenamtliche Tätigkeit) weil ich also immer schon mit Kindern gut konnte  
379: ehrenamtlich absolut stehe ich dahinter ja absoluter Elan (...) oder Lust ... und das ist also auch was ich nicht äh äh nicht missen möchte  
395: weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche  
470: und dann bin ich rechtschaffend müde und dann bin ich also auch dann bin ich also auch zufriedener dass ich also, was getan habe

**Interessen und Hobbys:**

303: ich mache es zwei drei Mal die Woche (Golf spielen)  
166: jetzt mache ich zweimal die Woche Hausaufgabenbetreuung, für xxxxxxxxx (ausländische) Kinder  
366: weil ich also so ein ein Geschichtsfreak bin und mich interessieren diese Altertümer  
877: ich kann auf die xxxxxxxxxxxx (Sehenswürdigkeit einer deutschen Großstadt) (Lachen) und die ganzen Museen angucken

**Körperaspekte:**

135: früher bin ich äh bin ich sehr, aktiv gewesen, aber! es war ja so dass ich dann aufgrund meiner Erkrankung dann ja immer so in die Lethargie fiel  
763: faul faul bin ich geworden aber weil man auch irgendwie äh ja und dann ist das natürlich so, dass man wenn man körperlich nicht mehr so fit ist ...sagen wir mal nicht mehr so viel Kondition hat dann macht man auch weniger, so das heißt ich gehe ich ich verabrede mich (Lautes Husten) zum Golfspiel und spiele nicht mehr mein achtzehntes Loch in vier Stunden  
1003: also da bin ich nicht mehr so aktiv wie früher  
1609: Aktivitäten sind's genug nur man meint immer! es ist zu wenig oder ich meine dann immer es wäre zu wenig weil man früher viel mehr gemacht hat aber dann es ist es ist damit und das muss ich akzeptieren es ist und das akzeptier ich mittlerweile auch dass ich sage 'ne Schluss'

**Alter:**

553: man wird nicht jünger und jetzt kommen solche Wehwehchen

695: ja doch je älter man wird schon (Sorge um die eigene Gesundheit) ... man beobachtet sich mehr vielleicht ein bisschen mehr

788: man achtet doch mehr auf seine Gesundheit oder man äh man äh verändert sich und äh Haare! werden weniger

752: manchmal gucke ich in den Spiegel und denke 'mein Gott Du wirst dieses Jahr neunundfünfzig das kann doch wohl nicht wahr sein' manchmal sehe ich aus wie neunundsechzig aber manchmal denke ich 'ah für neunundfünfzig siehst Du auch noch nicht so aus' so und äh aber trotzdem ist man nicht mehr so fit

#### **Alter und Zeit:**

1621: was mir immer auffällt obwohl ich mehr Zeit habe hätte habe geht die Zeit viel schneller rum (...) die Zeit rast

1654: zack es geht rucki es geht rucki de zucki

1043: weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und der so viel Zeit hat

1143: dann muss das ja alles in Ordnung sein also da hast du ja gar nicht mehr so viel Zeit

1593: ich mache mir schon ich ich ich also das Alter ist schon ich hätte nicht gedacht dass es auf einmal so schnell geht ...so dieses, man war im Berufsleben ... dann hatte man so einen Übergang dann passierte das mit dieser, der Depression und jetzt ist man auf einmal äh erwerbsunfähig- Erwerbsunfähigkeitsrente mein Gott das ist also und jetzt ist alles schon vorbei das kann doch nicht wahr sein

#### **Alter und Öffentlichkeit:**

1726: die Alten sind heutzutage so fit wie nie haben so viel Geld wie nie können so viel reisen wie nie äh aber das sind auch immer nur so ähm Ausschnitte von manchem das sind so Ideal- Ideal- Idealfälle

1703: es ist ja so dass dieser Jugend Jugendwahn! sag ich mal wenn Sie die die Zeitungs äh die Stellenangebote aufschlagen in der Zeitung oder fünfund- fünfund- fünfunddreißig Schluss das macht einem zu schaffen das macht der ganzen Gesellschaft zu schaffen meiner Ansicht nach dieses ich sag's jetzt mal so wie ich es kenne dass dieser dass dieser dass das das Alter immer wichtiger wird oder immer unwichtiger das heißt die Alten werden immer, werden schneller abgeschoben und das Alter also die Jugend wird immer wichtiger so sehe ich es

1701: ich würde mit meinen neunundfünfzig würde eine Bewerbung schreiben da würden sie sich kaputt lachen

#### **Äußerungen zum Gruppenprozess:**

1292: ich musste da ja auch hin das sage ich mir weil ich diesen Mut aufbringen musste, für mich mich der Gruppe zu stellen

1293: dass ich darüber rede wie es mir ging das liegt ja damals das hätte ich ja nie gedacht bei der stationären Behandlung dass ich sagte ich bin wegen Depressionen hier

1307: ich habe auch keinen Mut gefunden was das über mein mein meinen Suizidversuch zu sagen ... das hab ich äh das habe ich also auch mit nach der Zeit nicht fertig gebracht ... aber jedenfalls habe ich da nicht den Mut aufgebracht

1344: das konnte ich also äh immer so gut nachvollziehen wenn ein Gruppenmitglied irgend ein Problem hatte

1355: da konnte ich mich also sehr gut mit einbringen also ich war nicht derjenige der da nur äh stumm gesessen hat

1444: wenn ich dann also da reagiert habe und gefragt habe 'ist das denn so?' und 'das verstehe ich aber' 'verstehe ich sehr gut' oder 'das verstehe ich nicht so gut' da

habe ich mich dann wieder eingebracht weil ich mich da rein versetzt habe in die Problematik meiner Gruppenmitglieder

1334: also ich äh sah mich also immer so dass ich sehr gute Beiträge leisten konnte wenn äh eine ein Gruppenmitglied äh irgend ein Problem äh andiskutieren wollte und äh das finde ich ja daran so interessant dass einem dann so viele Ideen kommen und Einfälle oder gar Einwürfe die man dann dazu beitragen möchte (...) da habe ich mich dann also immer sehr, stark äh konzentriert

#### **Äußerungen über die Gruppe:**

1257: nach einem Jahr äh äh hat man dann also wirklich auch dann von jedem einzelnen Teilnehmer äh so seine Probleme die die Problematik äh äh äh gesehen oder gelernt oder erfahren

1523: normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft

1201: und jetzt äh äh merk ich so an mir, es war auch bei der Gruppe immer so ein bisschen ein Druck

1240: es war so wenn ich im nachhinein oder in der in der Rückschau überlege war es auch immer so dass ich äh äh dass ich sagte 'hach es ist auch froh ich bin auch froh wenn ich also mal nicht diese Leute sehen muss' obwohl sie mir ja gar nicht getan haben obwohl sie auch vieles, mit was gegeben haben aber hach dann sag ich Ferien ich will einfach mal Ferien

#### **Äußerungen über die Therapeuten:**

1528: sehr gut also die Frau Doktor xxxxxxxxx kannte ich ja nun von von früher schon (...) von der xxxxxxxxxx (Klinik) aber da war sie nie meine, direkte Ansprechpartnerin (Räuspern) sondern nur mal vertretungsweise aber sie war ja immer präsent

1535: der Doktor xxxxxxxxxx äh auch, kenne kenne ich ja auch schon länger der hat mit mir damals dieses Aufnahmegespräch geführt

1540: manchmal waren sie zu zweit manchmal eben nur einer je nach Urlaubssituation, öder äh äh anderen anfallenden Sachen und das ging also reibungslos

1545: sehr! äh ich würde sagen sehr (p:00:00:05) gesch- gelöst und trotzdem respektvoll, also ich hab da ja immer, sehr, äh immer sehr äh ein sehr, gutes Verhältnis (Frage nach der Beziehung zu den Therapeuten)

#### **Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

1155: und heute kann ich also mal dagegen gucken (gegen ein schmutziges Fenster) und sagen 'Mensch Meyer, es gibt wichtigere Dinge' Du kannst auch mal äh äh durch ein schmutziges Fenster gucken

1212: es geht mir nicht schlechter dadurch dass ich jetzt etwa im Moment nicht in einer Gruppe bin

1263: das also für mich auch immer sehr interessant so andere, Blickrichtungen zu sehen oder warum die da sind

1418: in meiner Depressionsphase oder während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen aber das das habe ich jetzt in der Gruppe habe ich das also fällt mir jetzt spontan ein gelernt dass ich also wieder mich mit Problemen anderer äh beschäftigen kann und darüber nachdenken kann und während meiner (depressiven) Phasen, war es ja so das war mir ganz, egal! sag ich's mal so ... das war das das ist also sehr gut gewesen für mich meiner Ansicht nach wo Sie das jetzt ansprechen weil ich das auch so ein bisschen verlernt hatte



## 6.5 Frau E

### Aspekte zur Biographie:

64 Jahre; verheiratet; eine Tochter; seit 2 Jahren in Rente (ihr Mann seit 5 Jahren); der Ehemann ist täglich bis ca. 15 Uhr im Schrebergarten

### Aktueller Gesundheitszustand:

27: es gibt eine Veränderung, und zwar, eigentlich zum Negativen ... es ist, ich hab ja mal erzählt, also wenn ich mal nur so, bisschen also falsch angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen

53: (nach der Einnahme von Antidepressiva) und ich hatte, große Bedenken und hab ich eine ganz kleine Dosis, ähm genommen ... und stellte fest, also es geht mir besser ... ja nach ein paar Tagen war das alles wieder in Ordnung und meine normale Reaktion wenn jetzt irgend etwas ist dann habe ich das zwar auch (das Gefühl des Zerspringens) ... aber es geht weg

91: und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut

353: ich denke mir wenn jemand ne andere Person wäre die mehr Selbstbewusstsein hätte, die könnte sich eher dagegen wehren dass das nicht bis ins Innerste geht dass das vorher so ein bisschen, abprallt

### Kernaussagen:

37: dann hatten wir, hatte ich mich mal fürchterlich aufgeregt und, es äh war sofort wieder in mir, also das! ah! das kann man gar nicht beschreiben das ist so schrecklich! also ähh man möchte, man kann nicht ruhig sitzen man möchte laufen man denkt also, man, es zerspringt in einem ... sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

267: und ich habe immer so das Gefühl, dass ich dann so hinten angestellt werde, dass ich gar! nicht vorhanden bin und meine Schwägerin beschäftigt sich dann da mit unseren Freunden und ich, stehe dann so eigentlich alleine da (T/so am Rande?) ja und kann, und bin dann auch nicht in der Lage mich dann irgendwie einzubringen, ich merke wie ich vollkommen blockiert bin

276: und das sind so die typischen Punkte die ich habe, dass ich so einfach übergangen werde, das ist nicht nur das eine sondern das habe ich häufiger das bilde ich mir mit Sicherheit nicht ein

285: und das, finde ich schon, also das, ist schon etwas, wo ich auch immer wieder darüber nachdenke

### Selbstaspekte:

195: tja ach ja (p: 00:00:08) eigentlich sehr unsicher - ja sehr sehr unsicher

208: ich bin ziemlich hektisch, möchte so meine, meine Hausarbeit also schnell wie möglich geschafft kriegen ... das muss zuerst sein, also, relativ ja, pflichtbewusst, ja

215: also zuerst die Hausarbeit, und dann kann ich mich dann hinsetzen, ein Buch lesen oder rausgehen und (p: 00:00:05) ja mir fällt nichts ein wie ich mich beschreiben könnte

219: besondere Fähigkeiten? ach eigentlich kann ich gar nichts gut

226: gut ich setze mich auch schon mal an den Computer hin

228: (p: 00:00:10) ja eigentlich ich kann nichts gut ...nein ... ja vielleicht kann ich ganz gut kochen ... Gäste vielleicht gut bewirten, obwohl ich merke da auch da bin ich schon, ähm eigentlich doch schon mehr verunsichert als früher

240: ich bin ein nervöser Mensch ja, obwohl ich so auf andere vielleicht relativ ruhig wirke

243: ich bin sehr langsam im Denken, stelle ich immer wieder fest

246: ich bin kein künstlerischer Mensch

### **Ängste:**

553: ich beobachte das so an mir, wenn ich dann aus der Küche ins Schlafzimmer gehe wie oft ich das dann was ich holen will, vergesse dann muss ich dann stehen bleiben ja dann fällt es mir wieder ein und auch so andere Sachen Rechnungen die ich bezahlen müsste die habe ich nicht mehr im Kopf, also selten und wenn ich die dann nicht sehe dann kann ich das schon mal, vergessen ... das macht mir schon Angst

### **Konflikte:**

324: also wir (der Ehemann und sie) können, also ganz nett und zusammen miteinander umgehen also und das ist meistens der Fall ... aber und wenn dann nur ein kleiner Krach ist dann bricht irgendwie das alles diese Harmonie bricht ich weiß nicht ob das bei anderen auch so ist die bricht so auseinander, erstmals geht es mir besonders dreckig dann ... was ich ihm natürlich dann gar nicht so sage ... das ist dann so als wenn man sich so vollkommen fremd wäre, wissen Sie wie verkommen das ist? ... wissen Sie die vollkommene Harmonie! gibt es ja nicht aber dann ist irgendwas und dann, und dann ist der ganze Tag gelaufen ... dann kommen immer die Gedanken, dann muss ich das immer wieder gedanklich verarbeiten und das ist also schlimm

### **Beziehungen:**

299: er lacht gerne und viel also ist eigentlich ein positiver Mensch ... er kann dann sehr barsch in seinem Ton sein wenn ich, wenn ihm etwas nicht passt,

307: mein Mann hatte mir den besten Platz ne? zurecht geschoben, und ich bin weiter gegangen damit die anderen auch gut, ja gut sitzen konnten und über so was kann er sich wahnsinnig aufregen, für mich eigentlich vollkommen grundlos so was.

149: jetzt bei so einem Wetter, ist er, (der Ehemann) immer im Garten wir haben einen Schrebergarten hier in xxxxxxxxxx (Stadt im Großraum Düsseldorf) wir wohnen ja in xxxxxxxx (Stadt im Großraum Düsseldorf) und also das ist so sein ein und alles also manchmal hätte ich dann schon gerne, wenn wir dann mal ein bisschen was gemeinsam unternehmen, ähm das bezieht sich dann meistens nur auf den Sonntag, dass wir dann dann zusammen irgend was machen

165: ich finde es eigentlich äh für mich ein bisschen eintönig ... weil ich möchte gerne mal was anderes machen, ich möchte mal irgendwo hin fahren und so und dann hat er dann keine Lust dazu

181: also da könnte es, wenn mein Mann ein bisschen mehr, was soll ich sagen so zwei drei bei schönem Wetter ein zwei Tage in der Woche dann für mich hätte das wäre schön ... da hat er einfach überhaupt keine Lust zu

620: ich merke das auch an mir dass wenn jetzt irgendwas ist dass ich dann schon mal meine Tochter frage

**Interessen und Hobbys:**

137: eigentlich ich muss also sagen ich habe ein sehr schönes Leben ... nicht wahr, wir haben keine Probleme finanzieller Art oder so, also montags also gehe ich lerne ich Italienisch schon seit langer Zeit ... und ja und dann jeden Morgen mache ich Sport, das heißt also ich habe einen Ergometer da da fahre ich zwanzig Minuten und mache Gymnastik auch speziell für die Hüfte und auch so, und ja ich gehe zur Wassergymnastik und treffe mich mit äh,einer Freundin einer Bekannten mein Leben ist eigentlich ausgefüllt

**Körperaspekte:**

523: ja also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn, aber eigentlich belastet mich das nicht so sonderlich ... also so lange ich noch meine Figur halte ich finde wenn ich auf einmal, dicker werden würde dann wäre ich nicht so gut mit mir zufrieden

**Sexualität:**

531: ja (p:00 :00 :09) also es ist eigentlich gleich Null ... (T/ mh würden Sie da gerne was ändern??) also ich eigentlich ja manchmal schon, aber eigentlich finde ich das okay, ich glaube aber mein Mann der ist da nicht so, ganz so zufrieden ... nee das ist kein Thema

**Alter:**

543: ja Alter? ich denke da an an Krankheiten ... und vor allen Dingen was ich festgestellt habe bei mir was so erschreckend ist ist meine Vergesslichkeit ... ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

563: ja ja und auch so die Wortfindung, ich habe oft so Probleme dann die richtigen Wörter zu finden die fehlen mir dann auf einmal

**Alter und Zeit:**

582: Muße finden mit dem Älter werden? nein also da ist irgendwie doch so ne Unruhe in mir, selbst wenn ich das eine mache dann? also so ne richtige Ruhe habe ich nicht von mir also ich ruhe nicht so in mir selbst obwohl ich mir immer sage 'Mensch Du hast doch ein schönes Leben'

**Alter und Öffentlichkeit:**

631: ja also ich fühle jetzt fühle mich jetzt noch nicht so in keiner Weise diskriminiert ... weil ich jetzt schon älter bin, und auch wenn ich jetzt sagen wir mal wenn meine Tochter ihren Geburtstag feiert und da kommen ja auch viele junge Leute also es ist nicht so dass ich dann das Gefühl habe 'oh Gott Du bist ja hier so alt hier gehörs Du gar nicht mehr hin' also ich habe da noch keine negativen Erfahrungen gemacht

**Zukunftsvorstellungen:**

590: ja ich hoffe dass das so bleibt wie es ist und, und ja mein Wunsch wäre ja wie ein Wunder dass sich mal meine Tabletten-Unverträglichkeit aufheben würde ...dass ich dann dann wäre ich auch, ich könnte auch lockerer dann sein ...ich könnte zum Beispiel auch Sachen machen dann mit der Hüfte die Ärzte sagen so schlimm ist das gar nicht mit meine Hüfte auf dem Röntgenbild so schlimm sieht das nicht aus aber wenn ich eine Stunde ein einhalb Stunden gelaufen bin dann kann ich mich in die Ecke

werfen oder mit dem Fahrrad fahre auch ne Stunde und wenn es dann so leicht bergauf geht dann kann ich mich auch nicht mehr bewegen  
608: ja und ansonsten, ich hab keine Lebensplanung nein, ich hoffe nur dass alles so läuft wie bisher

#### **Äußerungen zum Gruppenprozess:**

382: ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne (sich öffnen) aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht

389: ich hab wohl einiges, wohl einiges erzählt aus meiner Kindheit, wie das alles gelaufen ist

396: ja, obwohl eigentlich nicht so, so richtig geöffnet, habe ich mich eigentlich nicht ich habe die Gruppe das muss ich leider Gottes sagen für mich nicht genutzt ... es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können

413: ich+ würde die Position so als, ja aufmerksamer Zuhörer ... mehr ja ja mehr am Rande ja

417: ich+ habe mich doch am Rande gefühlt und war es auch also ich war niemand der jetzt so die Gruppe der da irgendwelche Impulse geben konnte, das liegt nicht so in meiner, Sache meiner Natur, ich meine das ist immer einfach gesagt ich habe auch gemerkt wenn ich, wenn ich! dann mal wirklich über meinen Schatten gesprungen bin und dann hab ich was gesagt und so, dann ging's mir richtig gut die ersten zwei Sätze das hat mir immer große Probleme der Riesensprung dann einzusteigen aber wenn ich dann mal drin war dann war es okay ja

433: ja aber wenn wir alle aktiv zuhören dann bewegt sich ja nichts in der Gruppe

#### **Äußerungen über die Gruppe:**

402: wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen und so richtig in die Tiefe, ist da selten jemand gegangen ... obwohl wir ja fast zwei Jahre zusammen waren

#### **Äußerungen über die Therapeuten:**

480: ja ich fand die Frau Doktor xxxxxxxxxx, ganz toll und auch, Herr wie heißt er noch mal? ...und auch Herrn xxxxxxxxxx auch, ich fand das schon also wie die die Gruppe geleitet haben fand ich schon in Ordnung ...(T/ was hat Ihnen denn da gefallen?) ...ja, (p:00:00:05) ähm wie sie ja in der Lage waren so aus manchen noch was rauszuholen ... (T/ mhmh aus Ihnen auch?) ... joa sicher ... ja auch aus mir ... also der Herr xxxxxxxxxx der hatte mal ein, so ein Spiel gemacht das weiß ich nicht mehr wie das so zusammen hing, und zwar wen man gut leiden kann und wen man nicht so gut leiden kann dem sollte man dann die Hand auf die Schulter legen und eine, Kursteilnehmerin also die hatte so ein lautes Wesen, und also das war auch wieder so ein Gefühl, sie sah mich nicht das war so mein Gefühl und als es dann hieß dann wen man jetzt nicht so gut leiden kann dann habe ich dann meine Hand auf ihre Schulter gelegt, und dann hatten wir so ein kleines Rollenspiel, und da habe ich festgestellt dass die andere das ganz anders gesehen hat als ich, und seitdem haben wir uns eigentlich gut verstanden ...ja dann haben wir uns schon mal unterhalten und so, das fand ich auch eigentlich sehr positiv

#### **Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

426: ja ja natürlich ich habe schon einiges für mich, versucht also was ich anwenden kann, aber Theorie und Praxis ... (T/ die klaffen noch?) ... ja

## 6.6 Herr F

### Aspekte zur Biographie:

68 Jahre; früher Manager in einem großen Konzern; Dipl.-Ing. mit Führungsverantwortung, ging mit 63 Jahren in den Ruhestand; hat ein Jahr danach mit der Therapie begonnen (hatte bereits vor 20 Jahren eine Krise); 20 Jahre verheiratet; eine Tochter

### Aktueller Gesundheitszustand:

64: und äh auch ansonsten fühle ich mich jetzt wieder ganz wohl aber letztendlich waren das dann die Dinge die mir auf die Psyche gegangen sind (Bypass-Operation im vergangenen Jahr)

73: nachdem ich dann aus der Reha kam hat sich das dann gebessert so vor allen Dingen dann zu Hause

319: was diese herz- herzbezogenen Beschwerden anbelangt hab ich also eigentlich keine äh körperlichen Beschwerden so jetzt ne das das ist aktuell nicht mehr der Fall das war der Fall kurz nach der Operation und und nahm dann sukzessive ab ... nein ich hab sonst sonst keinerlei körperliche Beschwerden

671: und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere

112: das war ja auch der Grund weshalb ich dann vor drei Jahren ... oder vor dreieinhalb Jahren an dieser, Psychotherapie teilgenommen habe das ich also unter einer Angststörung im weitesten Sinne leide, und diese Angststörung ist dann auch erneut wieder durch die Operation ausgelöst worden und die ist auch jetzt noch nicht ganz! Beseitigt ... und ich habe schon jetzt noch äh gewisse Ängste, und Befürchtungen also einerseits bezüglich der rein organischen, äh Gesundheitsstatik andererseits auch äh, zum Beispiel psychisch bedingt also dass ich dass ich Ängste davor habe äh ist das so in Ordnung für die Zukunft? Kann ich wenn ich alleine bin wenn wieder was passiert, äh was mache ich äh wie kann ich damit umgehen

127: also ne grundsätzliche, Angststörung oder auch Befürchtungen äh sind weiterhin vorhanden ... zwar in abgeschwächtem Maße aber sie sind vorhanden

388: also ich würde auf keinen! Fall von mir aus sagen dass ich grundsätzlich in erster Linie depressiv bin und dass dann äh die die die Ängste irgendwie eine Komponente sind der Erscheinung sondern wenn dann umgekehrt ... also die Angststörung dominierend! ist bei mir

453: um darauf zu kommen ist es schon so dass ich äh dass ich auch weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause

504: ja ich bin bin also gerade jetzt seit ein paar Wochen äh bei uns in xxxxx (Stadt im Großraum Düsseldorf) in der äh da in der äh psychologischen Ambulanz

### Kernaussagen:

1480: das war für mich dann nachher so nach den zwei Jahren (in der Gruppe) eine wichtige Erkenntnis dass die Frau X zum Beispiel, aufgrund ihrer äußeren Erscheinung ... ihre Persönlichkeitsstruktur äh und ihre dann erkannten organischen Beschwerden ... und ihrer Psychosomatik äh äh dann halt, zu diesem Produkt (er meint eine Person: Frau X) führt ... was ich dann nachher so wahrgenommen habe

1500: und wenn ich dann dieses dieses Produkt der Einzelnen (Gruppenmitglieder) das sich aus den unterschiedlichen äh Kriterien ergibt sehe, also insbesondere wie zum Beispiel derjenige damit umgeht...dann ist das für mich eine Hilfe, kann das für mich eine Hilfe sein

120: die heute aktuell erkannte Persönlichkeit ist irgendwie ja auch ein Produkt ihrer Biografie der Lebensbiografie

592: und äh auch in meinen Beziehungen in der Familie muss ich Korrekturen vornehmen, in der Partnerschaft muss ich Korrekturen vornehmen

683: dass ich mich also auch ein bisschen mit den Enkeln dann beschäftigt habe äh aber das waren alles für mich erst rein äh quantitative Maßnahmen

704: wie zum Beispiel im Berufsbereich ne also äh man muss das ich hab das früher vielleicht etwas ab- abwertend gesehen ja also wenn man dann mit Kindern dann auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht ...so hab ich das früher gesehen ... und dieses Bewusstsein muss erst erneut äh gestärkt werden und geschaffen werden dass also der Umgang mit Kindern sehr wohl äh von großer Qualität sein kann

725: und dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht die auch äh dann mehr Wert, machten und mehr Qualität hatten

### **Selbstaspekte:**

437: ich bin an für sich äh ein sehr aktiver Mensch schon von morgens früh an ich muss auch morgens früh aufstehen und alles mögliche unternehmen

1175: planerisch denkende oder+ rational ... rational ja

### **Ängste:**

150: mit zunehmendem Alter als ich dann so mal Mitte sechzig so auf die siebzig zugehen äh da entstanden diese Dinge, am Anfang nur durch durch, Erscheinungen die mir aber sehr viel Angst einflößten wie zum Beispiel bin ich da mal einen Morgen umgefallen ... bin ich kurz bewusstlos gewesen

167: und das! macht mir natürlich höllische machte mir höllische Angst weil ich an und für sich ein sehr flexibler Mensch bin viel Auto fahre dann malt man sich ja die Situation aus wie das dann wäre wenn das zum Beispiel beim Autofahren passiert

178: dann kommen natürlich andere Ängste dazu, und das sind dann auch schon Befürchtungen die in die Richtung gehen Herz-Keislauf-System

486: so vier fünf Stunden alleine durch die Wälder fahren oder über auch hinter Talsperren her wo wo ich keine Hilfe holen kann das macht mir alles schon noch Angst das hab ich heute weitgehend noch ... aber das bessert! sich alles und so einzelne Tage wenn meine Frau zum Beispiel jetzt morgens losfährt und abends wieder kommt das macht mir alles schon gar nichts mehr ne

795: ein bisschen stören mich weiterhin immer noch die, verbleibenden Ängste ne ... die die also durch Krankheiten wie es ja nun im Alter ist, natürlich immer wieder erneut äh aktualisiert werden

807: irgendwie was anderes altersbedingtes das wird ja wieder kommen und äh eben ich werde auch irgendwie wieder umfallen! aus aus was weiß ich welchen Gründen heraus Kreislauf oder sonst was ... aber so und diese diese Dinge beschäftigen einen aber und machen auch Ängste, vor allem Ängste

821: hypochondrisch wäre auch nicht so ganz richtig das wäre zu extrem ... aber auf jeden Fall Befürchtungen und Ängste bezüglich zunehmender äh gesundheitlicher Störungen ja

1027: ich weiß der Effekt klingt ein bisschen lächerlich aber ohne meine Frau mach ich nichts so ungefähr (kurzes Lachen) ... ist zwar jetzt ein bisschen übertrieben ... so irgend welche Unternehmungen, ohne meine Frau äh sind, für mich bringen ein ungutes Gefühl mit sich natürlich in Richtung Ängste und Befürchtungen

**Konflikte:**

1181: ja ja! als Ergänzung ist das ganz gut (die Spontaneität seiner Ehefrau), nur eben ähm wie gesagt die eine Seite freut mich also diese spontane künstlerische musische äh nur diese diese fehlende äh Planbarkeit da, die, sie äh das Planungsvermögen äh das stört mich manchmal natürlich schon ne ... also das bringt bei mir mir manchmal Stress und äh das gibt auch manchmal ein bisschen Auseinandersetzungen, Meinungsverschiedenheiten ... aber okay da damit kann ich also leben

**Beziehungen:**

542: dazu muss ich dann sagen dass eigentlich die die familiären und die ja die familiären Verhältnisse die Partnerschaftsverhältnisse, die waren eigentlich stabil ... die sind sogar äh zum Beispiel durch die Krankheit etwas stabilisiert worden nämlich dadurch dass dann auch meine meine Tochter Schwiegersohn und auch Enkelkinder äh äh zumindest zeitweise dann doch mehr Anteil genommen haben, die haben sich alle um mich bemüht meine Frau natürlich auch ... das war vorher also auch alles in Ordnung also da liegen stabile Verhältnisse vor in der Familie und auch in der Partnerschaft

876: na ja ganz am nächsten steht mir natürlich schon meine meine Ehefrau ne ... gefolgt von äh meinen Kindern

1161: also dieses diese Spontaneität (seiner Ehefrau) die ist auf der einen Seite wunderschön auch für mich, dass dass sie irgendwie so ganz spontan was sagt was wir dann am Wochenende mal so so machen unternehmen wen wir besuchen wen wir einladen also gerade Einladungen zum Beispiel das macht sie sehr gut äh das was ich so überhaupt nicht äh übers Herz bringen kann was mir sehr schwer fällt ... weil ich den ganzen Aufwand davor schon scheue schon vorher ... aber das das! macht sie dann einfach und irgendwie gelingt's dann auch dass sie einen ganzen Haufen Leute einlädt

861: ja ich sag mal so äh ich behaupte von mir nicht dass ich den und dann betone ich den! guten Freund habe ... also den! guten Freund habe ich nicht ... aber ich habe dann gleich dahinter gelagert äh mehrere sehr gute freundschaftliche Beziehungen ähm die schon tragfähig sind ja ... auch familiäre Beziehungen ja

**Sinn und Aufgabe im Leben:**

666: und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere

686: also abends habe ich mir so gedacht 'was war eigentlich heute los Du bist den ganzen Tag beschäftigt gewesen, aber so richtig dieses berühmte Flattern so im Herzen und so das hast du nicht mehr so wie früher ne'

695: aber ich sagte 'das füllt mich nicht aus das ist nicht das ist nicht vergleichbar mit mit den früheren Dingen'

677: und dann versuchte man in irgend welchen Vereinen in irgend welchen Institutionen, oder in irgend welchen Foren Gesprächsforen versuchte man dann zunächst äh so ein bisschen noch das Niveau anzuheben äh aber das äh war war am Anfang dann auch nicht so, die richtige Qualität zu finden

**Interessen und Hobbys:**

725: dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht die auch äh dann mehr Wert, machten und mehr Qualität hatten also zum Beispiel dass ich mit einem anderen Herrn zusammen äh Reisen organisiere ... für Senioren ne monatlich machen wir eine eine Reise oder irgend welche Veranstaltungen auch Gesprächsreihen und auch kirchliche Veranstaltungen ... und dann bin ich äh in Diskussionskreisen in xxxxxxxxxx

(Stadt im Großraum Düsseldorf) und teilweise geh ich auch äh zu politischen Foren hier in zu kommunalpolitische Foren ... hier in xxxxx (Stadt im Großraum Düsseldorf) und und und und bin mit / zusammen wo wir also gemeinsam Radtouren planen ... und auch ausführen nur um so einiges zu nennen äh neben zusätzlich zu sportlichen Dingen wie regelmäßig äh schwimmen zu gehen ... oder auch wieder eben halt Fahrrad zu fahren, ja, so sieht das also jetzt aus

900: ich habe auch noch andere Interessen also Bereiche ne zum Beispiel so am am Rechner, da mach ich sehr vieles ... äh Bildverarbeitung und so ne ... so ein kleines, persönliches äh Fotostudio mir äh aufgebaut ... wo ich also auch teilweise auch für andere Leute, Fotos digitale Fotos bearbeite ... und die dann denen schenke ... also das sind so Sachen die bringen ja alles das bringt ja alles Kommunikation mit sich ... und auch Interessenaustausch und Kenntnisaustausch ... das mache ich auch schon alles noch ja

### **Körperaspekte:**

756: diese typischen Leistungsmerkmale früherer Zeiten, wo ich also stundenlang schwimmen konnte Kilometer weit schwimmen konnte und äh Radtouren täglich mit über hundert Kilometer machen konnte mit Gruppen ... da muss ich auch Abstriche machen ... so dass mir also und so ist es in manch anderen kleineren Bereichen auch dass ich da überall Abstriche machen muss

### **Alter:**

595: es kam auch dann dazu dass als ich dann im Ruhestand war auch irgendwie äh äh eine zweite weitere Phase meines Lebens, begonnen hatte nämlich das Älterwerden ... weil ich mich dann plötzlich massiv mit dem Älterwerden beschäftigte ... und äh dadurch kam ich dann in diese Krise also zu diesen zu dieser Angststörung, die zu Depressionen führte (weswegen er sich dann für die Therapiegruppe „Belle Epoque“ anmeldete)

750: diese rein beruflichen äh Qualitätsmerkmale äh da bin ich mir darüber im klaren, die werde ich nicht mehr erreichen können ... da+ komm ich also nicht wieder hin da muss ich Abstriche machen da muss ich einfach loslassen können das muss ich abgeben

762: dass ich da überall Abstriche machen muss das ist aber bei mir vom Bewusstsein her so angelegt äh das sehe ich auch nicht als Manko an, sondern äh auf der anderen Seite äh sehe ich dann so diesen Bereich des Alterns auch als vorteilhaft an ... dass du dann einfach dass man viel mehr seinen äh anderen Neigungen nachgehen kann, alles mehr in Ruhe! in Gelassenheit äh wahrnehmen kann äh es bringt also insgesamt alles sehr viel Vorteile dass man sich auch mehr mit geistigen geistigen Dingen beschäftigen beschäftigen kann

836: also, einerseits sage ich mir das was ich früher gemacht habe muss ich loslassen können, und muss nach Neuem suchen (p:00:00:05) andererseits äh muss ich von vornherein gewisse Abstriche machen dass ich also wie Sie schon richtig sagen dass ich diese Leistungsbezogenheit äh äh eigentlich reduzieren muss ein bisschen vergessen muss (p:00:00:05) ja und letztendlich äh muss ich insbesondere diese diese Ängste die ich ja immer noch wahrnehme weitgehend äh reduzieren oder beseitigen damit ich meine Persönlichkeitsstruktur wieder so richtig ausleben kann

### **Alter und Öffentlichkeit:**

1809: ja das sehe ich einfach so äh dass äh die älteren Menschen äh also eine einen erheblichen eine erhebliche Interessengruppe darstellen für viele! viele Bereiche



unseres Lebens einmal als Wirtschaftsfaktor sind sie ja schon wohl weitgehend mittlerweile bekannt das das das das ein enormer! Wirtschaftsfaktor ist denn weil die älteren Menschen sind im Besitz von viel viel Kapital ne, man spricht nicht umsonst von der von der Erben Erbgeneration das heißt die das gesamte äh Erbgut, ist zunächst mal bei den älteren Menschen angesiedelt ... und wird erst nach und nach auf die jüngeren vererbt aber letztlich potentiell besitzen die älteren Menschen, unterm Strich das äh das Vermögen, das das ist also ein von daher! gesehen ein Faktor der wirtschaftlich nicht unterbewertet werden darf! weil wir das uns jetzt auch mit einbeziehen wollen ... aber ein weiterer Faktor ist dann halt diese Möglichkeit gesellschaftlich kulturell äh im Alter vieles ganz anders ausleben zu können als in jungen Jahren ... allein schon aus Zeitgründen äh ist ein weiterer äh und auch sportlich ist ein weiterer wichtiger Faktor äh der meines Erachtens nach weitgehend! nicht berücksichtigt wird das ist also äh gerade für Kultureinrichtungen für Sporteinrichtungen für, irgend welche sonstigen gesellschaftlichen Einrichtungen auch selbst zum Beispiel Volkshochschulen oder Universitäten bieten da nicht unbedingt jetzt äh äh altersgerechte Studienprogramme und Möglichkeiten an da da werden zwar Versuche gemacht aber die sind so in den Anfangsschuhen ... also da! wäre auf jeden Fall sehr viel! zu tun ... und äh die älteren Menschen würden sich auch nicht dagegen sträuben wenn das mit Ge mit erheblichen Gebühren verbunden wäre wenn sie zum Beispiel an Studiengängen teilnehmen könnten sich ausbilden könnten in Volkshochschulen und sonstigen äh Einrichtungen, also das das dürfte auch ruhig ein paar Euro mehr kosten als vielleicht das bei jungen Leuten der Fall ist ... wenn das die entsprechende Qualität hätte ... und auf die älteren Menschen zugeschnitten wäre

#### **Äußerungen zum Gruppenprozess:**

1438: es gab äh eine zeitliche Entwicklung (hin zu besserem Verständnis der anderen Teilnehmer)

1497: letztendlich ging es mir ja nur darum dass dass ich ja einen Weg suche wie ich mit meinen Beschwerden äh äh leben kann also äh äh ich gehe nicht direkt davon aus dass ich in allem geheilt werde sondern dass ich nur einen Weg finde wie ich mit meinen Beschwerden zufriedenstellend und glücklich leben kann

#### **Thema Alter und Krankheit in der Gruppe:**

1691: ja das Thema das Thema Alter! Altern spielt schon insofern eine Rolle weil eben halt diese begleitende äh Gesundheitserscheinungen äh doch schon bedeutend sind ne also zum Beispiel die Krebspatientin äh die hat schon ein Großteil ihrer ganzen Befürchtungen und ihrer ganzen Argumente, auf ihre Krebserkrankung bezogen ... und die Herzpatientin bei mir stand das ja damals noch gar nicht zur Diskussion die hat also auch schon ein Großteil ihrer ihrer Ängste und ihrer Befürchtungen auf ihre Herzgeschichte bezogen

1708: also das äh das Alter an sich äh ist vielleicht nicht äh so dass man das in so einer Therapiegruppe als solche als als Hauptkriterium sehen muss sondern die altersbegleitenden! Erscheinungen der älteren Menschen ... wie die zunehmenden gesundheitlichen Störungen ... ja das war schon ein wichtiges+ Thema ja ... also nicht nicht! bei allen ... aber bei bei einem Teil der Teilnehmer

#### **Äußerungen über die Gruppe:**

1398: die Gruppe selbst bestand aus (...) Leuten die so etwa meines Alters waren, plus minus nachher gab es dann einige jüngere, und das das empfand ich zum Beispiel als sehr wichtig äh denn von Anfang an wollte ich also niemals in eine Gruppe äh die jetzt erheblich! jünger war von der Struktur her

1408: für mich war das sehr wichtig dass das eine altershomogene Gruppe war (...) einmal deshalb weil weil man vor allem wenn man älter wird, das ganze doch sehr

schon auf gewisse Krankheiten und gewisse Störungen beziehen muss und auch bezieht

1549: es waren auch nicht immer aus der Kindheit Ängste sondern es es waren auch Ängste wie zum Beispiel aus einer langen langjährigen Partnerschaft die dermaßen daneben war ... wo der eine Partner immer Ängste vor dem anderen hatte ... resultierten oder oder auch wirtschaftliche Ängste wo immer Geldnot anstand ... und und ja also das war sehr vielschichtig und viel ... seitig äh äh warum Menschen Ängste äh äh beschrieben und und ... und zum Ausdruck brachten

### **Äußerungen über die Therapeuten:**

1352: also beiden beiden Therapeuten kann ich an und für sich ein gutes Zeugnis ausstellen äh die haben sich meines Erachtens nach weil ich ja schon ein bisschen Vorkenntnisse hatte haben die sich also äh sachlich äh als Therapeuten äh sehr gut und sehr richtig verhalten, das war äh eben halt immer dieses dieses begleitende! ne nich dieses dieses überstehende sondern dieses begleitende! Verhalten ... das war äh meines Erachtens nach sehr gut und auch die Gruppe ein bisschen steuern äh gut da würde ich sagen es hätte manchmal etwas mehr äh gesteuert werden können äh es war manchmal etwas zu fein wenn ich da ein klein bisschen Kritik auch üben darf es hätte etwas mehr ... gesteuert werden können in in Bezug auf auf ne gewisse äh Thematik und auch! auf gewisse Analyse vielleicht

### **Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

20: wenn ich mich jetzt auf den Zustand beziehe nach der nach der Therapie dann äh muss ich sagen dass es mir da eigentlich recht gut ging dass ich da also, auch bedingt teilweise durch die Therapie Fortschritte gemacht habe und meine Psyche stabilisieren konnte

1468: so dass einfach da von der von der Wahrnehmung her äh dann dann schon Veränderungen auftraten, und äh Entwicklungen, na ja äh Entwicklungen eigentlich dahingehend, dass äh dass man dann für sich persönlich gesehen äh sich aus dem Gesamten ein Bild machen konnte und es einem dann klarer! wurde warum der einzelne Teilnehmer a aufgrund seiner Persönlichkeitsstruktur b aufgrund seiner seiner äh seines Verhaltens seiner äußeren Dinge und c aufgrund seiner angegebenen Psychosomatik jetzt dann so und so war, und das will ich dann für mich zum Beispiel als Entwicklung sehen äh also in in der Form dass das für mich eine wichtige Erkenntnis war ne ... es ist!+ etwas kompliziert das auszudrücken ... aber das war das war für mich dann nachher so nach den zwei Jahren eine wichtige Erkenntnis

1480: das war für mich dann nachher so nach den zwei Jahren (in der Gruppe) eine wichtige Erkenntnis dass die Frau X zum Beispiel, aufgrund ihrer äußeren Erscheinung ... ihre Persönlichkeitsstruktur äh und ihre dann erkannten organischen Beschwerden ... und ihrer Psychosomatik äh äh dann halt, zu diesem Produkt (er meint eine Person: Frau X) führt ... was ich dann nachher so wahrgenommen habe ... wo ich dann was mitmachen konnte ... ne und sei es nur äh dass ich daraus erkannte dass man also mit diesen Beschwerden so leben kann wie sie lebt oder wie er lebt ... es es ist etwas schwer das Ganze so in so wenigen Sätzen zu bringen

1540: aber letztlich, in seiner Biografie auch das dann geschildert hatte woher das kommen konnte ... und das war eben auch subjektiv von ihm aber man konnte sich aus das waren ja mehrere Personen ... und auch das was dann die entsprechenden Therapeuten dazu an äh Bemerkungen machten führte dann schon zu einem Bild, einem Gesamtbild äh woraus man entnehmen konnte dass also Ängste da und daher resultieren könnten

1758: ich möchte noch ein Resümee ziehen ein komplettes Urteil abgeben ... und zwar äh wie gesagt anfangs war ich schwer krank hatte eine starke Krise und während der Zeit, bin ich äh so meine ich fast äh wieder vollkommen gesundet ... wobei ich also diesem Kurs (der Gruppentherapie „Belle Epoque“) sehr viel Bedeutung beimesse ... ich will jetzt nicht sagen dass das jetzt die allein seelig machende Therapie war, sondern auch mein Bewusstsein hat sich natürlich auch weiterhin verändert ne so wie ich das eingangs ja auch schon geschildert habe ... dass ich mich auch selbst bemüht habe, meinem ganzen täglichen Leben wieder mehr Qualität zu geben ... aber der Kurs hat da auch wesentlich dazu beigetragen, und dass ich es sehr bedauert habe dass ich dann nach zwei Jahren aus diesem Kurs ausgeschieden bin ... ich hätte normalerweise noch weiter machen können

1935: also ich finde äh so etwas wie Sie das hier betreiben äh sehr gut und nützlich obwohl ich weiß dass viele ältere Menschen dafür nicht zugänglich sind aber das mögen äh auch, vielleicht Komplexe sein an diese Sache heran zu gehen äh aber der Bedarf ist meines Erachtens nach auf jeden Fall da ... man hört das überall äh und äh es müsste auch vielleicht ein bisschen mehr publik gemacht werden mit diesen äh Möglichkeiten also durch Gespräche äh Sie da zu erreichen, ich meine nicht Sie sondern meine jetzt insgesamt die Psychologie ... zu erreichen, und äh das das sehe ich insgesamt als nützlich an aber auch! als ausbaufähig und ausbau auf jeden Fall ist ein entsprechender Ausbaubedarf auch meines Erachtens da das das ist das was ich bemerken möchte na ja und ich persönlich äh bin wieder auf der Suche, nach so einer Gesprächsgruppe wie es da oben halt der Fall war

### **Sinn und Notwendigkeit von psychotherapeutischen Angeboten für ältere Personen:**

1846: und dann will ich natürlich dazu sagen um die die Lebensqualität, älterer Menschen insbesondere zu verbessern und auch denen ... die Ängste zu nehmen wie ich das auch von mir persönlich ja so schildere, bin ich der Ansicht dass also insbesondere! äh reine Gesprächs- äh -therapien sowohl jetzt im im im allgemeinen medizinischen Bereich wie auch im psychologischen Bereich erheblich verbessert werden müssen ... also der ältere Mensch sucht meistens nicht mehr den Operateur ... sondern der ältere Mensch sucht den Gesprächspartner ... für seine Probleme, denn denn vieles ist äh vor allem wenn man im höheren Alter ist, in der Regel ohne Operation zu machen, ohne diese übliche Diagnostik äh einfach weil man da Kompromisse schließen muss einem Fünfundsiebzigjährigen äh äh braucht man nicht all das ganze an Diagnostik anzubieten wie wie einem Fünfundvierzigjährigen und schon gar nicht! an Operationen wie einem fünfundvierzig Jährigen ... aber dafür braucht es bedarf es umfangreicher, Abklärungs- und Gesprächsmöglichkeiten ... also sowohl im medizinischen Bereich wie wie auf jeden Fall! ergänzend und weiter ausgebaut im psychologischen Bereich ne ... das das ist ein ganz wichtiger Faktor in unserer Gesellschaft ... so sehe ich das ne ... das ist alles! ist auf junge Leute ausgerichtet auch wenn Sie wenn Sie zum Beispiel ich verstehe das ja auch dass zum Beispiel auch Psychologen dass die natürlich in der Schulmedizin aber äh bei bei äh therapeutischen Beratungen von von Kleinkindern oder weil die meist ihre Mütter dabei haben dass das lukrativer erscheint weil es besser! bezahlt wird als wenn Sie jetzt ... mit einem Siebzigjährigen sich herum plagen müssen und mit dem eine Gesprächstherapie machen das ist alles verständlich ... aber da müsste dann halt von Seiten des Gesetzgebers vielleicht auch, und seitens anderer Organisationen äh müsste das halt äh optimaler ausgelegt werden besser ausgelegt werden ne ... Sie haben mir die Frage gestellt und die versuche ich wahrheitsgemäß zu beantworten

## 6.7 Frau G

### Aspekte zur Biographie:

63 Jahre; seit 3 Jahren im Ruhestand, 21 Jahre lang Wirtschafterin in einer Klinik; 39 Jahre verheiratet, 2 Kinder: eine Tochter (Krankenschwester) und einen Sohn (Kellner); eine ältere Schwester; Mutter verstarb vor 3 Jahren

### Aktueller Gesundheitszustand:

22: äh jo gut würde ich sagen (Lachen) ja also jetzt nach der Gruppe äh ist es mir nicht anders gegangen wie während der Gruppenzeit

202: wie gesagt wenn ich kaum was tue und so weiter dann geht's mir gut

364: ja ja ich denk mal sonst geht es mir schon so einigermaßen ich sag mal Rückenschmerzen Sie kennen das so alte\_Frauen\_Leiden ne ... also es ist ja nichts Gravierendes ja ich bin ja jetzt nicht irgendwie sterbenskrank! ja ich meine dass ich jetzt den Tod! vor Augen hätte (Lachen)

### Psychosomatik:

107: ich kriege schlecht Luft mir geht es nicht gut so allgemein ja ich fühle mich ja schlecht ja ... das ist so das erste Stadium wenn ich nicht darauf eingehe dann das zweite Stadium ist dann kommt das Zittern der Knie also dann ... der Beine ... dann kamen Herzschmerzen ne Quatsch Herzrhythmusstörungen so Herzrhythmusstörungen die hatte ich auch schon vor vielen Jahren gehabt aber das sind auch nur so Auslöser wenn ich überfordert bin körperlich Herzrhythmusstörungen, wenn ich nicht darauf eingehe, dann geht das los mit ja Kribbeln in den Händen in den Beinen dann ist alles stirbt alles ab und Herzschmerzen Herzschmerzen bis zum geht nicht mehr

166: ich merke das in meinem ganzen Leben wenn's immer sehr sehr viel war dann ja dann kriegte ich Herzrhythmusstörungen (auch bei Beerdigungen)

101: dann ist das Mittagessen kochen schon eine Last und das Spülen sowieso schon und oh ja (Stöhnen) und dann gibt's Tage da macht mir das gar nichts aus dann kann ich nachmittags noch was weiß ich machen und dann ist alles okay

590: Hals wie zugeschnürt (bei Beerdigungen)

### Kernaussagen:

368: vor allem wo es mir sehr gut ging wir waren ja drei Monate in xxxxxxxx (Staat in Südostasien) ... das war natürlich eine tolle Zeit da ging's mir super ... klar wir haben im Hotel gewohnt und den ganzen Tag halt nur schöne Dinge gemacht die mir uns gerade einfielen nur nicht überanstrengen ... ach das war herrlich (Lachen) ich brauchte nicht zu kochen nicht zu waschen ach das war richtig toll ... da ist es mir super! gegangen (Lachen) ... aber ich kann nicht immer in xxxxxxxx (Staat in Südostasien) bleiben (Lachen)

595: das Merkwürdige ist also da wundere ich mich ja sowieso ich bin ja sage ich mal körperlich nicht so belastbar aber! was ich sehr gut kann ich sag mal wenn es mir jetzt sehr schlecht gehen würde mein Fahrrad schnappen und sage ich mal manchmal drei Stunden durch den Wald fahren das kann ich ... da hab ich überhaupt keine Beschwerden weder Atembeschwerden noch zittern mir die Knie noch tut mir irgendetwas weh ... das ist komisch ... ja das ist sonderlich! interessant

630: und für mich ist das herrlich ich bin mit mir alleine mit meinem Fahrrad ich brauch mit keinem zu sprechen ich gehe meinen Gedanken nach und es ist einfach nur herrlich und dann tut mir nichts weh ... ich habe keine weder Rückenschmerzen noch Kopfschmerzen noch tut mir irgend etwas weh, es ist wunderschön

**Selbstaspekte:**

93: darf mir nicht körperlich so viel zumuten

258: dann bin ich halt wieder derjenige der sagt 'so komm und das wird hier gemacht und das und das' ne

306: na ich denke mal ich bin da schon vieles schuld also auch auch so unsere Tochter die sagt auch schon mal weil die Tochter genauso ist wie ich und dann sagt sie 'Mutti wie sind da selber schuld' und sie hat auch so einen Mann ja so nach dem Motto 'schauen Sie mal' (Lachen) und sie sagt 'Mutti wir sind selbst schuld' sagt sie 'wir gehen dann her wenn's nicht schnell genug gemacht wird und machen es dann selber oder oder wischen noch nach oder tun noch nach' und ja es es ist richtig tja (Lachen)

651: also ich verstehe mich ja manchmal selber nicht ich meine! mich ja schon einigermaßen zu kennen aber ... also manchmal da denke ich auch 'oh Gott oh Gott was ist denn das für eine komische Erscheinung' (Lachen) na ja

1378: ich bin jetzt nicht der der sagt 'och jetzt bin fertig jetzt bin ich in Rente jetzt tu ich gar nichts' ja sondern ich bin mehr so der sehr impulsive Mensch

**Druck:**

56: das war mir wichtig dass wir eine kleinere Wohnung bekommen also dass ich nicht mehr so furchtbar viel dann für die Wohnung tun muss sondern ja also dass man sich dann alles etwas einfacher macht

209: ich sag mal vom Typ her oder ja und in einer Gesellschaft wo tja durch die Uhr bedingt wird man ja auch immer ne jedenfalls immer getrieben ... oder man setzt sich ja auch selber irgendwo unter Druck ne dann dann muss das Mittagessen fertig sein weil der Mann ja dann da und da hin will oder ... ja ne jetzt musst du noch eben die Wäsche wegbügeln oder oder solche Dinge ne ... ja, das ist eben so ne

239: aber ich denke mal ich hätte im Vorfeld hätte ich viel viel mehr tun können und ich hab's nicht gemacht, weil das von meinem Glauben her du bist die Vorgesetzte und du kannst hier nicht äh krank machen ich ich in in den einundzwanzig Jahren war ich zehn Tage krank

280: nein das ist nichts für mich (Lachen) (wenn Dinge nicht hundert Prozent, perfekt sind)

287: manchmal ist das schlimm ne oder wenn ich weiß dann zum Beispiel also so ein ganz blödes Beispiel (Lachen) wir haben die Gläser ausgepackt und einfach in den Schrank rein gestellt weil wir eben den Platz brauchten im Zimmer ja aber die Gläser sind noch nicht gespült ne, ja, das ist auch so was wo ich genau weiß im Hinterkopf du musst noch die Gläser spülen ne

295: aber es sind es gibt Dinge die (Stöhnen) ja da kommt man einfach nicht gegen an auch wenn man von hier oben weiß (im Kopf) ... es ist vielleicht so meine Art, keine Ahnung

316: ja also manchmal ja weil ich dann mir wie gesagt mir selber so einen Zwang mir auferlege tja (Stöhnen) also wenn ich dann meine ich hab alles gemacht ja dann fällt mir ein da im Schrank da ist noch ein Tuch und du wolltest das ja immer ausmessen daraus wolltest du noch irgendwas nähen und dann immer so dieses 'nein das musst du noch machen' und dann denke ich 'warum du musst das gar nicht machen und immer wieder fällt's mir ein nein in diesem Fach ist noch irgendwas nicht in Ordnung' ... furchtbar also mir geht das manchmal selbst auf den also auf den Geist ja aber ... tja tja machen Sie was gegen

326: ich hab mich schon vieles geändert also ich hab mich ich meine schon um hunderfünfzig Grad geändert wie ich noch so jung war da war ich total extrem noch viel extremer aber ... ich hab schon vieles gelernt durch die Kinder auch alleine da kann man nicht immer alles hunderfünfzig prozentig haben

### **Konflikte:**

154: die ganze Wurzel liegt bei mir in der Kindheit ja ich habe als Kind sehr sehr schwer körperlich arbeiten müssen ja ... also ich sag jetzt mal ne sieben- achtjährige ein Zentner Weizen auf dem Rücken und je nach jetzt vielleicht noch mal so drei vierhundert Meter zum Opa gebracht ... also jeden Tag schwere körperliche Arbeit ja wirklich wir hatten Landwirtschaft und ich habe jeden erwachsenen Mann ersetzt auf dem Feld ... und ich merke das in meinem ganzen Leben wenn's immer sehr sehr viel war dann ja dann kriegte ich Herzrhythmusstörungen ... ja und und (Stöhnen) ja und diese Dinge also das habe ich schon ein paar Mal so mitgemacht ich weiß das aber

1119: meine schönste äh Kindheitsgeschichte ne ich weiß nicht ob ich eine schönste Kindheitsgeschichte erzählen könnte dann erwisch ich mich dass ich am liebsten raus rennen würde ne aber ich bin dann im großen Kreis und kitzle dann was hin ... dann ist das gut ne ... ja ja ja weil das hab ich nie gehabt ... ja und dann merk ich erst mal so tja, lassen Sie uns lieber mal ein anderes Thema machen das ist nicht so gut jetzt

181: in xxxx (Stadt in Westdeutschland) wo ich war hatte ich auch sehr viel um die Ohren das war meine erste Stelle nach der Ausbildung und meinte noch alles hundertprozentig zu machen ist ja ganz klar man kommt von der Schule und jetzt muss es ja ne und da hab ich auch Tag und Nacht gearbeitet und dann kriegte ich plötzlich Herzschmerzen und dann bin ich zum Arzt und der hat mich dann erst mal gefragt 'ja was machen Sie denn in Ihrer Freizeit?' ich sag 'Freizeit ja wann hab ich denn Freizeit?' ich sag 'nö wie kommen Sie denn dadrauf?' ja äh und dann hat der gesagt 'ja wissen Sie was wechseln Sie die Stelle' ... und dann habe ich das auch sofort gemacht

192: ich wollte nur sagen äh es war jetzt nichts organisches körperliches sondern ich denke ja so mehr so diese Überanstrengung

219: das hat sich ja auch so ganz allmählich aufgebaut wenn ich heute so zurück denke ich meine ich war dumm äh (Lachen) aber diese Einsicht die hilft mir ja heute überhaupt ... ich kann mich erinnern einmal morgens um viertel nach sechs ich hatte meine Leute eingeteilt um sechs Uhr um viertel nach sechs ich sitze unten am Wäschezimmer es wird mir ganz komisch ich war richtig weg ja, hatte furchtbare Herzschmerzen, und hinten im Rücken war wie so ein Taubheitsgefühl ich denke 'Mensch' ich habe dann natürlich meinem Mann nichts gesagt denn sonst hätte der gleich geschimpft nach dem Motto ja dann geht'ste mal zum Arzt ne und so geht das nicht und du musst jetzt was für dich tun und und so das übliche und ich ich hab nur gedacht ne du darfst ja alles nur hier nicht fehlen das geht ja schon gar nicht ne na ja und so hat sich das natürlich all die Jahre aufgebaut und ich denke mal vielleicht ist auch so von den Wechseljahren dass die Psyche dann oder vielleicht dass dann die Psyche sich dann irgendwie gemeldet hat 'hallo so geht's nicht mehr' oder ich weiß das nicht

460: aber ich hänge da überhaupt nicht daran nein nein (an ihrem Elternhaus) also mir ist das lieber heute lieber gestern schon wie als morgen ... es war für mich also ich hab mich in diesem Haus nie wohl gefühlt

481: aber ich hab da keine Beziehung überhaupt nicht zu dem Haus ... es war eher eine Belastung für uns weil wir immer hin mussten weil da ein großer Garten drum rum

ist und mein Vater hatte dann auch noch Obstbäume eingepflanzt und Kartoffeln und weiß der Kuckuck was und Kaninchen und wir mussten natürlich immer dahin zum Arbeiten also wie gesagt, ich war froh als das Ganze zu Ende war

580: zu Beerdigungen gehen und dann, also das ist nicht das ist überhaupt nicht mein Part also lieber irgendwo schwer arbeiten den ganzen Tag aber das ist nichts für mich das kann ich auch gar nicht gut ne ... (T/ was passiert dann mit Ihnen?) ja! das fängt dann genauso an ne wenn ich dann in der (Lachen) in der Kapelle dann da sitze dann geht das los mit dem Zittern und fängt dann an erst mal ein trockener Hals und dann fang ich an zu schlucken und dann ja, dann gehen diese Beschwerden dann langsam los ne und ich bin dann ganz froh wenn wir dann wieder raus können und ein bisschen laufen und ja

#### **Ursachen der Erkrankung:**

173: ja ich sagte der Körper+ ist irgendwo wenn ich das so als Laie beurteilen müsste bin ich irgendwo ausgelaugt schon lange ne nur wie gesagt im Laufe der Jahre gut ich habe geheiratet ich habe Kinder bekommen und da fing das schon an ja? da war ich auch schon hier in der xxx (Klinik) mit mit unmöglichen äh Symptomen wo keiner mit mir was anzufangen wusste ja?

#### **Beziehungen:**

359: wir sind ja schon seit neununddreißig Jahren verheiratet diesen Monat (Lachen) da da ist nichts mehr zu ändern (Lachen)

726: er wird jetzt fünfundsechzig

251: mein Mann der ist so eher der passive, Teil in unserer Ehe (Lachen) mein Mann interessiert sich da nicht so wirklich dafür (für den Umzug) ... er würde nie die Initiative ergreifen ... also auf die Idee käme er nicht aber das ist so eben das ist so seine ja seine Art

302: ja mein Mann ist ja total, locker ganz gelassen also der sieht so vieles total! anders wie ich ... aber das ist vielleicht auch die Gegensätze wo man sich anzieht (Lachen)

345: mich stört das dann immer wenn er dann zu unseren Bekannten geht und sagt 'hach ja und das hab ich gemacht und das hab ich noch und' und dann denke ich 'ganz ruhig bleiben ganz! ruhig nur jetzt nicht sagen' ne weil ich hab dann die Idee ich meine er muss sie dann ausführen

659: ich denke mal meinem Mann geht's immer gut (Lachen) ... ja der ist ja schon lange in Rente und ich ich bin jetzt seit drei Jahren in Rente jo och meinem Mann dem geht's immer gut da Sorge ich schon dafür dass es dem gut geht (Lachen)

668: mein Mann der ist überhaupt nicht so ein bisschen feinfühlig

706: ja ja es ist er ist sehr passiv

739: also mein Mann ist nicht fordernd überhaupt nicht fordernd ... gar nicht er ist mit allem zufrieden ... er nimmt er nimmt alles hin so wie er's dann kriegt so ist es gut ne

711: ja ja ja das stimmt +schon (dass er – ihr Ehemann – sich vielleicht auch ein bisschen zu wenig um Sie kümmert) ... also es brodelt dann sehr lange bis ich das auch schon mal sage, äh dann geht es auch mal ne kurze Zeit gut oder andersrum, ja und dann ist alles bald wieder in alten Bahnen ne ... das ist ist ja wie gesagt in einem gewissen Alter kann man einen Menschen ich denke mal nicht mehr umkrepeln

757: also manchmal ist es schon anstrengend, manchmal dann denke ich schon danach daran, vielleicht hätte ich es einfacher wenn ich alleine wäre ... ja doch doch ja ist schon äh öfters der Fall weil ich auch einige kenne die alleine sind und, tja aber ich weiß ja nicht wie's dann wäre also wenn ich alleine wäre (Lachen) also ob ich dann auch zufrieden wäre ne ... also es ist manchmal schon sehr anstrengend also für mich

793: (Trennung vom Ehemann?) ne so ernsthaft aber wie gesagt eher so ein Gefühl schon ne

797: auch bevor wir umgezogen sind also der saß da am Computer machte seine Spielchen interessierte sich für absolut nichts ... ja also ich war oh ich war geladen ich hab ich hab so gut wie nichts mehr gesagt ich hab ich hab ihn nur angeguckt ich sag und dann merkte er also dass es wirklich an der Zeit war aufzustehen und in den Keller zu gehen oder was zu tun ja,

809: ach und bei jeder und bei jeder Kleinigkeit muss ich dann sagen wie gut er dann war dass er schon alles hoch (Stöhnen) zwei und ich hab so geschwitzt und zwei Kartons hatte er schon eingepackt und ich musste dann immer sagen ja wie toll das alles von ihm ist och ... ja! ganz genau immer so das Zuckerchen abholen

840: das war früher auch anders ich muss auch sagen er ist auch jetzt in den letzten Jahren so geworden ... seitdem er zu Hause ist in Rente, absolut total abgeschaltet ich weiß gar nicht er sitzt hier wie auf einem Planeten wo er gar nichts mehr machen braucht (Lachen) ... also irgendwie ist das alles so jo, er lässt sich's gut gehen ne

912: ja zu unserer Tochter sehr gut (der Kontakt) die arbeitet übrigens hier in der XXX (Klinik) (...) da ist sie Krankenschwester

916: zu unserem Sohn an und für sich auch (guter Kontakt) aber unser Sohn der ist sehr phlegmatisch ist sehr ähm ja sehr bequem ... unser xxxxxx der ist total anders ich weiß auch gar nicht nach wem er kommt überhaupt in der Familie der war schon als Kind ganz anders immer sehr ruhig sehr bedacht sehr klug aber nie was damit gemacht

932: der macht gar nichts beziehungsweise er xxxxxxxx (...) er hat zwar ne feste Anstellung

1006: ich hab nicht mit ihm (dem Sohn) darüber gesprochen es ist auch sehr schwer an ihn ranzukommen ... mein Mann der spricht da nicht drüber er kann nicht so mit ihm so ja ich bin da schon etwas anders aber unsere Tochter die versucht dann auch schon mal

44: weil wir sehr sehr viele Bekannte haben wir sind da sehr integriert in der in der Kirchengemeinde und äh auch so im wir sind im Netzwerk mein Mann ist da ehrenamtlich tätig und wir haben einen sehr großen Bekanntenkreis

900: und dann ist man zusammen man kennt sich man ist im Stadtteil und man ist eben auch nicht alleine auch ne und das ist auch ganz wichtig dass man sich anruft oder was vorbereitet oder einer hat Karten

905: viele haben auch so Schrebergärten dass wir uns da treffen also letzte Woche mal zum Reibekuchen essen und solche Dinge

### **Sinn und Aufgabe im Leben:**

689: wenn die Kinder aus dem Haus sind ja wen hat man dann? ja das ist ja dann der Mann dann ja ... und den versucht man dann natürlich zu betüteln und zu machen und zu tun und jo man freut sich wenn es dem anderen dann gut geht und, jo

### **Interessen und Hobbys:**

861: ins Kino sind wir ja ins Theater gehen schon mal wir haben einen großen Bekanntenkreis und da ergibt sich auch sehr viel ja kulturelle Sachen ... dass wir dann gemeinsam dann ja wir sind im Skatclub ich spiele selber nicht Skat aber mein Mann mit einer bestimmten mit vier Ehepaaren im Skatclub und dann sind wir mit fünf Ehepaaren im im im äh ja im Kegelclub ... und dann haben wir noch so einen



Spielenachmittag auch noch mal mit drei Ehepaaren und da ergibt sich auch sehr viel wir gehen zum Beispiel ein mal die Woche schwimmen äh immer donnerstags vormittags aber das ist wieder eine ganz andere Gruppe da sind wir auch so so reingerutscht

873: das interessiert meinen Mann da ist er natürlich Vorreiter da geh ich mit wie gesagt für ihn für mich würde ich das für mich würde ich nie in so was eintreten weil mich das gar nicht interessiert

879: also Kegeln interessiert mich überhaupt! nicht aber da mein Mann gerne kegelt gehe ich natürlich dahin und es ist auch eine wunderbare Gemeinschaft also da ... das sind alles so Ehepaare also in unserem Alter und das ist alles, toll ne

890: Sie können mich totschiagen es interessiert mich einfach gar nicht ich ich spiele weil wir halt da sind

### **Körperaspekte:**

1386: das sicher so mit dem Alter klar dass man die Falten kriegt und dies und jenes nicht mehr kann und graue Haare hat und jeder guckt so nach dem Motto 'ach Gott was will die Alte?' ist klar ne aber es ist schon manchmal schwierig ein bisschen ... und manchmal denk ich 'oh Gott ich kann ja noch so vieles und deshalb ne jo' ... aber mh und ich merke in unserem Bekanntenkreis denen geht's ja nicht anders ja die haben ja auch mit diesen Dingen zu tun ... und da ist es so schon ganz gut und man muss man muss sich eben arrangieren und man muss sich halt sagen dass man eben nicht mehr so jung ist und ja das ist eben so so das Leben das ist der Lebenslauf

### **Sexualität:**

779: ja sie war nie ähm tja wie soll ich das sagen so sehr sehr aktiv mein Mann aber auch nicht ... ja jetzt im Alter ist es eben weniger geworden viel weniger ... also ich weiß nicht mein Mann der sagt an für sich nie was oder so, und für mich ist das okay

### **Alter:**

573: wenn jetzt die Knie verschlissen sind oder ja das ist ja ganz normal sag ich mal im gewissen Alter sag ich mal ne

767: also es ist manchmal schon sehr anstrengend also für mich jedenfalls so, vielleicht hat es auch etwas damit zu tun dass man eben auch so kräftemäßig dann dann schon langsam abbaut ne ... also ich merke schon ich bin halt nicht mehr zwanzig oder nicht mehr vierzig oder fünfzig ne ... das macht sich sehr stark bemerkbar und ähm ähm wird es schon manchmal ein bisschen schwer

1359: ja, es war schwierig, als ich aus dem Berufsleben ausgestiegen bin das war eine schwierige Zeit anfangs als ich jeden Tag merken musste, äh du hast nichts mehr zu bewegen du bist jetzt nur hier zu Hause und, äh also mittlerweile geht es ja also (Ausatmen)

1369: aber zu Hause da ist es ja egal ob ich jetzt die Betten mache ja oder nein wissen Sie das ist total uninteressant ... man man hat keine Entscheidung mehr zu treffen man ist, total weg! also ... ja also das ist mir war die erste Zeit schon schwierig also für mich war das sehr schwierig

1383: (T/ Sie fühlen sich abgemeldet?) ja ganz genau also total! vorne an ne

1480: ja positiv ist dass ich mich nicht mehr wie gesagt im Berufsleben also wie's im Moment draußen aussieht dass ich mich da nicht mehr auseinander setzen muss

1398: ich vergleiche das immer so mit meiner Mutter was die schon alles in diesem so in meinem Alter jetzt was die schon alles nicht mehr konnte und äh da bin ich doch im Grunde genommen noch ganz gut dabei

### **Alter und Zeit:**

1490: also das ist wirklich etwas Positives ja und dann finde ich positiv dass man sich den Tag einteilen kann oder reisen kann wo man möchte ne ... und ja an für sich so ja das ist schon schön wenn man nicht immer auf die Uhr gucken muss 'da musst du jetzt hin' oder ... (Lachen) das ist natürlich das Angenehme daran ... man kann also vieles selbst gestalten und sagen eben 'das will ich so oder das will ich so ... was ja so im Berufsleben früher eben ... als junger Mensch doch nicht so ging

1506: man kann alles etwas ruhiger angehen lassen

### **Zukunftsvorstellungen:**

1406: wir sind jetzt ähm ja umgezogen ... ja man läuft jetzt schon sage ich mal so sieben acht Minuten länger ... bis zum Zentrum dass man da die Geschäfte hat und, jo da überlegt man schon wie lange macht man das noch ... dass man denkt na ja wer weiß wie lange das noch geht wie lange man noch Autofahren kann wie lange wir das halt noch so machen können wir lange können wir noch den oder den besuchen

1429: also ich denke ich würde schon sagen wenn ich ganz ehrlich bin täglich dran - also nicht dass ich mir jetzt so sage 'oh Gott oh Gott' aber dass ich denke 'wer weiß wie lange du diesen Weg noch absolvieren kannst' und und ja also das ich denk mal das muss man auch man soll das nicht weit voran schieben

1446: also da bin ich schon die letzten Jahre die ganze Zeit da dran ja um das Ganze (die neue Wohnung) so ein bisschen auf altengerecht zu machen ne

1457: also wir haben das schon länger gemacht Patientenverfügung dass sie (die Kinder) auf alle Bankvollmachten das haben wir jetzt noch ändern müssen weil wir umgezogen sind wieder ... und auch Testament geschrieben und wie die Beerdigung sein soll und das ist ganz wichtig für mich

### **Äußerungen zum Gruppenprozess:**

1176: in der ersten Woche das war direkt nach dem stationären Aufenthalt ... hab ich ja darum gebeten dass ich irgendwie in eine Gruppe rein könnte das war mir ganz wichtig nicht nach Hause zu gehen und wieder in den alten Sumpf zu verfallen sondern dass man sich irgendwie sich mit anderen vielleicht austauscht oder was auch immer ich hab ja keine Vorstellung davon

1220: ja auf Distanz ja ja das war für mich also klar (aufgrund schlechter Erfahrungen mit der ersten Gruppe) ... und von Anfang an ... vor allem deshalb ... ich wollte deshalb auch nicht mehr groß geduzt werden und dies und das und wissen Sie? ich hab gedacht 'du gehst dahin um jetzt deine Probleme darzulegen oder vielleicht auch mal was zuzutun wenn andere wenn jemand anderes was vorträgt' ... dass man sagt 'mir ging's ähnlich oder ich hatte das Erlebnis' äh

1239: wir sind uns zwar alle so ein bisschen einig gewesen oder jemand eine Dame hat die Initiative ergriffen mal zu sagen ... wir sind nicht genügend in die Tiefe gegangen wir haben zwar über so belanglose Dinge gesprochen ja so Tagesablauf oder so bla bla

1154: Stress mit dem Ehemann hat der den Unterhalt nicht zahlt oder so das hat mich dann natürlich jetzt nicht tangiert ... weil ich natürlich nicht in dieser Situation bin ne

1078: man hatte sich dann oft an so Dingen festgehalten wo ich gedacht hab 'mein Gott das ist doch jetzt egal oder' mh also

1252: und äh dann hat die Dame dann zum Glück dann auch gesagt zu Frau Dokter xxxxxxxx ob sie denn nicht von sich aus auch mal so, uns vielleicht auch mal ein bisschen so uns dahin bringen könnte so im Gespräch oder oder vielleicht mal nachhakt ja? ... weil wir gar nicht in der Lage waren so in der Gruppe ... auch mal in die Tiefe zu gehen wie sie dann auch sagt ... und da hat sie auch recht

1262: ich denke die Gruppe begann dann erst als ich ausgestiegen ist so ein bisschen auch mal hier und da was anzutasten ja ... was vielleicht sehr unangenehm war aber im Grunde genommen sprachen wir wirklich halt nur so über oberflächliche Dinge

1295: es hat vielleicht auch immer mit der Zusammensetzung mit den Personen zu tun ... oder wie die erzählen ja manche sind sehr zurückhaltend und andere die also in dieser ersten Gruppe waren viele junge Leute die haben auch viel erzählt so ja so impulsiv einfach mal und ich konnte mich da in sehr viele Dinge hineinversetzen

1329: also ich denk mal wenn ich noch mal wählen dürfte oder sollte ich würde mich natürlich dann eher für ein Einzel- eine Einzeltherapie entscheiden ... ich weiß jetzt auch nicht ob das was bringt also ich hab dann wieder ich bin ja auch nur Laie ja Sie haben da ja mehr Erfahrung wie ich ... aber ich denke mal nicht mehr in einer Gruppe das ist vertane Zeit ja ... also für mich vielleicht hätte ich dann lieber äh sage ich mal so Stunde zwei ... geballt und dann vielleicht vier fünf mal hinter einander und dann ist es erst mal gut aber wenn man so ein ganzes Jahr wissen Sie man läuft ja jede Woche dahin ... im Grunde genommen man fährt wieder nach Hause und denkt 'ja warum weshalb warst du eigentlich denn da also irgendwo'

### **Äußerungen über die Gruppe:**

1026: ja gut also ähm ich habe gemerkt in der Gruppe es ist ja alles schön und gut man kann ja viele Dinge miteinander auch vergleichen dass man sagt 'ach mir ist es ähnlich gegangen' und so weiter aber ich habe immer nach dieser Gruppe immer ziemlich fertig und zwar von dem Zuhören was andere haben, mich hat das dermaßen belastet ich war immer ich sag mal, zwei drei Tage also immer irgendwo total daneben

1033: also ich weiß da saß ich mal da spielt der Name ja jetzt keine Rolle mehr neben einer Dame die erzählte aus ihrer Kindheit da Schläge vom Vater und und dass sie da eben so ungerecht behandelt worden ist, also glauben Sie ich kann's bis heute nicht verstehen dass ich nicht raus gerannt bin ja das war so belastend für mich wissen Sie da wird alles so so aufgewühlt so ich meine jeder hat ja so das alles erlebt und ich möchte das auch nicht jede Woche wissen Sie so wieder auffrischen ... was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja ... es war schlimm genug und ich also ich möchte da nicht immer rumrühren, also selbst wenn andere erzählen ja man man findet sich ja in irgend einer Geschichte wieder ja das ist ja egal ob jetzt einer Schwierigkeiten mit der Mutter hatte oder was weiß ich was immer ist ähm ja +also ich fand das ... eher für mich belastend

1055: also ich wie gesagt ich hab dann halt gedacht komm warum musste Dir das jede Woche antun und man ist da schon hingefahren so nach dem Motto 'oh Gott wer weiß was es diese Woche wieder gibt' ja

1061: nein wem soll ich das da sagen?(dass ihr das alles: die Gruppe, zu viel ist) also nein nein also ich denk mal das war auch nicht der richtige Ort also es hat mich einiges gestört zum Beispiel als diese Gruppe ins Leben gerufen worden ist wir hatten uns kennen gelernt, an einem Nachmittag und dann hatten wir uns auch vorgestellt und dann warf sich dann irgendwann die Frage auf wie wir uns denn ansprechen ... mit Vornamen mit Sie oder du und ich hab dann gleich gesagt ich möchte gerne gesiezt werden ne und das fanden alle ganz schlimm ganz furchtbar und, äh ja gut man ist dann darüber hinweg gegangen das war auch okay und dann irgendwann mal jetzt so zum Schluss hieß es ja man könnte ja auch gar nicht so in die Tiefe das Gespräch machen weil wir uns ja noch nicht alle duzen und ich meine ich wusste ja genau dass ich damit gemeint war, und da hab ich gedacht 'musst du dir das eigentlich alles antun? musst du eigentlich hier eigentlich Rede und Antwort stehen warum und wieso? das willst du doch alles gar nicht' ja

1089: man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern

1092: und versuche für mich die (Kindheitserinnerungen) äh weg zu schieben das ist vielleicht nicht richtig

1249: wir haben über alles gesprochen und haben nur nicht über das was uns tatsächlich bedrückt hat

1337: ich denke mal nicht mehr in einer Gruppe (evtl. in Einzeltherapie) das ist vertane Zeit ja

#### **Beendigung der Gruppe:**

5: ich hab+ das ja abgebrochen ... und ich hatte ja schon bemerkt oder irgendwann oder oder so oder irgendwie war das ja ... und dann hat sich das irgendwie ergeben ich weiß auch gar nicht wieso und dann war das auch vor den Osterferien also ich bin da ...(T/ ja wie geht's Ihnen denn?) äh jo gut würde ich sagen (Lachen) ja also jetzt nach der Gruppe äh ist es mir nicht anders gegangen wie während der Gruppenzeit

1133: ja ja da waren schon so verschiedene Sachen wo ich dann gedacht habe 'ne das musst du jetzt nicht noch mal erleben' ne ... denn das hat manchmal so weh getan ... auch so so äußerlich also dass ich gedacht hab ne also jetzt (Lachen) ich war immer ganz froh wenn die Stunde dann vorbei war

1144: für mich war das eher sag ich mal erzählen Sie das bloß nicht der Frau Doktor xxxxxxxxx um Himmels Willen ... (Lachen) ja also eher so so ein Martyrium also praktisch so so jede Woche wieder da hin wissen Sie so?

#### **Äußerungen über die Therapeuten:**

1309: mh (Pause: 00:00:06) ja ähm das kann kann man so nicht sagen Sie waren bestimmt nicht schlecht nur wie wie ich schon eben sagte man hat vielleicht zu viel Zeit vertan um die Gruppe vielleicht auch dahin zu bringen ... wo man sie vielleicht gerne gehabt hätte

1315: ja ich meine ich weiß jetzt nicht welche Rolle äh die beiden gespielt haben oder spielen sollten ... das weiß ich nicht aber ich denke mal ja wir waren ja quasi die die Akteure ... ne oder das war sicherlich so gemeint aber, es ist ist so schwierig zu sagen also jetzt nichts gegen gegen die beiden oder gegen die Frau Doktor, xxxxxxxxxxxxxxxx da war das ähnlich sie hat nur wenn sie dann gemerkt hat dass wir eben lange da saßen und und nichts sagten das war dann immer so am Anfang der Stunde dann hat sie schon was gesagt oder ich ich weiß nicht ich denke es hat halt was mit der Zusammensetzung der Gruppe ... zu tun gehabt

### **Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

1085: ja ich denke mal in dem Moment man wird ja gezwungen ähm an diesem Nachmittag oder in diesen Stunden äh ja doch darüber nachzudenken was, wie's denn mal gewesen ist sag ich mal in der Kindheit meistens oder viel rührt es ja auch von der Kindheit her oder klar man denkt schon darüber nach 'wie war's bei dir' oder 'ja wie ist es', oder äh nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind gewesen ... und versuche für mich die äh weg zu schieben das ist vielleicht nicht richtig ja aber ähm ... es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie das kann man ... ja nicht ungeschehen machen das ist gewesen und äh ich versuche das weit weg zu tun in die hinterste Schublade am besten spricht mich da niemand drauf an

## **6.8 Frau I**

### **Aspekte zur Biographie:**

77 Jahre; geschieden; alleine lebend; eine Tochter, Sohn verstorben; arbeitete über 30 Jahre in einem Theater, geht noch regelmäßig zu den Premieren

### **Aktueller Gesundheitszustand:**

66: ich kann mich wieder bewegen ich kann was unternehmen ich kann verreisen was ich damals alles nicht konnte ... es ist jetzt schon ... so normal für mich  
101: und ich hoffe das kommt nie wieder (die Nackenschmerzen und Verspannungen von der Wirbelsäule) ... das ist mein großer Wunsch (leises Lachen)  
116: die Gesundheit das ist das war halt also da bin ich zufrieden

### **Kernaussagen:**

446: in der Gruppe war das für mich so also ich wollte nie gern im Mittelpunkt stehen ich wollte nicht gerne reden, nicht weil ich so mundfaul war oder weil ich nicht mitmachte ich war da schon also in Gedanken sehr aktiv

450: aber ich hatte einfach Schwierigkeiten in der Gruppe mich so zu äh, zu öffnen und äh so vieles darzustellen ... das ist mir in der Gruppe schwer gefallen

460: das ist immer so gewesen eigentlich dass ich mich nie! in den Vordergrund gestellt habe ... sondern lieber mich etwas zurücknehme ... das ist in mir so sicherlich ist es anerzogen

226: was immer ich so mache dann äh denke ich 'hei ja es hätte noch besser sein können und ....so toll ist es nicht'

220: (lachen) weiß ich nicht ich bin immer ... letztlich bin ich nie ganz zufrieden mit mir (Besondere Fähigkeiten)

497: ich fühlte mich vollkommen! klein, und fühlte mich ja ja in der Gruppe, so ganz hinten .... alle Welt sieht mich ne

### **Selbstaspekte:**

214: ja das+ ist natürlich schwer sich selbst zu beschreiben ... die nicht so positiven äh sind einmal dass ich nicht so sehr geduldig bin

221: ja und mein Selbstbewusstsein das ist nicht so sehr stabil für mich ... ja das könnte besser sein

225: wenn ich gebraucht werde ich kann zum Beispiel sehr gut zuhören ... ich kann mich einstimmen auf mh den Menschen ... das ja das kann ich

230: (T/ was können Sie gut?) (lachen) weiß ich nicht ich bin immer ... äh letztlich bin ich nie ganz zufrieden mit mir ... was immer ich so mache dann äh denke ich 'hei ja es hätte noch besser sein können und ... so toll ist es nicht'

### **Konfliktmuster:**

276: ja das ich mich immer wieder zurückziehe dann ... dann ziehe ich mich zurück und dann (T/ mhmh und wann passiert das? An welchen Punkten ziehen Sie sich zurück?) (p:00:00:05) ja also wenn ich zum Beispiel in schlechte Stimmung gerate ... dann äh kann es mir passieren dass ich also, eher ein Treffen äh mal nicht äh wahrnehme (...) ich meine wenn ich also in schlechte Stimmung gerate zum Beispiel ... dass ich dann nicht äh unbedingt äh ja irgend jemand treffen will oder oder Ablenkung suche sondern ... sondern dass ich mich dann zurückziehe

291: (T/ und was löst bei Ihnen solche schlechte Stimmung aus?) ja dass gibt's manchmal das passiert halt ... das passiert halt ... mhmh da gibt's jetzt nicht unbedingt so bestimmte Anlässe ... na ja wenn's wenn's irgend welche äh äh schlimme Dinge sind also dann äh ... das ist das muss dann natürlich dann auch wieder runter da bin ich nicht sehr stabil mehr das hab ich also ... schön öfter mal gemerkt ... wenn irgend welche Sachen passieren dann ... ha dann denke ich 'mein Gott das das kannst du kaum mehr aushalten' ... aber ich fang mich dann auch wieder

438: (T/ mhmh (p:00:00:05) mhmh also da blieb Ihnen dann auch nur der Rückzug) ja natürlich (als der Partner bei der anderen Frau blieb)

### **Beziehungen:**

411: der wichtigste der äh wichtigste war ja eigentlich mein Ehemann ne, aber ähm danach gab's dann noch mal ne Verbindung und äh das war so auf Distanz ... und äh ja das war, auch schwierig

428: und dann war es so dass also, mein Partner das dann nicht mehr so eingehalten hat ... sondern äh, dann hatte er ne andere Verbindung und äh ja und dann ... dann das war insofern so enttäuschend weil nun eben also die andere äh Verbindung da die da bestand äh dass die Frau dann da einzog und äh, dann auch da blieb

118: ja familiär+ das ist ne äh meine Tochter hat also, mit in ihrer Ehe Probleme ... aber das hat sich jetzt auch etwas gelöst und die beiden haben also für einander eine Form gefunden wie sie miteinander umgehen und das ist jetzt also ... (T/ und dadurch sind Sie auch entlastet?) ja ich fühl mich dadurch natürlich auch entlastet ne

372: (T/ mhmh mhmh äh ne Partnerschaft haben Sie nicht?) nein ... ich könnte mir schon vorstellen aber so so äh ja mit getrennten Wohnungen und so das könnte ich mir vorstellen ... mit gemeinsamen Interessen ja zum Beispiel zum Verreisen ... das wäre natürlich ne wunderbare Sache ... es hat sich nicht ergeben mehr und äh ... also ich streb das auch nicht +an ... es müsste passieren

403 (T/ (Lachen) mhmh, ja (räuspern) ähm wie lange sind Sie jetzt ohne Lebenspartner?) ach schon ewige Zeiten (leises Lachen) es ist ganz ganz lange

**Interessen und Hobbys:**

150: ich bin eher ein Abendmensch als ein Morgenmensch und also das ist da lass ich mir ganz viel Zeit morgens ... ja und dann äh hab ich so dann mache ich zweimal in der Woche mache meine Gymnastik ... dann hab ich noch ne andere Gruppe wo so ein bisschen Atemübungen und so was ... und ja und darüber hinaus das sind also schon drei Termine die in der Woche sind und dann ja dann, irgendwas mh ein Treffen mal mit Freunden und so also ich mache mir mein Leben schön

244: ja ich reise gerne ich reise gerne ... nicht so um irgendwo in der Sonne zu liegen oder so was das nicht also da möchte ich schon was sehen und was erleben

345: also ich gehe immer noch ins Theater ich hab ... meistens äh kann ich eine Premierenkarte kriegen ... und äh ich bin da also schon dem Theater noch sehr verbunden

**Körperaspekte:**

359: „mhm+ ja ich komme jetzt ganz gut damit aus ... ja ja es gab schon schlimmere Zeiten wo ich also wirklich äh das als sehr beschwerlich alles betrachtet hab ... diese diese körperlichen Beschwerden die die auftreten wenn man älter ist ... ja ja die Einschränkungen aber das äh ne das hab ich irgendwie ja ich hab's einfach, es ist für mich in Ordnung so +wie es ist

**Alter:**

683: und was das Alter anbetrifft muss ich sagen dass ich es soweit geschafft hab, ... dass ich also so alt geworden bin inzwischen und dann auch noch mich also ganz gut bewegen kann ... und eben auch noch ein bisschen leben kann was mir Spaß macht ... (T/ ja also Sie können das sehr schätzen und auch +genießen) ja+

**Alter und Zeit:**

321: also ich denke jetzt wo ich, sehr! viel älter bin und äh, ja ... denke ich es hat damit zu tun dass ich auch dann Zeit! habe ... viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

676: und ich habe eben jetzt ein bisschen mehr Zeit ... mich auch ein bisschen mit Malerei! zu beschäftigen

**Alter und Öffentlichkeit:**

744: ja viel ist doch negativ ... dargestellt also, auch was Altenheime und so was anbetrifft ... das das ist ja nun also fast beängstigend ... ich kenn zum Beispiel äh zwei Heime ... und äh ja also das wurde schon sehr! gut geführt ... und ich kenne auch noch ein anderes ... und äh das fand ich auch sehr! gut also da hätte ich mich wenn! ich dann in so einem Zustand wäre da hätte ich mich dann glaube ich auch wohl gefühlt

**Zukunftsvorstellungen:**

641: und ich hab mir auch mal Häuser angesehen und hab mir Wohnungen angesehen ... die schon altengerecht waren ... ja und das war also alles nicht mein Geschmack und die Vorstellung mich jetzt da schon hinein zu begeben ... ne das wollte ich nicht ... also das ist jetzt so, wenn's dann soweit ist

657: und ich hab das auch mit meiner Tochter besprochen ... und ich denke, ja so ist es richtig

626: ich möchte bleiben so lange es geht (in ihrer nicht altersgerechten Wohnung) ... und äh dann werde ich sehen falls es dann falls ich dann, äh in die Situation komme wo ich also rein körperlich gesehen, nicht mehr, da leben kann ... dann würde ich das machen (eine andere Wohnung bzw. betreutes Wohnen)

694: ja das macht mir schon manchmal Angst ... diese Ungewissheit wie wie wie schnell kann kann's passieren dass du dann so gebrechlich wirst ... ja ich habe Freundinnen also Freundinnen mit denen ich darüber rede ... und auch mit meiner Tochter ... also das schlimmste wäre natürlich wenn ich dann also so so ein Pflegefall wäre ... das wünscht sich natürlich keiner ... jeder hat Angst davor aber ich denke dass ist halt normal wenn man ... so ist das wenn wenn man älter wird

### **Äußerungen zum Gruppenprozess:**

169: und äh es war manchmal sehr strapaziös

188: ja manchmal war es schon ein Prozess zum Beispiel auch dieses Erkennen ... äh meine Mängel die mir ja auch dann aufgezeigt wurden ... und das ist ja das war ein bisschen, unangenehm ... und ich bin oft aus der Gruppe gegangen also ich war sehr aufgewühlt ... und war äh ja, weiß ich nicht manchmal hatte ich das Gefühl ich will gar nicht mehr hingehen ... ja es war schon belastend ... es war schon oft belastend

205: also ich muss sagen also dass es ist nicht nur die Gruppe war die Stunde war sondern auch das zog sich dann auch also fast durch die ganze Woche wo ich immer wieder mit den äh Themen oder mit den Gedanken, dann beschäftigt war ne (T/ ah ja mhmh also das war eine sehr intensive +Auseinandersetzung) ja+ ja

564: ich hatte ja nicht so viel Erfahrung mit mit Gruppen und äh ... weiß ich nicht es es war immer am Anfang war es immer so, eine Stimmung mit der ich nie so ganz klar gekommen bin, äh es war ein Schweigen ... und dieses Schweigen das war so belastend und das war für mich auch manchmal ganz am Anfang war es wie wie ein Fragezeichen ich fühlte mich irgendwie muss ich jetzt was tun? muss ich jetzt was machen? ... also es war es war ganz ganz hart

575: also+ das hätte ich mir also ne Hilfe gewünscht wir haben später mehrmals darüber gesprochen (über das anfängliche Schweigen) ... und äh na ja, es soll uns na ja es sollte uns aktivieren ... und es war es ist aber vielen so gegangen den meisten glaube ich ging es so dass also dieser Anfang war so schwer immer wenn's dann einmal im Fluss war dann ging es dann ... dann war es nicht so schwierig und da ich! ja nie die erste bin ... habe ich mich auch nie getraut da den Reigen zu eröffnen (Lachen) ... das hab ich nie gemacht, aber äh manchmal habe ich gedacht ja es wäre hilfreich so ein Wort so, und äh Herr Doktor xxxxxxxxxxxx der auch manchmal die Gruppe allein geführt hat ... der hat das dann wenn er das allein machte dann hat er das gemacht mit so mit einem Wort 'na was haben Sie heute mitgebracht' oder ... es war ein! Wort und das genügte dann

728: ich hab's dann auch bewundert wie dann also, wie Krebskranke dann damit umgingen ... mit ihrer Krankheit ... also das fand ich schon, ja das ist schon bewundernswert

800: man hat mir manchmal gesagt 'ach Du machst auch nicht richtig mit Du machst auch nicht äh Du öffnest Dich nicht' und das Gefühl hatte ich für mich nicht aber es kam eben wohl anders rüber



### **Äußerungen über die Gruppe:**

171: und ich hatte auch manchmal gar nicht so das Gefühl dass die Gruppe äh das unbedingt richtige ist ... ich hätte manchmal gerne auch so ein Einzelgespräch gehabt

504: und das hat mich dann dann! hat mich auch diese Gruppe gestört ... insofern gestört dass äh also, ich fühlte mich vollkommen! Klein, und fühlte mich ja ja in der Gruppe, so ganz hinten

517: nein nein es war ja nun also alle Welt sieht mich ne

521: das war immer so ein ein Punkt der mich also manchmal manchmal! war das so strapaziös für mich wenn ich dann rauskam, dann war ich ich fühlte mich ganz ganz schlecht

534: nun ja also da auszusteigen das hätte ich da bin ich eigentlich nie auf die Idee gekommen ... ich bin manchmal mit einem schlechten! Gefühl gegangen manchmal bin ich, ähm lustlos gegangen aber so nicht hingehen ... das wäre mir jetzt nicht in den Sinn gekommen nun auszusteigen

### **Äußerungen über die Therapeuten:**

487: ja mit Frau Doktor xxxxxxxxx also das war immer sehr äh, ja hilfreich einfach ...äh sie hat ja was sie mir sagte war immer genau! auf den Punkt ... und es war natürlich auch für mich manchmal äh äh es war dann manchmal unangenehm es war schmerzlich es war äh ich fühlte mich äh, ja schon wieder erkannt, oder es passiert schon wieder ... aber sie hat mich nie! so in in eine Situation gebracht wo wo sie wo ich mich so klein gemacht bewusst klein gemacht fühlte ... sie hat einfach mich verstanden und das war, das war ganz ganz großartig

### **Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

126: also das hab ich wirklich gelernt, auch in der Gruppe gelernt ... dass ich da nicht helfen kann ... ich kann bereit sein immer bereit sein ... wenn sie (die Tochter) mich braucht aber von mir aus kann ich da nicht, viel machen

165: (T/ verändert in Ihrer Lebensqualität?) ja sicher auch durch die Gruppe natürlich es waren immer es bleibt immer was hängen

176: aber im großen und ganzen äh so im Rückblick kann ich dann schon sagen also ich habe vieles, gelernt ... gar nicht so mit dem großen Aha-Erlebnis sondern ... es es es ist einfach ja

544: ich würde es auch noch mal machen denn ich setz mal voraus alles wäre so wie es auch damals war ... dann würde ich es wieder machen ... aber, äh es war auch für mich dann abgelaufen ... die Zeit war dann auch zu Ende

782: ich bin froh dass ich das gemacht habe dass ich die Erfahrung gemacht habe, in der Gruppe ... (T/ und Sie konnten die auch nutzen) natürlich hab ich das ... ich hab Ihnen ja meine Schwierigkeiten geschildert ... aber dennoch, äh hat mir das ... also schon einiges gebracht

## 6.9 Herr J

### **Aspekte zur Biographie:**

64 Jahre; 39 Jahre tätig in der selben Firma, zuletzt als Geschäftsführer, Insolvenz der Firma, jedoch gute finanzielle Absicherung; 40 Jahre verheiratet, 2 Söhne, hat die Kinder streng erzogen; spielt Golf und Tennis; seit 2 Jahren rezidivierender Hautkrebs, Panikattacken, Ängste, negatives Denken, aktuell noch Übelkeit

### **Aktueller Gesundheitszustand:**

605: und augenblicklich habe ich sehr ... sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und ... wie sagt man so schön hier in xxxxxxxxxx (Stadt im Großraum Düsseldorf) kotzerich ... und äh schlecht und und und auch wenn ich morgens aufwache wieder dann merke ich erst bin ich ganz ruhig, und wenn ich dann einen Moment wach bin ... dann fängt das Herz wieder mehr an zu schlagen ... also zu bubbern, und dann ... fängt es mit den Gedanken

630: und jetzt habe ich wohl Gallensteine ... ob davon diese diese ewige Übelkeit kommt ... kann ich nicht beurteilen+ ... die normale+ Internistin sagt immer 'psychosomatisch'

663: und dieses dieses leere Aufstoßen äh das habe ich eben auch wenn ich nervös bin ... wenn ich unter Druck bin

874: außerdem, habe ich seit zwei Wochen seit zwei Jahren äh Hautkrebs ... auch wieder eine Geschichte die mich drückt ... ich habe schon, ein paar Melanome gehabt ... und äh die man dann immer rechtzeitig gesehen hat ... und geschnitten hat

893: früher ich habe sechzig Jahre keinen Arzt gekannt ... und dann seit dem +prasselt es ... nur so auf mich nieder

218: es ging hauptsächlich um Panikattacken Ängste ... und ich sage mal im Prinzip auch ein negatives Denken ... das negative Denken ist ... ist stärker geworden würde ich würde ich heute sagen ... so! negativ wie ich zum Teil heute ... die Sachen, sehe ... äh habe ich sie auch in der in der Tagesklinikzeit noch nicht gesehen

1226: im Moment kann ich nicht mehr, bin ich richtig ein bisschen down

2016: dass es mir im Moment eben nicht so gut geht ... ich fühl mich nicht so toll jetzt

### **Kernaussagen:**

408: ich habe, tausend Gedanken ich wachte morgens um fünf Uhr auf und hatte tausend Gedanken und kam nicht mehr raus ... ich habe mich versucht zu entspannen und es ging nicht

454: tausende von Gedanken

383: und das alles! zusammen (Insolvenz der Firma, in der er 39 Jahre tätig war) äh hat mich dann veranlasst doch ... irgendwo hierhin zu gehen (in die Institutsambulanz) ... weil dann ich doch mir sehr viel Gedanken gemacht habe im Vorfeld auch schon, was ja nicht ausbleibt, äh auch finanzieller Art Gedanken ... mein Gott was wäre wenn?

718: und dann hat der Sohn eine Eigentumswohnung in xxxxxxxx (Stadt in Norddeutschland) gekauft da sind wir auch so unglücklich mit, mit dem Bad neuen sind wir unglücklich da mache ich mir auch ein bisschen Gedanken

755: der jüngere hat jetzt geheiratet (...) und da waren natürlich auch wieder ein paar Gedanken ... auch wieder ... 'macht er es jetzt wirklich richtig?' oder oder ... 'steht er jetzt voll dahinter?'

775: die Eltern machen sich ja immer Gedanken ... meine Frau noch viel mehr als ich ... und belastet mich dann natürlich auch wieder ... weil ich meine sie macht sich zu viele Gedanken

789: sie ist sowieso nicht die Gesundeste (die Ehefrau hat Migräne) da mache ich mir auch immer Gedanken ... 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so?

1258: alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst ... wie kommst Du alleine noch klar

### **Selbstaspekte:**

1025: Charaktereigenschaften?+ man beschreibt sich selbst ... +nicht so gut ... früher habe ich immer geglaubt ich bin ein sehr, einfacher Mensch, also einfach in dem Fall dass man mit mir eigentlich, prima zurecht kommen kann ... oder auch kommt

1042: ich habe sonst, eigentlich kein Problem, kommunikativ ... oder emotional irgendwo mit mit Leuten um zu gehen

1047: ich bin sicherlich immer, harmoniebedürftig ... auch innerhalb innerhalb der Familie sehr stark

1059: also irgendwo bin ich schon suche schon die heile Welt oder oder oder ... ne heile Welt, in dem Fall aber aber nicht die Konfrontation ... dann versuche ich eher Kompromisse zu machen und versuche, und versuche nach Wegen wie man das denn wieder hinkriegen könnte

1172: ich bin immer mit dem Eigenlob so schlecht oder (T/ ja jetzt dürfen Sie das (beide lachen)) ja ich bin eigentlich so so wie ich eben auf Ausgleich äh eigentlich bedacht bin, äh pflege ich den eigentlich auch ... und äh, was soll ich sagen? (+p:00:00:08) also ich ich ich stelle keine besonderen Ansprüche ich bin bin zufrieden mit meinem Leben ... bin auch zufrieden mit meiner, meiner Umwelt und mit meinem Tagesablauf an und für sich

1202: (im ehemaligen Beruf) also da liegen sicherlich Qualitäten ... im kaufmännischen Bereich ... sicherlich sehr

1208: ich bin eigentlich immer sehr gut äh auch mit dem entsprechenden Wissen und und ... und einer gewissen, Skepsis an Dinge rangegangen die Geld betrafen ... und hatte eigentlich immer, ja natürlich auch Glück dabei ... und Glück und Geschick wie das immer so ist und damit auch sehr viel auch sehr viel Erfolg ... und deshalb muss ich auch mit meinem Leben zufrieden sein ... was ich im Moment eben nicht bin weil zu viel Unruhe ist und ich gar nicht mehr dazu komme, zu relaxen auszurufen

### **Ängste:**

1263: ich habe meine Mutter im Altenheim gesehen ... zwei drei Jahre wo ich jeden Tag manchmal drei mal hin musste oder gegangen bin, äh da muss ich wiederum sagen, mein Kernsatz ist so also hier aus meinem Haus tragt Ihr mich nur heraus wenn

es wirklich nicht mehr geht ... freiwillig in ein Altenheim gehe ich nicht ... das macht mir schon das macht mir schon Angst

1280: das war für mich schon schon schlimm (seine Mutter im Altenheim zu sehen) ... schon schlimm ... so mit dem Gedanken 'da landest Du mal' äh da komm ich weiß Gott nicht klar (T/ und wie gehen Sie mit solch einer möglichen Perspektive um?) äh (Stöhnen) im Moment noch mit Verdrängung (Lachen)

#### **Druck:**

975: ich habe auch äh im Grunde überhaupt keinen Grund zu klagen ... nur die Belastung zum Beispiel jetzt aus dieser, Mieterecke ... und und aus Hauseigentümerecke ... das ist schon manchmal doch belastend

1377: aber ich nehme es (Insidon) dann doch vorsichtshalber dass ich sage dem Druck muss ich entgehen dann kann ich auch ein bisschen was nehmen ... und ich weiß auch von mir eigentlich, dass ich wenn ich das Gefühl habe ich brauche es nicht es sofort auch wieder weglass

#### **Konflikte:**

1420: das ist was (die strenge Erziehung seiner Söhne) was ich dann vielleicht auch von meiner Mutter hatte ... die so ein bisschen ... ein bisschen bestimmt war ja bestimmt und streng war ... sie meinte sie wollte immer das Beste und Gute und ich kann ihr eigentlich gar nicht so groß viel vorwerfen ... aber viele Dinge die mich, äh belastet haben in den letzten zehn Jahren

1431: sie ist dreiundneunzig geworden äh, die haben mich schon richtig belastet ... da habe ich immer gesagt, 'ganz schlimm! ganz schlimm also irgendwann bringe ich meine Mutter um ich halte das nicht mehr aus so' ... so so emotional äh und wenn man das sagt das kommt bei mir auch emotional manchmal schneller was raus und und wissen Sie wenn irgend was wenn ich vor der Situation stehen, würde ... dann könnte ich das sowieso nicht weil Gewalt kann ich überhaupt nicht ab ... das käme vielleicht aus der Emotion dass ich sage 'verdammst noch mal' (T/ ja aber dass Sie doch ganz schön Groll und) ja ja (T/ Wut) ja ja (T/ empfunden haben ja mhmh) ja

#### **Ursachen:**

256: und Ursache dieser ganzen Geschichten sind sicher welche auch die weit zurück liegen ... also mutterbedingt ... ziemlich, energische Frau ... äh, die auch schon sehr viel Arbeit hatte und immer für mich gesorgt hat et cetera aber mich dann auch geklammert hat irgendwo ... äh das ging so weit dass dass äh sie vor allen Dingen irgendwann nach nicht so langer Zeit der Ehe äh dann auch gegen meine Frau ständig wettete

278: und dieser dieser ständige Druck (gepresste Stimme) von ihr ... war ging nachher soweit wenn das Ge- das Telefon klingelte habe ich gesagt 'da gehe ich nicht mehr dran das ist meine Mutter' (...) also es war kein schönes Verhältnis mehr

#### **Beziehungen:**

1133: ja wie ist meine Frau? äh wir sind seit wir kennen uns seit über, vierzig Jahren zweiundvierzig Jahre wir sind dieses Jahr vierzig Jahre verheiratet ... und ich habe immer, wie wie heißt das so lapidar äh eine ich würde fast sagen perfekte Ehe geführt also perfekt hört sich gelackt an ... eine schöne Ehe geführt ... sehr äh gefühlsbetont

und und auch äh ich sag mal jeder vom anderen, äh äh äh lernt und sieht und hört ... und bekommt mit und reagiert und agiert und, äh jeder freut sich mit dem anderen  
1455: meine Frau äh spricht sehr viel (unterdrücktes Lachen) das sind ein- ganz einfache Dinge ... also wenn wir zu Bekannten gehen und wir verabschieden uns dann äh unterhalten wir uns erst einmal eine halbe Stunde an der Tür ... dann sitze ich schon im Auto und ... ja ich bin auch schon mal hundert Meter weggefahren damit sie wirklich merkt ich meine es ernst ... äh das ist was öh was mich, äh stört an ihr aber öh, ich sag das ist ... Null Komma Null eins Prozent an ihrem ganzen Wesen prinzipiell also ne äh sie hat so viele gute und schöne Seiten

1482: was mich sonst noch stört an ihr, ja wir haben wir haben jetzt aufgrund der ärztlichen, äh des ärztlichen Rates äh sie hat einen ganz anderen anderen Lebensrhythmus ... also verstärkt in den letzten Jahren sogar aber immer schon gewesen ... ich war jemand der stand früh auf sie kam nie morgens raus sie ging aber abends, nie ins Bett und ich musste früh schlafen gehen ... solange ich sie kenne das sind nun über vierzig Jahre wie gesagt, war das immer schon so ... und dann haben uns auch die Ärzte gesagt oder mir vor allem 'Mensch lassen Sie Ihre Frau die hat einen ganz anderen Biorhythmus'

1506: sie schläft bis um halb elf ... dann ist sie wach vielleicht, und wenn ich Pech habe schläft sie auch bis elf

1391: vielleicht dass ich zu meinen Kindern auch ein bisschen bestimmend, war ... in der Erziehung, vor allem bei dem Älteren ... der ja auch nicht mehr ganz so klar und gut zurecht kommt weil er selbst auch wieder so ... vor allen Dingen zu meiner Frau ist der manchmal sehr, ruppig sag ich jetzt mal vom vom Wort her ... und äh der zweite ist ganz anders, ist eben wie das oft so ist nicht so streng erzogen worden ... wie der erste und da ist das auch eine Portion anders ist das lockerer ... und der ist auch äh mehr Sonnyboy

### **Interessen und Hobbys:**

816: mir war immer sehr wichtig der Sport ... weil ich weil ich da ein Ventil habe ... da konnte ich raus da war ich weg ... da habe ich keinerlei Belastung gemerkt ... da konnte der Druck ... so groß sein wie er wollte, das war weg für mich beim Sport und hinterher ging es mir dann auch immer gut so also Sport ist für mich ... auch immer noch sehr wichtig

832: im Winter spiele ich Tennis (...) ja also Tennis und dann spiele ich ... hauptsächlich Golf

910: dann gehe ich in den Garten ...ein bisschen

928: wir sind früher viel mehr gereist als heute ... aber Reisen natürlich immer noch ... also so acht Wochen im Jahr oder sind da schon drin

966: dann gehen wir tagsüber ein bisschen spazieren ... ich gehe mit meiner Frau schon mal einkaufen äh oder kaufe auch selbst ein und das ist es eigentlich schon

1240: ich spiele ganz gut Golf ich spiele auch ganz gut Tennis ... macht mir natürlich auch Freude und ist für mich eine innere Genugtuung, dass es so ist

### **Körperaspekte:**

1255: (T/ welches Verhältnis haben Sie denn zu Ihrem Körper?) zu meinem Körper (Lachen) ein ganz normal vernünftiges

### **Alter:**

1881: älter werden ist nicht grundsätzlich positiv kann ich sagen

1901: weil ich oft merke dass dass Dinge die an mich herangetragen werden die mich auch belasten dass ich die nicht mehr so gut verpacke ... erstmal nehme ich das nicht mehr so so ruhig auf auf wie früher ... und und reg mich auch schneller auf selbst am Telefon ... ich kann das nicht mehr so gut verpacken ... ich schließe das wiederum auf's auf's Alter

1915: ich merke auch dass ich teilweise äh äh Sachen jetzt schon mal irgendwo hinlege oder machen wollte dann gehe ich raus und dann denke ich 'mein Gott Du hast das doch irgendwie Du hast das doch aufgeschrieben' ... so dann werde ich richtig krr da werde ich richtig nervös ne ... also ich schliess' das auf's Alter auch ein bisschen Vergesslichkeit nicht mehr so gut behalten können ... es ist alles ein bisschen ... nicht so positiv ... ne ganz gefällt mir das nicht

1152: ich freue mich also mehr wenn ich Geschenke machen kann als wenn ich welche bekomme ... ich kann mich nicht mehr richtig freuen vielleicht weil ich alles habe, mag ja sein ... ist das altersbedingt? ich weiß es nicht

#### **Alter und Öffentlichkeit:**

1978: früher habe ich das ja weg geschoben ... weil es berührte mich ja auch gar nicht warum auch? da waren auch noch ich weiß nicht wie viele Jahre dazwischen ... und heute äh zwangsläufig als Rentner ... und eben auch, mit Altersproblemen auch äh konfrontiert ... nimmt man das liest man eben auch schon mal was äh wo ich früher einfach darüber hinweg gegangen wäre und wo ich auch sagen muss, es belastet ist vielleicht ein bisschen zu viel aber es regt mich schon auf ... und und bevor ich mich dann aufrege sag ich dann äh 'das lese ich überhaupt nicht durch ändere ich sowieso nicht' ... ich ich kann der Sache sowieso nicht ausweichen die auf mich zukommt die gesetzesmäßig ablaufen die vorbereitet werden äh von daher versuche ich dann ein bisschen den Verdrängungswettbewerb anzugehen ... und sag das verdränge ich und ... das brauche ich nicht ... da muss ich mich nicht mit belasten

#### **Zukunftsvorstellungen:**

1844: ich gesund lebenslustig ... beweglich ... aktiv ... das könnte ich so, alles unterschreiben ... nicht+ im Sessel sitzen nur und nichts tun! weil da weiß ich das bekommt mir nicht! ... also schon wieder auch dahin kommend noch ein bisschen mehr Sport zu machen ... zum Beispiel mal wieder ins ins ins Studio zu gehen ... aber auf jeden Fall, ein bisschen mehr äh äh sportlich wieder mehr tun ... weil ich hab ja eigentlich den ganzen Tag zur Verfügung ... zwar eigentlich aber Sie wissen ja selbst, Rentner und Zeit ist ... ist ein Thema für sich (Lachen) genau

1951: Zukunftssorgen ... habe ich eigentlich keine ... das betrifft höchstens ... ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod ... oder vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein ... wenn man den Partner nicht mehr hat ... das sind so die drei Dinge die ich dann die ich dann auf auf auf das Alter ... projiziere

#### **Äußerungen zum Gruppenprozess:**

165: und äh, für mein Dafürhalten sprach man nur zu wenig ... bis bis, bis da mal was kam

204: aber ich bin trotzdem äh äh weiter auch hingegangen das war aber erst so zum Schluss als ich das dann so bemerkte, äh weil ich es grundsätzlich nicht schlecht für mich fand ... es kommen überall äh äh Dinge auf ... wo man denkt 'ah ha, die machen das so oder oder sind da so mit umgegangen et cetera' ... so und deshalb bin ich da weiter +hingegangen

789: sie ist sowieso nicht die Gesundeste (die Ehefrau hat Migräne) da mache ich mir auch immer Gedanken ... 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so? aber das sind schon Dinge die auch in die Gruppe jetzt hinein flossen und besprochen wurden

1098: aber ich leide dann genau das ist auch ein Punkt (wenn er meint, sein Sohn hat eine Fehlentscheidung getroffen) das man mir auch in der Gruppe jetzt fünfzig plus schon mal gesagt hat ... äh äh, wieso regst Du Dich eigentlich auf? wieso machst Du Dir Gedanken dass die da zu zweit einziehen und die Bude nur nur äh äh siebzig Quadratmeter ist? aber mit mit großer Terrasse ... das ist doch nicht Deine Sache, haben sie recht aber es geht nicht ... aber eigentlich sie haben recht er ist erwachsen, sie sind beide erwachsen ... trotzdem, ziehe ich mir es an

1652: (persönliche Position in der Gruppe der Tagesklinik) so als als, äh als als guter guter, guter äh Ansprechpartner und und und, äh auch dass die Teilnehmer, also die die anderen Patienten mit mir sehr gerne, kommuniziert haben und das angenehm fanden dass ich dabei! War ... so das Gefühl hatte ich

1670: (in der Gruppe 50+) so ja abwertend abwartend bewertend beobachtend ... äh aber ein Urteil darüber zu finden wo ich da stand ... kann ich nicht, kann ich nicht sagen

1690: da war dann eine Dame äh ich weiß schon gar nicht mehr wie die hieß die hat glaube ich in xxxxxxxx (Stad in Asien) gelebt ... ich weiß nicht mehr also da dann gab es dann schon einige Berührungspunkte die dann eben auch gleich waren ... zum Beispiel

1716: ich hab dann nur einfach, eben spontan mal mich vielleicht mich mal eingemischt indem ich gesagt habe 'also ich verstehe eigentlich die ganze Aufregung nicht' also ... also wenn dann jeder ein kleines bisschen vorher darüber nachdenkt bevor er emotional da, oder auch ein bisschen zurücknimmt und das dann abhakt ... und hier nicht immer wieder herkommt und sagt 'das war nicht so ... oder es war doch so also ich sage bis hierhin und jetzt ist Punkt und jetzt ist der Fall erledigt'

1728: (T/ aber dann waren Sie vielleicht doch der, Vermittler?) ja ... kann kann schon sein ja (T/ also Sie waren doch hier auch ein bisschen bestrebt Harmonie) ja (T/ zu stärken) ja bestimmt ... bestimmt ja

### **Äußerungen über die Gruppe:**

678: nö da ging es mir eigentlich in der ganzen Zeit ging es mir eigentlich relativ +gut (während der Therapiezeit)

1577: wenn ich zu der Gruppe so ja was soll ich dazu sagen? Auch, äh für mich war es einfach wichtig oder oder oder, gut zu hören was so andere für Probleme haben und ... und damit zurecht kamen, und dann hab ich wieder für mich zum Teil gedacht 'mein Gott, so schlecht geht es Dir doch eigentlich gar nicht'

1588: aber ganz so gut geht's mir scheinbar auch nicht wie ich jetzt so immer feststelle ... das macht mir auch Sorge, und deshalb meine ich dass so eine Gruppe sicherlich ganz gut sein könnte, äh um da eben auch drüber zu sprechen und um um dann auch ein bisschen entlastet zu werden ... ja so im Austausch weil ich das wie gesagt immer gut fand

### **Äußerungen über die Therapeuten:**

1598: und die Frau Doktor xxxxxxxxx hatte mir ja auch mal angeboten äh, mal! wäre das kein Problem so aber äh auf das mal werde ich sicherlich noch mal versuchen zurück zu kommen und ich würde das schon gerne haben weil ich denke das hilft mir schon sehr ... weil si+e mich auch kennt und sie kennt ja nun sie kennt ja die ganzen Storys ... und ich war auch mal mit meiner Frau hier und ich höre immer ihren Satz 'Ihre Frau ist eine ganz starke Frau' sagt sie mir das höre ich die ganze Zeit (unterdrücktes Lachen) ... sie hat gesagt 'sie ist ganz stark lass sie lieber, lass sie lieber machen ... kümmere Dich nicht drum reg Dich nicht auf ne lass sie es so machen wie sie es macht ne'

1767: ja gut ... Frau Doktor xxxxxxxxx kannte ich ... sie macht das macht das ja, sowieso sehr souverän ... und ich ja von ihr war ich einfach begeistert und ich weiß auch dass dass, äh andere Kursteilnehmer wie gesagt noch mal zurückgehend auf die Tagesklinik auch ... eigentlich sehr begeistert von ihr waren, sie war für mich eine Ansprechpartnerin äh der ich auch absolut alles sagen konnte ... und äh, ja weiß nicht, Mutter- Mutter- äh (Lachen) äh wie sagt man äh? (T/ Übertragung?) das das war sicherlich nicht aber äh sie hat ja äh selbst Familie und Kinder und und ich hatte das Gefühl die Problematik die ich ihr gegeben habe, oder die ich für mich erkannt hatte oder nicht wusste, ob es relevant war ... dass diese Dinge bei ihr gut aufgehoben waren

1797: (T/ okay mh mh und mit dem Therapeuten der Gruppe?) hatte ich ja wenig zu tun ... ja ja der saß im Prinzip ja mehr, mehr dabei ... aber da hab ich genauso keine Probleme gehabt ... äh ne äh da eigentlich habe ich auch keine Probleme mit gehabt, er hat nur ein bisschen provokativer gefragt ... vielleicht

### **Fortschritte und Nutzen aus der Therapie:**

204: das war aber erst so zum Schluss als ich das dann so bemerkte, äh weil ich es grundsätzlich nicht schlecht für mich fand es kommen überall äh äh Dinge auf wo man denkt 'ah ha, die machen das so oder oder sind da so mit umgegangen et cetera'

1791: und dass sie (Frau Dr. xxxxxxxxx) mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte ... der mir dann auch geholfen hat ne ... die Dinge anzugehen anders anzugehen, wie 'lassen Sie doch Ihre Frau schlafen' so

1620: ja das habe ich schon+ so gesehen (dass die kontinuierlichen Sitzungen für ihn auch hilfreich waren) anfangs habe ich gedacht ich brauche das nicht ... aber ich denke das wäre, wäre ganz gut gewesen wenn da noch mal wieder was, gekommen wäre (eine neue Gruppe bzw. eine Fortsetzung)



## 7. Äußerungen der Therapeuten

Wie in der Einleitung in Kapitel 1.1.4 „Aufbau und Gliederung der Dissertation“ beschrieben, befasst sich dieses Kapitel 7 mit den Äußerungen der beiden Therapeuten vor allem zum zweiten Behandlungsjahr der Therapiegruppe „Belle Epoque“. Ihre Einschätzungen und Wertungen, aber auch ihre Kritik und weiterführenden Überlegungen werden in diesem Kapitel thematisiert und dokumentiert.

Die Interviews mit den beiden Therapeuten fanden anhand eines teilstrukturierten Leitfadens statt; auch dieser wurde während der Gespräche flexibel gehandhabt und bot somit auch Raum für spontane Rück- bzw. Verständnisfragen (vgl. Kapitel 3.2.2: Ablauf der Interviews).

Die Äußerungen der beiden Therapeuten werden zunächst getrennt voneinander nacheinander vorgestellt, um Schwerpunkte der jeweiligen Interviews verdeutlichen zu können. Nach dieser Dokumentation werden spezifische Themen, Gemeinsamkeiten bzw. Unterschiede nochmals explizit behandelt.

### 7.1 Aussagen von Herrn Dr. A zur Therapiegruppe „Belle Epoque“

#### **Erinnerungen an die Gruppe:**

5: ja ich kann schon sagen die Gruppe hat mir Spaß gemacht äh das war, ja eigentlich eigentlich mindestens in zweierlei Hinsicht etwas Besonderes diese Gruppe, eben zum einen das was uns hier interessiert dass es ältere Patienten waren äh ne deswegen kriegte die ja auch das war jetzt mehr so der der Arbeitstitel ne „Belle Epoque“ dass sie diesen Namen kriegte und damit eben diese Altersgruppe gemeint war fünfzig bis, siebzig so plus minus äh aber das andere war eben auch dass ich die mit der Frau xxxxxxxx zu zweit gemacht habe ne was ja auch nicht Standard ist bei uns muss man sagen ne dass dass wir mit zwei äh Therapeuten eine Gruppe leiten und ähm das macht es schon spannend ne? also ich hab auf die Weise sehr genau auch geguckt wie die Frau xxxxxxxx arbeitet und sie wird es von mir auch gesehen haben also von daher hat die Gruppe, Spaß gemacht kann ich sagen

#### **Haupteindruck über die Gruppe - Besonderheiten des Gruppenprozesses:**

32: also was mir auf Anhieb einfällt eben ähm was besonders war an dem Prozess, äh dass die äh die Patienten schon auch so eine besondere Haltung, mitbringen durch das Alter durch die Lebenserfahrung dass, ähm äh also was man so im im Therapeutenjargon ressourcenorientiert arbeiten nennt ich weiß nicht ob Sie den Begriff kennen ne das heißt äh da entsteht nicht irgendwie was Neues in der Therapie sondern die bringen einfach jeder jeder Teilnehmer bringt schon ganz viel Lebenserfahrung mit viel, viel Routinen wie man mit Symptomen umgeht wie man bestimmte Krisen bewältigt und und so ne? also dass dass man also viel mehr hat auf dass man so zurückgreifen kann

### **Unterschiede zu der Arbeit mit anderen Altersgruppen:**

444: das ist noch ein wichtiges Phänomen das das fand ich auf Anhieb angenehm äh mit ein bisschen Anstand aber dann auch, problematisch ähm ich fand diese Gruppe von Anfang an ähm sehr sehr viel höflicher, im Umgang mit einander ne ... als ich das aus aus jüngeren Gruppen kenne, also so äh so als ob eben jetzt unter diesen älteren Menschen Etikette viel! viel stärker äh na sagen wir äh auswirkt auf die Art wie man miteinander umgeht, die haben sich lange darüber auseinander gesetzt ob sie sich siezen oder duzen in der Gruppe und einige haben auch darauf bestanden gesiezt zu werden ne? ... also so dass äh das dann zwischen durch ein ganz schwieriges Gemengelage wurde ne so Du und Sie immer im Wechsel für uns Leitung war das leichter wir haben natürlich alle gesiezt ne aber unter einander die Gruppenmitglieder unter einander in einer jüngeren Gruppe ist es selbstverständlich die duzen sich und nach der dritten Sitzung äh werden die dann auch schon mal unfreundlicher mit einander ne so das äh das hatte da wirklich einen anderen Stil also dass man so positiv formuliert äh den Eindruck hatte die bringen mehr soziale Kompetenzen mit ... aber es hatte auch einen problematischen Aspekt eben äh dass dadurch Dinge Dinge nicht unausgesprochen bleiben ne also sozusagen indem man immer höflich und freundlich mit einander umgeht äh die Dinge die man wirklich denkt ja viel länger brauchen bis sie dann mal ausgesprochen werden

541: dass bei bei jüngeren Patienten ähm die Themen glaube ich noch sozusagen ein ein bisschen, man kann sagen pragmatischer sind ne also man hat ein Ziel irgend etwas zu erreichen für sein Leben ... also ich möchte wieder einen Arbeitsplatz finden oder ähm ich möchte wieder lernen mh, die und die Situation angstfrei auszuhalten ... und ich glaube ne eben so so diese äh diese kleinen kleinformulierten auch sagen wir mal operationalisierten Ziele die sind bei den den Patienten in der Altersgruppe ein bisschen im Hintergrund ne also da geht es dann wirklich mehr ums Grundsätzliche also vielleicht ja gut so was gibt es ein Richten auf das Leben nach dem, Beruf äh oder so das hat das hat auch noch mal so ein bisschen äh eine plan- planerische man hat eine planerische Richtung aber ich glaube das ist so ne also die äh diese übergeordneten Themen ne die eigentlich würde man jetzt sagen wir mal aus einer philosophischen Sicht sagen die eigentlich immer dahinter stecken die die treten auch ein bisschen mehr in den Vordergrund ne? so das Nachlassen der eigenen Ressourcen ... die Auseinandersetzung mit dem Tod, äh die Auseinandersetzung mit dem Verlust von von anderen Menschen, na das ist bei jüngeren Menschen auch so das ist das ein tragisches Ereignis aber auch ein besonderes Ereignis ja also dann beschäftigt man sich damit dass äh dass die Mutter gestorben ist und man hat aber das Gefühl die ist ja wirklich viel zu jung verstorben so ne? also es hat immer noch es hat dann immer noch so den den Charakter eines singulären Ereignisses mit dem beschäftigt man sich für die Menschen in der Altersgruppe wird es nun ja so was Allgegenwärtiges es kriegt einen anderen Charakter.

### **Wichtige Themen: spezifische Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen:**

188: das sind dann mehr so die Alltagsthemen ... da geht es nicht mehr um Symptome und das ist eben so auch in einer Gruppe ne also man redet nicht über die Beschwerden sondern man redet eigentlich übers Leben ... und äh ja und dann sind es die klassischen Unterschiede die Männer von der Tendenz her ein bisschen mehr über, ja die Bedeutung verlieren indem man nicht mehr im Beruf ist ... was macht man jetzt, und die Frauen mehr über die die Ablösung der Kinder ähm, es gab etliche in der Gruppe ich weiß nicht ob das ein Zufall ist ne aber äh ich sag mal ich muss mal an Globalisierung denken ... also wo die Kinder weit weit weg waren also ein Sohn in xxxxxx (Staat in Nordamerika) ein Sohn in xxxxxxxx (Staat in Ostasien) äh auch über ganz über Deutschland verstreut ne also ähm das war schon so ein gemeinsames Thema aber mit so ein bisschen einem Akzent dass mehr bei den Frauen aufkommt

ähm dass die Kinder weit weg sind und man sich eigentlich mehr! familiäre Bindung auch wünschen würde ... (das Thema Bindung war bei den Frauen schon stärker im Vordergrund als bei den Männern?) (p:00:00:08) ja ich zögere jetzt weil ich jetzt wirklich ich versuche sie noch mal durch zu gehen und ähm, ja kann man sagen doch nach einigem Nachdenken ja! ... ja

#### **Unausgesprochene Themen von Seiten der Patienten:**

471: das ist eine Frage die ich jetzt mit einem so großen Abstand, nicht nicht mehr so ganz sicher beantworten kann also ich ähm eigentlich würde ich sagen nein ... ich denke von den von den großen und schwierigen Themen, äh hat hat keines gefehlt, aber man kann auch schwer sagen wann ist so ein Thema abgeschlossen ne ... also Beispiel Tod, natürlich ne also geht es äh für jeden Menschen irgend irgendwie immer um das Thema Endlichkeit, ähm und äh für diese Altersgruppe ein bisschen mehr ne ... weil eben nur noch ein ein kleinerer Teil Lebenszeit übrig ist ja ähm das ist immer mal wieder Thema gewesen, man kann nicht sagen dass es gefehlt hat aber kann man sagen dass es erschöpfend behandelt worden ist? tja weiß ich nicht ne woran liest man das schwierig (...) was mir jetzt einfällt was äh was tatsächlich wenig Thema gewesen ist ist Sexualität das ist ja nun auch so so ein Tabuding ... Sexualität im Alter, das hat in der Gruppe jetzt muss ich mal überlegen, ne das ist wirklich das ist nicht wirklich Thema gewesen also doch ja! ... Sexualität im Alter das war das war kaum Thema mhmh

#### **Unterschiede zwischen den Frauen und den Männern:**

169: ja auf jeden Fall ... auf jeden Fall übrigens auch äh, ähm dass wir hatten durchgängig äh so ne so ne Sitzordnung (Lachen) auf der einen Seite die Frauen und auf der anderen Seite die Männer sitzen ... das hat das hat sich über die ganze Gruppe hinweg durchgehalten

134: das muss ich mir jetzt genau überlegen wenn ich die mal durchgehe, also, als als Paradebeispiel für enge klammernde Bindung fällt mir Frau E ein, ähm als Paradebeispiel für jemanden der eher Distanz braucht, und äh gerne auch mal das das Aggressive und Konfrontative einbringt fällt mir der Herr, F ein also ein Mann (Schnaufen) das ist eine Tendenz würde ich sagen ja! und es ich glaube dass dass auch das hat wieder was mit der der Altersbesetzung zu tun also dass ähm sozusagen die haben ihre die haben alle noch eine präfeministische Sozialisierung (leises Lachen) ... die sind in der Nachkriegszeit groß geworden zum Teil in der Kriegszeit äh wo glaube ich noch viel stärker eben so klassische Rollenverteilung zwischen Männern und Frauen Geltung hatten und trotzdem würde ich sagen wenn man genau hinguckt dann äh dann findet man in der Gruppe auch, die Kontrastfälle ne? ... also Herr D ähm ist jemand, der im Grunde nur in in ganz geringem Maße konfliktfähig ist also bis dahin dass er dass er Dinge von denen er fürchtet, Kontra zu kriegen in der Gruppe von sich selber erst mal zurückhält ... der sich wenig in die Gruppe eingebracht hat und eher so eher so eben den harmonischen ne also nach außen hin immer eben den harmonischen Weg geht Frau C ist jemand die äh gerne so richtig auf die Sahne haut (...) die war ja sicherlich auch so von den von den Redebeiträgen der Gruppe immer das Alpha das Alphamitglied die hat am meisten! geredet am meisten initiiert und auch gerne die die Mitpatienten angekoffert (...) das ist im Grunde was diese Geschlechtsrollen angeht eine gewisse Tendenz gibt aber auch die Kontrastfälle

#### **Bindungskompetenzen der Gruppenmitglieder:**

116: natürlich sind mir sind mir die aufgefallen also ähm aber ohne dass ich die jetzt in Zusammenhang mit mit der Alters äh konstellation dieser Gruppe sehen würde ähm

Frau E äh fällt mir als Beispiel ein äh sie ist jemand die äh, in in in den therapeutischen Beziehungen sagen wir mal etwas, eher Klammerndes hat ... ja also sich sich eng bindet da gibt es auch andere Beispiele ähm was sich auch darin spiegelt äh dass sie eine Ehe führt in der sie sich sehr an den Ehemann klammert ähm wenig wenig Raum hat Konflikte auszuleben ... da gab es andere in der Gruppe die sich da deutlich unterscheiden, also die sehr viel mehr Wert darauf legten Distanz zu wahren die auch mehr Potenzial hatten Konflikte in die Gruppe rein zu bringen zu konfrontieren also das was man sich in der Gruppe ja auch durchaus wünscht ne? also dass dass die ehrlich authentisch miteinander umgehen

### **Biographie der Gruppenteilnehmer:**

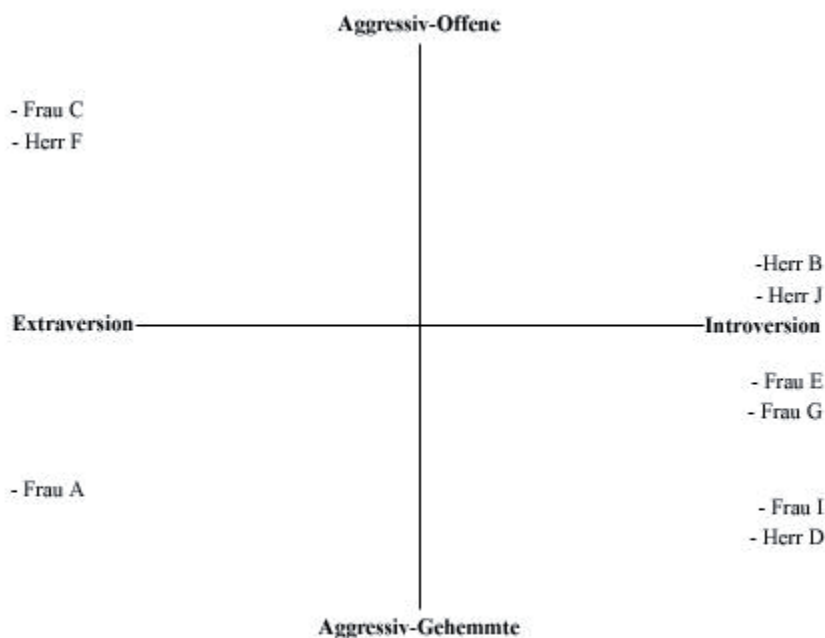
74: was mir äh ähm sagen wir jetzt aber mehr so zum Stichwort Biographie einfällt ist eine, sehr spannende Sitzung die wir hatten mal ähm, wo es um Gewalterfahrung ging (...) ich weiß auch nicht ob das, am Alter liegt aber was ich wirklich so speziell in dieser Gruppe erlebt habe ähm dass dass es für mich gelang dass in einer Sitzung alle alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen ähm über über Gewalterfahrung im Elternhaus sprachen, das hat sicher auch was mit der Generation zu tun dass da auch jeder da irgend was dazu sagen konnte aber dass man da! dann wirklich sehr klar auch unterscheiden konnte also zwischen welchen die hatten mal Schläge gekriegt wenn sie was angestellt hatten aber! ne das war eben so die wussten im Grunde schon so wenn sie den Streich gespielt haben dafür gibt's hinterher einen drüber ne also da war die Kontingenz ganz klar und dann gibt's welche die konnten zwar nachvollziehen wann wofür sie geprügelt wurden aber ähm, es war äh es kriegte dann so ne Eigendynamik ja ... der der Vater oder die Mutter verliert die Kontrolle und dann gibt's gab es die dritte Gruppe die es am schwersten hatten, wo die Gewalt überhaupt keinen erkennbaren Zusammenhang mehr hatte ne? also die sozusagen aus dem Nichts heraus Prügel kriegten sie wussten nicht wofür sie wussten nicht wann es aufhört ja so als als Kinder und (...) das war sehr eindrücklich das so im Kontrast zu sehen das war auch für die Patienten sehr eindrücklich die glaube ich eben jetzt diese diese Unterschiede äh bemerkt selber verstanden haben und sehen konnten dass das auch was, mit der Lebensgeschichte und mit dem Mensch, der sie geworden sind zu tun hat nicht und Frau G und Frau (...) E ja okay äh das sind eben wirklich das sind zwei die definitiv in diese letzte Gruppe gehörten die ganz schlimme, und und äh Übergriffe und Gewalterfahrung als Kinder gemacht hatten (...) es war wirklich verteilt also ähm die Zahl weiß ich jetzt nicht aber sagen wir mal es sind acht oder neun in der Sitzung dabei gewesen äh dann waren zwei in dieser Extremgruppe zwei oder drei in in der leichteren Gruppe und und ein paar in der mittleren Gruppe

66: Frau E und Frau G sind äh zwei also wo man wirklich sagen kann da sind auch schwere strukturelle Störungen die haben auch noch mehr Behandlungen gemacht als nur diese Gruppe mh äh nicht parallel aber aber eben in ihrer Geschichte insgesamt ne und das das sind zwei wo ich sagen würde da war einfach das das Gelingen des Gruppenprozesses da war da das Entscheidende

### **Typisierung der Gruppenmitglieder:**

225: ich hab so was im Sinn aber ich bin mir nicht ganz sicher wie weit das aufgeht also ähm ich finde einen äh eine eine Dimension ähm worin sich die Patienten eben sehr deutlich unterscheiden ist ja, psychologisch würde man sagen Extroversion Introversion ... also es gibt welche die sich äh sehr schnell sehr aktiv einbringen und es gibt welche die zurückhaltender sind sozusagen eher dann was sagen wenn sie gefragt werden, wenn man sie jetzt mal durchgeht ne dann wird dann würden Frau C und Herr F eindeutig in die extrovertierte Ecke gehören Herr B, äh wäre sozusagen das das das andere Extrem eben also jemand der nur dann was sagt wenn er gefragt wird ähm auch Frau I äh gehört so zu diesem Typus, die möchte gerne viel viel

beitragen aber es ist ihr immer schwer gefallen sich zu äußern, na ja so ganz haut die Typisierung nicht hin ne Frau A ist zum Beispiel ist jemand die hat sich in dieser Hinsicht sehr verändert ne sie ist am Anfang sehr unsicher gewesen sie hatte auch noch keine Therapieerfahrung ähm die ist aber eigentlich eher ein extrovertierter Typ ne also je länger die Gruppe dauerte äh desto offensiver wurde die und desto mehr hat sie sich eingebracht, mh ja und das andere ist ähm das finde ich jetzt aber das ist doch das ist im Grunde äh wenn man genau hinguckt eine andere Dimension ähm ich weiß nicht also, äh wie viel Aggressives ja ... also wie viel Konfrontatives bringen die äh äh Teilnehmer in in das Gruppengespräch rein ähm und ich glaube es hat ein bisschen auch was mit den mit den Bindungs- oder mit den Beziehungsbedürfnissen zu tun die dahinter stecken, und da habe ich ja auch schon gesagt also Frau C und Herr F ne die ich jetzt zu den Extrovertierten sortiert hab ... sind beides welche die viel konfrontieren ... Frau A würde ich sagen die ist extrovertiert äh aber die ist äh die kann das äh die kann das das äh Konfrontative das äh Aggressive nur ganz verdeckt ne? also die hatte ähm die hatte dann eher so ne Art mit so ner mit so einem Lächeln und einer schnippigen Bemerkung was los zu werden ... also sozusagen die musste das Aggressive immer verstecken immer einen Mantel drum machen wenn ich mir jetzt die Introvertierten begucke der B zum Beispiel ähm der konnte ganz gut konfrontieren also ich versuche nun auf der Seite der Introversion nun auch zwischen äh Aggressiv gehemmt und eher aggressiv offenen zu unterscheiden und äh dann würde ich den B so sortieren der konnte durchaus konfrontieren wenn er gefragt wurde ne, 'ich hab das aber so und so' ne dann eine eigene konträre Position einzunehmen ähm, Frau I zum Beispiel ja die die würde ich sagen ist eine die sehr viel Harmoniebedürfnis hat, ja die würde die würde dann ... praktisch in die vierte Kategorie das ist jetzt quasi so ein vier Felder-Schema ... was ich hier so (Lachen) äh, zeichne ne? die würde in die vierte Kategorie passen ... ja das ist jetzt interessant das ist jetzt wirklich so ad hoc entstanden ich bin nicht ganz sicher



**Schaubild 2:** Typologie der Gruppenmitglieder von Herrn Dr. A

**Bereicherndes an dieser Gruppe:**

417: ich finde es einfach spannend ähm Menschen zu haben die eben in einer Zeit groß geworden sind, die für mich Geschichte ist ne ... also ähm äh Erfahrungen aus äh Kriegs- oder mehr jetzt Nachkriegszeit zu hören ähm na ja so ein bisschen oral-history ja also das das äh finde ich ausgesprochen interessant ähm damit verbunden natürlich ähm also das ist das Angenehme

**Großer Therapiebedarf speziell in dieser Altersgruppe:**

379: ja auf jeden Fall ... also ähm ich bin ein bisschen ich bin ein bisschen skeptischer geworden jetzt im im Verlaufe des letzten Jahres sagen wir mal äh wie man wie man diesem Therapiebedarf gerecht wird ja also sagen wir mal aufgrund meiner ... späteren Gegen-Übertragung, aber auf jeden Fall der Bedarf ist da ne also äh wir haben diese Gruppe ja seinerzeit in kurzer Zeit zusammen gestellt rekrutiert also es gibt, viel Nachfrage in dem Alter das ist ganz klar ähm es hat sich in der Gruppe auch gezeigt dass es spezielle Themen sind dass es Sinn macht ne? ... sozusagen da was Altersspezifisches anzubieten wo es ne eben um diese Fragen postfamiliale äh Lebensgestaltung Berentung, äh Ausblick auf's Älterwerden Nachlassen der körperlichen Ressourcen ne ist ja klar ... es gibt ne ganze Menge Themen die äh die mit dem Alter zu tun haben mit speziell dieser Altersgruppe und, es gibt noch einen Grund äh sozusagen einen negativen Grund; (...) wenn Sie jetzt eine äh eine Gruppe machen die eben mit jüngeren Patienten besetzt ist die einen Altersschnitt von fünfunddreißig haben und da sitzt dann typischerweise einer oder vielleicht zwei dabei die sind sechzig die kriegen in so einer Konstellation natürlich auch immer bestimmte Übertragungen in der Gruppe ab und das ist auch nicht günstig ... also alles alles was an Mutter- oder Vatergeschichten dann entsteht ist klar ne dann entstehen innerhalb so einer Gruppe entstehen dann ungünstige Übertragungen und das entfällt wenn man so eine altershomogene Sitzung hat

**Gruppe war etwas Besonderes im Alltagsgeschehen:**

500: das ist vielleicht auch wichtig also dass ich eben manchmal schon, äh den Eindruck hab ähm, dass ist äh äh äh diese Gruppe ist so sozusagen ein bisschen so, ein bisschen ein Fremdkörper in dem ... Ensemble in dem was was ich ansonsten hier mache also ähm (p:00:00:05) sie hatte ne ne exklusive Ausstattung und auch eine besondere Bedeutung jetzt durch dieses diesen Forschungskontext drum herum, ähm aber es ist so ein bisschen so wie ähm, ja eben eben so so eine kleine Insel so eine kleine Oase die man reserviert (leichtes Lachen) und äh ja, also nebenbei! so so ist das das Ambulanzgeschäft hier und ähm die die Aufgaben die ich sonst so habe (...) und so äh also das ist dann schon irgendwie eine ganz andere Welt ne also so sagen wir da steht da steht die Gruppe doch so ein bisschen eben wie wie so eine Oase wie so eine Insel dar, und (p:00:00:04) das ist glaube ich auch wichtig zu sehen also dass äh das ist nicht so das ist nicht das Alltagsgeschäft das ist nicht eine das ist nicht eine von vielen Gruppen äh die ich hier mache und äh die die alle irgendwie wo für alle Gruppen auch gleichermaßen viel, Ressourcen innere Ressourcen und und Zeit und Aufmerksamkeit hier zur Verfügung stehen sondern das das war schon auch ein bisschen was Besonderes

**Schwierigkeiten des Gruppenprozesses:**

279: ich fang mal mit dem Schwierigen an ... im Grunde bin ich äh kann man sagen vertretungsweise in diese Gruppenleitung ge- gekommen damals ähm an sich wollte der Herr xxxxxx mit mit Frau xxxxxxxx zusammen die Gruppe leiten und dann wäre ich auch mehr jetzt sozusagen im im als als als Couch dieser Doktorarbeit äh gewesen ne und das wäre mehr meine Arbeit gewesen und dann hat sich dann ist der Herr xxxxxx versetzt worden von hier oben nach nach unten an die xxx (Klinik) und fiel

dann aus für für die Gruppenleitung und dann bin ich eingesprungen mh, und na ja und dann da fing eben die Schwierigkeit an das das heißt im Grunde es es kam auf die Weise jetzt eine Konstellation die Frau xxxxxxxx die ist äh Psychoanalytikerin ... ich bin auch tiefenpsychologisch ausgebildet aber ich bin Psychodramatherapeut (...) das ist ein Therapieverfahren was man was man speziell in Gruppen anwendet auch mit einer ziemlich aufwändigen Ausbildung also deswegen das, schon was ist was mich prägt ... und auch wo mein Herz dran hängt und das heißt, eigentlich habe ich mir vorgestellt und haben wir uns vorgestellt ähm dass ich, Elemente von Psychodrama auch mit in diese Gruppe bringe und das hätte geheißen mit Rollenspielen zu arbeiten ... äh wie so zu sagen wo man sonst in der Gruppe zusammensitzt und ein gemeinsames Gespräch führt ähm eben noch mal zu sagen jetzt können wir diese Situation die sie gerade ansprechen mal als Rollenspiel angucken wer könnte jetzt mal in die und die Rolle schlüpfen und und so weiter ... ich will jetzt nicht das ganze Psychodrama erklären aber ne das ist das ist so die Idee mh auch dass man sagt ähm handelnd lernt man einfach anders und und mehr als ... als wenn man nur redet über die Dinge, ja schönes Ansinnen aber das hat nicht funktioniert (leises Lachen) also ein bisschen glaube ich war's die Schwierigkeit dass ich das irgendwie mit mit der Frau xxxxxxxx auch die hätte das immer sehr gerne gesehen aber, ich war eben auch der einzige von uns beiden der mit dem Verfahren vertraut ist also das hätte ich irgendwie sehr doch alleine managen müssen und wir haben es einmal am Anfang der Gruppe probiert in einer Sitzung da ist es ähm mäßig gut verlaufen, muss man sagen und ähm es ist dann irgendwie darauf hinaus gelaufen dass es war jetzt so ein bisschen glaube ich auch aus meiner Sicht der Weg des geringsten Widerstandes dass ich auf's Psychodrama verzichtet hab ne? ... und wir diese Gruppe, tiefenpsychologisch geleitet haben beide, ne also das fand ich schwierig

#### **Übertragungskonstellationen:**

424: es ist auch nicht nur angenehm aber ich finde es auch einen Reiz! äh dass durch dieses Altersverhältnis ja auch zu mir als Leitung andere Übertragungskonstellationen ins Spiel +kommen ne (...) sie behandeln mich gelegentlich wie ihren Sohn (...) Frau A fällt mir ein Frau A ist diejenige deren Sohn in xxxxxx (Staat in Nordamerika) ist ne ... ihr Sohn ist ein bisschen jünger als ich de facto aber natürlich ne also sitz sitz sitz ich da als jemand der dann in dem Moment stellvertretend ist ... für ihren Sohn ne? und ne also wo sie wahrscheinlich insgeheim denkt ja die Frau xxxxxxxxxx ne also die Mutter von ne (Lachen) die hat's gut und wo mir gelegentlich meine meine Eltern, einfallen ne also äh die, wieder auch ein bisschen älter sind ne meine Mutter als jetzt die äh Personen in der Gruppe aber trotzdem ne also wo von meiner von meiner Warte aus dann eher Erinnerungen an meine Eltern auftreten

#### **Keine Gruppe mit Älteren mehr machen:**

329: ich muss hier auch ein bisschen weiter ausholen äh eigentlich im Moment meine Haltung ist dass ich äh eine solche Gruppe ja nicht, nicht noch mal machen möchte ... das ist ähm das das ist jetzt äh ein ein Satz nach dem Sie nicht gefragt haben (unterdrücktes Lachen) aber ich sag das mal ... weil das ist mir wirklich wichtig ... das ist ein Unterschied jetzt von von meinem jetzigen Eindruck äh zu dem wo ich das erste Interview gegeben hab ... dass mir im nachhinein äh diese Gruppe viel anstrengender geworden ist als als ich sie unmittelbar erlebt hab ne also so und ich weiß das vom Erzählen dass das der Frau xxxxxxxx genau so geht ne irgendwie im nachhinein, haben wir gemerkt wie wie schwierig eigentlich diese Gruppe war äh anstrengend auch, und ähm also für mich war mit einem bisschen Abstand auf einmal ziemlich klar dass ich das nicht noch mal machen will. ... (und woran liegt das?) (p:00:00:07) ähm, so hundert Prozent, kann ich das nicht erklären ich kann das ein bisschen

beschreiben also dass ähm, als als Gruppenleiter als Therapeut gehe ich ja auch eine Beziehung ein zu den zu den Teilnehmern ähm das heißt die die werden als Figuren irgendwie in mir selber auch lebendig und diese äh das ist das ist ein Prozess der über das Ende der Gruppe hinaus geht ... und und die Art und Weise wie wie diese Gruppe in mir weiterlebte, fand ich schwierig, ähm, vielleicht haben wir sie doch zu früh aufgehört das war ja nun auch ein bisschen jetzt das hatte was mit dem Forschungssetting zu tun wir hatten sie eh schon verlängert (leises Lachen) und nach zwei Jahren war dann klar jetzt muss sie aber wirklich aufhören (Lachen) ... also vielleicht hat es damit was zu tun äh mit so einem bisschen Abstand blieb so ein Gefühl über, ähm es ist noch nicht wirklich rund geworden ähm ja so sozusagen als ob die in mir weiterleben und sagen 'das war's aber noch nicht' (...) sagen wir mal das wäre so die leichteste die eleganteste Erklärung es mit (Einatmen) ... mit dem erzwungenen Ende der Gruppe (Ausatmen) zu erklären aber vielleicht ist es das auch nicht ne vielleicht hat es wirklich was damit zu tun dass es eben dass es eben ein bestimmtes Klientel war ... das ist schwierig ist äh also bei Menschen die so viel Lebensgeschichte hinter sich haben und wo es vielleicht so viele Sachen zu besprechen gibt also äh wie wie findet man da einen Punkt wo man sagt äh gut jetzt ist es gut ne es reicht ... und wo auch die die Patienten die Teilnehmer sagen 'das ist gut jetzt reicht's mir'

534: noch mal zu der Frage, äh des des Unabgestellt diesem diesem Gefühl der Unabgeschlossenheit also das eine, ähm dass dass mehr biographisches Material da ist und die frühen Erfahrungen eben auch schon viel länger zurück liegen das ist eine Art was ich gerade gesagt habe zwangsläufig eine Unvollständigkeit ... auch auch des des biographischen Rückblicks bei den Patientinnen und Patienten und das andere ja, dass äh dass bei jüngeren Patienten ähm die Themen glaube ich noch sozusagen ein ein bisschen, man kann sagen pragmatischer sind ne also man hat ein Ziel irgend etwas zu erreichen für sein Leben ... also ich möchte wieder einen Arbeitsplatz finden oder ähm ich möchte wieder lernen mh, die und die Situation angstfrei auszuhalten ... ne so mh, und ich glaube ne eben so so diese äh diese kleinen kleinformatierten auch sagen wir mal operationalisierten Ziele die sind bei den den Patienten in der Altersgruppe ein bisschen im Hintergrund ne also da geht es dann wirklich mehr ums Grundsätzliche

## **7.2 Aussagen von Frau Dr. B zur Therapiegruppe „Belle Epoque“**

### **Erinnerungen an die Gruppe:**

10: (p:00:00:05) welche Erinnerungen? es war eine zähe Gruppe, die sich sehr langsam entwickelte, aber wenn da irgend welche Erfolge waren waren die, um so, äh durch durchschlagender da freute man sich eben im besonderen

### **Haupteindruck über die Gruppe:**

14: ja hauptsächlich zäh es ging sehr langsam in allen Aspekten des Gruppalen voran

### **Unterschied zu der Arbeit mit anderen Altersgruppen:**

17: ja so das gruppale Verstehen und sich Verständigen untereinander und äh Gruppe zu bilden war hier langsamer und schwieriger als bei den anderen, Alterskategorien ... die Erwartung äh von diesen Älteren dass es irgend wie, autoritär von oben gemacht wird war viel größer ne die wollten ständig irgend welche Art Anleitung, und an der



anderen Seite hatten die mit ihren persönlichen Informationen sehr lange hinter dem Berg ... gehalten+ warteten immer bis die nächs- bis die anderen kommen ne

82: diese Gruppe war aggressiver als ... nach meinen Erfahrung mit den Jüngeren ... äh aggressiver im Sinne von, viel, Ungebremsten hatten sie kommentiert die, Sachen die die anderen sagten unter solchen normativen, Standpunkten ne ... so wie kann man nur oder so was macht man nicht ja ... (also schon offen aggressiv oder?) nja dann sehr offen aggressiv ... was aber natürlich nicht dem ganzen gruppalen Prozess nicht besonders gut tat weil äh ... das hat wiederum die eher Scheuen die versuchten dann sich zu öffnen wieder verschreckt ja ... so der Umgang miteinander so fürsorgliche im Sinne von fürsorglich mit Informa- tolerant und fürsorglich mit Informationen über das Leben der anderen! ... zu berichten das war schon schwieriger na da war diese normative äh hat überwogen statt dass man sagte 'aha interessant der ist so ... oder die ist so' ja

110: gleichzeitig waren die schon auch fürsorglich ... äh so auf einer Alltagsebene fürsorglich, dass die sich angeboten hatten zum Beispiel einander ins Krankenhaus zu begleiten oder so ... das ist ungewöhnlich ja solche Gruppen jüngere Gruppen gehen zwar Bier trinken aber so wirklich handfest, sich zu helfen das ist nicht so üblich (...) das war in dieser Gruppe schon vorhanden (leises Stöhnen) ja was noch? ... die waren sehr lange so Einzelkämpfer in der Gruppe (...) die taten sich wirklich schwer eine Gruppe zu bilden

533: die waren wenig gruppal ... insgesamt ja (Stöhnen), irgendwie wollten die nichts geben ... und hatten sie sich auch mit relativ wenig Nehmen letztendlich auf der Ebene des Auseinandersetzens mit den Konflikten ... zufrieden gegeben, muss man klar sagen ne so die wollten so eine Art Rezept ... dieses Rezept hatten die aber nie von den Mitpatienten erwartet ... dieses Rezept hatten die von uns erwartet ... und äh die Mitpatienten hatten die eher als gemeinsame Interessengruppe wahrgenommen die uns gegenüber die Ausgabe der Rezepte mit Nachdruck! Ver- verlangen kann ja so würde ich es sagen ... (und und wie haben Sie sich dieses Verhalten erklärt?) ja teilweise war es wirklich absolute, lebenslange Nicht-sich-Beschäftigung ... mit sich im Fluss ja ... sozusagen sondern eher so mechanistische auch mit diesem mechanistischen auch Medizinverständnis ja man hat also Halsschmerzen man kriegt ... ähm ein Medikament und dann wird es gut sein und ich weiß nicht ob bestimmte Selbstverständlichkeit der Patienten das hat sich natürlich schon geändert ja ... aber erstmals 'ich weiß nichts die Therapeuten wissen alles' ... und 'die Therapeuten müssen es uns geben das was die wissen' ... und 'das ist böse wenn die uns das nicht geben' ja bestimmte Verlorenheit wirklich dabei wie wie kommt es dass wir allein hier jetzt unsere Probleme allein natürlich waren die auch nie allein ja ... aber so fühlten die sich wenn die über sich erzählen sollten, wobei letztendlich haben es alle gemacht in mehr oder weniger, und dann konnten sie davon auch profitieren aber es war große Angst sich heraus zu zu wagen ja ... sozusagen mit ihrem Inneren sich da präsentieren riesen große Angst ne

374: natürlich gibt es Unterschiede und manche Leute haben mehr Ängste als die anderen aber äh die Jüngeren sind, gewohnt über sich zu reden ... und über sich nachzudenken und sich so wirklich ein bisschen psychomäßig zu sehen ja ... so mehr intrapsychische Welten auch vor sich irgendwie, offenbaren ... und vor anderen sowieso ja so in dieser Gruppe reden die Männer nicht untereinander über ihre Sorgen oder über wirklich intime Probleme ... und reden Frauen letztendlich auch nur mit Vorbehalt untereinander

206: die Männer die gingen an die Beziehungen mit den Frauen viel weniger ran und ... wenn dann eher versteckter das ist auch unterschiedlich Beziehungen sind Thema in jüngeren Gruppen immer ... hier war es eher so dass aber war auch aber eher so

bilanzmäßig wobei bei den Männern ging es darum dass die Frauen die ja ohne wenn und aber unterstützen ... und akzeptieren wie die sind, ja bei Frauen ging es mehr darum ob die sich auseinander setzen können oder nicht

#### **Andere Themengebiete in dieser Gruppe als in anderen Gruppen:**

189: es war spürbar, dass der, na ja Alter! hat eine Rolle gespielt Begrenztheiten die durch Alter und Krankheit ... entstanden sind, soziale Ungerechtigkeiten die durch Alter entstanden sind ne? bei denen ne die keinen Job mehr gekriegt hatten weil die schon so alt waren wie die waren ähm und viele Bilanzgeschichten die Frauen mit ihren Kindern 'habe ich es richtig gemacht oder nicht?' ... die Frauen waren alle getrennt außer einer ... die Männer, lebten alle in fürsorglichen Beziehungen ja so das war zum Beispiel auch Unterschied zwischen Männern und Frauen ... und äh da war bei den Frauen schon, solche Bilanz- ja 'wie war es mit dem Mann? warum ist es so so gekommen?' Frau A wollte ihren Mann total idealisieren obwohl er ein, sie auch ab und an schlagender Alkoholiker gewesen ist ja ... so so solche Geschichten, äh die Männer die gingen an die Beziehungen mit den Frauen viel weniger ran und ... wenn dann eher versteckter das ist auch unterschiedlich Beziehungen sind Thema in jüngeren Gruppen immer ... hier war es eher so dass aber war auch aber eher so bilanzmäßig wobei bei den Männern ging es darum dass die Frauen die ja ohne wenn und aber unterstützen ... und akzeptieren wie die sind, ja bei Frauen ging es mehr darum ob die sich auseinander setzen können oder nicht

#### **Wichtige Themen der Gruppentherapie:**

494: ja also das war wichtiges Thema die äh schon sehr intensiv in der Gruppe äh besprochen worden ist ob die Eltern immer Eltern bleiben ja oder ob die erwachsenen ... Kindern in Vierzigern ob man mit denen auch schon ganz anders umgehen kann ja ... offener, auch oh jetzt nicht nur also äh äh helfen bei Krankenhausauswahl sondern auch dass man sich wie mit gutem Freund unterhalten kann ne

#### **Zentrale Rolle einzelner Personen in der Gruppe:**

159: ja sicher Frau C ... die hat letztendlich immer irgendwie durch, mh sie hat letztendlich immer oh, die Gruppe zusammen gebracht auch wenn ärgerlich ja ... sie war nicht happy über diese Rolle aber hat es trotzdem getan die anderen wären eher bereit ähm abwarten (...) Frau A auf eine sehr interessante Art und Weise nämlich, die hat immer am Anfang gestichelt in dem Sinne hat die die Gruppe, ja so 'machen wir weiter? und wieso machen wir nicht weiter? und diese hat keinen Sinn diese' ja sie hat inhaltlich selten was rein gebracht ... aber sie hat immer dafür gesorgt dass un- und durch ihre relativ subtilen Interventionen die Gruppe, irgendwie wurde in der Ruhe gestört oder in diesem, Einzeltum von einzelnen Leuten dann ... so das hat sie gemacht mh so die waren die glaube ich auf total unterschiedliche Art und Weise waren am ehesten gruppal, fähig gegen Ende der Gruppe war Herr (...) Herr D hat dann schon am Ende der des ganzen öfters Verantwortung für diese gruppale so er hat sich dann viel mehr eingebracht und auch für die anderen ... und hat sich interessiert von den Männern mh, ja, so das waren dann die drei die dann die Gruppe wirklich, hielten, ja

#### **Unterschiede zwischen den Frauen und den Männern:**

148: ja Männer waren mehr auf Harmonie aus ... und auch solches, Nichtsehen von Problemen, Nichtbenennen ... äh eher so unter den Teppich kehren Frauen hatten das auch gemacht aber wenn dann waren die es eher die die Sachen beim Namen nannten

245: die Frauen ... waren eher bereit, Sachen aus zu diskutieren oder letztendlich wegen wenigstens gegen Ende der Gruppe per Namen zu benennen wie Frau A mit ihrem Mann

197: die Frauen waren alle getrennt außer einer ... die Männer, lebten alle in fürsorglichen Beziehungen ja so das war zum Beispiel auch Unterschied zwischen Männern und Frauen

134: die Frauen in der Gruppe ... hatten fast alle Kinder im Ausland ... und da fuhren die die besuchen ne und wenn die nicht konnten dann hatten die sich wenigstens die neuesten äh, Errungenschaften von diesem web\_com und so ja so da waren Frauen nicht Männer Männer waren konservativen konservativer ... aber Frauen waren letztendlich sehr! bereit aus deren ja, so Puschen zu kommen um in Kontakt mit Kindern Enkelkindern und so, da waren die plötzlich unglaublich modern

#### **Bindungskompetenzen der Gruppenmitglieder:**

220: ja aber ich ich würde es jetzt würde mich schwer tun es auf Bindungskompetenzen zurück zu führen ... das weiß ich überhaupt nicht Herr D war dreimal geschieden ... trotzdem in der aktuellen Beziehung wo er auch schon zwanzig Jahre war oder so hielt er sich krampfhaft an der Frau ja ... aber eher so im Sinne von sie soll sich um ihn kümmern ja so er war irgendwann in seinem Leben aber ich glaube er war auch zweimal verlassen worden so es war nicht seine Aktivität Herr F war äh auch geschieden und wieder verheiratet ... ah, das ist immer so aber es waren bei den Beziehungen der Männer waren es keine tiefgreifenden Unzufriedenheiten ja ... da war eher Ängstlichkeit was will diese Frau mit dem alternden oder nicht so sozial sich profilierenden Mann machen ja und kleine Murren ... ja so eher so,

#### **Konfliktmuster der einzelnen Gruppenmitglieder:**

238: Herr B natürlich hatte während der Gruppe hatte er, einen massiven Prozess, in dem seine lebenslange Strategie zu zu bloß nicht in Konflikt gehen und das hat ihn und damit seiner Frau eine Masse Geld an Rente gekostet ja ... und da war die Frau logischerweise unzufrieden und er war ärgerlich, dass sie unzufrieden ist und das es alles so sichtbar geworden ist ja ... so eher solche Probleme

252: bei Herrn B war diese totale Angst äh vor, Auseinandersetzungen und solche Art Harmoniesucht verbunden natürlich mit Selbstwertproblematik ... ja er wollte sich nicht er fühlte sich nicht in der Lage Auseinandersetzungen zu führen ... und äh das scheute er so sehr das Gefü- oder äh äh die möglichen fantasierten Ergebnisse im Sinne von dass er verliert ... na narzistisch dass er irgendwie in seinem Selbst Selbstwert dann gekränkt dass er das überhaupt nicht machte und hatte total viel äh, solche äh, na wie heißt das, teilweise Verweigerungs- und teilweise Vermeidungsstrategien ... angesetzt

267: bei Herrn D war es ähnlich aber auf so eine ganz komische Art und Weise der hat einfach die Konfliktstrukturen überhaupt nicht wahrgenommen ja da war es noch sowohl er wusste überhaupt nicht warum ihn die Frauen mit Kindern verlassen hatten, er hat nichts gemerkt ja ... und ähnlich hat er nichts gemerkt in dem Job, warum es schwierig geworden ist ja ... der hatte da so Wahrnehmungslücken eingebaut, aber auch, narzistische Hintergründe und abhängige Verhalten zu abhängig übersehende Verhalten zu den äh Angehörigen sehr wahrscheinlich auch zu den Kollegen

276: Herr, F der war der scheute keine Auseinandersetzung ... der war eher so narzistisch äh wirklich äh narzistisch forsch, mit sehr äh zwanghaft mit sehr wenig Gespür für andere Menschen ... ja so so die Frau war in seinem Fall äußerst funktionalisiert die Kinder auch Enkelkinder da machte! er einiges aber hatte da

überhaupt kein Gesp- Gefühl selbst ... was ihm emotional Spielen mit Enkelkindern bringen könnte obwohl er es machte ja aber er entwertete es sofort auch ... bei dem war einfach irgendwie, sicherlich Auseinandersetzung mit dem Tod der war alt schon der war um die siebzig ... neunundsechzig war er glaube ich und äh wurde auch dann sehr schwer krank ne gegen Ende der Gruppe aber äh hauptsächlich versorgend ne so so die Frau soll ihn genau so versorgen wie er versorgt werden möchte und außerdem, hat er ihr übel genommen dass er nicht mehr das Lebensgefühl hat das er gerne, gehabt hätte ja so ... es war sehr viel so, Verantwortung und äh, Schuldzuweisungen wenn die Frau anders wäre wäre sein Leben jetzt und seine Auseinandersetzung mit dem Alter einfacher ... so solche Geschichten wenn die Kinder nicht äh dort und dort gezogen hätten ja ... so äh eigentlich hinter diesem Narzistischen und Zwanghaften war sehr viel Abhängigkeit auch, Geschichte so seine Familie war so dass alle wohnten irgendwie und da! fühlte er sich zu Hause und später nie wieder ... obwohl er selbst nicht scheute ne, sozusagen Beziehungen zu beenden et cetera et cetera ja

312: Herr J das der war so ungefähr am ausgeglichensten im ähnlichen Modus ja, er war auch sehr abhängig von seiner Frau ist auch äh krank geworden weil sie! Kränkelte ... und er Angst hatte sie könnte ihn sozusagen verlassen durch diese äh Krankheiten ... dieser Modus ist aber ein Stückchen im in Hintergrund gekommen da war er auch gut schon im Vorfeld eigentlich gut in der Lage äh sich damit auseinandersetzen und ein bisschen bei sich was zu ändern aber er begann, mit solchen prämelanomen äh Erscheinungen zu kämpfen ... ja und hatte ständig irgend welche neue Erscheinungs- äh ja äh neue Operationen ... und neue Stellen wo es äh kam und dann hat er sich sehr an dieses eigene Krankheitsgeschichte da ging es um Tod Sterben Bedrohung et cetera ... und besonders da hatte er irgendwann, ein Herd der unsichtbar war es gibt auch nicht pigmentierte Melanome ... und der wurde zufällig in einer Probe mit ... echten Melanomen gefunden oder äh oder Premela- es war kein ausgeprä- naja aber es war schon in in irgendwelchem bedrohlichen Stadium und seine Dermatologin hat es immer relativ breitflächig äh ausgeschnitten und dieses nichtpigmentierte, Melanom ... hat ihn total aus dem aus der Bahn geworfen weil da hat er gedacht 'jetzt kann ich es nicht mal erkennen' ja ... und das war auch verständlich aber da hat sich dann äh, der Schwerpunkt äh mehr auf diese ganz aktuelle bedrohliche Situation (...) dass ständig neue, Herde auftauchen dieses Ausgeliefert sein ... der Krankheit den Ärzten ja wem soll er glauben? so so das übliche und natürlich auch, Gedanken 'habe ich womöglich jetzt meine letzte Krankheit gekriegt?' (...) also so der war Rentner und nach der Rente ist er wirklich auch sehr, aus vollem hat er gelebt ja ... noch sehr aktiv noch sehr ähm sportlich und alles mögliche und es war ja da tat sich wirklich große Lücke zwischen dem wie er sich fühlte körperlich und zwischen der Erkrankung

362: ja Frau G das war äußerst interessant obwohl, natürlich äh, so Frau G hatte wirklich eine massivst! traumatische Geschichte ja ... was in der Generation nicht so selten ist äh traumatische Geschichten auch weil die alle im Krieg irgendwo waren und ... die Eltern natürlich haben alle diese harten Zeiten durchgemacht sie hatte aber wirklich eine besonders äh so da ging es weniger um Konflikt da ging es um Management von diesem Trauma ... und im Endeffekt und das hat sie wirklich geschafft ging es darum, 'bin ich bis zu meinem Lebensende muss ich der Familie dienen ... ohne auf meine Interessen zu gucken oder nicht?' so am Anfang der Therapie war sie noch voll überzeugt wenn ihre verhasste Schwester anruft sie braucht Hilfe dass ganze Familie anrückt und wirklich so das konnte einmal in der Woche das konnte einmal in zwei Wochen sein ... und macht was die Schwester sagt ja da war sie total passiv und hilflos ... na ja und am Ende ist sie mit ihrem Mann für mehr- mehrere Monate wenn nicht ein halbes Jahr nach xxxxxxxx (Staat in Südostasien) gegangen ... ja so da hat sich dieses Muster ... des Opfers und dieses 'ich bin dazu da zu dienen' ... hat sich wirklich ganz ganz aufgelöst kann man sagen ja

390: (war das auch stark im Dialog mit der Gruppe oder?) das war schwierig weil wenn sie in der Gruppe sprach über sich über ihre Situation dann in der Gruppe war eher immer wieder die Trauma-Situation neu ja das hat sie belastet da war sie nicht glücklich und hat dann wieder mehrere Wochen nichts gesagt ... aber scheinbar die spontane Reaktion der Gruppe im Sinne von 'wie kannst Du nur ... und Du hast auch Deine Rechte und Du musst Dein Leben jetzt leben' et cetera und man darf wütend sein und man darf nein sagen ja ... und große Unterstützung bei Abgrenzung hatte dann am Ende doch äh, Fruch- Früchte getragen aber so abgekoppelt ja ... sie war in dem Sinne immer abseits sie war immer, so ein Stückchen außerhalb der Gruppe na ja äh das war Frau G,

406: Frau I hatte, tendenziell hat sie immer so die war sehr alt ne die war sechsundsiebzig fünfundsiebzig als es begonnen hat ... die war Ausnahme aber weil sie so jugendlich war und weil ihr Problem auch war sie möchte sie wollte noch leben und sie wollte nicht ... unter den Alten sein ja haben wir sie da genommen und ihr Problem war dass sie einerseits vorpreschte so dass sie sich so dass sie, vermittelte den Eindruck es ist wunderbar und sie kann über sich und ihre Problematik gut sprechen und danach kam es regelmäßig zu Einbrüchen, weil sie es nicht ertragen hat ... dieses eigene Vorpreschen dieses im Mittelpunkt zu stehen und reagierte sehr narzistisch gekränkt auf Kleinigkeiten ja ... so das war, ihre sie hatte so gut angepasste Fassade des Modernen und Flexiblen und darunter war sie auch ah so so selbstwertmäßig sehr unsicher, äh, Konflikt war, immer wieder das eigene wirklich als eigenes Schätzen und nicht sich nicht Unterwerfen das war auch problematisch bei ihr ... ja das war ein großes Thema eine Kollegin die ihr immer vorschrieb was sie machen sollte, und äh äh dann hatte sie irgendwann gesagt 'jetzt muss ich zu Gruppe' und Kollegin war unzufrieden und dann brach alles zusammen ja ... und sie konnte das nicht weiter diskutieren und konnte auch nicht irgendwie zu Eigenem stehen ne ... (konnte sie das denn in der Gruppe dann verbalisieren?) das konnte sie dann verbalisieren

446: Frau A war von von widerstrebenden Gefühlen, natürlich schwerst krank ... und hatte von der Gruppe haben wollen ohne was zu geben ja so sie hat sich mit ihrer mit ihrer persönlichen Problematik sehr zurück gehalten ... hing sehr wahrscheinlich ein bisschen mit dem äh ja mit der Sozialisation zusammen dass man eben in ihren Kreisen das nicht erzählt weil dann kommt die Nachbarin und tratscht und das ist so dieses Tratschen und ... dass jemand über sie redet und sie in ungünstiges Licht kommt und so war übermächtig ... aber letztendlich hatte sie ihren Platz in diesem Anpicksen, indem auch sie war die die auch am wenigsten äh einfühlsam äh ... intervenierte ja so immer so Hammer-Methoden-mäßig, sie war aber auch die die am wenigsten kränkbar war war ... sie sie wurde wütend aber sie war nicht so schrecklich kränkbar und nachtragend, und auf irgend welche Art und Weise hat sie trotzdem von dem Ganzen profitiert ja auch wenn sie ihre Problematik nicht wirklich da so detailliert, ein bisschen das war wichtiges Thema Umgang mit Ärzten ... wie kann ich mit Ärzten so umgehen dass die dass ich mich ernst genommen fühle und verstanden fühle und damit äh äh ich selbst dafür Sorge dass keine Fehldiagnosen oder keine zu langen Wartezeiten oder so so da hat sie sich sehr intensiv, beteiligt und da glaube ich hat sie auch was mitgenommen (...) eher sehr pragmatisch ... orientiert ja und natürlich die Sache mit dem Sohn der in xxxxxx (Staat in Nordamerika) war ja ... so so diese ne Mitgefühl der Gruppe wie schwierig es ist ... wenn sie hier alleine ist und die Söhne ja sie war einerseits sehr stolz weil der Sohn hatte gute Karriere gemacht andererseits natürlich möchte sie die ihre Leute hier haben das war auch ihr einziges Kind und äh bei wichtigen Entscheidungen wie die Chemo oder als wieder Rückfall gekommen ist und so da wollte sie aber sie war auch sehr tapfer muss man klar sagen ja ... da hielt sie das für sich und viel war Thema, sie hat die Beziehung zu dem Sohn zu dem erwachsenen Sohn eigentlich nie die Rollen gewechselt ja ... sie war immer die

fürsorgende Mama und der Sohn hat ihr alles mögliche ständig erzählt von seinen Sorgen ... und sie hat ihm nichts erzählt um ihn nicht zu, belasten

388: Frau A war schon anders glaube ich zwar extremer aber eher generationsadäquater Beispiel von äh, ja man muss gucken dass man nicht etwas zeigt wo die anderen ... einen dann, als nicht dazu gehörig oder falsch oder ... ja eben kritikwürdig sehen würden

504: und Frau C die war natürlich am äh, am ehesten beeinflusst durch ihre vorherigen psychotherapeutischen Erfahrungen ... sie hatte viel, äh viel Kenntnisse am ehesten so vordergründige Kenntnisse so wie man miteinander psychotherapeutisch umgeht äh diese Kenntnisse nutzte sie allerdings auch viel dazu zu dominieren und die Gruppe zu dominieren und die ist sehr in den äh eigentlich solchen ödipalen Thematik zwischen mir und meinem Kollegen und sich ja ... so mit mir rivalisierte sie ... und wünschte sich viel mehr dass der Kollege da, antritt ... und äh solche Geschichten ne und ihre eigene, Geschichte wo sie wirklich sehr, sich sehr unverstanden und vernachlässigt von ihrem getrennt lebenden Partner fühlte aber gleichzeitig konnte von ihm nicht lassen ne ... so das war dann so ihre Geschichte, mit Tochter keinen Kontakt oder minimal ... an dem Sohn hing sie ja solche Polarisierungen waren in ihrem Leben immer da und Umgang mit ihrem psychosomatischen oder so somatischen psych- psychisch bedingten Symptomen war ganz wichtig da war sie sehr ... rational da hat sie viel experimentiert und da hat sie sich auch ein Stückchen öffnen können

#### **Bereicherndes an dieser Gruppe:**

126: ich würde sagen die Kampfbereitschaft die waren sehr unterschiedlich ... und es war eine schwierig Gruppe, aber eigentlich niemand hat jetzt von den Stammleuten hat nie äh Flinte ins Korn geworfen ja die haben sich durchgebissen irgendwie ... so das hatten die schon bestimmte Art von kämpferischen, Ansatz letztendlich und dieses Durchhalten und, ja und irgendwie ja wie man muss aber auch letztendlich bis zu einem gewissen Grad kreativ mit, den Lebensumständen umzugehen

#### **Veränderung der Gruppe im Laufe der zwei Jahre:**

72: schon die hatten sich immer selbständiger äh benommen ne ... die haben dann, schon, es kam immer wieder so zyklisch diese Wünsche nach ähm mehr von unserer Seite ... aber trotzdem waren die dann, autonomer

#### **Nutzen, den die Patienten aus dieser Gruppentherapie ziehen können:**

621: ja ich denke schon das was die auch alle sagten es war wichtig zu sehen, wie unterschiedliche Leute trotzdem ähnliche Probleme haben ... äh es war ein gutes Gefühl dass man in an der Stelle der äh des Lebens ja ... andere treffen kann mit denen man wirklich vor denen man sich nicht so oder so oder so verhalten muss sondern am im Endeffekt offen sein kann auch mit negativen Seiten ... weil auch die Männer die sind auch in Gesellschaften wo man eher prahlte mit äh Erreichtem ne als ... das man und äh das einzig Anerkannte war Herzinfarkt oder so so dass man sich nicht so wohl fühlte oder so Ängste hatte das war sicherlich äh nicht vermittelbar ja ... und das hatten die geschätzt, und irgendwo auch dieses regelmäßige Zusammentreffen ja ... dass es, dass es wirklich immer da war, das war wiederum für die die eher allein waren wie Frau I Frau A Frau C ja ... so im Sinne von äh es gibt eine Gruppierung wozu ich gehöre und was ich als meins erlebe Herr D aber auch ... bei einem Herrn B oder Herrn äh J war es eher so äh hier ist eine Plattform wo ich mit meinen Ängsten, wirklich ganz offen umgehen kann und wo ich auch zum Beispiel wir hatten ein bisschen geübt mit Herrn B vor dem vor dem äh Gerichts- ja ... so dass äh ein bisschen konkret gucken und nicht so ausgeliefert und allein sein ... das glaube ich waren wichtige Punkte

### **Unterschiedliche Rolle der bzw. Herausforderung für die Therapeutin:**

28: ja man musste viel intensiver mir den einzelnen arbeiten und viel länger ... insgesamt und schon auch so eine Art äh psychopädagogische ja so Erklärungen ... was ist die Gruppe? was erwarten wir? wie geht man in der Gruppe miteinander um? welche Informationen wir da also die Patienten in der Gruppe austauschen sollten et cetera et cetera das musste man sehr! oft wiederholen (...) ja sagte ich man musste viel mehr führen

435: aber trotzdem, man hatte das jetzt auch wieder zu Ihrer ersten Frage man hatte das Gefühl dass auch erarbeitete Themen irgendwie nicht so blieben ... man musste öfters, erinnern 'wir hatten doch und das wurde schon und es war schon gelöst' und ... 'damals hatten Sie gesagt' ja so so in dem Sinne dass die sehr schnell in alte Muster verfielen ... und das Neue eben, wieder beiseite schoben

### **Übertragung bzw. Gegenübertragung:**

42: ja also so die Grund äh Übertragung ist so ja ich weiß nicht ob das tatsächlich so ist aber was mir einfällt wäre einerseits solche Idealisierung der Rolle des Behandlers ... andererseits aber Ent- gleichzeitig leise Entwertung weil man doch äh irgendwie, teilweise weil man doch ein bisschen jünger ist oder so viel jünger war ich nicht ich war schon in dem Alter der Patienten aber äh, ja irgendwie so diese Entwertung war da auch ... ob es vielleicht war es Entwertung im Sinne von diesen „Psychos“ ja es ist auch weil die Generation kommt zwar zu zu Therapie aber so eine ganz hohe Meinung von Psychotherapie haben die nicht ja ... oder Verständnis oder so Selbstverständlichkeit auch nicht über sich zu erzählen ja so manchmal war man da so ein bisschen als ob man unanständig wäre dass man will ... dass die erzählen was Intimes, und Gegenübertragung da war, ja teilweise war es natürlich Konfrontation mit den altersspezifischen Problemen ne so schwierige Erkrankungen so bestimmte Bilanz Unmöglichkeit oder sehr zähe Suche nach, Wiederfinden von Sinn des Lebens wenn die Arbeit verloren hatten und keine neue gefunden haben ... und so diese Sachen, da war man schon äh mit betroffen irgendwie, und manchmal weil die sich so ausruhen wollten, an den Therapeuten irgendwie, so war da auch Ärger in diesem Sinne dass die einfach nicht übernehmen und nicht übernehmen und nicht übernehmen ... so Ärger über diese, abhängige Position in der die eher waren

### **Persönliche Erfahrung aus dieser Gruppe für weiteres berufliches Handeln:**

597: also ich glaube+ äh äh diese Gruppen müssten wirklich Einführungsgruppen haben ... so psychoedukative Einführung ... sowohl in Methode als auch in unser psychodynamisches Denken ja ... so dass heißt sowohl in das wie eine Gruppe funktioniert was man bedenken muss und kleine Übungen dazu so Rollenspiele ... als auch wirkliche, unser Verständnis der Erkrankung und Entstehung der Erkrankung aus der frühkindlichen Entwicklung ... erstmal quasi als äh Theorie ja so dass man sich dann in den therapeutischen äh (Stöhnen) Stunden dann später auf diese Sachen noch mal berufen könnte ja ... es läuft nicht von allein (also allein das Vokabular zu schaffen das Bewusstsein zu schaffen?) Vokabular die Grenzen ja in welchen Koordinanten sich das Ganze bewegt ja und das erst wirklich klar machen ... das denke ich schon

### **Besonderheiten einer Therapiegruppe mit älteren Patienten:**

663: weil es doch, mit diesen Erscheinen von äh den äh schwierigen Krankheiten das natürlich in dieser Grup- Altersgruppe viel wahrscheinlicher ist ... als in einer Gruppe von Dreißigjährigen da kann es auch passieren aber es ist nicht so wahrscheinlich, das war schon äh anstrengend (...) akute körperliche+ Krankheiten kamen da ... viel mehr dann irgendwie waren viel mehr im Raum ne so Herr F (...) Frau A Herr J alle drei an

entscheidenden Krankheiten ... erkrankt ja so das war, äh (...) das war schon belastend ja ... zum Beispiel sehr belastend

**Erleichterung, keine Gruppe mit älteren Patienten mehr zu haben:**

683: nach der Gruppe kam hauptsächlich die Erleichterung jetzt muss ich mich nicht einmal in der Woche mit diesen ... krankheitsbedingten, Ängsten und was bedeutet das für die Gruppe ... und wer wie geht die Gruppe damit um beschäftigen ne

**7.3 Spezifische Themen, Gemeinsamkeiten bzw. Unterschiede der Äußerungen der beiden Therapeuten zur Therapiegruppe „Belle Epoque“**

Nachfolgend sollen einige exemplarische Aussagen der beiden Therapeuten – die skizzenhaft den Behandlungsprozess charakterisieren – dargestellt und miteinander in Beziehung gesetzt werden. Diese sollen jedoch nicht die bereits oben dargelegten Äußerungen nochmals in voller Länge wiedergeben, sondern in komprimierter Kürze auf wesentliche Aspekte des Gruppenprozesses hinweisen.

Aus den oben dargestellten Äußerungen der beiden Therapeuten der Gruppe „Belle Epoque“ geht hervor, dass sie (nach wie vor) eine Gruppentherapie für ältere Patienten für sinnvoll und notwendig erachten, dass sie beide jedoch nicht mehr hierbei als Therapeuten tätig sein wollen. Beide geben an, dass sie im nach hinein – nach Beendigung der Gruppentherapie – festgestellt haben, wie belastend diese Therapie mit den älteren Patienten für sie war.

Frau Dr. B:

683: nach der Gruppe kam hauptsächlich die Erleichterung jetzt muss ich mich nicht einmal in der Woche mit diesen ... krankheitsbedingten, Ängsten und was bedeutet das für die Gruppe ... und wer wie geht die Gruppe damit um beschäftigen

Herr Dr. A:

336: das ist mir wirklich wichtig ... dass mir im nachhinein äh diese Gruppe viel anstrengender geworden ist als als ich sie unmittelbar erlebt hab ne also so und ich weiß das vom Erzählen dass das der Frau xxxxxxxxx genau so geht ne irgendwie im nachhinein, haben wir gemerkt wie wie schwierig eigentlich diese Gruppe war äh anstrengend auch, und ähm also für mich war mit einem bisschen Abstand auf einmal ziemlich klar dass ich das nicht noch mal machen will

369: vielleicht hat es wirklich was damit zu tun dass es eben dass es eben ein bestimmtes Klientel war ... das ist schwierig ist äh also bei Menschen die so viel Lebensgeschichte hinter sich haben und wo es vielleicht so viele Sachen zu besprechen gibt also äh wie wie findet man da einen Punkt wo man sagt äh gut jetzt



ist es gut ne es reicht ... und wo auch die die Patienten die Teilnehmer sagen 'das ist gut jetzt reicht's mir'

Bemerkenswert ist diese Aussage von Herrn Dr. A vor allem vor dem Hintergrund, dass er zu Beginn des Interviews noch explizit darauf hinweist, dass ihm die Gruppe Spaß gemacht hat.

Herr Dr. A:

5: ja ich kann schon sagen die Gruppe hat mir Spaß gemacht äh das war, ja eigentlich eigentlich mindestens in zweierlei Hinsicht etwas Besonderes diese Gruppe, eben zum einen das was uns hier interessiert dass es ältere Patienten waren (...) aber das andere war eben auch dass ich die mit der Frau xxxxxxxxx zu zweit gemacht habe ne was ja auch nicht Standard ist bei uns (...) also von daher hat die Gruppe, Spaß gemacht kann ich sagen

Als erste Erinnerung an die Gruppe „Belle Epoque“ fällt Frau Dr. B beim Interview der schwierigere Gruppenprozess ein.

Frau Dr. B:

10: (p:00:00:05) welche Erinnerungen? es war eine zähe Gruppe, die sich sehr langsam entwickelte, aber wenn da irgend welche Erfolge waren waren die, um so, äh durch durchschlagender da freute man sich eben im besonderen

In dieser langsamen und zähen Entwicklung unterscheidet sich ihrer Meinung nach diese Gruppe vor allem von den anderen Therapiegruppen, in denen jüngere Patienten behandelt werden.

Frau Dr. B:

533: die waren wenig gruppal ... insgesamt ja (Stöhnen), irgendwie wollten die nichts geben ... und hatten sie sich auch mit relativ wenig Nehmen letztendlich auf der Ebene des Auseinandersetzens mit den Konflikten ... zufrieden gegeben, muss man klar sagen ne so die wollten so eine Art Rezept ... dieses Rezept hatten die aber nie von den Mitpatienten erwartet ... dieses Rezept hatten die von uns erwartet ... und äh die Mitpatienten hatten die eher als gemeinsame Interessengruppe wahrgenommen die uns gegenüber die Ausgabe der Rezepte mit Nachdruck! Ver- verlangen kann ja so würde ich es sagen

Und Herr Dr. A ergänzt dies durch den Hinweis auf die Lebenserfahrung der Älteren.

Herr Dr. A:

32: also was mir auf Anhieb einfällt eben ähm was besonders war an dem Prozess, äh dass die äh die Patienten schon auch so eine besondere Haltung, mitbringen durch

das Alter durch die Lebenserfahrung dass, ähm äh also was man so im im Therapeutenjargon ressourcenorientiert arbeiten nennt (...) da entsteht nicht irgendwie was Neues in der Therapie sondern die bringen einfach jeder jeder Teilnehmer bringt schon ganz viel Lebenserfahrung mit viel, viel Routinen wie man mit Symptomen umgeht wie man bestimmte Krisen bewältigt und und so ne? also dass dass man also viel mehr hat auf dass man so zurückgreifen kann

Als weitere Unterschiede zu der Arbeit mit anderen, jüngeren Behandlungsgruppen nennen die beiden Therapeuten verschiedene Aspekte.

Herr Dr. A:

446: ich fand diese Gruppe von Anfang an ähm sehr sehr viel höflicher, im Umgang mit einander ne ... als ich das aus aus jüngeren Gruppen kenne, (...) aber es hatte auch einen problematischen Aspekt eben äh dass dadurch Dinge Dinge nicht unausgesprochen bleiben ne also sozusagen indem man immer höflich und freundlich mit einander umgeht äh die Dinge die man wirklich denkt ja viel länger brauchen bis sie dann mal ausgesprochen werden

541: dass bei bei jüngeren Patienten ähm die Themen glaube ich noch sozusagen ein ein bisschen, man kann sagen pragmatischer sind ne also man hat ein Ziel irgend etwas zu erreichen für sein Leben ... also ich möchte wieder einen Arbeitsplatz finden oder ähm ich möchte wieder lernen mh, die und die Situation angstfrei auszuhalten ... und ich glaube ne eben so so diese äh diese kleinen kleinformulierten auch sagen wir mal operationalisierten Ziele die sind bei den den Patienten in der Altersgruppe ein bisschen im Hintergrund ne also da geht es dann wirklich mehr ums Grundsätzliche

Frau Dr. B:

20: die Erwartung äh von diesen Älteren dass es irgend wie, autoritär von oben gemacht wird war viel größer ne die wollten ständig irgend welche Art Anleitung, und an der anderen Seite hatten die mit ihren persönlichen Informationen sehr lange hinter dem Berg ... gehalten+ warteten immer bis die nächs- bis die anderen kommen

82: diese Gruppe war aggressiver als ... nach meinen Erfahrung mit den Jüngeren ... äh aggressiver im Sinne von, viel, Ungebremsten hatten sie kommentiert die, Sachen die die anderen sagten unter solchen normativen, Standpunkten ne ... so wie kann man nur oder so was macht man nicht

110: gleichzeitig waren die schon auch fürsorglich ... äh so auf einer Alltagsebene fürsorglich, dass die sich angeboten hatten zum Beispiel einander ins Krankenhaus zu begleiten oder so ... das ist ungewöhnlich ja solche Gruppen jüngere Gruppen gehen zwar Bier trinken aber so wirklich handfest, sich zu helfen das ist nicht so üblich

120: ... die waren sehr lange so Einzelkämpfer in der Gruppe (...) die taten sich wirklich schwer eine Gruppe zu bilden

375: die Jüngeren sind, gewohnt über sich zu reden ... und über sich nachzudenken und sich so wirklich ein bisschen psychomäßig zu sehen ja ... so mehr intrapsychische Welten auch vor sich irgendwie, offenbaren ... und vor anderen sowieso ja so in dieser Gruppe reden die Männer nicht untereinander über ihre Sorgen oder über wirklich intime Probleme ... und reden Frauen letztendlich auch nur mit Vorbehalt untereinander

Auch bei den Inhalten der besprochenen Themen unterscheidet sich die „Belle Epoque“ von anderen, jüngeren Behandlungsgruppen. Bei den Gruppenmitgliedern der „Belle Epoque“ stehen – in nachvollziehbarer Weise – vor allem das Altern und damit verbundene Krankheiten und Lebenssituationen im Mittelpunkt.

Frau Dr. B:

189: na ja Alter! hat eine Rolle gespielt Begrenztheiten die durch Alter und Krankheit ... entstanden sind, soziale Ungerechtigkeiten die durch Alter entstanden sind ne? bei denen ne die keinen Job mehr gekriegt hatten weil die schon so alt waren wie die waren ähm und viele Bilanzgeschichten die Frauen mit ihren Kindern 'habe ich es richtig gemacht oder nicht?'

494: ja also das war wichtiges Thema die äh schon sehr intensiv in der Gruppe äh besprochen worden ist ob die Eltern immer Eltern bleiben ja oder ob die erwachsenen ... Kindern in Vierzigern ob man mit denen auch schon ganz anders umgehen kann ja ... offener, auch ob jetzt nicht nur also äh äh helfen bei Krankenhausauswahl sondern auch dass man sich wie mit gutem Freund unterhalten kann

Herr Dr. A:

188: das sind dann mehr so die Alltagsthemen ... da geht es nicht mehr um Symptome und das ist eben so auch in einer Gruppe ne also man redet nicht über die Beschwerden sondern man redet eigentlich übers Leben ... und äh ja und dann sind es die klassischen Unterschiede die Männer von der Tendenz her ein bisschen mehr über, ja die Bedeutung verlieren indem man nicht mehr im Beruf ist ... was macht man jetzt, und die Frauen mehr über die die Ablösung der Kinder (...) das war schon so ein gemeinsames Thema aber mit so ein bisschen einem Akzent dass mehr bei den Frauen aufkommt ähm dass die Kinder weit weg sind und man sich eigentlich mehr! familiäre Bindung auch wünschen würde

478: also Beispiel Tod, natürlich ne also geht es äh für jeden Menschen irgendwie immer um das Thema Endlichkeit, ähm und äh für diese Altersgruppe ein bisschen mehr ne ... weil eben nur noch ein ein kleinerer Teil Lebenszeit übrig ist ja ähm das ist immer mal wieder Thema gewesen

Beide Therapeuten sprechen in den Interviews auch die Unterschiede zwischen den Frauen und den Männern in der Therapiegruppe an.

Frau Dr. B:

148: Männer waren mehr auf Harmonie aus ... und auch solches, Nichtsehen von Problemen, Nichtbenennen ... äh eher so unter den Teppich kehren Frauen hatten das auch gemacht aber wenn dann waren die es eher die die Sachen beim Namen nannten

245: die Frauen ... waren eher bereit, Sachen aus zu diskutieren

197: die Frauen waren alle getrennt außer einer ... die Männer, lebten alle in fürsorglichen Beziehungen ja so das war zum Beispiel auch Unterschied zwischen Männern und Frauen

134: die Frauen in der Gruppe ... hatten fast alle Kinder im Ausland ... und da fuhren die die besuchen ne und wenn die nicht konnten dann hatten die sich wenigstens die neuesten äh, Errungenschaften von diesem web\_com und so ja so da waren Frauen nicht Männer Männer waren konservativen konservativer ... aber Frauen waren letztendlich sehr! bereit aus deren ja, so Puschen zu kommen um in Kontakt mit Kindern Enkelkindern und so, da waren die plötzlich unglaublich modern

Herr Dr. A:

169: ja auf jeden Fall ... auf jeden Fall übrigens auch äh, ähm dass wir hatten durchgängig äh so ne so ne Sitzordnung (Lachen) auf der einen Seite die Frauen und auf der anderen Seite die Männer sitzen ... das hat das hat sich über die ganze Gruppe hinweg durchgehalten

139: das hat wieder was mit der der Altersbesetzung zu tun also dass ähm sozusagen die haben ihre die haben alle noch eine präfeministische Sozialisierung (leises Lachen) ... die sind in der Nachkriegszeit groß geworden zum Teil in der Kriegszeit äh wo glaube ich noch viel stärker eben so klassische Rollenverteilung zwischen Männern und Frauen Geltung hatten

Beide Therapeuten thematisieren auch die Entwicklung in der Gruppe; Frau Dr. B weist hierbei im Interview darauf hin, dass sie – trotz des anfänglichen zähen Beginns – annimmt, dass die Gruppenarbeit im Laufe der Behandlungszeit für die Beteiligten positive Erfahrungen brachte.

Frau Dr. B:

72: die hatten sich immer selbständiger äh benommen ne ... die haben dann, schon, es kam immer wieder so zyklisch diese Wünsche nach ähm mehr von unserer Seite ... aber trotzdem waren die dann, autonomer

621: ich denke schon das was die auch alle sagten es war wichtig zu sehen, wie unterschiedliche Leute trotzdem ähnliche Probleme haben ... äh es war ein gutes Gefühl dass man in an der Stelle der äh des Lebens ja ... andere treffen kann mit denen man wirklich vor denen man sich nicht so oder so oder so verhalten muss sondern am im Endeffekt offen sein kann auch mit negativen Seiten (...) und irgendwo auch dieses regelmäßige Zusammentreffen ja ... dass es, dass es wirklich immer da war, das war wiederum für die die eher allein waren wie Frau I Frau A Frau C ja ... so im Sinne von äh es gibt eine Gruppierung wozu ich gehöre und was ich als meins erlebe Herr D aber auch ... bei einem Herrn B oder Herrn äh J war es eher so äh hier ist eine Plattform wo ich mit meinen Ängsten, wirklich ganz offen umgehen kann und wo ich auch zum Beispiel wir hatten ein bisschen geübt mit Herrn B vor dem vor dem äh Gerichts- ja ... so dass äh ein bisschen konkret gucken und nicht so ausgeliefert und allein sein ... das glaube ich waren wichtige Punkte

Herr Dr. A spricht in diesem Zusammenhang die Notwendigkeit solcher Therapieangebote an.

Herr Dr. A:

379: ja auf jeden Fall ... also ähm ich bin ein bisschen ich bin ein bisschen skeptischer geworden jetzt im im Verlaufe des letzten Jahres sagen wir mal äh wie man wie man diesem Therapiebedarf gerecht wird ja also sagen wir mal aufgrund meiner ... späteren Gegen-Übertragung, aber auf jeden Fall der Bedarf ist da ne also äh wir haben diese Gruppe ja seinerzeit in kurzer Zeit zusammen gestellt rekrutiert also es gibt, viel Nachfrage in dem Alter das ist ganz klar ähm es hat sich in der Gruppe auch gezeigt dass es spezielle Themen sind dass es Sinn macht ne? ... sozusagen da was Altersspezifisches anzubieten wo es ne eben um diese Fragen postfamiliale äh Lebensgestaltung Berentung, äh Ausblick auf's Älterwerden Nachlassen der körperlichen Ressourcen ne ist ja klar ... es gibt ne ganze Menge Themen die äh die mit dem Alter zu tun haben mit speziell dieser Altersgruppe

Für beide Therapeuten enthalten Angebote wie diese Gruppentherapie speziell für ältere Patienten auch große Herausforderungen. So waren nach Meinung von Frau Dr. B bei der Therapiegruppe „Belle Epoque“ neue Interventionen und Strategien notwendig, um einige Gruppenmitglieder überhaupt erst einmal mit der Arbeitsweise einer Gruppentherapie vertraut zu machen.

Frau Dr. B:

28: ja man musste viel intensiver mir den einzelnen arbeiten und viel länger ... insgesamt und schon auch so eine Art äh psychopädagogische ja so Erklärungen ... was ist die Gruppe? was erwarten wir? wie geht man in der Gruppe miteinander um? welche Informationen wir da also die Patienten in der Gruppe austauschen sollten et cetera et cetera das musste man sehr! oft wiederholen (...) man musste viel mehr führen

435: aber trotzdem, (...) man hatte das Gefühl dass auch erarbeitete Themen irgendwie nicht so blieben ... man musste öfters, erinnern 'wir hatten doch und das wurde schon und es war schon gelöst' und ... 'damals hatten Sie gesagt' ja so so in dem Sinne dass die sehr schnell in alte Muster verfielen ... und das Neue eben, wieder beiseite schoben

597: also ich glaube+ äh äh diese Gruppen müssten wirklich Einführungsgruppen haben ... so psychoedukative Einführung ... sowohl in Methode als auch in unser psychodynamisches Denken ja ... so dass heißt sowohl in das wie eine Gruppe funktioniert was man bedenken muss und kleine Übungen dazu so Rollenspiele ... als auch wirkliche, unser Verständnis der Erkrankung und Entstehung der Erkrankung aus der frühkindlichen Entwicklung ... erstmal quasi als äh Theorie ja so dass man sich dann in den therapeutischen äh (Stöhnen) Stunden dann später auf diese Sachen noch mal berufen könnte ja ... es läuft nicht von allein

Und Herr Dr. A thematisiert in seinem Interview auch die institutionellen Voraussetzungen und Rahmenbedingungen, die ebenfalls zum Gelingen einer solch' neuartigen Gruppentherapie beitragen.

Herr Dr. A:

500: das ist vielleicht auch wichtig also dass ich eben manchmal schon, äh den Eindruck hab ähm, dass ist äh äh äh diese Gruppe ist so sozusagen ein bisschen so,

ein bisschen ein Fremdkörper in dem ... Ensemble in dem was was ich ansonsten hier mache also ähm (p:00:00:05) sie hatte ne ne exklusive Ausstattung und auch eine besondere Bedeutung jetzt durch dieses diesen Forschungskontext drum herum, ähm aber es ist so ein bisschen so wie ähm, ja eben eben so so eine kleine Insel so eine kleine Oase die man reserviert (leichtes Lachen) und äh ja, also nebenbei! so so ist das das Ambulanzgeschäft hier und ähm die die Aufgaben die ich sonst so habe (...) und so äh also das ist dann schon irgendwie eine ganz andere Welt ne also so sagen wir da steht da steht die Gruppe doch so ein bisschen eben wie wie so eine Oase wie so eine Insel dar, und (p:00:00:04) das ist glaube ich auch wichtig zu sehen also dass äh das ist nicht so das ist nicht das Alltagsgeschäft das ist nicht eine das ist nicht eine von vielen Gruppen äh die ich hier mache und äh die die alle irgendwie wo für alle Gruppen auch gleichermaßen viel, Ressourcen innere Ressourcen und und Zeit und Aufmerksamkeit hier zur Verfügung stehen sondern das das war schon auch ein bisschen was Besonderes

Gegen Ende der Interviews sprechen beide Therapeuten auch noch die Themen Übertragung bzw. Gegenübertragung an.

Frau Dr. B:

42: ja also so die Grund äh Übertragung ist so ja ich weiß nicht ob das tatsächlich so ist aber was mir einfällt wäre einerseits solche Idealisierung der Rolle des Behandlers ... andererseits aber Ent- gleichzeitig leise Entwertung weil man doch äh irgendwie, teilweise weil man doch ein bisschen jünger ist oder so viel jünger war ich nicht ich war schon in dem Alter der Patienten aber äh, ja irgendwie so diese Entwertung war da auch ... ob es vielleicht war es Entwertung im Sinne von diesen „Psychos“ ja es ist auch weil die Generation kommt zwar zu zu Therapie aber so eine ganz hohe Meinung von Psychotherapie haben die nicht ja ... oder Verständnis oder so Selbstverständlichkeit auch nicht über sich zu erzählen ja so manchmal war man da so ein bisschen als ob man unanständig wäre dass man will ... dass die erzählen was Intimes, und Gegenübertragung da war, ja teilweise war es natürlich Konfrontation mit den altersspezifischen Problemen ne so schwierige Erkrankungen so bestimmte Bilanz Unmöglichkeit oder sehr zähe Suche nach, Wiederfinden von Sinn des Lebens wenn die Arbeit verloren hatten und keine neue gefunden haben ... und so diese Sachen, da war man schon äh mit betroffen irgendwie, und manchmal weil die sich so ausruhen wollten, an den Therapeuten irgendwie, so war da auch Ärger in diesem Sinne dass die einfach nicht übernehmen und nicht übernehmen und nicht übernehmen ... so Ärger über diese, abhängige Position in der die eher waren

Herr Dr. A:

424: es ist auch nicht nicht nur angenehm aber ich finde es auch einen Reiz! äh dass durch dieses Altersverhältnis ja auch zu mir als Leitung andere Übertragungskonstellationen ins Spiel +kommen ne (...) sie behandeln mich gelegentlich wie ihren Sohn (...) Frau A fällt mir ein Frau A ist diejenige deren Sohn in xxxxxx (Staat in Nordamerika) ist ne ... ihr Sohn ist ein bisschen jünger als ich de facto aber natürlich ne also sitz sitz sitz ich da als jemand der dann in dem Moment stellvertretend ist ... für ihren Sohn ne? und ne also wo sie wahrscheinlich insgeheim denkt ja die Frau xxxxxxxxxxxx ne also die Mutter von ne (Lachen) die hat's gut und wo mir gelegentlich meine meine Eltern, einfallen ne also äh die, wieder auch ein bisschen älter sind ne meine Mutter als jetzt die äh Personen in der Gruppe aber trotzdem ne also wo von meiner von meiner Warte aus dann eher Erinnerungen an meine Eltern auftreten

## **8. Zusammenfassung und Diskussion**

Ziel der vorliegenden Dissertation ist die Dokumentation und Untersuchung einer Gruppenpsychotherapie älterer Patienten im Behandlungsverlauf ("Belle Epoque" – vgl. Kapitel 2). Für die Untersuchung wurden im Frühjahr und Sommer 2007 alle neun Teilnehmer des zweiten Behandlungsjahres dieser Therapiegruppe (fünf Frauen und vier Männer) sowie die beiden Therapeuten interviewt.

Das Anliegen der nachfolgenden Zusammenfassung ist es, den therapeutischen Gruppenprozess mit älteren Personen sowie deren Behandlungserfolge inhaltlich zu beschreiben sowie Gemeinsamkeiten, Unterschiede, Kontraste bzw. Akzentuierungen fest zu stellen und aus der Sicht der Befragten (anhand von beispielhaften Aussagen) darzulegen. Ergänzend hierzu wurden auch die beiden Therapeuten der Gruppe „Belle Epoque“ befragt (vgl. Kapitel 7).

Hierbei wird dem differenzierten und komplexen Gruppenprozess der – von der überwiegenden Mehrheit der Befragten so geschilderte – positive Behandlungserfolg vorangestellt.

Die dabei verwendeten Zitate dienen einerseits der Veranschaulichung der dargestellten Sachverhalte und andererseits als Belege, dass die Äußerungen der Befragten die Grundlage der nachfolgenden Kommentierungen sind.

Die Entscheidung, möglichst viele Zitate zu verwenden, liegt darin begründet, einen möglichst differenzierten und vielfältigen Eindruck der Sicht- und Erlebnisweisen der Interviewpartner zum Gruppenprozess und Behandlungserfolg zu ermöglichen. Alle Zitate veranschaulichen Aspekte, die für künftige gruppentherapeutische Angebote für diese Altersgruppe interessant sein können.

### **8.1 Behandlungserfolg**

Bezug nehmend auf die subjektiven Äußerungen und Einschätzungen der befragten neun Gruppenmitglieder kann insgesamt von einem positiven Behandlungsverlauf ausgegangen werden.

Acht der neun Befragten berichten von Verbesserungen ihrer Symptomatik bzw. dass sie in der Gruppentherapie positive Erfahrungen machen konnten (vgl. ausführlich Kapitel 4.4.4); hier ausgewählte Beispiele:

Frau A, 402: und hat mir also wirklich gut getan ... man merkt auch dass ich nicht der einzige Mensch bin der Kummer hat und sich Sorgen macht ... das hilft einem genauso wenn man über andere redet als wenn man über sich selbst redet meine ich

Herr B, 129: die Schlafstörungen haben äh nachgelassen (...) das muss ich sagen ich hab also da bin ich jetzt etwas gelassener

Frau C, 315: und äh ich denke ich hab die (die Angst) ein bisschen besser im Griff, so dass ich ihr auch was widersetzen kann

383: ich habe immer sehr sehr viel aus dem Austausch gelernt

204: und äh von diesem Muster oder aus diesem Muster bin ich ganz stark dabei mich zu befreien

Herr D,1263: das also für mich auch immer sehr interessant so andere, Blickrichtungen zu sehen oder warum die da sind

1418: während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen aber das das habe ich jetzt in der Gruppe habe ich das also fällt mir jetzt spontan ein gelernt dass ich also wieder mich mit Problemen anderer äh beschäftigen kann und darüber nachdenken kann und während meiner (depressiven) Phasen, war es ja so das war mir ganz, egal! sag ich's mal so

1453: das war das das ist also sehr gut gewesen für mich meiner Ansicht nach wo Sie das jetzt ansprechen weil ich das auch so ein bisschen verlernt hatte

Frau E, 426: ja ja natürlich ich habe schon einiges für mich, versucht also was ich anwenden kann,

Herr F, 1760: anfangs war ich schwer krank hatte eine starke Krise und während der Zeit, bin ich äh so meine ich fast äh wieder vollkommen gesundet ne wobei ich also diesem Kurs (der Gruppentherapie) sehr viel Bedeutung beimesse

Frau I, 77: damals hatte immer so ne Angst innerlich also es könnte wieder kommen also das ist weg

782: ich bin froh dass ich das gemacht habe dass ich die Erfahrung gemacht habe, in der Gruppe

Herr J, 1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte (Frau Dr. xxxxxxxx) der mir dann auch geholfen (hat)

Auch das neunte Gruppenmitglied, das sich allerdings nicht positiv über einen Behandlungserfolg äußert, wollte ebenfalls eine Verbesserung seiner Erkrankungen erreichen:

Frau G, 1227: ich hab gedacht 'du gehst dahin um jetzt deine Probleme darzulegen oder vielleicht auch mal was zuzutun wenn andere wenn jemand anderes was vorträgt'

stand der Gruppentherapie allerdings von Anfang an kritisch gegenüber und wahrte immer eine Distanz zu dieser (so wollte es z.B. „gesiezt“ werden, wollte Konflikte nicht in der Gruppe besprechen, beendete die Therapie vorzeitig – vgl. Kapitel 6: Frau G). Aus Sicht der Therapeuten kann bei Frau G allerdings auch von einer positiven Entwicklung gesprochen werden, da sie sich zum Teil von Unterordnungen lösen



konnte (z. B. der älteren Schwester), indem sie längere Urlaube machte (Monate in Südostasien), in denen es ihr ausgesprochen gut ging und sie keinerlei Schmerzen verspürte.

Frau G, 373: das war natürlich eine tolle Zeit da ging's mir super ... wir haben im Hotel gewohnt und den ganzen Tag halt nur schöne Dinge gemacht die mir uns gerade einfielen nur nicht überanstrengen (...) ach das war herrlich (Lachen) ich brauchte nicht zu kochen nicht zu waschen ach das war richtig toll ... da ist es mir super! gegangen (Lachen)

Nach Aussage der Therapeutin Frau Dr. B konnte Frau G sich aufgrund ihrer schweren Traumatisierung nicht aktiv und bewusst an der psychodynamischen Arbeit beteiligen – hat jedoch viel von der Gruppenarbeit verinnerlichen können und sich so auch schon während des Therapieprozesses von bevormundenden Ansprüchen befreien können, ohne dies jedoch als eventuelles Ergebnis der Therapie zu reflektieren.

Frau Dr. B, 382: und im Endeffekt und das hat sie wirklich geschafft ging es darum, 'bin ich bis zu meinem Lebensende muss ich der Familie dienen ... ohne auf meine Interessen zu gucken oder nicht?' (...) da hat sich dieses Muster ... des Opfers und dieses 'ich bin dazu da zu dienen' ... hat sich wirklich ganz ganz aufgelöst kann man sagen ja

Trotz dieser – und unabhängig von diesen – positiven Ergebnisse(n) ist zu konstatieren, dass die Therapiegruppe „Belle Epoque“ langsam und zäh begann.

Frau Dr. B, 10: es war eine zähe Gruppe, die sich sehr langsam entwickelte  
14: ja hauptsächlich zäh es ging sehr langsam in allen Aspekten des Gruppalen voran

Ein wichtiger Grund lag vor allem hierin, dass einige der älteren Patienten noch nie mit gruppentherapeutischen Verfahren Erfahrung sammeln konnten und deshalb auch nicht wussten, wie sie den von ihnen erwarteten Verhaltensweisen entsprechen sollten (s. u. Kapitel 8.2).

## **8.2 Gruppenprozess**

Wie oben bereits thematisiert, begann der Gruppenprozess der Therapiegruppe „Belle Epoque“ langsam und zäh. Dies lag zum einen an den eben genannten unzureichenden Kenntnissen der Teilnehmer über gruppentherapeutische Prozesse, zum anderen aber auch höchstwahrscheinlich daran, dass ältere Personen dieser

Generation es in der Regel nicht gewohnt sind, über sich und ihre Gefühle, über private Beziehungen oder individuelle Schwächen offen zu sprechen bzw. dies auch noch anderen, fremden Personen mitzuteilen (vgl. Bergstein, 2007, 1).

Frau A, 391: wir haben sehr lange gebraucht um aus ner Abwehrgruppe ne richtige Gruppe zu machen (...) bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen' und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

Frau C, 937: die Gruppe ist ganz ganz ganz schwer angelaufen wir haben ja ein ganzes Jahr verträdelte (...) das war besser ja (das zweite Jahr)

Herr F, 1438: es gab äh eine zeitliche Entwicklung (hin zu besserem Verständnis der anderen Teilnehmer)

### **8.2.1 Therapeutische Vorerfahrungen**

Von den neun Mitgliedern der Therapiegruppe „Belle Epoque“ verfügten fünf über psychotherapeutische Vorerfahrungen, die sie in der Regel durch (teil)stationäre Aufenthalte in der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ des LVR-Klinikums Düsseldorf erworben hatten. Die anderen vier Befragten waren vor ihrer Gruppentherapie noch nie mit psychotherapeutischen Verfahrensweisen in Berührung gekommen.

Dies wird auch aus ihren Aussagen zu den Erwartungen, die sie mit der Gruppentherapie verbunden haben, deutlich, in denen einige von ihnen ein sehr mechanistisches Therapieverständnis ansprechen, wodurch das Tempo zwischen Therapeuten und Gruppenmitgliedern kollidierte.

Frau A, 626: ich mein man geht ja dahin ganz blauäugig das ist der Arzt das ist der Patient und dann hilft der ... aber das ist ja ein bisschen anders ... man bekommt also kein Rezept

Herr B, 932: ja! ich glaube der Wunsch war vielleicht da ... dass man Tipps mit auf dem Weg bekommt ... konkrete Sachen ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten gehe und der verschreibt mir Tabletten aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

Nur die Gruppenteilnehmer, die bereits Vorerfahrungen mit therapeutischen Interventionen hatten und zusätzlich noch kommunikativ und redegewandt waren, konnten ihre Vorstellungen situationsadäquat beschreiben:

Frau C, 1112: denke da kann man auch sehr viel lernen (in einer Gruppe) wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch

Herr F, 1497: letztendlich ging es mir ja nur darum dass dass ich ja einen Weg suche wie ich mit meinen Beschwerden äh äh leben kann also äh äh ich gehe nicht direkt davon aus dass ich in allem geheilt werde sondern dass ich nur einen Weg finde wie ich mit meinen Beschwerden zufriedenstellend und glücklich leben kann

Herr J, 1591: deshalb meine ich dass so eine Gruppe sicherlich ganz gut sein könnte, äh um da eben auch drüber zu sprechen und um um dann auch ein bisschen entlastet zu werden ... zu hören was so andere für Probleme haben und und damit zurecht kamen,

Nur Frau G, die die Gruppentherapie kurz vor deren Ende einvernehmlich beendete, thematisiert auch nach der Behandlungszeit noch im Interview, dass sie nicht davon ausgehe, dass Gespräche positive Veränderungen bringen können.

Frau G, 1085: ja ich denke mal in dem Moment man wird ja gezwungen ähm an diesem Nachmittag oder in diesen Stunden äh ja doch darüber nachzudenken was, wie's denn mal gewesen ist sag ich mal in der Kindheit meistens oder viel rührt es ja auch von der Kindheit her oder klar man denkt schon darüber nach 'wie war's bei dir' oder 'ja wie ist es', oder äh nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind gewesen

1095: es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie das kann man a nicht ungeschehen machen

### **8.2.2 Schwierigkeiten psychodynamisch zu denken / sich zu öffnen**

Aufgrund ihrer Unkenntnis und der damit verbundenen Unsicherheit, was in einer Gruppentherapie geschehen wird und was von ihnen als Patienten erwartet wird, fiel es einigen Gruppenmitgliedern auch entsprechend schwer, sich zu öffnen und/oder sehr private Themen anzusprechen

Frau I, 566: es war immer am Anfang war es immer so, eine Stimmung mit der ich nie so ganz klar gekommen bin, äh es war ein Schweigen und dieses Schweigen das war so belastend und das war für mich auch manchmal ganz am Anfang war es wie wie ein Fragezeichen ich fühlte mich irgendwie muss ich jetzt was tun? muss ich jetzt was machen? also es war es war ganz ganz hart

Frau E, 382: ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne (sich einbringen) aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht (...) ich habe die Gruppe das muss ich leider Gottes sagen für mich nicht genutzt es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können

Herr D, 1292: ich musste da ja auch hin das sage ich mir weil ich diesen Mut aufbringen musste, für mich mich der Gruppe zu stellen (...) ich habe auch keinen Mut gefunden was das über mein mein meinen Suizidversuch zu sagen ... das hab ich äh das habe ich also auch mit nach der Zeit nicht fertig gebracht

Frau A, 563: für mich war's sehr schwer mich zu öffnen muss ich sagen, ich hab das eigentlich erst in der Gruppe ein bisschen gelernt

Frau G, 1061: nein wem soll ich das da sagen? (ihre Probleme in der Gruppe) also nein nein also ich denk mal das war auch nicht der richtige Ort

1040: was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja es war schlimm genug und ich also ich möchte da nicht immer rumrühren, also selbst wenn andere erzählen ja man man findet sich ja in irgend einer Geschichte wieder

1092: und versuche für mich die äh weg zu schieben (ihre Kindheitserinnerungen) das ist vielleicht nicht richtig ja aber ... das ist gewesen und äh ich versuche das weit weg zu tun in die hinterste Schublade am besten spricht mich da niemand drauf an

Nach Meinung vieler Befragten dauerte es sehr lange, etwa ein Jahr, bis die Gruppenmitglieder (langsam) anfangen, in die Tiefe zu gehen und auch sehr persönliche Details zu schildern. Öffnete sich dann ein Gruppenmitglied und gab hierbei sehr private Informationen preis, konnte es aufgrund mangelnder Kenntnisse anderer Teilnehmer passieren, dass dies von diesen inadäquat kommentiert wurde, was dann entweder wieder zum (wieder längeren) Verstummen der Betreffenden führte oder – in zwei Fällen – auch zu einer vorzeitigen Beendigung der Therapie.

Herr F, 1563: na ja Konflikte gab's also in, in der Form dass äh am Anfang war das dann der Fall dass zum Beispiel äh bestimmte Leute einfach nicht einsehen wollten dass ihre, Symptomatik äh etwas anders angegangen werden musste, also auch als Beispiel jetzt äh da war jemand da mit seinem mit seinem Tinnitus, der sich immer wieder! über seinen Chef beschwerte ... das ging uns also dermaßen auf den Senkel wenn der immer wieder! seine Ängste mit seinem Chef anführte ja ... und dann habe ich gesagt 'ja Moment Sie Sie reden immer nur von Ihrem Chef, wie sieht's denn bei Ihnen zu Hause in der Ehe aus ... wie sieht's denn in Ihrer Familie aus wie sieht's da aus mit Ihrer Tochter ... und dann natürlich hakten die anderen darauf ein, er sollte doch mal ein bisschen mehr aus seiner Partnerschaft! schildern und dann stellte sich also heraus dass sowohl die Ehefrau, wie letztendlich auch die Tochter, für ihn schon äh äh gewaltige! Probleme darstellten mit ihren Verhaltensweisen ... die er bewältigen musste ne

Frau C, 768: ich habe festgestellt ... dass sie sich eben sehr schwer tun (...) einige sind ja auch ausgestiegen die also wohl den Druck oder das Erzählen oder was nicht nicht äh verkraftet haben geweint und dann dann nie wieder erschienen ... (die) in diese Gruppen- äh dynamik reingeworfen werden und wissen überhaupt und haben keine Ahnung ... ich habe gesehen dass wenn eben jemand mal wirklich gesprochen hat der noch nie in dieser Form konfrontiert worden ist ja völlig aufgelöst weint fix und fertig war und einfach nicht wieder erschien

Frau A, 587: und eine Dame die dann weggegangen ist weil sie sich geöffnet hat und hat sich dann so geschämt dass sie dann nicht mehr gekommen ist

Herr D, 1392: wenn ich mich noch recht erinnere das war eine Dame die kam später dazu (Räuspern) und äh ist dann nach zwei oder drei Sitzungen hat sie die Gruppe wieder verlassen weil sie das glaube ich aus, aus aus ihrer Sicht äh nicht äh durchhalten konnte das war ihr einfach zu viel

Zu dem mangelnden Vorwissen über psychotherapeutische Verfahrensweisen und den Schwierigkeiten, über sich und die persönliche Situation zu sprechen, kommt bei älteren Patienten wahrscheinlich noch ein weiterer wesentlicher Aspekt hinzu, nämlich dass es für diese scheinbar noch immer sehr schwierig ist, sich einzugestehen und zu akzeptieren, dass sie psychisch krank sind. Dies scheint für sie (und eventuell auch für ihre Familien bzw. ihr – auch älteres – Umfeld) noch ein „Makel“ zu sein, den sie sich (und anderen) nicht eingestehen wollen (vgl. Bergstein, 2007, 1), weswegen sie dann oftmals auf rein somatisch bedingten Krankheiten „bestehen“ – wofür Herr F ein Beispiel darstellt.

Herr F, 1375: dass da auch äh gewisse organische Dinge eine Rolle spielen können wie Durchblutungsstörungen und so weiter ne und äh da! wäre es vielleicht meines Erachtens! nach noch mal ein bisschen besser gewesen wenn man da innerhalb der Gruppe zumindest so diese Beschwerdebilder etwas mehr klassifizieren würde wo man die aber auch! zuordnen könnte

1383: ich meine jetzt so in meinem Fall! wo ich äh so diese diese morgens zum Beispiel diesen Schwindel so habe, und diese Benommenheit habe, dass man da vielleicht auch mehr akzeptiert hätte oder gesagt hätte dass das auch organisch bedingt sein kann dass das zum Beispiel neurologisch oder auch jetzt kardiologisch bedingt sein könnte ne äh also dass ist das was ich so ein bisschen vermisse

### **8.2.3 (Nicht) Aktive Teilnahme**

Korrespondierend mit den oben geschilderten Problemen gaben einige Befragte an, Schwierigkeiten gehabt zu haben, den Gruppenprozess aktiv (mit) zu gestalten. Da viele der älteren Patienten es lebenslang gewöhnt sind, auf Fragen, Ratschläge bzw. Hinweise von Ärzten zu warten und auf diese – evtl. unhinterfragt – zu reagieren, fiel es ihnen in der Gruppentherapie sehr schwer, eingetretene Pausen zu überbrücken oder sich gar als erste in einer Gruppenstunde zu äußern.

Herr B, 859: für mich persönlich äh war das Schwierigste, an der Gruppe dass wir immer wenn wir uns trafen wir haben Frau xxxxxxxxx Frau äh Herr xxxxxxxxxx warteten bis wir das Thema anfangen bis wir unsere Probleme und, und das war manchmal sehr schwierig bis da jemand angefangen hat

Herr D, 1221: und manchmal krieg ich kein kein kein äh äh kein will ich gar nicht über irgend etwas reden so dann höre ich nur zu

Frau E, 512: für diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gegessen und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann dann doch jemand was rausgebracht hat

Frau I, 575: wir haben später mehrmals darüber gesprochen und äh na ja, es soll uns na ja es sollte uns aktivieren und es war es ist aber vielen so gegangen den meisten glaube ich ging es so dass also dieser Anfang war so schwer immer wenn's dann einmal im Fluss war dann ging es dann dann war es nicht so schwierig ... und da ich! ja nie die erste bin habe ich mich auch nie getraut da den Reigen (das Gespräch am Anfang) zu eröffnen (Lachen)

Diesen Äußerungen entsprechen auch andere Aussagen der jeweiligen Gruppenmitglieder über ihre Rolle bzw. Position innerhalb der Gruppe.

Frau A, 420: ne tonangebend war ich bestimmt nicht ... aber ich meine ich war schon mittendrin

Frau C, 839: teilweise ja (schwierige Position in der Gruppe) ... dass ich eben dominant dominant bin und (...) dass ich anders etwas anders sehe und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen die also meinten, äh ja ich wüsste ja alles

Frau E, 417: ich war niemand der jetzt so die Gruppe der da irgendwelche Impulse geben konnte

413: ich würde die Position so als, ja aufmerksamer Zuhörer

Frau I, 446: ich wollte nicht gerne reden, nicht weil ich so mundfaul war oder weil ich nicht mitmachte ich war da schon also in Gedanken sehr aktiv ... also ich wollte nie gern im Mittelpunkt stehen

Herr J, 1665: eher so beobachtend ... so ja abwertend abwartend bewertend beobachtend

Als ein Beispiel schildert Frau I, dass sie sich – nach ihrem Verständnis – schon am Gruppenprozess beteiligt hat, dies jedoch von den anderen Gruppenmitgliedern ganz anders beurteilt wurde.

Frau I, 800: man hat mir manchmal gesagt 'ach Du machst auch nicht richtig mit Du machst auch nicht äh Du öffnest Dich nicht' und das Gefühl hatte ich für mich nicht aber es kam eben wohl anders rüber

Auch aus diesem Grund fand sie die Gruppenstunden manchmal auch sehr anstrengend.

Frau I, 504: das hat mich dann dann! hat mich auch diese Gruppe gestört ... insofern gestört dass äh also, ich fühlte mich vollkommen! Klein, und fühlte mich ja ja in der Gruppe, so ganz hinten

521: das war immer so ein ein Punkt der mich also manchmal manchmal! war das so strapaziös für mich wenn ich dann rauskam, dann war ich ich fühlte mich ganz ganz schlecht

#### **8.2.4 Oberfläche und Tiefe**

Die oben aufgeführten Aussagen verdeutlichen nochmals die Schwierigkeiten einiger Teilnehmer, sich aktiv in den Gruppenprozess einbringen zu können. Diese Schwierigkeiten – verbunden mit einer altersspezifischen Zurückhaltung gegenüber neuen Beziehungen – erklären zum Teil die Hemmungen und Ängste einiger Gruppenteilnehmer, ihre privatesten Gefühle und Probleme im Gruppenprozess anzusprechen.

Herr B, 846: wo wir uns, fast alle einig waren war trotzdem obwohl wir zwei Jahre zusammen gesessen haben, war die Meinung dass keiner im Prinzip richtig aus sich heraus gekommen ist

867: es wurde meines Erachtens viel drum herum gesprochen immer es ging mal hier und da mal bei einer Diskussion je nachdem wie weit das Thema ging mal ein bisschen tiefer aber so richtig aus der Seele heraus glaube ich nicht dass da viele waren

Frau E, 402: wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen und so richtig in die Tiefe, ist da selten jemand gegangen obwohl wir ja fast zwei Jahre zusammen waren

Frau G, 1249: wir haben über alles gesprochen und haben nur nicht über das was uns tatsächlich bedrückt hat

1257: weil wir gar nicht in der Lage waren so in der Gruppe auch mal in die Tiefe zu gehen

Frau G spricht hiermit die Thematik an, dass sie von Beginn der Gruppentherapie an nicht geduzt werden wollte und dass der dadurch ausgelöste Konflikt später in der Gruppe als ein Grund der nicht so tiefgehenden Gespräche benannt wurde.

Frau G, 1064: dann warf sich dann irgendwann die Frage auf wie wir uns denn ansprechen mit Vornamen mit Sie oder du und ich hab dann gleich gesagt ich möchte gerne gesiezt werden ne und das fanden alle ganz schlimm ganz furchtbar und, äh ja gut man ist dann darüber hinweg gegangen das war auch okay und dann irgendwann mal jetzt so zum Schluss hieß es ja man könnte ja auch gar nicht so in die Tiefe das Gespräch machen weil wir uns ja noch nicht alle duzen und ich meine ich wusste ja genau dass ich damit gemeint war

1220: ja auf Distanz ja ja das war für mich also klar und von Anfang an vor allem deshalb ich wollte deshalb auch nicht mehr groß geduzt werden

Die anderen Gruppenmitglieder – vor allem die Männer – sahen solche Auseinandersetzungen allerdings nicht als so entscheidend an.

Herr B., 996: es war überwiegend harmonisch ja ja es wurden zwar mal bei anderen wurden mal äh ein paar Worte äh sehr zu Herzen genommen die aber Missverständnisse letztendlich waren oder Telefongespräche da gab es mal eine Zwistigkeit zwischen zwei Damen die haben sich irgendwie missverstanden, aber das betraf jetzt wieder immer nur die zwei Leute und das betraf also nicht die ganze Gruppe da

Dennoch blieb zwischen den meisten der Befragten eine Distanz zu den anderen Teilnehmern.

Frau E, 476: so richtig warm geworden bin ich eigentlich mit niemandem in der Gruppe, aber vielleicht das lag sicher auch an mir

Herr J, 1661: dass die Bindung da so nicht war wir hatten ja auch, sonst äh irgendwie keinerlei keinerlei Verbindung

Einige Befragte gaben an, auch außerhalb der Therapiestunden Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern zu haben.

Frau A, 478: ich hab mich mit einer Frau also ein bisschen mehr zusammen getan  
425: ja habe ich noch (zu einigen immer noch einen intensiveren Kontakt als zu anderen Gruppenmitgliedern)

Herr B, 1007: und die Frauen hatten glaube ich untereinander so ein bisschen auch privat Kontakt die haben sich auch dann irgendwo mal telefonisch mal und äh aber mit den Männern wir hatten also so privat keinen keinen Kontakt

1039: mit den Frauen habe ich mich auch gut verstanden das war nicht so dass wir da das waren keine Probleme nur eben halt äh das waren verschiedene Lebensansichten

Frau C, 859: sie war einfach so fertig ... dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen' ich hab es also schon gelassen Sie anzurufen weil ich spürte, da ist Abwehr

### **8.3 Beurteilung der Gruppentherapie „Belle Epoque“ durch die Mitglieder der Therapiegruppe**

Die oben dargestellten, von den Gruppenmitgliedern selbst geschilderten Schwierigkeiten und Probleme änderten sich für viele Befragte sukzessiv im Laufe der zweijährigen Behandlungszeit. Nach dem Ende der Gruppentherapie beurteilten die meisten von ihnen die Gruppe und den Gruppenprozess positiv. Und ebenfalls die meisten von ihnen würden – wenn es notwendig wäre – wieder mit einer Gruppentherapie beginnen.



Herr B, 996: es (das Umgehen miteinander) war überwiegend harmonisch ja ja

Herr D, 1523: normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft

Frau A, 391: und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

Frau C, 791: zum Schluss ist also alles auch äh sehr gut gelaufen wir hatten ja auch welche aus der Tagesklinik und das merkte man eben

Herr J, 1577: zu der Gruppe so ja was soll ich dazu sagen? auch, äh für mich war es einfach wichtig oder oder oder, gut zu hören was so andere für Probleme haben und und damit zurecht kamen

Drei Gruppenmitglieder weisen rückschauend darauf hin, dass sie die Gruppe auch als belastend empfunden haben.

Herr D, 1240: so wenn ich im nachhinein oder in der in der Rückschau überlege war es auch immer so dass ich äh äh dass ich sagte 'hach es ist auch froh ich bin auch froh wenn ich also mal nicht diese Leute sehen muss' obwohl sie mir ja gar nicht getan haben obwohl sie auch vieles, mit was gegeben haben aber hach dann sag ich Ferien ich will einfach mal Ferien

Frau G, 1026: ich habe immer nach dieser Gruppe immer ziemlich fertig und zwar von dem Zuhören was andere haben, mich hat das dermaßen belastet ich war immer ich sag mal, zwei drei Tage also immer irgendwo total daneben

1133: ja ja da waren schon so verschiedene Sachen wo ich dann gedacht habe 'ne das musst du jetzt nicht noch mal erleben' ne denn das hat manchmal so weh getan auch so so äußerlich also dass ich gedacht hab ne also jetzt (Lachen) ich war immer ganz froh wenn die Stunde dann vorbei war

Frau I, 188: ja manchmal war es schon ein Prozess zum Beispiel auch dieses Erkennen äh meine Mängel die mir ja auch dann aufgezeigt wurden und das ist ja das war ein bisschen, unangenehm ... und ich bin oft aus der Gruppe gegangen also ich war sehr aufgewühlt und war äh ja, weiß ich nicht manchmal hatte ich das Gefühl ich will gar nicht mehr hingehen (...) ja es war schon belastend

203: ich hab mich dann zu Hause damit beschäftigt also ich muss sagen also dass es ist nicht nur die Gruppe war die Stunde war sondern auch das zog sich dann auch also fast durch die ganze Woche wo ich immer wieder mit den äh Themen oder mit den Gedanken, dann beschäftigt war ...

Dennoch berichten die meisten von ihnen, dass sie – wenn es notwendig wäre – wieder mit einer Gruppentherapie, zwei von ihnen lieber mit einer Einzeltherapie, beginnen würden.

Frau A, 19: also im Moment könnte ich's gut gebrauchen (die Gruppe)

Herr B, 857: äh hätte mich aber jetzt wieder angemeldet

Frau C, 380: also ich würde wahnsinnig gerne eben wieder in in eine Gruppe gehen äh oder eine Selbsthilfegruppe gründen mit Menschen die ähnliche Schwierigkeiten +haben

780: gerade im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen Jahren und da fänd ich's nun wieder schön wenn eine Gruppe zustande kommen würde, die eben sag ich mal schon ein bisschen Vorkenntnisse hätte

1241: ich würde mich nur freuen wenn noch mal so eine Gruppe entstehen würde da würde ich mich sehr freuen

Herr F, 1772: ich hätte normalerweise noch weiter machen können

1946: und ich persönlich äh bin wieder auf der Suche, nach so einer Gesprächsgruppe wie es da oben halt der Fall war

Frau I, 544: ich würde es auch noch mal machen denn ich setz mal voraus alles wäre so wie es auch damals war ... es war auch für mich dann abgelaufen es war auch für mich die Zeit war dann auch zu Ende also ich hätte nicht weitermachen wollen (...)

782: ich bin froh dass ich das gemacht habe dass ich die Erfahrung gemacht habe, in der Gruppe

Herr J, 1622: anfangs habe ich gedacht ich brauche das nicht ... aber ich denke das wäre, wäre ganz gut gewesen wenn da noch mal wieder was, gekommen wäre (eine neue Gruppe bzw. eine Fortsetzung)

Auch Frau G, die die Gruppentherapie vorzeitig beendete, äußert im Interview Interesse an einer Fortsetzung – allerdings lieber in einer Einzeltherapie.

Frau G, 5: ich hab das ja abgebrochen

1055: also ich wie gesagt ich hab dann halt gedacht komm warum musste Dir das jede Woche antun und man ist da schon hingefahren so nach dem Motto 'oh Gott wer weiß was es diese Woche wieder gibt' ja (...) und da hab ich gedacht 'musst du dir das eigentlich alles antun? musst du eigentlich hier eigentlich Rede und Antwort stehen warum und wieso? das willst du doch alles gar nicht'

1337: aber ich denke mal nicht mehr in einer Gruppe das ist vertane Zeit ja

1329: also ich denk mal wenn ich noch mal wählen dürfte oder sollte ich würde mich natürlich dann eher für ein Einzel- eine Einzeltherapie entscheiden ja ich weiß jetzt auch nicht ob das was bringt

Als persönliches Resümee des langsam anlaufenden und zähen Gruppenprozesses thematisieren Frau A und Frau C auch das Alter der Teilnehmer als mögliches Hindernis.

Frau A, 391: wir haben sehr lange gebraucht um aus ner Abwehrgruppe ne richtige Gruppe zu machen ich weiß nicht woran das liegt, ob dass das Alter ist oder so, ich weiß es nicht

Frau C, 754: mein Fazit dieser Gruppe sieht so aus dass ich mir sage es ist sehr sehr schwierig mit älteren Menschen die noch nie mit einer psychotherapeutischen äh Geschichte in Verbindung gekommen sind zu arbeiten

961: es wurde eben sehr viel Anleitung gebraucht damit (die) überhaupt begriffen 'warum bin ich denn hier?'

#### **8.4 Beurteilung der Gruppentherapie „Belle Epoque“ durch die Therapeuten der Therapiegruppe**

Ähnlich wie es die oben aufgeführten subjektiven Aussagen der befragten Gruppenmitglieder wiedergeben, beurteilen auch die beiden Therapeuten den Behandlungserfolg positiv und den Gruppenprozess als langsam, schwerfällig und zäh sowie im zweiten Behandlungsjahr als effektiver als im ersten.

Nachfolgend werden hierfür als Beispiele vorab einige Aussagen von beiden Seiten sehr kompakt (und später ausführlicher) sich gegenüber- bzw. dargestellt.

Therapeutin Frau Dr. B, 72: die hatten sich immer selbständiger äh benommen ne ... die haben dann, schon, es kam immer wieder so zyklisch diese Wünsche nach ähm mehr von unserer Seite ... aber trotzdem waren die dann, autonomer

Frau C, 791: zum Schluss ist also alles auch äh sehr gut gelaufen wir hatten ja auch welche aus der Tagesklinik und das merkte man eben

Therapeutin Frau Dr. B, 568: wenn die über sich erzählen sollten, wobei letztendlich haben es alle gemacht in mehr oder weniger, und dann konnten sie davon auch profitieren aber es war große Angst sich heraus zu zu wagen ja ... sozusagen mit ihrem Inneren sich da präsentieren riesen große Angst

Frau A, 563: für mich war's sehr schwer mich zu öffnen muss ich sagen, ich hab das eigentlich erst in der Gruppe ein bisschen gelernt

Herr D, 1293: dass ich darüber rede wie es mir ging das liegt ja damals das hätte ich ja nie gedacht bei der stationären Behandlung dass ich sagte ich bin wegen Depressionen hier

Therapeutin Frau Dr. B, 621: ja ich denke schon das was die auch alle sagten es war wichtig zu sehen, wie unterschiedliche Leute trotzdem ähnliche Probleme haben

Frau C, 1112: denke da kann man auch sehr viel lernen (in einer Gruppe) wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch

Herr J, 1577: für mich war es einfach wichtig oder oder oder, gut zu hören was so andere für Probleme haben und und damit zurecht kamen  
Die auffälligsten Unterschiede gibt es bei der Bewertung der psychotherapeutischen Vorgehensweise: dass die Gruppe selbst und autonom agiert mit möglichst wenig Führung, was von den meisten Gruppenmitgliedern auch nach dem Ende der Therapiesitzungen noch immer kritisch thematisiert wird.

Therapeutin Frau Dr. B, 10: es war eine zähe Gruppe, die sich sehr langsam entwickelte ... ja hauptsächlich zäh es ging sehr langsam in allen Aspekten des Gruppalen voran

Frau C, 937: die Gruppe ist ganz ganz ganz ganz schwer angelaufen wir haben ja ein ganzes Jahr vertrödelt (...) das war besser ja (das zweite Jahr)

Therapeutin Frau Dr. B, 20: die Erwartung äh von diesen Älteren dass es irgend wie, autoritär von oben gemacht wird war viel größer ne die wollten ständig irgend welche Art Anleitung, und an der anderen Seite hatten die mit ihren persönlichen Informationen sehr lange hinter dem Berg ... gehalten+ warteten immer bis die nächs- bis die anderen kommen

Frau A, 617: das einzige was ich sag vielleicht am Anfang wenn man gemerkt hat dass wir so schwerfällig waren und sich nicht geöffnet haben ... vielleicht hätte man uns nen Stups geben können ... aber sie sagten dass wär nicht ihre Sache dass wäre unsere Sache zu reden

Frau E:, 509: es wurde mal in der Gruppe bemängelt also dass die Therapeuten, nicht so den Anfang gemacht haben wenn da so eine Stille war und, das wurde mal bemängelt, aber man weiß ja dass die dafür nicht da sind dafür nicht da sind für diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gesessen und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann dann doch jemand was rausgebracht hat

Therapeutin Frau Dr. B, 540: die wollten so eine Art Rezept ... dieses Rezept hatten die aber nie von den Mitpatienten erwartet ... dieses Rezept hatten die von uns erwartet ... und äh die Mitpatienten hatten die eher als gemeinsame Interessengruppe wahrgenommen die uns gegenüber die Ausgabe der Rezepte mit Nachdruck! Ver- verlangen kann ja so würde ich es sagen ... eher so mechanistische auch mit diesem mechanistischen auch Medizinverständnis ja man hat also Halsschmerzen man kriegt ... ähm ein Medikament und dann wird es gut sein

Frau A, 626: ich mein man geht ja dahin ganz blauäugig das ist der Arzt das ist der Patient und dann hilft der ... aber das ist ja ein bisschen anders ... man bekommt also kein Rezept

Herr B, 932: ja! ich glaube der Wunsch war vielleicht da ... dass man Tipps mit auf dem Weg bekommt ... konkrete Sachen ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten gehe und der verschreibt mir Tabletten aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

Die großen inhaltlichen Übereinstimmungen zwischen den Äußerungen und Bewertungen der befragten neun Gruppenmitglieder und den der beiden Therapeuten legen die Schlussfolgerungen nahe, dass die älteren Patienten im Verlauf der zweijährigen Behandlungszeit viele neue Erfahrungen gemacht und viele neue Erlebniswelten kennen gelernt (und auch verinnerlicht) haben – ohne dies jedoch

aufgrund ihrer unzureichenden Kenntnisse der gruppenpsychoanalytischen Arbeit differenziert erkennen, beschreiben und bewerten zu können.

Aufgrund der oben (in Kapitel 8. 3) ausführlich dargestellten Beschreibungen und Bewertungen der Gruppenmitglieder zur Therapiegruppe „Belle Epoque“ und den großen inhaltlichen Übereinstimmungen mit den Aussagen der beiden Therapeuten, sollen die Äußerungen von letzteren im folgenden nur noch sehr kompakt aufgelistet werden – dies auch vor dem Hintergrund, dass diese Textsegmente in ihrer vollen Länge auch schon bereits im vorangegangenen Kapitel 7 enthalten sind.

#### **8.4.1 Behandlungserfolg**

Während bei diesem Thema Frau Dr. B in ihren Äußerungen explizit auf verschiedene Aspekte einer positiven Entwicklung verweist, spricht Herr Dr. A in seinem Interview den großen Therapiebedarf dieser Altersgruppe an.

Therapeutin Frau Dr. B, 72: die hatten sich immer selbständiger äh benommen ne ... die haben dann, schon, ... waren die dann, autonomer

568: wenn die über sich erzählen sollten, wobei letztendlich haben es alle gemacht in mehr oder weniger, und dann konnten sie davon auch profitieren aber es war große Angst sich heraus zu zu wagen ja ... sozusagen mit ihrem Inneren sich da präsentieren riesen große Angst

621: ja ich denke schon das was die auch alle sagten es war wichtig zu sehen, wie unterschiedliche Leute trotzdem ähnliche Probleme haben ... äh es war ein gutes Gefühl dass man in an der Stelle der äh des Lebens ja ... andere treffen kann mit denen man wirklich vor denen man sich nicht so oder so oder so verhalten muss sondern am im Endeffekt offen sein kann auch mit negativen Seiten ... weil auch die Männer die sind auch in Gesellschaften wo man eher prahlte mit äh Erreichtem ne als ... das man und äh das einzig Anerkannte war Herzinfarkt oder so so dass man sich nicht so wohl fühlte oder so Ängste hatte das war sicherlich äh nicht vermittelbar ja ... und das hatten die geschätzt, und irgendwo auch dieses regelmäßige Zusammentreffen ja ... dass es, dass es wirklich immer da war, das war wiederum für die die eher allein waren wie Frau I Frau A Frau C ja ... so im Sinne von äh es gibt eine Gruppierung wozu ich gehöre und was ich als meins erlebe Herr D aber auch ... bei einem Herrn B oder Herrn äh J war es eher so äh hier ist eine Plattform wo ich mit meinen Ängsten, wirklich ganz offen umgehen kann und wo ich auch zum Beispiel wir hatten ein bisschen geübt mit Herrn B vor dem vor dem äh Gerichts- ja ... so dass äh ein bisschen konkret gucken und nicht so ausgeliefert und allein sein ... das glaube ich waren wichtige Punkte

Therapeut Herr Dr. A, 379: ja auf jeden Fall ... also ähm ich bin ein bisschen ich bin ein bisschen skeptischer geworden jetzt im im Verlaufe des letzten Jahres sagen wir mal äh wie man wie man diesem Therapiebedarf gerecht wird ja also sagen wir mal

aufgrund meiner ... späteren Gegen-Übertragung, aber auf jeden Fall der Bedarf ist da ne also äh wir haben diese Gruppe ja seinerzeit in kurzer Zeit zusammen gestellt rekrutiert also es gibt, viel Nachfrage in dem Alter das ist ganz klar ähm es hat sich in der Gruppe auch gezeigt dass es spezielle Themen sind dass es Sinn macht ne? ... sozusagen da was Altersspezifisches anzubieten wo es ne eben um diese Fragen postfamiliale äh Lebensgestaltung Berentung, äh Ausblick auf's Älterwerden Nachlassen der körperlichen Ressourcen ne ist ja klar ... es gibt ne ganze Menge Themen die äh die mit dem Alter zu tun haben mit speziell dieser Altersgruppe

#### **8.4.2 Gruppenprozess**

Auch bei der Einschätzung des Gruppenprozesses ergänzen sich die beiden Therapeuten, indem sie inhaltlich ähnliche Aspekte der Gruppenmitglieder thematisieren.

Die Reihenfolge der nachfolgend dargestellten Themen orientiert sich dabei am – im Kapitel 3.3 bereits dargestellten – Interview-Leitfaden.

Bei der **Entwicklung des Gruppenprozesses** spricht Frau Dr. B das bereits oben zitierte zähe Beginnen des Prozesses an und Herr Dr. A verweist auf die Lebenserfahrung der älteren Patienten.

Therapeutin Frau Dr. B, 10: es war eine zähe Gruppe, die sich sehr langsam entwickelte ... und sich Verständigen untereinander und äh Gruppe zu bilden war hier langsamer und schwieriger als bei den anderen, Alterskategorien

Therapeut Herr Dr. A, 32: also was mir auf Antrieb einfällt eben ähm was besonders war an dem Prozess, äh dass die äh die Patienten schon auch so eine besondere Haltung, mitbringen durch das Alter durch die Lebenserfahrung dass, ähm äh also was man so im im Therapeutenjargon ressourcenorientiert arbeiten nennt ... da entsteht nicht irgendwie was Neues in der Therapie sondern die bringen einfach jeder jeder Teilnehmer bringt schon ganz viel Lebenserfahrung mit viel, viel Routinen wie man mit Symptomen umgeht wie man bestimmte Krisen bewältigt und und so ne? also dass dass man also viel mehr hat auf dass man so zurückgreifen kann

Therapeutin Frau Dr. B, 21: die wollten ständig irgend welche Art Anleitung  
540: die wollten so eine Art Rezept ... dieses Rezept hatten die aber nie von den Mitpatienten erwartet ... dieses Rezept hatten die von uns erwartet  
560: aber erstmals 'ich weiß nichts die Therapeuten wissen alles' ... und 'die Therapeuten müssen es uns geben das was die wissen' ... und 'das ist böse wenn die uns das nicht geben'

Zusätzlich zu diesem Unterschied in der therapeutischen Arbeit mit anderen, in der Regel jüngeren Altersgruppen, gibt es nach Meinung der beiden Therapeuten noch weitere **unterschiedliche Aspekte bei der Behandlung** der älteren Patienten.

Therapeutin Frau Dr. B, 82: diese Gruppe war aggressiver als ... nach meinen Erfahrung mit den Jüngeren ... äh aggressiver im Sinne von, viel, Ungebremsten hatten sie kommentiert die, Sachen die die anderen sagten unter solchen normativen, Standpunkten ne ... so wie kann man nur oder so was macht man nicht ja ... was aber natürlich nicht dem ganzen gruppalen Prozess nicht besonders gut tat weil äh ... das hat wiederum die eher Scheuen die versuchten dann sich zu öffnen wieder verschreckt

110: gleichzeitig waren die schon auch fürsorglich ... so auf einer Alltagsebene fürsorglich, dass die sich angeboten hatten zum Beispiel einander ins Krankenhaus zu begleiten oder so ... das ist ungewöhnlich ja solche Gruppen jüngere Gruppen gehen zwar Bier trinken aber so wirklich handfest, sich zu helfen das ist nicht so üblich

120: die waren sehr lange so Einzelkämpfer in der Gruppe (...) die taten sich wirklich schwer eine Gruppe zu bilden

533: die waren wenig gruppal ... insgesamt ja (Stöhnen), irgendwie wollten die nichts geben ... und hatten sie sich auch mit relativ wenig Nehmen letztendlich auf der Ebene des Auseinandersetzens mit den Konflikten ... zufrieden gegeben, muss man klar sagen

575: die Jüngeren sind, gewohnt über sich zu reden ... und über sich nachzudenken und sich so wirklich ein bisschen psychomäßig zu sehen ja ... so mehr intrapsychische Welten auch vor sich irgendwie, offenbaren

Therapeut Herr Dr. A, 444: das ist noch ein wichtiges Phänomen das das fand ich auf Antrieb angenehm äh mit ein bisschen Abstand aber dann auch, problematisch ähm ich fand diese Gruppe von Anfang an ähm sehr sehr viel höflicher, im Umgang mit einander ne ... als ich das aus aus jüngeren Gruppen kenne, also so äh so als ob eben jetzt unter diesen älteren Menschen Etikette viel! viel stärker äh na sagen wir äh auswirkt auf die Art wie man miteinander umgeht, die haben sich lange darüber auseinander gesetzt ob sie sich siezen oder duzen in der Gruppe und einige haben auch darauf bestanden gesiezt zu werden ne? ... aber es hatte auch einen problematischen Aspekt eben äh dass dadurch Dinge Dinge nicht unausgesprochen bleiben ne also sozusagen indem man immer höflich und freundlich mit einander umgeht äh die Dinge die man wirklich denkt ja viel länger brauchen bis sie dann mal ausgesprochen werden

Und – fast schon erwartet – werden in der Gruppe „Belle Epoque“ auch **andere Themengebiete** als in den üblichen – jüngeren – Therapiegruppen angesprochen.

Therapeutin Frau Dr. B, 189: es war spürbar, dass der, na ja Alter! hat eine Rolle gespielt Begrenztheiten die durch Alter und Krankheit ... entstanden sind, soziale Ungerechtigkeiten die durch Alter entstanden sind ne? bei denen ne die keinen Job mehr gekriegt hatten weil die schon so alt waren wie die waren ähm und viele Bilanzgeschichten die Frauen mit ihren Kindern 'habe ich es richtig gemacht oder nicht?' ... ja 'wie war es mit dem Mann? warum ist es so so gekommen?'

494: ja also das war wichtiges Thema die äh schon sehr intensiv in der Gruppe äh besprochen worden ist ob die Eltern immer Eltern bleiben ja oder ob die erwachsenen ... Kindern in Vierzigern ob man mit denen auch schon ganz anders umgehen kann ja ... offener, auch oh jetzt nicht nur also äh äh helfen bei Krankenhausauswahl sondern auch dass man sich wie mit gutem Freund unterhalten kann ne

583: in dieser Gruppe reden die Männer nicht untereinander über ihre Sorgen oder über wirklich intime Probleme ... und reden Frauen letztendlich auch nur mit Vorbehalt untereinander

Therapeut Herr Dr. A, 188: das sind dann mehr so die Alltagsthemen ... da geht es nicht mehr um Symptome und das ist eben so auch in einer Gruppe ne also man redet nicht über die Beschwerden sondern man redet eigentlich übers Leben ... und äh ja und dann sind es die klassischen Unterschiede die Männer von der Tendenz her ein bisschen mehr über, ja die Bedeutung verlieren indem man nicht mehr im Beruf ist ... was macht man jetzt, und die Frauen mehr über die die Ablösung der Kinder ähm, es gab etliche in der Gruppe ich weiß nicht ob das ein Zufall ist ne aber äh ich sag mal ich muss mal an Globalisierung denken ... also wo die Kinder weit weit weg waren also ein Sohn in xxxxxx (Staat in Nordamerika) ein Sohn in xxxxxxxx (Staat in Südostasien) äh auch über ganz über Deutschland verstreut ne also ähm das war schon so ein gemeinsames Thema aber mit so ein bisschen einem Akzent dass mehr bei den Frauen aufkommt ähm dass die Kinder weit weg sind und man sich eigentlich mehr! familiäre Bindung auch wünschen

541: dass bei bei jüngeren Patienten ähm die Themen glaube ich noch sozusagen ein ein bisschen, man kann sagen pragmatischer sind ne also man hat ein Ziel irgend etwas zu erreichen für sein Leben ... also ich möchte wieder einen Arbeitsplatz finden oder ähm ich möchte wieder lernen mh, die und die Situation angstfrei auszuhalten ... und ich glaube ne eben so so diese äh diese kleinen klein formulierten auch sagen wir mal operationalisierten Ziele die sind bei den den Patienten in der Altersgruppe ein bisschen im Hintergrund ne also da geht es dann wirklich mehr ums Grundsätzliche

Beide Therapeuten stellten auch **Unterschiede zwischen den Frauen und den Männern** der Therapiegruppe fest.

Therapeutin Frau Dr. B, 148: ja Männer waren mehr auf Harmonie aus ... und auch solches, Nichtsehen von Problemen, Nichtbenennen ... äh eher so unter den Teppich kehren Frauen hatten das auch gemacht aber wenn dann waren die es eher die die Sachen beim Namen nannten

245: die Frauen ... waren eher bereit, Sachen aus zu diskutieren oder letztendlich wegen wenigstens gegen Ende der Gruppe per Namen zu benennen wie Frau A mit ihrem Mann

197: die Frauen waren alle getrennt außer einer ... die Männer, lebten alle in fürsorglichen Beziehungen ja so das war zum Beispiel auch Unterschied zwischen Männern und Frauen

134: die Frauen in der Gruppe ... hatten fast alle Kinder im Ausland ... und da fuhren die die besuchen ne und wenn die nicht konnten dann hatten die sich wenigstens die neuesten äh, Errungenschaften von diesem web\_com und so ja so da waren Frauen nicht Männer Männer waren konservativen konservativer ... aber Frauen waren



letztendlich sehr! bereit aus deren ja, so Puschen zu kommen um in Kontakt mit Kindern Enkelkindern und so, da waren die plötzlich unglaublich modern

206: die Männer die gingen an die Beziehungen mit den Frauen viel weniger ran und ... wenn dann eher versteckter das ist auch unterschiedlich Beziehungen sind Thema in jüngeren Gruppen immer ... hier war es eher so dass aber war auch aber eher so bilanzmäßig wobei bei den Männern ging es darum dass die Frauen die ja ohne wenn und aber unterstützen ... und akzeptieren wie die sind, ja bei Frauen ging es mehr darum ob die sich auseinander setzen können oder nicht

Therapeut Herr Dr. A, 169: ja auf jeden Fall ... auf jeden Fall übrigens auch äh, ähm dass wir hatten durchgängig äh so ne so ne Sitzordnung (Lachen) auf der einen Seite die Frauen und auf der anderen Seite die Männer sitzen ... das hat das hat sich über die ganze Gruppe hinweg durchgehalten

#### **8.4.3 Folgerungen aus der Arbeit mit der Therapiegruppe „Belle Epoque“**

Wie die oben dargestellten Äußerungen der beiden Therapeuten zeigen, gibt es deutliche Unterschiede zwischen dieser Gruppe und Gruppen mit jüngeren Patienten. Dies führte bei der Behandlung der Gruppe „Belle Epoque“ auch zu Modifikationen der therapeutischen Tätigkeit.

Therapeutin Frau Dr. B, 28: ja man musste viel intensiver mit den einzelnen arbeiten und viel länger ... insgesamt und schon auch so eine Art äh psychopädagogische ja so Erklärungen ... was ist die Gruppe? was erwarten wir? wie geht man in der Gruppe miteinander um? welche Informationen wir da also die Patienten in der Gruppe austauschen sollten et cetera et cetera das musste man sehr! oft wiederholen (...) ja sagte ich man musste viel mehr führen

435: aber trotzdem, man hatte das jetzt auch wieder zu Ihrer ersten Frage man hatte das Gefühl dass auch erarbeitete Themen irgendwie nicht so blieben ... man musste öfters, erinnern 'wir hatten doch und das wurde schon und es war schon gelöst' und ... 'damals hatten Sie gesagt' ja so so in dem Sinne dass die sehr schnell in alte Muster verfielen ... und das Neue eben, wieder beiseite schoben

Und deshalb schlägt Frau Dr. B für weitere Gruppentherapien mit älteren Patienten folgende Änderungen vor:

Therapeutin Frau Dr. B, 597: also ich glaube+ äh äh diese Gruppen müssten wirklich Einführungsgruppen haben ... so psychoedukative Einführung ... sowohl in Methode als auch in unser psychodynamisches Denken ja ... so dass heißt sowohl in das wie eine Gruppe funktioniert was man bedenken muss und kleine Übungen dazu so Rollenspiele ... als auch wirkliche, unser Verständnis der Erkrankung und Entstehung der Erkrankung aus der frühkindlichen Entwicklung ... erstmal quasi als äh Theorie ja so dass man sich dann in den therapeutischen äh (Stöhnen) Stunden dann später auf diese Sachen noch mal berufen könnte ja ... es läuft nicht von allein (/ also allein das Vokabular zu schaffen das Bewusstsein zu schaffen?) Vokabular die Grenzen ja in welchen Koordinaten sich das Ganze bewegt ja und das erst wirklich klar machen ... das denke ich schon

Gruppentherapien wie die mit der Gruppe „Belle Epoque“ scheinen für die (in der Regel meist jüngeren Therapeuten) deshalb auch belastender zu sein als die Tätigkeit mit den „üblichen“ Patienten.

Therapeutin Frau Dr. B, 663: weil es doch, mit diesen Erscheinen von äh den äh schwierigen Krankheiten das natürlich in dieser Grup- Altersgruppe viel wahrscheinlicher ist ... als in einer Gruppe von Dreißigjährigen da kann es auch passieren aber es ist nicht so wahrscheinlich, das war schon äh anstrengend (...) akute körperliche+ Krankheiten kamen da ... viel mehr dann irgendwie waren viel mehr im Raum ne so Herr F (...) Frau A Herr J alle drei an entscheidenden Krankheiten ... erkrankt ja so das war, äh (...) das war schon belastend ja ... zum Beispiel sehr belastend

Und deshalb war sie zum Zeitpunkt des Interviews auch erleichtert, aktuell keine Therapiegruppe mit älteren Patienten mehr zu haben.

Therapeutin Frau Dr. B, 683: nach der Gruppe kam hauptsächlich die Erleichterung jetzt muss ich mich nicht einmal in der Woche mit diesen ... krankheitsbedingten, Ängsten und was bedeutet das für die Gruppe ... und wer wie geht die Gruppe damit um beschäftigen ne

## **8.5 Diskussion**

Wie schon im ersten Absatz der vorliegenden Dissertation thematisiert, wurde wissenschaftlich bereits geklärt, dass Psychotherapie mit älteren Personen sinnvoll und erfolgreich ist (vgl. Seeberg 2007, 369). Deshalb befassen sich neuere Untersuchungen inzwischen mit den Fragen, durch welche besonderen Merkmale sich Therapiegruppen mit älteren Teilnehmern auszeichnen und davon ausgehend, welche Auswirkungen diese spezifischen Merkmale auf die Ausgestaltungen und Modifikation der Alterspsychotherapie haben. So beschreiben Heuft u. a. „dass es für Alternde keiner „neuen“ Psychotherapie bedarf. Vielmehr gilt es, die bestehenden psychotherapeutischen Methoden und Techniken auf notwendige Modifikationen hinsichtlich ihres Einsatzes in der Alterspsychotherapie zu untersuchen“ (2006, 17).

Für die hier vorliegende Diskussion bedeutet dies, den Gruppenprozess in dieser spezifischen Altersgruppe zu betrachten und ihn nach altersbezogenen Besonderheiten, Strukturen, Aspekten, Themenbereichen, Erwartungen und besonderen Konstellationen (z. B. in Bezug auf die altersabhängigen Übertragungen und Gegenübertragungen) hin zu analysieren und im Lichte der von anderen Autoren publizierten Befunde und Überlegungen zu diskutieren.

Die Untersuchungsergebnisse (vgl. Kapitel 4ff) zeigen, dass die überwiegende Mehrzahl der Mitglieder der Therapiegruppe positive Veränderungen ihrer Symptomatik beschreiben bzw. auf neue Erkenntnisse hinweisen, die sie im Rahmen der Gruppenpsychotherapie erlangen konnten.

Trotz dieser positiven Ergebnisse fällt der langwierige und zähe Gruppenprozess auf, der von allen Teilnehmern und den beiden Therapeuten beschrieben wurde. Nachfolgend soll deshalb diskutiert werden, in wie fern die – von den Patienten und Therapeuten – genannte Beschwerlichkeit im Therapieprozess mit den Besonderheiten einer Alterstherapiegruppe in Verbindung stehen und welche Aspekte hierbei für nachfolgende Gruppen mit älteren Patienten von Bedeutung sein können.

In der Untersuchung zeigte sich, dass das Alter der Patienten einen starken Einfluss auf die Themen- und Problembereiche in der Gruppentherapie ausübt. Im Mittelpunkt der Therapiesitzungen standen oft die Themen Krankheit, Nachlassen physischer und psychischer Fähigkeiten, Verluste nahe stehender Personen, Angst vor dem Alleinsein, das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden sowie Pflegebedürftigkeit und Tod. Weitere angesprochene, altersspezifische Problembereiche waren das bevorstehende, gerade eingetretene bzw. schon vollzogene Ausscheidenden aus dem Erwerbsleben, die Auseinandersetzung mit der Situation „im Ruhestand“, das Alltagsleben mit der auch älter gewordenen Ehefrau bzw. dem Ehemann und Verluste von Sicherheit und Status. Diese Problembereiche wurden bereits von Radebold (vgl. 1983, 81) sowie von Sophie Freud (vgl. 2000, 309f) als spezifische Themen und Probleme von Patienten im Alter zwischen 60 und 70 Jahren beschrieben. Heuft u. a. weisen in diesem Zusammenhang explizit auf die Bedeutung der oft weit reichenden physiologischen Veränderungen des eigenen Körpers hin: „Bisherige Triebbefriedigungen und bisherige Objektbeziehungen stehen während des Alterns so nicht mehr verlässlich zur Verfügung. Daher wird der alternde Körper immer mehr zum letzten Partner bzw. zum letzten und einzigen Verbündeten. Sein verlässliches Funktionieren garantiert die Verlässlichkeit der (potenziell zunehmend eingeeengten) Welt“ (1999, 304). Das Nachlassen der physiologischen Verlässlichkeit wirkt sich auch auf das subjektive Erleben und die psychische Entwicklung der Betroffenen aus, da „die innerpsychische Bedeutung unverändert entscheidende Wichtigkeit für Erleben, Bearbeiten und Bewältigen (hat)“ (Radebold, 1999, 322). Nach Radebold können diese physiologischen Alterungsprozesse zu schweren narzisstischen Kränkungen und Beschämungen führen: „Diese betreffen den sich verändernden Körper sowie den abnehmenden Status einschließlich Macht und Einfluß“ (1998, 159).

Auf solche narzisstischen Kränkungen und Beschämungen weisen auch Befunde der hier vorliegenden Untersuchung hin. Während Männer z. B. bei der Frage nach der Beschreibung ihres Körperbildes auf ihre noch bestehende Leistungsfähigkeit verwiesen, beantworteten Frauen diese Frage mit ihrer noch bestehenden Attraktivität. Keiner der befragten Patienten äußerte sich überwiegend positiv zu Fragen nach den persönlichen Altersprozessen.

Einen Einfluss auf die hier befragten Patienten könnten auch die Langzeitfolgen des Zweiten Weltkrieges haben, da alle Patienten in den von Radebold geschilderten Zeitspannen geboren wurden: "zu diesen Langzeitfolgen gehören – eindeutig belegt – psychogene Beeinträchtigungen, psychische Müdigkeit bis diffuse Depressivität, Angstzustände/Panikattacken (meist im Zusammenhang mit fortbestehenden Posttraumatischen Belastungsstörungen), diffuse funktionelle Beschwerden, Bindungs- und Identitätsstörungen sowie eingeschränkte Lebensqualität. Dazu treten bestimmte Selbst- und Idealbilder – insbesondere bei Männern – die keinen brauchbaren, geschweige denn befriedigenden Umgang mit dem eigenen Körper erlauben" (2004, 227).

Bei der Analyse der einzelnen Themenbereiche zeigt sich, dass die älteren Gruppenmitglieder stark in ihren Geschlechterrollen verhaftet waren. Während für die Frauen die Loslösung von ihren Kindern die entscheidende Rolle spielte, stand für die Männer stärker der Verlust des Berufes und des damit verbundenen Status im Vordergrund. Auf die hauptsächlich von den Frauen beschriebene Problematik verwiesen bereits Wiesenhütter und Battegay. Nach Wiesenhütter kehrt sich am Ende des Lebens die Dynamik der Eltern-Kind-Beziehung um. Es geht nicht mehr um die Verselbstständigung und Ablösung der Kinder von ihren Eltern, sondern vielmehr um die Ablösung der Eltern von ihren Kindern (vgl. 1989, 10). Auch Battegay beschreibt, dass eine zentrale Aufgabe für die ältere Frauen das „Loslassen-Können der eigenen Kinder und das Finden neuer Lebensinhalte und Aufgaben“ ist und verweist auf die Aufgabe der Gesellschaft, diese Möglichkeiten zu schaffen (vgl. 1997, 60).

Die genannten Themenbereiche der Krankheit und des körperlichen Abbaus werden begleitet von Gefühlen der Trauer, Vergänglichkeit und Angst und der Beschäftigung mit dem Tod. In der Psychotherapie mit älteren Patienten erhalten diese „Tabuthemen (Alter und Tod)“ (Wenglein, 1997, 9) eine weitaus größere Stellung als in der Behandlung jüngerer Patienten und konfrontieren alle Teilnehmer (sowohl Patienten als auch Therapeuten) mit den „negativen, von Jüngeren oft gefürchteten Aspekten des

Alters“ (Radebold, 2000, 232). Des Weiteren verändern sich nach Radebold die ursprünglichen psychotherapeutischen Aufgaben der Therapeuten dahingehend, dass die Behandlung von z. B. akuten psychosomatischen Erkrankungen eher in den Hintergrund rückt und durch die Aufgaben ersetzt wird, sich mit dem Älterwerden der Patienten und ihren vielfältigen Verlusten und Einschränkungen sowie den Veränderungen ihrer sozialen Rollen und dem näher kommenden Ende ihres Lebens zu befassen. Radebold beschreibt, dass dadurch „die Psychotherapie Älterer – zumindest in der Vorstellung der die absolute Mehrheit darstellenden noch nicht 60-jährigen Psychotherapeuten – überwiegend eher eine philosophisch-existenzielle Dimension (erhält)“ (1994, 29).

Diese „philosophisch-existenzielle Dimension“ in der Therapie mit älteren Personen stellt eine Herausforderung nicht nur für die Patienten, sondern auch für die Therapeuten dar, weil sie von diesen fordert, sich nicht nur mit dem bevorstehenden Lebensende der Patienten, sondern auch mit ihrem eigenen Alter und ihrer eigenen Sterblichkeit auseinander zu setzen, wie z. B. von Kemper erläutert wurde (vgl. 1989, 120). Dies kann Ängste und Abwehr bei den Behandelnden auslösen, so wie sie auch von den beiden Therapeuten dieser Untersuchung geschildert wurden. Der Umgang mit diesen Emotionen ist ein wichtiger Aspekt in der Psychotherapie älterer Patienten und wird im Zusammenhang mit den spezifischen Übertragungskonstellationen in der Behandlung älterer Patienten nochmals aufgegriffen.

Abwehrreaktionen von Seiten der Patienten spielten innerhalb des Gruppenprozesses dieser Untersuchung eine wichtige Rolle. Der zähe, langwierige Gruppenbeginn, der höfliche und distanzierte Umgang miteinander, das „Vergessen“ bereits besprochener Themen und Absprachen, das lange Verweilen bei den Schilderungen der jeweiligen Alltagssituationen und das Beharren auf der Symptomatik weisen auf Widerstände hin. Hinzu kam, dass einige der Patienten sich wenig aktiv beteiligten bzw., obwohl sie dies vorhatten, sich nicht öffnen konnten. Dies kennzeichnet eine Schwierigkeit in diesem Gruppenprozess, die darin bestand, dass einige der teilnehmenden Patienten nicht in der Lage waren, ihre Gefühle und Beweggründe zu verbalisieren, und es ihnen darüber verschlossen blieb, sich in der Gruppe zu öffnen. Dies könnte mit der gemeinsamen Biografie der Gruppenmitglieder zusammen hängen. Gerade bei dieser „(Nach-) Kriegsgeneration“ war früher fester Teil der Erziehung, dass über Gefühle nicht gesprochen wurde. Für die im bzw. nach dem Krieg Geborenen gelten noch die alten Vorstellungen: Männer zeigen möglichst keine Gefühle und Frauen stellen ihre Wünsche und Bedürfnisse zurück. Eine Psychotherapie ist deshalb für viele der älteren

Patienten immer noch ein Zeichen von Schwäche und von Seiten der Patienten muss in vielen Fällen mit innerer Abwehr gerechnet werden.

Neben solchen altersspezifischen Aspekten in der Psychotherapie älterer Patienten, zeichnet sich diese auch durch – von anderen Altersgruppen – abweichende Erwartungen an die Therapeuten aus. So haben nach Kemper ältere Patienten folgende Erwartungen an ihre Therapeuten: Er solle sein wie ein Hausarzt: Regeln vorgegeben, Medikamente verschreiben, zuhören (vgl. Kemper, 1989, 102).

In der hier untersuchten Therapiegruppe wünschte sich die Mehrzahl der Teilnehmenden einen dominanten Therapeuten, der ihnen Regeln und Themen vorgibt, Medikamente verschreibt und konkrete Hilfestellungen zu ihren Fragen und Problemen anbietet. Dieses Verständnis von Psychotherapie passt zu der Auffassung von Kehrler (vgl. 1952), der nach Wiesenhütter unter Psychotherapie Belehrung, Beratung und fürsorgliche Maßnahmen bei der Gestaltung des Lebens verstand (vgl. 1989, 11). Die in der untersuchten Therapiegruppe vorherrschende Erwartung bezüglich der Therapeutenrolle deckte sich nicht mit dem Selbstverständnis der Therapeuten, die vielmehr von ihren Patienten mehr Eigenständigkeit und Initiative forderten. So entstand beispielsweise bei den Patienten der untersuchten Gruppe durch das Schweigen der Therapeuten am Anfang jeder Therapiestunde das Gefühl, dass ihnen von den Therapeuten nicht genug Hilfestellung entgegengebracht wurde, hingegen auf Seite der Therapeuten der Eindruck mangelnder Bereitschaft und Initiative auf Seiten der Patienten.

In diesem Zusammenhang sei auch auf die von König und Lindner beschriebene Problematik verwiesen, nach der Menschen im höheren Lebensalter – im Vergleich zu jüngeren Menschen – ein eingeschränkteres Spektrum an Möglichkeiten offen steht. Im höheren Lebensalter sind Menschen fester in soziale Beziehungen eingebunden, so dass sie in Bezug auf äußerliche Veränderungen der Lebensgestaltung (z. B. im Beruf, in der Wahl ihres sozialen Umfeldes) nicht mehr die gleichen Möglichkeiten haben wie Jüngere. Hinzu komme, dass durch eine Infragestellung ihrer bisherigen Lebens- und Erfahrungswelt Gefühle der Angst und Hilflosigkeit ausgelöst werden können, die z. T. ein bedrohliches Ausmaß annehmen können (vgl. König und Lindner 1992, 212).

In den Schilderungen einiger Mitglieder der in dieser Dissertation untersuchten Gruppentherapie wurde deutlich, wie schmerzhaft und belastend es zum Teil für die Patienten war, dass verdrängte Inhalte ihrer Biografie wieder bewusst wurden und sie durch die Gruppentherapie erneut zu verdrängten Gefühlen und Erlebnissen einen Zugang fanden (besonders deutlich wurde dies bei einer Patientin, die den wieder

zutage getretenen Schmerz über ihre Erlebnisse in ihrer Kindheit kaum ertragen konnte und die dies als so belastend empfand, dass sie die Gruppentherapie frühzeitig beendete – die aber, so die Therapeuten, trotz (oder vielleicht auch wegen) des Schmerzes und der Belastung, die sie in der Therapie erfuhr, davon profitierte).

Eine Möglichkeit der Erleichterung mit solchen Situationen umzugehen wäre das, die Gruppentherapie begleitende, Angebot von Einzelgesprächen, in denen die Therapeuten mehr Einfluss auf die Intensität und Stärke derartiger Entwicklungen haben könnten, wie es z. B. bei Kemper beschrieben wird (vgl. 1989, 126). Ein solches Angebot von gruppenbegleitenden Einzelgesprächen würde auch dem Wunsch der Patienten nach persönlicher Zuwendung und Aufmerksamkeit durch die Therapeuten entgegenkommen. Diesen Vorteilen gegenüber abzuwägen bleibt jedoch das Gebot, die Gleichbehandlung aller Patienten in der Gruppe zu gewährleisten und keinen Patienten als von den Therapeuten bevorzugt erscheinen zu lassen. Daneben ist es auch bedeutsam, den Fokus des Patienten nicht zu stark auf die Einzelsitzungen zu lenken, um zu verhindern, dass der Patient für die Gruppenarbeit wichtige Inhalte bevorzugt in der Einzeltherapie mitteilt und dass sich dadurch sein innerer Zugang zur Gruppenbehandlung verringert (vgl. Kemper 1989, 126).

In Zusammenhang mit der Frage nach möglichen Überforderungen der Patienten durch die in der Therapie zu bewältigenden Aufgaben – wie die Aktualisierung von verdrängten, Angst auslösenden Inhalten – kommt auch der Häufigkeit bzw. des zeitlichen Abstandes zwischen den Therapiesitzungen Bedeutung zu. In dieser Untersuchung zeigte sich, dass sich die Patienten auch außerhalb der Therapiesitzungen stark mit den in den Sitzungen besprochenen und erlebten Inhalten beschäftigten und dass die Zeit zwischen den Therapiestunden zum Nachdenken, Verinnerlichen und der inneren Auseinandersetzung mit den thematisierten Inhalten genutzt wurde. Dies entspricht auch Hirschs Auffassung, der als ein Merkmal der Therapie mit älteren Personen beschreibt, dass diese auch in weiter auseinander liegenden Stunden den Spannungsbogen oft zu halten vermögen und die Zeit zwischen zwei Therapiestunden stärker für sich nutzen konnten, als es bei jüngere Patienten der Fall ist (vgl. 1990, 88).

Ein weiterer wichtiger Aspekt in der Psychotherapie von älteren Personen ist die Altersstruktur in der Gruppentherapie. Nach Kemper muss schon im Vorgespräch überlegt werden, ob die Patienten in eine gemischte Gruppe aller Altersstufen, also auch mit jungen Patienten, aufgenommen werden sollten, oder ob sie, wie die meisten

es wünschten, im Kreise gleichaltriger oder älterer Patienten behandelt werden sollten (vgl. 1989, 69).

Für die in dieser Dissertation untersuchte Therapiegruppe wurde bewusst die Entscheidung für eine altershomogene Gruppe getroffen. Im nach hinein äußerten jedoch mehrere Mitglieder den Wunsch nach einer altersheterogenen Gruppe - wegen der dort zu erwartenden breiteren Themenvielfalt und unterschiedlicheren Sichtweisen. Die nicht verbalisierten Aspekte bei dem geäußerten Wunsch nach einer altersheterogenen Gruppe (und gegebenenfalls eine Erleichterung für den gruppalen Prozess) könnten die dann nicht so massiv im Vordergrund stehenden existenziellen Fragen sowie die Abmilderung der Unausweichlichkeit des Todesthemas sein.

Auch die Übertragung in einer älteren, altershomogenen Gruppe besitzt eine grundlegend andere Dynamik als diejenige in einer altersheterogenen Gruppe.

Radebold beschreibt sehr anschaulich die Übertragungskonstellationen bei Patienten verschiedenen Alters (vgl. 2000, 227ff). Vom jüngeren oder höchstens gleichaltrigen Patient wird der Psychotherapeut unbewusst zunächst in die Position eines mächtigen, möglichst Schutz und Sicherheit bietenden Elternteils gesetzt. Dieses als „klassische“ oder auch "positive Übertragungskonstellation" bezeichnete Setting erleichtert zunächst den Beginn der Behandlung. Hier erlebt der Therapeut sich in einer sicheren Position, die auch die nachfolgenden "negativen Übertragungen" ertragen und bearbeiten lässt. Dabei kann der Psychotherapeut narzisstisch aufgewertet werden, was ihm hilft, auch die belastenden Aspekte seines Berufes zu ertragen.

Treffen jedoch Psychotherapeuten auf wesentlich ältere Patienten, wird von einer "umgekehrten" Übertragungskonstellation ausgegangen, d. h. von den Patienten werden die jüngeren Behandler bzw. Psychotherapeuten anfänglich und zum Teil auch bewusst in die Position von Kindern gesetzt und entsprechend erlebt (vgl. Radebold, 2000, 228 sowie Kemper 1989, 106f). Die in diesem Setting übertragenen Gefühle, Impulse, Sehnsüchte und Wünsche des älteren Patienten beruhen insbesondere auf seinen früheren Erfahrungen mit jüngeren, zum Beispiel kleineren Geschwistern, Freunden, Kollegen sowie eventuell eigenen Kindern.

Hierdurch wird nach Radebold die Anfangssituation der Behandlung entscheidend mitgeprägt: die älteren Patienten wünschen sich einerseits eine beschützende, wohlwollende, Sicherheit gebende und sie vor Krankheiten und Unannehmlichkeiten des Lebens beschützende Hilfestellung, möchten andererseits aber nicht über Probleme, Kränkungen und Schwierigkeiten mit den jüngeren Therapeuten reden und gestehen ihnen – wie oft auch den eigenen Kindern – kaum ausreichende Kompetenz



und Lebenserfahrungen zu (vgl. Radebold, 2000, 228). Hirsch beschreibt die Gegenübertragungen in der Behandlung älterer Patienten als die Hauptschwierigkeit in der Alterspsychotherapie und spricht von einem „regressiven Sog“ der es dem Therapeuten erschwert, zwischen seinen eigenen regressiven Bestrebungen und den Übertragungen der Patienten zu differenzieren (vgl. 1990, 88).

Dieses Phänomen der „umgekehrten“ Übertragung stellte sich auch als ein Aspekt der Dynamik innerhalb der untersuchten Gruppe heraus. Sowohl die Patienten beschrieben, dass sie die Therapeuten zum Teil in der Position ihrer Kinder wahrnahmen, wie auch die Therapeuten die Patienten in der Rolle ihrer eigenen Eltern schilderten. Bei den Patienten zeigten sich – als Beziehungsthema zwischen ihnen und den Therapeuten – die Wünsche nach Regression und einer Entpflichtung aus der „Elternposition“. Diese regressiven Bestrebungen gingen mit den Sehnsüchten nach Trost, Unterstützung, Beruhigung und der Abgabe von Verantwortung an die Therapeuten einher, die sich auch in den oben genannten Erwartungen der Gruppenteilnehmer nach einem autoritären, anleitenden und unterstützenden Behandlungsstils der Therapeuten widerspiegelten. An die Therapeuten wurde hierdurch die Anforderung gestellt, aus der „Kinder-Position“ heraus den Wunsch der „Eltern“ anzunehmen (vgl. auch Kemper, 1989, 102).

In diesem Zusammenhang wird in der Literatur zur Therapeutenrolle darauf hingewiesen, dass viele Therapeuten starke Abwehrhaltungen gegen bzw. Berührungängste (vgl. Friedrich-Hett, 2007) vor eine Psychotherapie mit älteren Patienten haben, um sich nicht mit den oben genannten, für sie unangenehmen Themen befassen zu müssen (vgl. Wenglein, 1997, 9). Ein solches Abwehrverhalten kann auch in dieser Untersuchung konstatiert werden: auch hier zeigten sich beide Therapeuten nach dem Ende der Psychotherapie erleichtert, diese als sehr intensiv und anstrengend empfundene Gruppentherapie mit älteren Patienten abgeschlossen zu haben.

In der vorliegenden Untersuchung wurde gezeigt, dass Gruppenpsychotherapie mit älteren Personen sinnvoll ist und erfolgreich sein kann, dass diese jedoch aufgrund der ihr eigenen Charakteristika der besonderen Beachtung ihrer spezifischen Merkmale und Modifikationen im Vergleich zu Psychotherapie mit jüngeren Teilnehmern bedarf. Dies könnte als Anhaltspunkt sowohl für Modifikationen in Bezug auf die Vorbereitung

und Begleitung von Patienten während einer Gruppenpsychotherapie als auch für spezifische Angebote für Therapeuten gelten.

Radebold stellte schon 1999 die Frage, ob es für die Behandlung älterer Patienten „anderer Behandlungsziele, möglicherweise grundsätzlich *anderer Behandlungsverfahren* und anderer Behandlungstechnik“ (322) bedarf – z. B. stützender lebensbegleitender Hilfestellung, Bewältigung aktueller bewusster Schwierigkeiten bzw. Konflikte, einem verringerten Behandlungsangebot in Bezug auf Intensität, Zeit und Dauer und einer Sinnfindung angesichts des näher rückenden Lebensendes (vgl. 1999, 322f) sowie veränderten und eingeschränkten Zielsetzungen, einer direkteren und aktiveren Kommunikation und einer „Arbeit mehr an vorbewußten und bewussten, weniger an unbewußten innerpsychischen Konflikten“ (Radebold, 1994, 51).

Auch die Ergebnisse dieser Untersuchung weisen auf mögliche Veränderungsnotwendigkeiten hin: so könnten, wie die Therapeutin dieser Gruppenpsychotherapie vorschlug, bei nachfolgenden Therapien den älteren Patienten „Einführungsgruppen“ angeboten werden, in denen diese das – für den Grossteil ihrer Altersgruppe weniger bekannte und weniger selbstverständliche – Behandlungsverfahren der Psychotherapie kennen und die zu ihm zugrunde liegenden Konzepte und Mechanismen verstehen lernen.

Betrachtet man die eingangs gestellte Frage, ob Psychotherapie mit älteren Personen sinnvoll und erfolgreich ist, nicht nur individuell und personenbezogen, sondern auch in einem größeren gesellschaftspolitischen Zusammenhang, so kann festgehalten werden, dass Psychotherapie mit älteren Personen nicht nur sinnvoll und erfolgreich ist, sondern vor allem in Zukunft auch absolut notwendig sein wird. Denn spätestens in einigen Jahrzehnten, wenn zwei Drittel der Menschen in Deutschland 60 Jahre und älter sein werden (vgl. Kapitel 1.1), müssen Rahmenbedingungen und Strukturen geschaffen sein, in denen die dann veränderte Lebensrealität auch lebenswert von älteren Menschen gelebt werden kann.

Die Etablierung und differenzierte Ausgestaltung einer, an den Bedürfnissen und Besonderheiten älterer, psychosomatisch erkrankter Personen orientierten Psychotherapie kann dazu einen entscheidenden Beitrag leisten.

## 9. Literaturverzeichnis

- Battegay, Raymond: Der Einfluß des Alters in der Psychotherapie auf Patient und Therapeut. In: Wenglein, 1997, 49 - 67.
- Bäurle, Peter; Radebold, Hartmut; Hirsch, Rolf D.; Studer, Karl; Schmid-Furstoss, Ulrich; Struwe, Burkhard: Klinische Psychotherapie mit älteren Menschen. Grundlagen und Praxis. Bern 2000.
- Bechtler, Hildegard: Gruppenpsychotherapie mit älteren Menschen. München 2000.
- Bergstein, Veronika: Gruppe 55+. In: Interview mit Kristina Hemmann; Auswertung I (Erstes Jahr der Gruppentherapie „Belle Epoque“). 10. Oktober 2007.
- Böhm, Karin; Tesch-Römer, Clemens; Ziese, Thomas: Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Gesundheit und Krankheit im Alter. Berlin 2009.
- Breuer, Franz: Reflexive Grounded Theory: Eine Einführung für die Forschungspraxis. Wiesbaden 2009.
- Brisch, Karl Heinz: Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Therapie. Stuttgart 1999.
- Bundesministerium für Bildung und Forschung: Bevölkerung altert weltweit. Pressemitteilung vom 12. Juli 2005.
- Bundesministerium für Gesundheit: Sachverständigenrat zur Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen stellt Gutachten 2009 vor. Pressemeldung 111963. Berlin, 30. Juni 2009.
- criminologia: 5. Berliner Methodentreffen Qualitative Forschung. 8. Februar 2009. <http://criminologia.de/2009/02/5-berliner-methodentreffen-qualitative-forschung> (27. 2. 2010).
- Deutscher Bundestag : Kooperation und Verantwortung – Voraussetzungen einer zielorientierten Gesundheitsversorgung. Gutachten des Sachverständigenrates für die Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen. 16. Wahlperiode, BT-Drs. 16/6339, 7. September 2007.
- Deutscher Bundestag : Koordination und Integration – Generationengerechten Gesundheitsversorgung in einer Gesellschaft des längeren Lebens. Gutachten des Sachverständigenrates für die Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen. 16. Wahlperiode, BT-Drs. 16/13770, 2. Juli 2009.
- Dilger, Martin: Grounded Theory. Ein Überblick über ihre charakteristischen Merkmale. Berlin 2000. [www.martin-dilger.de/science/grounded\\_theory.pdf](http://www.martin-dilger.de/science/grounded_theory.pdf) (12. 8. 2009).
- Druyen, Thomas: Olymp des Lebens. Das neue Bild des Alters. München 2003.

- Fangauf, Ulrike: Psychotherapie alter Menschen: Psychische und physische Faktoren greifen ineinander. Deutsches Ärzteblatt, Dezember 2002, 557.  
[www.aerzteblatt.de/archiv/34825/](http://www.aerzteblatt.de/archiv/34825/) (24. 11. 2010).
- FAZ.NET: Statistisches Bundesamt – Deutsche leben immer länger. 24. September 2009.  
<http://www.faz.net/s/RubCD175863466D41BB9A6A93D460B81174/Doc~E4A542EA030BD4A17922C270556D1EC3A~ATpl~Ecommon~Scontent.html> (4. 10. 2009).
- FAZ: Die Deutschen werden älter und kränker. 23. November 2010, 11.
- Flick, Uwe: Qualitative Forschung in der Sozialpsychiatrie – Methoden und Anwendungen. In: Psychiatrische Praxis, 22, 1995, 91 - 92.
- Flick, Uwe, Kardorff, Ernst von, Keupp, Heiner, Rosenstiel, Lutz von, Wolff, Stephan: Handbuch Qualitative Sozialforschung: Grundlagen, Konzepte, Methoden und Anwendungen. Weinheim 1995.
- Foulkes, Siegmund H.: Gruppenanalytische Psychotherapie. München 1974.
- Foulkes, Siegmund H.: Praxis der gruppenanalytischen Psychotherapie. München 1978.
- Freud, Sophie: Lohnt sich Psychotherapie mit alten Menschen? In: Bäurle u. a., 2000, 307 - 310.
- Friedrich-Hett, Thomas (Hrsg.): Positives Altern. Neue Perspektiven für Beratung und Therapie älterer Menschen. Bielefeld 2007.
- Frommer, Jörg: Psychosomatische Medizin – Eine Wissenschaft für das 21. Jahrhundert. Psychosom Med Psychother, 2004, 50, 22 - 36.
- Haubl, Rolf und Lamott, Franziska (Hrsg.): Handbuch Gruppenanalyse. Berlin 1994.
- Helmchen, Hanfried; Linden, Michael; Rüger, Ulrich (Hrsg.): Psychotherapie in der Psychiatrie. Berlin 1982.
- Hessel, Alexander, Geyer, Michael, Gunzelmann, Thomas, Schumacher, Jörg, Brähler, Elmar: Somatoforme Beschwerden bei den über 60-Jährigen in Deutschland. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 36, 2003, 287 - 296. Springer Link Date: 19. Februar 2004.  
<http://www.springerlink.com/content/2ychq7841q7qn6aa/> (5. 8. 2009).
- Heuft, Gereon, Kruse, Andreas, Radebold, Hartmut: Lehrbuch der Gerontopsychosomatik und Alterspsychotherapie. München 2006.
- Heuft, Gereon; Kruse, Andreas; Radebold, Hartmut (Hrsg.): Lehrbuch der Gerontopsychosomatik und Alterspsychotherapie. München 2000.
- Hirsch, Rolf D.: Psychotherapie im Alter. Bern 1990.

- Huser, Esther: Psychotherapie im Alter.  
<http://www.praxispsychologie.ch/Psychotherapie/Psychotherapie%20im%20Alter.htm> (27. 11. 2010).
- Jansen, Birgit; Karl Fred; Radebold, Hartmut; Schmitz-Scherzer, Reinhard: Soziale Gerontologie. Ein Handbuch für Lehre und Praxis. Weinheim 1999.
- Jüttemann, Gerd: Komparative Kasuistik als Strategie psychologischer Forschung. In: Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie 29, Heft 2, 1981, 101 - 118.
- Jüttemann, Gerd: (Hrsg.): Komparative Kasuistik. Heidelberg 1990.
- Jüttemann, Gerd (Hrsg.): Komparative Kasuistik – Die psychologische Analyse spezifischer Entwicklungsphänomene. Berlin 2009.
- Jüttemann-Lembke, Amelie: Subjektive Krankheitsvorstellungen neurotisch Depressiver in psychotherapeutischen Erstinterviews. Dissertation an der Medizinischen Fakultät der Heinrich-Heine-Universität. Düsseldorf 1996.
- Jüttemann-Lembke, Amelie; Bergstein, Veronika; Karger, Andre; Stratkötter, Andreas; Tress, Wolfgang: Psychosomatik und Psychotherapie im höheren Lebensalter („Belle Epoque“) – Forschung als kontrollierte Praxis. Interner Entwurf der Forschungsstelle „Psychotherapie im Alter“ der „Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ der Rheinischen Kliniken Düsseldorf. Düsseldorf 2005.
- Jüttemann-Lembke, Amelie: Dissoziative Störungen – Konversionsstörungen (Hysterie). Vorlesungsskript Fachgebiet Psychosomatik/Psychotherapeutische Medizin. Düsseldorf 2007.
- Jüttemann-Lembke, Amelie: Homepage. <http://www.juettemann-lembke.de> (22. 2. 2010).
- Junkert-Tress, Brigitte und Bergstein, Veronika: Der ältere Patient. In: Tress, Wolfgang, Kruse, Johannes, Ott, Jürgen: Psychosomatische Grundversorgung. Kompendium der interpersonellen Medizin. Stuttgart 2004, 266 - 271.
- Kanfer, Frederick H.; Reinecker, Hans; Schmelzer, Dieter: Selbstmanagement-Therapie. Ein Lehrbuch für die klinische Praxis. Berlin 2005.
- Kehrer, Ferdinand: Die Psychoneurotik der zweiten Lebenshälfte. Münster, 1959. Zitiert in Wiesenhütter, 1989, 9.
- Kemper, Johannes: Was heißt altern? Psychotherapie in der zweiten Lebenshälfte. München 1989.
- König, Karl und Lindner, Wulf-Volker: Psychoanalytische Gruppentherapie. Göttingen 1992.
- Kruse, Andreas: Psychosoziale Gerontologie. Band 2: Intervention. Göttingen 1998.
- Kutter, Peter: Moderne Psychoanalyse. Internationale Psychoanalyse. Stuttgart 1984.

- Kutter, Peter: Vorwort zur deutschen Ausgabe. In: Yalom, 1996.
- Laslett, Peter: Das dritte Alter. Historische Soziologie des Alterns. Weinheim 1995.
- Legewie, Heiner: Vorwort. In: Strauss, Anselm L. & Corbin, Juliet M.: Grounded Theory. Grundlagen qualitativer Sozialforschung. Weinheim, 1996.
- Lehr, Ursula: Psychologie des Alterns. Wiebelsheim 2007.
- Lettau, Antje und Breuer, Franz: Forscher/innen-Reflexivität und qualitative sozialwissenschaftliche Methodik in der Psychologie (49 Absätze). In: Journal für Psychologie (Online-Journal), Jahrgang 15 (2007), Ausgabe 2. Abrufbar über: <http://qualitative-research.net/fqs/fqs-d/2-00inhalt-d.htm> (5. 9. 2009).
- LVR-Klinikum Düsseldorf – Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Website: Allgemeine Informationen. [http://www.rk-duesseldorf.lvr.de/ueber\\_uns/klinik\\_psychosomatisch/allgemeine\\_infos.htm](http://www.rk-duesseldorf.lvr.de/ueber_uns/klinik_psychosomatisch/allgemeine_infos.htm) (20. 11. 2010a).
- LVR-Klinikum Düsseldorf – Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Website: Forschungsgruppe „Psychotherapie im Alter“. [http://www.rk-duesseldorf.lvr.de/forschung/forschung\\_psychotherapie/forschungsgruppe\\_n/psychotherapie\\_alter.htm](http://www.rk-duesseldorf.lvr.de/forschung/forschung_psychotherapie/forschungsgruppe_n/psychotherapie_alter.htm) (20. 11. 2010b).
- Maercker, Andreas (Hrsg.): Alterspsychotherapie und klinische Gerontopsychologie. Heidelberg 2002.
- Maercker, Andreas: Alterspsychotherapie: Aktuelle Konzepte und Therapieaspekte. Psychotherapeut, 48, 2003, 132 - 149.
- Maier, Gabriele: Strukturwandel des Alters. In: Wenglein, 1997, 137 - 164.
- Mayer, Karl Ulrich und Baltes, Paul B. (Hrsg.): Die Berliner Altersstudie. Berlin 1999.
- Mayring, Philipp (2000, Juni): Qualitative Inhaltsanalyse (28 Absätze). In: Forum Qualitative Sozialforschung (Online Journal), 1(2). Abrufbar über: <http://qualitative-research.net/fqs/fqs-d/2-00inhalt-d.htm> (5. 9. 2009).
- Mey, Günter und Mruck, Katja: Grounded Theory Methodologie – Bemerkungen zu einem prominenten Forschungsstil. In: Günter Mey und Katja Mruck (Hrsg.): *Grounded Theory Reader* Köln: Zentrum für Historische Sozialforschung, 2007, 11 - 42.
- Mergenthaler, Erhard: Die Transkription von Gesprächen. Eine Zusammenstellung von Regeln mit einem Beispieltranskript. Ulmer Textbank. Ulm 1992.
- Mruck, Katja: Konzept Forum: Qualitative Sozialforschung. 1999 - 2010. <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/about/editorialPolicies> (27. 2. 2010).
- Müller, Christian: Psychotherapie in der Alterspsychiatrie. In: Helmchen u. a., 1982, 298 - 302.

- Papachristou, Christina: Die Entscheidung zur *Leberlebenspende* – gesetzliche Standards und subjektives Erleben. Dissertation Freie Universität Berlin 2006. <http://www.diss.fu-berlin.de/diss/servlets/MCRSearchServlet;jsessionid=11608874A65C8C313E8D58A2A2D5C102?mode=results&id=-20wm9w8f3pmdg683lmeo&numPerPage=10> (28. 2. 2010).
- Petermann, Franz: Komparative Kasuistik und ihr Nutzen für die Klinische Kinderpsychologie. In: Jüttemann, Gerd (Hrsg.): Komparative Kasuistik – Die psychologische Analyse spezifischer Entwicklungsphänomene. Lengerich 2009. <http://www.psychologie-aktuell.com/news/aktuelle-news-psychologie/news-lesen/article/2009/10/23/1256277045-komparative-kasuistik-unabhaengig-von-psychologiesystemen-abhaengig-vom-untersuchungsge.html> (25. 2. 2010).
- Radebold, Hartmut (Hrsg.): Gruppenpsychotherapie im Alter. Göttingen 1983.
- Radebold, Hartmut und Schlesinger-Kipp, Gertraud: Gruppenpsychotherapie und Gruppenarbeit im Alter – ein Literaturbericht. In: Radebold, 1983, 12 - 63.
- Radebold, Hartmut: Analytische Gruppenpsychotherapie mit älteren Patienten im Rahmen der psychotherapeutischen Universitätsambulanz. In Radebold, 1983, 77 - 85.
- Radebold, Hartmut und Hirsch, Rolf D. (Hrsg.): Altern und Psychotherapie. Bern 1994.
- Radebold, Hartmut: Möglichkeiten und Grenzen. In: Radebold und Hirsch, 1994, 27 - 34.
- Radebold, Hartmut: Psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten bei über 60jährigen Menschen. In: Kruse, 1998, 155 - 167.
- Radebold, Hartmut: Psychoanalyse. In: Jansen, 1999, 309 - 323.
- Radebold, Hartmut: Alternspsychotherapie. In: Heuft u. a., 2000, 210 - 326.
- Radebold, Hartmut und Schweizer, Ruth: Der mühselige Aufbruch. Eine Psychoanalyse im Alter. München 2001.
- Radebold, Hartmut: zitiert nach Fangauf, 2002, 557.
- Radebold, Hartmut (Hrsg.): Kindheit im II. Weltkrieg und ihre Folgen. Gießen 2004.
- Radebold, Hartmut: Resümee und Perspektiven. In: Radebold, 2004, 227 - 231.
- Radebold, Hartmut: Die dunklen Schatten unserer Vergangenheit. Stuttgart 2005.
- Robert Koch Institut / Statistisches Bundesamt: Gesundheitsberichterstattung des Bundes, Heft 10: Gesundheit im Alter. Berlin 2002.
- Rudolf, Gerd; Jakobsen, Thorsten; Micka, Ralph; Schumann, Eicke: Störungsbezogene Ergebnisse psychodynamisch-stationärer Psychotherapie. In: Psychosom Med Psychother, 2004, 50, 37 - 52.
- Schirmmacher, Frank: Das Methusalem-Komplott. München 2004.

- Schmidbauer, Wolfgang: Psychotherapie im Alter. Eine praktische Orientierungshilfe! Stuttgart 2005.
- Schnapp, Kai-Uwe: Empirische Methoden der Politikwissenschaft. Universität Hamburg, 2009. <http://www.wiso.uni-hamburg.de/institute/ipw/individualeseiten/schnapp-kai-uwe/publikationen/> (28. 2. 2010).
- Schneider, Hartmut: zitiert nach Fangauf, 2002, 557.
- Seeberg, Ann-Kathrin: Gruppenpsychotherapie im Alter. Eine Meta-Analyse der Jahre 1990 - 2004. Dissertation an der Medizinischen Fakultät der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster. Münster 2007.
- Statistisches Bundesamt: Bevölkerungsentwicklung Deutschlands bis zum Jahre 2050. Ergebnisse der 9. Koordinierten Bevölkerungsvorausberechnung. Wiesbaden 2000, 15 - 19.
- Statistisches Bundesamt: Zusammenfassung der 10. Koordinierten Bevölkerungsvorausberechnung des Statistischen Bundesamtes bis zum Jahr 2050 (mittlere Variante). Pressemitteilung vom 6. Juni 2003. [http://www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Content/Statistiken/Bevoelkerung/VorausberechnungBevoelkerung/Aktuell,templateld=renderPrint.psml\(demografie@destatis.de\)](http://www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Content/Statistiken/Bevoelkerung/VorausberechnungBevoelkerung/Aktuell,templateld=renderPrint.psml(demografie@destatis.de)) (6. 8. 2009).
- Statistisches Bundesamt, 2005, Genesis-Online Datenbank, Stichwort: Altersentwicklung. <https://www-genesis.destatis.de/genesis/online/online;jsessionid=8C3677A1FDAC37945BE7B5BD2824BE28.tcggen1?operation=begriffsRecherche&suchanweisung=Altersentwicklung&x=0&y=0> (6. 8. 2009).
- Steinke, Ines: Kriterien qualitativer Forschung. Ansätze zur Bewertung qualitativer empirischer Sozialforschung. Weinheim 1999.
- Strauss, Anselm L.: Grundlagen qualitativer Sozialforschung. Datenanalyse und Theoriebildung in der empirischen soziologischen Forschung. München 1991.
- Strauss, Anselm L. & Corbin, Juliet M.: Grounded Theory. Grundlagen qualitativer Sozialforschung. Weinheim 1996.
- Stratkötter, Andreas: „Die Forschungsstelle Qualitative Methoden“ an der Heinrich Heine-Universität Düsseldorf: Ansätze zu einer sozialwissenschaftlich angeregten Psychotherapieforschung. In: Forum Qualitative Sozialforschung (Online-Journal) 1(2). Juni 2000. <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/viewArticle/1094/2401> (30. 7. 2009).
- Stratkötter, Andreas: Konformität und Eigenständigkeit. Eine qualitative Analyse psychoanalytischer Praxiskonzepte und Berufsbiographien. Münster 2004.
- Stratkötter, Andreas: Gruppe 55+. In: Interview mit Kristina Hemmann; Auswertung I (Erstes Jahr der Gruppentherapie „Belle Epoque“). 10. Oktober 2007.



- Strotzka, Hans: Psychotherapie. München 1978.
- Thomae, Hans: Das Individuum und seine Welt. Bern 1988.
- Tress, Wolfgang: Psychoanalyse als Wissenschaft. In: Psyche, 39. Jahrgang, Heft 5. Gießen 1985, 385 - 412.
- Tress, Wolfgang: Zur intentionalen Sprache der Handlung als dem Fundament einer wissenschaftlichen Psychoanalyse. In: Jahrbuch der Psychoanalyse, Band 18. Stuttgart-Bad Cannstatt 1986, 100 - 139.
- Tress, Wolfgang: Psychodynamische Wirkfaktoren psychotherapeutischer Verläufe. In: Tschuschke, Volker und Czogalik, Dietmar (Hrsg.): Psychotherapie – Welche Effekte verändern? Zur Frage der Wirkmechanismen therapeutischer Prozesse. Berlin, 1990, 99 - 114.
- Tress, Wolfgang: Die Stellung der Psychosomatischen Grundversorgung in der ärztlichen Psychotherapie. In: Tress, Wolfgang; Kruse, Johannes; Ott, Jürgen: Psychosomatische Grundversorgung. Kompendium der interpersonellen Medizin. Stuttgart 2004, 3 - 11.
- Tress, Wolfgang; Kruse, Johannes; Ott, Jürgen: Psychosomatische Grundversorgung. Kompendium der interpersonellen Medizin. Stuttgart 2004.
- Tschuschke, Volker und Czogalik, Dietmar (Hrsg.): Psychotherapie – Welche Effekte verändern? Zur Frage der Wirkmechanismen therapeutischer Prozesse. Berlin, 1990, 99 - 114.
- Universitätskliniken Düsseldorf: Klinisches Institut für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. <http://www.uniklinik-duesseldorf.de/psychosomatischemedizin> (20. 11. 2010).
- Wenglein, Erik (Hrsg.): Das dritte Lebensalter. Psychodynamik und Psychotherapie bei älteren Menschen. Göttingen 1997.
- Weyers, Stefan: Qualitative vs. quantitative Sozialforschung – Zwei Grundpositionen empirischer Wissenschaft. Manuskript der Universität Frankfurt/Main. [http://www.uni-frankfurt.de/.../weyerss/.../2Qualitativ\\_quantitativ\\_netz1.pdf](http://www.uni-frankfurt.de/.../weyerss/.../2Qualitativ_quantitativ_netz1.pdf) (25. 2. 2010).
- Wiesenhütter, Eckart: Vorwort in Kemper, 1989, 9 - 11.
- Winter, Stefanie: Quantitative vs. Qualitative Methoden. 15. Mai 2000. [http://imihome.imi.uni-karlsruhe.de/nquantitative\\_vs\\_qualitative\\_methoden\\_b.html](http://imihome.imi.uni-karlsruhe.de/nquantitative_vs_qualitative_methoden_b.html) (25. 2. 2010).
- Witzel, Andreas (2000, Januar). Das problemzentrierte Interview (26 Absätze). Forum Qualitative Sozialforschung (Online-Journal), 1 (1). <http://qualitative-research.net/fqs> (4. 9. 2009).
- Wolff, Kurt: Group psychotherapy with geriatric patients in a psychiatric hospital: goals, limitations and results. In: Int. J. Soc. Psychiat. 13, 1967, 275 - 277.
- Wormstall, Henning: Psychotherapie alter Menschen. In: Fangauf, 2002, 557.

Wormstall, Henning: Editorial zum Themenheft „Die >Alten Jungen<“. Psychotherapie im Alter, 2008, Heft 4.

Wrobel, Norbert: Demographie und Epidemiologie von Krankheiten im Alter. Vortrag an der Universität Bremen. 24. Januar 2008. <http://www.uni-bremen.de/campus/campuspress/unipress/08-018.php3> (5. 8. 2009).

Yalom, Irvin D.: Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie. München 1996.

## **10. Tabellenverzeichnis / Schaubildverzeichnis**

**Tabelle 1:** Merkmale der Gruppenmitglieder „Belle Epoque“ und deren Variation

**Tabelle 2:** Persönliche Charakteristika entsprechend der jeweiligen Aussagen der einzelnen Gruppenmitgliedern der Gruppe „Belle Epoque“

**Tabelle 3:** Merkmale der Interviews mit den Mitgliedern der Therapiegruppe „Belle Epoque“

**Tabelle 4:** Merkmale der Interviews mit den Therapeuten der Therapiegruppe „Belle Epoque“

**Tabelle 5:** Beispiele für Transkription nach Mergenthaler

**Tabelle 6:** Merkmale der Transkriptionen der Mitglieder der Therapiegruppe „Belle Epoque“

**Tabelle 7:** Merkmale der Transkriptionen der Therapeuten der Therapiegruppe „Belle Epoque“

**Schaubild 1:** Visualisierung der Ergebnisse – Dynamischer Wechselprozess der vier Kernthemen

**Schaubild 2:** Typologie der Gruppenmitglieder von Herrn Dr. A

## 11. Gesprächsleitfäden

### 11.1 Interviewleitfaden Patienten

12. 2. 2007

#### 1. Aktuelle Symptomatik

- a.) Entwicklung der Beschwerden, Veränderung
- b.) Bewertung (Wie bewerten Sie die Veränderungen? Worauf führen Sie die Veränderungen zurück?)

#### 2. Kritische Lebensereignisse in den letzten 12 Monaten

- a.) Körperliche Gesundheit (schwere Krankheiten, längere Krankenhausaufenthalte?)
- b.) Familiäre Beziehungen (Trauerfälle etc.)
- c.) Soziale Verhältnisse (Umzug, finanzielle Veränderungen durch Berentung etc.)

#### 3. Aktuelle Lebensqualität

- a.) Alltagsgestaltung (Wie verbringen Sie Ihren Tag gewöhnlich? Können Sie mir bitte einen typischen Tagesablauf schildern?)
- b.) Veränderung der aktuellen Lebensqualität

#### 4. Selbstopaspekte

- a.) Persönlichkeitseigenschaften (Wie würden Sie sich selbst beschreiben? Gibt es besondere (positive und evtl. negative) Eigenschaften, die Ihre Person kennzeichnen?)
- b.) Fähigkeiten (Was können Sie besonders gut? Wo liegen Ihre Fähigkeiten?)
- c.) Konflikthafte Muster (Gibt es typische Konflikte, in die Sie geraten? Können Sie bei sich ein Konfliktmuster erkennen?)
- d.) Körperbild, einschließlich Sexualität (Welches Verhältnis haben Sie zu Ihrem Körper? Falls es Ihnen möglich ist, mögen Sie etwas zu Ihrer Sexualität sagen?)

#### 5. Fremdaspekte, bezogen auf den Lebenspartner oder die nahe stehende Person

- a.) Persönlichkeitseigenschaften (Wie würden Sie die Ihnen nahe stehende Person beschreiben? Gibt es bestimmte positive oder auch negative Eigenschaften, die diese Person kennzeichnen?)
- b.) Konfliktkonstellationen (Gibt oder gab es bestimmte Konfliktmuster in Ihrer Ehe/Partnerschaft?)

#### 6. Gruppe

- a.) Erleben der Gruppe (Können Sie bitte den Gruppenprozess beschreiben und einmal charakterisieren?)
- b.) Position in der Gruppe (Welche Position hatten Sie in der Gruppe inne?)

- c.) Identifikation biographischer Muster (Konnten Sie Probleme oder Themen in der Gruppe erkennen, die einen Bezug zu Ihrer eigenen Lebensgeschichte aufweisen?)
- d.) Konflikte in der Gruppe (Welche Konflikte gab es in der Gruppe? Ist es gelungen, die Konflikte in der Gruppe zu thematisieren?)
- e.) Gruppenmitglieder von besonderer Bedeutung (Welches Gruppenmitglied war besonders wichtig für die Gruppe? Gab es Gruppenmitglieder, die für Sie eine besondere Bedeutung hatten?)
- f.) Therapeuten (Wie haben Sie die Therapeuten erlebt? Wie würde Sie Ihre Beziehung zu den Therapeuten charakterisieren? Sind Ihre Erwartungen und Wünsche an die Therapeuten erfüllt worden?)

## 7. Altersspezifische Fragen

- a.) Weitere Lebensperspektive (Welche Vorstellung haben Sie von den nächsten Lebensjahren? Wie schätzen Sie Ihre Möglichkeiten derzeit ein?)
- b.) Thema Alter (Welche Bedeutung hat das Thema Alter für Sie persönlich?)
- c.) Besondere Fähigkeiten (Gibt es für Sie auch besondere Fähigkeiten, die Sie erst im Alter entdeckt haben oder auch nutzen können? Sehen Sie für sich weitere Gestaltungsräume? Haben Sie offene Wünsche?)
- d.) Ängste, Sorgen (Gibt es im Zusammenhang mit dem Altern Ereignisse, vor denen Sie Angst haben oder die Sie negativ sehen?)
- e.) Thema Alter in der Gruppe (Hat das Thema Alter in der Gruppe eine Bedeutung gehabt?)
- f.) Alter und Öffentlichkeit (Wie nehmen Sie die Thematisierung des Themas Alterns in der Öffentlichkeit (Medien, Fernsehen) wahr? Wie bewerten Sie diesen öffentlichen Umgang mit dem Thema Alter?)

## 11. 2 Interviewleitfaden Therapeuten

März 2007

- Wie haben Sie diese spezielle Gruppenpsychotherapie erlebt? Gab es wesentliche Unterschiede zu anderen Gruppen, insbesondere bezogen auf die Altersthemen?
- Beschreiben Sie bitte den Gruppenprozess. Welche Entwicklungen sehen Sie als besonders bedeutend an?
- Beschreiben Sie bitte die einzelnen Gruppenmitglieder und ihre Entwicklung.
- Was haben Sie als besonders positiv erlebt?
- Was haben Sie als eher kritisch erlebt?
- Worin sehen Sie den Vorteil einer Gruppe, die den Fokus auf spezielle Altersthemen zugeschnitten hat?
- Was kann an dieser Art der Gruppenpsychotherapie noch verbessert werden?,

Erweiterung des Interviewleitfadens 2/07:

- Sind Ihnen bestimmte biographische Muster bei den Patienten aufgefallen?
- Wie schätzen Sie die Bindungskompetenz bzw. Bindungsmuster der Einzelnen ein?
- Wie schätzen Sie die Interaktion der Patienten untereinander ein? Sind Ihnen bestimmte Interaktionsmuster aufgefallen? Wenn ja, haben diese Interaktionsmuster auch etwas mit der Altersstruktur und den Altersthemen zu tun?
- Haben die Patienten Nutzen aus der Gruppentherapie ziehen können? Wenn ja, welchen und wie?
- Gibt es einen bestimmten Typus bzw. ein spezifisches Muster hinsichtlich des Nutzens, den Patienten aus der Therapie gezogen haben?
- Haben Sie spezifische Erfahrungen mit dieser Gruppe gemacht, die sich vor allem auch von der Arbeit mit anderen (Alters-) Gruppen unterscheiden?
- Wie haben Sie persönlich die Arbeit mit den älteren Patienten empfunden?
- Was war eher schwierig, was vielleicht bereichernd?
- Was ist Ihnen zu den Ressourcen dieser Gruppe aufgefallen?
- Gibt es einzelne Gruppenmitglieder, die in der Gruppe eine besondere Rolle gespielt haben?
- Haben Sie eine Idee von bestimmten Typologien in der Gruppe?
- Gibt es sonst noch Ideen, Hinweise, Auffälligkeiten, die Ihnen wichtig erscheinen?

## **Danksagung**

Die vorliegende Dissertation entstand mit Unterstützung und Hilfe vieler Personen.

An erster Stelle möchte ich mich bei meinem Doktorvater Universitäts-Professor Dr. Dr. Wolfgang Tress für die Übernahme und Betreuung dieses Themas ganz herzlich bedanken – nicht nur für sein in mich gesetztes Vertrauen, sondern auch für seine freundliche Aufnahme, seine Hilfsbereitschaft und die stets konstruktiven Gespräche und Hinweise von ihm und seinen Mitarbeitern.

Frau Dr. med. Dipl.-Psych. Amelie Jüttemann-Lembke danke ich für die Zeit, die sie sich in den dreieinhalb Jahren nahm, um die Entstehung und den Verlauf dieser Dissertation intensiv zu begleiten. Herzlichen Dank deshalb auch an sie, weil sie mir nicht nur immer Zeit, sondern damit verbunden auch jeweils sehr viele positive und fachliche Impulse sowie innovative und zielführende Anregungen gab, die mich motiviert und gestärkt haben.

Für die Betreuung und für wichtige Anstöße besonders bei der Diskussion der Ergebnisse dieser Dissertation bin ich Herrn Dr. med. André Karger sehr dankbar.

Den beiden Therapeuten der Gruppe „Belle Epoque“ danke ich für Ihre Aufgeschlossenheit und Offenheit in den Interviews über den Gruppenprozess dieses Pilotprojektes.

Ich danke auch meinen Eltern, meiner Schwester Eva und meinem Ehemann Martin für ihre Geduld, Unterstützung und Aufmunterung bei selbstkritischen bzw. selbstzweifelnden Fragen, für ihre stilistischen, orthografischen und auch kreativen Korrekturvorschläge sowie für die vielen Diskussionen.

Abschließend möchte ich auch all denjenigen danken, die hier nicht namentlich erwähnt werden, die aber dennoch direkt oder indirekt zum Gelingen dieser Dissertation beigetragen haben.

### **Eidesstattliche Versicherung**

Ich versichere an Eides statt, dass die Dissertation selbstständig und ohne unzulässige fremde Hilfe erstellt worden ist und die hier vorgelegte Dissertation nicht von einer anderen medizinischen Fakultät abgelehnt worden ist.

Juni 2012, Sonja Ellen Roth



## **12. Anhang**

### **12.1 Transkribierte Interviews der Therapeuten**

- 12.1.1 Interview Herr Dr. A (19 Seiten)
- 12.1.2 Interview Frau Dr. B (21 Seiten)

### **12.2 Transkribierte Interviews der Gruppenmitglieder**

- 12.2.1 Interview Frau A (27 Seiten)
- 12.2.2 Interview Herr B (40 Seiten)
- 12.2.3 Interview Frau C (38 Seiten)
- 12.2.4 Interview Herr D (52 Seiten)
- 12.2.5 Interview Frau E (20 Seiten)
- 12.2.6 Interview Herr F (59 Seiten)
- 12.2.7 Interview Frau G (46 Seiten)
- 12.2.8 Interview Frau I (24 Seiten)
- 12.2.9 Interview Herr J (60 Seiten)

### **12.3 Vorläufiges Kategoriensystem**

(Seiten insgesamt: 235 Seiten)

### **12.4 Endgültiges Kategoriensystem**

(Seiten insgesamt: 230 Seiten)

## **12. Anhang 1**

### **12.1 Transkribierte Interviews der Therapeuten**

- 12.1.1 Interview Herr Dr. A (19 Seiten)
- 12.1.2 Interview Frau Dr. B (21 Seiten)

### **12.2 Transkribierte Interviews der Gruppenmitglieder**

- 12.2.1 Interview Frau A (27 Seiten)
- 12.2.2 Interview Herr B (40 Seiten)
- 12.2.3 Interview Frau C (38 Seiten)
- 12.2.4 Interview Herr D (52 Seiten)
- 12.2.5 Interview Frau E (20 Seiten)
- 12.2.6 Interview Herr F (59 Seiten)
- 12.2.7 Interview Frau G (46 Seiten)
- 12.2.8 Interview Frau I (24 Seiten)
- 12.2.9 Interview Herr J (60 Seiten)

## **12. Anhang 1**

### **12.1 Transkribierte Interviews der Therapeuten**

12.1.1 Interview Herr Dr. A (19 Seiten)

12.1.2 Interview Frau Dr. B (21 Seiten)

Transkript vom 25. 06. 2007, Herr Dr. A

I/ Herr Doktor Axxxxxxxx ich möchte mit Ihnen heute über die Therapiegruppe „Belle Epoque“ reden, wie haben Sie die Gruppentherapie im allgemeinen empfunden?

T/ ähm, ja ich kann schon sagen die Gruppe hat mir Spaß gemacht äh das war, ja eigentlich eigentlich mindestens in zweierlei Hinsicht etwas Besonderes diese Gruppe, eben zum einen das was uns hier interessiert dass es ältere Patienten waren äh ne deswegen kriegte die ja auch das war jetzt mehr so der der Arbeitstitel „Belle Epoque“ das sie diesen Namen kriegte und damit eben diese Altersgruppe gemeint war fünfzig bis, siebzig so plus minus äh aber das andere war eben auch dass ich die mit der Frau Bxxxxxxxx zu zweit gemacht habe ne was ja auch nicht Standard ist bei uns muss man sagen ne dass dass wir mit zwei äh Therapeuten eine Gruppe leiten und ähm das macht es schon spannend ne? also ich hab auf die Weise sehr genau auch geguckt wie die Frau Bxxxxxxxx arbeitet und sie wird es von mir auch gesehen haben also von daher hat die Gruppe, Spaß gemacht kann ich sagen

I/ gut ähm können Sie mir etwas zum Gruppenprozess sagen welche Entwicklung? sehen Sie in der zweiten Therapiephase als besonders bedeutend an

T/ in der zweiten?

I/ also jetzt besonders in der zweiten Therapiephase jetzt seit dem letzten Interview T/ äh a Vorsicht also das ist glaube ich jetzt ein Missverständnis ne? also das erste Interview fand statt nachdem die Gruppe zu Ende war

I/ ach so (Bewegen des Aufnahmegerätes, Knacksen)

T/ lassen Sie es ruhig liegen ich beuge ich mich dann ein bisschen nach vorne, äh es kann sein dass das mal ursprünglich anders geplant war aber im Prinzip äh äh ich habe das erste Interview gegeben nachdem die Gruppe zu Ende war und ich gebe dieses Interview jetzt nachdem äh die Gruppe also, ein Jahr oder so zu Ende ist ne?

T/ mhmh

I/ also das heißt ähm was ich jetzt was was jetzt anders ist ist halt sag ich mal dass ich das Ganze hab ein bisschen sacken lassen können ne so ähm und eben mit ein bisschen mehr Abstand drauf gucke, ähm also was mir auf Anhieb einfällt eben ähm was besonders war an dem Prozess, äh dass die äh die Patienten schon auch so

35eine besondere Haltung, mitbringen durch das Alter durch die Lebenserfahrung  
dass, ähm äh also was man so im im Therapeutenjargon ressourcenorientiert  
arbeiten nennt ich weiß nicht ob Sie den Begriff kennen ne das heißt äh da entsteht  
nicht irgendwie was Neues in der Therapie sondern die bringen einfach jeder jeder  
Teilnehmer bringt schon ganz viel Lebenserfahrung mit viel, viel Routinen wie man  
40mit Symptomen umgeht wie man bestimmte Krisen bewältigt und und so ne? also  
dass dass man also viel mehr hat auf dass man so zurück greifen kann  
I/ das wäre auch eine weitere Frage von mir gewesen ähm und zwar wie Sie die  
unterschiedlichen Ressourcen in der Gruppe einschätzen, gab es da Personen die  
Ihnen, besonders aufgefallen sind

45T/ ja auf jeden Fall ähm, es gibt ja äh äh sagen wir mal aus der analytischen Sicht  
ähm unterscheidet man Patienten ja, unter anderem äh bezüglich des des  
Struktur-niveaus nicht also wie weit Ich-Funktionen äh vollständig ausgebildet sind  
oder inwieweit es da Defizite gibt und das muss man sagen das ist äh in hohem  
Zusammenhang jetzt auch zur Frage der Ressourcen der persönlichen Ressourcen  
50also ähm, ich weiß nicht ob ich jetzt auf einzelne +Gruppenteilnehmer eingehen soll  
I/ ja ja das wär schön+

T/ ja ähm also es gibt durchaus also zwei äh zwei Teilnehmerinnen äh wo das  
ziemlich deutlich war eben dass das auch schwere strukturelle Störungen sind ähm  
da funktioniert das nicht so gut ne? mit dem Rückgriff auf die Ressourcen  
55sondern da ist äh da ist glaube ich der Profit vor allem der dass es den Patienten  
oder Patientinnen in dem Fall gelingt so richtig in die Gruppe rein zu wachsen und  
äh dass äh dass dieser äh, ich würde sagen äh dass der die Beziehungsmatrix in  
der Gruppe dann wirklich eine neue Erfahrung ist  
I/ wer war das?

60T/ ja äh (leises Lachen) die Namen

I/ ich habe eine Liste hier mit

T/ oh ja das hilft mir ja das hilft mir bestimmt

I/ ähm und hier eine noch eine bessere Liste die hatte ich von das war mehr was ich  
schon ausprobiert habe

65T/ na ja also Frau Exxxxxxx und äh Frau Gxxxx ne

I/ mhmh

T/ Frau Exxxxxxx und Frau Gxxxx sind äh zwei also wo man wirklich sagen kann da  
sind auch schwere strukturelle Störungen die haben auch noch mehr Behandlungen

gemacht als nur diese Gruppe mh äh nicht parallel aber aber eben in ihrer  
70Geschichte insgesamt ne und das das sind zwei wo ich sagen würde da war einfach  
das das Gelingen des Gruppenprozesses da war da das Entscheidende  
I/ ähm sind Ihnen bestimmte biographische Konfliktmuster aufgefallen?

T/ (p:00:00:07) Muster nein eigentlich nicht

I/ mhmh

75T/ also was mir äh ähm sagen wir jetzt aber mehr so zum Stichwort Biographie  
einfällt ist eine, sehr spannende Sitzung die wir hatten mal ähm, wo es um  
Gewalterfahrung ging

I/ mhmh

T/ das knüpft jetzt auch so an an die die die Frage des strukturellen Niveaus an ähm  
80das was was ich ich weiß auch nicht ob das, am Alter liegt aber was ich wirklich so  
speziell in dieser Gruppe erlebt habe ähm dass dass es für mich gelang dass in  
einer Sitzung alle alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen ähm über über  
Gewalterfahrung im Elternhaus sprachen, das hat sicher auch was mit der  
Generation zu tun dass da auch jeder da irgend was dazu sagen konnte aber dass  
85man da! dann wirklich sehr klar auch unterscheiden konnte also zwischen welchen  
die hatten mal Schläge gekriegt wenn sie was angestellt hatten aber! ne das war  
eben so die wussten im Grunde schon so wenn sie den Streich gespielt haben dafür  
gibt's hinterher einen drüber ne also da war die Kontingenz ganz klar und dann  
gibt's welche die konnten zwar nachvollziehen wann wofür sie geprügelt wurden

90aber ähm, es war äh es kriegte dann so ne Eigendynamik ja

I/ mhmh

T/ der der Vater oder die Mutter verliert die Kontrolle und dann gibt's gab es die  
dritte Gruppe die es am schwersten hatten, wo die Gewalt überhaupt keinen  
erkennbaren Zusammenhang mehr hatte ne? also die sozusagen aus dem Nichts  
95heraus Prügel kriegten sie wussten nicht wofür sie wussten nicht wann es aufhört ja  
so als als Kinder und ähm

I/ waren +die da

T/ das+ das war wenn ich das noch mal zu Ende sagen darf ne also das war sehr  
eindrücklich das so im Kontrast zu sehen das war auch für die Patienten sehr  
100eindrücklich die glaube ich eben jetzt diese diese Unterschiede äh bemerkt selber  
verstanden haben und sehen konnten dass das auch was, mit der  
Lebensgeschichte und mit dem Mensch, der sie geworden sind zu tun hat nicht und

Frau Gxxxx und Frau ähm (leises Lachen) ja Namen Frau Gxxxx und Frau  
(Zettelrascheln)

105I/ Exxxxxxx

T/ ja ja Frau Gxxxx und Frau Exxxxxxx ja okay äh das sind eben wirklich das sind  
zwei die definitiv in diese letzte Gruppe gehörten die ganz schlimme, und und äh  
Übergriffe und Gewalterfahrung als Kinder gemacht hatten

I/ also war das eine gleichmäßige Aufteilung oder gab es da eine Bündelung in einer  
110von den drei Gruppen

T/ ne es war verteilt es war wirklich verteilt also ähm die Zahl weiß ich jetzt nicht  
aber sagen wir mal es sind acht oder neun in der Sitzung dabei gewesen äh dann  
waren zwei in dieser Extremgruppe zwei oder drei in in der leichteren Gruppe und  
und ein paar in der mittleren Gruppe ne das war wirklich so verteilt

115I/ ähm vielleicht auch in Bezug darauf sind Ihnen spezifische Bindungskompetenzen  
bei den einzelnen aufgefallen?

T/ äh ja das auch wieder so eine abstrakte Frage ähm, natürlich sind mir sind mir die  
aufgefallen also ähm aber ohne dass ich die jetzt in Zusammenhang mit mit der  
Alters äh konstellation dieser Gruppe sehen würde ähm Frau Exxxxxxx äh fällt mir  
120als Beispiel ein äh sie ist jemand die äh, in in in den therapeutischen Beziehungen  
sagen wir mal etwas, eher Klammerndes hat

I/ mhmh

T/ ja also sich sich eng bindet da gibt es auch andere Beispiele ähm was sich auch  
darin spiegelt äh dass sie eine Ehe führt in der sie sich sehr an den Ehemann  
125klammert ähm wenig wenig Raum hat Konflikte auszuleben

I/ mhmh

T/ ähm da gab es andere in der Gruppe die sich da deutlich unterscheiden, also die  
sehr viel mehr Wert darauf legten Distanz zu wahren die auch mehr Potenzial hatten  
Konflikte in die Gruppe rein zu bringen zu konfrontieren also das was man sich in  
130der Gruppe ja auch durchaus wünscht ne? also dass dass die ehrlich authentisch  
miteinander umgehen aber jetzt weiß ich nicht genau ob das die Frage beantwortet  
(leises Lachen)

I/ ähm wenn um vielleicht in eine Richtung zu gehen sind Ihnen da Unterschiede  
zwischen den Männern und Frauen aufgefallen? in der Gruppe

135T/ ja das muss ich mir jetzt genau überlegen wenn ich die mal durchgehe, also, als  
als Paradebeispiel für enge klammernde Bindung fällt mir Frau Exxxxxxx ein,

ähm als Paradebeispiel für jemanden der eher Distanz braucht, und äh gerne auch mal das das Aggressive und Konfrontative einbringt fällt mir der Herr, Fxxxxxx ein also ein Mann (Schnaufen) das ist eine Tendenz würde ich sagen ja! und es ich  
140 glaube dass dass auch das hat wieder was mit der der Altersbesetzung zu tun also dass ähm sozusagen die haben ihre die haben alle noch eine präfeministische Sozialisierung (leises Lachen)

I/ mhmh ja

T/ ne also die die sind in der Nachkriegszeit groß geworden zum Teil in der  
145 Kriegszeit äh wo glaube ich noch viel stärker eben so klassische Rollenverteilung zwischen Männern und Frauen Geltung hatten und trotzdem würde ich sagen wenn man genau hinguckt dann äh dann findet man in der Gruppe auch, die Kontrastfälle ne?

I/ mhmh

150 T/ also Herr Dxxxx ähm ist jemand, der im Grunde nur in in ganz geringem Maße konfliktfähig ist also bis dahin dass er dass er Dinge von denen er fürchtet, Kontra zu kriegen in der Gruppe von sich selber erst mal zurückhält ne

I/ mh

T/ der sich der sich wenig in die Gruppe eingebracht hat und eher so eher so eben  
155 den harmonischen ne also nach außen hin immer eben den harmonischen Weg geht Frau Cxxxxxx ist jemand die äh gerne so richtig auf die Sahne haut Sie schmunzeln Sie kennen das Interview von Frau Cxxxxxx

I/ ja

T/ ja ja mh also die äh die war ja sicherlich auch so von den von den Redebeiträgen  
160 der Gruppe immer das Alpha das Alphamitglied die hat am meisten! geredet am meisten initiiert und auch gerne die die Mitpatienten angekoffert ne also ähm ja ne also so

I/ ja

T/ ist verständlich

165 I/ ja

T/ das ist das ist im Grunde was diese Geschlechtsrollen angeht eine gewisse Tendenz gibt aber auch die Kontrastfälle

I/ also ist Ihnen dieser Unterschied speziell auch bei der Interaktion der einzelnen Gruppenmitglieder aufgefallen

170 T/ ja auf jeden Fall



I/ mhmh

T/ auf jeden Fall übrigens auch äh, ähm dass wir hatten durchgängig äh so ne so ne Sitzordnung (Lachen) auf der einen Seite die Frauen und auf der anderen Seite die Männer sitzen

175I/ mhmh

T/ das hat das hat sich über die ganze Gruppe hinweg durchgehalten

I/ und und von den äh von den Problemthemen gab es da auch spezifische Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen?

T/ ja ähm, auch ja auch aber wieder mit Varianz ne also ähm, da fällt mir im Grunde  
180jetzt als erstes der Herr Sxxxxxx ein der diese Gruppe ja ähm vorzeitig

I/ mhmh

T/ verlassen hat ne also nach einem Jahr oder so äh der war der einzige der ähm während der Gruppenteilnahme noch äh in einem Beschäftigungsverhältnis stand, und der eigentlich immer mit der mit der Überforderung am Arbeitsplatz äh und und  
185mit der Sorge den Arbeitsplatz zu verlieren ähm unterwegs war ne das waren so seine Hauptthemen, und das würde ich so von der Tendenz her sagen das war eben auch bei den Männern stärker Ausscheiden aus dem Arbeitsleben die anderen hatten es eben hinter sich aber nun gilt's ja auch irgendwie äh würde ich sagen die Rolle als Rentner auszufüllen und zu definieren, Sie merken das sind dann das sind  
190dann mehr so die Alltagsthemen

I/ ja

T/ da geht es nicht mehr um Symptome und das ist eben so auch in einer Gruppe ne also man redet nicht über die Beschwerden sondern man redet eigentlich übers Leben

195I/ mhmh

T/ und äh ja und dann sind es die klassischen Unterschiede die Männer von der Tendenz her ein bisschen mehr über, ja die Bedeutung verlieren indem man nicht mehr im Beruf ist

I/ ja

200T/ was macht man jetzt, und die Frauen mehr über die die Ablösung der Kinder ähm, es gab etliche in der Gruppe ich weiß nicht ob das ein Zufall ist ne aber äh ich sag mal ich muss mal an Globalisierung denken

I/ ja

T/ also wo die Kinder weit weit weg waren also ein Sohn in Mexiko ein Sohn in  
205Thailand äh auch über ganz über Deutschland verstreut ne also ähm das war schon  
so ein gemeinsames Thema aber mit so ein bisschen einem Akzent dass mehr bei  
den Frauen aufkommt ähm dass die Kinder weit weg sind und man sich eigentlich  
mehr! familiäre Bindung auch wünschen würde

I/ das heißt (Räuspern) das Thema Bindung war bei den Frauen schon stärker im  
210Vordergrund als bei den Männern

T/ (p:00:00:08) ja ich zögere jetzt weil ich jetzt wirklich ich versuche sie noch mal  
durch zu gehen und ähm, ja kann man sagen doch nach einigem Nachdenken ja!  
I/ ja?

T/ ja

215I/ gut ähm, haben Sie eine Vorstellung von bestimmten Typologien in der Gruppe

T/ ähm äh Typologien in welcher Hinsicht?

I/ ähm ja im Bezug auf ähm, die oben schon genannten Punkte auf bestimmte ähm  
Konfliktmuster in Bezug auf

T/ ja also sagen wir mal äh die die äh Patienten

220I/ ja

T/ zu typisieren

I/ die Patienten zu typisieren

T/ mh mh (Schnaufen) (00:00:12) ja auch da ich weiß nicht also ich muss ein  
bisschen überlegen

225I/ mhmh

T/ ne also um um nicht vorschnell zu antworten ich ähm ich hab so was im Sinn aber  
ich bin mir nicht ganz sicher wie weit das aufgeht also ähm ich finde einen äh eine  
eine Dimension ähm worin sich die Patienten eben sehr deutlich unterscheiden ist  
ja, psychologisch würde man sagen Extroversion Introversion

230I/ ja

T/ also es gibt welche die sich äh sehr schnell sehr aktiv einbringen und es gibt  
welche die die zurückhaltender sind sozusagen eher dann was sagen wenn sie  
gefragt werden, wenn man sie jetzt mal durchgeht ne dann wird dann würden Frau  
Cxxxxx und Herr Fxxxxx eindeutig in die extrovertierte Ecke gehören Herr Bxxxxxx,  
235äh wäre sozusagen das das das andere Extrem eben also jemand der nur dann was  
sagt wenn er gefragt wird ähm auch Frau Ixxxxx äh gehört so zu diesem Typus, die  
möchte gerne viel viel beitragen aber es ist ihr immer schwer gefallen sich zu

äußern, na ja so ganz haut die Typisierung nicht hin ne Frau Axxx ist zum Beispiel ist jemand die hat sich in dieser Hinsicht sehr verändert ne sie ist am Anfang sehr  
240unsicher gewesen sie hatte auch noch keine Therapieerfahrung ähm die ist aber eigentlich eher ein extrovertierter Typ ne also je länger die Gruppe dauerte äh desto offensiver wurde die und desto mehr hat sie sich eingebracht, mh ja und das andere ist ähm das finde ich jetzt aber das ist doch das ist im Grunde äh wenn man genau hinguckt eine andere Dimension ähm ich weiß nicht also, äh wie viel Aggressives ja  
245I/ mhmh

T/ also wie viel Konfrontatives bringen die äh äh Teilnehmer in in das Gruppengespräch rein ähm und ich glaube es hat ein bisschen auch was mit den mit den Bindungs- oder mit den Beziehungsbedürfnissen zu tun die dahinter stecken, und da habe ich ja auch schon gesagt also Frau Cxxxxx und Herr Fxxxxxx ne die ich  
250jetzt zu den Extrovertierten sortiert hab

I/ ja

T/ sind beides welche die viel konfrontieren

I/ mhmh

T/ äh Frau Axxx würde ich sagen die ist extrovertiert äh aber die ist äh die kann das  
255äh die kann das das äh Konfrontative das äh Aggressive nur ganz verdeckt ne? also die hatte ähm die hatte dann eher so ne Art mit so ner mit so einem Lächeln und einer schnippigen Bemerkung was los zu werden aber ne verstehen Sie ja?

I/ ja

T/ also sozusagen die musste das Aggressive immer verstecken immer einen  
260Mantel drum machen wenn ich mir jetzt die Introvertierten begucke der Bxxxxxx zum Beispiel ähm der konnte ganz gut konfrontieren also ich versuche nun auf der Seite der Introversion nun auch zwischen äh Aggressiv gehemmt und eher aggressiv offenen zu unterscheiden und äh dann würde ich den Bxxxxxx so sortieren der konnte durchaus konfrontieren wenn er gefragt wurde ne, 'ich hab das  
265aber so und so' ne dann eine eigene konträre Position einzunehmen ähm, Frau Ixxxxxx zum Beispiel ja die die würde ich sagen ist eine die sehr viel Harmoniebedürfnis hat, ja die würde die würde dann

I/ mh mh

T/ praktisch in die vierte Kategorie das ist jetzt quasi so ein vier Felder-Schema  
270I/ ja

T/ was ich hier so (Lachen) äh, zeichne ne? die würde in die vierte Kategorie passen

I/ gut

T/ ja das ist jetzt interessant das ist jetzt wirklich so ad hoc entstanden ich bin nicht ganz sicher

275I/ ja das ist toll

T/ (Lachen) okay +so ist es

I/ genauso hatte ich mir das vorgestellt+

T/ ja ja

I/ ähm was haben Sie als eher schwierig was als eher bereichernd empfunden

280T/ ähm ich fang mal mit dem Schwierigen an

I/ mhmh

T/ ähm ich bin gut eigentlich da muss ich doch ein bisschen weiter ausholen im Grunde bin ich äh kann man sagen vertretungsweise in diese Gruppenleitung gekommen damals ähm an sich wollte der Herr Kxxxxx mit mit Frau Bxxxxxxxx

285zusammen die Gruppe leiten und dann wäre ich auch mehr jetzt sozusagen im im

als als als Couch dieser Doktorarbeit äh gew- gewesen ne und das wäre mehr

meine Arbeit gewesen und dann hat sich dann ist der Herr Kxxxxx versetzt worden

von hier oben nach nach unten an die Uni und fiel dann aus für für die

Gruppenleitung und dann bin ich eingesprungen mh, und na ja und dann da fing

290eben die Schwierigkeit an das das heißt im Grunde es es kam auf die Weise jetzt

eine Konstellation die Frau Bxxxxxxxx die ist äh Psychoanalytikerin

I/ mhmh

T/ äh ich bin auch tiefenpsychologisch ausgebildet aber ich bin

Psychodramatherapeut ich weiß nicht ob Ihnen das was sagt

295I/ äh das habe ich gerade auf Ihrer Visitenkarte gelesen +nein

T/ ne sagt nix+ also das ist das ist ein Therapieverfahren was man was man speziell

in Gruppen anwendet auch mit einer ziemlich aufwändigen Ausbildung also

deswegen das, schon was ist was mich prägt

I/ mhmh

300T/ und auch wo mein Herz dran hängt und das heißt, eigentlich habe ich mir

vorgestellt und haben wir uns vorgestellt ähm dass ich, Elemente von Psychodrama

auch mit in diese Gruppe bringe und das hätte geheißen mit Rollenspielen zu

arbeiten

I/ mhmh

305T/ äh wie so zu sagen wo man sonst in der Gruppe zusammensitzt und ein gemeinsames Gespräch führt ähm eben noch mal zu sagen jetzt können wir diese Situation die sie gerade ansprechen mal als Rollenspiel angucken wer könnte jetzt mal in die und die Rolle schlüpfen und und so weiter

I/ mhmh

310T/ ich will jetzt nicht das ganze Psychodrama erklären aber ne das ist das ist so die Idee mh auch dass man sagt ähm handelnd lernt man einfach anders und und mehr als

I/ ja

T/ als wenn man nur redet über die Dinge, ja schönes Ansinnen aber das hat nicht funktioniert (leises Lachen) also ein bisschen glaube ich war's die Schwierigkeit dass ich das irgendwie mit mit der Frau Bxxxxxxx auch die hätte das immer sehr gerne gesehen aber, ich war eben auch der einzige von uns beiden der mit dem Verfahren vertraut ist also das hätte ich irgendwie sehr doch alleine managen müssen und wir haben es einmal am Anfang der Gruppe probiert in einer Sitzung da 320ist es ähm mäßig gut verlaufen, muss man sagen und ähm es ist dann irgendwie darauf hinaus gelaufen dass es war jetzt so ein bisschen glaube ich auch aus meiner Sicht der Weg des geringsten Widerstandes dass ich auf's Psychodrama verzichtet hab ne?

T/ mhmh

325T/ und wir diese Gruppe, tiefenpsychologisch geleitet haben beide, ne also das fand ich schwierig

I/ würden Sie das bei einem zweiten Versuch noch mal probieren anders umzusetzen oder was wären Ihre Konsequenzen daraus?

T/ (p:00:00:04) äh, das ist jetzt ein bisschen, das ist eine theoretische Frage weil, 330ähm ich muss hier auch ein bisschen weiter ausholen äh eigentlich im Moment meine Haltung ist dass ich äh eine solche Gruppe ja nicht, nicht noch mal machen möchte

I/ mhmh

T/ das ist ähm das das ist jetzt äh ein ein Satz nach dem Sie nicht gefragt haben 335(unterdrücktes Lachen) aber ich sag das mal

I/ ja kann ich

T/ weil das ist mir wirklich wichtig

I/ ja

T/ ähm das ist ein Unterschied jetzt von von meinem jetzigen Eindruck äh zu dem  
340wo ich das erste Interview gegeben hab

I/ mhmh

T/ ähm dass mir im nachhinein äh diese Gruppe viel anstrengender geworden ist als  
als ich sie unmittelbar erlebt hab ne also so und ich weiß das vom Erzählen dass  
das der Frau Bxxxxxxx genau so geht ne irgendwie im nachhinein, haben wir  
345gemerkt wie wie schwierig eigentlich diese Gruppe war äh anstrengend auch, und  
ähm also für mich war mit einem bisschen Abstand auf einmal ziemlich klar dass ich  
das nicht noch mal machen will.

I/ und woran liegt das?

T/ (p:00:00:07) ähm, so hundert Prozent, kann ich das nicht erklären ich kann das  
350ein bisschen beschreiben also dass ähm, als als Gruppenleiter als Therapeut gehe  
ich ja auch eine Beziehung ein zu den zu den Teilnehmern ähm das heißt die die  
werden als Figuren irgendwie in mir selber auch lebendig und diese äh das ist das  
ist ein Prozess der über das Ende der Gruppe hinaus geht

I/ mhmh

355T/ ja? und und die Art und Weise wie wie diese Gruppe in mir weiterlebte, fand ich  
schwierig, ähm, vielleicht haben wir sie doch zu früh aufgehört das war ja nun auch  
ein bisschen jetzt das hatte was mit dem Forschungssetting zu tun wir hatten sie eh  
schon verlängert (leises Lachen) und nach zwei Jahren war dann klar jetzt muss sie  
aber wirklich aufhören(Lachen)

360I/ ja

T/ also vielleicht hat es damit was zu tun äh mit so einem bisschen Abstand blieb so  
ein Gefühl über, ähm es ist noch nicht wirklich rund geworden ähm ja so sozusagen  
als ob die in mir weiterleben und sagen 'das war's aber noch nicht'

I/ (p:00:00:07) also so ein ein Gefühl des noch nicht beendet haben's? das noch  
365nicht wirklich abgeschlossen sein's?

T/ ja ja und das ist was äh ich hab das jetzt mal so äh äh sagen wir mal das wäre so  
die leichteste die eleganteste Erklärung es mit (Einatmen)

I/ mhmh

T/ mit dem erzwungenen Ende der Gruppe (Ausatmen) zu erklären aber vielleicht ist  
370es das auch nicht ne vielleicht hat es wirklich was damit zu tun dass es eben dass  
es eben ein bestimmtes Klientel war

I/ mh

T/ ähm das ist schwierig ist äh also bei Menschen die so viel Lebensgeschichte hinter sich haben und wo es vielleicht so viele Sachen zu besprechen gibt also äh  
375wie wie findet man da einen Punkt wo man sagt äh gut jetzt ist es gut ne es reicht  
I/ mhmh

T/ und wo auch die die Patienten die Teilnehmer sagen 'das ist gut jetzt reicht's mir'  
I/ sehen Sie denn trotz diesem Gefühl immer noch einen großen Therapiebedarf auch eben speziell in dieser Altersgruppe

380T/ ja auf jeden Fall

I/ mhmh

T/ also ähm ich bin ein bisschen ich bin ein bisschen skeptischer geworden jetzt im im Verlaufe des letzten Jahres sagen wir mal äh wie man wie man diesem Therapiebedarf gerecht wird ja also sagen wir mal aufgrund meiner

385I/ mhmh

T/ späteren Gegen-Übertragung, aber auf jeden Fall der Bedarf ist da ne also äh wir haben diese Gruppe ja seinerzeit in kurzer Zeit zusammen gestellt rekrutiert also es gibt, viel Nachfrage in dem Alter das ist ganz klar ähm es hat sich in der Gruppe auch gezeigt dass es spezielle Themen sind dass es Sinn macht ne?

390I/ ja

T/ sozusagen da was Altersspezifisches anzubieten wo es ne eben um diese Fragen postfamiliale äh Lebensgestaltung Berentung, äh Ausblick auf's Älterwerden Nachlassen der körperlichen Ressourcen bla bla bla ne ist ja klar

I/ ja

395T/ es gibt ne ganze Menge Themen die äh die mit dem Alter zu tun haben mit speziell dieser Altersgruppe und, es gibt noch einen Grund äh sozusagen einen negativen Grund; ist alles in Ordnung?

I/ alles in Ordnung

T/ äh wenn Sie wenn Sie jetzt eine äh eine Gruppe machen die eben mit jüngeren  
400Patienten besetzt ist die einen Altersschnitt von fünfunddreißig haben und da sitzt dann typischerweise einer oder vielleicht zwei dabei die sind sechzig die kriegen in so einer Konstellation natürlich auch immer bestimmte Übertragungen in der Gruppe ab und das ist auch nicht günstig

I/ ja

405T/ ne also alles alles was an Mutter- oder Vatergeschichten dann entsteht ist klar ne  
dann entstehen innerhalb so einer Gruppe entstehen dann ungünstige  
Übertragungen und das entfällt wenn man so eine altershomogene Sitzung hat  
I/ mhmh

T/ ne ist klar?

410I/ ja

T/ ja also von daher ja unbedingt

I/ fällt Ihnen denn vielleicht auch äh in Überleitung dazu ähm ein was was Sie als  
besonders bereichernd an der Gruppe be- empfunden haben?

T/ ja genau das ist eben das ist eben weggerutscht äh ich ich weiß nicht das ist jetzt

415ein bisschen vermischt sich da was ähm ich kenne äh Patienten aus dieser  
Altersgruppe natürlich auch aus Einzeltherapie ähm und was mir jetzt auf Anhieb  
einfällt muss ich sagen das sind ähm äh Sequenzen Erfahrungen aus aus  
Einzelbehandlungen aber eigentlich gilt das auch für für diese Gruppe ähm ich finde  
es einfach spannend ähm Menschen zu haben die eben in einer Zeit groß geworden

420sind, die für mich Geschichte ist ne

I/ mhmh

T/ also ähm äh Erfahrungen aus äh Kriegs- oder mehr jetzt Nachkriegszeit zu hören  
ähm na ja so ein bisschen oral-history ja also das das äh finde ich ausgesprochen  
interessant ähm damit verbunden natürlich ähm also das ist das Angenehme ähm

425es ist auch nicht nicht nur angenehm aber ich finde es auch einen Reiz! äh dass  
durch dieses Altersverhältnis ja auch zu mir als Leitung andere  
Übertragungskonstellationen ins Spiel +kommen ne

I/ habe ich auch+ gerade dran gedacht

T/ also ähm die äh sie behandeln mich gelegentlich wie ihren Sohn

430I/ mh

T/ und das ne also jetzt und das speziell jetzt äh ja Frau Axxx fällt mir ein Frau Axxx  
ist diejenige deren Sohn in Mexiko ist ne

I/ ja

T/ ähm ihr Sohn ist ein bisschen jünger als ich de facto aber natürlich ne also sitz

435sitz sitz ich da als jemand der dann in dem Moment stellvertretend ist

I/ mh

T/ für ihren Sohn ne? und ne also wo sie wahrscheinlich insgeheim denkt ja die Frau  
Axxxxxxx ne also die Mutter von ne (Lachen) die hat's gut und wo mir gelegentlich



meine meine Eltern, einfallen ne also äh die, wieder auch ein bisschen älter sind ne  
440meine Mutter als jetzt die äh Personen in der Gruppe aber trotzdem ne also wo von  
meiner von meiner Warte aus dann eher Erinnerungen an meine Eltern auftreten  
I/ also das war für Sie persönlich auch eine andere Erfahrung als mit Patienten die  
T/ ja auf jeden Fall also mit jüngeren Patienten ja  
I/ und hat dann in Ihnen auch anderes ausgelöst

445T/ ja ja, zum Angenehmen, ähm das ist noch ein wichtiges Phänomen das das fand  
ich auf Antrieb angenehm äh mit ein bisschen Anstand aber dann auch,  
problematisch ähm ich fand diese Gruppe von Anfang an ähm sehr sehr viel  
höflicher, im Umgang mit einander ne  
I/ mh

450T/ als ich das aus aus jüngeren Gruppen kenne, also so äh so als ob eben jetzt  
unter diesen älteren Menschen Etikette viel! viel stärker äh na sagen wir äh auswirkt  
auf die Art wie man miteinander umgeht, die haben sich lange darüber auseinander  
gesetzt ob sie sich siezen oder duzen in der Gruppe und einige haben auch darauf  
bestanden gesiezt zu werden ne?

455I/ mhmh

T/ also so dass äh das dann zwischen durch ein ganz schwieriges Gemengelage  
wurde ne so Du und Sie immer im Wechsel für uns Leitung war das leichter wir  
haben natürlich alle gesiezt ne aber unter einander die Gruppenmitglieder unter  
einander in einer jüngeren Gruppe ist es selbstverständlich die duzen sich und nach  
460der dritten Sitzung äh werden die dann auch schon mal unfreundlicher mit einander  
ne so das äh das hatte da wirklich einen anderen Stil also dass man so positiv  
formuliert äh den Eindruck hatte die bringen mehr soziale Kompetenzen mit  
I/ mhmh

T/ aber es hatte auch einen problematischen Aspekt eben äh dass dadurch Dinge  
465Dinge nicht unausgesprochen bleiben ne also sozusagen indem man immer höflich  
und freundlich mit einander umgeht äh die Dinge die man wirklich denkt ja viel  
länger brauchen bis sie dann mal ausgesprochen werden.

I/ haben Sie generell bei der Gruppe das Gefühl dass es noch Dinge gab die nicht  
ausgesprochen wurden von Seiten der Patienten die ausgesprochen, oder die von  
470denen sich die Patienten sich gewünscht hätten dass sie sie Ihnen aussprechen  
können

T/ ähm ja das ist eine Frage die ich jetzt mit einem so großen Abstand, nicht nicht mehr so ganz sicher beantworten kann also ich ähm eigentlich würde ich sagen nein  
I/ mhmh

475T/ ich denke von den von den großen und schwierigen Themen, äh hat hat keines gefehlt, aber man kann auch schwer sagen wann ist so ein Thema abgeschlossen  
ne

I/ mh

T/ also Beispiel Tod, natürlich ne also geht es äh für jeden Menschen irgend  
480irgendwie immer um das Thema Endlichkeit, ähm und äh für diese Altersgruppe ein bisschen mehr ne

I/ mhmh

T/ weil eben nur noch ein ein kleinerer Teil Lebenszeit übrig ist ja ähm das ist immer mal wieder Thema gewesen, man kann nicht sagen dass es gefehlt hat aber kann  
485man sagen dass es erschöpfend behandelt worden ist? tja weiß ich nicht ne woran liest man das schwierig

I/ mh denken Sie denn dass?

T/ was mir Entschuldigung was mir jetzt einfällt was äh was tatsächlich wenig Thema gewesen ist ist Sexualität das ist ja nun auch so so ein Tabuding

490I/ mhmh

T/ Sexualität im Alter, das hat in der Gruppe jetzt muss ich mal überlegen, ne das ist wirklich das ist nicht wirklich Thema gewesen also doch ja!

I/ mhmh

T/ Sexualität im Alter das war das war kaum Thema mhmh

495I/ gut dann wäre ich mit meinen Fragen jetzt am Ende gibt es noch etwas, was Ihnen am Herzen liegt was was Ihnen noch aufgefallen ist?

T/ mh mh, ja, lassen Sie mich kurz einen Moment nachdenken (00:00:32) also ich glaube was was sozusagen die die Fragen die Thematik angeht über die wir jetzt in dem Interview gesprochen haben, nicht mehr, was mir jetzt durch den Sinn geht ne  
500das das hat glaube ich auch das hat damit zu tun sagen wir mal worin dieses Interview heute morgen auch eingebettet ist, ähm, das ist vielleicht auch wichtig also dass ich eben manchmal schon, äh den Eindruck hab ähm, dass ist äh äh äh diese Gruppe ist so sozusagen ein bisschen so, ein bisschen ein Fremdkörper in dem  
I/ mhmh

505T/ Ensemble in dem was was ich ansonsten hier mache also ähm (p:00:00:05) sie hatte ne ne exklusive Ausstattung und auch eine besondere Bedeutung jetzt durch dieses diesen Forschungskontext drum herum, ähm aber es ist so ein bisschen so wie ähm, ja eben eben so so eine kleine Insel so eine kleine Oase die man reserviert (leichtes Lachen) und äh ja, also nebenbei! so so ist das das

510Ambulanzgeschäft hier und ähm die die Aufgaben die ich sonst so habe ne also so was heute morgen war ich ich bin für Qualitätsmanagement hier zuständig und hab hatte diverse Telefonate und Ärger und dann bin ich für das Praktikum zuständig und hatte Ärger und dann gibt es eben hier in der Ambulanz! in der Regel ja kurze Patientenkontakte die dann aber auch immer also wo's dann in die Vermittlung geht

515was machen die Patienten für Behandlungen und wie äh und äh Verhandlungen mit Kassen und irgend welchen Ämtern, und so äh also das ist dann schon irgendwie eine ganz andere Welt ne also so sagen wir da steht da steht die Gruppe doch so ein bisschen eben wie wie so eine Oase wie so eine Insel dar, und (p:00:00:04) das ist glaube ich auch wichtig zu sehen also dass äh das ist nicht so das ist nicht das

520Alltagsgeschäft das ist nicht eine das ist nicht eine von vielen Gruppen äh die ich hier mache und äh die die alle irgendwie wo für alle Gruppen auch gleichermaßen viel, Ressourcen innere Ressourcen und und Zeit und Aufmerksamkeit hier zur Verfügung stehen sondern das das war schon auch ein bisschen was Besonderes  
I/ mhmh, gut

525T/ ja?

I/ dann vielen Dank

T/ ja gerne

(Abschalten des Tonbandgerätes)

(00:39:14)

530

Nachtrag 2:

Transkript vom 25. 06. 2007, Herr Dr. Axxxxxxxxxxxx 2

535T/ das ist jetzt ne also noch mal zu der Frage, äh des des Unabgestellt diesem diesem Gefühl der Unabgeschlossenheit also das eine, ähm dass dass mehr biographisches Material da ist und die frühen Erfahrungen eben auch schon viel

länger zurück liegen das ist eine Art was ich gerade gesagt habe zwangsläufig eine Unvollständigkeit

540I/ mhmh

T/ auch auch des des biographischen Rückblicks bei den Patientinnen und Patienten und das andere ja, dass äh dass dass bei bei jüngeren Patienten ähm die Themen glaube ich noch sozusagen ein ein bisschen, man kann sagen pragmatischer sind ne also man hat ein Ziel irgend etwas zu erreichen für sein

545Leben

I/ mhmh

T/ also ich möchte wieder einen Arbeitsplatz finden oder ähm ich möchte wieder lernen mh, die und die Situation angstfrei auszuhalten

I/ mhmh

550T/ ne so mh, und ich glaube ne eben so so diese äh diese kleinen kleinformulierten auch sagen wir mal operationalisierten Ziele die sind bei den den Patienten in der Altersgruppe ein bisschen im Hintergrund ne also da geht es dann wirklich mehr ums Grundsätzliche also vielleicht ja gut so was gibt es ein Richten auf das Leben nach dem, Beruf äh oder so das hat das hat auch noch mal so ein bisschen äh eine

555plan- planerische man hat eine planerische Richtung aber ich glaube das ist so ne also die äh diese übergeordneten Themen ne die eigentlich würde man jetzt sagen wir mal aus einer philosophischen Sicht sagen die eigentlich immer dahinter stecken die die treten auch ein bisschen mehr in den Vordergrund ne? so das Nachlassen der eigenen Ressourcen

560I/ mhmh

T/ äh äh das die Auseinandersetzung mit dem Tod, äh die Auseinandersetzung mit dem Verlust von von anderen Menschen, na das ist bei jüngeren Menschen auch so das ist das ein tragisches Ereignis aber auch ein besonderes Ereignis ja also dann beschäftigt man sich damit dass äh dass die Mutter gestorben ist und man hat aber

565das Gefühl die ist ja wirklich viel zu jung verstorben so ne? also es hat immer noch es hat dann immer noch so den den Charakter eines singulären Ereignisses mit dem beschäftigt man sich für die Menschen in der Altersgruppe wird es nun ja so was Allgegenwärtiges es kriegt einen anderen Charakter.

I/ mh danke schön

570(Abschalten des Tonbandgerätes)

(00:02:37)

Nachtrag 3:

Transkript vom 25. 06. 2007, Herr Dr. Axxxxxxxxxxx 3

575T/ ja also (Lachen) jetzt der zweite Nachtrag also irgendwie irgendwie ein bisschen ein bisschen peinlich dass ich, äh das erste Interview so falsch einsortiere aber auf der anderen Seite äh beruhigt es mich auch wieder ein bisschen, es ist offensichtlich so dass ich das Interview doch gegeben habe während die Gruppe noch lief das habe ich nicht richtig in Erinnerung gehabt, äh und insofern machte da auch die 580Frage nach dem äh nach dem Gruppenverlauf in der sagen wir mal in der zweiten Hälfte eben Sinn aber dazu muss ich im nachhinein sagen dass also dass dass kann ich nicht wirklich auseinander sortieren ich kann nicht sagen was dann speziell in der zweiten Hälfte passiert ist

I/ mhmh

585T/ aber! ähm das erklärt jetzt auch ein bisschen äh den den Unterschied äh in in meiner Gegen-Übertragung ne also das was ich ja ausführlich beschrieben hab und äh äh also dass ich eben damals während die Gruppe noch lief ähm die wirklich äh spannend und angenehm fand und ich glaube so dieses Tenor

I/ ja

590T/ sollte das Erst-Interview haben und äh das was ich heute erzählt habe sich also im nachhinein im Anschluss an die Gruppe eingestellt hat ähm also insofern glaube ich jetzt ist es ein bisschen leichter auch nachzuvollziehen

I/ ja

T/ dieser Unterschied ne also wenn wenn das erste Interview wirklich während der 595Gruppe gelaufen ist jedenfalls ne also mir selber geht es so dass ich es jetzt ein bisschen besser nachvollziehen kann und dass eben im Anschluss an die Gruppe, sozusagen auch die die Schwierigkeiten, spürbarer wurden, meine

I/ noch einmal

T/ ja

600I/ zum Gruppenverlauf im ersten Interview haben Sie geschildert äh dass der Anfang etwas mühselig war und dass es diese Anlaufschwierigkeiten

T/ ja

I/ gab äh zum Zeitpunkt des zweiten Interviews schien es so als wäre das jetzt ins Laufen gekommen, kamen diese anfänglichen Schwierigkeiten noch mal zurück?

605dieses ähm als Kaffeeklatsch beschriebene

T/ ja ja ich verstehe ähm ne eigentlich nicht ähm das hat das hat sicherlich zu tun mit dem was ich eben so beschrieben hab äh so so ein höflich freundlicher

I/ ja

T/ Umgang mit einander ne? also der hat in der Anfangsphase zu so einer äh  
610 Kommunikation geführt die dann gelegentlich auch von von Gruppenteilnehmern dem dem Rehbein übrigens

I/ mhmh

T/ einem einer von den Kofferern ne also eben als oberflächlich bezeichnet wurde und Kaffeeklatsch so, ähm, eine gewisse Neigung dahin ist immer geblieben, aber  
615 jetzt nicht nicht so äh im Sinne der Frage also nicht nicht dass da ein Rückfall passierte oder so

I/ mhmh

T/ das nicht ähm, man könnte sich das ja vorstellen in dem Moment wo neue Gruppenteilnehmer dazu kommen

620 I/ ja

T/ aber jetzt wenn man zum Beispiel den Herrn Jxxxxxx nimmt das ist der letzte glaube ich der neu dazu kam der ist selber jemand der eben mit der war vorher in der Tagesklinik der brachte einiges an Therapieerfahrung mit ähm der hat sicherlich eher dazu beigetragen auch einen offenen äh authentischen Austausch in der  
625 Gruppe zu haben von Anfang an, also insofern nein ne das das glaube ich das ist ein Anfangsphänomen gewesen dass hat uns Zeit gekostet aber das war irgendwann auch weg

I/ okay

(Abschalten des Tonbandgerätes)

(00:03:27)

630

Interview Frau Dr. B vom 30. 10. 2007

I/ Frau Doktor xxxxxxxxx ich möchte mich mit Ihnen heute über die Therapiegruppe 5 „Belle Epoque“ unterhalten die Therapiegruppe ist ja jetzt schon seit fast einem Jahr beendet

T/ mhmh

I/ ähm wenn Sie zurück blicken welche Erinnerungen werden bei Ihnen an diese Gruppe wachgerufen

10T/ (p:00:00:05) welche Erinnerungen? es war eine zähe Gruppe, die sich sehr langsam entwickelte, aber wenn da irgend welche Erfolge waren waren die, um so, äh durch durchschlagender da freute man sich eben im besonderen

I/ mhmh und könnten Sie einen Haupteindruck beschreiben was Ihnen so als erstes

T/ ja hauptsächlich zäh es ging sehr langsam in allen Aspekten des Gruppalen voran

15I/ mhmh haben Sie mit dieser Gruppe spezielle Erfahrungen gemacht die sich vor allem auch von der Arbeit mit anderen Altersgruppen unterschieden haben?

T/ ja so das gruppale Verstehen und sich Verständigen untereinander und äh Gruppe zu bilden war hier langsamer und schwieriger als bei den anderen, Alterskategorien

I/ mhmh

20T/ die Erwartung äh von diesen Älteren dass es irgend wie, autoritär von oben gemacht wird war viel größer ne die wollten ständig irgend welche Art Anleitung, und an der anderen Seite hatten die mit ihren persönlichen Informationen sehr lange hinter dem Berg

I/ +mhmh

25T/ gehalten+ warteten immer bis die nächs- bis die anderen kommen ne

I/ mhmh das heißt also für Sie oder für Ihre Rolle als Therapeutin, gab es da bestimmte Herausforderungen?

T/ ja man musste viel intensiver mit den einzelnen arbeiten und viel länger

I/ mhmh

30T/ insgesamt und schon auch so eine Art äh psychopädagogische ja so Erklärungen

I/ mhmh

T/ was ist die Gruppe? was erwarten wir? wie geht man in der Gruppe miteinander um? welche Informationen wir da also die Patienten in der Gruppe austauschen sollten et cetera et cetera das musste man sehr! oft wiederholen

35I/ mhmh und jetzt bezogen auf Sie also zum Beispiel auf äh wie ich eben schon erwähnte Ihre Therapeutenrolle auch jetzt ähm zum Beispiel

T/ ja sagte ich man musste viel mehr führen

I/ viel mehr führen

T/ mhmh

40I/ und wie verhielt sich das zum Beispiel bei ähm der Übertragung oder bei der Gegenübertragung? ist Ihnen dazu etwas aufgefallen das

T/ ja also so die Grund äh Übertragung ist so ja ich weiß nicht ob das tatsächlich so ist aber was mir einfällt wäre einerseits solche Idealisierung der Rolle des Behandlers

45I/ mhmh

T/ andererseits aber Ent- gleichzeitig leise Entwertung weil man doch äh irgendwie, teilweise weil man doch ein bisschen jünger ist oder so viel jünger war ich nicht ich war schon in dem Alter der Patienten aber äh, ja irgendwie so diese Entwertung war da auch

50I/ mh

T/ ob es vielleicht war es Entwertung im Sinne von diesen „Psychos“ ja es ist auch weil die Generation kommt zwar zu zu Therapie aber so eine ganz hohe Meinung von Psychotherapie haben die nicht ja

I/ mhmh

55T/ oder Verständnis oder so Selbstverständlichkeit auch nicht über sich zu erzählen ja so manchmal war man da so ein bisschen als ob man unanständig wäre dass man will

I/ mhmh

T/ dass die erzählen was Intimes, und Gegenübertragung da war, ja teilweise war es natürlich Konfrontation mit den altersspezifischen Problemen ne so schwierige Erkrankungen so bestimmte Bilanz Unmöglichkeit oder sehr zähe Suche nach, Wiederfinden von Sinn des Lebens wenn die Arbeit verloren hatten und keine neue gefunden haben

I/ mhmh

65T/ und so diese Sachen, da war man schon äh mit betroffen irgendwie, und manchmal weil die sich so ausruhen wollten, an den Therapeuten irgendwie, so war da auch Ärger in diesem Sinne dass die einfach nicht übernehmen und nicht übernehmen und nicht übernehmen



I/ mhmh

70T/ so Ärger über diese, abhängige Position in der die eher waren

I/ haben Sie denn da eine, Veränderung im Laufe dieser guten zwei Jahre festgestellt

T/ schon die hatten sich immer selbständiger äh benommen ne

I/ mhmh

T/ die haben dann, schon, es kam immer wieder so zyklisch diese Wünsche nach  
75ähm mehr von unserer Seite

I/ mhmh

T/ aber trotzdem waren die dann, autonomer

I/ mhmh ähm das war jetzt etwas was Sie als eher schwierig empfunden haben, fällt  
Ihnen dazu noch etwas an ein?

80T/ schwierig eigentlich nicht

I/ was

T/ ne diese Gruppe war aggressiver als

I/ mhmh

T/ nach meinen Erfahrung mit den Jüngeren

85I/ mhmh

T/ äh aggressiver im Sinne von, viel, Ungebremsten hatten sie kommentiert die,  
Sachen die die anderen sagten unter solchen normativen, Standpunkten ne

I/ mhmh

T/ so wie kann man nur oder so was macht man nicht ja

90I/ also schon offen aggressiv oder?

T/ nja dann sehr offen aggressiv

I/ aha

T/ was aber natürlich nicht dem ganzen gruppalen Prozess nicht besonders gut tat  
weil äh

95I/ ja

T/ das hat wiederum die eher Scheuen die versuchten dann sich zu öffnen wieder  
verschreckt ja

I/ ja

T/ so der Umgang miteinander so fürsorgliche im Sinne von fürsorglich mit Informa-  
100tolerant und fürsorglich mit Informationen über das Leben der anderen!

I/ mhmh

T/ zu berichten das war schon schwieriger na da war diese normative äh hat überwogen statt dass man sagte 'aha interessant der ist so

I/ mh

105T/ oder die ist so' ja

I/ ähm da wären wir ja schon quasi bei der Interaktion der Patienten untereinander ähm, gibt es da noch etwas was Ihnen bei dieser Gruppe speziell aufgefallen ist

T/ dieses war sehr auffällig was ich jetzt gerade

I/ mhmh

110T/ sagte gleichzeitig waren die schon auch fürsorglich

I/ mhmh

T/ äh so auf einer Alltagsebene fürsorglich, dass die sich angeboten hatten zum Beispiel einander ins Krankenhaus zu begleiten oder so

I/ mhmh

115T/ das ist ungewöhnlich ja solche Gruppen jüngere Gruppen gehen zwar Bier trinken aber so wirklich handfest, sich zu helfen das ist nicht so üblich

I/ und das war in dieser Gruppe schon vorhanden?

T/ das war in dieser Gruppe schon vorhanden (leises Stöhnen) ja was noch?

I/ vielleicht

120T/ die waren sehr lange so Einzelkämpfer in der Gruppe

I/ mhmh

T/ das hängt auch mit der ersten Geschichte ja die taten sich wirklich schwer eine Gruppe zu bilden

I/ mhmh, ähm was ist Ihnen denn an dieser Gruppe Bereicherndes vielleicht

125aufgefallen

T/ ich würde sagen die Kampfbereitschaft die waren sehr unterschiedlich

I/ mhmh

T/ und es war eine schwierig Gruppe, aber eigentlich niemand hat jetzt von den Stammlauten hat nie äh Flinte ins Korn geworfen ja die haben sich durchgebissen

130irgendwie

I/ mhmh

T/ so das hatten die schon bestimmte Art von kämpferischen, Ansatz letztendlich und dieses Durchhalten und, ja und irgendwie ja wie man muss aber auch letztendlich bis zu einem gewissen Grad kreativ mit, den Lebensumständen umzugehen so die

135Frauen in der Gruppe

I/ mh

T/ hatten fast alle Kinder im Ausland

I/ ja

T/ und da fuhren die die besuchen ne und wenn die nicht konnten dann hatten die  
140sich wenigstens die neuesten äh, Errungenschaften von diesem web\_com und so ja  
so da waren Frauen nicht Männer Männer waren konservativen konservativer

I/ mhmh

T/ aber Frauen waren letztendlich sehr! bereit aus deren ja, so Puschen zu kommen  
um in Kontakt mit Kindern Enkelkindern und so, da waren die plötzlich unglaublich

145modern

I/ mhmh sind Ihnen denn in dieser Gruppe besonders auch Unterschiede zwischen  
den Frauen und den Männern aufgefallen

T/ ja Männer waren mehr auf Harmonie aus

I/ mhmh

150T/ und auch solches, Nichtsehen von Problemen, Nichtbenennen

I/ aha

T/ äh eher so unter den Teppich kehren Frauen hatten das auch gemacht aber wenn  
dann waren die es eher die die Sachen beim Namen nannten

I/ ähä das heißt ähm, die Frauen haben dann die Diskussion auch immer weiter

155gebracht?

T/ ja mhmh

I/ gab es denn besondere Personen in der Gruppe die ähm eine zentrale Rolle  
gespielt haben in dieser Gruppe?

T/ ja sicher Frau C

160I/ mh

T/ die hat letztendlich immer irgendwie durch, mh sie hat letztendlich immer oh, die  
Gruppe zusammen gebracht auch wenn ärgerlich ja

I/ mhmh

T/ sie war nicht happy über diese Rolle aber hat es trotzdem getan die anderen

165wären eher bereit ähm abwarten

I/ mh

T/ was kommt Frau Axxx auf eine sehr interessante Art und Weise nämlich, die hat  
immer am Anfang gestichelt in dem Sinne hat die die Gruppe, ja so 'machen wir

weiter? und wieso machen wir nicht weiter? und diese hat keinen Sinn diese' ja sie  
170hat inhaltlich selten was rein gebracht

I/ mhmh

T/ aber sie hat immer dafür gesorgt dass un- un- durch ihre relativ unsubtilen  
Interventionen die Gruppe, irgendwie wurde in der Ruhe gestört oder in diesem,  
Einzeltum von einzelnen Leuten dann

175I/ mhmh

T/ mh so das hat sie gemacht mh so die waren die glaube ich auf total  
unterschiedliche Art und Weise waren am ehesten gruppal, fähig gegen Ende der  
Gruppe war Herr mh jetzt habe ich den Namen vergessen

I/ ich habe hier eine Liste

180T/ Herr D

I/ mhmh

T/ Herr Dxxxx hat dann schon am Ende der des ganzen öfters Verantwortung für  
diese gruppale so er hat sich dann viel mehr eingebracht und auch für die anderen

I/ mhmh

185T/ und hat sich interessiert von den Männern mh, ja, so das waren dann die drei die  
dann die Gruppe wirklich, hielten, ja

I/ und ähm, hatten Sie den Eindruck dass in dieser Gruppe andere Themengebiete  
eine Rolle gespielt haben, als in anderen Gruppen?

T/ es war spürbar, dass der, na ja Alter! hat eine Rolle gespielt Begrenztheiten die

190durch Alter und Krankheit äh

I/ mhmh

T/ entstanden sind, soziale Ungerechtigkeiten die durch Alter entstanden sind ne?  
bei denen ne die keinen Job mehr gekriegt hatten weil die schon so alt waren wie die  
waren ähm und viele Bilanzgeschichten die Frauen mit ihren Kindern 'habe ich es

195richtig gemacht oder nicht?'

I/ mhmh

T/ die Frauen waren alle getrennt außer einer

I/ ja

T/ die Männer, lebten alle in fürsorglichen Beziehungen ja so das war zum Beispiel  
200auch Unterschied zwischen Männern und Frauen

I/ mh

T/ und äh da war bei den Frauen schon, solche Bilanz- ja 'wie war es mit dem Mann? warum ist es so so gekommen?' Frau Axxx wollte ihren Mann total idealisieren obwohl er ein, sie auch ab und an schlagender Alkoholiker gewesen ist ja

205I/ mhmh

T/ so so solche Geschichten, äh die Männer die gingen an die Beziehungen mit den Frauen viel weniger ran und

I/ mhmh

T/ wenn dann eher versteckter das ist auch unterschiedlich Beziehungen sind Thema  
210in jüngeren Gruppen immer

I/ mhmh

T/ hier war es eher so dass aber war auch aber eher so bilanzmäßig wobei bei den Männern ging es darum dass die Frauen die ja ohne wenn und aber unterstützen

I/ mhmh

215T/ und akzeptieren wie die sind, ja bei Frauen ging es mehr darum ob die sich auseinander setzen können oder nicht

I/ mhmh ist Ihnen da etwas speziell zu den Bindungskompetenzen eingefallen, oder aufgefallen? wie Sie eben auch beschrieben waren die Bindungsstrukturen ja sehr unterschiedlich zwischen den Männern und den Frauen verteilt

220T/ ja aber ich ich würde es jetzt würde mich schwer tun es auf Bindungskompetenzen zurück zu führen

I/ mhmh

T/ das weiß ich überhaupt nicht Herr Dxxxx war dreimal geschieden

I/ mhmh

225T/ trotzdem in der aktuellen Beziehung wo er auch schon zwanzig Jahre war oder so hielt er sich krampfhaft an der Frau ja

I/ mhmh

T/ aber eher so im Sinne von sie soll sich um ihn kümmern ja so er war irgendwann in seinem Leben aber ich glaube er war auch zweimal verlassen worden so es war

230nicht seine Aktivität Herr Fxxxxxx war äh auch geschieden und wieder verheiratet

I/ mhmh

T/ ah, das ist immer so aber es waren bei den Beziehungen der Männer waren es keine tiefgreifenden Unzufriedenheiten ja

I/ mhmh

235T/ da war eher Ängstlichkeit was will diese Frau mit dem alternden oder nicht so sozial sich profilierenden Mann machen ja und kleine Murren

I/ mhmh

T/ ja so eher so, Herr Bxxxxxx natürlich hatte während der Gruppe hatte er, einen massiven Prozess, in dem seine lebenslange Strategie zu zu bloß nicht in Konflikt gehen und das hat ihn und damit seiner Frau eine Masse Geld an Rente gekostet ja

I/ mhmh

T/ und da war die Frau logischerweise unzufrieden und er war ärgerlich, dass sie unzufrieden ist und das es alles so sichtbar geworden ist ja

I/ ja

245T/ so eher solche Probleme die Frauen

I/ mhmh

T/ waren eher bereit, Sachen aus zu diskutieren oder letztendlich wegen wenigstens gegen Ende der Gruppe per Namen zu benennen wie Frau Axxx mit ihrem Mann

I/ mh sind Ihnen noch andere Konfliktmuster aufgefallen wie jetzt, bei Herrn

250Bxxxxxx?

T/ ja das bis zu einem gewissen Grad hatten alle irgend welche Art von

I/ mhmh

T/ ach (Stöhnen) so bei Herrn Bxxxxxx war diese totale Angst äh vor, Auseinandersetzungen und solche Art Harmoniesucht verbunden natürlich mit

255Selbstwertproblematik

I/ mhmh

T/ ja er wollte sich nicht er fühlte sich nicht in der Lage Auseinandersetzungen zu führen

I/ mhmh

260T/ und äh das scheute er so sehr das Gefü- oder äh äh die möglichen fantasierten Ergebnisse im Sinne von dass er verliert

I/ mh

T/ na narzistisch dass er irgendwie in seinem Selbst Selbstwert dann gekränkt dass er das überhaupt nicht machte und hatte total viel äh, solche äh, na wie heißt das,

265teilweise Verweigerungs- und teilweise Vermeidungsstrategien

I/ mhmh

T/ äh angesetzt bei Herrn Dxxxx war es ähnlich aber auf so eine ganz komische Art und Weise der hat einfach die Konfliktstrukturen überhaupt nicht wahrgenommen ja

da war es noch sowohl er wusste überhaupt nicht warum ihn die Frauen mit Kindern  
270 verlassen hatten, er hat nichts gemerkt ja

I/ mhmh

T/ und ähnlich hat er nichts gemerkt in dem Job, warum es schwierig geworden ist ja

I/ mh

T/ so der der hatte da so Wahrnehmungslücken eingebaut, aber auch, narzistische  
275 Hintergründe und abhängige Verhalten zu abhängig übersehende Verhalten zu den  
äh Angehörigen sehr wahrscheinlich auch zu den Kollegen ne äh Herr, Fxxxxxx der  
war der scheute keine Auseinandersetzung

I/ mhmh

T/ der war eher so narzistisch äh wirklich äh narzistisch forsch, mit sehr äh  
280 zwanghaft mit sehr wenig Gespür für andere Menschen

I/ mhmh

T/ ja so so die Frau war in seinem Fall äußerst funktionalisiert die Kinder auch  
Enkelkinder da machte! er einiges aber hatte da überhaupt kein Gesp- Gefühl selbst  
äh

285 I/ mhmh

T/ was ihm emotional Spielen mit Enkelkindern bringen könnte obwohl er es machte  
ja aber er entwertete es sofort auch

I/ mhmh

T/ bei dem war einfach irgendwie, sicherlich Auseinandersetzung mit dem Tod der  
290 war alt schon der war um die siebzig

I/ mhmh

T/ neunundsechzig war er glaube ich und äh wurde auch dann sehr schwer krank ne  
gegen Ende der Gruppe aber äh hauptsächlich versorgend ne so so die Frau soll ihn  
genau so versorgen wie er versorgt werden möchte und außerdem, hat er ihr übel  
295 genommen dass er nicht mehr das Lebensgefühl hat das er gerne, gehabt hätte ja so

I/ mhmh

T/ es war sehr viel so, Verantwortung und äh, Schuldzuweisungen wenn die Frau  
anders wäre wäre sein Leben jetzt und seine Auseinandersetzung mit dem Alter  
einfacher

300 I/ mhmh

T/ so solche Geschichten wenn die Kinder nicht äh dort und dort gezogen hätten ja

I/ mhmh

T/ so äh eigentlich hinter diesem Narzistischen und Zwanghaften war sehr viel  
Abhängigkeit auch, Geschichte so seine Familie war so dass alle wohnten irgendwie  
305und da! fühlte er sich zu Hause und später nie wieder

I/ mhmh

T/ obwohl er selbst nicht scheute ne, sozusagen Beziehungen zu beenden et cetera  
et cetera ja

I/ mhmh

310T/ ah, Herr Fxxxxxx wer ist da noch?

I/ Herr Jxxxxxx

T/ Herr Jxxxxxx das der war so ungefähr am ausgeglichensten im ähnlichen Modus  
ja, er war auch sehr abhängig von seiner Frau ist auch äh krank geworden weil sie!  
kränkelte

315I/ mhmh

T/ und er Angst hatte sie könnte ihn sozusagen verlassen durch diese äh  
Krankheiten

I/ mh

T/ dieser Modus ist aber ein Stückchen im in Hintergrund gekommen da war er auch  
320gut schon im Vorfeld eigentlich gut in der Lage äh sich damit auseinandersetzen und  
ein bisschen bei sich was zu ändern aber er begann, mit solchen prämelanomen  
äh Erscheinungen zu kämpfen

I/ ja

T/ ja und hatte ständig irgend welche neue Erscheinungs- äh ja äh neue Operationen

325I/ mh

T/ und neue Stellen wo es äh kam und dann hat er sich sehr an dieses eigene  
Krankheitsgeschichte da ging es um Tod Sterben Bedrohung et cetera

I/ mh

T/ und besonders da hatte er irgendwann, ein Herd der unsichtbar war es gibt auch  
330nicht pigmentierte Melanome

I/ ja

T/ und der wurde zufällig in einer Probe mit

I/ mhmh

T/ echten Melanomen gefunden oder äh oder Premela- es war kein ausgeprä- naja  
335aber es war schon in in irgendwelchem bedrohlichen Stadium und seine



Dermatologin hat es immer relativ breitflächig äh ausgeschnitten und dieses nichtpigmentierte, Melanom

I/ ja

T/ hat ihn total aus dem aus der Bahn geworfen weil da hat er gedacht 'jetzt kann ich  
340es nicht mal erkennen' ja

I/ mhmh

T/ und das war auch verständlich aber da hat sich dann äh, der Schwerpunkt äh mehr auf diese ganz aktuelle bedrohliche Situation

I/ also auch so Hilflosigkeit?

345T/ Hilflosigkeit mögliche ja so auch wenn er vernünftig handelt und wenn sie ihn zermürben dadurch

I/ ja

T/ dass ständig neue, Herde auftauchen dieses Ausgeliefert sein

I/ mhmh

350T/ der Krankheit den Ärzten ja wem soll er glauben? so so das übliche und natürlich auch, Gedanken 'habe ich womöglich jetzt meine letzte Krankheit gekriegt?'

I/ mhmh, also auch so Sinnfragen

T/ Sinnfragen lieber also so der war Rentner und nach der Rente ist er wirklich auch sehr, aus vollem hat er gelebt ja

355I/ mh

T/ noch sehr aktiv noch sehr ähm sportlich und alles mögliche und es war ja da tat sich wirklich große Lücke zwischen dem wie er sich fühlte körperlich und zwischen der Erkrankung

I/ mh

360T/ ja ja ja also die hatten wir jetzt haben wir noch die Frauen ne

I/ mhmh

T/ ähm, ja Frau Gxxxx das war äußerst interessant obwohl, natürlich äh, so Frau Gxxxx hatte wirklich eine massivst! traumatische Geschichte ja

I/ mhmh

365T/ was in der Generation nicht so selten ist äh traumatische Geschichten auch weil die alle im Krieg irgendwo waren und

I/ mhmh

T/ die Eltern natürlich haben alle diese harten Zeiten durchgemacht sie hatte aber wirklich eine besonders äh so da ging es weniger um Konflikt da ging es um

370Management von diesem Trauma

I/ mhmh

T/ und im Endeffekt und das hat sie wirklich geschafft ging es darum, 'bin ich bis zu meinem Lebensende muss ich der Familie dienen

I/ mhmh

375T/ ohne auf meine Interessen zu gucken oder nicht?' so am Anfang der Therapie war sie noch voll überzeugt wenn ihre verhasste Schwester anruft sie braucht Hilfe dass ganze Familie anrückt und wirklich so das konnte einmal in der Woche das konnte einmal in zwei Wochen sein

I/ mhmh

380T/ und macht was die Schwester sagt ja da war sie total passiv und hilflos

I/ mhmh

T/ na ja und am Ende ist sie mit ihrem Mann für mehr- mehrere Monate wenn nicht ein halbes Jahr nach Thailand gegangen

I/ ja

385T/ ja so da hat sich dieses Muster

I/ mhmh

T/ des Opfers und dieses 'ich bin dazu da zu dienen'

I/ mh

T/ hat sich wirklich ganz ganz aufgelöst kann man sagen ja

390I/ ähm war das auch stark im Dialog mit der Gruppe oder ähm

T/ das war schwierig weil wenn sie in der Gruppe sprach über sich über ihre Situation dann in der Gruppe war eher immer wieder die Trauma-Situation neu ja das hat sie belastet da war sie nicht glücklich und hat dann wieder mehrere Wochen nichts gesagt

395I/ mhmh

T/ aber scheinbar die spontane Reaktion der Gruppe im Sinne von 'wie kannst Du nur

I/ mhmh

T/ und Du hast auch Deine Rechte und Du musst Dein Leben jetzt leben' et cetera

400und man darf wütend sein und man darf nein sagen ja

I/ mhmh

T/ und große Unterstützung bei Abgrenzung hatte dann am Ende doch äh, Fruchtfrüchte getragen aber so abgekoppelt ja

I/ mhmh

405T/ sie war in dem Sinne immer abseits sie war immer, so ein Stückchen außerhalb der Gruppe na ja äh das war Frau Gxxxx, Frau Ixxxxx Frau Ixxxxxx hatte, tendenziell hat sie immer so die war sehr alt ne die war sechundsiebzig fünfundsiebzig als es begonnen hat

I/ mhmh

410T/ eigentlich die war Ausnahme aber weil sie so jugendlich war und weil ihr Problem auch war sie möchte sie wollte noch leben und sie wollte nicht

I/ mhmh

T/ unter den Alten sein ja haben wir sie da genommen und ihr Problem war dass sie einerseits vorpreschte so dass sie sich so dass sie, vermittelte den Eindruck es ist

415wunderbar und sie kann über sich und ihre Problematik gut sprechen und danach kam es regelmäßig zu Einbrüchen, weil sie es nicht ertragen hat

I/ mhmh

T/ dieses eigene Vorpreschen dieses im Mittelpunkt zu stehen und reagierte sehr narzistisch gekränkt auf Kleinigkeiten ja

420I/ mhmh

T/ so das war, ihre sie hatte so gut angepasste Fassade des Modernen und Flexiblen und darunter war sie auch ah so so selbstwertmäßig sehr unsicher, äh, Konflikt war, immer wieder das eigene wirklich als eigenes Schätzen und nicht sich nicht Unterwerfen das war auch problematisch bei ihr

425I/ mhmh

T/ ja das war ein großes Thema eine Kollegin die ihr immer vorschrieb was sie machen sollte, und äh äh dann hatte sie irgendwann gesagt 'jetzt muss ich zu Gruppe' und Kollegin war unzufrieden und dann brach alles zusammen ja

I/ mhmh

430T/ und sie konnte das nicht weiter diskutieren und konnte auch nicht irgendwie zu Eigenem stehen ne

I/ konnte sie das denn in der Gruppe dann verbalisieren?

T/ das konnte sie dann verbalisieren

I/ mhmh

435T/ aber trotzdem, man hatte das jetzt auch wieder zu Ihrer ersten Frage man hatte das Gefühl dass auch erarbeitete Themen irgendwie nicht so blieben

I/ mhmh

T/ man musste öfters, erinnern 'wir hatten doch und das wurde schon und es war schon gelöst' und

440I/ mhmh

T/ 'damals hatten Sie gesagt' ja so so in dem Sinne dass die sehr schnell in alte Muster verfielen

I/ mhmh

T/ und das Neue eben, wieder beiseite schoben

445I/ mhmh

T/ okay Frau Axxx war von von widerstrebenden Gefühlen, natürlich schwerst krank

I/ mh

T/ und hatte von der Gruppe haben wollen ohne was zu geben ja so sie hat sich mit ihrer mit ihrer persönlichen Problematik sehr zurück gehalten

450I/ mhmh

T/ hing sehr wahrscheinlich ein bisschen mit dem äh ja mit der Sozialisation zusammen dass man eben in ihren Kreisen das nicht erzählt weil dann kommt die Nachbarin und tratscht und das ist so dieses Tratschen und

I/ mhmh

455T/ dass jemand über sie redet und sie in ungünstiges Licht kommt und so war übermächtig

I/ mh

T/ aber letztendlich hatte sie ihren Platz in diesem Anpicksen, indem auch sie war die die auch am wenigsten äh einfühlsam äh

460I/ mhmh

T/ intervenierte ja so immer so Hammer-Methoden-mäßig, sie war aber auch die die am wenigsten kränkbar war war

I/ mh

T/ sie sie wurde wütend aber sie war nicht so schrecklich kränkbar und nachtragend,  
465und auf irgend welche Art und Weise hat sie trotzdem von dem Ganzen profitiert ja auch wenn sie ihre Problematik nicht wirklich da so detailliert, ein bisschen das war wichtiges Thema Umgang mit Ärzten

I/ mhmh

T/ wie kann ich mit Ärzten so umgehen dass die dass ich mich ernst genommen  
470fühle und verstanden fühle und damit äh äh ich selbst dafür Sorge dass keine  
Fehldiagnosen oder keine

I/ mh

T/ zu langen Wartezeiten oder so so da hat sie sich sehr intensiv, beteiligt und da  
glaube ich hat sie auch was mitgenommen

475I/ also, eher sehr praktisch orientiert?

T/ eher sehr pragmatisch

I/ mhmh

T/ orientiert ja und natürlich die Sache mit dem Sohn der in Mexiko war ja

I/ mh

480T/ so so diese ne Mitgefühl der Gruppe wie schwierig es ist

I/ mhmh

T/ wenn sie hier alleine ist und die Söhne ja sie war einerseits sehr stolz weil der  
Sohn hatte gute Karriere gemacht andererseits natürlich möchte sie die ihre Leute  
hier haben das war auch ihr einziges Kind und äh bei wichtigen Entscheidungen wie  
485die Chemo oder als wieder Rückfall gekommen ist und so da wollte sie aber sie war  
auch sehr tapfer muss man klar sagen ja

I/ mhmh

T/ da hielt sie das für sich und viel war Thema, sie hat die Beziehung zu dem Sohn  
zu dem erwachsenen Sohn eigentlich nie die Rollen gewechselt ja

490I/ mh

T/ sie war immer die fürsorgende Mama und der Sohn hat ihr alles mögliche ständig  
erzählt von seinen Sorgen

I/ mh

T/ und sie hat ihm nichts erzählt um ihn nicht zu, belasten ja also das war wichtiges  
495Thema die äh schon sehr intensiv in der Gruppe äh besprochen worden ist ob die  
Eltern immer Eltern bleiben ja oder ob die erwachsenen

I/ mhmh

T/ Kindern in Vierzigern ob man mit denen auch schon ganz anders umgehen kann  
ja

500I/ mhmh

T/ offener, auch oh jetzt nicht nur also äh äh helfen bei Krankenhausauswahl  
sondern auch dass man sich wie mit gutem Freund unterhalten kann ne

I/ mhmh

T/ nun und Frau Cxxxxxx die war natürlich am äh, am ehesten beeinflusst durch ihre  
505vorherigen psychotherapeutischen Erfahrungen

I/ mhmh

T/ so sie hatte viel, äh viel Kenntnisse am ehesten so vordergründige Kenntnisse so  
wie man miteinander psychotherapeutisch umgeht äh diese Kenntnisse nutzte sie  
allerdings auch viel dazu zu dominieren und die Gruppe zu dominieren und die ist  
510sehr in den äh eigentlich solchen ödipalen Thematik zwischen mir und meinem  
Kollegen und sich ja

I/ mhmh

T/ so mit mir rivalisierte sie

I/ aha

515T/ und wünschte sich viel mehr dass der Kollege da, antritt

I/ mhmh

T/ und äh solche Geschichten ne und ihre eigene, Geschichte wo sie wirklich sehr,  
sich sehr unverstanden und vernachlässigt von ihrem getrennt lebenden Partner  
fühlte aber gleichzeitig konnte von ihm nicht lassen ne

520I/ mhmh

T/ so das war dann so ihre Geschichte, mit Tochter keinen Kontakt oder minimal

I/ mhmh

T/ an dem Sohn hing sie ja solche Polarisierungen waren in ihrem Leben immer da  
und Umgang mit ihrem psychosomatischen oder so somatischen psych- psychisch  
525bedingten Symptomen war ganz wichtig da war sie sehr

I/ mhmh

T/ rational da hat sie viel experimentiert und da hat sie sich auch ein Stückchen  
öffnen können

I/ ähm wenn viele Patienten jetzt Schwierigkeiten hatten Konflikte auf ihre, Probleme  
530ja Konflikte oder Probleme auszusprechen ähm hat dann die Dynamik geholfen  
vielleicht von anderen auch ähm etwas zu hören so von anderen zu lernen? oder wie  
ging +das von statten?

T/ eher wenig+ wenig ich sage die waren wenig gruppal

I/ mhmh

535T/ insgesamt ja (Stöhnen), irgendwie wollten die nichts geben

I/ mhmh

T/ und hatten sie sich auch mit relativ wenig Nehmen letztendlich auf der Ebene des Auseinandersetzens mit den Konflikten

I/ mhmh

540T/ zufrieden gegeben, muss man klar sagen ne so die wollten so eine Art Rezept

I/ mhmh

T/ dieses Rezept hatten die aber nie von den Mitpatienten erwartet

I/ mhmh

T/ dieses Rezept hatten die von uns erwartet

545I/ ja

T/ und äh die Mitpatienten hatten die eher als gemeinsame Interessengruppe wahrgenommen die uns gegenüber die Ausgabe der Rezepte mit Nachdruck! Verlangen kann ja so würde ich es sagen

I/ und und wie haben Sie sich dieses Verhalten erklärt? was war denn so Ihr?

550T/ ja teilweise war es wirklich absolute, lebenslange Nicht-sich-Beschäftigung

I/ mhmh

T/ mit sich im Fluss ja

I/ mhmh

T/ sozusagen sondern eher so mechanistische auch mit diesem mechanistischen

555auch Medizinverständnis ja man hat also Halsschmerzen man kriegt

I/ mhmh

T/ ähm ein Medikament und dann wird es gut sein und ich weiß nicht ob bestimmte Selbstverständlichkeit der Patienten das hat sich natürlich schon geändert ja

I/ mhmh

560T/ aber erstmals 'ich weiß nichts die Therapeuten wissen alles'

I/ mhmh

T/ und 'die Therapeuten müssen es uns geben das was die wissen'

I/ mhmh

T/ und 'das ist böse wenn die uns das nicht geben' ja bestimmte Verlorenheit wirklich

565dabei wie wie kommt es dass wir allein hier jetzt unsere Probleme allein natürlich waren die auch nie allein ja

I/ mhmh

T/ aber so fühlten die sich wenn die über sich erzählen sollten, wobei letztendlich haben es alle gemacht in mehr oder weniger, und dann konnten sie davon auch

570profitieren aber es war große Angst sich heraus zu zu wagen ja

I/ mhmh

T/ sozusagen mit ihrem Inneren sich da präsentieren riesen große Angst ne

I/ ist Ihnen das in anderen Therapiegruppen auch so +aufgefallen?

T/ ne ich finde+ dass die Jüngeren gro- natürlich gibt es Unterschiede und manche

575Leute haben mehr Ängste als die anderen aber äh die Jüngeren sind, gewohnt über sich zu reden

I/ mhmh

T/ und über sich nachzudenken und sich so wirklich ein bisschen psychomäßig zu sehen ja

580I/ ja

T/ so mehr intrapsychische Welten auch vor sich irgendwie, offenbaren

I/ mh

T/ und vor anderen sowieso ja so in dieser Gruppe reden die Männer nicht untereinander über ihre Sorgen oder über wirklich intime Probleme

585I/ mhmh

T/ und reden Frauen letztendlich auch nur mit Vorbehalt untereinander

I/ mhmh

T/ ja so eher Frau Axxx war schon anders glaube ich zwar extremer aber eher generationsadäquater Beispiel von äh, ja man muss gucken dass man nicht etwas

590zeigt wo die anderen

I/ mhmh

T/ einen dann, als nicht dazu gehörig oder falsch oder

I/ mh

T/ ja eben kritikwürdig sehen würden

595I/ mh welche Erfahrungen haben Sie denn für Ihr berufliches Handeln aus dieser Erfahrung mit ähm dieser Altersgruppe ziehen +können?

T/ also ich glaube+ äh äh diese Gruppen müssten wirklich Einführungsgruppen haben

I/ mhmh

600T/ so psychoedukative Einführung

I/ mh

T/ sowohl in Methode als auch in unser psychodynamisches Denken ja

I/ mhmh



T/ so dass heißt sowohl in das wie eine Gruppe funktioniert was man bedenken  
605muss und kleine Übungen dazu so Rollenspiele

I/ mhmh

T/ als auch wirkliche, unser Verständnis der Erkrankung und Entstehung der  
Erkrankung aus der frühkindlichen Entwicklung

I/ mhmh

610T/ erstmal quasi als äh Theorie ja so dass man sich dann in den therapeutischen äh  
(Stöhnen) Stunden dann später auf diese Sachen noch mal berufen könnte ja

I/ mhmh

T/ es läuft nicht von allein

I/ also allein das Vokabular zu schaffen das Bewusstsein zu schaffen

615T/ Vokabular die Grenzen ja in welchen Koordinaten sich das Ganze bewegt ja und  
das erst wirklich klar machen

I/ mhmh

T/ mh das denke ich schon

I/ ähm gut noch eine letzte Frage, welchen Nutzen denken Sie haben die Patienten

620aus dieser Gruppentherapie ziehen können?

T/ ja ich denke schon das was die auch alle sagten es war wichtig zu sehen, wie  
unterschiedliche Leute trotzdem ähnliche Probleme haben

I/ mhmh

T/ äh es war ein gutes Gefühl dass man in an der Stelle der äh des Lebens ja

625I/ mh

T/ andere treffen kann mit denen man wirklich vor denen man sich nicht so oder so  
oder so verhalten muss sondern am im Endeffekt offen sein kann auch mit negativen  
Seiten

I/ mhmh

630T/ weil auch die Männer die sind auch in Gesellschaften wo man eher prahlte mit äh  
Erreichtem ne als

I/ ja

T/ das man und äh das einzig Anerkannte war Herzinfarkt oder so so dass man sich  
nicht so wohl fühlte oder so Ängste hatte das war sicherlich äh nicht vermittelbar ja

635I/ mh

T/ und das hatten die geschätzt, und irgendwo auch dieses regelmäßige  
Zusammentreffen ja

I/ mhmh

T/ dass es, dass es wirklich immer da war, das war wiederum für die die eher allein  
640 waren wie Frau Ixxxxxx Frau Axxx Frau Cxxxxxx ja

I/ mhmh

T/ so im Sinne von äh es gibt eine Gruppierung wozu ich gehöre und was ich als  
meins erlebe Herr Dxxxx aber auch

I/ ja

645 T/ bei einem Herrn Bxxxxxx oder Herrn äh Jxxxxxx war es eher so äh hier ist eine  
Plattform wo ich mit meinen Ängsten, wirklich ganz offen umgehen kann und wo ich  
auch zum Beispiel wir hatten ein bisschen geübt mit Herrn Bxxxxxx vor dem vor  
dem äh Gerichts- ja

I/ ja

650 T/ so dass äh ein bisschen konkret gucken und nicht so ausgeliefert und allein sein

I/ mh

T/ das glaube ich waren wichtige Punkte

I/ gut ähm gibt es Ihrer Meinung nach noch eine Frage die wichtig wäre nach der ich  
nicht gefragt habe

655 T/ ich glaube nicht

I/ gut dann danke ich Ihnen

T/ gut dann bitte

(Ausschalten des Tonbandgerätes)

(+00:42:36)

660

Nachtrag:

T/ ja äh weil es doch, mit diesen Erscheinen von äh den äh schwierigen Krankheiten  
das natürlich in dieser Grup- Altersgruppe viel wahrscheinlicher ist

665 I/ ja

T/ als in einer Gruppe von Dreißigjährigen da kann es auch passieren aber es ist  
nicht so wahrscheinlich, das war schon äh anstrengend

I/ mhmh also weil es eben auch eine eine akute körperliche +Bedrohung war?

T/ akute körperliche+ Krankheiten kamen da

670 T/ mhmh

T/ äh viel mehr dann irgendwie waren viel mehr im Raum ne so Herr Fxxxxxx es sind neun Leute oder wie viel?

I/ mhmh

T/ Herr Fxxxxxx Frau Axxx Herr Jxxxxxx alle drei an entscheidenden Krankheiten

675I/ ja

T/ erkrankt ja so das war, äh nicht so

I/ das war belastend?

T/ das war schon belastend ja

I/ mhmh

680T/ zum Beispiel sehr belastend

I/ und haben Sie das jetzt im nach hinein besonders wahrgenommen oder haben Sie das auch während der Gruppe schon so empfunden?

T/ ich habe es schon auch während der Gruppe aber nach der Gruppe kam hauptsächlich die Erleichterung jetzt muss ich mich nicht einmal in der Woche mit

685diesen

I/ mhmh

T/ krankheitsbedingten, Ängsten und was bedeutet das für die Gruppe

I/ mh

T/ und wer wie geht die Gruppe damit um beschäftigen ne

690I/ ja danke schön

(Ausschalten des Tonbandgerätes)

(+00:01:20)

## **12. Anhang 1**

### **12.2 Transkribierte Interviews der Gruppenmitglieder**

- 12.2.1 Interview Frau A (27 Seiten)
- 12.2.2 Interview Herr B (40 Seiten)
- 12.2.3 Interview Frau C (38 Seiten)
- 12.2.4 Interview Herr D (52 Seiten)
- 12.2.5 Interview Frau E (20 Seiten)
- 12.2.6 Interview Herr F (59 Seiten)
- 12.2.7 Interview Frau G (46 Seiten)
- 12.2.8 Interview Frau I (24 Seiten)
- 12.2.9 Interview Herr J (60 Seiten)

Transkript vom 08. 05. 2007, Patientin: Frau A

T/ jetzt mal ein bisschen ähnliche Fragen wie beim letzten Mal aber schon noch ein bisschen äh weitergehend gleich noch ja?

P/ ja

T/ äh Sie haben schon ja gerade erwähnt Sie vermissen die Gruppe ähm könnten Sie vielleicht ein bisschen was zu Ihrer aktuellen Situation sagen? wie sind Ihre Beschwerden? wie geht's Ihnen?

10P/ ja also im Moment geht's mir nicht gut

T/ ja

P/ ich hab mit'm Herzen Probleme

T/ ja

P/ ich hab auch wieder äh also Krebs, wieder Metastasen, bin wieder mitten in der  
15Chemo

T/ ja ja

P/ und hinterher soll ich Bestrahlung bekommen

T/ ja

P/ also im Moment könnte ich's gut gebrauchen

20T/ könnten Sie's gut gebrauchen ja hmhm was macht das so äh seelisch mit Ihnen diese Belastung?

P/ na ja man ist schon ein bisschen mehr belastend

T/ ist schon ganz schön belastend ja mhmh mhmh Diese Beschwerden weswegen Sie ursprünglich mal hierher gekommen sind?

25P/ das waren die gleichen

T/ das waren die gleichen

P/ ja

T/ was ist das vor allen Dingen?

P/ das war bedingt durch meine Krankheit und an für sich dann auch also, private  
30Probleme, dass man alleine ist, so das, das spielte auch eine Rolle

T/ das spielte ursprünglich +die größte Rolle

P/ mh+

P/ ja

T/ ja. hat sich denn in den letzten äh 12 Monaten sehr viel geändert was Ihre 35körperliche Gesundheit oder andere Bereiche betrifft?

P/ was heißt geändert? also ich hab, mein, wenn dann wieder Metastasen auftreten ist das schon ne Änderung

T/ ja

P/ ne schwerwiegende und was bei dem Herzen halt ist da bin ich noch nicht fertig 40mit der Untersuchung

T/ das ist auch neu mit dem Herzen?

P/ ja das könnte sein dass wieder, also, Venen zu sind oder Adern zu sind, dass ich wieder

T/ verstehe

45P/ ja

T/ mhmh die Herzerkrankung haben Sie auch schon länger?

P/ die hab ich vor dem Krebs schon gehabt

T/ die ham Sie

P/ ein Jahr vorher hab ich nen Herzinfarkt gehabt mh

50T/ ja mhmh wie sind Sie denn mit der Behandlung im körperlichen Bereich zufrieden?

P/ sehr

T/ wie geht's denn da?

P/ sehr ja

55T/ ja fühlen Sie sich gut betreut?

P/ ja

T/ mhmh ja äh können Sie mir ein bisschen was zu Ihren Lebensverhältnissen aktuell sagen? wie leben Sie so?

P/ ich bin allein. mein Mann ist ja tot

60T/ ja

P/ mein Sohn ist jetzt wieder in Deutschland gottseidank der war drei Jahre in Mexiko

T/ ah ja, der war beruflich in

P/ aber er wohnt in Stuttgart

65T/ ja

P/ ist auch nicht gerade um die Ecke, ja aber ansonsten wir sehen uns oft wir telefonieren oft das haben wir von Mexiko aus eigentlich +auch gemacht

T/ auch gemacht+ aber da ist es äh ganz gut dass Sie wieder ein bisschen näher dran sind

70P/ ja

T/ mhmm mhmm wie sieht's so mit äh Bekanntenkreis

P/ ich hab einen sehr guten Freundeskreis+

T/ aus?

P/ ja

75T/ ja die also ich erinnere mich da sind doch die äh alten Freundinnen von früher das gibt's weiter

P/ alles Kindergartenmütter

T/ Kindergartenmütter

P/ ja

80T/ genau mhmm

P/ und natürlich auch neue hinzugekommen also neuere als die vom Kindergarten

T/ ja mhmm äh wie sieht so Ihre Alltagsgestaltung aus? würden Sie mir mal so einen typischen äh Tag schildern wie +Sie den verbringen?

P/ also ich stehe meisten nicht+ vor 8 Uhr auf dann wird gefrühstückt in Ruhe, sehr

85in Ruhe

T/ ja

P/ jahaha (lachen) +dabei les ich dann auch

T/ das genießen Sie auch+

P/ ja

90T/ ja

P/ das mach ich dann macht man ein bisschen Haushalt und mittags, jetzt bei dem schönen Wetter setzt man sich raus wenn's geht

T/ ja

P/ dann handarbeite ich viel

95T/ mhmm was machen Sie da?

P/ ich hadare

T/ aha?

P/ ne Stickerei ist das

T/ ach so und das sind dann äh Decken?

100P/ ja, Tischdecken

T/ Tischdecken?

P/ Tischdeckenläufer Kissen kann man machen aber das mach ich nicht ich mach nur Tischdecken

T/ mhmh

105P/ und Läufer.

T/ und das ist so ne Art meditative Tätigkeit?

P/ ja +also

T/ kann man+ das so sagen?

P/ ich mach's gerne.

110T/ machen es gerne, mhmh machen Sie's alleine oder auch im Kreis mit anderen?

P/ n'ja es machen auch andere wir setzen uns auch oft zusammen und handarbeiten

T/ mhmh

P/ also so ist das nicht. Aber ich mach's auch oft alleine

115T/ mhmh o.k. mhmh

P/ ich handarbeite also viel, weil weil ich kann körperlich durch mein Herz darf ich nicht so viel tun

T/ mhmh

P/ weil zwei Herzkammern arbeiten nicht und da muss ich aufpassen ich habe eine

120Aneurysma direkt am Herzen

T/ ah ja das ist ja gefährlich

P/ ja da darf ich also nicht so viel machen das ist dann für mich meine Arbeit also das ist meine Hauptbeschäftigung eigentlich wenn ich so richtig

T/ ja?

125P/ überlege ich kann natürlich auch in die Stadt fahren das tu ich ab und zu

T/ mhmh

P/ ja und die Arztlauferei die nimmt auch viel Zeit +in Anspruch

T/ die nimmt auch viel Zeit in +Anspruch. aber das ist kein Problem?

P/ ja

130T/ ja. sind Sie hier in Gerresheim in +//

P/ ja +in Gerresheim

T/ da sind Sie ja in guten Händen

P/ ja

T/ mhmh

135P/ fühl ich mich sehr gut aufgehoben



T/ ja. äh ich würd gerne so ein paar äh Aspekte zu Ihnen selbst erfragen. ähm wenn Sie sich als Person beschreiben würden was sind so Ihre hervorstechendsten Eigenschaften? vielleicht auch die guten oder positiven vielleicht auch die Sie als weniger gut erleben?

140P/ ich weiß es nicht

T/ gibt's +da was

P/ ich hab mich dabei erwischt+, dass ich meistens auf irgend etwas erst mal mit 'nein' reagiere

T/ ja?

145P/ ehe ich anfang zu überlegen und dann doch

T/ ähä

P/ vielleicht ist das ne Eigenschaft.

T/ mhmh

P/ also dabei hab ich mich überrascht.

150T/ gut. ja. woher kommt dieses 'nein'? aus +was

P/ das weiß ich+ nicht. Vielleicht ist das ist eine Erziehungssache. meine Schwester die war immer auf 'nein'.

T/ aha

P/ und ich hab mich dabei überrascht dass ich ihr, je älter ich werde, immer

155ähnlicher werde, erschreckend.

T/ mhmh und ist das o.k. für Sie? Ist das ne gute Eigenschaft +erst mal nein zu sagen?

P/ nee das finde ich nicht gut+

T/ das finden Sie nicht gut?

160P/ nee man sollte erst überlegen und dann den Mund aufmachen. nein und ja.

T/ ja.

P/ aber ich reagiere eigentlich immer erst mal negativ ehe ich anfang zu denken und dann

T/ mhmh mhmh sind das Ängste die da ne Rolle spielen?

165P/ wahrscheinlich.

T/ ja. mhmh

P/ wahrscheinlich. genau wie ich mir im Prinzip ich meine halt das ist so, das hadare das macht mir Spaß, und auch alles andere auch. aber irgendwie mache ich das so

als ob heut der letzte Tag wär und ich morgen keine Zeit mehr hätte. ich weiß nicht  
170ob Sie das verstehen?

T/ mhmh und das war auch schon vor der Krebserkrankung so oder hat das jetzt was damit zu tun?

P/ das weiß ich nicht, vorher war das eigentlich nicht so.

T/ mhmh das erleben Sie sich da so unter Druck?

175P/ ja! ich setz mich selber unter Druck obwohl das überhaupt blödsinnig ist, ich hab da überhaupt gar keinen Druck.

T/ ja

P/ und wenn ich das merke setz ich mich hin und tu gar nichts.

T/ mhmh

180P/ wenn ich mich dabei überrasche und dann tue ich bewusst gar nichts ne?

T/ mhmh

P/ aber um dem entgegen zu wirken. aber irgendwie ich mach unheimlich schnell als ob ich morgen keine Zeit mehr hätte irgend was zu machen.

(7:30)

185T/ mhmh mhmh mhmh mhmh gibt's denn irgend ne besondere Eigenschaft im Sinne von ner Fähigkeit die Sie auch haben? was Sie besonders gut können oder was Ihnen besonders liegt als, also als äh Eigenschaft Ihrer Person?

P/ ich weiß nicht was Sie jetzt meinen. ich meine ich kann gut handarbeiten kann gut basteln

190T/ mhmh

P/ kann eigentlich meine Wohnung gut in Schuss halten ja was noch? Garten kann ich nicht mehr.

T/ mhmh

P/ meine Person? nee, sonst wüsst ich?

195T/ mhmh also sind Sie ein besonders fleißiger oder ordentlicher Mensch?

P/ nee ordentlich bin ich +eigentlich nicht

T/ sind Sie nicht+. aha.

P/ also sauber schon aber ordentlich nicht also ich lass schon mal gern was liegen.

T/ mhmh ist auch ne gute Eigenschaft. (beide lachen) und so im Kontakt mit

200anderen? was schreiben denn andere über Sie? was sagt +denn Ihre beste Freundin?

P/ das weiß ich nicht+. das sagen doch die Leute einem nie! ins Gesicht. also ich  
mein ich komm mit vielen Leuten sehr gut aus

T/ ja

205P/ und streite eigentlich sehr selten.

T/ o.k. das ist ja auch ne Eigenschaft ne?

P/ mh

T/ dass Sie Harmonie schaffen können?

P/ eigentlich schon, sonst hätte man nicht so viel und so nen großen

210Bekanntenkreis.

T/ ja

P/ wenn man das nicht könnte.

T/ ja. und Sie sind gut in Kontakt mit Ihren Menschen?

P/ ja

215T/ auch das ist ja ne Fähigkeit. mhmh

P/ ja. das kann ich nicht anders sagen.

T/ was sagt Ihr Sohn von der Mutter? wie beschreibt er Sie?

P/ doch wir haben ein sehr gutes Verhältnis.+ ja.

T/ sie haben ein gutes Verhältnis+ ja. mhmh

220P/ mein Sohn ist ein Familienmensch

T/ ja?

P/ dem geht nichts über Familie.

T/ mhmh also da gibt's ne enge Bindung an Sie aber auch + seiner jetzigen neuen  
Frau?

225P/ Frau und auch zu den +Schwiegereltern, er legt viel Wert drauf dass die ganze  
gesamte Familie Kontakt miteinander hat und guten

T/ das ist ne gute Verbindung dann mhmh

P/ ja. Also da legt er also sehr viel Wert drauf

T/ mhmh mhmh

230P/ und ich glaube dass ist auch ein bisschen anerzogen denk ich mal.

T/ ja? dass Sie sozusagen als Familienmensch da auch so ein Vorbild waren?

P/ ja denk ich mal

T/ mhmh

P/ dass mein Mann und ich das ganz gut gemacht haben

235T/ mhmh ja. gibt es denn aber auch bestimmte Konfliktmuster in die Sie so geraten?

P/ was meinen Sie?

T/ ja. mh gibt es so ganz typische äh äh Konstellationen Konflikte wo Sie sagen 'ach ja das kenn ich schon von mir' wenn Sie so sagen ähm ja da ist dann erst mal ein 'nein' da bei mir innerlich?

240P/ also bei Veränderungen ja.

T/ auch als Abwehr bei Veränderungen?

P/ mh.

T/ ist das so? würden Sie sagen das ist was typisches so ein Muster? haben Sie da so +ein Muster?

245P/ das weiß ich nicht. ich denke +mal das ist auch anerzogen ein bisschen und früher hab ich das also an mir nie festgestellt, das, das merk ich jetzt manchmal

T/ mhmh

P/ und ich meine, wenn man's merkt, ich versuch dem entgegen zu steuern aber?

T/ mhmh

250P/ der Mund ist manchmal schneller als (kurzes Lachen) ja? in Konfliktsituationen? also wenn man alleine lebt und, ich meine dann reduziert sich der Freundeskreis schon

T/ ja?

P/ da gibt's schon Konfliktsituationen gibt's auch Sachen die mich ärgern die mich

255kränken

T/ ja? so was typisches?

P/ ja natürlich

T/ haben Sie mal ein Beispiel?

P/ wenn vorher die Freunde sich, entschuldigen Sie bitte das sag ich

260jetzt nicht fast jeden Tag da waren

T/ ja?

P/ weil mein Mann sehr hilfsbereit war und vieles konnte und viel geholfen hat und jetzt ist er nicht mehr da und jetzt hört das schlagartig auf.

T/ aha da sind einige die dann?

265P/ genau

T/ sich ein bisschen +verabschiedet haben?

P/ ja, das sind dann+, das hat am Anfang sehr weh getan aber

T/ ja?

P/ das ist halt so.

270T/ mhmh aber das ist was was Sie von sich kennen

P/ ja

T/ das Sie da besonders traurig werden

P/ ja

T/ oder so? mhmh mhmh und wie sind Sie damit umgegangen dass Sie jetzt mehr  
275sich konzentrieren auf die die noch da sind?

P/ auf die anderen ja

T/ mhmh gab's denn mit Ihrem Mann bestimmte Konfliktkonstellationen? gab's da  
so bestimmte Streitpunkte?

P/ ja. mein Mann hat getrunken

280T/ ja

P/ das war ein Streitpunkt. Ist dadran auch leider gestorben an  
Bauchspeicheldrüsenkrebs

T/ ja und da waren Sie oft in ner schwierigen Rolle?

P/ ja.

285T/ ja?

P/ hab ich geschimpft geweint gebettelt und zum Schluss hab ich gesagt 'leck  
mich'

T/ ja

P/ tat mir leid

290T/ mhmh auch aus Selbstschutz dann?

P/ ja.

T/ ja natürlich mhmh mhmh mhmh

P das ist nicht so dass er betrunken war oder, wie ich den Anschein vielleicht unten  
bei der Therapie erweckt hab dass mein Mann geschlagen hat oder so, so was

295überhaupt nicht, der hat halt

T/ ja?

P/ ich denke mal war ein sehr schwacher Mensch

T/ mhmh das heißt Sie konnten sich dann auch nicht so richtig auf ihn verlassen?

P/ nein in der Beziehung überhaupt nicht

300T/ mhmh mhmh ein schwacher Mensch mh?

P/ mein Mann hatte Minderwertigkeitskomplexe glaube ich.

T/ ja?

P/ meine ich wenigstens festgestellt zu haben. und wenn man was trinkt ist man

stark

305T/ mhmh

P/ es ist so

T/ mhmh

P/ zumindest hab ich das beobachtet

T/ mhmh

310P/ oder man fühlt sich stark

T/ mhmh mhmh ähm wie lange waren Sie verheiratet?

P/ 69, 2000 ist mein Mann gestorben, einunddreißig Jahre ja.

T/ das war ja sehr lange

P/ ja. ich sage, mein Mann war ein herzenguter Mensch

315T/ ja?

P/ er hatte halt den Fehler dass er, er war Alkoholiker auf deutsch.

T/ aha. aber nicht von Anfang an in der Ehe?

P/ bitte? eigentlich +doch

T/ eigentlich doch

320P/ ich hätte aufpassen+ sollen ja.

T/ mhmh

P/ ich hab das zu spät registriert.

T/ ja? mhmh mhmh ja. äh. ich würd' gern einen kleinen Sprung machen

P/ ja?

325T/ und noch mal so fragen, es ist jetzt, wenn's Ihnen zu nahe geht sagen Sie's bitte, aber äh, Sie sind ja jetzt gesundheitlich doch beeinträchtigt was macht das so mit Ihrem Körperbild?

P/ meinen Sie wie ich mich betrachte?

T/ ja vom körperlichen her

330P/ eigentlich glaube ich nicht dass ich damit Veränderungen bemerkt habe. ich finde alte Körper überhaupt nicht schön wenn man in den Spiegel guckt. also ein schöner Anblick ist es nicht mehr wenn man älter wird. es ist halt so.

T/ ja?

P/ und ich glaube nicht dass sich da jetzt viel geändert hat, wenigsten nicht

335bewusst bei mir.

T/ aber das ist nicht etwas was Sie belastet oder was

P/ nein

T/ Sie ändern möchten?

P/ nein

340T/ ist es o.k. so oder?

P/ jo

T/ jo mhmh

P/ ich fühl' mich wohl und

T/ mhmh mhmh

345P/ man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön wofür? (lachen)

T/ oh Sie nehmen das mit Gelassenheit?

P/ (lachen) ja

T/ mhmh o.k. mhmh

350P/ nee, da hab ich keine Probleme. ich bin auch nicht auf der Suche nach nem Mann.

T/ nein das

P/ +nee überhaupt nicht.

T/ eine neue Partnerschaft können Sie sich nicht vorstellen?

355P/ nein+ überhaupt nicht.

T/ auch nicht so aus Wunsch nach Zärtlichkeit oder so könnten Sie sich

P/ nö

T/ könnten Sie sich nicht vorstellen?

P/ nö

360T/ aha wär Ihnen zu viel oder?

P/ nö also ich mein ich war mein Leben lang nicht allein jetzt bin ich allein und ich genieß das auch auf der einen Seite. auf der anderen Seite fehlt's mir natürlich mein Mann

T/ ja

365P/ so ist das nicht. das sind zwei, zwei Seiten. ich weiß nicht. Sie müssten's ja wissen. die eine Seite vermisst natürlich das und die andere Seite sagt 'schön, jetzt mache ich endlich mal was ich will'

T/ aha aha. kann ich gut nachvollziehen ja

P/ aber in der heutigen Zeit ist es für ne Frau alleine ja auch gar nicht mehr so, so

370schlimm wie früher mal, man kann heute ausgehen und

T/ mhmh

P/ ich gehe ins Theater und ich gehe ins Kino und wir gehen essen, ich fahr in Urlaub

T/ ja

375P/ das einzige wäre die Zärtlichkeit, auf der anderen Seite ist das wieder so dass man dann wieder ne gewisse dass man wieder eng zusammen wohnt

T/ ja. und das wäre Ihnen gar nicht so recht?

P/ nee das möchte ich eigentlich nicht.

T/ verstehe. mhmh dass Sie das also Alleinsein für sich auch ein Stück entdeckt  
380haben?

P/ ja.

T/ ja?

P/ auf der einen Seite. ich mein' es gibt natürlich Tage wo ich nicht gerne alleine bin

T/ ja mhmh

385P/ ich weiß nicht ob ich ob ich mich verständlich machen kann?

T/ ja doch sehr. mhmh ja (räuspern) ich würd gerne noch mal auf die Gruppe kommen. äh können Sie noch mal sagen wie Sie die Gruppe äh erlebt haben?  
können Sie die noch mal charakterisieren was da so

P/ ja

390T/ das wichtigste für Sie war?

P/ wir haben sehr lange gebraucht um aus ner Abwehrgruppe ne richtige Gruppe zu machen

T/ mhmh

P/ ich weiß nicht woran das liegt, ob dass das Alter ist oder so, ich weiß es nicht

395T/ mhmh

P/ bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben

T/ mhmh

P/ dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen' und  
400dann war die Arbeit an für sich sehr gut

T/ mhmh

P/ und hat mir also wirklich gut getan.

T/ ja?

P/ man merkt auch dass ich nicht der einzige Mensch bin der Kummer hat und sich  
405Sorgen macht.



T/ mhmh

P/ man redet mit anderen. man kriegt mit dass andere auch schlimme Sorgen haben und

T/ mhmh

410P/ ein bisschen sind ja alle gleich?

T/ mhmh mhmh da haben Sie sich auch wiederfinden können?

P/ ja. das hilft einem genauso wenn man über andere redet als wenn man über sich selbst redet meine ich.

T/ mhmh mhmh wie war da noch mal Ihre Position in der Gruppe, wie würden Sie

415die sehen?

P/ was meinen Sie mit?

T/ joa waren Sie da mittendrin oder waren Sie

P/ ich denke, +ich denke schon

T/ eher so tonangebend oder?+

420P/ ne tonangebend war ich bestimmt nicht

T/ das nicht ne

P/ aber ich meine ich war schon mittendrin

T/ Sie war'n da mittendrin? haben Sie zu einigen nen intensiveren Kontakt gehabt als zu anderen?

425P/ ja habe ich noch

T/ haben Sie noch? haben Sie immer noch

P/ ja

T/ Kontakt? mhmh. (räuspern) ähm Sie haben ja auch schon angesprochen ähm dass manche Dinge ja auch erziehungsbedingt sind, also bestimmte

430Verhaltensweisen ähm gab's denn auch so was wie biographische oder oder Muster In Ihrem Lebenslauf die in der Gruppe äh aufgetaucht sind?

P/ nee (schnaufen) ich weiß nicht

T/ gab's nen Bezug zur Lebensgeschichte überhaupt?

P/ vom Trinken ist viel gesprochen worden von meinem Mann aber die

435T/ ja?

P/ dies war dann meistens auch damit verbunden dass die Frauen oder die Kinder geschlagen wurden. ich weiß nicht also da habe ich mich nicht wieder entdeckt

T/ mhmh

P/ also das, ich weiß nicht ich hab manches mal gedacht hier von wegen wenn

440die Leute von ihrer Jugend erzählt haben oder so da hatte ich's doch eigentlich recht gut

T/ mhmh ah ja. mhmh aber dass Sie sich da schon verglichen haben +und

P/ natürlich hab ich verglichen+

T/ gedacht haben äh ja. was waren denn da so? gab's denn Aspekte aus Ihrer

445Lebensgeschichte außer dass Sie das im nachhinein doch als positiv erlebt haben?

P/ was meinen Sie jetzt? wie ich aufgewachsen bin?

T/ ja.

P/ ich bin also meine Mutter ist gestorben bei meiner Geburt, an Krebs, und eigentlich hat meine Schwester mich dann groß gezogen die ist 18 Jahre älter als

450ich und dann war ich im Internat.

T/ mhmh

P/ also ja. und als ich dann aus der Schule kam bin ich dann nach Hause, ja und dann hat das normale Berufsleben angefangen

T/ ja ja?

455P/ und die Internatszeit war an für sich sehr schön, also kann ich nur sagen, bin ich dankbar für

T/ mhmh mhmh aber so das Thema Trennung hat schon ne besondere Rolle gespielt?

P/ natürlich hat man manchmal Heimweh nach Hause gehabt aber es ging ja

460nicht anders, auch wenn man als Kind das nicht einsieht oft ne?

T/ mhmh mhmh

P/ aber ein Vater alleine der musste arbeiten und ne Schwester die musste auch arbeiten

T/ ja mhmh

465P/ und eh ich auf der Straße groß geworden bin dann im Internat. natürlich habe ich das damals nicht so bedacht wie, wie +heute (lachen)

T/ wie heute+, verstehe, mhmh. und konnten Sie das auch ansprechen in der Gruppe?

P/ wir haben drüber gesprochen

470T/ Sie haben darüber gesprochen, ja mhmh gab's denn auch bestimmte Konflikte in der Gruppe?

P/ zwischen den Gruppenmitgliedern?

T/ ja

P/ ja.

475T/ wo Sie auch verwickelt waren?

P/ ja.

T/ ja? mögen Sie mir erzählen?

P/ ne ich hab mich so, also so ein bisschen bisschen, also Namen sind ja nicht

T/ brauchen Sie nicht nennen nein

480P/ ne ich hab mich mit einer Frau also ein bisschen mehr zusammen getan, die ist also auch sehr hilfsbereit, und sagen wir mal so, sie sie hat so ne Art sie hilft gerne und

T/ mhmh

P/ sie bietet sich auch an oder, oder so, // und eine andere Dame, die hat das

485dann als Belästigung empfunden. wie soll ich sagen, also die, sagt dann nur 'wenn Sie irgend wie Konflikte haben rufen Sie mich doch an da können wir dann miteinander reden'

T/ ja

P/ und das hat die andere Dame dann als Belästigung empfunden und hat das

490dann

in der Gruppe gesagt.

T/ ach so. das war jetzt aber, das Angebot war an alle Gruppenmitglieder?

P/ +ne

T/ und nicht nur an Sie+?

495P/ ne ne, das war zu der anderen Dame hat sie das gesagt

T/ auch so, ach so mhmh

P/ ja

T/ ja

P/ ja und ich hatte dann was gesagt was die die Dame hat dann zu mir gesagt, ich 500hätte mich nicht gemeldet oder so und daraufhin hakte die andere gleich ein und meinte dann ja sie empfand das auch als Belästigung wenn sie dann aufgefordert würde anzurufen

T/ ach so. mhmh

P/ und das war dann nicht in meinem Sinn

505T/ ja

P/ denn ich hab das nicht als Belästigung empfunden ich habe gerne mit ihr, ich hatte bloß eben, man ist manchmal gedankenlos und denkt mal zwei drei Wochen

nicht dran warum auch? wir haben uns jede Woche gesehen und

T/ ja

510P/ da hab ich nicht zwischendurch noch mal angerufen

T/ verstehe. Sie haben das ganz anders empfunden nämlich als Hilfsangebot

P/ ja na nicht nicht nur wir haben haben uns gegenseitig

T/ ja

P/ ein bisschen

515T/ okay okay

P/ und ich meine wenn ich das nicht möchte dann rufe ich nicht an oder, oder geh drüber weg und und bring das nicht in ne Gruppe. Ich find das dumm

T/ ja mhmh

P/ vor allem Dingen da das gar nicht so gemeint war (hüsteln)

520T/ mhmh mhmh wie haben Sie darauf reagiert?

P/ sehr böse

T/ sehr böse?

P/ ja

T/ mhmh mhmh

525P/ ja vor allen Dingen weil sie mich als Sprungbrett benutzt hat

T/ mhmh

P/ und ich das gar nicht so gemeint hab (räuspern)

T/ mhmh

P/ ja und dann fand ich das also die Art nicht sehr gut

530T/ aha

P/ sie kommt und und und fängt an zu erzählen und und und schüttet ihr Herz aus und die andere sagt dann 'na gut, wenn Du reden möchtest ruf mich mal an' und dann wird das dann so zurück ge-

T/ ja

535P/ das fand ich dann also sehr! schoffelig also fand ich nicht gut

T/ aha aha

P/ das war ne Konfliktsituation

T/ ja mhmh konnte das so besprochen +werden?

P/ das+ wurde besprochen aber ich glaube nicht dass wir uns da geeinigt haben

540T/ also jeder ist da so auf seinem

P/ auf Distanz gegangen ja.

T/ / grund geblieben ja

P/ ja

T/ mhmh kennen Sie solche Art Konflikt?

545P/ na an und für sich selten.

T/ +oder?

P/ ich streite+ eigentlich selten.

T/ ja?

P/ aber so in der Gruppe wenn, wenn das so zur Sprache kommt dann kann man

550sich nicht immer raushalten

T/ mh

P/ ne und ich hatte mich auch geärgert, ich hatte dann angefangen zu erzählen und das hat sie! dann als Sprungbrett benutzt und, dann war ich ausgeschaltet und sie hat ihre Probleme erzählt und und und ich hatte mir gerade mein Herz gefasst und

555das fand ich

T/ ach so

P/ dann auch nicht so richtig

T/ ach so. konnten Sie das denn sagen +dann in der Gruppe?

P/ das hab ich nachher+ dann auch gesagt ja

560T/ mhmh dass Sie da gar nicht zum Zug kommen konnten

P/ ja

T/ ja?

P/ für mich war's sehr schwer mich zu öffnen muss ich sagen, ich hab das eigentlich erst in der Gruppe ein bisschen gelernt

565T/ mhmh mhmh das hatten Sie auch im letzten Interview berichtet dass das so äh eine wesentliche Veränderung +war

P/ ja+

T/ habe ich so verstanden dass Sie so über Ihre Gefühle +und auch

P/ reden können+ ja

570T/ über Ihre Hilfsbedürftigkeit also ob man Hilfe braucht

P/ ja

T/ dass Sie das auch benennen konnten. mhmh

P/ dann, so unterbrochen werden, das fand ich also nicht so sehr gut und ich muss ganz ehrlich sagen ich bin dann auch nicht mehr drauf zurück gekommen

575T/ mhmh Sie haben das dann so stehen lassen?

P/ ja.

T/ ich muss mal dringend. meine Nase läuft. (T steht auf?) es ist gerade etwas unpassend (lachen) (schnäuzen)

P/ bei dem Wetter kein Wunder

580T/ jaaa. also insofern waren schon die einzelnen Gruppenmitglieder äh

P/ ansonsten

T/ sehr unterschiedlich von Bedeutung auch?

P/ ja aber ansonsten war ein solcher Konflikt nicht da

T/ mhmh o.k.

585P/ das war also der einzige Konflikt

T/ ja?

P/ und eine Dame die dann weggegangen ist weil sie sich geöffnet hat und hat sich dann so geschämt dass sie dann nicht mehr gekommen ist. also das, war eigentlich das einzige

590T/ mhmh das ist Ihnen nahe gegangen?

P/ ja also ich meine das war der Sinn der Gruppe doch eigentlich

T/ sich zu öffnen

P/ ja

T/ ja mhmh mh gab's denn da ein Unterschied auch zwischen Männern und Frauen?

595P/ mit dem Öffnen?

T/ jaa mit dem Öffnen und überhaupt sagen mit dem Erleben und Beteiligen in einer Gruppe?

P/ ne eigentlich nicht

T/ das haben Sie nicht erlebt?

600P/ nein

T/ von den Themen her?

P/ nein die Männer waren eigentlich genauso rege und und

T/ gut

P/ wie die Frauen auch

605T/ jaa. mögen Sie noch mal was zu den Therapeuten sagen? wie haben Sie die erlebt?

P/ ich fand sie also sehr gut sonst würd ich ja nicht die Gruppe sagen ich würde weiter machen, also beide sehr gut

T/ mhmh ja ja Ihre Beziehung zu den Therapeuten gab's da irgend wie schreiben?

610P/ eigentlich, es war keine Beziehung es war ein Arzt\_Patient

T/ ja ja das ist ja auch ne Art

P/ ja

T/ von therapeutischer Beziehung

P/ ja ja. nö also ich fand das also schon sehr gut wie sie's gemacht haben

615T/ mhmh mhmh so Ihre Erwartungen sind da erfüllt worden, würden Sie sagen? oder hätten die Therapeuten noch was anderes machen können?

P/ das einzige was ich sag vielleicht am Anfang wenn man gemerkt hat dass wer so schwerfällig war und sich nicht geöffnet haben

T/ ja

620P7 dass man da vielleicht hätte man nen Stups geben können

T/ mhmh mhmh

P/ aber sie sagten dass wär nicht ihre Sache dass wäre unsere Sache zu reden

T/ mhmh aber das hätten Sie sich gewünscht +so?

P/ das hätte ich mir gewünscht

625T/ verstehe+

P/ ich mein man geht ja dahin ganz blauäugig das ist der Arzt das ist der Patient und dann hilft der

T/ ja?

P/ ja (lachen)

630T/ klar

P/ aber das ist ja ein bisschen anders

T/ gut also. die Anregung zur Selbsthilfe letztendlich

P/ ja

T/ mhmh

635P/ man bekommt also kein Rezept

T/ ja mhmh

P/ ne also sie waren beide sehr gut auf ihre Art, jeder ein bisschen anders

T/ gut. Jetzt hab ich noch einen letzten äh Fragenkomplex und das sind so bezieht sich so auf das Thema des Alterns. ähm sowie wie stellen Sie sich Ihren weiteren, ja

640Lebensabend oder Lebensabschnitt vor?

P/ ich glaub +nicht

T/ planen Sie da was?

P/ dass sich da+ viel ändert

T/ ja?

645P/ ich hoffe dass ich gesund bleibe

T/ ja +dass die Behandlung jetzt anschlägt?

P/ und wenn nicht dann+ hoffe ich nicht dass ich an Krebs sterbe sondern an meiner Herz- an Herzinfarkt dass es schnell geht

T/ dass es schnell geht?

650P/ ja

T/ ja mhmh

P/ ansonsten hab ich mir noch gar keine Gedanken drüber gemacht

T/ mhmh

P/ meinen Sie jetzt wo ich mal wohne und wie?

655T/ ja. gibt's da so Überlegungen?

P/ ich glaube nicht dass ich noch soo eine riesen Lebenserwartung hab

T/ ja mhmh mhmh

P/ ich glaube nicht dass sich da in meinem Umfeld viel ändern wird

T/ ja okay

660P/ und ich hoffe ich werde kein Pflegefall

T/ mhmh mhmh das kann ich gut verstehn

T/ sprechen Sie mit Ihrem Sohn über auch

P/ ja

T/ über solche Themen?

665P/ sehr ungern ja

T/ ja

P/ mit Müh und Not hab ich ne Patientenverfügung erreicht

T/ aha das machen Sie mhmh

P/ ja ja. 'willst Du etwa dass ich denen sag die sollen Dich ermorden?' und ich hab

670gesagt 'genau das will ich'.

T/ mhmh

P/ das ist der einzige Sinn, des Patienten, der Patientenverfügung

T/ mhmh

P/ dass man nicht an Apparaten hängt

675T/ ja. da sind Sie aber doch ganz klar in Ihrem Wunsch?

P/ ja ganz klar und deutlich.

T/ ja gut. mhmh



P/ und ich hoffe, dass ich nie ein Pflegefall werd, nie ins Pflegeheim muss

T/ mhmh das ist keine schöne Vorstellung nicht?

680P/ ne meine Schwester ist im Pflegeheim

T/ die Schwester ist im Pflegeheim

P/ sehr gutes Pflegeheim kann man nichts gegen sagen aber es ist fürchterlich

T/ was hat die für eine Erkrankung?

P/ meine Schwester hatte einen Schlaganfall

685T/ ja?

P/ und ist also der, einseitig gelähmt

T/ ja?

P/ und der Verstand ist weg gottseidank

T/ mhmh mhmh kriegt's nicht mehr so mit?

690P/ kriegt gar nichts mehr mit. sie erkennt niemand mehr also sie denkt sie wäre elf Jahre und

T/ mhmh

P/ die lebt in ihrer Welt glücklich und zufrieden

T/ okay da haben Sie gelernt mit umzugehen?

695P/ nein!

T/ nein?

P/ damit kann ich überhaupt nicht umgehen

T/ ja. sie war ja wie ne Mutter für Sie eigentlich

P/ ja

700T/ die Schwester

P/ und wenn ein intelligenter Mensch dann so, ne also, des, da kann ich nicht mit umgehen. Ich kann nicht hingehen

T/ mhmh würden Sie sich ein anderes Schicksal für sich selbst wünschen?

P/ ja.

705T/ ja stelle ich mir gut vor

P/ obwohl meine Schwester das ja gar nicht mitkriegt

T/ mhmh

P/ das ist schlimm für die +Angehörigen

T/ für die Angehörigen+ ist das schwer

710P/ ja

T/ ja und nicht so schön seit wann ist das so? mit der Schwester?

P/ wie lange geht das? 2000 fing das an da hat sie den ersten Schlaganfall gekriegt

T/ mhmh

P/ ich glaube da war mein Mann schon tot. ja 2000. 2002 war sie auf jeden Fall

715 schon im Pflegeheim

T/ mhmh

P/ 2001 denk ich mal

T/ is ja auch schon ne Weile her?

P/ ja

720 T/ mhmh ja (räuspern) also das wäre auch so der Bereich Ängste Sorgen im Zusammenhang mit der +Zukunft?

P/ das ist das einzige+

T/ mhmh

P/ was mir Sorgen macht

725 T/ mhmh wie geht's Ihnen sonst mit dem Thema Alter?

P/ ich hab da noch nie Probleme mit gehabt.

T/ ja?

P/ also ich hab immer in den Zeitungen gelesen wenn die Leute 40 werden oder 50 die Frauen dann drehen die durch, ich hab immer drauf gewartet dass ich

730 durchdreh. tue ich aber nicht

T/ tun Sie aber nicht

P/ ne ne (lachen)

T/ ne und so Geburtstage spielen auch so runde Geburtstage spielen nicht so ne Rolle?

735 P/ nö ich feier die. warum? ich feier die groß, man soll die Feste feiern wie sie - ich freue mich dass ich so alt geworden bin

T/ aha o.k.

P/ das ist jetzt ne andre Lebenseinstellung

T/ das ist ne andere Einstellung ja mhmh

740 P/ ich freue mich über jedes Jahr das ich länger lebe

T/ aha das ist eine kluge Einstellung mhmh mhmh meinen Sie denn dass das Thema Alter in der Gruppe auch ne besondere Bedeutung hatte?

P/ ja bei Männern

T/ bei den Männern?

745 P/ ja

T/ mhmh

P/ ich hab das bei den Männern viel stärker bemerkt als bei den Frauen

T/ mhmh

P/ das Altern und das im Alter nicht mehr gebraucht werden, das war also bei den  
750Männern schon ein Thema

T/ ja?

P/ bei den Frauen war das eigentlich nie, kam es nie zur Sprache

T/ mhmh bei den Männern eher weil die aus dem Beruf dann raus waren?

P/ aus dem Beruf raus

755T/ ja

P/ entweder entweder äh äh durch Kündigung oder im Rentenalter aber trotzdem mit dem Alter hatten die Probleme glaub ich

T/ mhmh mhmh

P/ zwei auf jeden Fall ganz ganz konkret.

760T/ mhmh mhmh

P/ das nicht mehr Gebraucht werden ich meine das ist manchmal nicht so sehr schön. manchmal denke ich auch wofür lebt man eigentlich? denn man hat ja keine Aufgabe mehr ne?

T/ ah ja und so was können Sie schon auch nachvollziehen?

765P/ ja also manchmal denke ich auch also, wenn ich mal nicht mehr bin, vermisst mich eigentlich keiner? Ich habe da für niemanden mehr die Verantwortung

T/ mhmh

P/ oder niemand ist also denn, sicher mein Sohn schon

T/ ja?

770P/ aber es ist ja nicht so dass wir täglich zusammen sind und dass, dass irgend was von mir abhängt oder?

T/ mhmh stimmt mh hätten Sie das denn gerne?

P/ auf der einen Seite manchmal schon

T/ ja

775P/ dass man nicht so nutzlos in den Tag rein lebt

T/ mhmh

P/ es ist eigentlich ein nutzloses in den Tag rein leben

T/ mhmh

P/ wenn man drüber nachdenkt, man macht nichts mehr

780T/ mhmh aber das war jetzt nicht Thema in der Gruppe?

P/ ne.

T/ aha. mhmh Sie hatten's ja auch schon angesprochen ähm Thema Alter in der Öffentlichkeit Sie haben es in Zeitungen gelesen. wie finden Sie wie geht man in der Öffentlichkeit mit dem Thema um?

785P/ mit dem Thema Alter?

T/ ja.

P/ find ich nicht sehr gut

T/ ja?

P/ ne, alles ist auf junge Leute gemünzt

790T/ mhmh

P/ alles, die Werbung die Programme

T/ mhmh

P/ dass ältere Leute samstags abends zu Hause sitzen und vorm Fernseher glotzen haben die wahrscheinlich überhaupt noch nicht mitgekriegt, Samstags ist en

795saumäßiges Programm

T/ mhmh

P/ nur um das eine mal zu sagen aber ich meine auch so ist nicht viel

T/ mh

P/ für's Alter.

800T/ mhmh

P/ mein Gott. Anti \_Faltencreme (beide lachen)

T/ was würden Sie sich denn wünschen?

P/ bitte?

T/ was würden Sie sich wünschen?

805P/ dass ein bisschen mehr auch das gewürdigt wird was das Alter gemacht hat

T/ mhmh

P/ dass man nicht anfängt an den alten Leuten zu sparen in Punkto Rente und so weiter

T/ mhmh

810P/ man wird ja richtig außen vor geschoben

T/ mhmh

P/ und bei den Leuten wird dann geknappst, wird weggenommen

T/ ja

P/ und die Leute haben Deutschland aufgebaut

815T/ mhmh

P/ ich mein ja nur mal

T/ mhmh mhmh

P/ und die Herren die da jetzt so oben in der Regierung sitzen haben den Bezug dazu vollkommen verloren

820T/ mhmh also mehr Würdigung?

P/ das würde ich mir schon wünschen

T/ ja. für das was Sie auch geleistet haben?

P/ natürlich, die brauchen nix mehr die sind ja schon alt

T/ mhmh mhmh ah ja. ähm gibt's denn auch etwas was Sie so im Alter jetzt auch

825neu entdeckt haben? an Möglichkeiten an Fähigkeiten an Entwicklung an Veränderung?

P/ oh ich mein ich hab mich früher nie so für Wohnungseinrichtung und schön machen interessiert, eigentlich nicht, da fange ich jetzt sehr stark an.

T/ mhmh mhmh so die, die Umgebung zu

830P/ ja

T/ gestalten?

P/ ja

T/ ja? wie sieht das aus? wie machen Sie das?

P/ also ich meine ich war immer immer ein sehr praktisch denkender Mensch. also

835ich habe nie gekauft was ich nicht brauchte also

T/ o.k.

P/ für mich waren die anderen Sachen, also unnützer Kram

T/ ja?

P/ den unnützen Kram den fang ich jetzt an zu kaufen und zu dekorieren (lacht)

840T/ zum Beispiel was ist das?

P/ och dann besondere Schalen oder oder besondere Vasen und dann fang ich an da zu dekorieren mit besonderen Decken und

T/ ah?

P/ ja das ist so (lacht)

845T/ sehr schön, also da ist was zu kurz gekommen?

P/ ja. +da ist was zu kurz gekommen

T/ was Sie jetzt+ entdeckt haben für sich?

P/ das hab ich jetzt entdeckt ja.

T/ ja. was hat das äh bisher so verhindert?

850P/ das hat meine Umgebung natürlich ein bisschen verschönt und ich muss ganz ehrlich sagen ich fühl mich dadrin wohl

T/ ja.

P/ damit.

T/ und warum haben Sie's früher nicht schon gemacht? +warum ist das jetzt erst  
855aufgetaucht?

P/ ich hab also erstens+ war nicht, nie so viel Geld vorhanden

T/ ja

P/ und dann hatte ich immer viel Arbeit, wir hatten ein Haus ich hatte mein Mann meinen Sohn und ich hab einen großen Garten und ich hab meinen Vater gepflegt

860für solche Sachen hatte ich keine Zeit

T/ aha. verstehe. mhmh also das ist jetzt auch mal ne Konzentration so auf mehr

P/ ja

T/ die eigenen Bedürfnisse die

P/ ja

865T/ Sie haben. sich mit schönen Dingen zu umgeben

P/ ja

T/ mhmh mhmh gehen Sie auch noch raus? Sie haben gesagt Sie gehen ins Theater?

P/ ich gehe ins Theater ich gehe ins Kino

870T/ ja?

P/ wir gehen essen. in Urlaub fahre ich im Moment eigentlich nicht.

T/ das geht nicht im Moment?

P/ ne

T/ mhmh und so in der Natur ?

875P/ wir gehen auch viel spazieren aber ja

T/ das machen Sie mhmh gut. ich hab Sie eine Menge gefragt.

P/ ich hoffe ich konnte Ihnen helfen?

T/ ja. haben Sie noch ne Idee? oder ist Ihnen noch was wichtig?

P/ nö eigentlich nicht, eigentlich meine ich wir haben über alles gesprochen.

880T/ mhmh

P/ ich warte drauf dass die Frau Dokter Bergstein wieder gesund wird.

T/ ja gut wollen wir hoffen ne?

P/ ja

T/ (Ausschalten des Kassettenrekorders)

(+:00:40:07)

885

Transkript vom 15. 05. 2007, Patient: Herr B

T/ es ist ja glaube ich jetzt gut ein Jahr her dass wir uns das letzte Mal gesprochen  
5haben

P/ das könnte sein ja

T/ und

P/ ich weiß es nicht genau

T/ ja so ungefähr und mh ich würde Sie natürlich ganz gerne als erstes fragen wie  
10es Ihnen derzeit geht und ähm ob Sie irgendwelche körperlichen oder psychischen  
oder auch, äh sonstigen Beschwerden haben

P/ also vom körperlichen her äh geht's mir relativ gut, Gott sei Dank

T/ ja

P/ kann mich also noch bewegen fahr Fahrrad spiel mach andere Sportarten noch,  
15von der Psyche her äh geht's das schwankt das ist mal so und mal so das sind weil  
ich so verschiedene, Probleme habe die ich aber auch damals schon mal erklärt  
habe äh ich bin habe den Eindruck dass ich vergesslicher geworden bin, das macht  
mir sehr zu schaffen und das merke ich also immer dann wenn ich zuhause  
irgendwo was vergessen habe das zu zu machen und das aufzuräumen oder das  
20ich weiß! das auch hinterher dass ich das gemacht habe es ist nicht so dass ich das  
ganz weg habe sondern äh ich gehe halt wenn ich aus dem Keller komme vergesse  
ich schon mal das Licht aus zu machen

T/ mh

P/ das sind Dinge und wenn man dann hinterher darüber nachdenkt dann dann  
25ärgere ich mich dermaßen und das zieht mich dann immer wieder so ein bisschen  
runter dann äh sag ich mir 'mein Gott dann versuch doch mal in Ruhe wenn Du in  
den Keller gehst hoch zu kommen und dran zu denken das Licht aus zu machen'

T/ mhmh

P/ das ist jetzt so ein ein Beispiel was mir so spontan jetzt einfällt

30T/ mhmh

P/ genauso sind das Dinge wenn ich irgendwo wie jetzt mit dem Rad wegfare und  
unterwegs fällt mir dann ein 'ach du könntest noch was mitnehmen oder was' und  
dann bin im Moment wenn ich was mache, ich kann nicht sagen nervös aber dann  
bin ich mein ich dann muss das schnell passieren



35T/ mhmh

P/ und dann wird da eben halt irgendwas vergessen lauf ich aus dem Keller dann fällt mir im Keller ein 'ach oben muss ich ja jetzt weiter machen' und dann renn ich die Kellertreppe hoch und dabei vergesse ich dann das Licht aus zu machen

T/ mhmh

40P/ und meine Frau ist ja auch zu Hause und die erinnert mich dann immer dran und das ärgert mich dann immer so

T/ mh

P/ wenn ich jetzt alleine wär dann würd mir ja irgendwann auffallen dass das Licht da immer noch da brennt im Keller

45T/ mh

P/ dann wäre aber keiner da der mir das sagt

T/ mh

P/ das ist also ein ein Problem was also übers gesamte Tagesablauf immer mal wieder passiert egal! was es ist entweder geh ich in die Garage und vergesse was

50oder was das ist

T/ mhmh das geschieht auch aus so einer inneren Unruhe? oder aus

P/ das ist meines! Erachtens eine innere Unruhe ist das ja ne innere Unruhe ist das nicht

T/ mhmh

55P/ auch wie jetzt der Termin heute morgen wir haben allerdings äh gestern sind wir etwas später ins Bett gekommen da wir ja beide nicht arbeiten äh brauchen wir auch morgens keinen Wecker und stehen dann auf wenn wir wach werden wir gönnen uns diesen diesen Luxus nicht?

T/ ja

60P/ dass wir nichtwo um sieben Uhr aufstehen müssen und heute haben wir etwas länger geschlafen und dann wurde es schon wieder hektisch weil obwohl der Termine ja erst um zwölf Uhr war und ich vorhatte mit dem Fahrrad zu fahren

T/ mh

P/ wollte das aber erst heute morgen nach dem Wetter entscheiden

65T/ mhmh

P/ und dann wurde es auf einmal jetzt nach dem Frühstück hektisch jetzt jetzt auf dem Weg hierhin hab ich gesagt 'hättest du noch das ein oder andere mitmachen

können' oder ich hätte noch durchfahren können in die Stadt noch was zu erledigen  
das ist dann weg und das ärgert mich dann im nach hinein

70T/ mhmh mhmh

P/ das ist die Situation

T/ ja

P/ dass ich eben äh halt oft was vergesse aber immer in einer gewissen Unruhe bin

T/ und die Vergesslichkeit selber das hatte ich bei Ihnen eben auch so raus gehört

75das mach Ihnen auch ein bisschen Sorgen oder?

P/ ja das macht mir Sorgen ja

T/ mh

P/ weil man ja nun oft genug liest und auch hört äh von Demenz ich weiß nicht ob

das äh der Anfang von Demenz ist oder ob das ich behaupte! immer das wäre

80Unkonzentriertheit

T/ ja

P/ das ist mir auch schon früher öfter passiert auch im Berufsleben wenn ich da im

Außendienst und äh ich konnte mich nicht immer konzentrieren oder äh zum

Beispiel jetzt aktuelles Beispiel jetzt ich spiele gerne Tennis und äh immer wenn ich

85Tennis spiele verliere ich zwischen des Spiels zwisch- zwischen einem Spiel die

Konzentration, denk plötzlich an irgend an irgend etwas anderes

T/ mhmh

P/ und dann kommt ein Ball und den krieg ich nicht und dann sag ich 'siehst du hast

du wieder nicht aufgepasst' warum? weil ich mich nicht konzentriert habe und dann

90sehe ich irgendwo rechts einen Vogel oder links jemanden den ich begrüßen müsste

oder auch mir fällt was anderes ein denn das sind so so Sekunden wo ich mich nicht

konzentriere ne und so ist das wahrscheinlich auch wenn ich aus dem Keller raus

komme dann konzentriere ich mich auf etwas anderes

T/ mhmh

95P/ und vergesse das Licht aus zu machen und so beim Sport wie also gesagt beim

Tennis ist das dann konzentriere ich mich mal einen Moment nicht und schon ist der

Ball weg und hinterher ich merke! ich merk das ich weiß das auch

T/ mhmh

P/ und das ist das was mir dann zu schaffen macht

100T/ mhmh und, ähm Sie kennen das aber von früher her sagten Sie gerade schon

+das

P/ es+ war! schon immer dass ich Konzentrationsmangel hatte

T/ mhmh

P/ aber das war schon in frühester Jugend so

105T/ ah ja +//

P/ das hab ich+ ja ja +das ich

T/ //+

P/ immer schnell abgelenkt war und äh ich erinnere mich noch an an Schulzeiten  
oder was und dann habe ich Hausaufgaben gemacht wie man das üblich und dann

110war irgendwann auf der Straße hörte ich dann eine Stimme

T/ mhmh

P/ von einem Freund oder was und schwupp war dann die Konzentration kurzzeitig!

T/ mhmh

P/ nicht also über längere Zeit sondern kurzzeitig weg dann

115T/ mhmh

P/ das äh ja

T/ mh mh ich hatte Sie jetzt eigentlich unterbrochen weil Sie gerade von sich  
erzählten wie es Ihnen derzeit psychisch geht und was ich verstanden habe ist dass  
Sie unter dieser Vergesslichkeit und den Konzentrationsstörungen leiden und

120P/ mh

T/ dass Sie auch unter so einer Ihnen Ihnen durchaus aber Ihnen schon länger oder  
lange bekannten inneren Unruhe auch leiden

P/ ja und das ist auch äh vermute ich mal weshalb ich überhaupt äh in die Situation  
jetzt überhaupt in die Psychosomatik gekommen bin dass ich dadurch auch

125Schlafstörungen hatte nicht?

T/ ja

P/ damit fing das ja alles an

T/ wie wie ist es im Moment?

P/ die Schlafstörungen haben äh nachgelassen

130T/ mh

P/ das muss ich sagen ich hab also da bin ich jetzt etwas gelassener es sei denn  
man geht mit irgend einem Problem ins Bett da habe ich dann schon mal äh bis ich  
dann einschlafe Probleme gehabt oder werde nachts wach über irgend eine Sache  
äh das kann also ohne weiteres passieren dann

135T/ mhmh

P/ äh ich bin auch nachdem dies da äh in Grafenberg zu Ende war bin ich noch weiter in psychiatrische Behandlung gewesen

T/ mh

P/ bei einem äh Neurologen in Benrath

140T/ mhmh

P/ Psychiatrie und Neurologie macht der und äh das hat aber noch einen anderen Grund weil es mir finanziell nicht so gut geht

T/ mh

P/ ich weiß nicht in wie weit Sie darüber informiert sind +die Frau Dr. Bergstein

145T/ ///+ (T versucht etwas zu sagen)

P/ weiß das und äh hatte auch immer Verständnis dafür und hat mir ja auch zur Gerichtsverhandlung ich hatte ja einen Arbeitsprozess äh geholfen indem sie mir was dazu geschrieben hat und Herr Stratkötter auch

T/ mh

150P/ die haben mir also beide sehr geholfen dabei

T/ mhmh es ist aber etwas was Sie nach wie vor auch, belastet und

P/ ja, äh +ich

T/ (T versucht etwas zu sagen)

P/ sag! mal das Einkommen ist ja auch nicht gerade rosig und ich steh ja jetzt auf dem Scheidepunkt ich bin zur Zeit ja noch arbeitslos und äh, äh ja mein Arzt hat mich auch krank geschrieben, weil ich dem Arbeitsmarkt so im Moment nicht zur Verfügung stehen könnte nicht? ich könnte mich also wahrscheinlich nicht mehr konzentrieren auf irgendeine Arbeit

T/ mhmh

160P/ aber diese Arbeitslosigkeit äh läuft jetzt im Juni aus und dann werde ich wohl oder übel in Rente gehen müssen ja

T/ mhmh

P/ ei es ist nicht so dass wir jetzt am dass es uns schlecht geht oder was oder wir sind also schon ein bisschen versorgt aber es fuchst einen dass man eben halt,

165nicht mehr so viel Einkommen hat

T/ Sie sind ein bisschen knapper?

P/ ja

T/ in der Haushaltskasse

P/ auf der anderen Seite sind wir froh wir haben das Eigentum und äh unsere Tochter, ist versorgt da haben wir also auch keine Sorgen mit im Gegenteil die versorgt uns schon (leises Lachen) weil sie weiß wie unsere finanzielle Lage ist, äh das ist auch so ein Punkt mit unserer Tochter da habe ich also auch so ein gewisses Problem das ist aber äh, wieder ein anderes Problem ist das

T/ mhmh

175P/ aber so wie gesagt ist es nicht schlimm meine ich man kommt damit aus

T/ mhmh

P/ man schränkt sich dann ein oder oder kann eben halt dann nicht alles machen was man machen möchte so

T/ mhmh

180P/ muss es konzentrierter machen

T/ ja, mh ich würde gern noch mal zurück auf die Fragen auf Ihre psychische Verfassung im Moment mh wie wie würden Sie so Ihre Stimmung beschreiben der Qualität nach, überwiegend?

P/ ach die ist an für sich jetzt im Moment nicht so schlecht, die ist nicht nicht sehr schlecht was mich immer wie gesagt ärgert ist wenn ich etwas vergessen habe das das

T/ mhmh

P/ ist dann aber wie gesagt im Moment und dann irgendwann ist das dann auch wieder +vorbei

190T/ Ärger+ so im Sinne von Selbstvorwürfen?

P/ ja ja Selbstvorwürfe ja ja

T/ und?

P/ auch Selbstbewusstsein geht dadurch ein bisschen verloren nicht?

T/ ja

195P/ dass man sagt 'also mein Gott warum begreifst du das nicht?'

T/ mhmh, also dass Sie das so als, eigene Schwäche

P/ ja ja

T/ oder Unfähigkeit

P/ ja ja

200T/ auch wahrnehmen

P/ ja ja

T/ und Sie erleben sich so als jemand der in seinen Leistungen nachlässt, kann man das so sagen?

P/ ja (zögerlich) ein klein wenig kann man das auch sagen ja es fehlt das merke ich  
205 auch es fehlt so ein bisschen äh manchmal die Lust irgendwas zu machen

T/ ah ja mh

P/ oder sagen wir mal nur schöne Dinge machen möchte aber das geht nur mal nicht im Leben ich muss auch Dinge machen die die nicht so angenehm sind und da äh drück ich mich das ist auch bei Frau Bergstein bekannt dass ich bekannt bin als  
210 Verdränger ich verdränge also unangenehme Dinge wenn es geht

T/ mhmh

P/ und suche nur die angenehmen Sachen raus ja

T/ mhmh

P/ deswegen auch mein Arbeitsprozess ich hätte den wahrscheinlich nicht so lange  
215 geführt äh wie mein Anwalt den führen wollte oder

T/ mh

P/ der immer gesagt hat 'wir müssen das und jenes machen' also ich gebe mich in vielen Dingen dann zufrieden und äh

T/ /(versucht etwas zu sagen)

220 P/ aber! auf der anderen Seite fehlt dann das Selbstbewusstsein zu sagen 'so jetzt

T/ mhmh

P/ jetzt wird gekämpft jetzt' ne

T/ mhmh Sie ärgern sich dann auf der anderen Seite +dass

P/ ja+ genau

225 T/ darüber dass

P/ ich ärgere! mich über meine Fehler

T/ ja mh und dieses ähm diese Nutzlosigkeit das ist so dass Ihnen der Schwung fehlt sagten so dass Sie so merken es fällt Ihnen manchmal gerade bei den unangenehmen Dingen schwerer

230 P/ ja

T/ als sonst früher, einfach anzufangen

P/ ja gut während der Berufszeit äh äh war man ja mehr oder weniger dazu verpflichtet auch unangenehme Dinge

T/ ja

235 P/ zu machen

T/ ja

P/ da gab es keinen anderen Weg

T/ ja

P/ aber jetzt so in der in meiner Freizeit äh sag ich mir ich muss mir das nicht mehr  
240antun unangenehme Dinge warum muss ich die noch haben ne?

T/ mhmh he mh mit dem Antrieb, da würde ich gerne noch mal nachfragen ähm ist es auch so dass Sie merken dass ähm der Grundantrieb ein bisschen nachgelassen hat also wenn Sie beispielsweise morgen morgens Aufstehen dass Sie dann schon ähm mit so einer gewissen Lustlosigkeit den Tag beginnen oder?

245P/ ne das ist an für sich nicht so es ist

T/ bezieht sich wirklich mehr auf die unangenehmen Ereignisse?

P/ es bezieht sich mehr auf die unangenehmen äh das mit dem morgens Aufstehen das ist also mein Gott ich gönne mir das ich gönne mir das das gönne ich mir als Luxus

250T/ mhmh dass Sie dann eben liegen bleiben wenn +man Ihnen sagt

P/ ja mit Ruhe Frühstück die Zeitung lesen+ das sind ja angenehme Dinge die ja

T/ das erleben Sie dann auch als angenehm?

P/ ja die erlebe ich auch

T/ Sie liegen auch zufrieden im Bett +///

255P/ ja genau+ ja ja das ist äh das gönne ich mir ja oder wir gönnen uns das beide wir sind ja immer zu zweit

T/ ja, und was Sie noch beschrieben hatten war dass Sie so auch merken dass Sie immer wieder auch über verschiedene Sachen nachgrübeln so +konnte ich es heraus hören ja?

260P/ ja ja+

T/ und und die Themen? das geht dann häufig auch um Ihre finanzielle Situation +oder?

P/ äh+ nicht unbedingt nicht unbedingt das sind auch manchmal ganz banale Dinge da nicht? da gab es so einen ich bin zum Beispiel äh ehrenamtlich in unserem

265Sportverein unserer Tennisabteilung ein bisschen tätig

T/ mhmh

P/ da ärgert mich schon mal dass also der eine oder andere nicht so ist wie ich mir das vorstelle und dann nehme ich so was mit ins Bett und sage 'mein Gott warum

macht der das so oder oder warum machen die das so und und warum das muss  
270man doch mal anders regeln' das sind sond so so banale Dinge

T/ ja

P/ wo andere sagen 'das interessiert mich überhaupt nicht'

T/ mhmh also dass Sie sich so an Kleinheiten +fest hängen

P/ ja ja das sind Kleinheiten+

275T/ und die noch mal hin- und herdrehen so im Kopf ja

P/ also wie zum Beispiel der Arbeitsprozess hat mich, weil ich eben gut verdrängen  
kann gar nicht mehr so belastet weil

T/ ja

P/ ich hab gedacht ich habe meinen Anwalt der hilft mir meine Frau hat mir sehr  
280geholfen dabei mehr als ich überhaupt getan hab

T/ mh

P/ und äh, sie sagt immer ich bin ein bisschen pessimistisch

T/ ah ja

P/ ich gehe also pessimistisch an Dinge ran auch ne

285T/ hat sich denn das worüber wir jetzt so an Schwierigkeiten reden hat sich das für  
Sie auch jetzt im zeitlichen Verlauf verändert? also auch ähm über die Gruppe  
hinweg und nach der Gruppe

P/ nee das ist also +das ist ist

T/ oder ist es eigentlich+ die +ganze Zeit gleich geblieben

290P/ ist an für sich+ gleich geblieben

T/ ah ja

P/ das ist da hat

T/ hat weder zugenommen noch abgenommen

P/ nee das kann man nicht sagen ne das ist so geblieben, wie gesagt! diese

295Antriebslosigkeit kommt eben daher weil ich mir sage 'jetzt es ist so und ich bin zu  
Hause und gönne mir dann eben halt

T/ mhmh

P/ solche, Bequemlichkeiten'

T/ ja, wie ist eigentlich dieser Arbeitsprozess ausgegangen? ist das abgeschlossen  
300oder?

P/ es ist äh zu einem Vergleich gekommen und äh ich habe dann letztendlich eine  
eine Abfindung erhalten ne



T/ war das denn dann so vom Ergebnis her in Ihrem Sinne? oder

P/ nein! nee nee an für sich äh war das Ergebnis nicht es war äh ich fühlte mich

305ungerecht behandelt

T/ ah ja mh

P/ ja und äh ich war auch bei dem letzten Entscheidungsprozess wir hatten ja drei drei Prozesstage, einmal Gütetermin dann die erste Instanz zweite Instanz und die zweite Instanz äh da war ich da war ich ziemlich am Boden und bin also gar nicht

310mehr zu dem Prozess erschienen sondern habe ein Attest von Herrn Doktor

Stratkötter bekommen, dass man empfiehlt mich nicht mehr zu dem Prozess äh einzuladen dann war also nur mein Anwalt, und meine Frau wurde als Zeugin dann gemeldet und die hat dann die beiden haben dann den Prozess geführt das ganze hat fünf Minuten gedauert und äh der Richter ließ sich mit sich überhaupt nicht

315reden und es war! also letztendlich sehr ärgerlich der Prozess ist also unangenehm zu Ende gegangen

T/ mhmh also dem Ergebnis nach auch nicht in Ihrem Sinne

P/ dem Ergebnis nicht nach und auch allein die Behandlung und

T/ die Art und +Weise wie

320P/ die Art+ und Weise wie man mit mir umgegangen ist

T/ das ist so der Nachgeschmack ja

P/ +ja ja

T/ doch so ein bisschen ungerecht+ behandelt worden zu sein

P/ aber das ist jetzt wieder das ist schon drei Jahre her äh das äh ist vorbei das wird  
325jetzt ich kann eh nichts mehr dran geändert, meine Frau! // oder gestern sagt sie noch 'da ist wieder der Prozess vom' nachts konnte sie nicht schlafen sie hat also auch die gleichen Probleme bekommen seit dieser Sache und schläft also auch sehr schlecht und

T/ mh

330P/ es ist wieder ist ihr wieder durch den Kopf gegangen dieser Prozess wie ungerecht und dann sag ich 'komm Leute'

T/ es ist zu mindestens immer mal wieder noch Thema

P/ ja! es ist immer wieder noch aber mehr bei meiner Frau als bei mir

T/ ah ja mhmh, ja ich würde gern noch mal auf die letzten zwölf Monate insgesamt  
335äh zurück schauen auch was sich so ähm in allen Bereichen äh für Veränderungen

ergeben haben oder gab gab es in den letzten zwölf Monaten kritische oder größere Veränderungen in Ihrem Leben?

P/ äh (leises Stöhnen) bei mir an für sich nicht äh, ich habe noch ein kleines Problem oder ich weiß nicht ob das ein Problem ist meine Tochter ist mir, ja vom

340 Bildungsstand zu weit nach, oben gerutscht sie hat also auch Medizin studiert

T/ mhmh

P/ und hat jetzt im Januar ihren Doktor gemacht sie ist bei der Bundeswehr als Anästhesistin tätig und befindet sich zurzeit in Afghanistan

T/ ja

345 P/ äh aber das ist noch nicht das Afghanistan ist nicht das schlimme weil sie ruft jede Woche einmal an und ihr geht es ja immer ganz gut und sie hat es da einigermaßen erwischt sie ist da im, Lager im Krankenhaus äh wo ich ein Problem mit habe ist mich mit ihr noch zu unterhalten weil sie eben halt auf Grund ihrer das ist jetzt für mich so eine Minderwertigkeits-Problematik dabei

350 T/ mhmh mhmh

P/ weil sie eben halt, durch ihre Ausbildung erst mal einen ganz anderen Freundeskreis hat wo ich also wo ich erstens gar keinen kenne weil das alles äh äh mittlerweile alles Ärzte sind

T/ mhmh

355 P/ äh ja und auch manche Diskussionen wenn wir zusammen sind dann äh kann ich da nicht mehr so mithalten so wie sie diskutiert also sie das hört sich jetzt blöd an sie ist mir geistig halt, davon gelaufen ich komm nicht mehr ganz mit mit ihr

T/ Sie +kommen

P/ das hat!+ aber nichts mit Liebe oder so die ist als das familiäre Verhältnis ist

360 also, bombensicher und wir lieben uns alle drei wir sind wir sagen immer wir sind ein ein ein Trio sind wir es gibt keine Geheimnisse es gibt also gar nichts äh wir fühlen uns auch wohl aber wie gesagt wenn es um gewisse Dinge geht also um Diskussionen und und äh äh da merke ich dass sie weiter weg ist sie ist äh

T/ mh

365 P/ wir diskutieren nicht mehr in Augenhöhe wie man so schön sagt

T/ mhmh

P/ sie ist also eine Etage höher

T/ ja

P/ wir disziplinieren über banale Dinge dann über die die familiäre Sachen wie geht es  
370 Oma und Opa und so was alles ne

T/ also ähm ist das Problem mehr von Seiten Ihrer Tochter? also dass sie eben  
wirklich eine andere Sprache äh spricht die Sie dann nicht mehr verstehen oder ist  
es mehr das Problem jetzt von Ihnen dass Sie sich da jetzt plötzlich eben wie Sie es  
nannten minderwertig fühlen?

375 P/ ja

T/ das Gefühl haben äh Sie können da nicht mithalten

P/ ja das ist es

T/ eher von Ihrer Seite aus?

P/ ja ja ja! dies es ist ihr Werdegang es ist ihr Beruf sie ist jung und und äh ich kann  
380 nicht sagen 'jetzt komm mal wieder herunter' oder oder äh +also ich sage

T/ es ist so+ dass Ihre Tochter von verschiedenen Themen spricht von denen Sie  
gar nichts mehr verstehen

P/ ne ja ja sie spricht mit meiner Frau also über medizinische Dinge auch

T/ mh

385 P/ oder oder was sie so erlebt im im Krankenhaus

T/ ja

P/ schon mal hier und da und äh

T/ und das ist

P/ sie ist sehr

390 T/ das ist für Sie wie eine fremde Welt?

P/ ja ja sie ist im Gegensatz zu mir äh sehr lernfreudig und kann also äh ohne  
Lernen fast nicht auskommen

T/ mh

P/ und äh auch wenn sie bei uns ist oder sie bringt also immer ihren Laptop mit und  
395 und muss also immer zwischendurch mal

T/ mhmh

P/ reinschauen wieder und dann muss sie wieder was wissen und gut das ist ihr  
Beruf ich kann es verstehen ich verstehe es auch auf der einen Seite

T/ mhmh

400 P/ nur das sind also dann eben, ja Themen wo ich nicht mehr mitreden kann

T/ mhmh

P/ ich hab immer aus Jux und Dollerei früher gesagt oder als als als Spaß habe ich gesagt 'konntest Du nicht äh irgendwie einen normalen Beruf erlernen' und äh (Lachen) äh

405T/ +aber

P/ sie!+ sie ist auch sie ist auch noch das kommt noch hinzu sie ist auch noch Single sie hat auch schon mehrere Beziehungen gehabt das klappt also auch nicht weil sie da! vermuten wir als Elternteil,

T/ mh

410P/ auch etwas höher jetzt schon lebt sie ist also quasi auch nur in ihren Kreisen jemand am suchen oder was hat ja auch nur private Verbindungen aus ihren Kreisen da dann habe ich immer so gesagt 'konntest Du nicht irgend welchen Bäckermeister oder oder Büromann oder jemand kennen lernen und dann, wo wir so (Lachen) noch in einer Augenhöhe dann noch ein bisschen diskutieren'

415T/ mhmh

P/ also das war! ein Problem als sie da immer höher stieg dann aber das ist nur mein das ist die Minderwertigkeit da bei mir

T/ mhmh

P/ vielleicht ist auch bei mir nicht der Wille da mit ihr da weil ich es eh nicht verstehe

420also mache ich mir auch keine Mühe da

T/ mhmh

P/ mit ihr darüber zu sprechen

T/ und das ist zwischen Ihrer Frau und Ihrer Tochter ein bisschen anders?

P/ ist besser ja ja

425T/ mh

P/ ja meine Frau also sie hat die Gene da von meiner Frau die war also auch immer sehr lern- äh begierig und hat also auch immer viel gelernt und früher und ist auch heute an vielem interessiert woran ich weniger interessiert bin

T/ mhmh

430P/ und dann äh können die schon mal besser diskutieren

T/ mhmh

P/ meine Frau hat auch ihre Doktorarbeit durchgelesen aber die ist die ist ja für mich so was von fremd dass ich die also dann gar nicht

T/ mh

435P/ äh lesen kann ja

T/ mh

P/ hab sie noch nicht mal durchgeblättert ich hab sie nur mal so durchgeblättert und

T/ mhmh haben Sie sich denn gefreut dass sie promoviert hat?

P/ das ist klar das also ich sage ja das das die persönliche das persönliche

440Verhältnis ist schon da es ist meine Tochter und ich liebe sie über alles

T/ mhmh

P/ und äh tue auch für sie alles sie braucht nur zu zu flöten

T/ mh

P/ dann komme ich oder was

445T/ mhmh

P/ sie wohnt nicht mehr in Düsseldorf sie wohnt in Koblenz da am Krankenhaus oder wo das da ist und äh also sobald sie was ruft dann sind wir da nicht sie kommt auch zu uns nach Hause und da gibt's +kein Problem

T/ wie lange+ wie lange ist sie jetzt schon äh in Afghanistan?

450P/ elf Wochen

T/ ganz aktuell ja und Sie sind auch ein bisschen in Sorge? um sie

P/ äh ich sage mal die Vorsorge die war viel größer die Zeit vorher, weil wir alle drei nun mal nicht wussten was, ihr geschieht

T/ mhmh

455P/ sie hatte zwar schon etliche Kollegen die da waren weil die die wechseln sich da ab aus Koblenz und äh aber trotzdem man wurde also je näher der Tag kam wurde man unruhiger weil eben halt es fängt schon damit an dass die sehr unsicher dahin fliegen das ist schon so ein Unsicherheitsfaktor und äh sie erzählte uns das auch und machte uns also nicht glücklich mit

460T/ mhmh

P/ sie fliegen also da mit einem offenen Hubschrauber und Maschinengewehren im Anschlag und so

T/ mhmh

P/ sie fliegen da erst nach Usbekistan mit dem Bundeswehrjet und von Usbekistan

465fliegen die mit diesen großen Hubschraubern dann rüber

T/ mhmh

P/ weil sie ist ja in Masar-i-Sharif und das ist ja oben im Norden

T/ mh

P/ an der an an an der Usbekischen Grenze, und da haben wir mal Bilder in der  
470 Tagesschau zufällig gesehen wie Politiker da hin fliegen in ihrer da geht die Klappe  
auf und dann sitzen da drei Mann mit Maschinengewehren und

T/ mhmh

P/ Tiefflug und so also sagt sie das ist schon das heißeste was es überhaupt gibt da  
da allein schon da hin zu fliegen

475 T/ mhmh

P und das! da man eben nicht weiß geht alles gut waren wir natürlich unruhig

T/ mh mh

P/ und äh sie hat das Glück dass sie eben halt oder die können da vom  
Krankenhaus aus telefonieren äh die konnten dann Telefonkarten da ist also die  
480 Bundeswehr macht das und hat dann also jede Woche einmal angerufen und hat  
gesagt 'macht Euch keine Sorgen es läuft alles gut ich bin ja auch nur hier im Lager  
im Krankenhaus

T/ mhmh

P/ wir versorgen hauptsächlich unsere UNO-Soldaten hier' die durch Unfälle oder  
485 durch

T/ mh

P/ Kriegseinsätze sind ja da oben weniger und jetzt Vater- Muttertag hatte sie wieder  
angerufen und also es geht ihr gut die Arbeit macht Spaß und ist zwar sehr  
anstrengend

490 T/ mhmh

P/ und sie freut sich endlich ihre Klamotten vom Kopf (lacht) vom Leib zu kriegen  
weil sie vierundzwanzig Stunden in Uniform rum läuft

T/ mh

P/ und und und mochte gerne Gras sehen und Bäume sehen das muss scheinbar  
495 sehr karg dahinten sein

T/ mh

P/ da freut sie sich drauf aber! insgesamt hört sie sich immer an dass es ihr gut geht

T/ mhmh

P/ und da waren wir jetzt etwas ruhiger als vorher

500 T/ mh

P/ vorher waren wir +unruhiger

T/ vorher waren sie ein bisschen beunruhigt+ ja das ist glaube ich schon eine große Veränderung die da gerade passiert ist gab es da denn noch andere Veränderungen also auch durchaus familiärer Art

505P/ ne da war ne da haben wir bis jetzt ne das könnte ich nicht sagen

T/ und gesundheitlich? äh in den letzten fünf Monaten waren Sie mal länger, krank? waren Sie auch mal im Krankenhaus möglicherweise+//

P/ ne ne+

T/ oder auch Ihre Ehefrau?

510P/ ne nichts das war alles bis jetzt, war alles bis jetzt so in Ordnung also wenn es so bleibt für ein paar Jahre

T/ ja und das was jetzt sozusagen unmittelbar ansteht das hatten Sie eingangs ja schon erwähnt dass Ihnen dass Sie möglicherweise ja jetzt dann berentet +werden

P/ ja+

515T/ und das bedeutet für Sie aber finanziell auch noch mal einen Verlust?

P/ äh die Rente wird in etwa so hoch sein wie das Arbeitslosengeld

T/ ja das heißt also

P/ also die die finanzielle Seite ändert sich nicht die bleibt also auf dem

T/ stabilen Niveau

520P/ auf stabilen Niveau ja, nur das ist also auch diese ganzen Formalitäten und alles das das fällt mir schwer so was und Gott sei Dank kümmert sich da meine Frau so ein bisschen mehr drum

T/ mh

P/ und ruft auch hier und da an und wir waren auch zuletzt zur Rentenberatung hier

525da ist sie ich sage mal die Fachkraft ich eh

T/ ja

P/ auch da komme ich nicht mehr ganz hinter

T/ was macht Ihre Frau? also

P/ gar nichts sie war immer

530T/ weil Sie sagten Fachkraft

P/ ja! sie hat äh seit der Geburt unserer Tochter hat sie äh nicht mehr gearbeitet sie ist dann immer zu Hause geblieben

T/ mh

P/ aber ihre Ausbildung war eben halt damals zur damaligen Zeit die kaufmännische

535Ausbildung

T/ ach so mh

P/ und da hat sie//

T/ und ähm das ist insgesamt schon so dass sich Ihre Frau auch viel kümmert auch um nicht nur gemeinsame sondern auch zum Teil um Ihre Angelegenheiten

540P/ ja ja

T/ unterstützt Sie auch bei ///

P/ ja ja das stimmt

T/ ah ja, ähm wie, wie ist das so mit mit Ihnen beiden? also wie kommen Sie miteinander klar?

545P/ da würde ich sagen wir kommen an für sich sehr gut miteinander aus es gibt halt eben nur Reibungspunkte das sind also wenn es da um um Arbeiten geht die ich nicht begreife oder die sie erledigt hauptsächlich also die ganzen Formalitäten und äh da gibt es schon mal Meinungsverschiedenheiten weil ich eben halt dann anders denke und großzügiger und phlegmatischer wäre würde also manche fünf gerade

550lassen

T/ mhmh

P/ äh aber sie bohrt dann doch weiter und möchte das wissen und dann gibt es mal Diskussionen und aber nichts Böses oder was das ist

T/ mhmh

555P/ ich bin nun mal so ich bin so und sie ist so

T/ ja also

P/ wir sind siebenunddreißig Jahre verheiratet und werden wahrscheinlich auch, so bleiben

T/ ja, mh könnten Sie mir Ihre Frau noch mal kurz beschreiben also was sie so für

560ein Temperament hat was sie für eine Persönlichkeit hat

P/ äh sie ist wie ich schon sagte eine ehrgeizige Frau ne ich würde sie auch als stark bezeichnen

T/ ja

P/ stärker als ich

565T/ mhmh

P/ ja (p: 00:00:05) was soll ich noch sagen (p: 00:00:05) sie ist ein bisschen jetzt labil geworden durch die ganze Prozesssache da und alles aber

T/ das ist so in letzter Zeit hat sie?

P/ sie! ist die stärkere! Frau äh die stärkere Person in unserer Partnerschaft



570T/ ja

P/ das muss ich also sagen

T/ ja und Sie haben sich ja auch ein bisschen gegensätzlich beschrieben

P/ ja

T/ also Ihre Frau ist gründlich und äh

575P/ ja

T/ und sehr äh motiviert manchmal

P/ ja

T/ während Sie manchmal auch Schwierigkeiten haben Sachen anzugehen und eben auch um des lieben Friedens Willen dann

580P/ ja

T/ äh fünf gerade sein lassen, ähm und so verstehen Sie sich gut, Konflikte gibt es manchmal nur an der Stelle wenn wie Ihre Frau meint Sie

P/ ja

T/ müssten vielleicht doch ein bisschen mehr tun oder sich ein bisschen mehr

585kümmern

P/ ja ja

T/ mh mh ich würde Sie gerne fragen wie so Ihr typischer ähm Alltag aussieht Sie arbeiten ja jetzt schon seit einiger Zeit nicht mehr und sind krank geschrieben aber ähm wie gestalten Sie denn so Ihren Tag? also wie sieht ein typischer Tagesablauf

590bei Ihnen aus?

P/ äh der typische Tagesablauf ist äh (p:00:00:04) ich lasse es oft drauf ankommen ich mache mir nicht große Gedanken

T/ mhmh

P/ über den morgigen Tag oder übermorgen, sondern äh lasse es drauf ankommen

595und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat, sie hat sich

also jetzt einen Monats- äh Ordner angeschafft wo für jedes Datum Termine und

T/ mh

P/ so was alles eingeführt ein- eingelegt wird auch da! ist sie die treibende Kraft zu sagen

600T/ mh

P/ 'also heute machen wir das' ich suche mir wieder die angenehmen Dinge heraus bei mir kommt dann eher 'sollen wir nicht mal wieder zu Christiane fahren?' zu unserer Tochter nach Koblenz

T/ mh

605P/ auch wenn wir morgens hin fahren und abends zurück nur! damit ich mal wieder etwas anderes sehe

T/ mhmh

P/ ja und äh also ich versuche wirklich die angenehmen Dinge (leises Lachen)

T/ mh

610P/ aus dem Tagesablauf

T/ mhmh

P/ heraus zu finden oder wie jetzt hier zum Beispiel ich fahre nicht mit dem Auto ich fahre mit dem Fahrrad ich habe doch Zeit genug

T/ mhmh

615P/ weil das für mich angenehm ist das Fahrrad fahren

T/ mhmh mh?

P/ also sie hat mehr den Terminplan für die Woche oder den Tag und

T/ Terminplan heißt Pflichttermine? so ungefähr

P/ ja Pflichttermine jetzt mit der Rente wird es wieder etwas enger ne? dann

620kommen ja wahrscheinlich wieder Formulare und

T/ mh

P/ dann äh äh zu der Rentenberatung wollten wir glaub ich noch mal und dann kommt die Krankenkasse wieder und die will wieder etwas wissen und äh

T/ mh

625P/ und das sind dann alles Dinge die sie dann auch plant

T/ mhmh mhmh und der Tag besteht ja nicht nur aus Pflichten sondern es gibt auch äh ein paar angenehme Sachen wie sieht das aus so was Freizeit Hobbys

Interessen Neigungen bei Ihnen angeht

P/ direkte oder intensive Hobbys haben wir beide nicht wie gesagt wir spielen beide

630ein bisschen Tennis

T/ mhmh

P/ ich spiele so sag mal so zweimal die Woche, einmal mit einem festen Termin und einmal locker locker verabredet

T/ mh

635P/ und

T/ Sie spielen Sie mit Ihrer Frau? oder

P/ ne wir spielen mit äh mit Herren nur und ich spiele auch in einer Mannschaft mit

T/ ah ja

P/ wir haben jetzt zurzeit Regelspiele und sind jetzt jeden Samstag einmal oder  
640jeden Sonntag weg oder haben Heimspiel, da spiele ich mit und äh ansonsten ist  
mein habe ich mich dazu bereit erklärt dass ich eben zu Hause bin habe ich gesagt  
'ich kümmere mich so ein bisschen um alles' ne

T/ mhmh

P/ wir haben ein großes Clubhaus da kümmere ich mich drum und Getränkeservice  
645und und

T/ mhmh

P/ so was mache ich dann und kleine Reparaturen

T/ und Sie sind dann auch häufiger wahrscheinlich in dem Tennisverein?

P/ ja! ja ich bin also so fast jeden Tag mal so eine halbe Stunde oder

650T/ ah ja

P/ eine Stunde mal da

T/ ja

P/ aber! da besteht besteht aber keine Pflicht jetzt von neun bis zehn oder von zwölf  
bis eins sondern ich fahre dahin wenn ich Lust habe und und

655T/ mhmh

P/ das ist also nichts nichts

T/ mhmh

P/ nichts termingenaues muss nicht sein

T/ ja und dieses Engagement in dem Verein und auch äh das Tennisspielen das ist  
660schon so das Haupthobby?

P/ für mich zurzeit das Haupthobby ja

T/ ja wie sieht es aus mit Freunden Bekannten? haben Sie einen großen  
Freundeskreis oder sind Sie eher lieber für sich

P/ Freundeskreis weniger eher Bekanntenkreis

665T/ ja

P/ Freundeskreis

T/ das heißt

P/ ist nicht sehr +groß

T/ das heißt ja+

670P/ wenn überhaupt feste Freunde das ist immer so ein heißes Thema Freunde da  
muss man immer vorsichtig sein

T/ wie meinen Sie da?

P/ ja! wenn man wer ist schon Freund? wer Freund ist kann man den nachts aus dem Bett holen oder oder hilft der dann wenn es dir schlecht geht oder ist es nur ein  
675 Freund um abends ein Bier trinken zu gehen

T/ mhmh

P/ das unterscheidet also wir haben sehr viele! Bekannte durch den Verein eben halt

T/ ja

P/ äh der hat sich zwar ein bisschen reduziert auf Grund des Alters eben halt nicht?  
680 die Interessen gehen doch auseinander ne, es sind ja auch zum Teil Jüngere dabei im Verein die doch auch berufstätig sind die haben ganz andere Ziele wieder und dann

T/ mh mhmh das heißt ähm Sie haben viele Bekannte aber wenig nahe oder engere Freunde?

685 P/ ja das kann man sagen

T/ und so die Familie im eigentlichen Sinne das sind Sie Ihre Frau und Ihre Tochter

P/ ja

T/ Sie haben jetzt nicht noch äh Geschwister? oder

P/ meine Frau hat noch einen Bruder mit dem komme ich aber auch bin ich noch nie  
690 zurecht gekommen oder mit seiner Frau auch nicht äh, und mit meinen Schwiegereltern klappt es! aber äh die leben noch ich habe keine Eltern mehr

T/ ah ja

P/ und äh mit den Schwiegereltern wir wohnen auch zusammen in einem Haus

T/ mh

695 P/ in einem Zweifamilienhaus

T/ mh

P/ und äh ich sage mal das klappt ganz gut! aber wir ich könnte nicht sagen dass wir einen engen Kontakt haben ja

T/ ja

700 P/ das ist äh, ich erwische mich dabei dass ich mir manchmal gewisse Leute vorstelle so hätte ich gerne jemand und den finde ich dann nicht

T/ mhmh also dass Sie

P/ ja

T/ so den Wunsch nach einem Freund oder

705 P/ ja

T/ haben ne und auch eine Idee haben wie der sein könnte

P/ ja

T/ aber dann enttäuscht feststellen dass

P/ ja

710T/ es den leider nicht gibt

P/ ja ja dann kommt aber sofort bei mir wieder äh die Minderwertigkeit raus und dass ich sage 'oder bin ich das schuld? oder ist es meine Schuld dass ich keinen Freund habe jetzt'

T/ mh

715P/ was ich ja nicht abstreite nicht nur man ist ja heute nicht immer ehrlich das ist das ist eigentlich manchmal möchte ich! am liebsten ehrlich sein und dann sagt mir meine Frau 'sei diplomatisch und lass es' ne ich könnte also ich brächte! das wenn ich alleine wäre brächte das fertig äh jemandem auf den Kopf zu zu sagen dass er mir unsympathisch ist

720T/ mhmh

P/ und da muss mich meine Frau dann manchmal bremsen dann sagt sie 'Überleg Dir mal wenn Du das sagst ob das richtig ist dann hast Du einmal und für immer Schluss

T/ mh

725P/ kannst nicht nach drei vier Jahren sagen 'komm lass uns noch mal versuchen' ja

T/ mhmh

P/ oder wenn mir irgendetwas nicht missfällt an jemanden nicht das könnte ich ihm sagen dann, aber meine Frau ist dann auch wieder die stärkere und sagt 'sei diplomatisch nimm es hin

730T/ mhmh

P/ kümmere Dich nicht drum es ist nicht Dein Problem'

T/ mh

P/ und da habe ich äh so ein bisschen von Frau Bergstein äh mitbekommen dass sie sagt 'das Wichtigste ist, Deine Persönlichkeit nicht was der andere macht

735T/ mh

P/ sondern Du muss damit zurecht kommen'

T/ mhmh

P/ ja also ich muss damit das rede ich mir bei solchen Situationen dann ein und sage 'was interessiert mich was der macht ich muss damit klar kommen und wenn

740ich nicht mit ihm klar komme dann meide ich ihn irgendwie sage 'Guten Tag und Auf Wiedersehen' aber lasse es mir nicht anmerken

T/ mh

P/ ja das habe ich ein bisschen von Frau Bergstein mitbekommen und auf dem Weg möchte ich gerne bleiben auch dann

745T/ mhmh

P/ also ich finde es unangenehm! wenn man mit Leuten im Verein oder Nachbarn oder was zusammen ist wenn man sich dann grämt wenn man da, nur weil sie einem nicht oder weil sie nicht so sind wie man es gerne hätte

T/ mhmh

750P/ äh das ist auch zum Beispiel mit der Nachbarschaft wir haben also wir sind so sechs Häuser sind das nebeneinander wir wohnen jetzt fünfundzwanzig Jahre zusammen haben alle zur gleichen Zeit gebaut, haben aber fast keinen Kontakt miteinander wir grüßen uns aber ne es war noch nie einer vom Nachbarhaus in dem anderen Haus oder

755T/ mhmh

P/ das war! mal ganz früher da hat mein Nachbar der hatte geheiratet

T/ mh

P/ der hatte dann mal eingeladen oder zur Kinderkommunion oder so was

T/ mh

760P/ das war mal aber es gibt sonst keine Gemeinsamkeiten und ich finde das schade an für sich wenn man schon so lange zusammen ist dann äh also ich! finde es schade andere brauchen es scheinbar nicht

T/ mhmh

P/ das ist aber meine eigene Einstellung ja

765T/ also Sie wünschen sich schon ein bisschen mehr! äh Kontakt

P/ ja

T/ und ähm auch erfüllende Beziehungen um sich herum

P/ ja

T/ als das im Moment

770P/ +angenehmer Beziehungen

T/ der Fall ist+ ja mh

P/ also ich vergleiche das äh immer das sitzt bei mir ein bisschen tief drin, es sitzt bei mir viel aus der Jugend noch drin also von meiner Erz- von der Erziehung meiner Eltern her

775T/ ja

P/ da sitzt noch einiges drin und wir haben zehn Jahre hier in Himmelgeist gewohnt äh bevor wir da nach Hellerhof gezogen sind und das war, eine tolle Gemeinschaft, die hatten zwar auch ihre Macken das war aber das ist jetzt wie gesagt

fünfunddreißig vor fünfunddreißig Jahren sind wir dahin hingezogen da waren wir

780noch jung da ist auch unsere Tochter geboren in Himmelgeist äh da spielte die Freizeit noch eine große Rolle wir waren da so ich bin da als passives Mitglied in den Schützenverein gegangen weil in so einem kleinen Dorf da muss man irgendwo sein entweder wenn man mitmischen will muss man irgendwo drin sein oder sie sind ewig der Fremde da

785T/ mhmh

P/ und da ich eben halt der Geselligere bin und äh meine Frau nicht ganz! so schlimm wie ich, die freut sich zwar auch wenn es klappt aber

T/ mhmh

P/ sie ist nicht der Drängende die drängende Person ich bin das und da war an für

790sich sehr schön zehn schöne Jahre und da! war ein ganz anderes Verhältnis war das gegenüber jetzt Hellerhof

T/ mh

P/ da! konnte man wirklich zu jeder ich will mal sagen Tages- und Nachtzeit bei dem klingeln oder bei dem klingeln oder da ist man vorbei gegangen 'und komm rein

795trinkst Du eine Tasse Kaffee mit' oder äh nun ist das natürlich in Himmelgeist auch eine gewachsene Gegend nicht und äh da sieht das ganz anders da wo ich dann in der Gruppe wo wir dann drin waren die kannten sich alle von Kind auf und die waren im Kindergarten schon zusammen und das ist ja dann ne

T/ also lange schon miteinander

800P/ ja

T/ miteinander bekannt

P/ da kannten die Eltern sich schon und die Großeltern die kannten sich ja alle und wenn sie sich dann ein bisschen äh engagieren und zeigen hier ach das gefällt mir so dann werden sie auch aufgenommen da ne aber wenn sie dann stur sind und

805sagen 'ne' dann sind sie aber auch dann sind sie aber auch draussen

T/ mh

P/ und das hat mir an für sich gefallen das habe ich in Hellerhof nie erlebt in de  
fünfundzwanzig Jahren

T/ mhmh

810P/ und deswegen auch die ganzen Leute mittlerweile ich kenne ja auch eine ganze  
Menge in Hellerhof über den Sportverein aber es ist nie so eng geworden

T/ mh

P/ wie in Himmelgeist

T/ Himmelgeist ja mhmh

815P/ wobei nicht eng heißt dass man jeden Tag aneinander geklingelt geklingelt hat  
und gesagt hat 'hier kommt rüber oder wir kommen zu Euch' das nicht aber wenn  
man vorbei geht und klingelt war das immer angenehm

T/ mhmh

P/ das war das der Unterschied

820T/ mh mh gibt es denn außer Ihrem ähm ganz konkret gefragt außer Ihrer Frau und  
Ihrer Tochter noch jemanden der Ihnen äh besonders nahe steht oder? sind das die  
beiden wichtigsten

P/ das sind die beiden wichtigsten

T/ ja

825P/ ja gut es kommen zwangsläufig die Schwiegereltern dazu aber die stehen mir  
natürlich schon nahr die kenne ich jetzt schon seit siebenunddreißig Jahre

T/ mhmh

P/ jetzt aber es ist nie nie ich sage mal so ein ganz herzliches Verhältnis geworden

T/ mh

830P/ es ist immer ein Distanzverhältnis geworden

T/ mh

P/ und zu dem Schwager auch und zu seiner Frau auch ich weiß auch nicht

T/ mh

P/ da haben wir auch nicht den richtigen familiären Kontakt

835T/ mhmh

P/ wir sehen uns zwar grüßen uns und alle Geburtstage wie es so üblich ist nicht

T/ mh

P/ aber damit ist dann auch schon Schluss



T/ ähm ich würde Sie gerne fragen und zwar jetzt noch mal im Hinblick auf die  
840Gruppe die ist ja schon ein bisschen zu Ende aber wenn Sie sich noch einmal ein  
rück erinnern wie ähm haben Sie so mh vielleicht auch mit etwas Abstand der Zeit  
wie haben Sie die Gruppe zurückschauend für sich erlebt? also? gab es da  
irgendwie auch so einen Gruppenprozess den sie miteinander, durchlaufen haben  
und oder gab es so eine eine Gestalt die sich so in der Rückschau für Sie irgendwie  
845eingestellt hat

P/ äh wo wir uns, fast alle einig waren war trotzdem obwohl wir zwei Jahre  
zusammen gesessen haben, war die Meinung dass keiner im Prinzip richtig aus sich  
heraus gekommen ist

T/ mhmh

850P/ (p: 00:00:05) es waren ja zehn Leute oder acht nachher noch ein paar ein paar  
haben ja aufgehört das war das das zweite war nachdem Schluss war hieß es 'ja wir  
fangen im Frühjahr wieder an'

T/ mh

P/ da waren nur noch zwei glaub ich die gewillt waren weiter zu machen, auch ich  
855war äh noch nicht überzeugt äh ich denk 'warte erst mal ab was jetzt im Frühjahr ist'

T/ mhmh

P/ äh hätte mich aber jetzt wieder angemeldet

T/ mh

P/ für mich persönlich äh war das Schwierigste, an der Gruppe dass wir immer wenn  
860wir uns trafen wir haben Frau Bergstein Frau äh Herr Stratkötter warteten bis wir das  
Thema anfangen bis wir unsere Probleme und, und das war manchmal sehr  
schwierig

T/ mhmh

P/ bis da jemand angefangen hat es fing ja meistens damit an das irgendjemand  
865irgendetwas erlebt hat, und hat das dann erzählt aber es ist wie ich am Anfang  
gesagt habe letztendlich nicht, die innere, äh Seele

T/ mh

P/ rausgekommen sondern es wurde meines Erachtens viel drum herum  
gesprochen immer es ging mal hier und da mal bei einer Diskussion je nachdem wie  
870weit das Thema ging mal ein bisschen tiefer aber so richtig aus der Seele heraus

T/ mh

P/ glaube ich nicht das da viele waren mich hat man mal angesprochen und hat gesagt mit meinem Prozess und auch mit meiner Frau habe ich das auch erzählt da waren also ein Teil überrascht sagten die fanden das toll dass ich so weit über  
875meine Familie gesprochen habe auch das mit der das Verhältnis mit meiner Tochter erzählt nicht

T/ mh

P/ da gab es auch Unterschiede das fanden andere ganz interessant oder haben mich bewundert dass ich das so erzählte

880T/ mh mh

P/ äh aber und ich hatte den Eindruck dass die anderen die da saßen waren schlimmer dran als ich

T/ mhmh

P/ ja die waren als teilweise mit Schmerzen verbunden und wenn es nur seelischer  
885Schmerz war

T/ mh

P/ aber äh und ich habe immer gesagt solange es mir nicht weh tut

T/ mhmh

P/ äh ist es nicht so schlimm

890T/ haben Sie denn von sich das Gefühl gehabt äh dass Sie mh sich, sehr geöffnet haben? und die anderen sind sozusagen nur nicht dann mitgezogen oder?

P/ zum Teil! ich habe mich nur mit diesen über diese Situation geöffnet mal hier über meine Familie so sonst hatte ich nichts zu öffnen da nicht und äh äh meine Prozesssache habe ich dann mal erklärt das

895T/ mhmh

P/ weiß ich noch ob das Öffnen ist da ist ja nichts passiert im Prinzip

T/ ja weil Sie sagten so als Gesamtbeschreibung dass Sie rückblickend, eigentlich alle miteinander so den Eindruck hatten dass, sie sich nicht wirklich nahe gekommen sind da bleibt natürlich die Frage an Sie in wie weit es Ihnen denn so

900rückschauend gelungen

P/ ja bis auf diese zwei Sachen äh wie gesagt hatten wir eigentlich ich meine ja gut ich habe meine Erziehung noch von früher dass ich da eben halt doch

T/ mhmh

P/ doch sehr geprägt bin und äh dass meine Frau eben halt sehr stark ist und und  
905das da habe ich mich schon geäußert

T/ mh

P/ und und auch bin ein bisschen tiefer gegangen

T/ mh

P/ aber ansonsten gut man weiß ja nicht was die anderen noch hätten so erzählen

910 können ich kenne kannte ja die anderen nicht ich weiß nicht was die noch für  
seelische Probleme hatten oder

T/ mh

P/ das wusste ich ja nicht

T/ mhmh mh haben Sie denn so im Verlauf den Eindruck gehabt dass sich das ein  
915 bisschen verändert hat also dass Sie sich in den zwei Jahren näher gekommen sind  
oder war das

P/ ja das schon man ist sich schon ein bisschen näher gekommen aber wie gesagt  
das das es fing das kam ganz darauf an wie äh die Diskussion anfing nicht?

T/ mhmh

920 P/ es waren also viele banale Diskussionen dabei wo man also wirklich nur versucht  
hat die eineinhalb Stunden herum zu bringen es ist ja keiner keiner richtig auf den  
Punkt gekommen

T/ ah ja

P/ ja das ist ist äh äh +natürlich

925 T/ woran+ hat das gelegen? hat es daran gelegen dass sich ähm keiner getraut hat?  
oder äh hat es daran gelegen dass die Therapeuten die die Gruppe leiten zu wenig  
gemacht haben oder

P/ ja die Therapeuten haben ja nur abgewartet die Therapeuten haben ja äh  
gewartet bis einer von uns anfing solange war ja immer das große Schweigen

930 T/ fanden Sie das denn gut? oder? oder hätten Sie sich manchmal gewünscht das  
die Therapeuten da auch aktiver

P/ ja! ich glaube der Wunsch war vielleicht da äh äh dass man therapeutisch, oder  
man hat vielleicht gehofft dass einem geholfen wird oder dass dass man äh, was  
aber glaube ich nicht üblich ist im nachhinein äh dass man Tipps mit auf dem Weg

935 bekommt

T/ mh konkrete +Hilfestellung

P/ konkrete Sachen+ ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten  
gehe und der verschreibt mir Tabletten

T/ mh

940P/ aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein  
einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

T/ mh

P/ ja ich habe es zwischendurch auch mal mit Autogenem Training versucht um  
ruhiger zu werden

945T/ mh

P/ auch nicht und äh

T/ wofür hätten Sie gerne ähm Tipps sich gewünscht jetzt in Ihrem Falle?

P/ ja! vielleicht so ne ja wie soll ich das jetzt nennen? äh äh, ne ja eine beruhigende  
Empfehlung so zusagen 'hören Sie mal jetzt machen Sie das mal ruhiger und gehen

950das mal alles ruhiger an und, mit dem Arbeitsprozess äh das das müssen Sie sich  
mal eben mit beschäftigen und dann wird das auch gut gehen und so' also also  
diese, ich weiß nicht wie ich das nennen soll jetzt in irgendeiner

T/ mhmh

P/ so wie die Mutter ein Kind tröstet jetzt ne? (leises Lachen)

955T/ mhmh mhmh ja das ist ein äh kräftiges Bild mh das heißt umgekehrt wenn ich in  
dem Bild mal bleiben darf äh haben Sie sich äh nicht ausreichend getröstet gefühlt

P/ ja gut äh nun war es bei mir nicht so schlimm wie bei bei vielen anderen nicht das  
liegt wieder daran dass ich der große Verdränger bin das Frau Bergstein mir dann  
oft genug gesagt hat

960T/ mhmh

P/ ich kann also so was verdrängen dass ich selbst Probleme verdrängen kann

T/ mhmh

P/ oder versuche sie zu umschiffen

T/ mh

965P/ zu umgehen ja ich will sie gar nicht erst haben diese Probleme

T/ mhmh mh wie würden Sie Ihre eigene Position in der Gruppe sehen? waren Sie,  
der Gruppenanführer oder waren Sie

P/ ne ne

T/ oder waren Sie jemand der im Gegensatz zu den anderen ein bisschen weiter

970außen vor war oder? oder gab es gar keine a- waren Sie an sich sehr ähnlich oder

P/ ähnlich waren wir uns also auf gar keinen Fall weil ja jeder sein sein ein anderes  
Problem hatte also ich für mich sage jetzt die anderen hatten mehr Probleme als ich

T/ ja

P/ habe ich den Eindruck die waren auch überwiegend alle in der Tagesklinik vorher  
975T/ mh

P/ und daraus schließe ich dass die also auch weitaus größere Probleme hatten  
hatten

T/ mh

P/ sei es durch Arbeitslosigkeit sei es durch Krankheit oder fam- familiären

980T/ mh

P/ Verhältnissen es war ja bunt gemischt die Leute

T/ mh

P/ die da waren

T/ mhmh und hatten Sie ne sozusagen einen besonderen Status in der Gruppe?

985oder

P/ ich war der Verdränger

T/ Sie waren der Verdränger (beim Sprechen leises Lachen)

P/ (Lachen)

T/ mh ja gab es besondere Konflikte auch in der Gruppe oder oder so Themen die  
990jetzt auch, ähm konflikthafte Themen die sie da auch beschäftigt haben

P/ (p+:00:00:04)

T/ also jetzt nicht Konflikte der einzelnen sondern eben auch miteinander in der  
Gruppe?

P/ Konflikte der Gruppe (sehr leise)

995T/ oder war das Umgehen überwiegend harmonisch?

P/ es war überwiegend harmonisch ja ja es wurden zwar mal bei anderen wurden  
mal äh ein paar Worte äh sehr zu Herzen genommen die aber Missverständnisse  
letztendlich waren

T/ mh

1000P/ oder Telefongespräche da gab es mal eine Zwistigkeit zwischen zwei Damen die  
haben sich irgendwie missverstanden, aber das betraf jetzt wieder immer nur die  
zwei Leute und das betraf also nicht die ganze Gruppe da

T/ ja

P/ da waren! ein paar es war ja so gewesen, da waren ja, drei Männer und vier

1005Frauen waren das ne?

T/ mhmh

P/ und die Frauen hatten glaube ich untereinander so ein bisschen auch privat Kontakt die haben sich auch dann irgendwo mal telefonisch mal

T/ ah ja

1010P/ und äh aber mit den Männern wir hatten also so privat keinen keinen Kontakt

T/ ne?

P/ ne ne

T/ und woran woran lag es ?

P/ (Ausatmen) woran lag es? das ist eine gute Frage, es bestand scheinbar von  
1015allen Seiten kein Interesse daran weil ich hatte jetzt wohl mit einem als wir  
auseinander gegangen sind der äh spielte genauso gerne Tennis wie ich und das  
hat sich heraus gestellt und der wohnte aber in Mettmann glaube ich wohnte der und  
da habe ich gesagt 'wir können uns ja mal zum Tennis verabreden' aber wie das so  
ist dann schreibt man die Adressen auf und schafft es trotzdem nicht zusammen

1020T/ ja

P/ warum ja, wahrscheinlich weil beide einfach nicht mehr daran gedacht haben  
oder oder doch kein Interesse hatten

T/ mhmh

P/ och Interesse kann ich nicht sagen einfach nicht

1025T/ mh

P/ einfach nicht zustande +gekommen

T/ ja+

P/ ich kann den Grund nicht sagen

T/ gibt es denn nun besondere Situationen an die Sie sich noch erinnern oder auch  
1030Situationen die jetzt für Sie von besonderer Bedeutung waren was in der Gruppe  
passiert ist oder?

P/ (p: 00:00:14)

T/ oder gibt es einzelne Gruppenmitglieder ähm die für Sie von besonderer  
Bedeutung waren? Oder ähm aus dem allgemeinen der Gruppe auch heraus stach,  
1035oder hatten Sie so zu allen mehr oder minder auch einen ähnlichen Kontakt?

P/ äh zu den Frauen weniger, ja und wir drei haben uns an für sich ganz gut  
verstanden

T/ die drei Männer?

P/ die drei Männer ja ach mit den Frauen habe ich mich auch gut verstanden das  
1040war nicht so dass wir da das waren keine Probleme

T/ mh

P/ nur eben halt äh das waren verschiedene Lebensansichten und äh da habe ich mich dann hier und da schon mal zu geäußert dass ich das nicht so! war also nicht so meine Welle dann ne?

1045T/ mh was waren das für unterschiedliche Ansichten?

P/ (Stöhnen) ach eine Frau war sehr dominant auch die war von Hause aus eine Geschäftsfrau und ist aber schon seit zwanzig Jahren geschieden und konnte unheimlich reden also mit Händen und Füßen äh sie hat auch oft das Wort geführt da und, ah da konnte ich auch nicht mithalten mit ihr mit ihr das war also (lachen),

1050äh weil mich auch äh da verschiedene Sachen weniger interessierten da was sie für Probleme hatte nicht

T/ mhmh

P/ und äh, eine Frau hatte eine besondere Beziehung zu ihrem Sohn der wohnte in Mexiko und ähm sie war also immer noch die Mutter und wollte ihn immer noch

1055trösten und immer noch obwohl er schon fünfunddreißig Jahre vierzig Jahre war und verheiratet und ein Kind hatte und in Mexiko irgendwo arbeitete äh, sie hat sich immer ihrem Sohn unterworfen und hat dann alles getan was er wollte und Frau Bergstein hat dann gesagt 'das ist falsch! und sie müssen selbst mal sagen heute machen wir das' und also solche Diskussionen waren aber das betraf! mich auch  
1060wiederum nicht ne und mir fiel das wohl mit meiner Tochter dann ein aber das ist ja wieder was anderes dann

T/ mh

P/ aber äh das waren jetzt einzelne

T/ mh

1065P/ Probleme

T/ mh

P/ denn

T/ mh aber Sie sprachen von unterschiedlichen so äh Lebensansichten bei den Frauen im Vergleich zu den Männern so als ob da auch so zwei Welten irgendwo

1070aufeinander ähm gekommen sind

P/ (+p:00:00:06) ja wir drei waren irgendwie anders als die Frauen also aber

T/ mh (kurzes leises Lachen)

P/ wie soll ich Ihnen das erklären

T/ ja?

1075P/ der eine war Unternehmer der andere war noch viel jünger als ich der war so  
fünfundfünfzig oder was, oder was? oder ne der war noch jung der ist durch seine  
Entlassung mit seinem Leben nicht mehr zurecht gekommen der war auch so der  
hatte so der war noch unmotivierter im Leben der ist also gar nicht mehr heraus  
gegangen, und das bin ich ja nicht ich gehe ja raus und ich will ja auch raus

1080deswegen hatten wir auch dann nicht so die die Wellenlänge dann jetzt

T/ mhmh

P/ wie gesagt die Probleme der anderen betrafen mich nicht so unbedingt

T/ mhmh

P/ deswegen habe ich mich auch hier und da an verschiedenen Diskussionen gar  
1085nicht gar nicht teilgenommen und

T/ mhmh es ging ja in der Gruppe auch nicht zuletzt um das Thema jedenfalls war  
das ja eine der ähm Rahmen- Themen da ging es ja auch um das Thema Alter hat  
das denn für Sie irgendwie persönlich eine Rolle gespielt oder war das für Sie so  
eine Art roter Faden?

1090P/ (P:00:00:04) das Alter mit dem Alter habe ich kein Problem

T/ mhmh

P/ also ich persönlich überhaupt nicht

T/ ja Sie haben ja jetzt auch verschiedene Veränderungen bei sich beschrieben die  
aktuell äh bei Ihnen statt finden Ihre, endgültige in Anführungszeichen endgültige

1095Berentung beispielsweise auch mit den entsprechenden finanziellen Veränderungen

äh auch der zunehmende Abschied oder Abstand zu Ihrer Tochter das sind ja so  
Themen die man durchaus auch mit äh Alternsprozessen in Verbindung bringen  
kann ja +typischerweise

P/ /+

1100T/ jetzt ist ja auch bei Ihnen der der Ausstieg aus dem Berufsleben und die ähm der  
Abschied von den Kindern aber das ist jetzt nicht für Sie etwas was Sie persönlich  
mit dem Thema Altern in Zusammenhang bringen?

P/ ne ne das nicht ne

T/ und Sie selber beschäftigt das Thema auch nicht habe ich so heraus gehört es ist  
1105eigentlich kein Thema ja? gibt es denn?

P/ ich gebe viele ich nehme viele Dinge hin es ist so dass ich so alt bin und es ist so  
dass meine Tochter ihr ihr Medizinstudium gemacht hat und das ist so und es ist so  
dass meine Frau eben halt äh ich sage es ruhig oder sage es zum einen stärker ist



als ich es ist so ich nehme das so hin, aber damit ist das Thema für mich aber auch  
1110erledigt jetzt also ich ich versuche dann auch äh das mit meiner Tochter es ist so  
und ich muss sagen ich ich lebe damit jetzt und versuche das Beste daraus zu  
machen

T/ mhmh

P/ ja? ich versuche schon den den den äh das Normalste oder Vernünftigste was  
1115draus zu machen aber

T/ das +ist so

P/ ich mache+ da jetzt kein kein kein äh Problem draus oder was

T/ mhmh ich hatte Sie da schon so verstanden das Sie da so an manchen Stellen äh  
Sie schon manches stört

1120P/ ja!

T/ das es so ist

P/ ja

T/ und wenn Sie jetzt so sagen 'es ist so' dann klingt das auch für mich als ob Sie  
damit auch sagen 'ich kann da aber auch nichts mehr ändern'

1125P/ mh ja ändern kann ich nichts daran das das das stimmt ja, ich wüsste nicht wie  
wie ich das ändern sollte jetzt

T/ das ist auch eine bestimmte Vorstellung dass das jetzt dann in den nächsten  
Jahren oder auch Jahrzehnten so weitergeht ja, also es ist so als würde sich auch in  
Zukunft nichts ändern

1130P/ ich glaube nicht ne ne

T/ und Sie nehmen es hin

P/ ich nehme es hin ja

T/ mhmh gibt es denn besondere Ängste und auch äh Sorgen jetzt bezogen auf die  
Zukunft wenn Sie so nach vorne schauen

1135P/ ich für mich persönlich?

T/ ja

P/ (+p:00:00:08) es gibt Wünsche aber Sorgen? ja gut wenn ich äh manchmal so in  
einer ruhigen Minute dann äh stelle ich mir schon vor was die Zukunft oder oder  
versuche ich mir vorzustellen wie die Zukunft aussieht äh das ist aber rein

1140materialistisch gesehen jetzt es ist wie gesagt wir haben ein Zweifamilienhaus und  
das möchte ich irgendwann verkaufen weil sich das weil wir das irgendwann wenn  
wir älter werden nicht mehr halten können

T/ mh

P/ schon allein aus körperlichen Gründen

1145T/ mh

P/ ja materialistisch ist ein falsches ein falsches also ein falsches Wort so! das heißt aber solange aber meine Schwiegereltern im Haus wohnen und die sind beide siebenundachtzig äh ist das Thema erst mal nicht aktuell

T/ mh

1150P/ auf der anderen Seite parallel dazu ist es für mich trotzdem aktuell weil ich ja nicht jünger werde und ich möchte im gesunden Zustand, das hört sich jetzt blöd an den Rest meines Lebens noch bestimmen können

T/ mhmh

P/ jetzt jetzt kann ich das noch das

1155(Ende von Kassettenseite A: 01:01:41)

P/ da haben wir dann oft genug darüber diskutiert äh wohnmäßig kleiner setzten

T/ mhmh

P/ und von dem Geld was von dem Haus äh raus kommt vielleicht eine

1160Eigentumswohnung in einer angenehmen Lage wo man

T/ mh

P/ also einigermaßen äh schön lebt also würde dann nicht auf was verzichten

T/ mh

P/ oder eben halt äh was hin und wieder mal kommt was ist wenn einer mal alleine

1165ist nicht dann kann er das Haus sowieso nicht mehr halten da ist das Haus einfach zu groß zu also diese dieses Thema existiert in unserer Familie

T/ ja

P/ und da mache ich mir nicht Sorgen aber da kommt ab und zu mal 'mein Gott wie geht das weiter' wenn meine Schwiegereltern noch zehn Jahre leben wenn sie also

1170steinalt werden

T/ mhmh

P/ dann bin ich auch schon alt und bin ich dann noch in der Lage? äh geistig und körperlich das Haus zu verwalten kann ich dann noch umziehen? bin ich dann noch

T/ mh

1175P/ flexibel genug in eine andere Stadt zu ziehen oder in eine andere wir hatten also als Christi unsere Tochter nach Koblenz zog haben wir gesagt 'wir ziehen auch nach

Koblenz' da hat sie gesagt 'ja dann machen wir das komm wir suchen wir uns da ein schönes Haus und dann wohnen wir zusammen' und das war also alles schon und mittlerweile hat sie aber von Koblenz auch die Nase voll weil sie schon so lange da  
1180in Koblenz ist sagt sie und wenn sie nach Düsseldorf kommt sagt sie 'ne Düsseldorf ist ja hab ich ja noch kenne ich ja hat noch ein bisschen mehr als Koblenz' so also gut dass wir da (leises Lachen)

T/ mhmh

P/ nein war ja auch gar nicht schlimm war nur so ein Wunschdenken also

1185T/ mhmh mhmh

P/ und so ist das auch jetzt nicht also ich habe letzte Nacht oder vorletzte Nacht hatte ich wieder von unserer Himmelgeister Wohnung geträumt und da habe ich zu meiner Frau gesagt 'ich kann Dir genau erzählen was ich geträumt habe' sage ich das heißt doch dass da irgendwo ein Gedanke ist der mich wieder nach Himmelgeist  
1190zurück zieht weil ich mich da wohl gefühlt habe

T/ mhmh

P/ 'ja' sagt sie und dann fing sie auch direkt an 'ja die Wohnung' wir haben sie ja noch im Kopf noch nicht dann würde ich das machen dann würde sie die Wohnung das ändern ich meine weil die sehr schön war die Wohnung und die Lage auch im  
1195Moment nicht schlecht ist ja da waren wir schon wieder so weiter und dann kommt der Punkt ja aber solange Deine Eltern noch leben ist das Thema uninteressant wir wir können uns auf der anderen Seite nicht finanziell erlauben jetzt noch eine Wohnung zu kaufen die dann vermieten bis wir zu dem Tag X wo eventuell wir eventuell was verkaufen

1200T/ mhmh

P/ das geht finanziell nicht

T/ mhmh mhmh das heißt ich übersetze es jetzt mal so für mich Sie würden ganz gerne eigentlich das Zweifamilienhaus verkaufen jetzt relativ bald ähm auch um dann noch mal neu ähm sich zu orientieren örtlich sich vielleicht auch ein bisschen  
1205zu verkleinern aber auch mehr Geld dann zu haben ähm das geht aber nicht weil ähm sie können solange Ihre Schwiegereltern noch mit im Haus leben

P/ die können wir nicht auf die Straße setzen das ist klar

T/ ja und das ist so so ein Themenkomplex der Sie Sie äh schon auch

P/ ja ich sage mal das ist der größte Komplex der für die Zukunft besteht bei uns

1210T/ ah ja

P/ weil irgendwo meine Mutter ist im Altenheim äh also im Pflegeheim gelandet wo ich gesagt habe 'also so etwas möchte ich nicht erleben' aber sie ist bedingt durch Krankheit und so das kommt dann ja plötzlich von heute auf morgen ein Schlaganfall und schon ist man ja äh behindert und und pflegebedürftig und was und da das  
1215schwebt mir dann ab und zu vor ich meine meine Schwiegereltern leben beide noch meine Schwiegermutter ist fit wie ein Turnschuh äh mein Schwiegervater leidet auch an Demenz und und ist also wackelig und läuft mit einem Gehwagen rum da weiß man nicht das könnte also kurzfristig dann hat meine Schwiegermutter immer gesagt 'ich bleibe nicht alleine hier in dem Haus wenn Ihr in Urlaub fahrt bleibe ich nicht  
1220hier'

T/ mh

P/ so und da haben wir gesagt also 'das ist auch /' ich fahre gerne in Urlaub ne also von mir aus würde ich jetzt alle drei vier Monate in Urlaub fahren können wir nicht weil die El- Schwiegereltern oben leben oder solange sie noch da sind geht es  
1225nämlich Rollläden rauf und runter machen können sie noch

T/ mh

P/ aber das Haus vierzehn Tage alleine lassen da das sind wir nicht gewohnt weil wir eben halt weil wir immer schon zusammen wohnen

T/ mh

1230P/ und das ist auch ein Grund wo ich sage 'dann sollen wir doch lieber eine Eigentumswohnung kaufen da schließt Du die Türe ab da sind auch drum herum Leute'

T/ mhmh dann ist das nicht so problematisch

P/ so dann ist das nicht so problematisch weil ich bin also ich wäre sehr reise-  
1235reiselustig das würde mir Spaß machen, auch nur in Deutschland oder Europa manchmal träume ich von einem kleinen Bus wo man auch notfalls mal drin schlafen kann so

T/ ah ja

P/ so was steckt

1240T/ ja haben Sie so was mal gehabt? oder

P/ ja wir haben mal ein paar Jahre Camping gemacht nicht und das hat uns damals so gut gefallen auch das ist eine Erinnerung von früher (Räuspern) selbst mit unserer Tochter haben wir das gemacht noch zwei dreimal auch äh und jetzt kurz bevor sie ihr Abitur gemacht hatte ja da war das da sind wir noch einmal an unsere

1245alten Campingstätten in Südfrankreich gewesen dann sind wir mal auf zwei verschiedenen Campingplätzen gewesen

T/ mhmh

P/ und haben unserer Tochter das noch mal gezeigt wo wir früher gecampt haben, also das würde mir gefallen da ne also ich könnte auch mit so einem Reisebus hier

1250so ab

T/ mhmh ja

P/ das würde mir gefallen aber das geht nicht da da werde ich gebremst

T/ ja Sie haben ja eben auch einen Zeitraum genannt von zehn Jahren und ähm ich hatte da so den Eindruck dass Sie das Gefühl haben ähm dass Ihnen auch so ein

1255bisschen die guten Jahre jetzt äh auch davon rennen?

P/ ja es gibt Dinge die mir die mir davon rennen

T/ ja dass Sie die Vorstellung haben

P/ ja

T/ in zehn Jahren werde ich das nicht mehr tun

1260P/ ja

T/ ja

P/ genau das ist, genau das der der Gedanke schwebt bei mir rum

T/ mh und das macht auch Druck?

P/ in gewisser Weise ja ja das stimmt ja, ich meine wir haben es schön zu Hause

1265aber ich weiß dass irgendwann kommt der Tag wo es nicht mehr geht

T/ mhmh

P/ und das möchte ich wie gesagt möchte ich gerne in körperlichen und geistigem normalen Zustand erleben und nicht äh wenn man äh mich ins Krankenhaus fährt oder was

1270T/ ja mh

P/ und wir machen Wanderungen noch wir haben also voriges Jahr noch eine Hüttentour noch gemacht wir sind schon reiselustig auch

T/ ich würde Ihnen gerne noch eine letzte Frage stellen und zwar ähm es ist ja jetzt auch das Thema Alter in der Öffentlichkeit zunehmend thematisiert worden in den

1275letzten Jahren muss man ja sagen und wenn man den Fernseher anschaltet oder

auch die Zeitung aufschlägt dann ähm geht es ja immer auch in Anführungszeichen um die Alten ich würde Sie gerne fragen wollen wie Sie das so aus Ihrer Sicht

erleben diese Thematisierung des Alters in der Öffentlichkeit äh wie wie sehen Sie den öffentlichen Umgang mit dem Thema Alter

1280P/ (p:00:00:05) äh, ich fühle mich noch nicht, in dieser Altersklasse

T/ sagten Sie ja ne

P/ ja

T/ es ist noch kein Thema

P/ ist für mich noch kein Thema

1285T/ aber wenn Sie

P/ ich

T/ ja?

P/ ich habe zwar Vorstellungen die ich Ihnen eben erklärt habe und habe auch äh meine Schwiegereltern die im Altenclub sind schon seit dem sie da in Hellerhof

1290wohnen, und wenn ich dann höre was da abgeht da letztens äh letztens noch zu meinem Geburtstag ich hatte im Februar da bin ich dreiundsechzig geworden da sagte meine Schwiegermutter die ist siebenunddachtzig sagt sie 'Du kannst ja jetzt auch schon in den Altenclub gehen' ich sage 'da wirst du mich nie! drin sehen' das heißt da habe ich überhaupt keinen hinterher sagt meine Frau 'wie kannst Du nur so  
1295etwas sagen die sind froh dass sie da hin gehen können weil sie da Unterhaltung haben und Du sagst so einen so einen harten Satz 'da wirst Du mich nie hinkriegen' würde man mich auch nicht hinkriegen weil ich das was da ich spreche jetzt aber auch nur von dem Club wo sie sind

T/ ja

1300P/ ich weiß nicht wie andere Clubs sind

T/ ja

P/ würde ich mich furchtbar! unwohl fühlen

T/ ah ja

P/ dieses das ist ja nur ein hinstellen so jetzt setz dich da hin dann kriegst du deine

1305Tasse Kaffee und heut gibt es ein Teilchen und der hat heute Geburtstag der gibt einen aus dann wird einer mit dem Schifferklavier zwei Lieder singen und dann dürfen sie nach zwei Stunden wieder gehen da habe ich gesagt 'ne' also beim besten Willen komme ich damit nicht zurecht solange ich körperlich und geistig fit bin möchte ich selbst entscheiden was ich mache und deswegen würde ich in so

1310einen Club nicht rein gehen

T/ mhmh

P/ das ist meine Einstellung zu dem es kann! sich natürlich von heute auf morgen ändern

T/ mh

1315P/ ich versuche also wir versuchen von der Ernährung her äh uns ein bisschen äh fit zu halten durch Sport ein bisschen fit zu halten

T/ mhmh

P/ dass man also dass man da noch länger was von hat

T/ mhmh

1320P/ aber der Gedanke schwebt schon vor es kann schnell zu Ende gehen

T/ mhmh

P/ und dann könnte es sein wenn ich dann noch denken kann dann kann ich sagen 'hättest Du doch mal besser das gemacht'

T/ mhmh

1325P/ ich fange jetzt immer nur noch als letztes Beispiel ich würde so gerne mal eine kleine Kreuzfahrt machen nur um mal zu erleben wie das ist auf dem Schiff Urlaub zu machen

T/ mhmh

P/ mich interessiert aber mehr das Schiff als die Reise sondern ich will einfach nur

1330mal so ein Schiff mal sehen von innen

T/ auf dem Schiff sein ja

P/ ja und wenn ich das so erzähle dann sagen die meisten sagen dann 'ja warum tust Du es denn nicht? jetzt kannst Du es noch mach es doch, Du kannst es Dir ja auch wahrscheinlich erlauben mach es doch' ne irgendwie fehlt dann der Antrieb

1335doch und äh dann äh, da fehlt uns beiden jetzt der Antrieb dann das jetzt wirklich zu sagen 'so jetzt machen wir das'

T/ mhmh mhmh okay ich danke Ihnen sehr für das Gespräch ja? ich schalte mal eben das Band aus Herr Bormann

1340(Ausschalten des Kassettenrekorders)

(+01:11:26)

Transkript vom 18. 05. 2007, Patientin: Frau C

T/ ja, dann noch mal vielen herzlichen Dank dass Sie auch noch mal ein zweites Mal  
5bereit sind

P/ kein Problem

T/ äh zu kommen äh, ja also soll etwa auch wieder so fünfzig Minuten sechzig  
Minuten wird's dauern wie beim letzten Mal auch ähm, sind vielleicht ein paar  
ähnliche Fragen aber vielleicht noch ein bisschen mehr Erweiterung

10P/ gut

T/ ja? äh ich werd mich so ein bisschen an meinem äh Leitfaden hier äh entlang  
hangeln, äh wobei natürlich auch wenn einzelne Fragen sind von Ihrerseits äh wir  
hier dafür offen sind

P/ okay ja

15T/ mhmh ja äh die erste Frage wäre doch noch mal auf den Bereich Ihrer  
Beschwerden

P/ mhmh

T/ betreffend

P/ mhmh

20T/ äh wie wie hat sich das so in dem letzten Jahr in dem letzten Jahr entwickelt  
etwa?

P/ ja das ist eben schon so ämh ja was soll ich sagen ich wundere mich selber  
immer (leises Lachen) äh da flieg ich also ich kann nur das Beispiel jetzt bringen da  
flieg ich nach Schanghai und manchmal weiß ich nicht über die Straße zu kommen

25vor Angst (redet sehr schnell)

T/ ja ja

P/ ja das ist äh das ist eben diese Merkwürdigkeit

T/ das ist wechselhaft

P/ es ist sehr wechselhaft

30T/ mhmh

P/ es ist sehr wechselhaft

T/ mhmh

P/ also da äh, beschwerdefrei muss ich dazu sagen äh nach Schanghai

T/ ja



35P/ ne?

T/ beschwerdefrei nach Schanghai

P/ ja

T/ ohne Ängste

P/ ja

40T/ ja

P/ also vorher vorher! ist es also fast am Ende mit meinen Nerven! (lacht nervös)

T/ ja

P/ also das schaffe ich alles nicht und das geht alles nicht

T/ ja

45P/ und dann wird das alles auch noch verstärkt aber dem geb ich halt nicht nach

T/ ja

P/ sondern ich sag wenn ich meine Enkelkinder und meine Kinder sehen möchte dann muss ich diesen Weg gehen und dann äh gucken mich die großen Kinderaugen an von der Wand!

50T/ mhmh

P/ und dann sag ich ja die Oma kommt

T/ ja

P/ und äh, ja und bin ich's dann ich weiß auch wenn ich jetzt ja, es ist ja nun ja! das dritte Mal Schanghai äh wenn ich den Schritt dann tue äh beginnt's eigentlich schon

55mit der Taxifahrt

T/ mhmh

P/ dass ich mich dann anders fühle

T/ ja mh das ist interessant ja

P/ und äh ja für mich ist es eben der Gedanke daran dass ich denke der Gedanke

60daran dass ich denke auch ein schöner Satz äh, ja ich wüsste nicht was ich noch an meinem Umfeld ändern! sollte

T/ mhmh

P/ denn das es am Umfeld äh liegt, ist mir schon irgendwo klar

T/ mhmh

65P/ ja

T/ ja

P/ dass ich also irgendwie äh, wenn sobald ich wieder zu Hause bin äh beginnt das Spiel von vorne

T/ ja mh deshalb auch der Gedanke manchmal ans Auswandern

70P/ ans +Auswandern

T/ ans Auswandern+ ja?

P/ ja

T/ ja

P/ ja dass ich denke äh ne also irgendwo irgendwie was stimmt hier nicht

75T/ mhmh mhmh

P/ ich hab was in meinen Möglichkeiten stand das hab ich verändert

T/ ja

P/ und äh aber im Hinterkopf, ja es hat sich ja nur der Standort verändert aber im Grunde genommen nicht äh der Ursprung also zum Beispiel dass mein Mann eben

80da ist (schnelleres Sprechtempo) und und äh, dass das ist dann eben und da ist alles so weit weg

T/ mhmh

P/ da ist Düsseldorf weg da sind die ganzen Belastungen weg äh jetzt hatte ich sehr viel, Ärger im letzten Jahr ich hab also einen Obdachlosen aufgenommen (hustet)

85T/ aha?

P/ den kannte ich schon sehr viele Jahre und der sitzt immer auf der Gumboldstraße

T/ ja?

P/ wir waren immer im Gespräch also das ist so ne Institution und äh dann hat er mich vor zwei Jahren gefragt äh wenn Sie mal was hören ich möchte sesshaft

90werden

T/ ja

P/ also er ist kein Sozialfall sondern er bekommt eine Arbeitsunfähigkeitsrente

T/ ja

P/ naja und um es kurz zu machen äh bei mir zogen dreizehn ich hatte dreizehn

95Jahre jemanden unten in meinem kleinen Appartement in meinem kleinen

Gartenappartement und die sind nach dreizehn Jahren ein Ehepaar ausgezogen weil da auch Enkelkinder kamen das war ja nur dreißig Quadratmeter groß und wenn dann alle auf Besuch da waren da konnte man sich nicht mehr bewegen das war ein bisschen klein aber die haben dreizehn Jahre da gewohnt

100T/ ja

P/ so dass ich die Schwierigkeit die da eventuell mal auf mich zukommen könnten überhaupt nicht

T/ mh mh

P/ ja gut hab ich gedacht ja gut dann nimmst du den ne

105T/ mhmh

P/ wie gesagt der kriegt ne Arbeitsunfähigkeitsrente und äh er kann die 280 Euro bezahlen das ist kein Problem und damit er muss nicht mehr in ein Obdachlosenheim und so ja gut

T/ ja

110P/ und dann wurde und dann hab ich auch so gedacht es kommt es überschneit sich so also die einen zogen aus und er fragte mich und da hab ich gedacht ja vielleicht soll es sein dass du mal so einem Menschen hilfst ne

T/ mhmh

P/ aber das hat sich leider dann so entpuppt dass er also ein halbes Jahr Miete

115bezahlt hat und dann nicht mehr

T/ mhmh

P/ und äh ich kann auch im Sommer keine Fenster mehr aufmachen es ist ein Gestank da unten

T/ mhmh

120P/ er hat mir das ganze vermüllt und also äh ich hatte das so liebevoll renovieren lassen

T/ mh

P/ und das war also so was von schön ich hab ihm also alles mögliche auch geboten er hat einen Waschplatz gekriegt und und einen halben Keller von mir

125und also äh der hätte wirklich einen guten Einstieg gehabt

T/ mhmh ja

P/ zieht sich das zog sich das jetzt über ein Jahr hin mit dieser ganzen Geschichte musste ja dann zum Anwalt

T/ ja

130P/ und am 6. 6. ist die Zwangsräumung

T/ mhmh

P/ und äh mein Sohn

T/ dann muss er raus

P/ dann muss er raus

135T/ ist er noch drin?

P/ ja

T/ ach so

P/ ja ja den stört +das

T7 ach so

140P/ überhaupt nicht+

T/ aha mh

P/ und äh durch dieses Jahr ist mir auch so bewusst geworden äh, speziell jetzt hier so Deutschland sag ich mal die Veränderungen also man hat äh sehr sehr wenig Unterstützung

145T/ mhmh

P/ Unterstützung haben die Obdachlosen

T/ mhmh

P/ da wird alles gemacht

T/ mhmh

150P/ mir wurde von der Obdachlosenhilfe angeboten mir meine jetzt inzwischen bald zweitausendfunfhundert Euro äh Mietschulden zu bezahlen

T/ mhmh

P/ und auch dafür zu sorgen dass ich meine Miete monatlich kriegte wenn ich ihn behalte

155T/ ach so

P/ ich sagte das ist eine elegante / das ist eine elegante Erpressung die Sie da machen

T/ mh ja

P/ ne?

160T/ ja

P/ äh äh ich sag dann bieten Sie doch dem Herrn äh einen kleinen Kredit an so wie Sie das hier vorhatten

T/ mhmh

P/ äh auch wenn ich ihn nicht nehme ja wir sind doch keine Bank ja ich sag 'wo bleib

165ich da?' 'ja das ist Ihr Problem'

T/ mhmh

P/ also äh ich sag mal äh und da da find ich damit ist einem Menschen nicht geholfen wenn man ihm das Geld in den Hintern steckt wenn ich das mal so sagen darf sondern die brauchen ne andere +Hilfe

170T/ mhmh

P/ ne+

T/ und das hat Sie jetzt da sehr belastet gehabt?

P/ ja natürlich! ja natürlich da da ich bin dem ja nun immer begegnet ich konnte kein Fenster mehr aufmachen äh weil es eben so gestunken hat ich konnte meinen

175Garten nicht richtig nutzen weil also der Gestank äh der da unten raus kommt der ist also so was von widerlich und

T/ mhmh

P/ ja und mein Sohn hat Mietnomaden im Haus (lachen)

T/ ja

180P/ auch

T/ ja

P/ also war ich sehr beschäftigt mit mit Anwalt und Recherchen und was weiß ich nicht

T/ mhmh

185P/ und äh, ja und dann hab ich mich eben auch so äh gefragt wenn ich, das ist bei mir wohl auch eine große Sache

T/ mhmh

P/ wenn ich beschäftigt bin dann geht das

T/ aha

190P/ aber wenn ich dann so in den Tag hinein ich hab ja nichts vor

T/ ja

P/ ich hab ja nichts ne?

T/ ja

P/ und es ist eben diese diese ich hab mir viel zu viel gefallen lassen

195T/ mhmh

P/ ich hab eben immer (hustet) dieses Urübel geliebt zu werden

T/ mhmh

P/ und wenn du alles tust was der andere möchte dann liebt er dich vielleicht

T/ ja

200P/ das ist also so ich denke das ist so der Grundstein

T/ das ist so Ihr Muster?

P/ das ist mein Muster

T/ ja

P/ ja ja und äh von diesem Muster oder aus diesem Muster bin ich ganz stark dabei  
205mich zu befreien

T/ aha mhmh

P/ und äh also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die  
immer nur ja sagt

T/ mhmh

210P/ und ich muss sagen damit geht's mir besser ich muss Geduld haben

T/ mhmh

P/ mit den Schritten ich bin sehr dankbar dass ich wieder nach Asien reisen konnte

T/ mhmh

P/ und äh dass ich wieder gesund zurück gekommen bin und äh die Flugangst die  
215ich ja nun schon mal überwunden! habe

T/ ja

P/ das ist ja schon mal ganz viel

T/ ja

P/ und äh so ja so versuche ich halt äh wenn die Ängste kommen ja dann sage ich  
220'gut komm jetzt setz dich hin und du weißt genau es ist nichts' ich hab einen sehr  
guten Arzt

T/ mhmh

P/ und kann da auch immer hin wenn ich möchte, und äh also so ein bisschen  
Sicherheit brauch ich immer noch

225T/ aha ja +das ist okay

P/ so ne+ Person wo ich dann ganz schnell sagen kann 'oh ich bin in einer Panik  
gleich jetzt sterbe ich' ne

T/ ja

P/ also äh das das brauche ich, das ist aber aber äh ich sag mal so ich sag das jetzt  
230so aber die Geschichte ist ja nicht häufig

T/ mhmh

P/ von meinem Arzt habe ich zum Beispiel die Privatnummer aber den habe ich  
noch nie privat angerufen

T/ mhmh

235P/ ne aber ich weiß wenn was ist also allein der Gedanke

T/ ja

P/ ich kann mich auf jemanden verlassen

T/ ja

P/ da kannst du hin

240T/ ja

P/ der ist viel wert.

T/ ja also dass Sie zu einer anderen Wertung gekommen sind Ihrer Beschwerden

P/ denke ich +schon

T/ einen+ anderen Umgang gefunden haben

245P/ ja denke denke ich schon also es geht so ein bisschen in eine andere in eine andere Schiene

T/ mhmh

P/ nun bin ich ja siebzig geworden

T/ ja?

250P/ und das war auch ein das ist ein schlimmer Abschnitt

T/ mhmh warum?

P/ also ich hab noch nie Probleme mit dem Alter gehabt noch nie

T/ mhmh

P/ da hab ich überhaupt nicht daran gedacht

255T/ ja

P/ und wie's jetzt auf die siebzig zugeht und den hab ich in Shanghai gefeiert, also da wurde es mir sehr Angst

T/ mhmh

P/ erstensmal die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer

260T/ ja

P/ junge Menschen können auch sterben! ich sag jetzt mal diesen (lachen) diesen Satz

T/ ja

P/ aber! äh ich weiß, es kommt!

265T/ ja

P/ ne und äh und dann denke ich eben 'Mensch du hast' äh vielleicht ist es auch ganz gut so viel äh ja ich konnte mein Leben nicht so leben wie ich wollte obwohl ich's eben vielleicht gekonnt hätte wenn ich ein bisschen anders äh geworden wäre aber das bin ich nun mal nicht und wenn man dann so zurück blickt und denkt 'mein

270Gott was hast du alles' ja gut Pünktchen Pünktchen Pünktchen aber dann äh hatte

ich sehr gute Gespräche mit meinem Sohn auch äh der dann eben sagte 'Du musst zwei Mal im Jahr kommen und und wenn nicht jetzt wann dann!'

T/ mhmh

P/ und und 'schieb nicht immer alles vor Dich her! mach es jetzt!' und das hat nichts  
275damit zu tun dass du siebzig wirst sondern im allgemeinen ist es so

T/ mhmh

P/ das ist ja ein / (? :Versagen) übermorgen oder nächste Woche oder

T/ ja

P/ sondern sag einfach so heute ist ein schöner Tag und heute möchte ich das  
280machen

T/ aha okay

P/ und äh ja! es geht etwas in eine andere Richtung

T/ mhmh

P/ ja es geht etwas in eine andere Richtung

285T/ also dass Sie was versäumt haben in Ihrem +Leben?

P/ ja+

T/ ist es das?

P/ das ist auch da ja

T/ aber jetzt ja noch Zeit ist was zu tun man muss es jetzt +tun

290P/ jetzt!+ diesen Abschnitt also dass ich mich immer äh als ich sechzig war äh da war ich da hatte hatte ich die Gedanken von heute noch nicht wahrscheinlich waren sie im Kopf aber ich war noch nicht bereit sie so umzusetzen

T/ mhmh

P/ trotz Hilfen

295T/ ja

P/ so und jetzt mit siebzig weiß ich nicht was mich da so ein bisschen auch in die in die Enge treibt

T/ ja

P/ sag ich mal so aber in Anführungsstrichen die Enge

300T/ ja

P/ dass ich sage 'also Du musst Dir klar sein also so viel Zeit was Schönes zu erleben was Schönes zu tun ist nicht mehr also mach es jetzt'

T/ mhmh

P/ und in diesem jetzt, da fühl ich mich wohler



305T/ ja

P/ als wie wenn ich immer ja nächstes Jahr können wir das ja machen oder dann oder dann kann ich ja kommen ne aber dieses dann nächstes Jahr oder dann das kommt ja aus der Angst heraus

T/ mhmh

310P/ schaff ich's wieder kann ich's geht's nicht ne

T/ mhmh

P/ die Angst ist dann dominierend und sagt 'ne ne ne komm das klappt gar nicht das machst du nicht und so' ich sag's +jetzt einfach mal so

T/ ja ja ganz klar+ mhmh

315P/ und äh ich denke ich hab die ein bisschen besser im Griff

T/ mhmh schön

P/ so dass ich ihr auch was widersetzen kann und sage 'ne meine Gute, komm'

T/ also Sie haben einen anderen deutlich anderen Umgang doch gefunden?

P/ ja ja

320T/ ja

P/ ja

T/ mhmh wie wirkt sich das so aus auf Ihren Alltag auf Ihre Lebensqualität auf Ihren Lebensalltag?

P/ äh ich bemühe mich mehr rauszugehen

325T/ mhmh was machen Sie? Wie verbringen Sie so typischerweise Ihren +Tag?

P/ ja da ist nichts+ viel aufregendes

T/ nein?

P/ nein es ist äh also ich gehe wahnsinnig gerne essen

T/ aha ja

330P/ und äh äh das mache ich dann habe ich bin ich bei der AWO und wir haben einen Frauenstammtisch

T/ mhmh

P/ da gehe ich hin äh da sind auch so was äh von netten Frauen wir sind auch privat zusammen also das man da auch mal äh anrufen kann und sagen kann 'hör

335mal hast Du Lust mitzugehen da und da hin oder dort und dort hin'

T/ mhmh

P/ äh ich geh nach wie vor gerne alleine

T/ mhmh

P/ also ich brauch nicht immer Gesellschaft ich geh gerne alleine nur es ist mir jetzt  
340sehr schwer gefallen aus diesem vollen Lebenshaus! jetzt wieder in in mein, in  
meine Wohnung zu kommen alleine zu sein äh ja das hat also eine ganze Weile  
gedauert

T/ ja nach diesem +Urlaub in Schanghai

P/ nach diesem Schanghai+ ja ja äh jetzt bin ich noch nicht einmal vierzehn Tage  
345hier und ich muss sagen also ich knappe da immer noch daran

T/ mhmh ja

P/ ich hab zwar einen Miezekater

T/ mhmh

P/ aber! (lacht) der ersetzt ja nun nicht (lacht)

350T/ die Familie nee

P/ äh obwohl es eben schön ist dass er da ist

T/ mhmh

P/ und äh eigentlich liebe Menschen um mich aber die sind teilweise eben sehr viel  
jünger als ich die sind noch im Berufsleben

355T/ ja

P/ haben noch Familie

T/ ja

P/ und dann ist das eben immer so wie es ist

T/ mh

360P/ und dann äh so merke ich auch was ich nicht will

T/ mhmh

P/ also nicht jetzt aus meiner Not heraus oder aus dem Alleinsein raus vielleicht  
Kinder hüten oder irgend so was machen nein das möchte ich nicht

T/ okay mhmh mhmh

365P/ also da such ich mir dann also nicht die Notlösung mit denen ich auch nicht  
glücklich bin

T/ mhmh

P/ ich passe gern mal auf ein Nachbarskind auf das ist überhaupt nicht die Frage,  
aber äh 'ja ach komm das kannst du doch machen und äh da hast du doch eine  
370Aufgabe und so' ja aber ich möchte mir meine Aufgaben wirklich selber suchen und  
da mangelt' s halt noch ein bisschen

T/ mhmh

P/ ne ich bin mir nicht ganz sicher was will ich denn

T/ mhmh

375P/ eigentlich, es sind äh auf der einen Seite weiß ich's nicht und auf der anderen Seite sind eben ja sehr viele Wünsche offen

T/ mhmh

P/ die ich noch gerne machen würde ne

T/ und was wäre Ihnen am wichtigsten?

380P/ also ich würde wahnsinnig gerne eben wieder in in eine Gruppe gehen äh oder eine Selbsthilfegruppe gründen mit Menschen die ähnliche Schwierigkeiten +haben

T/ aja+ mhmh

P/ also dass man sich austauschen kann denn ich habe immer sehr sehr viel aus dem Austausch gelernt.

385T/ mhmh okay ja jetzt haben Sie ja schon ein bisschen berichtet gibt's denn in dem letzten Jahr aber besondere kritische Lebensereignisse die jetzt Ihre Gesundheit betreffen

P/ nein nein

T/ familiär war auch nichts

390P/ nein +also nichts gravierendes was ich hätte irgendwie nein

T/ ///+ äh ich würde Sie gerne einiges äh befragen zu Selbstaspekten

P/ mhmh

T/ mh wenn Sie sich beschreiben würden

P/ ja

395T/ äh mit Eigenschaften positiven vielleicht auch nicht ganz so positiven Eigenschaften wie würden Sie sich kennzeichnen als Person als Mensch?

P/ also (lachen) tausend prozentig verlässlich

T/ mhmh ja

P/ das ist steht also ganz oben

400T/ ja

P/ aber das sehe ich nicht unbedingt als was ganz positives an

T/ mhmh also es ist was positives eigentlich aber kann auch manchmal nach hinten losgehen oder wie?

P/ äh ja diese diese Verlässlichkeit, äh die die kommt ja aus der Vergangenheit

405T/ ja?

P/ das heißt es passt ja in mein Lebensbild ich muss irgendwas was tun

T/ ja

P/ ich muss verlässlich sein ich muss wenn mir einer was aufträgt muss ich das sofort erledigen

410T/ ja

P/ äh da ist schon ein gewisser Druck dahinter

T mhmh

P/ äh und äh äh ich habe inzwischen gelernt dass ich auch, oder ich habe also einen Computer ich habe sehr gute E\_mail Kontakte schon seit Jahren

415T/ mhmh

P/ äh und war immer äh so jetzt hab ich ne E\_mail gekriegt und jetzt muss ich gleich drauf antworten so ungefähr

T/ mhmh mhmh

P/ so so so ja damit die auch sehen dass du das jetzt wirklich ernst nimmst

420T/ ja

P/ und und und und heute kann ich dann schon mal drei vier Tage sagen ich hab ich also keine Lust ich sage mal ich gehe eher meinen Bedürfnissen nach

T/ mhmh

P/ äh denn, dieses immer und ja das ist ich habe es ja ich telefoniere jetzt viel mit

425Arge und und äh mit den Anwälten

T/ ja

P/ weil da halt so einiges schief ist und dann merke ich also schon früh morgens wenn ich aufwache oh heut musst du den Anwalt anrufen

T/ ja

430P/ und dann gucke ich schon auf die Uhr oh halb zehn ist der da und dann rufe ich sofort an und dann sage ich 'mein Gott du hast den ganzen Tag Zeit den anzurufen wieso denn jetzt sofort wieder?'

T/ ja

P/ also ich komme dann wieder in dieses und deshalb sage ich das ist ne

435wunderbare Eigenschaft

T/ ja

P/ aber manchmal ist sie mir störend weil ich mir keinen Raum gebe

T/ ja verstehe mhmh

P/ weil ich äh äh also dann wieder sofort! muss das erledigen

440T/ ja ja mhmh

P/ und äh ich habe mal einer guten Freundin äh eine, eine E\_mail geschrieben und äh da bat ich sie um eine Hilfestellung und äh ich hab da keine Antwort drauf gekriegt

T/ mhmh

445P/ und äh dann haben wir uns getroffen und dann hat sie gesagt Du' äh die ist auch so äh in diesem Fachbereich

T/ mhmh

P/ äh und dann sagt sie 'Du ich hab das zwar gelesen aber das klang für mich also nicht jetzt wie ein richtiger Notruf'

450T/ mhmh

P/ und äh mir ging's selber nicht so gut und dann hab ich gedacht 'nö laß mal die Christie die die kommt da durch ne?'

T/ mhmh

P/ und äh dann bin ich auch überpünktlich

455T/ mhmh

P/ hat ich auch mal einen Riesenkrach, sie meinte ich setze sie damit unter Druck

T/ mhmh

P/ mit dieser Über-Pünktlichkeit und äh das sind alles so ich sag mal so vielleicht äh für andere äh nicht die die Bausteine die die nicht unbedingt zu einer Besserung

460meines Selbst führen sollten aber sie tun's

T/ mhmh

P/ weil ich dann sage 'ja gut' warum?! wenn's um zehn heißt dann bist du eben um zehn da und eben nicht schon zehn vor zehn

T/ mhmh

465P/ und wenn's dann eben zwei Minuten nach ist ist ja gut dann ist es eben auch in Ordnung ne

T/ mhmh

P/ also ich habe! das Maß! äh besser gefunden

T/ ja okay mhmh mhmh

470P/ ja und sonst weiß ich nicht wie ich mich? ich bin hilfsbereit

T/ mhmh ja

P/ sehen Sie ja

T/ ja

P/ also man kann mich schon noch immer Tag und Nacht anrufen (lachen)

475T/ ah ja Tag und Nacht

P/ ja aber ich muss sagen ich hab auch niemanden dabei der mich in der Nacht anruft

T/ okay

P/ aber ich spüre ganz einfach ist jemand krank oder ist auch alleine und dann wenn  
480ich dann ganz einfach das Gefühl gebe 'Du wenn was ist kannst Du mich anrufen'  
dann muss es ja dann ist es für den anderen wirklich eine Hilfe genauso wie für mich  
auch

T/ ja

P/ obwohl ich's nicht tue

485T/ mhmh

P/ dann höchstens nur in großer Not

T/ mhmh

P/ ja (p:00:00:04) ja eben, ich würde es mal ich bezeichne es jetzt einfach mal so  
als Faulheit das ich also wirklich irgendwas äh soziales soziales Engagement  
490machen könnte und irgendwie was aber wie gesagt, äh ich bin noch so ein bisschen  
in diesem Trott da musst du wieder Verantwortung übernehmen und das willst du ja  
gar nicht

T/ okay

P/ ich habe erst mal mit mir noch zu tun

495T/ mhmh

P/ und bin mit mir! noch nicht so weit dass ich wieder für was anderes wofür ich ja  
dann ja auch wieder gerade stehen muss

T/ mhmh

P/ äh Verantwortung übernehmen kann

500T/ mhmh gibt es denn irgend welche besondere Fähigkeiten die Sie auch haben?

P/ ich bin sehr kreativ

T/ mhmh

P/ ja weiß ich nicht weiß weiß ich das kann ich schlecht beschreiben äh äh wie das  
ist ich weiß aber was ich machen muss äh wenn wenn ich kann's jetzt nur wieder mit  
505diesem Mietnomaden also da bin ich auf äh die unmöglichsten möglichen äh  
Methoden gekommen um äh da zu recherchieren um weiter zu kommen um um um  
äh ja die Anwälte waren teilweise perplex und sagten 'also das gibt's überhaupt nicht  
Sie Sie kommen ja auf Ideen das ist ja unglaublich'

T/ ah ja

510P/ ne

T/ ah ja mhmh

P/ also äh wenn ich irgendwo am Ball bin äh dann geht es also wirklich unten von der Wurzel bis ganz oben

T/ ganz hartnäckig

515P/ ganz! hartnäckig ja ganz hartnäckig

T/ mhmh

P/ äh verfolgt mich das halt

T/ ja ja

P/ und äh ja aber da ist eben wieder ich setz mich wieder für andere ein

520T/ mhmh

P/ sprich in dem Moment für meinen Sohn

T/ mhmh

P/ und seine Familie

T/ ja

525P/ und äh das hat mir der Markus eben auch ganz äh hart gesagt 'Du setzt Dich sehr sehr viel für andere ein das ist auch wunderbar'

T/ mhmh

P/ aber ich vergeß mich dabei manchmal selber

T/ mhmh

530P/ und komme dann meine Bedürfnisse kommen zu kurz

T/ kommen zu kurz

P/ obwohl um das Wort Bedürfnisse noch mal aufgreifen zu dürfen

T/ mhmh

P/ äh ich sag mal so in meinem Leben äh fehlt die Liebe

535T/ mhmh mhmh

P/ und äh die Liebe die kann ja nichts ersetzen

T/ mhmh

P/ also alles was ich tue was die Defizite sind da Zeit meines Lebens

T/ mhmh

540P/ und das kann dir auch nicht gefüllt werden

T/ mhmh

P/ diese Schublade, die ist leer

T/ mhmh

P/ und äh äh ja das ist schon für mich ein ein großes Defizit und Bedürfnis und ich  
545weiß nicht also ich habe noch nichts! gefunden was annähernd meine Liebe zu  
meinen Kindern das ist alles wunderbar und dass ich da äh geliebt werde

T/ ja

P/ das ist auch wunderschön aber die haben ja ihre eigene Familie auch

T/ mhmh ja

550P/ ne also so äh partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in  
meinem Leben

T/ mhmh

P/ und das fehlt natürlich

T/ das fehlt

555P/ ja

T/ und könnten Sie sich denn eine Partnerschaft für sich vorstellen?

P/ so richtig nicht mehr

T/ so richtig nicht +mehr

P/ nein+ also nein das was ich mir vorstellte äh ja, es ist natürlich auch so nicht dass  
560ich keine Männer kennen würde aber äh ich sag mal so, ich könnte mich damit nicht  
arrangieren, weil ich schon ein bisschen ja es soll nicht hochtrabend klingen aber äh  
äh ein paar Ansprüche hätte ich schon

T/ mhmh

P/ zum Beispiel mit keinem Mann mehr zusammen leben +mit niemanden

565zusammen leben

T/ okay /// +

P/ ja also ich fänd es wunderbar! mal ins Kino zu gehen mal ins Theater zu gehen

T/ ja

P/ mal einfach anzurufen 'Du hast Du Lust komm machen wir mal irgendwas

570zusammen'

T/ ja

P/ also so die die Einbindung oder die diese Männergedanken! oder das

T/ ja

P/ nicht zu verlieren ne

575T/ ja



P/ und die Männer so sage ich mal die ich kenne äh äh die kenne ich also da nun aus der Kneipe! da wo ich hingehere und das ist ja nun also gut mit denen kann man blablabla machen

T/ ja

580P/ die kippen ein Bier nach dem anderen also das ist es nicht

T/ das ist es nicht mhmh

P/ so und da gehe ich natürlich muss ich mir auch wieder den in Anführungsstrichen Vorwurf machen äh, ich gehe natürlich nicht alleine ins Konzert ich gehe nicht alleine ins Theater gehe nicht alleine ins Kino

585T/ ja

P/ und äh wo ich vielleicht mal jemand kennen lernen könnte ne? oder oder äh Volkshochschule oder irgend so was ne?

T/ ja

P/ und da da ist also noch ja was was ich zu bearbeiten hätte

590T/ mhmh da vermissen Sie auch was?

P/ da vermisse ich auch was.

T/ auch im Bereich Liebe

P/ ja

T/ heißt Zärtlichkeit körperliche +Liebe?

595P/ genau Sexualität+ gehört ja alles dazu

T/ gehört ja alles dazu ja mhmh mhmh

P/ und ja das vermisse ich schon.

T/ mhmh

P/ das vermisse ich schon.

600T/ aber das Sie jetzt so aktiv nach einem Partner Ausschau +halten?

P/ nein

T/ nicht

P/nein+

T/ nicht

605P/ nein

T/ ähm Sie waren ja lange verheiratet oder sind Sie's +noch?

P/ ich bin's+ noch

T/ Sie sind noch verheiratet

P/ zweiundfünfzig Jahre

610T/ gibt's noch zweiundfünfzig Jahre?

P/ hähä (unterdrücktes Lachen)

T/ lange Zeit ja

P/ ja davon leb ich aber jetzt schon zwanzig Jahre schon allein

T/ zwanzig Jahre allein mhmh und es gibt noch Kontakt immer noch zum?

615P/ ja äh merkwürdig und ich sag mal so äh, für mich hat sich heraus kristallisiert im

Lauf der Jahrzehnte dass das schon eine große Abhängigkeit meinerseits war

T/ mhmh

P/ zu meinem Mann

T/ mhmh mhmh

620P/ und ähm das waren ja sehr sehr unschöne Geschichten alles ist ja nicht von

ungefähr gekommen

T/ ja?

P/ ich bin ja eigentlich eine sehr temperamentvolle wie gesagt mit beiden Beinen im Leben Stehende gewesen

625T/ mhmh

P/ und aber äh man sieht am Umfeld oder so wie man behandelt wird und und was dann alles so passiert in seinem in dem Leben dass man also völlig anders wird als man eigentlich ist

T/ mhmh mhmh

630P/ die die die Funktionen sind ja noch da!

T/ mhmh

P/ aber sie sind sie werden anders eingesetzt

T/ ja

P/ also nicht für mich sondern eben für die anderen

635T/ ja

P/ und äh mit meinem Mann ist es ganz komisch äh es war jetzt wieder so wir haben ab und an mal sporadisch Kontakt der hat ja die Geschäfte noch der wird jetzt achtundsiebzig

T/ ja

640P/ immer noch die Geschäfte also äh da äh da hatten wir wir haben wunderbare

Mails nach Schanghai geschrieben aber er als Opa

T/ mhmh

P/ mh und hier äh ich war dann im im im Geschäft und äh da ist er mir also äh ja weiß ich nicht er ich wollte auf ihn zugehen und er blieb stehen und da bin ich auch  
645 nicht weiter zugegangen ich hätte ihm gern die Hand gegeben also äh mein Verhältnis zu ihm hat sich Gott sei Dank verändert

T/ ja

P/ es ist nicht mehr so dass ich jetzt denke 'ach der Klaus ist ja da wenn was ist kannst Du Dich ja an den Klaus wenden' also immer wieder dieser Strohhalm!

650 T/ ja

P/ und äh ich musste eben ja es hat fünfzig Jahre gedauert bis ich begriffen habe dass er keiner ist

T/ ja

P/ er ist kein Strohhalm

655 T/ ja

P/ mh und das hat sich Gott sei Dank äh verändert

T/ ja

P/ also dass es mir auch dass ich gedacht habe 'ja gut wenn Du da stehen bleibst ich komm auch nicht auf Dich zu' entweder gehen wir beide aufeinander zu und  
660 geben uns die Hand aber ich gehe jetzt nicht zu Dir und sag 'ha schön' ne oder so irgend was ne und das fällt mir äh und das ist eigentlich das Positive an der Sache ich belästige meine Kinder nicht mehr mit diesen äh Papa-Geschichten Mann-Geschichten

T/ okay okay ähä ähä

665 P/ äh was ja auch sehr schwerwiegend ist

T/ ja

P/ zumal bei meiner Tochter

T/ mhmh

P/ mein Sohn hat sich das ja immer schön angehört und äh ich habe auch sehr viel  
670 von ihm dadurch gelernt

T/ mhmh

P/ aber ähm, mit meiner Tochter gab's eben auch dann diese großen Schwierigkeiten

T/ mhmh

675 P/ und äh das! ist nicht mehr also das brauch ich auch nicht mehr, das ist für mich nicht

T/ mhmh mh aber Sie hatten das äh Konfliktmuster mit Ihrem was Sie mit Ihrem Mann über viele Jahre hatten auch identifiziert?

P/ ja

680T/ ja

P/ ja als Abhängigkeit

T/ als Abhängigkeit

P/ ja

T/ aha

685P/ ne totale Abhängigkeit

T/ mhmh

P/ und dadurch hatte er auch die Chance mit mir machen zu können was er wollte

T/ mhmh mhmh also Abhängigkeit meinen Sie äh insbesondere jetzt emotional?

P/ emotional ja

690T/ aha

P/ ja ich bin auch finanziell abhängig total

T/ mhmh mhmh

P/ und das hat mich auch sehr belastet

T/ ja

695P/ weil wir ja zusammen gearbeitet haben

T/ ja

P/ wir haben ja zusammen die Geschäfte aufgebaut

T/ ja

P/ und äh die die finanzielle Abhängigkeit ist natürlich auch ein Problem

700T/ mhmh

P/ aber der ist inzwischen auch so, klein geworden

T/ mhmh

P/ also ich bin nicht mehr in hellster Aufregung und denke 'um Gottes Willen was soll denn werden und wenn du dann'

705T/ ja

P/ ne das ist alles nicht mehr das ist alles +nicht mehr

T/ das ist jetzt so+ da gibt's ne Regelung und damit leben Sie auch?

P/ ja und so wenn er nicht zahlt also bis jetzt dass er bis zum dritten hat er eigentlich zu zahlen wir haben ja sechs Jahre Scheidungskrieg gehabt

710T/ mh

P/ und äh dann hatte er ja den äh mit seiner Lebensgefährtin den Unfall bei dem sie starb

T/ ach so mhmh

P/ und äh ja und dann bat er mich die er wollte sich ja nie scheiden lassen deshalb

715hat sich das ja auch so lange hingezogen wir lebten ja schon zwanzig Jahre getrennt

T/ mhmh

P/ also das wäre viel zügiger gegangen wenn ich dies gewollt hätte

T/ ja ja

720P/ aber ich wollte das dann auch wieder nicht über's Knie brechen

T/ mhmh

P/ das das ist eben ich müsste manchmal ein bisschen forscher für mich mich einsetzen

T/ mhmh

725P/ ja und dieses über diese sechs Jahre hinweg da ist natürlich viel viel Böses gesagt worden und und und ich bin ja auch aus dem Geschäft entfernt! worden und und und und ja und dann passiert eben so was

T/ mhmh

P/ ne und da dachte ich schon er hätte was gelernt aber äh er hat daraus nichts

730gelernt

T/ mh

P/ und das zeigt mir dann auch also es kann passieren was will, er wird so bleiben wie er ist

T/ mhmh

735P/ und sich nicht so verändern wie ich ihn gerne hätte

T/ ja okay

P/ das ist dann das +Fazit

T/ und das haben Sie aber auch klar gesagt

P/ ja das habe ich jetzt klar gesagt

740T/ und damit können Sie auch besser leben+

P/ ja

T/ ja

P/ genau

T mhmh ja ähm gut ich würde gerne noch mal auf die Gruppe zu sprechen

745+kommen

P/ ja gerne+

T/ ähm würden Sie mir noch mal beschreiben wie Sie die Gruppe erlebt haben jetzt im letzten Jahr

P/ ja also äh äh ich hatte ja am Anfang oder beim ersten Gespräch hatte ich ja

750gesagt dass ich mit der Frau Dokter Bergstein nicht so ganz zurecht kam

T/ ja

P/ und das hat sich sehr sehr viel gebessert

T/ mhmh

P/ und äh die Gruppe an sich also ich habe mir mein Fazit dieser Gruppe sieht so

755aus dass ich mir sage es ist sehr sehr schwierig mit älteren Menschen

T/ mhmh

P/ die noch nie mit einer psychotherapeutischen äh Geschichte in Verbindung

T/ ja

P/ gekommen sind zu arbeiten

760T/ mhmh mhmh

P/ die also zum ersten Mal überhaupt mit so was, äh konfrontiert werden und dann in eine Gruppe hinein kommen

T/ ja

P/ und dann

765T/ mhmh

P/ das ist sehr sehr schwer

T/ mhmh

P/ und äh, ich habe festgestellt und da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft dass sie sich auch dass sie sich eben sehr schwer tun

770T/ mhmh

P/ und und es sind auch einige sind ja auch ausgestiegen die also wohl den Druck oder das Erzählen oder was nicht nicht äh verkraftet haben

T/ mhmh

P/ geweint und dann dann nie wieder erschienen

775T/ mhmh

P/ ne also ich denke dass es sehr sehr schwer ist ich auf der anderen Seite, äh kenne ich aber auch ältere Menschen äh die eben sich dafür interessieren für ihr Leben für ihr was mach ich noch?

T/ mhmh

780P/ wie ist es gerade im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen Jahren

T/ mhmh

P/ und da fänd ich's nun wieder schön wenn eine Gruppe zustande kommen würde, die eben sag ich mal schon ein bisschen Vorkenntnisse

785T/ mhmh

P/ hätte die also nicht in diese Gruppen äh dynamik reingeworfen werden und wissen überhaupt

T/ mhmh

P/ und haben keine Ahnung

790T/ mhmh

P/ also das fänd ich eine ganz ganz gute Sache denn zum Schluss ist also alles auch äh sehr gut gelaufen wir hatten ja auch welche aus der Tagesklinik und das merkte man eben

T/ aha okay +mhmh

795P/ das merkte man eben+

T/ verstehe mhmh

P/ das war ein ganz anderes arbeiten ich sag mal so dass die! also so habe ich es empfunden! äh äh äh es kam natürlich man wollte ja oder die beiden Ärzte wollten ja auch dass die äh die jetzt da waren mit ihrer Problematik ob das Krankheit ist oder

800sonstige Dinge

T/ mhmh

P/ äh dass die ein bisschen aus sich rauskamen

T/ ja

P/ so blieben für mich! blieb ich so ein bisschen auf der Strecke

805T/ mhmh

P/ für mich selber

T/ mhmh

P/ weil! das was die! begonnen haben

T/ mhmh

810P/ ich schon sehr lange hinter mir hab

T/ mhmmh durch Ihre psychotherapeutischen Vorerfahrungen auch

P/ durch meine psychotherapeutischen Vorerfahrungen ja

T/ okay

P/ und äh äh ich fänd es sehr sehr schön wenn also noch mal irgendwie was

815zustände kommen würde äh wo eben schon ein bisschen Vorkenntnisse da sind

T/ mhmmh

P/ aus der Tagesklinik stammen ob die überhaupt aus einem Aufenthalt ob die aus einer Psychotherapie kommen oder was auch immer wo man einfach auch ein bisschen gefordert wird

820T/ mhmmh mhmmh

P/ ich finde das Fordern sehr wichtig

T/ mhmmh ja

P/ und äh die beiden Ärzte, das kann ich sehr sehr gut verstehen die gehen ja ganz vorsichtig damit um

825T/ mhmmh

P/ das muss ja auch sein

T/ ja

P/ wir haben ja gesehen, oder ich habe gesehen dass wenn eben jemand mal wirklich gesprochen hat der noch nie in dieser Form konfrontiert worden ist ja völlig

830aufgelöst weint fix und fertig war

T/ ja

P/ und einfach nicht wieder erschien

T/ ja klar

P/ ne

835T/ mhmmh

P/ und äh das find ich dann schade

T/ mhmmh mhmmh so dass Sie auch eine etwas schwierige Position hatten in der Gruppe haben Sie das so erlebt?

P/ äh teilweise ja

840T/ ja?

P/ ja äh ja dass ich eben dominant dominant bin und und äh aber äh dass ich ja dass ich ja wegen meines dass ich anders etwas anders sehe und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen



T/ ja

845P/ die also meinten, äh ja ich wüsste ja alles und äh ja aber, die hatten da auch einen Disput mal das zog sich über zwei oder drei Stunden hin (leises Lachen)

T/ ja?

P/ äh das das war sehr, sehr merkwürdig da da hat auch einer äh der's sehr sehr schlecht ging und die äh in der Gruppe also da mal wirklich nach, ja es ging ja schon

850dem Ende entgegen wirklich ihr Problem gesagt hat

T/ mhmh mhmh

P/ nämlich dass der Sohn drogenab abhängig war und sich das Leben +genommen hat

T/ mhmh mhmh+

855P/ also das war das was sie lange lange Jahre verfolgt hat

T/ mhmh

P/ aber sie hat es nicht ausgesprochen

T/ mhmh

P/ und äh äh sie war einfach so fertig und natürlich wenn man so was ausspricht

860dann

T/ mhmh

P/ und äh und dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen' ich hab es also schon gelassen Sie anzurufen weil ich

865spürte, da ist Abwehr

T/ mhmh

P/ ja und dann hat sie in der Gruppe dann vorgebracht, also ich hätte sie äh ich hätte zu ihr gesagt sie sollte mich anrufen und und das wollte sie nicht und sie fühlte sich also von mir da unter Druck gesetzt und und und und und aber das ist also

870wirklich äh äh wunderbar geklärt worden und ich muss sagen ich hatte die andere Gruppe und hatte auch äh die Frau Dokter Bergstein hinter mir

T/ mhmh mhmh

P/ äh äh die die äh ja das schon richtig alle alle eigentlich erkannt haben, äh thh das war nicht so das waren zwar ihre Empfindungen

875T/ mhmh okay

P/ aber es war! nicht so

T/ mhmh es war von Ihnen nicht bedrängend +gemeint?

P/ überhaupt nicht überhaupt nicht überhaupt nicht+ und es war überhaupt kein Anlass zur Bedrängung

880T/ mhmh

P/ weil ich mit dieser Frau also ich sag mal jetzt keine Freundschaft oder was wollte oder irgendwas angefangen hätte

T/ mhmh

P/ ne ich sah nur ihre große Not und da kommt's ja wieder bei mir!

885T/ mhmh

P/ und äh äh weil ich selber dankbar bin wenn in großer Not jemand da ist

T/ ja ja

P/ also den Strohhalm dahin gereicht! aber dieser Strohhalm der wurde nicht als Strohhalm aufgefasst sondern als Druck

890T/ mhmh mhmh

P/ und das muss ich eben auch lernen

T/ mhmh

P/ und das waren also so auch Ereignisse die ich mir sehr zu Herzen hab gehen lassen wo ich sehr viel drüber nachgedacht habe und äh durchaus auch was gelernt

895habe

T/ mhmh sehr schön mhmh ähm gab's denn in der Gruppe auch noch mal Sie sagten ja also lebensgeschichtliche Aspekte wurden ja auch angesprochen von einigen, einigen ist das auch äh schwer gefallen anderen weniger

P/ ja

900T/ ähm konnten Sie denn auch noch mal ihre biografischen Muster ein Stück in der Gruppe angucken, war das möglich?

P/ meins jetzt oder die anderen?

T/ nein nein Ihr's

P/ meines?

905T/ ja

P/ also ich muss sagen ich hab mich sehr zurück genommen

T/ mhmh

P/ das hab ich auch gelernt (lautes Lachen) im nach hinein

T/ okay

910P/ ne

T/ ja

P/ äh ich hab mich sehr zurück genommen äh weil ich gedacht habe 'mein Gott Du hast in dieser Richtung schon sehr viel Erfahrung'

T/ mhmh

915P/ und äh es ist ja auch nicht so dass man aus den Geschichten der anderen nicht auch lernen kann

T/ mhmh

P/ und äh so habe ich mich schon also mit meinen äh, Ängsten oder was auch da so gerade war, äh doch ein ganzes Stück zurück genommen

920T/ mhmh

P/ und bin also mehr ich habe mitgemacht so nicht

T/ ja

P/ aber für die anderen! wieder

T/ okay mhmh und dann konnten Sie auch eigenes aus Ihrer Lebensgeschichte

925entdecken oder +das weniger?

P/ nein+

T/ das weniger

P/ das weniger das weniger die waren doch alle sehr sehr anders gelagert

T/ mhmh mhmh

930P/ und es spielten sich sehr viel in der Jetztzeit ab

T/ mhmh okay

P/ also ich meine dass es in der Vergangenheit dann irgend wie was gab! warum sich die Jetztzeit so entwickelt

T/ ja

935P/ das war klar

T/ mhmh

P/ aber äh wie gesagt das habe ich auch schon beim ersten Gespräch gesagt die Gruppe ist ganz ganz ganz schwer angelaufen wir haben ja ein ganzes Jahr vertrödelt

940T/ mhmh

P/ bis da mal überhaupt

T/ ja

P/ ein bisschen was rauskam ne

T/ und das zweite Jahr wie war das denn?

945P/ das war besser

T/ das war auf jeden Fall besser

P/ das war besser ja

T/ nachdem diese ganzen Vorerfahrungen besser +noch

P/ ja ja nein das haben wir auch+ äh wir haben das auch gesagt

950T/ mhmh

P/ wir haben das auch der Frau Dokter Bergstein und Dokter Stratkötter gesagt wir möchten also es waren so vier fünf Leute die sagten nee wir möchten es nicht mehr so weiter machen

T/ mhmh

955P/ denn das bringt nicht viel

T/ mhmh

P/ wir wollen also auch ein bisschen härter angefasst werden von den Ärzten also dass die mal so ein bisschen ne sagen so also 'Kinder Ihr sitzt hier äh nicht zum Kaffee zu trinken äh sondern auch ein bisschen äh zu arbeiten'

960T/ okay mhmh

P/ und äh das meine ich auch damit es wurde eben sehr viel Anleitung gebraucht

T/ mhmh mhmh

P/ damit die überhaupt begriffen warum bin ich denn hier?

T/ ja

965P/ ne und das das ist so so ne Diskrepanz wenn man also für mich äh wenn man wenn man dann also welche dabei hat die die ganz am Anfang sind

T/ mhmh

P/ und welche dabei hat die also sag ich mal fortsetzen möchten das

T/ ja verstehe mhmh

970P/ das ist da so ein bisschen so ja

T/ Sie hatten ja schon gesagt auch zu den Therapeuten hätte sich äh Ihre Beziehung ein bisschen verändert gehabt

P/ ja ja

T/ sind denn äh Erwartungen Wünsche erfüllt worden oder auch nicht erfüllt

975worden?

P/ doch, ich denke äh die Frau Dokter Bergstein die hat mich also dann schon aufrichtiger gesehen

T/ mhmh mhmh

P/ denn äh ich sag mal so ich gehe ja auch nicht zuerst irgendwo hin und und äh  
980sondern ich bin ja auch etwas zurückhaltend und wirke dadurch auch wieder etwas  
arrogant

T/ mhmh

P/ ne?

T/ ja

985P/ das ist ja meine Mauer! (Lachen) damit nicht gleich jeder da rein guckt

T/ ja

P/ und denke ich schon also dass das dann äh auch an mir äh gelegen hat und äh  
aber das ja äh das hat sich dann wir hatten eine wunderschöne Stunde für mich

T/ mhmh

990P/ äh wo sie mich fragte wie ich mich denn sehe

T/ ja

P/ jo und da habe ich gesagt ja ich sehe mich also nicht so sehr positiv

T/ mhmh

P/ ne und dann hat sie da eine Lobeshymne über mich geschüttet (Lachen)

995T/ ja

P/ wo ich sehr! sehr erstaunt war

T/ aha

P/ und wie ich wirke wie ich auftrete wie wie

T/ ja

1000P/ ich rede sagt sie also es ist äh und ja ich sag aber ich mein das hat mir auch sehr  
geholfen und hat mit Sicherheit auch sehr nachdenkenswert mich gemacht äh dass  
ich sage 'guck mal Du siehst Dich so klein und hilflos und manchmal und und so und  
so ja, und da sehen Dich die anderen ganz anders'

T/ ja

1005P/ und das ist ja auch meine meine Schwierigkeit dann manchmal draußen

T/ ja

P/ ne die sehen mich ja wie ich, vielleicht bin denn das muss ja irgendwo auch  
herkommen

T/ ja

1010P/ dass ich so wirke

T/ ja ja

P/ aber im Grund meines Herzens bin ich eben nicht so

T/ nicht so mhmh

P/ und äh das ist durch diese Enttäuschungen die man eben auch im Laufe seines  
1015Lebens äh erlebt hat, ist man vorsichtiger

T/ mhmh

P/ je älter man wird je vorsichtiger wird man und schließt sich eben nicht mehr so  
schnell anderen an und dann kommt eben erst die Mauer da kommt erst ein  
bisschen die Arroganz und dann äh die das ist ja alles nicht absichtlich das ist  
1020einfach ein Schutz! und äh äh dann hab ich so immer gedacht ja wer sich für mich  
interessiert äh der kann sich ja ein bisschen näher mit mir befassen

T/ mhmh

P/ und der wird dann sehen was für ein Kern drin steckt

T/ mhmh

1025P/ ne und so habe ich eigentlich auch äh Freundschaften geschlossen, welche  
abgeschlossen, neue geschlossen

T/ mhmh

P/ äh die auf dieser Basis die Frau interessiert mich

T/ mhmh

1030P/ gekommen sind

T/ ja das stimmt, ja der letzte Bereich wäre so äh noch mal Fragen zum Älterwerden  
zum Alter hatten Sie ja schon ein bisschen angefangen

P/ ja die siebzig die siebzig hart

T/ +zu berichten

1035P/ ist hart+ (Lachen)

T/ ist hart ja äh welche Vorstellungen haben Sie denn für die nächsten Lebensjahre?

P/ ja auf alle Fälle nichts mehr zu verschieben

T/ mhmh

P/ also wirklich äh zu sagen zwei Mal im Jahr nach Schanghai

1040T/ mhmh

P/ ich weiß nicht ob sie nächstes Jahr zurück kommen oder ob es noch mal um zwei  
Jahre verlängert wird

T/ mhmh

P/ das steht noch in den Sternen, eine Freundin lebt äh schon über fünfundzwanzig  
1045Jahre auf Teneriffa die hab ich erst ein Mal besucht

T/ mhmh

P/ also dann mich auch mal aufzuraffen und äh weg zu reisen, bis jetzt hatte ich immer den Miezekater äh der mir ja auch geholfen hat äh mir zu sagen du kannst gar nicht weg Du hast ja den Miezekater

1050T/ mhmh

P/ Du hast kann ich wunderbar reden ich hab die Verantwortung für das Tierchen übernommen und jetzt kann ich dem doch nicht irgendwie aber ich hab sehr gute Menschen die ihn äh hegen und pflegen während ich nicht da bin

T/ ja gut

1055P/ und äh das ist also schon mal eine Ausrede die nicht mehr gültig gültig ist

T/ mhmh

P/ es fällt mir natürlich wieder in der Vorbereitungsphase wenn ich mir also jetzt vorstelle ich würde nach Teneriffa fliegen wollen da fällt es mir wieder sehr schwer

T/ mhmh

1060P/ und es kostet auch immer Kraft und es wird auch wieder erst anders und das muss ich mir immer wieder sagen und immer weder vorbeten wenn ich dann im Taxi sitze und die Tür ist zu und ich sage so jetzt geht's ab nach Teneriffa

T/ okay ja

P/ also äh ich sag mal auch mehr äh zu reisen äh nicht meine meine Kontakte die

1065alten schon zu pflegen

T/ mhmh

P/ aber auch ein bisschen aufgeschlossener, rauszukommen

T/ mhmh

P/ das wäre also so meine Vorstellung

1070T/ das ist mhmh ja Vorhaben?

P/ ja

T/ ja

P/ ja

T/ äh gibt es denn auch Fähigkeiten (hustet) die Sie im Alter erst jetzt so entdeckt

1075haben +sozusagen

P/ nein+

T/ da gibt's da ist was entstanden

P/ ne ich hab eigentlich alles so aus ja

T/ mhmh

1080P/ es gibt nicht viel eigentlich nichts ich sag mal so das das das, jetzt mehr äh ich kenne also auch äh sag mal nicht Freundin aber gute Bekannte die rennen von Pontius zu Pilatus die bleiben also keine Minute zu Hause und sind äh äh sozial engagiert und machen das

T/ ahja

1085P/ aber wenn ich im Gespräch bin merke ich auch dass sie äh ja dass da einfach eine gewisse Angst dahinter steckt

T/ mhmh

P/ und und sich dadurch so sehr engagieren um nicht mit sich alleine zu sein

T/ alleine zu sein ja

1090P/ und äh dieses mit mir alleine zu sein äh das brauch ich aber

T/ mhmh

P/ mh das brauch ich aber! ich müsste trotzdem ein bisschen mehr nur ich hab halt noch nicht wie gesagt ich hab noch nicht äh was ich eben gerne machen würde mit Menschen zusammen treffen, äh da setz ich noch mal einen Satz zuvor es ist jetzt

1095eine ganz ganz liebe Freundin von mir die ist sechsundfünfzig und hat äh starke Depressionen von jetzt auf gleich bekommen die lebt in Kaiserswerth, und äh äh da hab ich eben auch wieder gelernt durch sie, äh die psychischen Erkrankungen die sind immer noch irgendwie ein Tabu-Thema

T/ mhmh

1100P/ außen

T/ ja

P/ und äh Sie können sich ich konnte immer sehr sehr schlecht vermitteln ja wie fühlt man sich in der Angst?

T/ mhmh

1105P/ wenn's einer nicht kennt

T/ ja

P/ so und ich denke äh äh und ich denke da sind ja auch Angebote in anderen Richtungen jetzt insofern wichtig das Angebot wenn es mal irgendwann würde äh äh mal ne Gruppe ne Selbsthilfegruppe oder irgend was zu arrangieren äh wo

1110Menschen im Gespräch sind die das gleiche empfinden

T/ mhmh



P/ denke da kann man auch sehr viel lernen wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch

1115T/ mhmh

P/ das würde mich also als erstes ganz ganz stark interessieren

T/ mhmh mhmh

P/ aber das ist äh nicht so einfach

T/ mhmh ähm gibt's denn auch besondere Ängste und Sorgen die Sie haben also

1120ich sag jetzt auch mal wenn Sie an die achtzig denken Sie sind gerade siebzig geworden?

P/ ja natürlich das Ende das Ende

T/ mhmh

P/ das Ende

1125T/ beschäftigt Sie schon?

P/ äh äh dadurch dass ich eben mein ganzes Leben lang diese Todesängste gehabt habe

T/ ja

P/ kommen sie ja näher!

1130T/ mhmh mhmh

P/ die kommen ja näher

T/ mhmh

P/ äh obwohl äh ich sage äh, die kommen äh zwar näher, aber äh sie haben ja auch eine gewisse Stabilität bekommen

1135T/ mhmh

P/ nämlich jetzt bist du siebzig

T/ mhmh

P/ und irgend wann kommt der Tag aber den bestimmst nicht du, sondern das macht ein anderer und äh bis siebzig bist du gekommen und dafür bin ich dankbar

1140T/ mhmh

P/ und äh aber in jungen Jahren oder in jüngeren Jahren da war ja diese diese Todesangst, äh ja jetzt ich war noch jung

T/ mhmh mhmh

P/ jetzt ist zwar ich weiß nicht wie ich es so richtig sagen soll äh da hat schon eine

1145Verschiebung stattgefunden

T/ ja ah ja

P/ und deshalb denk ich äh, sind die Ängste auch etwas zurück gegangen

T/ mhmh

P/ weil ich's annehmen muss

1150T/ mhmh okay

P/ ne

T/ ja vielleicht jetzt noch als letzte Frage ähm zum Bereich Alter und Öffentlichkeit  
ähm wie nehmen Sie so die Themen in den Medien wahr wenn's um's altern geht?

P/ also teils sehr schrecklich

1155T/ schrecklich?

P/ ja

T/ mhmh ja

P/ ich finde da findet äh also für mich jetzt ich spreche nur für mich

T/ ja

1160P/ für mich findet da eine Isolation statt die ich eigentlich gar nicht will

T/ mhmh

P/ also äh ich sag das einfach mal so der Herr Schnauzer oder Schauzer oder wie  
er heißt der da also einen Kanal einrichten einrichten wollte für Senioren

T/ mhmh

1165P/ ich finde das also ganz schrecklich ich finde auch manchmal wie man mit äh ich  
bin nun bei den Nachmittagen also wenn wir ein Fest haben bei der AWO in  
Köttenhof äh sehe ich nun also ich sag mal ich würde noch nicht da hin gehen

T/ ja?

P/ äh da gibt es Kaffee und Kuchen

1170T/ mhmh

P/ und die werden geistig überhaupt nicht gefordert

T/ mhmh

P/ die spielen Karten dann jeden Tag

T/ mhmh

1175P/ ist das gleiche also, ich finde das ist so ne ja was macht man mit denen jetzt?

T/ ja

P/ auch eine gewisse Hilflosigkeit

T/ mhmh

P/ und es gibt doch weit und und wer eben als Senior wozu ich ja nun auch gehöre  
1180äh was für sich tun will der muss sich selbst engagieren

T/ mhmh

P/ also denn die Hilfen die ich von der Öffentlichkeit oder von den Medien bekomme  
die gehen so weit in in das Alter! hinein in dieses Seniorenssein! hinein

T/ ja

1185P/ dass ich manchmal frage was denkt Ihr denn eigentlich was wir im Kopf haben?

T/ also dass das mit so viel mit Passivität verbunden ist oder +wie?

P/ ja!+ Passivität und und ja also die können nur noch ja ich sag immer nur noch bei  
Kaffee und Kuchen sitzen

T/ ja mhmh mhmh

1190P/ ne man kann mit denen nicht mehr äh äh so viel tun oder oder sie kriegen was  
weiß ich da gibt's Bastelstündchen wo sie Schmetterlinge zusammen kleben

T/ mhmh

P/ ja das sind alles Menschen die fünfundsiebzig achtzig oder teilweise älter sind die  
ein Leben hinter sich haben die Kinder groß gezogen haben die gearbeitet haben

1195die geistig fit waren die da waren und die Kapazitäten die sind auch nicht alle  
verloren

T/ ja

P/ das sind ja gesunde! Menschen eigentlich noch nur sie werden nicht mehr  
gefordert

1200T/ ja

P/ die Kinder gucken nicht mehr richtig nach ihnen, ja und dann rennen sie eben  
dahin und und und erhoffen sich vielleicht auch aus der Einsamkeit heraus und da  
find ich sehr schön wenn also ein Angebot da wäre das nicht so „kieplich“ wäre

T/ mhmh interessant ja mhmh

1205P/ da würde ich auch hingehen ne

T/ also mehr gefordert werden

P/ mehr gefordert werden

T/ mhmh mhmh

P/ man man das ist eben so mein Gefühl man man wird so in dieses dieses äh ja ich

1210sagte ja wenn man alt wird wird man wieder zum Kind oder wird man kindlicher oder  
wie auch immer

T/ ja

P/ äh das mag auf manche zutreffen aber kann ich nicht verallgemeinern und und äh man wird wenig gefordert

1215T/ mhmh also dass das Thema Alter Älterwerden auch mehr Raum haben sollte

P/ ja

T/ im Sinne von gefordert werden in der Öffentlichkeit

P/ ja

T/ ja

1220P/ ja das eben äh schon die Leute bekommen ja auch gar keine Anerkennung mehr für das was was ihr Leben war

T/ mhmh

P/ ne dass man so sagt 'Mensch Du warst ja super und komm und jetzt ne Du musst nicht auf dem Sofa sitzen Du musst auch nicht zum Kaffee und Kuchen jeden

1225Nachmittag gehen'

T/ mhmh

P/ äh ein bisschen fordern ne? und ja und da da ist eben ja ich meine Gedächtnistraining oder was da so angeboten wird das ist alles das find ich alles nicht schlecht aber immer wieder denke ich mein Gott gibt's da nicht mal irgendwie

1230oder da ist der Kanal für die Senioren der gebastelt werden soll und und äh äh die einen reden dann wieder von der äh Kukident-Generation so herabwürdigend

T/ mhmh

P/ und und und äh äh also wenn, ich zieh es mir nicht an! an aber ich müsste es mir ja anziehen und da fühl ich mich beleidigt

1235T/ ja okay mhmh ja kann ich nachvollziehen, okay ja jetzt habe ich Sie ja eine Menge gefragt

P/ ich hoffe Sie haben Sie können mit meinen Antworten auch was anfangen

T/ wunderbar kann ich ganz sicherlich äh fällt Ihnen denn jetzt spontan noch was ein ist noch etwas ganz wichtig oder auf dem Weg hier hin haben Sie gedacht dass

1240muss ich unbedingt noch berichten oder

P/ ja auf dem ne zu berichten eigentlich nicht ich würde mich nur freuen wenn noch mal so eine Gruppe entstehen würde

T/ ja okay

P/ da würde ich mich sehr freuen wenn, wie geht's der Frau +Dokter

1245T/ okay wir halten hier mal+ an

P/ ja

T/ (Ausschalten des Kassettenrekorders)

(+:00:54:06)

Transkript vom 14. 5. 2007, Patient: Herr D

T/ ja (Geräusche) wir haben uns ja glaube ich gut vor gut einem Jahr, das letzte mal gesehen

5P/ Ja

T/ und wenn ich mich mich recht entsinne ging die aktuelle Gruppe glaube ich bis Ende, so bis Ende letzten Jahres

P/ das war bis Ende, äh ich würde sagen so Ende November glaube ich

T/ Ja

10P/ wenn ich mich jetzt recht erinnere Wie ich eben hergefahren bin, habe ich mir das noch mal überlegt (räuspern) und das war, die fing an äh in 2005 glaube ich

T/ ja

P/ am sechzehnten das kann ich mich noch erinnern, sechzehnten November so um den Dreh weil ich ja danach oder nach meiner nach meiner Tagesklinik Aufenthalt ist

15das ja dann quasi übergangslos mit einer Woche dazwischen ist diese hat diese Gruppe angefangen.

T/ ja

P/ und die war dann ja von Frau Doktor Bergstein und Herrn Doktor Stratkötter, geführt, und dann ist das also bis in das bis Ende letztes Jahr gegangen und dann

20hieß es, äh 'wer möchte denn weitermachen?' und dann habe ich das auch überlegt und habe gesagt ja

T/ mh

P/ ich hätte auch schon Interesse dran und dann wurde gesagt ja dann würde man sich Anfang diesen Jahres oder,so März würde das werden April melden (Schniefen)

25jetzt waren wir meine Frau und ich waren Ende Februar bis Mitte, bis Anfang März in Urlaub aber! es war keine es ist keine Benachrichtigung gekommen und ich habe also auch nicht jetzt von mir aus das muss ich sagen jetzt das forciert weil ich also, so ein bisschen Abstand haben wollte, ich ich wollte mich da nicht selbst so pushen und sagen 'ja wann geht das denn jetzt wieder los ich brauche es' und so weiter

30sondern ich hab das gelassen jetzt weiß ich nicht wie die wie Ihre Informationen sind ist findet denn weiterhin eine Gruppe statt? oder ist?

T/ noch nicht

P/ noch nicht! das heißt also dann bin ich also, in der bin ich, a jour sozusagen

T/ +eben

35P/ das+ ist also nicht irgendwie in der in der Post untergegangen oder was weiß ich nicht

T/ nein

P/ okay, ich weiß es also auch noch nicht! und na ja man man wird es sehen.

T/ ja, wie geht es Ihnen im Moment Herr +Heine

40P/ also+ im Moment bin ich sehr äh sehr gestresst muss ich sagen, und zwar, kommen da viele Faktoren zusammen ähm, ich bin oder meine Frau ist am Freitag da habe ich meine Frau ins evangelische Krankenhaus gebracht

T/ mh

P/ und zwar wenn ich das erzählen soll +kurz

45T/ gerne+

P/ äh war es so gestern vor acht Tagen bekam sie, ja ganz unmotiviert starke Bauchschmerzen im Unterbauch, und äh ist dann montags ins Büro gegangen und das wurde nicht besser und am Dienstag auch nicht, und äh dann äh sind wir am Mittwoch zu unserem Hausarzt gefahren

50T/ ja

P/ und, der auch gleichzeitig Internist ist und der hat eine Ultraschalluntersuchung gemacht und hat ihr ein ein, krampflösendes Mittel, verschrieben Buscopan so ein ganz altes Mittel meine Mutter sagte das ist also meine Großmutter hätte das schon immer genommen das zieht sich über Generationen hinweg, gut und dann ist sie an diesem Mittwoch Mittag noch ins Büro gegangen kriegte dann noch einen Anschiss dass sie überhaupt noch gekommen ist und Donnerstag auch und rief mich dann Donnerstag um elf Uhr an und sagte 'ich kann nicht mehr vor Schmerzen ich komme nachhause' so und dann haben wir entschieden jetzt ist Schluss weil ja unser Hausarzt der Hausarzt sagte 'wenn es irgendwie wenn es schlimmer wird dann müssen sie ins Krankenhaus' und bei dem sind wir jetzt schon glaube ich schon siebzehn oder achtzehn Jahre und ämh sagte er auch 'wenn es, wenn es Fieber geben sollte' und dann sind wir am Freitagmorgen da standen wir um halb acht Uhr auf der Matte im evangelischen Krankenhaus, und das ist ja so eine Notaufnahme, für die Innere also so Ambulanz, und da wurde dann also Blut abgenommen da wurde Ultraschall gemacht dann da wurde, da kam der Arzt und ich konnte dann also dabeisitzen und sie wurde abgetastet und abgehört und dann sagt er 'ja äh so wie es aussieht ist es eine Darmentzündung' und ämh 'Sie müssen sich darauf einrichten dass sie ein paar Tage hier bleiben' und, es war auch so dass sie auch so vor, vor

Schmerz eben auch gar nicht mehr hätte zuhause sitzen liegen können und so weiter  
70da war es das Beste für sie war unter Aufsicht.

T/ mh und was was genaues ist es für eine Diagnose?

P/ ja und jetzt ja und das war also der die Diagnose die die erste Diagnose die  
gestellt wurde weil also auch sie, im Urlaub und auch immer sehr äh äh sehr große  
Schwierigkeiten mit dem Stuhlgang hat und gerade im Urlaub dann auch, und auch  
75bei Essenwechsel und was weiß ich nicht

T/ immer Verstopfung

P/ genau und dass sich da irgendetwas festgesetzt hat

T/ hm

P/ es ist jetzt aber festgestellt worden dass es keine Darmentzündung ist es ist eine  
80Entzündung im im Magenbereich aber nicht am Darm heute bekommt sie äh  
beziehungsweise morgen wird eine Darmspiegelung gemacht, damit man also nun  
feststellt was es denn nun sein kann! und deswegen langer Rede kurzer Sinn bin ich  
also so ein bisschen na ja ich bin immer so ein bisschen dann in Sorge, das kann  
man ja verstehen es war Anfang des Jahres auch so dass sie äh äh nach äh ihrer  
85Vorsorgeuntersuchung beim Frauenarzt äh dass da so etwas festgestellt wurde, und  
dann ist sie in die Klinik, in die Klinik in der Weberstraße gegangen das ist so eine ///  
in der Grafenberg- Grafenberger Allee, sie ist also sehr spezialisiert auf äh  
Brustoperationen und da ist ihr sind ihr gleich drei glaube ich zwei oder drei Knoten  
herausgenommen worden die aber gutartig waren aber sie hat es ist ihr  
90vorgeschlagen worden nicht jetzt erst aufschneiden! was herausnehmen einschicken  
und den Befund abwarten sondern gleich wegnehmen, da lag sie also acht Tage  
oder zehn Tage das war so alles okay und jetzt das hier und äh na ja ich bin dann,  
mit krank und das ging ja schon die ganze Woche man ist dann in Sorge und das  
wollte ich Ihnen nur mal so sagen dass ich so (Schnaufen)

95T/ gibt es denn eine spezifische Befürchtung die sie haben? jetzt bei diesen  
entdeckten Bauchschmerzen?

P/ es kann ja immer sein, wenn jetzt eine Darmspiegelung gemacht wird ich muss  
dazu sagen mein mein Hausarzt ich gehe jetzt immer Anfang des Jahres zur  
Vorsorgeuntersuchung der sagte auch 'wie lang waren sie nicht bei der  
100Vorsorgeuntersuchung, wie lange haben Sie das nicht bei mir gemacht ?' ich sage  
'weiß ich nicht dann müssen Sie mal nachgucken' das war schon über zehn Jahre  
her und dann sollte ich auch eine Darmspiegelung in meinem Alter ich werde schon



neunundfünfzig machen und gut dass ich es gemacht habe! aber das war // ambulant  
vorher drei Tage Diät und an dem ersten Tag dann dieses komische Zeug trinken  
105 und dann ging es dahin und es war aber in zwanzig Minuten vorbei es waren aber  
drei! Polypen die weggenommen worden aber die waren gutartig und jetzt habe ich  
natürlich bin ich immer wenn morgen diese Darmspiegelung gemacht wird da weiß  
man nicht was dabei rauskommt bei ihren komischen Schmerzen weil die sind ein  
bisschen ämh ich sag`s mal so ein bisschen ratlos

110T/ hm

P/ weil sie es nicht! feststellen können es ist eindeutig nicht! es ist zwar eine  
Entzündung im Körper aufgrund des Blutbildes aber nicht, im Darm keine //  
deswegen machen die auch die Darmspiegelung haben CT auch gemacht da war  
auch nichts der der Hausarzt hat ja Ultraschall gemacht da wurden nur Gallensteine  
115 festgestellt konnte also auch nichts sehen also auch kein Blinddarm und da habe ich  
ein bisschen Befürchtung es könnte ja und gerade in unserem Alter und was weiß ich  
nicht ist man etwas äh angespannt! verstehen Sie?

T/ mh und auch eine mh Tumorerkrankung //

P/ mh

120T/ ja

P/ und deswegen bin ich dann ein bisschen seit seit und dann Freitag eben äh und  
dann habe ich sie da gelassen und dann war in der Abteilung in in der der Abteilung,  
in der Abteilung war kein Zimmer frei und dann kam sie in die dritte Klasse in  
Anführungszeichen und weil sie Zusatzversichert ist und sie hasst das und sie sagt  
125 wenn ich schon versichert bin dann möchte ich gerne alleine oder zu zweit liegen  
und dann wurde sie umgebettet und dann lag sie am Wochenende alleine und dann  
muss man hinfahren und wieder was abholen und das brauchst du und dann ist man  
so ein bisschen angespannt.

T/ und wenn ich da mal +nachfragen

130P/ ja gerne+

T/ wie sieht das genau aus wenn Sie angespannt sind? also was passiert dann auf  
der körperlichen aber auch auf der psychischen

P/ ja! also um noch um noch sie fragten ja wie es mir geht

T/ ja

135P/ also ich bin einerseits dass weiß ich auch von früher bin ich äh bin ich sehr, aktiv  
gewesen, aber! es war ja so dass ich dann aufgrund meiner Erkrankung dann ja

immer so in die Lethargie fiel nicht und dass hat sich in sofern gegeben als dass ich  
jetzt nicht ich habe so viele also dieser Angespanntheit zeigt sich darin dass ich also  
äh an alles denken will an alles ich muss alles machen ich meine immer 'ha ist das  
140nicht zu viel?' dabei ist es gar nicht so viel nur ich bin ja aus diesem normalen  
Berufsalltag heraus (Räuspern) und deswegen ist es eben so man man am  
Wochenende wie gesagt am Samstag morgen bin ich dann ins Krankenhaus  
gefahren dann dann bin ich wieder nachhause gefahren dann habe ich, Sonntag am  
Vormittag ämh und das muss ich dann einflechten wenn ich das darf ich bin ja seit  
145zwei nein drei Jahren schon ehrenamtlich in der Diakonie in Neuss tätig

T/ hm

P/ also ich weiß ja das wussten sie gar nicht ne?

T/ hm

P/ und zwar! ergab sich das wenn ich das jetzt vorgreifen darf dann komme ich  
150wieder auf dem Punkt zurück

T/ ja

P/ oder sie sagen wir machen das anders meine Frau arbeitet ja im Landesamt für  
Besoldung und Versorgung in Neuss, Außenstelle Neuss, ämh ich weiß jetzt nicht  
inwieweit sie das kennen Völklingen Straße da sind so zwei große Bauten

155T/ kenne ich nicht

P/ kennen sie nicht egal Landesamt für Besoldung und Versorgung werden alle  
Landesbediensteten bezahlt von vom vom Krankenpfleger bis zum Beschliesser im  
Gefängnis also was weiß ich

T/ also alle Landesbediensteten

160P/ und sie ist in dem Bereich Justiz (Husten) ausgelagert ist ihr Bereich in Neuss,  
und das ist ein alter Bau von der Stadt Neuss und da sind die eingezogen vor drei  
Jahren und sie geht also mittags oder nach Feierabend geht sie da vorbei und da ist  
eine Diakonie-Außenstelle von der Stadt Neuss, und da stand dann 'Betreuung für  
Hausaufgaben, gesucht' und ja da hat sie mich dann direkt hin gezerrt nicht aber  
165gesagt geh doch da mal hin da bin ich dahin hab gesagt so und so sieht es aus und  
ich würde da gerne mitmachen, und jetzt mache ich zweimal die Woche  
Hausaufgabenbetreuung, für tamilische Kinder die sie kennen das Swiss-hotel an der  
Südpol

T/ das kenne ich

170P/ ne und da! in diesen Bauten dahinter da wohnen sehr viele von diesen äh äh äh

T/ TAMILIEN

P/ äh TAMILIEN oder auch KURDEN was weiß denn ich nämlich alle die äh äh aus ihren Heimatländern raus sind und äh diese Diakonieaußenstelle da in diesem in diesem Bereich in diesem äh macht also unwahrscheinlich viel die macht Deutschunterricht

175die macht äh Seniorentreffen

T/ mhmh

P/ die macht Hausaufgabenbetreuung die macht Tanzkurse die macht Nähkurse für die Dings für die für die äh äh Frauen äh Kleinkinderbetreuung und so weiter und ich mache also wie gesagt zweimal die Woche, diese Hausaufgabenbetreuung

180+montags und

T/ ja wie als sind die Kinder in der Regel+

P/ die sind vom ersten Schuljahr bis zum vierten Schuljahr

T/ ah ja

P/ und habe dann da dadurch äh was mir auch sehr viel Spaß macht habe dadurch

185eben auch sehr viel Kontakt auch zu diesen ganzen ehrenamtlichen Mitarbeitern und

da den hauptamtlichen die da noch sind die machen also auch die haben ein

Internetcafé gestartet und mache also auch in den großen Ferien in in den

Sommerferien äh werden drei Wochen lang äh äh äh Aktivitäten äh angeboten für

Kinder auch ein bisschen älter das geht dann bis zehn oder bis elf äh da müssen die

190Eltern aber was für bezahlen dass die sozusagen dreimal in der Woche was mit

denen unternommen wird wir sind also gewesen Zoobesuch in Duisburg

Delphinarium dann gibt es in Duisburg im Hafen gibt es ein ein Atlantis ein

Kindermuseum äh ein Abenteuerspielplatz in in in Neuss äh in der Altstadt und und

und und das sind dann also immer meistens so zwischen fünfundzwanzig und

195fünfunddreißig Kinder dabei und die müssen Sie natürlich dann von da aus erst mal

zur S-Bahn! von da aus nach zum Hauptbahnhof! nach nach äh äh Düsseldorf von

da aus weiter nach Duisburg mit dem mit der S-Bahn mit dem Bus dann zum Zoo

oder wo auch immer hin oder es geht zu Legolinoländer das sind so Spiele das

waren früher so ämh ämh ämh Tennishallen die sind so umgebaut worden mit

200Rutschen und mit da können Sie fahren und was essen was weiß ich das mache ich

also auch jetzt schon seit seit drei Jahren, und habe dann noch nebenbei noch für äh

größere Kinder oder auch für kleinere, gebe ich äh Nachhilfeunterricht meistens in

Deutsch

T/ mhmh

205P/ das ist also eine Familie da ist der große ist in das Gymnasium gekommen das ist so ein Überflieger der möchte oder der Vater möchte oder die Eltern möchten dass er äh auf dem Stand bleibt und nicht abrutscht obwohl das gar kein gar kein, gar keine Skrupel sind dass das passieren könnte und da mache ich da mache ich einmal am äh sonntags mache ich da eine Stunde Nachhilfe meistens Deutsch und  
210Englisch und bei drei drei anderen Kindern wovon einer nicht in dieser

Hausaufgabenbetreuung ist aber zwei andere äh äh mache ich Deutsch also Diktat üben äh oder so ein bisschen Grammatik was was eben so hängen geblieben ist  
T/ mh

P/ weil die sehr sich sehr schwer tun die können alle wunderbar Deutsch sprechen  
215aber wenn sie dann also sehen sie müssen da was diktatmässiges aufschreiben dann werden die Pünktchen vergessen dann wird eine Silbe vergessen und und und und da sind die sehr dahinter her die Eltern und das mache ich also auch noch.  
T/ mh ich mache mal den Bogen zu dem äh

P/ genau

220T/ was Sie was Sie eben berichtet hatten dass Sie eigentlich äh im Moment sehr gestresst sind, und sehr angespannt sind wegen der Situation mit Ihrer Ehefrau  
P/ ja! genau und dann eben und das alles

T/ und auch wegen der wegen der ehrenamtlichen Verpflichtungen die Sie haben

P/ ja! und und und sagen wir mal diese diese äh äh ich sag das ja immer wieder  
225andere lächeln darüber aber das ist für mich manchmal so weil man eben dann so verschiedene viele verschiedene Aufgaben hat

T/ ja

P/ ich ich spreche einfach nur mal an (Husten) ich habe am Freitag da habe habe ich sie ja im Krankenhaus abgeliefert und Freitag ist also mein weil ich da immer

230zuhause bin mein mein mein Putz- und und Wischtag sozusagen

T/ ja

P/ das heißt es wird Staub geputzt es wird äh, was weiß ich nicht gemacht es wird äh gesaugt es wird äh es wird gewischt, und das fiel dann an dem Freitag flach! und am Samstag hatte ich keine Lust alleine wissen se

235T/ mh

P/ und da habe ich gedacht 'Mensch es ist ja sowieso keiner hier und du musst ja gleich wieder los und denk dran was was Sie noch braucht' und dann hab ich Sonntag wie gesagt hab ich den äh hab ich den hab ich die Nachhilfe gehabt dann

bin ich ins Krankenhaus gefahren dann bin ich abends äh äh zurück dann habe ich  
240 mich auf die Couch gelegt dann hab ich gedacht 'ach ja Montag du hast ja Montag  
hier den Termin' dann! muss ich um halb zwei spätestens zuhause sein weil weil ich  
zähle das jetzt mal so auf damit Sie

T/ ja

P/ so so äh so eine Idee kriegen warum (leises Lachen) das ist einfach lächerlich  
245 dann wird die Heizung abgelesen

T/ mhmh

P/ dieser Heizungsdinges der kommt dann muss ich um halb drei im im bei der  
Nachhilfe sein dann fahr ich zu meiner Frau, so dann hab ich morgen äh einen TÜV-  
Termin da muss ich erst mal nein Mittwoch einen TÜV-Termin da muss ich morgen  
250 den Wagen erst mal ein bisschen in Schuss bringen den Wagen meiner Frau so ein  
kleiner Punto und so so eine Dreackmöhre weil bei uns die Straße gemacht wird hier  
sieht es aus wie nichts und äh dann muss ich den am Mittwoch morgen dahin fahren  
wir haben so so so eine kleine Werkstatt aber doch eine Werkstatt doch keine  
Vertragswerkstatt von Fiat jetzt als Beispiel doch da ist so ein Checkpoint da in der  
255 Nähe, und so kommt das eine zum anderen und dann denkste 'oh das musst Du  
noch machen das musst Du noch machen und und und und' so ein bisschen ich  
setze mich ja gerne selbst unter Druck

T/ mh der Druck entsteht weil Sie so /// obwohl Sie verrentet sind trotzdem von  
Termin zu Termin

260 P/ ja!

T/ ja mh

P/ das ist ja das gewesen, ich bin ja ich bin ja seit äh Anfang des Jahres äh unbeschränkt  
verrentet

T/ mh mh

265 P/ das ist ja das kam ja noch dazu es war ja so wie wir uns gesprochen haben ich weiß nicht da  
war ich schon verrentet aber das ist ja immer auf zwei Jahre begrenzt auf zwei Jahre

T/ so ne Zeitbegrenzung ah ja

P/ genau die machen das ja heute nicht mehr vor dreißig oder vor zwanzig Jahren  
wurde man dann entweder zack zack zack aber heute wurde das ja wurde das  
270 zeitlich begrenzt bis Ende September zweitausendundsechs 2006 genau nein  
Quatsch bis Ende bis Ende des Jahres bis Ende des Jahres 2006

T/ mh

P/ so aber drei Monate vorher musste man dann schon wieder einen Antrag stellen, um weiter verrentet zu werden

275T/ mh

P/ und da musste ich also noch mal da wurde ich also noch mal von der von der von der deutschen Rentenversicherung noch mal wieder zu einem anderen äh noch mal

T/ zur Begutachtung eingeladen ja

P/ eingeladen werden ja wieder zu einem Psychiater

280T/ mh

P/ (Seufzer) und dann das war natürlich auch wieder da denken sie ja auch in dem Alter 'wenn das jetzt nicht geklappt hätte, ich wäre ja äh Hartz\_vier und was weiß ich nicht' ich wäre ja richtig da reingerutscht

T/ ja

285P/ und der war an sich sehr angenehm und äh das hat war das war ja dann bei mir, die Vorgeschichten waren ja da und dann hatte ich also relativ schnell hab ich dann das Ergebnis bekommen und zwar, so und das war natürlich Gott sei Dank andererseits Gott sei Dank war das für mich wie sagt man dann, ein Highlight.

T/ eine Erleichterung

290P/ eine Erleichterung

T/ mhmh

P/ nicht mehr diesen Job zu haben

T/ ja

P/ so andererseits ist man natürlich dann wenn wenn diese Situation ein- ein- eintritt,

295absolut auf dem absteigenden dem äh absteigenden oder auf dem Abstellgleis

T/ mhmh

P/ so in Anführungszeichen

T/ mh

P/ (Schnaufen) dann habe ich alles noch langsam angehen lassen dann habe ich

300hab ich zwar, ich spiele nicht mehr so oft aber ich habe ja mal gesagt dass ich Golf spiele

T/ Ja

P/ was ich aber auch nicht mehr so! oft mache weil es einfach zu, ja ich mache es zwei drei Mal die Woche jetzt letzte Woche überhaupt nicht aufgrund des Wetters

305aber um das noch mal aufzugreifen was Sie gefragt haben ähm ich denke immer

'Mensch was hast Du alles noch zu tun?' vielleicht setze ich mich selbst unter Druck!

T/ ja

P/ so ein bisschen

T/ ja also Sie haben nicht das Gefühl 'Mensch jetzt kann ich mich mal zurücklehnen,  
310 und genieße den Tag' sondern es ist immer gleich das Nächste was Sie zu tun  
haben im Kopf +und das treibt Sie an

P/ ja ja+ und wenn ich dann das als Beispiel! noch mal nehmen soll äh und das ist ja  
und das war ja früher nie so und dann das hat obwohl das an sich äh das ist so  
zweischneidig ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik oder was  
315 weiß ich nicht so dass ich mir Gedanken mache aber nehmen wir das mal morgen an  
dass ich also dann wir haben also so einen Carport da kann man so runterfahren da  
kann man jetzt nicht rein weil da gepflastert wird diese Strasse auf dem Dorf da da  
musste ich meinen Wagen weiter wegstellen und der andere steht schon seit  
Samstag da den muss ich mir dann morgen holen, dann wird es in die Waschanlage  
320 gefahren dann muss ich den mal innen sauber machen damit das ist es ja immer so  
ein bisschen psychologisch, dass der Prüfer der ja nicht beim TÜV ist sondern der  
kommt ja da zu dieser Werkstatt dass der nicht denkt 'oh mein Gott was ist das denn  
für ne für ne Dreckschleuder innen kannste ja gar nicht durchgucken' weil auch das  
Standlicht tut's nicht und was weiß ich nicht alles und meistens hat er es hingekriegt  
325 und dann muss ich einkaufen dann muss ich dann habe ich Nachhilfe dann muss ich  
zu meiner Frau da kommt alles so zusammen

T/ mh

P/ ämh aber das ist mein Naturell wissen se ich bin nicht der derjenige der der sich  
so zurücklehnen kann und sagen kann 'ach, das interessiert mich gar nicht und lass  
330 mal auf Dich zukommen' sondern ich möchte das alles äh gleich erledigen oder ich  
möchte das gut erledigen gut erledigt haben und dann mache ich mir Gedanken wie  
der morgige Tag zum Beispiel aussieht, äh wie wie das abläuft und am Mittwoch  
muss ich den Wagen dahin bringen und dann muss ich dann zu Fuß zurücklaufen  
also! so immer was zu tun

335 T/ mhmh

P/ besser! als andersrum

T/ mh ja aber Sie sind dann auch gedanklich immer ganz intensiv äh damit  
beschäftigt dass Sie sozusagen planen und gucken wie die Dinge laufen

P/ ja

340 T/ ja

P/ das mache ich also sehr viel

T/ ja äh darf ich Sie noch mal fragen was so Ihre, äh Phasen angeht wo Sie ja auch schon mal dann sehr antriebsarm waren

P/ mh

345T/ und depressiv kam das so in den letzten zwölf Monaten noch mal vor? oder wie war überhaupt die Stimmung

P/ (Husten)

T/ von der Qualität

P/ also äh, ich bin immer noch nicht so äh wie früher dass ich sage so aufgrund

350dessen dass ich jetzt äh äh nicht mehr äh arbeiten muss dass ich jetzt also viel mehr unternehme

T/ mhmh

P/ es ist zwar mehr geworden, es ist aber nicht so dass ich um das mal aufzugreifen dass ich äh, äh dass ich jetzt nicht mehr dass ich keine Lust habe sagen wir mal in

355Urlaub zu fahren weil ich mir sage 'Du brauchst ja gar keinen Urlaub' meine Frau braucht den Urlaub dringend oder brauchte ihn und sagte 'ich muss raus' und früher habe ich also das irgendwie immer so äh äh die Reaktion war also nicht 'au ja lass uns nach Posemuckel fahren'

T/ ja

360P/ sondern da hab ich das immer immer so 'ja guck Du mal nach' und dann hat sie im Internet nachgeguckt und und und dann haben wir uns doch endlich geeinigt auf Ägypten wir waren jetzt im Februar vierzehn Tage in Ägypten da wollten wir da wollten wir und das war! zum ersten Mal wieder nach langer Zeit dass ich gesagt habe 'Mensch das würde mich mal interessieren'

365T/ mh

P/ und weil ich also so ein ein Geschichtsfreak bin und mich interessieren diese Altertümer eben und dann haben wir hin und her überlegt was machen wir und äh sollen wir das machen mit kombiniert halbe Woche Nil eine Woche Nilkreuzfahrt um diese Stätten abzuklappern

370T/ entschuldigen Sie dass ich Sie unterbreche

P/ ja

T/ Sie sagten Sie interessieren das war das erste Mal dass Sie sich wieder für etwas interessieren aber Sie hatten mir ja jetzt schon gerade eben ganz viele Aktivitäten genannt die Sie machen also diese ehrenamtlichen



375P/ genau

T/ Tätigkeiten

P/ ja

T/ das das ist aber dann nicht so dass Sie damit sozusagen mit wirklichem

P/ also ehrenamtlich absolut stehe ich dahinter ja absoluter Elan

380T/ Elan ist ja das eine

P/ oder Lust oder

T/ es macht Ihnen auch Freude?

P/ ja

T/ es gibt Ihnen auch was

385P/ ja es gibt mir unheimlich viel weil ich also immer schon mit Kindern gut konnte

T/ ja

P/ und äh äh das ist natürlich auch sehr schön weil ich ja auch ins Gespräch komme wenn ich diese Nachhilfe mache bei den Eltern die dann also manchmal zu Hause sind

390T/ ja

P/ oder was weiß ich nicht wo man dann auch diese Lebensumstände auch merkt da stehe ich absolut dahinter, und das ist also auch was ich nicht äh äh nicht missen möchte

T/ hm

395P/ weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche

T/ mh aber so richtig äh gut gegangen ist es ihnen vor allen Dingen jetzt im Februar bei dieser Reise?

P/ ja! das war als dann so dann haben wir uns dann entschieden dass nicht mit so einer kombinierten Kreuzfahrt zu machen sondern also in das Land meine Frau

400sagte 'damit Du endlich deinen Frieden hast mit mit äh Ägypten mal' aber dann

haben wir auch gesagt 'ne wir machen nicht diese diese kombinierte weil die die also zu anstrengend ist also wir machen einen Badeurlaub' und sind vierzehn Tage in ein so großes Hotel gefahren und haben da unheimlich nette Leute kennen gelernt, und haben also äh und sind auch da haben ein zwei Ausflüge gemacht aber nicht diese

405großen Ausflüge da gibt's nämlich da wird angeboten man kann also mit der

Reisegesellschaft von diesem Ort nach Luxor fahren da fahren dann aber

hundertfünfzig Busse durch die Wüste vorneweg Militär hinten Militär und die werden zusammen gesammelt und dann strömen die alle da in den Tempel rein und dann

haben die gesagt da ist man von morgens sechs bis abends um elf Uhr unterwegs  
410 nur im Bus sitzen // wir machen das ganze in Ruhe das machen wir also zeitlich im  
nächsten Jahr

T/ mh

P/ wir kennen das Land jetzt obwohl ich früher ja da gegenüber gearbeitet habe, in  
Lybien und aber äh es ist schon, wir waren also unheimlich angetan von der  
415 Freundlichkeit

T/ ja

P/ von der Sauberkeit im Gegensatz zu Griechenland und und und so und das war  
eben so da hatte ich auch mal wieder richtig Lust was ich wo ich noch nicht so  
richtig kann, weil ich eben sage 'Mensch' ich kann nicht jetzt alleine wenn meine Frau  
420 arbeiten geht dass ich sage morgens früh 'jetzt fährst Du mal alleine in die Stadt und  
läufst da machst da Shopping oder läufst oder machst einen Schaufensterbummel'  
keine! Lust da habe ich keine Lust zu kommt natürlich auch dazu dass ich sage 'ne  
das brauchst Du nicht' ich brauche nichts auszugeben ich schaue mit meiner Frau  
mal in so ein Outlet da in um um Neuss herum sind so viele da geht sie öfter mal hin  
425 da fahr ich auch mal mit hin aber sonst das! da habe ich keinen Trieb davon keinen  
Antrieb dass ich da also so diese Shopping äh Exzesse machen muss

T/ mh mh mh und so äh sonst in gab's in sonst? so in der letzten Zeit Phasen wo es  
Ihnen mal richtig schlecht gegangen ist oder auch wo Sie körperlich Beschwerden  
hatten?

430 P/ also körperlich nicht, äh was was immer noch ist ämh dass ich da das sehe ich so  
daran dass ich ja äh nicht jetzt so ein sagen wird mal so einen acht-Stunden  
körperlichen oder geistig-körperlichen acht-Studentag habe sondern immer so äh  
das liegt ja auch daran weil ich mich so konzentriere auf die Dinge die ich zu tun  
habe und dann immer so denke oh jetzt musst du noch einkaufen denk daran was du  
435 einkaufen musst dann musst du nach Hause fahren dann musst du das einräumen  
dann musst du noch saugen und dann äh ich bin dann aber nachmittags, weil ich  
brauch meine Frau geht ja nun steht ja nun stets sehr früh auf die kann schon um  
sechs Uhr anfangen im Büro

T/ hm

440 P/ kann aber auch um drei Uhr spätestens das Haus verlassen

T/ mh

P/ sie ist eine Frühaufsteherin und ich stehe viertel vor sechs auf, trinke meine Tasse Kaffee lese die Zeitung und fange dann an, rum zu krömen was ich zu tun habe und mache meine Wege die ich habe und äh meistens ist es ja so dass ist ja auch so

445ämh das das fällt mir jetzt gerade ein dass ist ja so dass ich weil es so

unterschiedliche Tätigkeiten sind Sie müssen äh auf die Fälle drei und wir wohnen ja zur Miete drei oder vier mal oder mehr oder mehrfach was was mir sehr gut tut Treppe runter Zeitung holen Treppe hoch Treppe runter erste Waschmaschine anschmeißen Treppe hoch Treppe runter in den Trockner Treppe runter Briefkasten

450T/ Sie wollten sagen dass Sie dass Sie merken dass Sie immer noch so etwas antriebsarm sind und und dadurch jetzt aber sozusagen gezwungen sind sich +zu bewegen

P/ das+ zu bewegen

T/ ja

455P/ und dann bin ich auch wenn ich dann also wenn ich dann meine nach der Hausaufgabenbetreuung bin ich dann um halb fünf viertel vor fünf nach Hause komme dann bin ich dann bin ich rechtschaffend müde also nicht rechtschaffend müde das kann man ja nicht sagen rechtschaffend klingt klingt ein bisschen übertrieben aber! und wenn man zwei Stunden lang mit äh das sind also Jungen und Mädchen aber die sind getrennt äh ich hab die Jungen jetzt schon seit ein paar paar

T/ mh

P/ Monaten nur! früher haben wird uns immer getauscht umgetauscht getauscht

T/ ja

P/ und die machen eine Stunde Hausaufgaben und eine Stunde spielen die

465T/ mh

P/ und nach zwei Stunden, man kann also Lehrer verstehen die also nach einem ganzen Tag Unterricht nach Hause kommen mittags, das schafft einen doch

T/ mh

P/ Geräuschpegelmäßig man muss aufpassen dass da nichts passiert wenn die sich mal käppeln oder was weiß ich nicht und dann bin ich rechtschaffend müde und dann bin ich also auch dann bin ich also auch zufriedener

T/ ja

P/ dass ich also, was getan habe

T/ mh ja ähm ich würde Sie gerne fragen mh Sie haben ja schon von äh dem

475Ereignis erzählt dass Sie jetzt seit Anfang des Jahres auch unbegrenzt und dauerhaft

verrentet sind und dass das auch äh in der Phase davor mit viel Aufregung einherging ähm gab es denn in den letzten zwölf Monaten ähm noch andere äh ja wichtige Ereignisse oder auch Veränderungen äh insgesamt in ihrem Leben, sowohl was Ihre Familie angeht als auch

480P/ fam familiär ist es also geblieben meine Frau hatte ja diese Operation

T/ ja

P/ das war also

T/ genau

P/ das war also das war jetzt im Februar März wann war das denn das war nicht

485Februar // jetzt will ich mal nicht, aber ist ja auch egal jedenfalls das ähm Februar?

jetzt warten Sie mal das ist ja wirklich schlimm dass ich das nicht mehr

zusammenkriege, wir sind dann in Urlaub gefahren.

T/ ja das reicht so ungefähr

P/ na gut

490T/ Februar März das reicht ja

P/ nein! das das das war jetzt nicht Februar März das war wenn dann war's schon Januar

T/ jedenfalls Anfang des Jahres

P/ ja Anfang des Jahres, und ähm (Ausatmen) äh dann ist also was ist sonst,

495Weltbewegendes passiert kann ich an sich nicht sagen, es läuft seinen Gang ich

brauchte auch diesen in dieser Zeit wo das so offen so latent war mit der mit der

Verrentung, da war ich ja auch wirklich sehr äh äh ähm ja unruhig

T/ mh

P/ ganz unruhig also total unruhig, obwohl ich ja da schon mein mein meine meine

500ehrenamtliche Tätigkeit ausübte aber das war nun mal das saß mir nun mal im

Hinterkopf und äh (Tiefes Ausatmen)

T/ wie lange hat sich das gezogen zeitlich von?

P/ also die die die un die die befristete Verrentung?

T/ nein ich meine diese Phase

505P/ diese Phase!

T/ wo Sie sich unsicher war ob das jetzt verlängert wird oder nicht

P/ ja das zog sich also quasi das zog sich quasi bis Ende letzten Jahres hin und zwar weil ja das war ja ich bekam, im September äh ersten September 2005

T/ mhmh

510P/ diese vorläufige

T/ mhmh

P/ Verrentung bis Ende des Jahres 2006

T/ mh

P/ und man musste sich dann eben drei Monate spätestens drei Monate vorher

515wieder rum melden, äh und den Antrag stellen

T/ das waren so die letzten drei Monate des äh letzten Jahres die dann im Prinzip mit dieser Zeit

P/ ja

T/ der der Ungewissheit einherging ja

520P/ ja sehr stark

T/ ja

P/ weil dann ja auch dann es wurde also äh ich habe dann äh ich habe mich dann selbst! versucht auch zu beruhigen dass ich gesagt habe äh 'plan jetzt nicht schon was noch gar nicht äh äh fixiert ist' da bin ich ja auch immer so einer der immer

525schon nach worst case annehmen und schon alles durchspielen

T/ worst case war Hartz\_vier

P/ war Hartz\_vier dass die sagen bis dahin wird gezahlt und jetzt müssen Sie sehen was äh was jetzt müssen Sie in das normale Procedere eines eines Arbeitslosen wieder aufnehmen

530T/ ja

P/ das wäre dann finanziell sehr sehr schwer gewesen

T/ ja

P/ und äh so wir sind auch nicht jetzt sagen wir mal aufgrund dessen dass dass dass das also nicht eine, Rente eines Vorstandsvorsitzenden ist aber es ist eben so dass

535wir gut hinkommen

T/ mhmh, mh ja also das waren die beiden, wichtigsten Ereignisse im letzten

P/ ja

P/ in den letzten zwölf Monaten die dann auch

P/ was mich sehr stark auch belastet hat war ja auch das mit meiner Frau mit dieser

540Brust

T/ ja

P/ äh äh Brustoperation da bin ich dann also rumgetigert im äh äh im im ich hab Sie hingefahren! ähm und dann äh musst Sie noch mal zum zum Internisten und noch mal zum zum zum, Röntgeninstitut

545T/ mhmh

P/ da wurde also Chemotherapie quatsch Chemo- Computertomographie gemacht und und und und das war also äh äh bis das Ergebnis vorlag da war ich also ziemlich durch den Wind

T/ mh

550P/ jetzt genau also jetzt bin ich nicht durch den Wind aber es ist schon äh da merkt man eben man ist nicht umsonst schon neunzehn Jahre verheiratet

T/ ja

P/ irgendwie macht sich das doch man wird nicht jünger und jetzt kommen solche Wehwehchen und äh ich bin nicht derjenige der dann immer so mit der Faust auf den

555Tisch haut und ich hätte ja vielleicht auch früher sagen können 'wir fahren Montag schon zum äh Arzt'

T/ mh

P/ nein sie sagt 'es geht noch so' und so weiter da bin ich derjenige der immer dann sagt okay wenn sie das meint dann äh muss sie das wissen ich bin nicht der der

560Despot der dann äh sagt 'Du kommst jetzt mit wir ich schlepp Dich jetzt mit zum Hausarzt das geht nicht so weiter'

T/ mhmh

P/ so das ist vielleicht ist es ist es ein Fehler aber ich da bin ich immer sehr äh (Seufzen) äh da bin ich immer sehr einsichtig wenn das wenn das von der anderen

565Seite von meiner Frau her gesagt wird nee das geht schon noch

T/ mhmh

P/ da bin ich nicht derjenige der da sagt 'nein mach ich nicht' das liegt vielleicht auch darin früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger jetzt sage ich okay wenn sie das sagt

570T/ mhmh

P/ dann sei mal ruhig sie wird schon wissen was sie tut

T/ mh wie wie ist Ihre Frau mit dieser diesen Situationen äh umgegangen? also

P/ also bei dem bei dem ersten Fall da war sie auch sehr angespannt nicht, das war also so ähm (Räuspern) sie geht regelmäßig zur zur Vorsorgeuntersuchung und

575dann wird sie also auch immer früher hat das immer der der ihr Frauenarzt selbst

gemacht und jetzt wird man ja zur Mammographie geschickt das macht sie auch schon seit Jahren und dann kam eben so was

T/ ja

P/ äh

580T/ das ist bei der regulären Vorsorgeuntersuchung +aufgefallen

P/ ja+ da ist das festgestellt worden und dann ist sie zur Mammographie gegangen und da haben die gesagt nein da ist was und sie sollte da auf diese Brustklinik in der Weberstasse und da haben sie ihr gesagt machen wir das gleich nicht erst ne Probe nehmen und dann einschicken und dann nochmal operieren sondern wir nehmen

585das gleich weg

T/ mhmh

P/ und da sind also zwei oder drei äh äh Knoten festgestellt worden die dann eingeschickt worden sind aber so hat sie jetzt Ruhe sie muss jetzt alle zwei Jahre jetzt, wieder äh zur zur Vorsorge gehen oder jedes Jahr

590T/ ja

P/ aber sie brauchte diesen Eingriff nicht doppelt zu machen

T/ klar die Knoten sind jetzt erst mal raus

P/ nicht das war also so sonst wäre eine Probe genommen worden und wenn es bösartig gewesen wäre dann hätte nochmal eine Operation gemacht werden müssen

595so hat man das gleich in einem gemacht

T/ haben Sie denn den Eindruck gehabt dass ihre Frau insgesamt obwohl Sie ja selbst Betroffene gewesen ist aber äh trotzdem etwas gelassener mit der Situation umgegangen ist als

P/ ja das kann gut sein vielleicht wir haben da nicht sagen wir mal nicht jetzt sagen

600wir das mal so äh äh so ver- vertieft diskutiert wie wie man sich fühlt

T/ Sie haben nicht darüber gesprochen über Ihre Sorgen

P/ doch! das schon aber nicht jetzt sagen wir mal so ähm ähm wir haben das auch durchgespielt was passieren könnte

T/ ja

605P/ ich finde das immer sehr gut und ich war auch sehr froh dass ich also auch in diesem Fall, äh äh im im Anfangsstadium -stadium –stadium dabei war

T/ mh

P/ dass sie also nicht selbst dahin gefahren ist sondern dass da einer neben ihr saß wo sie dann die zwei Untersuchung kriegte und und auf das Zimmer kam

610T/ mh

P/ und das war also für mich! und für sie sehr äh sehr beruhigend

T/ ja

P/ und sie hat das aber bei dem ersten in dem ersten Fall ganz toll weggesteckt das waren ja auch nicht muss man sagen im Gegensatz zu jetzt äh körperliche

615Schmerzen in dem Sinne

T/ mhmh scheint die Situation jetzt im Moment äh irgendwie etwas bedrohlicher

P/ ja! weil sie auch körperliche Schmerzen hatte so starke in diesem Bauchbereich und und äh es geht ihr jetzt wieder besser sie hat auch schmerzstillende Mittel bekommen und kann also auch wieder sie ging also Montag Dienstag bis Mittwoch

620auch aufgrund dieser dieser Schmerzen auch fürchterlich krumm weil sie

Magenschmerzen hatte oder so was geht bei ihr automatisch

T/ so starke Schmerzen

P/ ja fürchterliche also sehr starke Schmerzen gehabt und dann eben zum Hausarzt Internist, Ultraschall nichts Buscopan bekommen half nicht

625T/ mh

P/ krampflösende Mittel und da! hat sie dann am Donnerstag letzter Woche gesagt 'so jetzt geht's nicht mehr ich kann nicht mehr im Büro sein ich komme nach Hause' hat sich hingelegt hat geschlafen

T/ mh

630P/ da bin ich da ist man natürlich auch wieder aufgeregt was macht man jetzt 'nein ich lege mich jetzt erst mal hin' ich sage nur 'lass uns fahren' ich ich wollte

T/ Sie wollten dass ihre Frau schon eher in die Klinik

P/ (lauter Husten) ja und was ich nicht machen wollte war folgendes, ich bin also auch den Donnerstag schon gefahren ich wollte nicht wenn es so schlimm geworden

635wäre nachts losfahren, wissen Sie da ist da die halbe Besatzung dann ist das die Not- Notsituation

T/ mhmh haben Sie denn schon haben Sie denn jetzt das Gefühl dass ihre Frau gut versorgt wird da im IVK?

P/ ja ja also der der unser Hausarzt hat sowieso gesagt äh ins IVK, wenn und ich

640hätte ich wäre ins Martinus Krankenhaus gegangen von der Nähe her

T/ mhmh

P/ das IVK ist mittlerweile ziemlich äh, unübersichtlich und groß geworden

T/ mh



P/ und nicht mehr, sagen wir mal auf dem hygienisch besten Stand

645T/ ja?

P/ also das muss ich ganz ehrlich sagen es kommt natürlich auch dazu äh das nur nebenbei die haben ja jetzt die Notfallklinik daneben

T/ mh

P/ eingerichtet die früher auf der Erkratherstrasse war

650T/ ah so

P/ und da ist natürlich dann immer noch mehr los auch am Wochenende

T/ ja

P/ dieser Typ der wird ja dann morgens um sieben Uhr zugemacht am Werktag äh aber ab zwanzig Uhr es ist permanent ein Gewusel da Unruhe und es ist also aber!

655sie ist gut versorgt und sie wird heute ja wie gesagt sie kommt heute sie kriegt heute muss sie ihr Abführmittel nehmen

T/ mh

P/ und morgen wird eben die Darmspiegelung gemacht, und dann wird man weiter sehen

660T/ Sie haben ähm ja ähm angedeutet dass Sie auch mal in worst case scenarien denken

P/ ja

T/ da gibt es auch einen worst case scenario?

P/ mhmh ich hab ja ich hab das ja jetzt selbst mit miterlebt im im im Krankenurlaub

665T/ Sie meinen mit ihrer eigenen

P/ Darmspiegelung

T/ Untersuchung

P/ nicht?

T/ hat eigentlich dass würde ich Sie gern mal fragen hat eigentlich die die ähm

670Brusterkrankung ihrer Frau mit der Vorsorgeuntersuchung an dem fraglichen Ergebnis auch letztendlich mit dazu beigetragen dass Sie jetzt wieder zur Vorsorgeuntersuchung gegangen sind?

P/ nein ich mache das ja permanent

T/ Sie machen es regelmäßig

675P/ seit meinem fünfunddreißigsten Lebensjahr

T/ ah ja mhmh

P/ damals wurde das glaube ich gesagt man sollte ab fünfunddreißig

T/ mh

P/ und seitdem mache ich das äh Anfang des Jahres immer und wie gesagt hatte mir  
680dann unser Hausarzt 'wie lange waren Sie nicht bei der äh Darmspiegelung' früher  
war es immer so da konnte der mich auch durchleuchten röntgen konnte alles selbst  
machen heute ist es ja ein Aufwand du musst eben woanders hin der schreibt  
Überweisung für's Röntgen eine Überweisung für die Darmspiegelung und sagte  
'dann würde ich Ihnen das raten weil das mit mittlerweile ist das über zehn Jahre her'  
685und dann ähm ähm jawohl also Termin geholt vor dem Urlaub ging es nicht mehr da  
bin ich also eine Woche nach dem Urlaub wir waren am elften zwölften oder  
fünfzehnten März wieder hier da hatte ich den Termin (Husten) musste drei Tage  
vorher eine Diät machen

T/ mh

690P/ kein Vollkorn und kein Gemüse kein kein kein Gemüse und was weis ich nicht  
T/ ist das denn

P/ ja

T/ darf ich Sie unterbrechen aber ist das denn etwas was Sie innerlich auch mehr  
beschäftigt jetzt seit einiger Zeit also die Sorgen um die eigene Gesundheit?

695P/ ja mh ähm wie soll ich sagen ja doch je älter man wird schon.

T/ mh

P/ und äh ich war da also ich fand das also einerseits ähm auch es war so  
(Räuspern) ich muss dass dazusagen ähm auf dem dem äh bei bei der Vorsorge  
Vorsorgeuntersuchung bekommt man ja so eine Stuhlprobe mit

700T/ mh

P/ da muss man so eine Stuhlprobe abgeben so und die bekam ich mit und hab die  
nachgereicht und dann riefen Sie mich an und sagten 'im, Stuhl ist Blut'

T/ mhmh

P/ gleichzeitig hatte er aber gesagt äh 'Sie sollten eine Darmspiegelung machen' und  
705dann habe ich die Stuhlprobe nachgereicht und da war Blut, es kann ja immer was  
sein wir können uns darüber unterhalten Sie sind ja auch Arzt und äh da war das ja  
quasi ein ein ähm ein größerer Aufhänger das zu machen

T/ ja

P/ als wenn ich jetzt gar nichts gehabt hätte und

710T/ ja

P/ und da wäre ich vielleicht da hätte ich gesagt ja mh der sagte nämlich 'Sie müssen das mal wieder machen' und da hab ich gedacht 'ha na ja gut gucken wir mal' also ich bin zwar immer ich mache meine Vorsorge und lass die Prostata und und und was weiß ich nicht überprüfen aber da dachte ich 'na ja Darmspiegelung'

715T/ ja

P/ aber wie die dann sagten 'Ah da war was da war was jetzt aber wirklich' das ist ja der Aufhänger da habe ich gesagt 'jawohl zack los'

T/ mhmh

P/ und da bin ich ich bin also derjenige der das dann auch durchzieht obwohl ich  
720auch ein bisschen Angst hatte weil ja diese Bereiche, im menschlichen Körper sind ja nicht ähm ähm wie soll ich sagen sind ja nicht äh immer so so relaxed zu sehen wenn da was ist.

T/ mh unangenehm und auch ein bisschen schambesetzt ne?

P/ das gar nicht da habe ich also keine keine Angst gehabt äh das war also das war

725auch in zwanzig Minuten äh gegessen

T/ mh

P/ da kriegt man dann so ne so ne son son kleinen Tropf wo man so ein bisschen ruhig ist

T/ ja

730P/ und kommt auf so auf so einen Gynäkoli- Gynäkologie-Stuhl

T/ mhmh

P/ die Herren und dann haben sie wirklich was gefunden und dann war ich froh dass ich das gemacht habe ja

T/ mh aber so insgesamt merken Sie schon dass das auch als Thema stärker  
735geworden ist so mit in den letzten Jahren und auch jetzt mit den Erfahrungen Ihrer Ehefrau

P/ ja ja

T/ dass die Sorge um die Gesundheit doch ähm zunimmt

P/ man man beobachtet sich mehr vielleicht

740T/ ja

P/ ein bisschen mehr

T/ mh

P/ dann hatte ich ja mal einen Achillessehnenriss da mal vor drei Jahren und da da

T/ mhmh

745P/ denke ich auch immer noch dran dran im Urlaub da habe ich gesagt 'ne Du spielst im Sand spielst da keinen Volleyball

T/ mh

P/ nachher liegst Du hier in Ägypten und hast das Ding wieder durch'

T/ ja

750P/ so also etwas vorsichtiger

T/ mhmh

P/ manchmal denke ich ich hab ja auch so, manchmal gucke ich in den Spiegel und denke 'mein Gott Du wirst dieses Jahr neunundfünfzig das kann doch wohl nicht wahr sein' manchmal sehe ich aus wie neunundsechzig aber manchmal denke ich

755'ah für neunundfünfzig siehst Du auch noch nicht so aus' so und äh aber trotzdem ist man nicht mehr so fit.

T/ mh woran merken Sie es noch

P/ ich merke es daran ich bin ja auch nicht mehr derjenige der jetzt sagen wir mal wie früher weil aufgrund, von ja Faulheit? Lethargie? bin ich nicht mehr so derjenige

760der jetzt sagt bei so einem Wetter 'zack jetzt das Fahrrad raus und fünfzig Kilometer fahren'

T/ mhmh

P/ oder dreißig Kilometer einmal bis nach Kaiserswerth und und dann wieder zurück faul faul bin ich geworden aber weil man auch irgendwie äh ja und dann ist das

765natürlich so, dass man wenn man körperlich nicht mehr so fit ist

T/ mh

P/ sagen wir mal nicht mehr soviel Kondition hat dann macht man auch weniger, so das heißt ich gehe ich ich verabrede mich (Lautes Husten) zum Golfspiel und spiele nicht mehr mein achtzehntes Loch in vier Stunden

770T/ mhmh

P/ sondern nur noch neun! und sage das reicht mir du hast ja deine Kollegen die ja auch in dem Alter sind und bei so einem Wetter wenn es so heiß ist ne da musst du dir das nicht antun das macht dann keinen Spaß es soll ja noch Spaß machen also machen wir dann nach neun nach zweieinhalb Stunden Schluss, dann muss ich ja

775muss ich ja noch nach Hause fahren und (Klappern) dann bin ich froh dass ich zu Hause bin

T/ mhmh ist ja eigentlich auch in gewisser Weise vernünftig ja

P/ so ne

T/ aber hat auch ne Kehrseite dass Sie dann auch das Gefühl haben selber das  
780Gefühl haben ich bin nicht mehr ganz so fit wie früher

P/ ja

T/ ah ja mh und ähm wie meinen Sie das eben 'manchmal gucke ich in den Spiegel  
und da bin ich neunundsechzig' (Lachen)

P/ ach so dann dann denkt man mal äh du siehst ja schlecht aus oder so das war  
785jetzt übertrieben

T/ mh

P/ aber weil ich denke immer so äh wie ich weiß Sie sagten so die letzten Jahre oder  
so man achtet doch mehr auf seine Gesundheit oder man äh man äh verändert sich  
und äh Haare! werden weniger und äh aber manchmal denke ich so wenn ich oder  
790meine Frau sie sagt das öfter wenn sie sagen wir mal wenn sie irgend eine  
Fernsehsendung sieht oder so da wird eingeblendet wer sowieso der da interviewt  
wird 'wie der ist erst fünfunddreißig

T/ mh

P/ mein Gott wie sieht der denn aus?' weiß ich so nach dem Motto och da sind wir ja  
795noch

T/ gut dran

P/ gut dran in Anführungszeichen

T/ mh

P/ und ja manchmal fühle ich mich eben auch ein bisschen (Seufzer) ja so ein  
800bisschen zerschlagen und aber eben nicht so dass ich jetzt also gar nicht mehr  
hochkomme

T/ mh

P/ mh

T/ ähm wie alt ist eigentlich ihre Ehefrau?

805P/ die ist äh von neunundfünfzig die wird jetzt im am 8.6. äh äh hat sie Geburtstag

T/ mhmh

P/ ist von 1959

T/ mhmh und ähm wie können Sie ihre Ehefrau noch mal ein bisschen auch so  
charakterisieren? so was sie so so für ein Temperament hat was sie auch so für  
810Persönlichkeitseigenschaften hat

P/ ach ja (Seufzer) also sie ist ein sehr sehr kommunikativer Mensch

T/ mhmh

P/ ist sehr ist äh äh ist jetzt so so meine Schwiegermutter ist letztes Jahr gestorben vorletztes Jahr gestorben und das hat sie also sehr weil sie äh quasi ohne Vater  
815aufgewachsen ist der ist sehr früh gestorben

T/ mh

P/ der war älter als meine Schwiegermutter und wir haben ein sehr gutes Verhältnis zu ihrer Schwester und meinem Schwager und meiner Schwägerin sozusagen also den beiden und äh (Räuspern) sie ist also ein Arbeitstier

820T/ mhmh

P/ sie ist jetzt über fünfundzwanzig Jahre im Landesamt für Besoldung und Versorgung sie ist aber keine Beamtin sie ist nur Regierungsangestellte ist also ein Arbeitstier und hat alles alle Höhen und Tiefen da mitgemacht ist also sehr kommunikativ sehr ähm wie sagt man äh sehr kollegial

825T/ mhmh

P/ sehr beliebt muss ich sagen und äh sie kocht gerne, und äh na ja so was auf die schnelle

T/ mhmh und ähm eher ähm wer hat bei Ihnen die Hosen an?

P/ ähähäh sie mehr

830T/ sie mehr

P/ ja

T/ sie ist etwas bestimmender

P/ ja sie ist etwas bestimmender

T/ ja

835P/ was ich auch gerne habe weil ich also so äh ich war ja auch immer so äh wie soll ich sagen ähm in der letzten Zeit so so äh schwankend und zweifelnd

T/ ja

P/ und äh das Beispiel nur dann wo sie gesagt hat 'ich brauche meinen Urlaub ich gucke jetzt was nach

840T/ mhmh

P/ es ist mir egal was'

T/ mh also dass sie dann auch die Initiative einfach übernimmt

P/ genau

T/ und entscheidet

845P/ und entscheidet und dann sage ich okay

T/ und das ist ja dann auch sehr angenehm für Sie weil Sie dann sozusagen aus Ihrer inneren Bredullie

P/ ja

T/ rauskommen

850P/ sie! sagt natürlich rauskomme ja sie sagt natürlich dann wenn es nicht klappt oder wenn es nicht schön war dann kannst du ja wieder sagen ich wollte das ja sowieso nicht als Beispiel in Urlaub

T/ ja machen Sie das

P/ nein aber es ist schon mal dass man sagt, na ja gut ich bin derjenige gewesen der  
855dann immer der zurück gehalten hat weil ich gesagt habe na ja ich hab ja nichts zu tun ich brauche keinen Urlaub

T/ mhmh

P/ du brauchst deinen Urlaub ich weiß das aber jetzt möchte ich dass du entscheidest was du ähm äh wo du hinmöchtest als Beispiel jetzt auf aufgehängt am  
860Urlaub 'da mach du das ich mir ist es egal' (Räuspfern) da kommt aber gleich dass sie sagt 'aber nicht wenn ich denn was aussuche und das ist nicht okay nicht vom Hotel jetzt her oder von der Umgebung sondern das gefällt Dir nicht nicht dass Du dann kommst und sagst ich wollte ja sowieso nicht' das geht manchmal so

T/ mh mh

865P/ woll

T/ mh

P/ zum Beispiel sie sagt jetzt sie will nicht, bei ihrem Geburtstag zu Hause sein und äh sie ist also so ein absoluter Berlin-Fan wir waren also schon öfter in Berlin mal sind wir vor dem Mauer- vor dem Mauerfall sind wir mal dahin geflogen und dann  
870sind wir mal mit dem mit der Bahn gefahren und jetzt hat sie was rausgesucht das ist ja jetzt glaube ich der Feiertag am am 8. 9. ist ja ein Feiertag, und da war es also sehr schwierig was was zu kriegen und dann hat sie aber trotzdem was gefunden mit Lufthansa-Flug für kleines Geld in Anführungszeichen

T/ mhmh

875P/ und diesmal haben wir drei Tage Freitag Samstag Sonntag fliegen wir nach Berlin und da kann sie wieder ins KaDeWe und dann kann sie wieder öh öh Sony-Center gucken und was auch immer und ich kann auf die Museumsinsel (Lachen) und die ganzen Museen angucken da werden wir uns vielleicht gar nicht sehen das macht sie

880T/ mhmh ach so Sie äh gehen dann auch schon durchaus äh haben unterschiedliche Interessen

P/ ja! aber das das machen wir das machen wir zusammen

T/ okay mhmh

P/ aber das ist so also wenn ich jetzt da wäre könnte ich also einen Tag bräuchte ich  
885gar nicht durch die Stadt zu laufen

T/ mh

P/ nich da brauchte ich mich nur auf die Museumsinsel ich kenne das von früher wie da die die äh das Tor das Brandenburger Tor und bin dann noch in irgend welche äh alten äh äh Museen gegangen die wurden dann schon mit Brettern

890T/ mh

P/ Zäunen verschalt und da liefen dann noch die alten äh Aufpasser rum folgten einem dann so auf Schritt und Tritt da konnte man richtig also nein! nein das nicht

T/ mhmh

P/ äh das da machen wir alles zusammen.

895T/ okay wie ähm kommen Sie so mit dem ähm Rollentausch miteinander auch zurecht also dass ihre Frau ja noch berufstätig ist und

P/ (Geräusch)

T/ Sie äh es ja nicht mehr sind seit einiger Zeit

P/ ja das ist also äh das ist so manchmal ist das gut manchmal also äh

900T/ Sie haben ja wenn ich das so sagen darf früher auch eine sehr verantwortungsvolle Tätigkeit ausgeübt ja

P/ ja ähm deswegen hänge ich mich ja auch so rein mit dem mit der ehrenamtlichen Tätigkeit und und so weiter (Räuspern) und versuche ihr natürlich so viel wie möglich abzunehmen

905T/ mhmh

P/ sie ist dann immer am Wochenende ist es dann immer so dass sie auch ihre auch ähm ihre Zeit braucht um selbst! mal wieder einkaufen zu gehen

T/ mhmh

P/ das heißt sie braucht ja nur zu sagen hier das schreibe ich dir auf oder geh wenn's  
910das gibt besorg das bitte und und und und am Samstag, dann trennen sich dann unsere Wege dann geht sie gerne selbst mal einkaufen also Lebensmittel

T/ mh

P/ für's Wochenende, weil sie auch mal das wieder erfahren möchte



T/ mhmh und äh so mit mit dem Rollentausch? also jetzt nicht nur von der  
915pragmatischen Seite

P/ mhmh

T/ sondern auch so von Ihrem äh Selbstwerterleben her wie wie ist das für Sie ein  
Thema? also einfach auch so äh das ist ja auch nicht ganz einfach wenn man dann  
Hausmann ist

920P/ ne

T/ mh

P/ also das ist von meiner Warte aus gesehen ist das natürlich sag ich immer mal es  
ist ja schade dass sie noch nicht so weit ist

T/ mh

925P/ vom Alter her oder von der von der

T/ sie will auch durcharbeiten bis

P/ ja das ist das

T/ fünfundsechzig oder vierundsechzig

P/ sie ist sogar schon Jahrgang sogar schon etwas länger ja ja und das ist natürlich  
930für mich oder für uns immer sehr, das ist immer so das ist nicht sehr angenehm  
wissen Sie ich mache dann mein eigenes Ding sie spielt ja kein sie hat früher ja mal  
Golf gespielt das war noch /// und das konnte sie nicht mehr halt aus körperlichen  
Gründen sie hatte Hepatitis C ich weiß nicht ob ich Ihnen das mal gesagt hatte

T/ ne mh mh

935P/ und äh das ist also durch ne durch ne aber schon als als äh (Husten)

Entschuldigung länger her entweder in einem Griechenlandurlaub durch durch irgend  
etwas

T/ mh

P/ wo sie mit der Mutter war, da passiert oder bei einer Operation sie hatte eine eine  
940äh äh Darmgeschwüroperation gehabt man weiß es nicht und

T/ hat sie Blut-Transfusionen dann auch bekommen?

P/ ja genau

T/ ah ja

P/ das war liegt aber schon zwanzig Jahre über zwanzig Jahre zurück oder noch  
945länger

T/ ja

P/ dreißig Jahre und das kann und dann wie gesagt wurde das festgestellt Hepatitis C und dann machte sie vor na zehn Jahre ist das her äh eine Interferonbehandlung mit Spritzen Selbst- Selbstindikation das ging drei Monate lang

950T/ mhmh

P/ von der Uni und dann machte sie eine weitere dann hatte sich das runter gefahren und dann machte sie eine weitere äh ähm äh Therapie mit der Uni zusammen da war da wurde ein neues Mittel getestet Kombination Interferon und eine Tablette

T/ mhmh

955P/ und das hat das wurde also unter Beaufsichtigung gemacht die Studie wurde eine Studie gemacht und das ist ganz weg

T/ mhmh

P/ regelmässig ///

T/ sehr gut also

960P/ das hat

T/ Viruslast ist sehr gering /

P/ aber! sie schafft es eben nicht mehr körperlich da voll da rumzulaufen und das ist also ein bisschen schade dass ich da nur alleine mit Freunden gehe

T/ ja

965P/ aber wir fahren Fahrrad zusammen und wir treffen uns auch mit Freunden und also von daher gesehen äh

T/ aber es wäre schon so ein Wunsch äh doch noch ein bisschen mehr Zeit auch mit ihrer Frau gemeinsam

P/ ja!

970T/ verbringen zu können

P/ es ist immer so schwierig ähm oder nicht schwierig aber, sie braucht das Wochenende auch zum Relaxen weil sie auch sehr sehr angestrengt ist im im Büro und äh, wie gesagt das vom Tagesablauf her am Wochenende geht sie kurz mal eben einkaufen und dann ist sie froh wenn sie auch mal die Beine hochlegen kann

975T/ ja

P/ so äh bei so einem Wetter ist es natürlich so dann dann müssen wir uns immer einen einen Ruck geben und sagen 'ja okay ja wollen wir uns auf die Fahrräder schwingen wir wollen' und dann werden es also auch mal zwei zweieinhalb Stunden auf dem Fahrrad (Husten)

980T/mh

P/ und dann ist sie aber auch froh wenn sie wieder die Beine hochlegen kann zumal sie jetzt auch sehr sie hat also

(Ende erste Seite der Kassette)

(+01:03:43)

985

Transkript vom 14. 5. 2007, Patient: Herr Heine, Seite 2 der Kassette

T/ ja mh und mh Sie hatten es erzählt dass es eben dann dann ähm nicht ganz einfach ist wenn Sie dann auch ähm sozusagen voll arbeitet sie Vollzeit oder

990P/ ja Vollzeit

T/ Vollzeit arbeitet und dann eben am Wochenende oder auch abends schon mal äh ihre Ruhe auch braucht und ähm dann gibt es da schon manchmal auch äh schon Interessenskonflikte

P/ (hustet)

995T/ gibt es denn

P/ aber das heißt die sind also sehr gering muss ich sagen

T/ ja

P/ weil ich also auch nicht mehr der derjenige bin ich bin also auch gerne zu Hause ich bin auch nicht mehr äh ähm derjenige der äh äh unbedingt jetzt abends noch ins

1000Kino muss das da kann ich mir also auch eine DVD holen und wir wir können uns die zu Hause angucken zusammen oder was weiß ich nicht

T/ ja

P/ also da bin ich nicht mehr so aktiv wie früher.

T/ mhmh ähm gibt es denn sonst irgend welche Konflikte oder auch problematische

1005Seiten in der Beziehung

P/ (Schnaufen) (p:00:00:04) ne das hat sich an sich äh das hat sich an sich äh so ein bisschen äh geglättet

T/ mhmh

P/ also wir hatten ja glaube ich schon mal wir hatten schon mal so ein bisschen so,

1010Zoff auch

T/ mh

P/ vor meiner vor meiner äh äh temporären äh äh oder in dieser Zeit, dass wir also na ja das kam ich weiß gar nicht wie ich es ausdrücken soll äh (p:00:00:04) ja weil sie natürlich ich sollte sie ja charakterisieren sie wollte natürlich ihren Standpunkt

1015vertreten ich meinen und ich hatte mich da ein bisschen zurück gezogen und äh  
dann war sie dann war ich natürlich auch das hat sie auch ein bisschen sehr, äh äh  
ähm ähm belastet und auch ärgerlich gemacht weil ich auch in der ersten Zeit  
(Räuspfern) meines meines Rentendaseins Rentnerseins auch so sehr äh ja auch so  
lethargisch oder

1020T/ mh

P/ antriebslos war jetzt nicht antriebslos aber so kommst du heute kommst du  
morgen was was ich ja schon mal sagte was an sich nicht äh mein meine äh  
T/ Ihre Art ist

P/ meine Art war aber da ich jetzt den ganzen Tag zu Hause war und dann kam

1025kommt sie nach Hause als Beispiel und ich bin was ich also wirklich nicht gerne  
mache ist zu putzen

T/ mhmh

P/ so also wir haben jetzt leider nur noch eine 2-Zimmer-Wohnung aber gut egal und  
da sagt sie 'Du könntest doch Du könntest doch mal die die Küchenschränke von

1030innen machen guck mal wie die aussehen'

T/ mh

P/ 'ja' sag ich 'okay' da rein da raus 'oder die Dunstabzugshaube guck mal wie die  
aussieht' oder 'warum hast Du den Eisschrank nicht mal abgewienert'

T/ ja okay und was haben Sie dann gesagt?

1035P/ jaja! ja ja mach ich

T/ ach so ja

P/ und zwei Tage später war es immer noch nicht da habe ich mich nicht sofort bin  
nicht aufgesprungen und habe mir das Leder genommen sondern habe das dann  
habe das dann an meinem Putzfreitag habe ich dann also einen Teil mit gemacht

1040T/ Sie hätten ja auch sagen können 'ich habe keine Lust äh mach ich nicht'

P/ genau aber das das kann ich nicht! in dem Sinne

T/ mhmh

P/ weil ich dann dann tue ich ihr weh weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und  
der so viel Zeit hat

1045T/ mhmh

P/ und dann sag ich wir wohnen ja nun auf dem Land glattes Land ist ja Land

T/ mh

P/ Landwirtschaft quasi sozusagen mitten in der Stadt zehn Minuten zu Fuß äh mit dem Fahrrad

1050T/ mh

P/ ist man auf der Kö aber mittendrin und dann haben sie die die Fenster geputzt, und dann gibt es einen schönen Wind und und ein bisschen Regen und dann sehen sie nach nach zwei Tagen wieder so aus und dann denk ich 'hach da da da guckt doch sowieso keiner'

1055T/ (leises Lachen)

P/ so da! da kriegen wir uns schon äh da bin ich also auch da gebe ich zu da bin ich auch äh faul da bin ich faul weil ich's ungern mache

T/ mhmh

P/ ich mache sonst alles ich mache die Wäsche und ich ich

1060T/ mh

P/ aber, putzen so, im Detail en Detail dass ich also jetzt die Schränke nehme oder ich

T/ mh

P/ nehme mir den Schuhschrank und nehme alle Schuhe raus

1065T/ mh

P/ und setze mich dann auf die Terrasse und putze alle Schuhe

T/ mhmh

P/ da bin ich also sehr nachlässig geworden das muss ich auch ganz ehrlich sagen.

T/ mh na ich komme noch mal auf den Aspekt zurück dass Sie ja auch vielleicht ja

1070einfach auch zu Recht gar keine Lust dazu haben also Sie sind ja jetzt nicht äh arbeitslos sondern Sie sind ja aus Krankheitsgründen in Rente und äh dass Sie nun Ihre äh freie Zeit nicht nur mit äh

P/ putzen verbringen

T/ putzen verbringen wollen

1075P/ ja

T/ oder dass es vielleicht auch dahin geht dass Sie jetzt sagen 'ne das muss ich mir in meinem Alter jetzt nicht mehr

P/ +antun

T/ antun' sozusagen

1080P/ ja ja+ ja genau ja so ein bisschen

T/ ja

P/ so ein bisschen aber weil weil die Situation ja nun eine andere ist äh dass wir also nicht morgens früh äh dass sie morgens früh so ins Büro geht und ich bleibe da dann könnte ich ja morgens früh um viertel vor sechs wo ich dann aufstehe und dann dann  
1085denke ich 'na ja gehst Du erst mal an den Computer eine Stunde oder dann guckst mal dieses und jenes was was weiß ich nicht' so dann denke ich 'verdammt Du müsstest ja mal das das putzen oder das'

T/ also dann meldet sich Ihr Gewissen?

P/ dann meldet sich mein Gewissen

1090T/ mhmh mhmh und das ist streng?

P/ mein Gewissen ist streng!

T/ mh

P/ und (Husten) mein Willen ist dann sehr äh sehr äh marginal ausgebildet

T/ mhmh

1095P/ auch so dass ich sage 'Mensch' wenn ich so putze 'hach komm einfach mal durchsaugen

T/ mh

P/ dann ist das ja wieder in Ordnung' das ist ja nur oberflächlich, der der Staub der immer da liegt und äh da bin ich sehr nachlässig

1100T/ mh

P/ und das! ergibt dann wiederum äh so äh Fragen wenn sie nach Hause kommt 'was hast Du denn heute gemacht?'

T/ mhmh (leises Lachen) so so fragt Ihre Frau?

P/ ja 'was hast Du so heute gemacht?'

1105T/ ah ja

P/ ne das ist also so ne kleine Spitze ne?

T/ mhmh

P/ wenn ich also wenn ich dann also sage 'ich hab ich war äh vormittags war ich einkaufen und dann bin ich nachmittags ja Du weißt ja dann montags und

1110donnerstags bin ich ja bei den bei den, Kindern' (Husten) dienstags gehe ich immer einkaufen könnt so sagen 'ja und dann hab ich mal so so geguckt' 'ja dann hättest Du doch mal, den Eisschrank machen können' hach denke ich erwischt

T/ mhmh mhmh

P/ aber ich mache das dann auch so hach ja wie ich Ihnen das jetzt erklären soll wo

1115sie da setze ich mich natürlich jetzt auch unter Druck wo sie jetzt im Krankenhaus ist

und wo ich natürlich auch Zeit hätte aber ich habe keine Lust wenn ich jetzt nach Hause komme

T/ mhmh

P/ und warte auf diesen Heizungsmann da könnte ich ja in der Zeit könnte ich ja mal  
1120durchsaugen, ne? so da habe ich keine Lust!

T/ mhmh

P/ ich habe keine Lust

T/ mhmh aber Sie können es sich dann sozusagen Sie können es sich dann aber auch nicht erlauben mal keine Lust zu haben es ist ja nicht selbstverständlich Sie  
1125müssen ja nicht immer ständig irgendwas äh an Hausarbeiten machen sondern Sie können sich ja auch mal was gestatten

P/ das finde ich auch mal gut

T/ gestattet ja

P/ ja das finde ich auch mal gut

1130T/ mh aber ich habe Sie auch so verstanden dass es dann bei Ihnen so eine innere Stimme gibt die dann aber immer wieder auch sagt 'na Du müsstest aber eigentlich'

P/ ja

T/ mh

P/ weil jetzt auch jetzt zum Beispiel dieser konkrete Fall von Freitag wo Freitag eben  
1135wo ich deswegen das so extrem aus ausführe

T/ mh

P/ freitags ist dann mein mein Tag bis Mittag bis sie sie kommt freitags immer früher nach Hause, und das fiel ja jetzt flach und dann habe ich dann schon die ganze Zeit überlegt 'ja wann machst Du das denn?'

1140T/ mh

P/ es kann ja sein dass sie jetzt am Donnerstag entlassen wird

T/ mhmh

P/ dann muss das ja alles in Ordnung sein also da hast du ja gar nicht mehr so viel Zeit

1145T/ mh

P/ oder machst du Freitag

T/ mhmh

P/ ganz normal vielleicht bleibt sie ja auch länger krankgeschrieben und äh äh dann  
äh hast du ja Freitag auch Zeit also ich da setzt ich mich nicht mehr so sehr unter

1150 Druck

T/ mhmh

P/ wissen Sie früher konnte ich das also nicht sehen wenn also eine Fensterscheibe  
nicht geputzt war

T/ mhmh

1155 P/ und heute kann ich also mal dagegen gucken und sagen 'Mensch Meyer, es gibt  
wichtigere Dinge'

T/ mhmh

P/ Du kannst auch mal

T/ durch ein schmutziges Fenster schauen ja

1160 P/ äh äh durch ein schmutziges Fenster gucken

T/ mh ja

P/ (Schnaufen)

T/ ähm ich würde gerne noch auf einen anderen Bereich äh kurz zu sprechen  
kommen wobei, ich es Ihnen überlassen würde ob Sie mir die Fragen beantworten

1165 oder nicht ähm und zwar wegen der Sexualität ob Sie, sagen würden aus Ihrer Sicht  
ja wie es sich in Ihrer Beziehung darstellt ob Sie nach wie vor ein ein zufriedenes  
Sexualleben haben oder ob sich das irgendwie auch verändert hat

P/ ja es hat sich insofern verändert als als es nicht mehr so intensiv ist, das das  
das der reine sexuelle äh äh Akt

1170 T/ ja

P/ oder wie man das so nennt das sage ich Ihnen ganz offen

T/ ja

P/ da bin ich aber sind wir beide nicht mehr so ähm so äh nicht mehr so so aktiv im  
Moment

1175 T/ mh ist das etwas was Sie auch bedauern oder was Sie irgendwie so was sich so  
äh

P/ nein im Moment! bedauere ich das nicht

T/ mhmh

P/ das war also im im Urlaub ganz anders

1180 T/ mh



P/ und jetzt im Moment sind wir ja so stehen wir beide so äh so äh oder vielleicht auch jeder für sich oder beide zusammen so äh ein bisschen unter Druck

T/ jetzt

P/ dass wir uns dass wir uns gar nicht darauf konzentrieren möchten

1185T/ ja mhmh mh

P/ so

T/ ähm noch zu einem anderen Bereich ähm würde ich Sie gerne fragen und zwar noch mal zu der Gruppe ja

P/ ja

1190T/ ähm könnten Sie mir ähm erzählen wie Sie so im im so in der Rückschau auch ähm jetzt noch mal die Gruppe, sehen Sie haben ja äh eingangs schon so eine Art Bemerkung gemacht dass Sie äh so habe ich es bei Ihnen heraus gehört dass Sie im Moment auch eher so ein bisschen Abstand brauchen zur Gruppe beziehungsweise auch sich ja ähm das so ein bisschen offen gehalten haben ob Sie +das jetzt wollen

1195oder nicht

P/ ja das fiel mir so ein+ gerade oder oder oder wie Sie das vorhin fragten (Husten) weil ich war spontan nachdem gefragt wurde äh am Ende der Gruppe wer denn noch weiter machen möch- wollte da hab ich mich spontan gemeldet äh und das waren auch zwei drei andere Personen (Husten)

1200T/ mhmh

P/ und jetzt äh äh merk ich so an mir, es war auch bei der Gruppe immer so ein bisschen ein Druck da also ich hab mich also auch da! so ein bisschen unter Druck gesetzt da musst du da hinfahren dann musst du da präsent sein dann musst du über dich erzählen

1205T/ mhmh

P/ dann musst du zuhören und das war also jetzt mal so das klingt jetzt zwar auch sehr sehr äh äh faul oder sehr ich war sehr äh ich war mal ganz froh, damit nichts zu tun zu haben

T/ mh

1210P/ so ein bisschen Pause zu haben

T/ mh

P/ verstehen Sie? äh so so hab ich das äh empfunden, also es geht mir da, es geht mir nicht schlechter dadurch dass ich jetzt etwa im Moment nicht in einer Gruppe bin

T/ ja

1215P/ meine Frau sagte immer 'Du solltest dann lieber noch mal in eine Einzeltherapie machen' in etwa weil ich merke im Moment bin ich auch äh kommunikativer oder  
T/ mhmh

P/ äh Sie merken das ja nun mittlerweile auch wenn ich hier sitze kann ich ja auch auf einmal erzählen wie ein Lüdke

1220T/ mhmh

P/ und manchmal krieg ich kein kein kein äh äh kein will ich gar nicht über irgend etwas reden

T/ mhmh

P/ so dann höre ich nur zu oder

1225T/ ja also als Sie das so sagten, dass Sie mit der Gruppe auch mal äh Druck verbunden haben beziehungsweise Ihnen die Gruppe Druck gemacht hat äh das heißt es waren auch immer so im Sinne einer Anforderung die an Sie gestellt wird, dass der Druck da bestand also

P/ ja ich weiß gar nicht wieso

1230T/ aber Sie haben sich jedenfalls in der Rückschau unter Druck +gefühl

P/ ja+ vielleicht ist das Wort Druck auch nicht so das richtige Wort äh

T/ oder Verpflichtung

P/ ja oder Verpflichtung äh weil ich es nun auch schon so lange gemacht hatte vorher ja schon die die

1235T/ mhmh

P/ äh die die stationäre Behandlung und äh ich wollte einfach und nach dann habe ich ja spontan gesagt 'okay ich mache diese Gruppe' mit mit zweien und das war auch

T/ mh

1240P/ äh war ja auch äh fruchtete ja auch nur es war so wenn ich im nachhinein oder in der in der Rückschau überlege war es auch immer so dass ich äh äh dass ich sagte 'hach es ist auch froh ich bin auch froh wenn ich also mal nicht diese Leute sehen muss'

T/ mh

1245P/ obwohl sie mir ja gar nicht getan haben obwohl sie auch vieles, mit was gegeben haben aber hach dann sag ich Ferien ich will einfach mal Ferien

T/ mh

P/ Ferien von von der Gruppe

T/ mhmh wie meinten Sie das Sie sind froh äh dass Sie dann manchmal so dachten  
1250ich bin froh die Leute jetzt nicht zu sehen

P/ ja! weil man weil man die schon so lange kennt und

T/ es sind immer so die gleichen Geschichten meinen Sie das?

P/ ja! und es wurde so vielfach wurde ja dann auch nicht mehr, wurde dann auch äh  
äh nicht mehr äh äh äh wurde nichts Neues mehr erzählt

1255T/ okay es gab kein keine große Veränderungsdynamik

P/ ja vielleicht vielleicht

T/ es passierte nichts mehr so in dem Sinne ah ja

P/ vielleicht also ich will nicht sagen dass das nicht also vielleicht liege ich da auch  
falsch, aber äh manchmal also vielleicht liegt das auch an der an der Länge dieses

1260Jahr jede jede Woche äh dass man dass man irgendwie sagt 'ja also worüber reden  
wir denn heute?' das ist mal ne neue Dame dazu gekommen oder ne neue Person

T/ mhmh mh

P/ äh dann hatte man wieder da war das also für mich auch immer sehr interessant  
so andere, Blickrichtungen zu sehen oder warum die da sind

1265T/ mhmh

P/ und dann also im Moment bin ich äh wüsste ich nicht wie ich reagieren sollte wenn  
ich gefragt werde

T/ mhmh und äh wenn ich noch mal da nachhaken darf

P/ ja

1270T/ ähm woran meinen Sie hat es gelegen? dass es dann letztendlich so wenig  
Veränderungen oder irgend wann so einen Punkt gab dass sich das eben dann nicht  
mehr veränderte also weil keiner etwas Neues in die Gruppe einbrachte

P/ ja vielleicht

T/ oder oder lag es an der Leitung?

1275P/ nein! an der Leitung auf keinen Fall

T/ auf keinen Fall

P/ aber nach einem Jahr äh äh hat man dann also wirklich auch dann von jedem  
einzelnen Teilnehmer äh so seine Probleme die die Problematik äh äh äh gesehen  
oder gelernt oder erfahren

1280T/ mh

P/ und (Husten) ähm dann dann äh wurden also nur noch so spezifische Themen  
vielleicht an angeschnitten

T/ mhmh

P/ äh (Schnaufen) ich bin gar nicht jetzt konkret ich wüsste jetzt gar nicht konkret ach  
1285so wir hatten einen Fall ich weiß nicht ob ich darüber reden darf aber der der Herr  
der kam also später und der hatte dann also immer wieder äh äh äh mit mit seinem  
mit seinem mit seiner Haut äh

T/ mhmh

P/ mit seiner Haut zu tun und dann war er mal wieder weg und dann wieder und  
1290dann wurde das immer mal wieder besprochen aber das war dann so ja, äh also  
nicht dass es mir nichts gegeben hätte ich musste da ja auch hin

T/ mhmh

P/ das sage ich mir weil ich diesen Mut aufbringen musste, für mich mich der Gruppe  
zu stellen dass ich darüber rede wie es mir ging das liegt ja damals das hätte ich ja  
1295nie gedacht bei der stationären Behandlung dass ich sagte ich bin wegen

Depressionen hier und

T/ mhmh

P/ äh äh äh

T/ mh

1300P/ und was auch immer, und das! war auf alle Fälle gut

T/ ja also so habe ich Sie auch äh nicht verstanden dass es eine grundsätzliche Kritik  
an der Gruppe war sondern äh eben jetzt eher fein so noch mal gucken was dann  
auch auf Dauer jedenfalls schwierig war lag es daran dass äh dass Sie sich  
gewünscht hätten dass man noch mal mehr in die Tiefe geht oder oder war es war es  
1305wirklich so dass Sie alle gemeint hatten es ist jetzt eigentlich alles auch gesagt  
worden das gibt es auch manchmal

P/ ja ich habe ich habe das sag ich Ihnen jetzt ich habe auch keinen Mut gefunden  
was das über mein mein meinen Suizidversuch zu sagen

T/ mhmh

1310P/ das hab ich äh das habe ich also auch mit nach der Zeit

T/ ah ja

P/ nicht fertig gebracht

T/ ja mhmh

P/ also Sie wissen es von sich selber dass Sie so bestimmte

1315P/ eh

T/ schwierige Dinge auch dann

P/ noch

T/ doch für sich behalten haben

P/ ja

1320T/ mhmmh und die anderen vermuten Sie haben es so ähnlich gemacht? dass sie dann auch

P/ das weiß ich nicht das weiß ich nicht aber jedenfalls habe ich da nicht den Mut aufgebracht ich weiß auch nicht wie vielleicht wollte ich das auch nicht so sehr thematisieren in dieser Gruppe ich weiß es nicht

1325T/ ja ja

P/ aber das ist ja jedem unbenommen

T/ ja natürlich

P/ ob man darüber reden will oder nicht äh und deswegen habe ich das also nicht gemacht.

1330T/ mhmmh mhmmh wenn Sie noch mal so eben auch rückblickend auf die ganze äh auf den ganzen Gruppenprozess schauen und äh auch auf die Gruppe, äh können Sie charakterisieren was Sie da für eine Position in der Gruppe inne hatten also was sozusagen Ihre Rolle in der Gruppe war?

P/ also ich äh sah mich also immer so dass ich sehr gute Beiträge leisten konnte

1335wenn äh eine ein Gruppenmitglied äh irgend ein Problem äh andiskutieren wollte und äh das finde ich ja daran so interessant dass einem dann so viele Ideen kommen

T/ mhmmh

P/ und Einfälle oder gar Einwürfe die man dann dazu beitragen möchte

T/ mhmmh

1340P/ dass man sagt man hat im im Leben das auch schon mal so gesehen

T/ mhmmh

P/ oder ich kenne eine Person da ist das vielleicht auch so jetzt nicht ganz konkret zu werden und da habe ich mich dann also immer sehr, stark äh konzentriert und das konnte ich also das konnte ich also äh immer so gut nachvollziehen wenn ein

1345Gruppenmitglied irgend ein Problem hatte

T/ mhmmh

P/ ob nun ein temporäres was eine Woche vorher passiert war oder zurück liegend und da konnte ich mich immer sehr gut einbringen weil ich dann immer sofort meine, meine ich so äh darauf eingehen konnte

1350T/ mhmmh

P/ dass ich sagte das hätte ich genau so gemacht als Beispiel oder warum hat dein Mann oder warum hat der so reagiert das hätte ich anders gemacht oder mir ist das auch passiert

T/ mhmh

1355P/ oder meinst du das jetzt oder verstehe ich das jetzt so oder so da konnte ich mich also sehr gut mit einbringen also ich war nicht derjenige der da nur äh

T/ mhmh

P/ stumm gesessen hat

T/ mhmh das heißt Sie waren eher ein aktives Mitglied

1360P/ ja doch halb und halb

T/ ah ja

P/ halb und halb

T/ konnten vor allen Dingen sich äh dann gut auch den anderen zur Verfügung stellen also sich eben mit mit Anreicherungen Einfällen

1365P/ +glaube ich ja manchmal ja manchmal

T/ einbringen mhmh ja ah ja+ und ähm mit ähm also bezogen auf oder gab es in der Gruppe auch ein Hierarchiegefälle also gab es so jemanden wie ein Gruppen

P/ (Stöhnen)

T/ also außer natürlich dem Therapeuten aber gab es so einen +inoffiziellen

1370Gruppenleiter

P/ nein+

T/ oder haben Sie sich eher so alle gleich gesehen

P/ wir haben uns an sich, eher gleich gesehen, also da waren wir doch sehr homogen muss ich sagen es es es gab bei manchen bei manchen äh äh dann eben

1375auch mal vielleicht äh während einer Sitzung äh zum Ausdruck dass der, aufgrund seines Themas oder aufgrund seiner Problematik, das Gespräch äh leitete nicht aber

T/ mhmh

P/ äh mehr äh

T/ gestaltete

1380P/ gestaltete weil eben eher, die Probleme zur Sprache brachte

T/ ja

P/ das kam das kam also auch schon mal vor dass also dann eine Person dann mehr äh äh äh im Mittelpunkt stand

T/ mh

1385P/ oder das Thema dieser Person

T/ mhmh

P/ äh und damit auch diese Person eben auch, selbst auch.

T/ aber an für sich haben Sie sich mehr homogen erlebt

P/ ja ja also wir haben uns sehr homogen erlebt

1390T/ ja

P/ ja das muss ich also ganz ehrlich sagen das war doch das war also bis auf einen Fall äh was uns dann äh wenn ich das äh äh äh wenn ich mich noch recht erinnere das war eine Dame die kam später dazu (Räuspern) und äh ist dann nach zwei oder drei Sitzungen hat sie die Gruppe wieder verlassen weil sie das glaube ich aus, aus

1395aus ihrer Sicht äh nicht äh durchhalten konnte

T/ mh

P/ das war ihr einfach zu viel und äh da waren wir dann das hätte ich nicht geglaubt weil wir aufgrund der Homogenität und auch der der der der äh Unterstützung äh da bestimmt was hätten machen können

1400T/ ja das hat Sie ein bisschen verwundert dass sie dann äh so schnell abgebrochen hat

P/ ja ja

T/ ähm konnten Sie so was jetzt auch den Umgang in der Gruppe miteinander anging konnten Sie da äh Probleme oder Themen erkennen die auch so einen

1405Bezug zu Ihrer eigenen Lebensgeschichte äh haben?

P/ ja zum Teil

T/ also ich meine nicht nur das was inhaltlich gesprochen wurde sondern auch ähm was das angeht wie Sie dann in der Gruppe miteinander umgegangen sind also Sie haben ja auch Ihre Rolle als jemanden beschrieben der sich gut anderen zur

1410Verfügung stellen kann und sich äh jetzt in Anführungszeichen auch um andere, ein Stück weit kümmert

P/ mhm, ja und die Frage jetzt?

T/ ob das so etwas ist, was Sie von sich auch als ähm Lebensthema kennen also ob das auch eine Rolle ist die Sie sonst äh häufiger eingenommen haben?

1415P/ ja! das das auf jeden Fall dieses äh und das ist das ist aber früher, verstärkt gewesen

T/ ja

P/ in meiner Depressionsphase oder während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen

1420T/ mhmh

P/ aber das das habe ich jetzt in der Gruppe habe ich das also fällt mir jetzt spontan ein gelernt dass ich also wieder mich mit Problemen anderer äh beschäftigen kann und

T/ mhmh

1425P/ darüber nachdenken kann

T/ mhmh

P/ und während meiner Phasen, war es ja so das war mir ganz, egal! sag ich's mal so

T/ also das war auch eine positive Veränderung dass Sie aus Ihrem Selbstbezug

1430wieder mehr heraus gekommen sind

P/ mh

T/ und sich auf andere beziehen, konnten

P/ ja genau

T/ mhmh

1435P/ dass ich also gleich immer gesagt habe

T/ ja

P/ 'Mensch das das das die Problematik verstehe ich da kannst du ja was dazu' sagen

T/ ja

1440P/ was ich eben auch schon ansprach äh da da kannst du um um das Verstehen äh noch klarer zu machen, wie ich das Problem des des meines meines Gegenüber so sehe

T/ ja

P/ wenn ich dann also da reagiert habe und gefragt habe

1445T/ ja

P/ 'ist das denn so?' und 'das verstehe ich aber' 'verstehe ich sehr gut' oder 'das verstehe ich nicht so gut da habe ich mich dann wieder eingebracht weil ich mich da rein versetzt habe in die

T/ ja

1450P/ Problematik meiner meiner Gruppenmitglieder

T/ mhmh



P/ (Räuspern) und, das das war das das ist also sehr gut gewesen für mich meiner Ansicht nach wo Sie das jetzt ansprechen weil ich das auch so ein bisschen verlernt hatte

1455T/ ja

P/ dieses Berufsleben außen vor und dann gingen mich ja, die Kollegen nichts mehr an und ich ging die nicht mehr an und und und lass die doch machen

T/ ja

P/ und das kam wurde jetzt wieder ein bisschen raus gekramt

1460T/ ja ähm ich frag Sie gerade noch was anderes

P/ (Stöhnen)

T/ als Sie äh und zwar als Sie davon sprachen dass Sie sagten dass die Gruppe für Sie mit äh so im nachhinein doch irgendwie so mit einem unterschwelligem Druck verbunden war Sie hatten mir ja äh auch erzählt dass Sie auch sonst so aus dem

1465Alltag von sich selbst kennen dass Sie häufig unter Druck stehen und zwar

vorwiegend in Zusammenhang auch mit Erwartungen die, Sie an sich selber stellen oder von denen Sie meinen dass sie andere an Sie stellen

P/ mh

T/ ähm ich dachte gerade auch ob das nicht auch so ein ähm übergeordnetes Thema

1470ist was sich dann auch da in der Gruppe wiederholt hat für Sie? also dieses äh unter Druck geraten aus Ansprüchen heraus

P/ ja das wüsste ich jetzt nicht mehr so

T/ mhmh

P/ das da da müsste ich jetzt also das da da da äh äh, also von meiner Seite wüsste

1475ich das jetzt nicht aber es gab bei Gruppenmitgliedern gab es also dieses

Anspruchsverhalten auf jeden Fall

T/ ah ja mhmh

P/ also jetzt bei mir speziell äh wie soll ich äh das ausdrücken äh äh könnte ich's jetzt dass dieser Druck da war dass ich da hingehen musste und dass man also seine

1480sein sein Innerstes offenlegt äh aber es gab auch andere die, auch und das

verstand ich dann sehr gut äh wie ich auch diesen Druck hatten

T/ mhmh

P/ das Thema kam wenn Sie so wollen kam dann doch

T/ mhmh

1485P/ ich weiß nicht ob ich das erzählen, darf da war so ein älterer Herr der war so mh  
äh wie soll ich sagen, also es ist ja hier es ist ja hier

T/ Schweigepflicht

P/ äh ein bisschen hypochondrisch angehaucht und guckte also überall nur was er  
haben könnte

1490T/ mhmh

P/ und äh äh äh setzte sich somit unter Druck dann bis er dann hier in der Uniklinik  
und was weiß ich dann überall war und dann haben sie gesagt so nun musst du aber  
zwei Bypässe haben

T/ mh

1495P/ so lange hat er da! gesagt mit mir stimmt irgend etwas nicht obwohl der  
kerngesund war der war der war fitter als ich der machte Fahrradtouren und und und

T/ mhmh mhmh

P/ das mal als Beispiel nur da war da kam dieses Thema Druck

T/ ja

1500P/ der hat sich auch bestimmt selbst unter Druck gesetzt

T/ sich unter Druck gesetzt mhmh

P/ oder ein anderer äh der der also das war das konnte ich dann so nachfühlen das  
war also auch, der hatte also Probleme mit seinem in Süddeutschland befindlichen  
Arbeitgeber der war hier als Vertreter tätig

1505T/ mhmh

P/ und das ging dann also nicht mehr gut und dann wurde das also auch  
durchgespielt als Rollenspiel wie er dann mit wie er dann mit dem Anwalt vor dem  
Arbeitsgericht in Stuttgart

T/ mhmh

1510P/ da agieren musste!

T/ mh

P/ das war also auch für ihn eine Wahnsinnsdrucksituation und da das das griff man  
dann auch wieder auf

T/ ja ja ähm gab es einzelne Gruppenmitglieder die für Sie auch so eine besondere

1515Bedeutung hatten? also, ich sag mal so auch herausstanden aus den aus der  
übrigen Gruppe für Sie

P/ homogen waren sie alle

T/ homogen okay

P/ mh

1520T/ ähm

P/ also das war eine Dame die dann immer so ein bisschen sehr äh äh sich exponierte nicht das will ich gar nicht sagen aber doch sehr viel erzählte und und auch sehr interessant und darum das kam auch gar nicht böse aber normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft

1525T/ mhmh

P/ das fand ich also immer

T/ mhmh wie haben Sie die Therapeuten erlebt?

P/ sehr gut also die Frau Doktor Bergstein kannte ich ja nun von von früher schon

T/ aus der Tagesklinik

1530P/ ja aus von der Tagesklinik aber da war sie nie meine, direkte Ansprechpartnerin (Räuspern)

T/ mh

P/ sondern nur mal vertretungsweise aber sie war ja immer präsent

T/ mh

1535P/ und äh der Doktor Stratkötter äh auch, kenne kenne ich ja auch schon länger der hat mit mir damals dieses Aufnahmegespräch geführt

T/ ah ja

P/ vor! der Tages also bevor ich da in zur Tagesklinik kam

T/ mh

1540P/ und die wechselten sich manchmal ja auch manchmal waren sie zu zweit manchmal eben nur einer je nach Urlaubssituation, öder äh äh anderen anfallenden Sachen und das ging also reibungslos

T/ wie würden Sie denn die Art von Kontakten auch Beziehungen charakterisieren die Sie mit den beiden Therapeuten hatten äh die die zu Ihnen hatten?

1545P/ sehr! äh ich würde sagen sehr (p:00:00:05)) gesch- gelöst und trotzdem respektvoll, also ich hab da ja immer, sehr, äh immer sehr äh ein sehr, gutes Verhältnis

T/ mhmh

P/ aber ich ich ich schätze das auch, weil wie äh die Experten äh dann dieser, diese

1550Blickrichtung äh aufbauen können die man dann vielleicht gar nicht hat die dann sagen 'könnte das nicht sein, dass!?'

T/ mhmh mhmh

P/ 'oder verstehen Sie das etwa so!?'

T/ mhmh die Ihnen dann auch eine entsprechende Anregung geben ja

1555P/ ja

T/ ja ähm noch

P/ (Schnaufen Stöhnen) was haben wir heute aber wieder für ein /

T/ ja wir sind gleich am Schluss zwei zwei Fragen hätte ich noch und zwar das eine äh bezieht sich auch noch mal auf das Thema Alter wir haben ja schon äh an

1560verschiedenen Stellen darüber gesprochen dass das durchaus was jetzt

beispielsweise die Sorgen um die Gesundheit

P/ ja ja

T/ oder auch die die Tagesgestaltung nach dem Ausscheiden aus Ihrem Berufsleben angeht dass das durchaus auch ein Thema ist ähm in wie weit ähm würden Sie denn

1565sagen was ist darüber hinaus, noch für Sie Bedeutung oder äh

P/ dieses älter werden?

T/ ja das älter werden

P/ dieses dieses äh am Ende des Berufsleben zu spielen zu stehen

T/ ja genau

1570P/ ja! (Räuspern) das das äh das ist ja bisher eine ganz neue Erfahrung, die ich ja zwar schon länger, äh schon länger im im im entstehen ist oder die ja schon anhält aber äh äh manchmal fühle ich mich eben nicht so, vom Alter her, also da meine ich immer du bist im Kopf noch jung gewesen

T/ mhmh

1575P/ geblieben andererseits denke ich aber, du hast schon äh Einstellungen

T/ mhmh

P/ äh wie einer äh das entsprechend, als Beispiel jetzt spontan dass ich sage 'Mensch also ich kann nicht mehr diese diese Musik so wahnsinnig laut hören'

T/ mhmh

1580P/ so als Beispiel

T/ mhmh

P/ dann denke ich mein Gott du bist doch noch nicht so alt

T/ mhmh

P/ so äh oder ähm das das einen äh äh schnell irgend was, nervt

1585T/ mh

P/ äh wenn man wenn man mal, äh irgendwo in einer in einer Menschenmenge steht und so weiter dass man sagt 'ne das brauch ich nicht das das'

T/ das will man nicht mehr haben

P/ nicht mehr haben so dass man sagen wir mal so Sportveranstaltungen da geh ich  
1590den gucke ich mir lieber vorm Fernseher an da brauch ich nicht ins Stadion mit  
achtzig tausend Menschen zu stehen und da mit rum zu brüllen, als Beispiel! so

T/ mh

P/ ich mache mir schon ich ich ich also das Alter ist schon ich hätte nicht gedacht  
dass es auf einmal so schnell geht

1595T/ mhmh

P/ so dieses, man war im Berufsleben

T/ mhmh

P/ dann dann hatte man so einen Übergang dann passierte das mit dieser, der  
Depression und jetzt ist man auf einmal äh erwerbsunfähig-

1600Erwerbsunfähigkeitsrente mein Gott das ist also und jetzt ist alles schon vorbei das  
kann doch nicht wahr sein

T/ mhmh und jetzt ist alles schon vorbei heißt

P/ so! so!

T/ also dass man

1605P/ so äh dass man nicht mehr so aktiv ist

T/ mh

P/ es kommt ja immer wieder obwohl ich ja aktiv genug bin und das habe ich ja  
eingangs gesagt dass ich jetzt also aufstehe und jetzt sage jetzt fährst du wieder  
nach Hause und jetzt musst du gucken und und Aktivitäten sind's genug nur man

1610meint immer! es ist zu wenig oder ich meine dann immer es wäre zu wenig weil man  
früher viel mehr gemacht hat aber dann es ist es ist damit und das muss ich  
akzeptieren es ist und das akzeptier ich mittlerweile auch dass ich sage 'ne Schluss'  
die Aktivitäten jetzt da wie so ein Bekloppter da mit so einem Staubwedel und mit  
dem Staubsauger

1615T/ mh

P/ und was weiß ich da so herum zu laufen ne so so viel Aktivitäten brauchst du nicht  
mehr zu machen

T/ mhmh hat sich auch insgesamt Ihr Zeitbewusstsein da verändert? also dass Sie  
so ein stärkeres Gefühl haben für ja Endlichkeit also in dem Sinne

1620P/ ja! das finde ich das würde ich noch nicht mal sagen andererseits was mir immer auffällt obwohl ich mehr Zeit habe hätte habe geht die Zeit viel schneller rum

T/ mhmh

P/ so das heißt also wenn ich jetzt also bei den bei den Kindern bei den Kindern da die Hausaufgaben kontrolliere

1625T/ mh

P/ dann bin ich statt um halb drei fängt's an dann bin ich um viertel nach zwei zwei viertel nach zwei bin ich da, dann mache ich eine Stunde mit denen Hausaufgaben und dann gehen wir und dann wird wird auch meistens meistens kriegen die auch was zu essen das ist also auch immer sehr nett und so und zack ist es halb fünf

1630kommst'e nach Hause zack wir essen also immer sehr früh was auch sehr sehr gesund ist wenn ich nach Hause komme

T/ mhmh

P/ wubs ist es halb sieben ist es viertel vor sieben da gucken wir die Nachrichten zack ist es ist es äh halb zehn ist der Tag rum es die Zeit rast

1635T/ das klingt jetzt fast so als ob die Zeit sogar noch schneller geworden ist

P/ ja

T/ ja ah ja

P/ die Zeit ist noch schneller geworden

T/ mhmh

1640P/ wenn ich also morgens früh äh die Beobachtung mache ich das noch als Beispiel ich verabrede mich zum Golfen und das ist bei Grevenbroich da hinten bei Bergheim bei bei bei Bitburg und dann, also wir telefonieren je nach Wetterlage viertel nach acht, wann treffen wir uns ja sagen wir halb zehn spätestens, viertel nach acht oh denke ich musst du ja noch tanken fahren halb zehn tanken fahren

1645T/ mhmh

P/ wieder auf die Autobahn Richtung sechsvierzig Richtung Aachen runter (Räuspern) zwei ein halb Stunden fährst ne Stunde zwanzig Minuten je nach dem du fährst wieder zurück ist der ganze Vormittag und einschließlich früher Nachmittag ist schon wieder weg

1650T/ mhmh

P/ denke ich 'verdammst noch mal, musst du jetzt noch einkaufen ja du müsstest jetzt noch einkaufen soll ich jetzt noch fahren oder machst du das morgen?'

T/ mhmh

P/ zack es geht rucki es geht rucki de zucki

1655T/ mhmh

P/ so ein Tag und das äh liegt vielleicht auch daran dass ich also immer denke 'mein Gott du hast noch du musst noch da hin fahren dann musst du spielen dann musst du zurück fahren dann musst du das Auto wieder abstellen und dann musst du nach der Post gucken und dann musst du Wäsche machen' (Stöhnen) das ist dies unter

1660Druck setzen

T/ mhmh

P/ oder dieses dieses vermeintliche obwohl ich auch sagen könnte 'nein' oder 'wie schön'

T/ mh

1665P/ ja ähm noch eine letzte Frage und zwar, wie nehmen Sie denn so äh die

Thematisierung von Alter zurzeit in der Öffentlichkeit wahr es ist ja auch was was so in Medien auftaucht äh unter verschiedenen Stichworten, so Generation fünf und fünfzig plus oder ähm die Frage der Alters äh Beschäftigung

P/ ja

1670T/ oder äh auch die Frage des äh gesunden Alterns und solche Themen sind ja noch vermehrt auch in den Medien thematisiert

P/ das das äh äh, vordergründig gesagt hätte ich ja nie gedacht dass das mich so betrifft

T/ mhmh

1675P/ schon seit langem

T/ mh

P/ schon seit längerer Zeit schon seitdem ich also diese vorläufige Verrentung

T/ mhmh

P/ Verrentung hatte, und auch wenn man zurück zurück verfolgt wie es damals noch

1680hieß bei der BfA den ersten Antrag gestellt

T/ mhmh

P/ und dann zum ersten zum ersten Gutachter dann äh das Gutachten bekommen wo Professor Doktor Tress so einen schönen Satz darunter geschrieben zum neuen Gutachter und und so weiter, man merkt! oder ich merke ich merke dass es also

1685dieses Thema ähm, oder das macht mich sagen wir mal so äh nicht mehr so, sehr erstaunt in der Situation in der ich bin

T/ mhmh

P/ immer noch bin

T/ ja

1690P/ dieser / da bin ich ja Gott sei Dank einer der das gesehen hat und der das hat behandeln lassen oder versucht zu behandeln

T/ mhmh

P/ das Thema, Alter wird ja immer vordergründiger.

T/ wie meinen Sie das mit vordergründiger?

1695P/ das ist also immer erst immer mehr das wird immer mehr nach vorne

T/ das kommt immer mehr nach vorne

P/ nach vorne und vordergründiger und und und immer wichtiger und es wird auch äh das Alter wird auch immer immer äh im Vordergrund oder immer mehr im

Vordergrund stehen weil es auch immer, es ist ja auch immer so dass auch immer

1700mehr Jüngere äh gef- gefordert werden das heißt also sagen wir nur das Beispiel äh

ich ich würde mit meinen neunundfünfzig würde eine Bewerbung schreiben da

würden sie sich kaputt lachen, da würden sie sich in die Hosen machen vor Lachen

die Leute wenn es also eine Stelle ist es ist ja so dass dieser Jugend Jugendwahn!

sag ich mal wenn Sie die die Zeitungs äh die Stellenangebote aufschlagen in der

1705Zeitung oder fünfund- fünfund- fünfunddreißig Schluss

T/ mh

P/ das macht einem zu schaffen das macht der ganzen Gesellschaft zu schaffen

meiner Ansicht nach

T/ mhmh

1710P/ dieses ich sag's jetzt mal so wie ich es kenne dass dieser dass dieser dass das

das Alter immer wichtiger wird oder immer unwichtiger das heißt die Alten werden

immer, werden schneller abgeschoben und das Alter also die Jugend wird immer

wichtiger

T/ mhmh

1715P/ so sehe ich es vielleicht

T/ ah ja

P/ als als als ein Aspekt

T/ ja ja

P/ das könnte man stundenlang, diskutieren

1720T/ ja ja



P/ ich weiß nicht ob ich da ob ich das so mit Ihnen da das so so beantwortet habe  
aber das Alter ich ich sehe das so

T/ also dass gesellschaftlich die / Alten eher in obwohl das Alter eigentlich ein  
wichtiges Thema ist dass das Alter aber gesellschaftlich eher zurück gedrängt wird

1725 und sozusagen die Jugend immer mehr in den Vordergrund +gestellt

P/ ja!+ andererseits kann man aber wieder sagen die Alten sind heutzutage so fit wie  
nie haben so viel Geld wie nie können so viel reisen wie nie äh aber das sind auch  
immer nur so ähm Ausschnitte

T/ mh

1730 P/ von manchem das sind so Ideal- Ideal- Idealfälle

T/ ja

P/ wo der Regierungsoberdirektor äh dann seine siebentausend Euro äh Pension hat  
nich als Beispiel oder was weiß ich nich und der dann nur in der Weltgeschichte  
herum reist

1735 T/ mh

P/ aber das wird also meiner Ansicht nach, ist ist das von beiden Seiten oder von  
zwei Seiten her zu sehen

T/ mhmh

P/ ja

1740 T/ ja, Herr Heine vielen Dank für das äh Gespräch

P/ ich hoffe es hat Ihnen etwas gebracht, was wird denn damit jetzt passieren?

T/ ich schalt erst mal das Band aus und dann beantworte ich Ihnen die Frage gleich  
noch

P/ jawohl das haben Sie glaube ich schon mal gemacht

1745

(+00:40:08)

Transkript vom 25. 04. 2007, Patient: Frau E

T/ ähm ja es geht uns darum jetzt also noch mal so eine Katamnese nennt sich das ja

5P/ ja

T/ ein Katamnese-Interview wo wir auch noch mal ein bisschen in Ihre, in Ihre Lebenssituation einsteigen wollen in Ihre Symptome die Gruppe und ein bisschen genauer es geht mir nicht nur darum zu sagen ähm, ja was vorher was besser was schlechter ist

10P/ ja

T/ ja? das haben wir ja auch an, an den Fragebögen gesehen dass sich da ja auch schon ein bisschen was verändert hat

P/ mhmh

T/ aber wir wollen sozusagen auch noch mal ins +Detail eintreten

15P/ ja+

T/ ja ähm wenn was schwierig sein sollte, ja dann sagen Sie es einfach

P/ ja

T/ dann müssen Sie das ja sagen aber, ich denke es ist ja vielleicht auch ein Stück Selbsterfahrung für Sie

20P/ mhmh

T/ ähm, das wird jetzt ungefähr fünfzig sechzig Minuten dauern

P/ ja da kommen wir gerade noch hin

T/ ja da kommen Sie noch hin ne? Ja, ich lese mal so ein bisschen auch von meinem Leitfaden ab, mhmh können Sie zunächst vielleicht noch mal allgemein was zu Ihren 25Beschwerden sagen? gibt es da in letzter Zeit oder im letzten halben Jahr mal irgend eine Veränderung, was Ihre Beschwerden betrifft?

P/ ja, es gibt eine Veränderung, und zwar, eigentlich zum Negativen

T/ ja?

P/ es ist, ich hab ja mal erzählt, also wenn ich mal nur so, bisschen also falsch 30angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen

T/ ja

P/ also das hatte ich ja vorher schon

35T/ ja

P/ und das war nur, in der Phase wo wir irgendwie einen Streit hatten oder so, und dann hatten wir, hatte ich mich mal fürchterlich aufgeregt und, es äh war sofort wieder in mir, also das! ah! das kann man gar nicht beschreiben das ist so schrecklich! also ähh man möchte, man kann nicht ruhig sitzen man möchte laufen

40man denkt also, man, es zerspringt in einem

T/ mhmh mhmh

P/ und ähh das hatte ich nach einem, noch nicht mal Streit das war nur ein Disput, so schlimm, ähm dass es nicht mehr zurück ging

T/ ah ja?

45P/ also ich war also ich hatte ständig dieses Gefühl nur wenn ich jetzt äh, mit jemand zusammen war mit Freunden oder so dann merkte ich wie das abfiel aber sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

T/ ja

P/ und ich bin dann zu meinem Hausarzt gegangen, und der hatte mir dann 50Antidepressiva verschrieben, bei mir ist das Problem, das große Problem dass ich keine Medikamente vertragen kann

T/ mhmh

P/ und ich hatte, große Bedenken und hab ich eine ganz kleine Dosis, ähm genommen

55T/ mhmh

P/ und stellte fest, also es geht mir besser

T/ damit besser?

P/ ja nach ein paar Tagen war das alles wieder in Ordnung und meine normale Reaktion wenn jetzt irgend etwas ist dann habe ich das zwar auch

60T/ ja

P/ aber es geht weg

T/ geht wieder weg

P/ ja nur, wie gesagt die Tabletten-Unverträglichkeit, ich hatte das jetzt vor ein paar Tagen hatte ich fürchterliche Kopfschmerzen und, ich nehme jetzt die Antidepressiva

65ungefähr seit einem, mh seit zwei Monaten

T/ ja

P/ ja also eher sechs Wochen und ich habe dann zwei Aspirin genommen und ich bin dann ins Bett und am nächsten Morgen also als ich dann aufgestanden bin hatte ich also ganz schlimme Schwindelgefühle

70T/ mhmh

P/ also ich konnte äh, also ich fühlte mich schon richtig ein bisschen behindert und ich wusste sofort das kommt von den Aspirin, in Verbindung jetzt mit den Antidepressiva

T/ ja?

75P/ wenn ich vorher habe ich die Antidepressiva nicht genommen und wenn ich dann mal Tabletten genommen habe aber das konnte ich immer nur ein zwei Tage weil es mir danach immer sehr schlecht ging, da konnte ich die vertragen aber jetzt in Verbindung zu den Antidepressiva war das ein richtiges Problem und drei Tage ist mir sehr schwindlich gewesen

80T/ ja

P/ und auch natürlich äh, die große Angst auf einer Zeitbombe zu sitzen

T/ mhmh

P/ jeder Mensch braucht irgend wann mal Medikamente

T/ mhmh

85P/ und dass ich dann so! wieder so erschreckend reagiere, also ja fand ich schon also ja

T/ wann wann war mit diesem Disput jetzt mit dem Ehemann und dass sich so dieses Gefühl einstellt wie lange ist das her?

P/ das ist her? was haben wir jetzt? April? ja Januar, Januar ja

90T/ Januar?

P/ ja Januar, und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut

T/ ja

P/ nur ich hatte gestern, das war auch wieder so eine Geschichte, ähm da hatte ich von einer Heilpraktikerin ähm, so ganz gute Vitamintabletten bekommen

95P/ mhmh

P/ und die habe ich dann mittags ich denke 'da könntest du ja sporadisch mal eine nehmen' weil die waren auch damals sehr teuer und die hab ich genommen und nach ähm einer Stunde, wurde mir auf einmal auch wieder schwindlich

T/ ja

100P/ nicht so stark und ich kriegte fürchterliche Kopfschmerzen, und ja ich wusste nicht worauf das zurück zu führen war ich denke Mensch dass Du nun doch nicht die Antidepressiva nicht vertragen kannst, ich hab mir Gedanken gemacht, bin aber nicht darauf gekommen erst abends auf einmal ich sah die Tabletten die die Vitamintabletten und hab dann gedacht, ja! das war es

105T/ mhmh

P/ und heute morgen geht es mir wieder sehr gut

T/ mhmh okay also Sie sind da sehr empfindlich

P/ ja

T/ müssen da aufpassen?

110P/ ja

T/ und haben dann Ängste

P/ ja

T/ vielleicht mal darauf angewiesen zu sein auf stärkere Medikamente die Sie nicht vertragen?

115P/ ja ich hab ja nun äh meine Hüfte ist ja nicht so gut und jeder Mensch muss mal irgend wann Tabletten nehmen

T/ ja

P/ und ich kann eigentlich gar nichts mehr vertragen, ich bin froh dass die Antidepressiva geholfen haben nämlich ich hätte hätte sonst nicht gewusst wie es

120weiter gehen sollte, und ich bin dann auch zu einer Heilpraktikerin gegangen die macht so chinesische Heilbehandlungen

(00:08.09 – 00:08:28 kein Ton)

P/ nein nein

T/ also gleichbleibend okay? Gut ähm, gab es in den letzten zwölf Monaten also im

125letzten Jahr gab es da irgend welche kritischen Lebensereignisse? betreffend Ihrer Gesundheit hat sich Ihre Krankheit?

P/ nein

T/ gab's familiäre Beziehungen Trauerfälle, Zahlungsverhältnisse Umzug? hat sich irgend etwas Gravierendes verändert?

130P/ nein nein

T/ nein nein okay, ähm wie würden Sie so Ihr Leben zurzeit schildern? wie verbringen Sie Ihren Tag? wie sieht so Ihr Alltag aus?

P/ ja

T/ können Sie mir mal den typischen Ablauf ein bisschen schildern?

135P/ doch eigentlich, doch einiges

T/ mhmh

P/ ich gehe montags, eigentlich ich muss also sagen ich habe ein sehr schönes Leben

T/ mhmh

140P/ nicht wahr, wir haben keine Probleme finanzieller Art oder so, also montags also gehe ich lerne ich Italienisch schon seit langer Zeit

T/ ja, mhmh

P/ und ja und dann jeden Morgen mache ich Sport, das heißt also ich habe einen Ergometer da da fahre ich zwanzig Minuten und mache Gymnastik auch speziell für

145die Hüfte und auch so, und ja ich gehe zur Wassergymnastik und treffe mich mit äh, einer Freundin einer Bekannten mein Leben ist eigentlich ausgefüllt. mein Mann, der ist zwar immer

T/ ja?

P/ jetzt bei so einem Wetter, ist immer im Garten wir haben einen Schrebergarten

150hier in Düsseldorf wir wohnen ja in Ratingen und also das ist so sein ein und alles also manchmal hätte ich dann schon gerne, wenn wir dann mal ein bisschen was gemeinsam unternehmen, ähm das bezieht sich dann meistens nur auf den Sonntag, dass wir dann dann zusammen irgend was machen oder ich fahre auf dem Rad bei dem Wetter das ist ja herrlich

155T/ okay aber es ist so dass Sie schon auch einen relativ getrennten Tagesablauf haben?

P/ ja ja

T/ wie kann ich mir das denn vorstellen? frühstücken Sie denn +zusammen?

P/ ja+ wir frühstücken zusammen ich mache meinem Mann dann die Butterbrote also  
160wenn er dann so zur Arbeit geht und gebe ihm auch einen Tee mit und ja und dann, ist er dann auch bei schlechtem Wetter ist er so um drei Uhr wieder zu Hause

T/ ah ja und wie ist das so für Sie beide? ist das eigentlich ganz gut für Ihre Ehe dass Sie so jeder Ihren Bereich haben? oder? wie schätzen Sie das ein? ist es eigentlich für Sie zu wenig?

165P/ ich finde es eigentlich äh für mich ein bisschen eintönig

T/ mhmh

P/ weil ich möchte gerne mal was anderes machen, ich möchte mal irgendwo hin fahren und so und dann hat er dann keine Lust dazu

T/ keine Lust dazu

170P/ ja

T/ mhmh was hat Ihr Mann beruflich gemacht?

P/ Schreiner

T/ Schreiner, und seit wann ist er in Pension?

P/ seit 2002

175T/ aha ja das ist ja jetzt auch schon ne ganze Weile her

P/ ja ich bin ja seit 2005 seit 1. 4. 2005 ja

T/ mhmh ja ich würde ja eher Sie haben ja auch schon gesagt wie würden Sie denn die Lebensqualität so einschätzen? sie haben ein schönes Leben?

P/ ja das, könnte man ist ja, (lachen) eigentlich nie zufrieden

180T/ ja

P/ also da könnte es, wenn mein Mann ein bisschen mehr, was soll ich sagen so zwei drei bei schönem Wetter ein zwei Tage in der Woche dann für mich hätte das wäre schön weil gut man trifft sich so mit Bekannten und so aber auch natürlich nicht immer und, ja und das ist doch äh, nicht so als wenn man jetzt zusammen was

185unternimmt da hat er einfach überhaupt keine Lust zu

T/ mhmh

P/ würde da gerne nachher noch mal darauf zurück kommen

P/ ja

T/ wenn ich darf aber zunächst nun mal nach Selbstaspekten nach

190Selbstbildaspekten

P/ mhmh

T/ fragen ähm wie würden Sie sich selbst beschreiben? welche Eigenschaften gibt es? insbesondere positive oder evtl. auch Eigenschaften die Sie nicht so positiv sehen wie würden Sie sich so bezeichnen als Person?

195P/ tja ach ja (p: 00:00:08) eigentlich sehr unsicher

T/ mhmh

P/ (p: 00:00:18) es ist wenn ich jetzt so äh erzähle was ich so unternehme, also wenn ich jetzt mal nichts vorhabe, ähm dann muss ich mich auch bei schönem Wetter, dann erst mal Anlauf nehmen äh rauszugehen

200T/ mhmh

P/ mich auf mein Fahrrad zu setzen aber dann muss ich irgendwie ein Ziel haben, das dauert manchmal eine Stunde ehe ich mich dann wirklich entschieße so, äh selbst jetzt, Du fährst jetzt mal ne Runde

T/ mhmh

205P/ und dann bin ich eigentlich auch immer sehr froh

T/ mhmh

P/ oder du gehst in die Stadt. ja wie beschreibe ich mich? ja sehr sehr unsicher (p: 00:00:17) ich bin ziemlich

T/ ja?

210P/ ziemlich hektisch, möchte so meine, meine Hausarbeit also schnell wie möglich geschafft kriegen

T/ mhmh

P/ das muss zuerst sein, also, relativ ja, pflichtbewusst, ja

T/ mhmh

215P/ also zuerst die Hausarbeit, und dann kann ich mich dann hinsetzen, ein Buch lesen oder rausgehen und (p: 00:00:05) ja mir fällt nichts ein wie ich mich beschreiben könnte

T/ was können Sie denn besonders gut?

P/ besondere Fähigkeiten? ach eigentlich kann ich gar nichts gut

220T/ och (gemeinsames Lachen)

P/ das ist auch so eine eine Schwäche von mir

T/ mhmh

P/ ja ich mach alles was gemacht werden muss aber das ich jetzt was besonders, äh gut kann? ich habe also keine Spezialitäten

225T/ mhmh

P/ gut ich setze mich auch schon mal an den Computer hin ne?

T/ mhmh, was würde Ihre beste Freundin denn sagen was Sie gut können?

P/ (p: 00:00:10) ja eigentlich ich kann nichts gut

T/ nein?

230P/ nein

T/ erleben Sie das so?

P/ ja! ja vielleicht kann ich ganz gut kochen

T/ ja den Haushalt offensichtlich gut regeln

P/ ja ja



235T/ können Sie auch gut

P/ mh Gäste vielleicht gut bewirten, obwohl ich merke da auch da bin ich schon, ähm eigentlich doch schon mehr verunsichert als früher

T/ mhmh

P/ wenn ich da so mehrere Leute habe und dann die bekochen soll das macht mich  
240schon nervöser als früher, ich bin ein nervöser Mensch ja, obwohl ich so auf andere vielleicht relativ ruhig wirke

T mhmh

P/ ich bin sehr langsam im Denken, stelle ich immer wieder fest

T/ mhmh

245P/ wenn beim Vokabeln üben oder wenn ein Problem beim PC auftritt (p:00:00:08)  
ja ich bin auch nicht das was man ///// sagen könnte ich bin kein künstlerischer Mensch

(00:18:28 – 00:18:51 Tonausfall = T wechselt Band, macht etwas am Gerät)

T/ das sind so typische // Gerät ausstellen, gut läuft wenn das so raschelt ist aber  
250okay (lacht)

T/ ähm gibt es so typische Konfliktmuster die Sie so erkennen würden? also so nach dem Motto: wenn dies und dieses Muster auftritt dann kommst immer bei mir zu Konflikten? könnten Sie so was identifizieren?

P/ ja ja ja

255T/ was ist das für ein Konfliktmuster in das Sie da geraten?

P/ ja ich kann mal also, von dem, wo ich eben von gesprochen hab da im Januar

T/ ja

P/ diesem Disput

T/ ja

260P/ Wir haben Freunde in Berlin und (p:00.00:04) nein ich muss anders anfangen, wir waren vor zwei Jahren da hatte mein Mann die Goldene\_Konfirmation, und da war meine Schwägerin mit dabei und meine Tochter und, in Leipzig war das und auch die Freunde es war ein Schulfreund von meinem Mann der hatte auch

Goldene\_Konfirmation die wurden damals zusammen konfirmiert und, äh gut da  
265waren wir eine so richtig nette Gruppe und, äh meine Schwägerin die war auch mit die hatte auch Goldene, ich glaube ein Jahr vorher die Goldene\_Konfirmation aber das hat man dann so zusammen gemacht, und ich habe immer so das Gefühl, dass ich dann so hinten angestellt werde, dass ich gar! nicht vorhanden bin und meine

Schwägerin beschäftigt sich dann da mit unseren Freunden und ich, stehe dann so  
270eigentlich alleine da

T/ so am Rande?

P/ ja und kann, und bin dann auch nicht in der Lage mich dann irgendwie einzubringen, ich merke wie ich vollkommen blockiert bin

T/ ja

275P/ man könnte das vielleicht irgendwie auflockern aber mir fällt auch nichts ein was ich dann, wie ich mich da einbringen kann, und das sind so die typischen Punkte die ich habe, dass ich so einfach übergangen werde, das ist nicht nur das eine sondern das habe ich häufiger das bilde ich mir mit Sicherheit nicht ein.

T/ mhmh ja

280P/ es liegt sicher auch daran dass ich mir sage 'mein Gott Du hast ja, Du hast ja nichts zu sagen' was sagst wenn ich etwas erzähle dann merke ich förmlich, mein Gegenüber, nicht immer aber oft, also dann gehen die Gedanken bei dem schon spazieren und ich merke also, dass die Person mir gar nicht zuhört

T/ mhmh

285P/ und das, finde ich schon, also das, ist schon etwas, wo ich auch immer wieder darüber nachdenke.

T/ mhmh, mhmh und wie ist das bei Ihrem Mann? ihr Mann ist ja die Person die Ihnen am nächsten steht?

P/ ja

290T/ ja, wie würden Sie den so beschreiben, wie sind seine Eigenschaften?

P/ ja, ähm, er ist in der Regel sehr ausgeglichen

T/ mhmh

P/ hat also, er ist kein launischer Mensch

T/ mhmh

295P/ aber wenn ihm was nicht passt, dann kann er sehr aufbrausend und zumindest früher, jetzt nimmt er sich ein bisschen zurück sehr aufbrausend und auch verletzend, sein

T/ ja mhmh, so verbal?

P/ ja ja, er lacht gerne und viel also ist eigentlich ein positiver Mensch

300T/ ja mhmh und hat er auch ein bestimmtes Konfliktmuster das Sie bei ihm identifizieren würden?

P/ (p:00:00:06) ja

(p:00:00:28) also er kann dann sehr barsch in seinem Ton sein wenn ich, wenn ihm etwas nicht passt, was wenn er etwas gut meint jetzt ich weiß nicht ob ich das schon  
305mal gesagt habe wenn zum Beispiel ist er einmal fürchterlich ausgeflippt wir waren zu mehreren in einer Gruppe die haben das allerdings nicht mitgekriegt mein Mann und ich wir waren zuerst und wollten irgendwo einkehren und mein Mann hatte mir den besten Platz ne? zurecht geschoben, und ich bin weiter gegangen damit die anderen auch gut, ja gut sitzen konnten und über so was kann er sich wahnsinnig  
310aufregen, für mich eigentlich vollkommen grundlos so was.

T/ ja er möchte Ihnen da was geben +und

P/ ja+ ja

T/ Sie nehmen das dann nicht an, das ist für ihn schwierig?

P/ ja

315T/ das heißt es gibt eigentlich eine ganz bestimmte Konfliktsituation so ein Muster in Ihrer Ehe?

P/ ja

T/ ja und das wär so ein Beispiel dafür auch?

P/ ja (p:00:00:08) ich meine das sind oft so Sachen da, fasse ich mich am Kopf, dann  
320sag ich ich sag immer zu ihm ich sage 'wenn ich das jetzt so sagen würde wie Du mir das so sagst, also Du würdest ausflippen', das ist ja nicht so unbedingt aber es ist wirklich so, richtig harsche Kritik, hat er nicht so gerne

T/ mhmh

P/ also er hat das gerne aber dann, es ist auch, so bei uns also wir können, also  
325ganz nett und zusammen miteinander umgehen also und das ist meistens der Fall

T ja

P/ aber und wenn dann nur ein kleiner Krach ist dann bricht irgendwie das alles diese Harmonie bricht ich weiß nicht ob das bei anderen auch so ist die bricht so auseinander, erstmals geht es mir besonders dreckig dann

330T/ ja

P/ was ich ihm natürlich dann gar nicht so sage

T/ mhmh

P/ das ist dann so als wenn man sich so vollkommen fremd wäre, wissen Sie wie verkommen das ist?

335T/ ja

P/ Wissen Sie die vollkommene Harmonie! gibt es ja nicht aber dann ist irgendwas und dann, und dann ist der ganze Tag gelaufen

T/ ja

P/ Tag oder Tage

340T/ und dann dauert das auch +bis?

P/ und das+ dauert erst mal, langsam langsam

T/ bei +Ihnen?

P/ bei+ mir natürlich, bei meinem Mann nicht, ich muss das erst mal, dann kommen immer die Gedanken, dann muss ich das immer wieder gedanklich verarbeiten und

345das ist also schlimm

T/ mhmh, diese Art von Konflikt die Sie da beschrieben haben ist das irgendwie auch mal in der Gruppe aufgetaucht? so was ähnliches? für Sie?

P/ ja, ja, doch

T/ haben Sie da ein Beispiel für oder ist das jetzt zu schwierig?

350P/ ja das wüsste ich jetzt nicht

T/ mhmh

P/ es ist schon angesprochen worden ja also ich hab's schon mal angesprochen in der Gruppe, ich denke mir wenn jemand ne andere Person wäre die mehr Selbstbewusstsein hätte, die könnte sich eher dagegen wehren dass das nicht bis

355ins Innerste geht dass das vorher so ein bisschen, abprallt.

T/ gab's da den Ausweis dass Sie sich eher so verletzt fühlten

P/ ja

T/ oder nicht beachtet fühlten?

P/ verletzt

360T/ verletzt?

P/ verletzt ja

T/ von einem Gruppenmitglied oder auch von therapeutischer Seite?

P/ ach so nein nein nein das habe ich jetzt falsch verstanden nein also nein von der Gruppe nicht

365T/ von der Gruppe nicht?

P/ nein nein

T/ gar nie nie?

P/ nein nein

T/ und worauf haben Sie das jetzt bezogen woher Sie das kennen? Aus anderen  
370Gruppen oder?

P/ ja das war in dem ich war ja fast zwei Jahre äh vier Monate da in der Tagesklinik

T/ ach so mhmh

P/ und da gab's auch schon mal so ah ja, da wurde dann, kritisiert an mir kritisiert  
dass ich mich so wenig einbringe

375T/ ah ja

P/ also ziemlich massiv von einer Person, die sowieso auch immer gut reden kann  
der das keine Probleme machte, da vor der Gruppe zu stehen und zu reden

T/ mhmh

P/ ja da habe ich mich schon ja da war ich schon ziemlich, verletzt

380T/ mhmh das haben Sie auch sehr als Vorwurf und nicht so als Wunsch verstehen  
können?

P/ ja ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne aber ich kann es nicht ich  
komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht

T/ ja während insbesondere während des Gruppenprozesses gab es da auch so  
385Hinweise auf Ihre Biografie auf Ihre Lebensgeschichte womit diese Konfliktmuster  
zusammen hängen könnten?

P/ meinen Sie jetzt in den 4 Monaten in der Tagesklinik?

T/ nein ich meinte jetzt eigentlich hier bei uns

P/ ja eigentlich nicht ich hab wohl einiges, wohl einiges erzählt aus meiner Kindheit,  
390wie das alles gelaufen ist aber

T/ aber das haben Sie schon gemacht?

P/ ja ja ja

T/ das heißt Sie wussten da schon einiges und dann wurde das noch mal konnten  
Sie sich dahingehend dann nochmals öffnen in der Gruppe was Ihre

395Lebensgeschichte betrifft?

P/ ja, obwohl eigentlich nicht so, so richtig geöffnet, habe ich mich eigentlich nicht ich  
habe die Gruppe das muss ich leider Gottes sagen für mich nicht genutzt

T/ mhmh

P/ es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich  
400würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können

T/ mhmh was ist so schwer für Sie?

P/ ja in dieser Gruppe, wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen und so richtig in die Tiefe, ist da selten jemand gegangen

405T/ ja ich verstehe

P/ obwohl wir ja fast zwei Jahre zusammen waren

T/ mhmh und das kannten Sie anders von der Tagesklinik her wo es da eine ganz intensive Behandlung gibt?

P/ ja das lag aber dann, an den Teilnehmern und dass man sich auch fast jeden Tag

410also man hat sich ja jeden Tag gesehen

T/ ja mhmh können Sie noch mal beschreiben, was Sie für eine Position denn hatten in der Gruppe? wie würden Sie die +sehen?

P/ ich+ würde die Position so als, ja aufmerksamer Zuhörer

T/ mhmh aber eigentlich nicht am Rande?

415P/ mehr ja ja mehr am Rande ja

T/ aber der aufmerksame Zuhörer ist ja doch mittendrin? oder +kann mittendrin sein?

P/ aber ich+ habe mich doch am Rande gefühlt und war es auch also ich war niemand der jetzt so die Gruppe der da irgendwelche Impulse geben konnte, das liegt nicht so in meiner, Sache meiner Natur, ich meine dass ist immer einfach gesagt

420ich habe auch gemerkt wenn ich, wenn ich! dann mal wirklich über meinen Schatten gesprungen bin und dann hab ich was gesagt und so, dann ging's mir richtig gut danach und dann fand ich es auch gar nicht schlimm, aber so dass den ersten Satz die ersten zwei Sätze das hat mir immer große Probleme der Riesensprung dann einzusteigen aber wenn ich dann mal drin war dann war es okay ja

425T/ ja dann ging es also dann konnten Sie doch ein bisschen was mitnehmen?

P/ ja ja natürlich ich habe schon einiges für mich, versucht also was ich anwenden kann, aber Theorie und Praxis

T/ die klaffen noch?

P/ ja

430T/ und dass Sie so eine aktive Zuhörerin sind ist nichts Positives, für Sie? also aktiv zuhören zu können ist doch eine hervorragende Eigenschaft auch gerade für eine Gruppe?

P/ ja aber wenn wir alle aktiv zuhören dann bewegt sich ja nichts in der Gruppe

T/ da hätten Sie eigentlich ein bisschen mehr von sich erwartet einen anderen

435Anspruch gehabt?

P/ ja das hätte ich mir sehr von mir gewünscht ja

T/ ja gab es denn besondere Konflikte in der Gruppe aus Ihrer Sicht?

P/ ja da war ein Konflikt (p:00:00:05) mh das ging dann so doch, so über mehrere Sitzungen, das war schon, aber das wurde dann auch beigelegt

440T/ das hat Sie jetzt nicht besonders berührt?

P/ nein nein nein es ging da um das Verhalten, von zwei Teilnehmerinnen, die eine fühlte sich von der anderen bedrängt, so dass sie die eine sie immer hätte anrufen müssen und sie hatte keine Lust dazu und also solche Sachen, und die eine die wollte das nicht und hat dann auch nicht angerufen und die andere Dame hat das

445nicht erwartet eigentlich das war so, die haben sich falsch verstanden nicht

T/ ja

P/ und das war ziemlich heftig aber es war sehr interessant, das fand ich toll dass das zur Sprache gekommen ist

T/ okay da hatten Sie so ein Beispiel wie andere mit Konflikten +umgehen

450P/ ja+

T/ wie man vielleicht auch anders mit Konflikten umgehen kann?

P/ ja genau die eine, die in den Konflikt auch involviert war, die fand sich genau so wie ich mich am Rande stehend

T/ ach so mhmh

455P/ obwohl ich das von ihr gar nicht sagen konnte also sie hat ich fand eigentlich immer, gut was sie so gesagt hat

T/ vielleicht hat Sie deshalb dieser Konflikt auch so, ich will nicht sagen gefesselt aber doch Sie haben sich ja daran erinnert?

P/ ja ich fand das toll

460T/ mhmh

P/ dass das alles auf den Tisch gekommen +ist

T/ okay+ und Sie halten sich ja eher so zurück?

P/ ja ja

T/ wenn es um Ihren Ärger und Ihre Verletzlichkeit geht?

465P/ ja

T/ ja, ähm gibt es besondere Gruppenmitglieder, für Sie? die eine Bedeutung haben? sich mit jemanden angefreundet besonders gut verstanden oder, überhaupt nicht gut verstanden?

P/ nein ich habe mich eigentlich, mit niemandem angefreundet, ich habe auch mit  
470niemanden telefoniert, verschiedene andere da waren zwei Damen die haben schon  
mal miteinander telefoniert, nee angefreundet sicher nicht auch die eine Dame die  
auch so meinte sie würde am Rande stehen also die fand ich schon sehr  
sympathisch war auch eher ein verschlossener Mensch aber man bezog das erst nur  
auf sich aber das war nie ein Thema aber so +richtig

475T/ da+ haben Sie einen Kontakt gespürt in der Gruppe ja?

P/ ja so richtig warm geworden bin ich eigentlich mit niemandem in der Gruppe, aber  
vielleicht das lag sicher auch an mir

T/ ja die Therapeuten wie haben Sie die erlebt? was würden Sie sagen was haben  
Sie für eine Beziehung zu denen gehabt?

480P/ ja ich fand die Frau Doktor Bergstein, ganz toll und auch, Herr wie heißt er noch  
mal?

T/ Stratkötter

P/ und auch Herrn Stratkötter auch, ich fand das schon also wie die die Gruppe  
geleitet haben fand ich schon in Ordnung

485T/ was hat Ihnen denn da gefallen?

P/ ja, (p:00:00:05) ähm wie sie ja in der Lage waren so aus manchen noch was  
rauszuholen

T/ mhmh aus Ihnen auch?

P/ joa sicher

490T/ ja?

P/ ja auch aus mir

T/ also dieses so ein bisschen fordern fördern?

P/ mhmh, also der Herr Stratkötter der hatte mal ein, so ein Spiel gemacht das weiß  
ich nicht mehr wie das so zusammen hing, und zwar wen man gut leiden kann und  
495wen man nicht so gut leiden kann dem sollte man dann die Hand auf die Schulter  
legen und eine, Kursteilnehmerin also die hatte so ein lautes Wesen, und also das  
war auch wieder so ein Gefühl, sie sah mich nicht das war so mein Gefühl und als es  
dann hieß dann wen man jetzt nicht so gut leiden kann dann habe ich dann meine  
Hand auf ihre Schulter gelegt, und dann hatten wir so ein kleines Rollenspiel, und da  
500habe ich festgestellt dass die andere das ganz anders gesehen hat als ich, und  
seitdem haben wir uns eigentlich gut verstanden

T/ aha



P/ ja dann haben wir uns schon mal unterhalten und so, das fand ich auch eigentlich sehr positiv

505T/ also die Therapeuten haben Sie überwiegend als anregend erlebt?

P/ ja in jedem Fall, ja

T/ gab es da was was Ihnen nicht so gut gefallen hat? das Sie was vermisst haben sich gewünscht hätten?

P/ (p : 00 :00 :12) mh ich wüsste jetzt nicht, es wurde mal in der Gruppe bemängelt

510also dass die Therapeuten, nicht so den Anfang gemacht haben wenn da so eine Stille war und, das wurde mal bemängelt, aber man weiß ja dass die dafür nicht da sind dafür nicht da sind für diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gesessen und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann dann doch jemand was rausgebracht hat

515T/ das war manchmal ein bisschen schwierig?

P/ ja ja

T/ gut ich habe jetzt hier noch so einen Fragebereich da geht es um so altersspezifische Fragen

P/ ja

520T/ vielleicht fange ich da mal mit dem Schwierigsten an, ich weiß nicht wieweit Sie das beantworten möchten so zu Ihrem Körperbild was haben Sie für ein Körperbild und was macht das mit Ihnen auf das Älterwerden auch bezogen auf Ihren Körper?

P/ ja also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn, aber eigentlich belastet mich das nicht so sonderlich

525T/ mhmh

P/ also so lange ich noch meine Figur halte ich finde wenn ich auf einmal, dicker werden würde dann wäre ich nicht so gut mit mir zufrieden

T/ aber das ist so eigentlich ganz okay?

P/ ja ja ja

530T/ und für den Bereich Sexualität, wenn ich das fragen darf?

P/ ja (p : 00 :00 :09) also es ist eigentlich gleich Null

T/ mh gibt wenig Zärtlichkeiten mit Ihrem Mann?

P/ Zärtlichkeiten gibt es viel aber äh sexueller Art eigentlich weniger

T/ mh würden Sie da gerne was ändern?

535P/ also ich eigentlich ja manchmal schon, aber eigentlich finde ich das okay, ich glaube aber mein Mann der ist da nicht so, ganz so zufrieden

T/ und sprechen Sie da darüber oder ist das kein Thema?

P/ nee das ist kein Thema

T/ und hat das überhaupt was mit dem Alter zu tun?

540P/ ja! ja ja in jedem Fall

T/ mhmh ja mh Thema Alter welche Bedeutung hat das Thema speziell für Sie? für Sie persönlich?

P/ ja Alter? ich denke da an an Krankheiten

T/ ja

545P/ und vor allen Dingen was ich festgestellt habe bei mir was so erschreckend ist ist meine Vergesslichkeit

T/ mhmh

P/ ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

550T/ was ist da Ihre Befürchtung?

P/ ja dass ich, dass ich dann nicht mehr weiß was ich gestern getan habe

T/ gibt es da Beispiele in Ihrem Umfeld?

P/ ja in meinem Umfeld nicht aber ich beobachte das so an mir, wenn ich dann aus der Küche ins Schlafzimmer gehe wie oft ich das dann was ich holen will, vergesse

555dann muss ich dann stehen bleiben ja dann fällt es mir wieder ein und auch so andere Sachen Rechnungen die ich bezahlen müsste die habe ich nicht mehr im Kopf, also selten und wenn ich die dann nicht sehe dann kann ich das schon mal, vergessen

T/ ja

560P/ das macht mir schon Angst

T/ das ist für Sie so das Einschneidenste?

P/ ja ja und auch so die Wortfindung, ich habe oft so Probleme dann die richtigen Wörter zu finden die fehlen mir dann auf einmal

T/ gibt es da auf der anderen Seite etwas was Sie jetzt erst im Alter erst für sich

565entdecken? was Sie früher vielleicht nicht so konnten nicht so zur Verfügung hatten?

P/ ja Zeit vor allen Dingen

T/ mhmh

P/ dass man mehr Zeit zur Verfügung hat

T/ das heißt auch mehr Muße?

570P/ mehr Muße ja

T/ auch für sich selbst?

P/ das auch, das heißt so Muße? ich mache eigentlich immer so drei Sachen sagt mein Mann immer also drei Sachen auf einmal

T/ mhmh

575P/ ich kann also fernsehgucken und dabei noch durch die Zeitschrift blättern

T/ also okay da haben wir schon eine besondere Fähigkeit? (beide lachen)

P/ ja in jeder freien Minute versuche ich mir die italienischen Vokabeln einzu hämmern oder ich sitze mal am Computer also dass ich so sitze, das ist selten höchstens mal um die Zeitung zu lesen Zeitung oder ein Buch

580T/ mhmh aber das ist etwas was Ihnen jetzt dieses Muße finden dass Ihnen mit dem Älterwerden doch mehr gelingt oder irgendwie? besser geworden ist oder?

P/ Muße finden mit dem Älter werden? nein also da ist irgendwie doch so ne Unruhe in mir, selbst wenn ich das eine mache dann? also so ne richtige Ruhe habe ich nicht von mir also ich ruhe nicht so in mir selbst obwohl ich mir immer sage 'Mensch Du

585hast doch ein schönes Leben'

T/ mhmh ja jetzt sind Sie ja angesichts der hohen Lebenszeit doch noch relativ jung, gibt es so ne Perspektive? welche Vorstellungen haben Sie von den nächsten Lebensjahren oder Lebensjahrzehnten sogar? Gibt es so ne Planung, oder Ängste oder?

590P/ ja ich hoffe dass das so bleibt wie es ist und, und ja mein Wunsch wäre ja wie ein Wunder dass sich mal meine Tabletten-Unverträglichkeit aufheben würde

T/ mhmh

P/ das ich dann dann wäre ich auch, ich könnte auch lockerer dann sein

T/ mhmh

595P/ ich könnte zum Beispiel auch Sachen machen dann mit der Hüfte die Ärzte sagen so schlimm ist das gar nicht mit meine Hüfte auf dem Röntgenbild so schlimm sieht das nicht aus aber wenn ich eine Stunde ein einhalb Stunden gelaufen bin dann kann ich mich in die Ecke werfen oder mit dem Fahrrad fahre auch ne Stunde und wenn es dann so leicht bergauf geht dann kann ich mich auch nicht mehr bewegen

600T/ mhmh

P/ und wenn ich dann so in dem Fall mal Schmerzmittel nehmen könnte oder wenn wir mal ne schöne Wanderung machen möchten, wir sind früher sehr oft und sehr viel gewandert, ein Wanderurlaub ist für mich eigentlich nicht möglich weil einen Tag

wandern gut dann hätte ich ja den nächsten Tag und könnte mich wieder  
605regenerieren aber so ne Woche oder zehn Tage das ist unmöglich

T/ mhmh

P/ ja und ansonsten, ich hab keine Lebensplanung nein, ich hoffe nur dass alles so  
läuft wie bisher

T/ mhmh möglichst lange noch

610P/ ja

T/ dass Sie möglichst lange selbstständig bleiben?

P/ ja ja

T/ hat das Thema Alter eigentlich in der Gruppe irgend eine besondere Bedeutung  
gehabt? außer in der Tatsache

615P/ ja

T/ dass ja natürlich alle in dem Alter waren

P/ ja Alter in der Gruppe eben, dass man so schlecht neue Freundschaften schließen  
kann, und dass man so auch irgendwo unselbständiger wird

T/ ja

620P/ ich merke das auch an mir dass wenn jetzt irgendwas ist dass ich dann schon mal  
meine Tochter frage

T/ ja

P/ ja so und dann natürlich auch die Krankheiten die ja auch die anderen, reichlich  
hatten

625T/ mit den Einschränkungen

P/ ja ja dass man eben mit diesen Einschränkungen auch gut leben kann dass man  
sich da nicht verrückt machen sollte

T/ ja vielleicht zuletzt zum Thema Alter und Öffentlichkeit wie finden Sie wie geht  
man mit dem Thema Alter in der Öffentlichkeit um? die Medien? Sie sagen Sie lesen

630viel Fernsehen? Radio?

P/ ja also ich fühle jetzt fühle mich jetzt noch nicht so in keiner Weise diskriminiert

T mhmh

P/ weil ich jetzt schon älter bin, und auch wenn ich jetzt sagen wir mal wenn meine  
Tochter ihren Geburtstag feiert und da kommen ja auch viele junge Leute also es ist

635nicht so dass ich dann das Gefühl habe 'oh Gott Du bist ja hier so alt hier gehörst Du  
gar nicht mehr hin' also ich habe da noch keine negativen Erfahrungen gemacht

T/ mhmh okay

P/ und es ist ja so dass jetzt, auch die Konsumbereitschaft der alten Menschen immer mehr jetzt in den Vordergrund kommt dass ich denke dass da doch noch  
640einiges getan wird, obwohl ich kann nichts sagen

T/ hoffen Sie auch auf ein bisschen verändertes Image?

P/ wenn Sie jetzt Alter gleich? eigentlich wenn ich manchmal so huschelig bin dann denke ich auch meine Güte also, dass ich langsam denke also wie war denn das? was ist uns denn da? da war doch was? was ist denn uns da passiert? meinem  
645Mann und mir? irgend was, da komme ich jetzt gar nicht mehr drauf, jedenfalls war ein junger Mann ich weiß nicht was der gemacht hat aber jedenfalls es war, vollkommen, ja ungehörig, ich weiß nicht ich komme jetzt nicht mehr drauf wissen Sie das ist so was auf jeden Fall wir sind im Aufzug gefahren, und der sagte dann, äh dann ging dann die Aufzugtür auf und da ging der junge Mann raus mein Mann hatte  
650sich mit dem ein bisschen gehabt und da sagte der 'alte Leute'

T/ na ja mit so einer Handbewegung abwertenden

P/ ja mit einem Möbelladen das war irgend so was, eine Kleinigkeit

T/ mhmh

P/ es fällt mir jetzt leider nicht ein, also das war dann doch schon ein bisschen  
655T/ so was gibt es schon

P/ ja ja das ist mir das erste Mal passiert

T/ ja gut jetzt habe ich Sie ja eine Menge gefragt (beide lachen) und denke das ging ja ganz gut, ja fällt Ihnen jetzt noch was ein? ist Ihnen noch was wichtig zu diesen ganzen Themenkomplexen?

660P/ (p: 00:00:14) nee nein

T/ okay gut dann bedanke ich mich jetzt mal und dann halten wir mal an.

(Abschalten des Aufnahmegerätes: 00:57:17)

Transkript vom 21. 05. 2007, Patient: Herr F

P/ (leises lachen) ///

5T/ ach so ja ja, ja ämh Herr F (.....) ich glaube es ist ja gut ein Jahr her dass wir uns das letzte Mal äh gesehen haben und die Gruppe ist ja jetzt auch schon, ich glaube Ende letzten Jahres zu Ende gegangen und ich würde Sie ganz gerne fragen wie es Ihnen denn im Moment geht? was Ihre sowohl körperlichen als auch psychischen Beschwerden derzeit machen

10P/ ja im Moment äh muss ich sagen, ist eine ein erneutes aktuelles Ereignis aufgetreten für mich, was mich äh auch von der Psyche her noch! belastet insofern äh ist das etwas schwierig jetzt den Zusammenhang zu dieser, äh Therapie vor zwei drei Jahren

T/ wo ist es

15P/ her zu stellen ne und zwar bin ich also jetzt äh im vergangenen Jahr am koronalen an einer koronalen Krankheit operiert worden an einer scheinbaren ne auf jeden Fall bin ich da operiert worden und äh das hat mich dann natürlich anschließend wiederum beschäftigt auch von der Psyche her belastet, so dass das jetzt im Moment wenn Sie so die Frage stellen aktuell etwas verwischt ist dadurch  
20aber wenn ich mich jetzt auf den Zustand beziehe nach der nach der Therapie dann äh muss ich sagen dass es mir da eigentlich recht gut ging dass ich da also, auch bedingt teilweise durch die Therapie Fortschritte gemacht habe und meine Psyche stabilisieren konnte.

T/ mhmh darf ich noch mal nachfragen Sie sagten es ist jetzt ein aktuelles Ereignis  
25mit Ihrem Herzen was ist denn da genau diagnostiziert worden und was äh ist da im Moment auch was Sie beschäftigt?

P/ ja es ist also ich weiß nicht nehmen Sie das alles mit auf? das ist natürlich ein bisschen, da muss ich auch ein bisschen weiter ausholen ich hatte im Grunde keinerlei äh Risikofaktoren

30T/ mhmh

P/ für diese Geschichte und äh meine Ärzte! ich habe dann also auch zwei unterschiedliche konsultiert die waren auch unterschiedlicher Auffassung ob äh eine Operation überhaupt äh erforderlich ist, aber dann bin ich nun mal in so einen in so eine Folgegeschichte hinein geraten also Herzkatheter und so habe ich machen

35lassen und äh Myokarduntersuchung habe ich machen lassen alles auch  
letztendlich, in der gleichen Institution also in der Institution die also sowohl  
wirtschaftlich und aus anderen Gründen miteinander verbunden ist also ich sage mal  
letztendlich die Uni gehört da auch zu ja und äh dann ist es eben zu dieser  
Operation gekommen dass ich also Bypässe bekommen habe ne

40T mhmh

P/ am koronalen Gefäßsystem am Herzen

T/ das war im letzten Jahr?

P/ das war im letzten Jahr im August

T/ August 2006

45P/ und danach äh haben mich natürlich dann einmal überhaupt Zweifel geplagt ob  
die Operation richtig war, und ich wurde auch äh von Angehörigen entsprechend, ja  
unterstützt ob das alles so richtig war und zum anderen hat das natürlich auch  
anfangs allerhand äh / Störungen und Erscheinungen

T/ mhmh

50P/ nach sich gezogen rein postoperativ wie zum Beispiel äh habe ich also  
Atembeschwerden gehabt mit der Lunge habe ich äh Probleme gehabt ich hatte  
also Wasser in der Lunge nach der Operation dann ähm, na ja gewisse  
Schwindelerscheinungen äh dann habe ich einen furchtbaren Husten gehabt das  
war wohl auch äh postoperativ bedingt durch die zweimalige Schädigung der Lunge

55und all diese Dinge die haben mich dann natürlich erst intensiv, beschäftigt und das  
ging mir auch wieder auf die Psyche weil das ja nun doch

T/ mh

P/ letztendlich schwerwiegende Eingriffe und schwerwiegende! Erscheinungen  
waren und es ist natürlich so das ist jetzt weitgehend alles wieder abgeklungen die

60Lunge ist wieder okay die Atmungsverhältnisse sind wieder

T/ mhmh

P/ auch aufgrund der neurologischen ähm Diagnostik wieder in Ordnung! so weit

T/ mhmh

P/ und äh auch ansonsten fühle ich mich jetzt wieder ganz wohl aber letztendlich

65waren das dann die Dinge die mir auf die Psyche gegangen sind

T/ mhmh

P/ und insofern sagte ich eben dass das ganze etwas verwischt ist gegenüber meinem äh Gesundheitszustand vor! der Operation aber dann praktisch nach der Therapie dann

70T/ mhmh und äh seit wann haben Sie so den Eindruck dass die Komplikationen und Veränderungen jetzt im Zuge dieser Bypassoperation dass die jetzt zurück gegangen sind? dass es Ihnen wieder

P/ ja es ist im Grunde sukzessive nachdem ich dann aus der Reha kam hat sich das dann gebessert so vor allen Dingen dann zu Hause, also in der Reha habe ich leider

75äh aufgrund von Depressionen muss ich leider sagen

T/ mhmh

P/ habe ich dann gar nicht mal die Reha in dem Sinne wahrnehmen können leider auch nicht an diesen Rehabilitationsmaßnahmen so in dem Umfang wie ich es gerne gemacht hätte teilnehmen können weil ich äh schon äh sehr depressiv war ne  
80das war die ersten Tage sehr schlimm dann lag ich dann morgens auf dem Bett und hatte absolut zu nichts Lust, habe dann auch paar Psychologinnen aufgesucht und äh, aber das wurde das wurde dann anschließend nachdem ich mich damit intensiv mit beschäftigt habe und vom Bewusstsein her, das ganze dann auch jetzt etwas realistischer sehe wurde das alles wieder besser ja

85T/ mhmh und ähm was hatten Sie zunächst für in Anführungszeichen unrealistische Vorstellungen?

P/ na ja nun wie gesagt die Operation als solche machte mich zunächst zum kranken Mann

T/ mhmh

90P/ man wird da ja mit allen möglichen, Vorsichtsmaßnahmen auch seitens der Kardiologen der Ärzte äh zunächst vertraut gemacht die sind sicherlich auch ein bisschen überzogen aus aus Sicherheitsgründen dieser Leute die ja nun auch so etwas nicht auf die leichte Schulter nehmen können und dürfen, in der heutigen Situation ist das sowieso so dass sich dann jeder absichert, dann dann erscheinen

95sie plötzlich als als sehr! schwer kranker Mann

T/ mhmh

P/ und erst wenn man sich dann letztendlich selbst damit auseinandersetzt und äh mal, etwas Gespr- mal Gespräche führt mit Unparteiischen äh die einem eigentlich dann sagen 'ja sehen Sie's doch mal so da ist doch jetzt ne zusätzliche Sicherheit



100reingekommen in Ihre, koronale Gefäß-Situation am Herzen durch die Bypässe'  
denn das alte System bleibt ja erhalten ne ist

T/ mhmh

P/ ja nicht beseitigt wurden sondern die bisherige äh koronale Situation ist erhalten  
geblieben, und äh ist zusätzlich durch Bypässe zwecks besserer Durchblutung  
105ergänzt worden, na ja und so habe ich das dann auch mir nach und nach auch zu  
eigen gemacht diese Einstellung dazu und, mit zunehmender Verbesserung  
insgesamt auch wieder mit zunehmender Leistungsfähigkeit ist das für mich, dann  
alles auch wieder besser geworden so dass ich äh auch von der Psyche her wieder  
erheblich stabilisiert bin aber äh grundsätzlich besteht bei mir! natürlich eine gewisse

110Labilität

T/ mh

P/ ich habe also das war ja auch der Grund weshalb ich dann vor drei Jahren

T/ mhmh

P/ oder vor dreieinhalb Jahren an dieser, Psychotherapie teilgenommen habe das  
115ich also unter einer Angststörung im weitesten Sinne leide, und diese Angststörung  
ist dann auch erneut wieder durch die Operation ausgelöst worden und die ist auch  
jetzt noch nicht ganz! beseitigt

T/ mhmh

P/ und ich habe schon jetzt noch äh gewisse Ängste, und Befürchtungen also  
120einerseits bezüglich der rein organischen, äh Gesundheitsstatik andererseits auch  
äh, zum Beispiel psychisch bedingt also dass ich dass ich Ängste davor habe äh ist  
das so in Ordnung für die Zukunft? Kann ich wenn ich alleine bin wenn wieder was  
passiert, äh was mache ich äh wie kann ich damit umgehen

T/ mh

125P/ diese Dinge spielen aber auch ne Rolle ja

T/ mhmh

P/ also ne grundsätzliche, Angststörung oder auch Befürchtungen äh sind weiterhin  
vorhanden

T/ mhmh

130P/ zwar in abgeschwächtem Maße aber sie sind vorhanden

T/ ja und das sind Ängste die sich nun hauptsächlich auf Ihren Gesundheitszustand  
beziehen dass Sie so, Vorstellungen haben äh Sie könnten wieder am Herzen  
erneut erkranken oder es könnte zu einem Herzinfarkt kommen oder so etwas?

P/ ja im Moment ist das vordergründig noch das Thema

135T/ ja

P/ aber ich weiß natürlich auch von früher her wie ich eben schon andeutete, das war wie gesagt der Grund warum ich diese Therapie damals gemacht habe dass ich grundsätzlich unter Angststörungen leide ja

T/ ja

140P/ dass ich also immer äh diese Befürchtungen habe und hatte und habe eben insgesamt Angststörungen, wie äh auch zum Beispiel Angst vor vor dem Alleinsein da sind natürlich unerschwellig immer so gewisse gesundheitliche Dinge

T/ mh

P/ die da ne Rolle spielen vor allem mit zunehmendem Alter

145T/ mhmh

P/ und ähm die hab ich früher nicht so gehabt also als ich meinen als ich meinen Organismus als sehr stabil sah für mich persönlich da habe ich diese Problem nicht gehabt

T/ ja

150P/ nur mit zunehmendem Alter als ich dann so mal Mitte sechzig so auf die siebzig zugehen äh da entstanden diese Dinge, am Anfang nur durch durch, Erscheinungen die mir aber sehr viel Angst einflößten wie zum Beispiel bin ich da mal einen Morgen umgefallen

T/ mh

155P/ bin ich kurz bewusstlos gewesen wobei ich im nachhinein also weiß dass es mit der Medikamenteneinnahme zu tun haben kann ich hab dann mal Psychopharmaka eingenommen

T/ mhmh

P/ relativ hoch dosiert auch so wie mir der Arzt das, der Psychologe damals dann

160auch vorgegeben hatte

T/ mhmh

P/ und prompt nach dem vierten fünften Tag äh bin ich morgens bin ich morgens dann direkt nach dem Aufwachen, also nicht direkt nach dem Aufwachen sondern eine Minute nach dem Aufwachen ich war schon ich hatte mich schon bewegt da bin

165ich dann äh plötzlich äh zusammen gesackt ja bewusstlos geworden

T/ ah ha

P/ und das! macht mir natürlich höllische machte mir höllische Angst weil ich an und für sich ein sehr flexibler Mensch bin viel Auto fahre dann malt man sich ja die Situation aus wie das dann wäre wenn das zum Beispiel beim Autofahren passiert

170T/ mhmh

P/ vor allen Dingen wenn am Anfang erst wenn man also noch aus keine Erfahrung damit hat

T/ mh

P/ na ja aber im Laufe der der Monate und auch, es ist ja jetzt schon Jahre über drei  
175vier Jahre her ist dann der Punkt wieder äh ist das nun auch nicht mehr so wichtig für mich

T/ mh

P/ dann kommen natürlich andere Ängste dazu, und das sind dann auch schon Befürchtungen die in die Richtung gehen Herz-Keislauf-System und und jetzt  
180natürlich durch die Operation bedingt noch, wieder ein bisschen aktualisiert das ganze

T/ mhmh Sie haben vorhin auch angedeutet ich komme nochmal auf die ähm Operation zurück dass Sie sich im nachhinein gar nicht so sicher sind ob das überhaupt gut +war

185P/ ja+ ja ja ja ja

T/ wie ist dieser äh Eindruck zustande gekommen, dass Sie das so meinen

P/ ja in erster Linie dadurch dass ich grundsätzlich äh keinerlei Risikofaktoren gehabt habe, ich habe auch ganz normal eher niedrigen Blutdruck ich habe keinen keinen Blutzucker ich hatte keine erhöhten Cholesterinwerte ich hatte keine äh äh  
190ich sag mal übermäßigen äh äh Gewichtsprobleme äh ich war erblich also genetisch bedingt keinerlei Vorbelastungen in Eltern und und äh Verwandte, im weitesten Sinne da gab's nie Herzprobleme

T/ mhmh

P/ also all die klassischen Risikofaktoren ne die man so

195T/ mhmh

P/ mit anführt die standen bei mir nicht an und mein Hausarzt der sagte auch ja im Grunde ist das bei Ihnen also unwahrscheinlich Sie haben eigentlich keinerlei klassische Risikofaktoren und dann habe ich einen weiteren Internisten konsultiert der sagte mir äh also ich würde da nichts machen lassen ich sehe da bei Ihnen  
200keinerlei Problematik nur eben dann der Kardiologe! zu dem ich dann von meinem

Hausarzt sicherheitshalber hingeschickt wurde die Hausärzte müssen ja auch sich irgendwie absichern denn das EKG das Belastungs-EKG hatte gewisse Unregelmäßigkeiten in der RST-Strecke aufgewiesen angezeigt und äh der Kardiologe der hat dann auch, im Grunde Zweifel gehabt der hat zwar einmal dann  
205 gemeint dass es äh durch Durchblutungsstörungen bedingt sein kann zum anderen aber auch durch gewisse hyperventilatorische Verhältnisse bei mir ne weil ich auch leichte äh äh psychisch schon ein bisschen also vegetativ so ein bisschen zur Hyperventilation neige

T/ mhmh

210P/ und äh dann sollen angeblich ähnliche Erscheinungen im EKG im Belastungs-EKG erscheinen

T/ mhmh

P/ so dass das also von daher auch weiterhin noch in Frage stand

T/ mh

215P/ na ja aber dann dann wurde trotzdem die Diagnostik angekurbelt dann kam's also zum Myokardszintigramm und auch der untersuchende verantwortliche Herr war der Ansicht dass da was sein könnte! na ja also auf jeden Fall wie gesagt äh äh die Diagnostik ergab schon nicht! unbedingt ganz eindeutige äh eine ganz eindeutige Aussage

220T/ mhmh

P/ um jetzt zum Beispiel Durchblutungsstörungen am Herzen +nahe zu kommen

T/ sind Sie denn haben Sie+ denn immer wieder Beschwerden?

P/ ich hatte im Grunde überhaupt keinerlei Beschwerden

T/ und wieso sind Sie dann zum +Arzt gegangen?

225P/ eigentlich wollte ich so ganz+ normal nur turnusmäßig meine übliche äh Untersuchung mal wieder beim Hausarzt so alle zwei Jahre oder was da ne

T/ ich verstehe Sie haben eine reguläre Verlaufs- oder Vorsorgeuntersuchung +gemacht

P/ ja so in etwa ja

230T/ ein Gesundheitscheck+ und haben dort ist dann im Belastungs-EKG irgendwo was

P/ hoch! belastet war ich dann da ja

T/ ist dann etwas aufgefallen

P/ mh

235T/ was zumindest weiter abklärungswürdig war

P/ ja ja ja ja

T/ so ist dann äh

P/ so ist das entstanden

T/ die Empfehlung ausgesprochen worden letztendlich

240P/ ja ja dann war es natürlich am Anfang auch so dass ich zunächst mal äh ich selbst der Ansicht war insofern habe ich das auch dann ein bisschen weiter verfolgt oder auch mich nicht dagegen gesträubt äh dass dann als nächste Stufe diese Herzkathederuntersuchung kam

T/ ja

245P/ äh die mir eigentlich äh jetzt als relativ ich sag mal harmlos erschien obwohl sie ja auch insgesamt nicht harmlos ist aber äh der Professor der das dann gemacht hat äh der machte dann da einen recht vertrauenswürdigen Eindruck so dass ich mich dann dazu entschieden habe die Herzkathederuntersuchung machen zu lassen

T/ mhmh

250P/ na ja und dann dann kam da wiederum äh die die Aussage die Diagnostik äh dass da also Engstellen sein könnten Stenosen sein könnten und äh dass der dann auch im Grunde die Operation empfohlen hat ne, nur so im nachhinein äh sehe ich das heute so, ich weiß jetzt nicht das führt vielleicht fast zu weit im Rahmen dieser Geschichte dass ja heute nicht mehr so wie früher der Hausarzt irgend jemanden

255gegenüber persönlich die Verantwortung übernehmen kann und kann sagen 'Herr Patient lassen Sie das mal in Ihrem Alter

T/ mhmh

P/ das ist so in Ordnung ne'

T/ mh

260P/ sondern die sind heute alle gezwungen das konnte ich auch so aus den Gesprächen heraus merken ne wie auch der Arzt dann sagt ich muss auch eine gewisse Verantwortung wahrnehmen da als Arzt äh die sind also alle gezwungen dann die heute möglichen Diagnostik-Systeme anzubieten

T/ mh

265P/ die's ja früher alle gar nicht gab

T/ mhmh

P/ und das kann dann dazu führen dass man dann letztendlich äh vor vor einer Empfehlung steht wo einem dann in etwa gesagt wird 'ja Sie stehen halt mit dem Rücken zur Wand ja Sie können's entscheiden

270T/ mh

P/ Sie brauchen sich nicht operieren lassen, aber ich muss Ihnen sagen aufgrund und dann kommt die Bemerkung aufgrund meiner ärztlichen Verantwortung, lassen Sie sich operieren'

T/ mhmh

275P/ so ist es auch entstanden

T/ mhmh

P/ also für mich persönlich! bleiben dann anschließend die Zweifel ich hätte ja auch sagen können 'nein' und äh vor allen Dingen dann kommen noch so einige andere Faktoren dazu äh äh ich will das jetzt vorsichtig ausdrücken also wenn man dann  
280jetzt das sag ich jetzt allgemein äh wenn man dann jetzt äh feststellt anschließend dass in diesen Bereichen, zum Beispiel der der in den internistisch internistischen Bereichen wo die Operationen durchgeführt werden dass da teilweise Unterbelastungen anstehen

T/ mh

285P/ und man mit Kosten kämpft und Kostendeckung kämpft und wenn ich dann auch äh mal davon ausgehe dass ich Privatpatient auch bin

T/ mhmh

P/ und dann auch von daher weiß dass natürlich Privatpatienten ganz besonders äh zu empfehlende Patienten sind für solche Dinge, dann erscheint mir also sehr vieles

290zweifelhaft

T/ mhmh

P/ könnt da noch einiges mehr zu sagen aber dann müsst ich also ins Detail gehen und und

T/ mh

295P/ und spezielle Adressaten nennen und das will ich nicht tun

T/ nein also

P/ also ich will ich will nur sagen dass bei mir dann, also meiner Psyche gewisse Zweifel anstehen

T/ mhmh Sie fragen sich jetzt nachher ob das so eine gute Entscheidung +war

300P/ ja+

T/ und was ich so bei Ihnen auch rausgehört habe ist dass Sie sich eigentlich, vielleicht von einem Arzt gewünscht hätten dass der doch Ihnen etwas deutlicher Ihnen auch sagt dass es vielleicht nicht notwendig ist, diese Operation durchzuführen

305P/ ja

T/ und dass er so in der Gesamtschau der Befunde Ihres Alters Ihrer Persönlichkeit Ihnen vielleicht doch einen etwas differenzierteren Rat gegeben +hätte

P/ ja+ das ist richtig so was Sie da sagen genau aber diese weitere Aufklärung die er muss frei sein das musste jetzt, nicht irgendwie dagegen bewusst ausgedrückt

310sein sondern eine weitere Aufklärung die äh so die Faktoren auf beiden Seiten so mehr abwägt ne

T/ mhmm +okay

P/ hätte ich mir gewünscht

T/ ja mhmm+ ich würde äh Sie ganz gerne noch fragen noch mal zurück zu zu den 315den aktuellen Beschwerden gibt es denn noch andere also außer diesen ich nenn's jetzt mal im weitesten Sinne herzbezogenen Beschwerden gibt's denn noch andere körperliche Beschwerden die Sie im Moment haben oder auch die Sie so in den letzten zwölf Monaten äh besonders hatten?

P/ mhmm ja was diese herz- herzbezogenen Beschwerden anbelangt hab ich also 320eigentlich keine äh körperlichen Beschwerden so jetzt ne das das ist aktuell nicht mehr der Fall das war der Fall kurz nach der Operation und und nahm dann sukzessive ab das habe ich ja eben schon geschildert

T/ ja

P/ also diese Atembeschwerden

325T/ ja

P/ und so weiter

T/ gut gibt es denn andere körperliche Beschwerden?

P/ nein ich hab sonst sonst keinerlei körperliche Beschwerden

T/ und ähm Sie haben auch eben erwähnt dass jetzt durch diese Operation Sie 330psychisch wieder stärker labilisiert worden +sind

P/ ja+

T/ und haben zwei Arten von Beschwerden erwähnt zum einen äh doch ne, so klang's für mich erhebliche depressive Verstimmung vor allen Dingen wohl nach der Operation ähm zum anderen Ängste ich würde gerne noch mal was die depressive

335Verstimmung angeht nachfragen ähm wie ausgeprägt war das? also Sie haben so  
geschildert dass Sie dann an der Reha auch zum einen gar nicht am Programm  
teilnehmen konnten das heißt daraus geschlussfolgert dass Sie auch eine  
erhebliche Antriebshinderung hatten und über Lustlosigkeit

P/ ja also diese diese depressiven Verstimmungen die ich ja auch früher schon hatte

340die äußern sich bei mir an und für sich immer in der Form äh dass ich mich dann  
immer morgens sehr unwohl fühle dass ich also starken Kopfdruck habe

T/ mh

P/ dass ich so so Verkrampfungen im Gesichtsbereich habe um die Augen herum,  
und dass ich unter Schwindel- und Benommenheitsgefühle leide

345T/ mhmh

P/ so äußern die sich also massiv, und das war natürlich dann in der Situation da  
kurz nach der Operation sehr stark

T/ mh

P/ so dass ich einfach morgens weil ich mich so so so benommen und schwindelig  
350fühlte ne ich muss ich muss den Schwindel immer wieder erwähnen Schwindel ist  
eigentlich immer der Hauptfaktor überhaupt

T/ ah ja

P/ obwohl natürlich äh in der Psychologie wahrscheinlich der Schwindel nicht ganz  
unbedingt ein typisches äh eine typische Symptomatik ist jetzt für Depression aber  
355wenn ich bei mir annehme dass ich Depressionen hatte zu der Zeit und äh auch  
vorher und anderes weitgehend auszuschließen ist dann muss ich einfach den  
Schwindel einbeziehen, in diese äh depressive Symptomatik bei mir

T/ mhmh also das ist dann morgens so dass Sie wach werden und merken +oh da  
ist Schwindel?

360P/ ja ja+ ja ja ja Schwindel und Benommenheit

T/ um sich dann um sich dann einfach zu denken

P/ Verkrampfungen Verkrampfungen überall

T/ sehr unwohl fühlen und dann denken so oh heute geht geht nichts

P/ ja so in etwa ja ja

365T/ ah ja

P/ und dann dann saß ich morgens so auf dem Bett und da musste man ja schon  
früh los da in der Reha und dann hab ich mir gedacht ne heute das war's für heute  
das bringt ja doch nichts wenn ich mich dahin schleppe wenn es mir so schlecht



geht ja und dann bin ich zum Arzt zur Ärztin gegangen da und äh hab mir eben die  
370Beratung auch gesucht, und oder auch zur Psychologin gegangen, und äh und das  
tat mir besser gut // als da jetzt irgend welche Leistungsaufgaben wahr zu nehmen  
die mir die ich sicherlich auch gebraucht hätte

T/ mhmh

P/ aber ich hab mir gesagt die paar Tage können es dann auch nicht machen denn  
375ich hab ja sonst immer äh sehr viel Sport getrieben und mich mich entsprechend  
befähigt und, hab das dann ein bisschen aufgeschoben ja

T/ mhmh

P/ und das war dann auch das Motiv äh warum ich dann auch nicht so ganz, an all  
dem teilgenommen habe was ich eigentlich sonst ganz gerne mache

380T/ mhmh mhmh und die Ängste haben da irgend wie auch mit was zu tun oder sind  
davon dann unabhängig?

P/ ja, also jetzt, Depressionen und und Angststörungen äh auseinander zu halten  
das ist für mich sowieso sehr schwierig

T/ mh

385P/ das kann ich also gar nicht so sagen nur äh im Laufe der Zeit, meine ich! dass  
das bei mir mehr äh mehr ne Angststörung ist

T/ mhmh

P/ mit mit depressiver Tendenz so ja also ich würde auf keinen! Fall von mir aus  
sagen dass ich grundsätzlich in erster Linie depressiv bin und dass dann äh die die  
390die Ängste irgendwie eine Komponente sind der Erscheinung sondern wenn dann  
umgekehrt

T/ mh

P/ also die Angststörung dominierend! ist bei mir

T/ mh

395P/ und sicherlich war das nach der Operation auch erst so wo ich anfangs nicht  
wusste äh überleb ich das ganze überleb ich das nicht

T/ mh

P/ wo ich mir immer selbst gesagt habe du hast fünfzig Prozent äh äh äh  
Lebenschance also das zu überstehen, es kam auch dazu dass die Operation bei  
400mir äh äh schwierig noch war das hab ich eigentlich noch nicht so gesagt da ist auch  
da ist es auch noch zu einer Zusatzblutung gekommen, und da musste ich am  
anderen Tag noch mal operiert werden also noch mal an die Herz-Lungen-Maschine

T/ mhmh

P/ und diese zwei Operationen hinter einander mit dem mehrstündigen Aufwand die  
405haben natürlich meinen Organismus ganz enorm belastet

T/ mh

P/ so sagten nachher dann die Ärzte und die Psychologen auch

T/ mh

P/ und mit all dem musste ich dann fertig werden, aber das ist jetzt wie gesagt  
410Schnee von gestern das ist alles gut überstanden

T/ mh

P/ nur um Ihre Frage zu beantworten äh meine ich an und für sich immer dass die  
Angst-, komponente ausschlaggebender ist

T/ mh

415P/ und auch damals schon war als ich in die Psychotherapie

T/ mh

P/ äh dann äh eingegangen bin, und der depressive Charakter nicht so so  
entscheidend ist also wenn ich jetzt eben zum Beispiel sagte dass ich da morgens  
da auf dem Bett saß und zu nichts Lust hatte dann war es auch so mir blieben auch  
420keine anderen Alternativen

T/ mh

P/ ich hätte ja nur da runter gehen können um jetzt mich an diesen diesen Übungen  
da zu beteiligen, aber nicht mal also dann zu Hause da hatte ich ja allerhand andere  
Alternativen da konnte ich mich in mein Büro setzen an den PC gehen dies und das  
425machen

T/ mh

P/ also viel vielfältigere Aufgaben wahrnehmen während in so einer Reha ist das  
dann ganz einseitig orientiert ne insofern äh spielte das auch ein bisschen eine Rolle  
mit also wenn ich da andere Beschäftigungsmöglichkeiten gehabt hätte morgens

430T/ mh

P/ die so mehr meinem Ge- meinem derzeitigen Gesundheitszustand entsprechen  
hätten dann hätte ich da äh wäre ich da sicherlich sofort wieder aktiv geworden also  
und hätte jetzt nicht wie man das bei einer typischen! Depression so sagt da  
irgendwo herumgesessen und äh den Kopf in die Hände gestützt

435T/ mhmh

P/ und einfach nichts gemacht das ist das ist bei mir also nicht der Fall ne sondern ich bin an für sich äh ein sehr aktiver Mensch schon von morgens früh an ich muss auch morgens früh aufstehen und alles mögliche unternehmen

T/ mhmh

440P/ und machen und einleiten das ist auch heute noch so und war früher auch so, also äh as das wäre etwas was so nicht ganz in die Richtung Depression passt

T/ ja

P/ obwohl die die Psychologen natürlich auch sagen das weiß ich dass es auch umgekehrt den Fall gibt wo morgens jemand hyperaktiv ist, das gibt's ja scheinbar

445auch in in in der Psychologie der trotzdem Depressionen hat ne

T/ mh +ja

P/ aber

T/ ich bin+ jetzt gar nicht so sehr mit den Etiketten beschäftigt

P/ mh

450T/ sondern wollte einfach noch mal von Ihnen erfragen wie dies für Sie! äh in Ihrem Alltag ist und und auch vor allen Dingen wie sich jetzt diese Ängste auf Ihren Alltag im Moment auswirken

P/ ja jetzt um darauf zu kommen ist es schon so dass ich äh dass ich auch weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause

455T/ mhmh

P/ wenn meine Frau also mal so manchmal ist sie so äh zumindest in den letzten letzten Jahren war sie so neben- ehrenamtlich war sie da dann ist sie auch zu Seminaren unterwegs und dann ist sie so zwei drei Tage weg

T/ mh

460P/ und das macht mir also schon Angst und da hat sie dann äh als ich vor zwei drei Jahren diese äh äh Angststörung dann hatte da hat sie dann auch schon mal so was fallen! lassen ne dass ich nicht alleine war

T/ mh

P/ alleine war und auch heute ist es noch so also wenn sie zwei drei Tage oder eine 465Woche weg wäre dann hätte ich schon Ängste dass mir irgendwie mit meinem Herzen was mal wieder was passieren kann

T/ mh

P/ also ich meine diese Beschwerden ne das ist keine Phobie oder so was das kenn ich also nicht aber vor gesundheitlichen Störungen also dass ich irgendwie umfalle,  
470zum Beispiel und dass ich dann in dem Augenblick äh nicht direkt Hilfe habe

T/ mhmh ah ja

P/ während meine anderen Angehörigen meine Tochter die wohnt also in Köln das ist schon weiter weg und äh wir wohnen auch in einem einzel freistehendem Haus also so dass ich auch nicht einfach zu einer Haustür gehen kann an eine Etagentür  
475und kann da jemand rufen ne sondern äh äh dann bin ich allein da

T/ ja

P/ und das macht mir äh jetzt noch Ängste

T/ ja

P/ und äh auch so wie früher dann bin ich vielfach mit dem mit dem Fahrrad hier  
480irgendwie den ganzen Tag unterwegs gewesen so durch einsame Wälder gefahren irgendwo im Sauerland

T/ mhmh

P/ das kann ich also heute alles noch nicht wieder in der Form so machen weil ich dann Ängste habe also

485T/ mhmh

P/ so vier fünf Stunden alleine durch die Wälder fahren oder über auch hinter Talsperren her wo wo ich keine Hilfe holen kann das macht mir alles schon noch Angst das hab ich heute weitgehend noch

T/ mh

490P/ aber das bessert! sich alles und so einzelne Tage wenn meine Frau zum Beispiel jetzt morgens losfährt und abends wieder kommt das macht mir alles schon gar nichts mehr ne

T/ mhmh

P/ dann nehme ich meine unterschiedlichen Aktivitäten wie / (?Bahnbesuche)  
495Freunde und so das habe ich jetzt alles gut im Griff

T/ mhmh

P/ aber so mehrere Tage würden mir schon so ein bisschen noch Unbehagen und äh Ängste verschaffen die ich früher an für sich nicht so kannte

T/ mhmh

500P/ in meinem scheinbaren! gesunden Zustand ja mh

T/ mhmh mh wegen dieser Ängste und überhaupt wegen der seelischen Probleme sind Sie denn da derzeit wieder in Behandlung? oder äh nehmen Sie irgend welche Medikamente oder

P/ ja ich bin bin also gerade jetzt seit ein paar Wochen äh bei uns in Neuss in der äh  
505da in der äh psychologischen Ambulanz

T/ mhmh

P/ bei einer Frau Dokter äh ja der Name spielt im Moment auch keine Rolle in Behandlung

T/ mhmh

510P/ hab da jetzt zwei habe da erst zwei Gespräche geführt und zwar in einem Rhythmus von drei Wochen

T/ mh

P/ und äh ja die hat empfohlen wieder mal Psychopharmaka zu nehmen

T/ mh

515P/ dieses / (?Streminor) nehme ich dann jetzt mal niedrig dosiert also ja das ist das ist die Antwort auf Ihre Frage

T/ mhmh also Sie nehmen wieder / (?Systostreminor) als Medikament

P/ ja

T/ und nehmen zusätzlich äh aber auch eine ambulante Psychotherapie

520P/+ ja

T/ in Anspruchnahme für Gespräche

P/ ja+ wobei das ist das ist aber im wesentlichen keine Therapie das ist, an für sich nur (leises Lachen), na ja ich sag mal ein / (?Standardgespräch) jeweils ein

Kontrollgespräch bezüglich der Einnahme der Medikamente so im Zeitraum von drei

525vier Wochen und dann oft nur über zwanzig Minuten geht das da

T/ +ach ja das ist ///

P/ das ist+ ja keine Therapie ne ne ne ne das kann man eigentlich nicht sagen

T/ mh

P/ aber eigentlich Streminor als Medikament nehme ich wieder ein

530T/ mhmh ich würde gerne noch mal so allgemein auf die letzten zwölf Monate

schauen und äh Sie haben ja jetzt von dieser für Sie auch einschneidenden

Erfahrung mit der koronaren Herzerkrankung und der Bypass-Operation berichtet

gab es denn jetzt insgesamt! nicht nur gesundheitlich sondern auch was Ihre

familiären Beziehungen angeht oder auch was Ihre Sozialsituation angeht gab's

535denn äh insgesamt noch andere äh gravierende Veränderungen oder Ereignisse in den letzten zwölf Monaten?

P/ ja und wenn dann könnt ich jetzt nur von von dem positiven Weg sprechen den hab ich ja schon angedeutet

T/ ja

540P/ dass es mir immer besser geht

T/ mh

P/ und äh dazu muss ich dann sagen dass eigentlich die die familiären und die ja die familiären Verhältnisse die Partnerschaftsverhältnisse, die waren eigentlich stabil

T/ mhmh

545P/ die sind sogar äh zum Beispiel durch die Krankheit etwas stabilisiert worden nämlich dadurch dass dann auch meine meine Tochter Schwiegersohn und auch Enkelkinder äh äh zumindest zeitweise dann doch mehr Anteil genommen haben, die haben sich alle um mich bemüht meine Frau natürlich auch

T/ mh

550P/ aber da gibt es eigentlich keine Verant- keine Veränderung gegenüber früher das war vorher also auch alles in Ordnung also da liegen stabile Verhältnisse vor in der Familie und auch in der Partnerschaft, nur eben äh mein Bewusstsein, mich mit dieser Krankheit und jetzt im Moment sprechen wir ja nur über die letzten zwölf Monate das bezieht sich auch wieder nur auf diese Herzgeschichte ist natürlich

555geändert worden einmal durch die Erkenntnis zunehmend von Monat zu Monat dass sich das alles stabilisiert dass ich also auch wieder leistungsfähig! bin

T/ mh

P/ dass ich zunehmende Leistungsfähigkeit erkenne zunehmend und äh dass die Beschwerden abgenommen! haben und das hat natürlich bei mir äh mein mein

560Bewusstsein mein Selbstbewusstsein auch jetzt endlich äh wieder erheblich gestärkt

T/ mhmh

P/ jetzt nach nach annähernd einem Jahr schon nach der Operation

T/ ja mhmh und ansonsten, ich fasse noch mal zusammen und ansonsten gab es bis auf diese Operation keine weiteren Veränderungen in Ihrem Leben

565P/ nein nein

T/ sonst im Leben

P/ ist alles sonst, konstant und stabil geblieben

T/ mhmh

P/ denn letztendlich hatte ich ja vorher schon allerhand Maßnahmen eingefädelt  
570denn ich wollte dem ja ein bisschen auf den Grund kommen warum ich damals! die  
Therapie begonnen habe das habe ich Ihnen aber glaube ich schon geschildert  
T/ mh

P/ die habe ich also begonnen nachdem ich dann ein Jahr aus dem Berufsleben  
ausgeschieden bin

575T/ mh

P/ und äh dann plötzlich in diese Krise kam

T/ mh

P/ ich war ja beruflich äh sehr engagiert

T/ mh

580P/ als Diplom-Ingenieur und äh mit Führungs- die Führungsverantwortung in einem  
großen Konzern mit mit vielen Weltreisen und äh das hat mir dann äh das war  
natürlich dann ein starker, Abstrich da als ich dann mit dreiundsechzig Jahren in den  
Ruhestand ging das war zu der Zeit noch mit dreiundsechzig zu meiner Zeit, und äh  
dann hab ich ein Jahr ging's gut, hab ich das sogar so gesehen wie im

585Schlaraffenland hab ich morgens manchmal zu meiner Frau gesagt wenn wir beim  
Frühstück saßen 'das ist wie im Schlaraffenland das Geld kommt rein und man  
braucht sich um nichts zu kümmern äh man kann jetzt absolut seinen privaten  
Vergnügungen nachgehen' na ja und das war aber dann nicht so der Fall nach  
einem Jahr stellte ich fest, dass äh da sind doch Leeren und da ist vieles nicht

590ersetzt worden was vorher für mich bereit halt war im Berufsleben

T/ mhmh

P/ äh die ganze Kommunikationsschiene die ist eingeschränkt und äh auch in  
meinen Beziehungen in der Familie muss ich Korrekturen vornehmen, in der  
Partnerschaft muss ich Korrekturen vornehmen und dann kam ich also halt in diese

595Krise ne wo ich anfangs, dann wieder diese sehr starken Angststörungen hatte es  
kam auch dann dazu dass als ich dann im Ruhestand war auch irgendwie äh äh  
eine zweite weitere Phase meines Lebens, begonnen hatte nämlich das Älterwerden

T/ mh

P/ weil ich mich dann plötzlich massiv mit dem Älterwerden beschäftigte

600T/ mh

P/ und äh dadurch kam ich dann in diese Krise also zu diesen zu dieser Angststörung, die zu Depressionen führte und äh dann hab ich natürlich auch erst über äh eine medikamentöse Geschichte versucht das etwas zu verbessern  
T/ mh

605P/ das hat aber alles nichts sehr viel gebracht bis ich dann nach einiger Zeit auf die psychosomatische Einrichtung hier

T/ mhmh

P/ von Ihnen in / (?Obergartenberg) gestoßen bin

T/ mh

610P/ und dann habe ich mich da angemeldet, und hab das dann äh über zwei Jahre gemacht

T/ wenn ich noch mal dazwischen fragen darf Sie haben das ja jetzt noch mal erwähnt welchen Einschnitt einfach das Ausscheiden aus dem Beruf für Sie! dargestellt hat

615P/ ja

T/ ähm zurückblickend was würden Sie denn sagen mh also was Sie denn am meisten vermisst haben oder was äh die gravierendste Veränderung? für Sie war

P/ ja das war das war einfach so dass äh wie ich schon andeute dass ich äh dass meine berufliche Schiene qualitativ sehr für mich vor allem subjektiv und darum geht

620es ja letztendlich äh wertvoll anzusetzen war ne

T/ ///

P/ ich hatte also sehr viel Kommunikation von morgens bis abends

T/ mh

P/ mit mit sowohl mit meinem eigenen Personal wie auch mit Kunden ich konnte viel  
625reisen da war immer Kommunikation! von morgens bis abends auf qualitativ hohem Niveau

T/ mh

P/ also in einem so großen Konzern da ging es immer um um Größenordnungen die einem schon vor Beginn der Reise von vorneherein immer das berühmte äh äh  
630flattern so im wie man so sagt früher als junger Mensch also wenn man so verliebt war so richtig engagiert war dieses dieses flattern ständig brachte kriegen wir den Auftrag rein bekommen wir den Auftrag nicht, da ging's um Milliardenaufträge um Millionen da ging es immer um zig Millionen Aufträge und da war man auch immer im Team man war nicht alleine! man war immer im Team und äh diese ganze



635 Schiene äh war also an für sich äh auf recht, gehobenem Niveau ne und also so hab  
hab ich das empfunden einmal so vom von meinem Status auch den ich dann da so  
hatte, äh also was weiß ich jetzt also ich sag es mal an einem Beispiel das soll jetzt  
nicht irgendwie ne Prunkerei sein also sie fliegen erstes Klasse und das alles ne  
T/ mhmh

640 P/ während sie als als Privatmann in der Economic fliegen oder was alles diese  
Dinge

T/ mh

P/ und und morgens die die Damen machten einem Kaffee zum Frühstück und all so  
solche Sachen ja

645 T/ mh

P/ letztendlich auch noch der Firmenwagen also ich will jetzt nicht alles also das  
ganze hohe Niveau da anführen man war eben wer ne im Unternehmen auch man  
man man wurde auch entsprechend hofiert entsprechend behandelt man war wer!

T/ mhmh

650 P/ und äh das kam natürlich dann das sah dann plötzlich ganz krass ganz anders  
aus als man dann als Ruheständler zu Hause dann saß

T/ mh

P/ mit seiner Frau morgens zum Frühstück ne wo man dann schon weil man  
eigentlich, im Grunde diesen Workaholiker noch abschalten musste sowieso schon

655 früh aufstand und dann das Frühstück machte das machte

T/ mh

P/ und die Frau noch so ein bisschen länger schlief

T/ mh

P/ weil ich's einfach gewohnt war morgens um sieben Uhr oder was sieben sechs

660 Uhr aufzustehen und und dann mich auch nicht so ohne weiteres ändern konnte na  
ja und eben alles andere wurde dann auch in normale private Bahnen zurück geführt

T/ mhmh

P/ die dann einmal vom dass also vom Niveau her, schon einen Unterschied  
darstellten

665 T/ mh interessant

P/ und dann kam natürlich die Erfüllung! noch dazu ne also vorher war ich natürlich  
äh äh so aufgefüllt in meinen ganzen Aufgaben im beruflichen Bereich! dass ich

dann nicht selbst am Wochenende und auch selbst abends und morgens und sicher meine Zeit kaum die Möglichkeit hatte an was anderes zu denken ne

670T/ mhmh

P/ und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere, das habe ich zumindest erst dann so wahrgenommen, gut und dann dann hat man mich erst mal mit Dingen beschäftigt die aber rein nur äh quantitative Abhandlungen darstellten also Gartenarbeit irgendwie am Haus und im Haus und

675draußen es war immer was zu tun jeden Tag

T/ mh

P/ aber das war immer so mehr rein quantitativ und dann versuchte man in irgend welchen Vereinen in irgend welchen Institutionen, oder in irgend welchen Foren Gesprächsforen versuchte man dann zunächst äh so ein bisschen noch das Niveau

680anzuheben äh aber das äh war war am Anfang dann auch nicht so, die richtige Qualität zu finden und äh auch in der Familie dann, war es gerade so dass meine Tochter die dann Kinder bekam erst das erste dann das Mädchen dann dass ich mich also auch ein bisschen mit den Enkeln dann beschäftigt habe äh aber das waren alles für mich erst rein äh quantitative Maßnahmen

685T/ mhmh

P/ also abends habe ich mir so gedacht 'was war eigentlich heute los Du bist den ganzen Tag beschäftigt gewesen, aber so richtig dieses berühmte Flattern so im Herzen und so das hast du nicht mehr so wie früher ne'

T/ war das so äh bezogen auf äh sich selbst dass Sie das Gefühl hatten ich habe 690eigentlich nichts heute gemacht obwohl Sie eine ganz Reihe von Dingen durchaus +gemacht hatten

P/ ja ja+ so war das immer ne meine meine Angehörigen hatten dann gesagt 'Du machst ja von morgens bis abends Du machst's ja eigentlich schon viel zu viel' und wenn ich äh zum Psychologen ging der sagte 'ja Sie sind doch schon von morgens 695bis abends beschäftigt' na ja aber ich sagte 'das füllt mich nicht aus das ist nicht das ist nicht vergleichbar mit mit den früheren Dingen' auch die ganze Kommunikation das war nicht, auf dem Level das war alles halt anders ne, ich meine das ist dann eine Frage vom Bewusstsein her wenn man sich mit mit Kindern unterhält das ist natürlich ne ganz andere Kommunikation als jetzt äh zum Beispiel früher im

700Berufsbereich

T/ mh

P/ aber man muss erst erkennen dass die genauso viel Niveau haben kann

T/ mh

P/ wie zum Beispiel im Berufsbereich ne also äh man muss das ich hab das früher  
705vielleicht etwas ab- abwertend gesehen ja also wenn man dann mit Kindern dann  
auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was  
macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht

T/ mhmh

P/ so hab ich das früher gesehen und dieses Bewusstsein muss erst erneut äh  
710gestärkt werden und geschaffen werden dass also der Umgang mit Kindern sehr  
wohl äh von großer Qualität sein kann, na ja und das hab ich dann auch mehr und  
mehr auch erfahren meine Tochter hat mich dann auch mehr einbezogen da in in die  
Kindergartengeschichten dann wenn da irgend welche äh Veranstaltungen waren  
und äh na ja nachher als die eine in die Schule kam dann auch in die äh schulischen  
715Dinge und Veranstaltungen und äh so dass ich da doch so etwas habe was mir  
mehr und mehr Spaß gemacht hat ich bin ich mit den Kindern zum Reiten gewesen

T/ mh

P/ äh das das wurde alles vom Niveau her dann immer schon ein bisschen  
interessanter

720T/ mhmh

P/ und und zum Schwimmen nachher auch dann was ich selbst persönlich auch  
ganz gerne tue

T/ mh

P/ so so dass das ganze dann doch einen anderen Anstrich bekam, das ist ja nur  
725ein ein Faktor na ja und dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht die auch äh  
dann mehr Wert, machten und mehr Qualität hatten also zum Beispiel dass ich mit  
einem anderen Herrn zusammen äh Reisen organisiere

T/ mhmh

P/ für Senioren ne monatlich machen wir eine eine Reise oder irgend welche  
730Veranstaltungen auch Gesprächsreihen und auch kirchliche Veranstaltungen und  
die organisiere ich zusammen mit diesem Herrn mich um alles mit den  
Muffunternehmen und so weiter und mit dem Ablauf mit den Organisationsablauf

T/ mhmh

P/ dies dies ganze was das mache ich dann und dann bin ich äh in

735Diskussionskreisen in Düsseldorf und teilweise geh ich auch äh zu politischen Foren  
hier in zu kommunalpolitische Foren

T/ mh

P/ hier in Neuss und und und und bin mit / zusammen wo wir also gemeinsam  
Radtouren planen

740T/ mhmh

P/ und auch ausführen nur um so einiges zu nennen äh neben zusätzlich zu  
sportlichen Dingen wie regelmäßig äh schwimmen zu gehen

T/ mhmh

P/ oder auch wieder eben halt Fahrrad zu fahren, ja, so sieht das also jetzt aus.

745T/ ja das heißt Sie haben nach wie vor eine äh eher fast dicht gedrängte +als

P/ ja ja+ von daher ist alles also Ruhezeit oder so das kenne ich eigentlich nicht

T/ ja hat sich das denn so von Ihrer inneren Wertigkeit auch äh verändert also dass  
Sie ja oder was erleben Sie so für sich als persönlich so am am wertvollsten was  
Ihnen so am meisten gibt?

750P/ ja ich sag mal so diese diese rein beruflichen äh Qualitätsmerkmale äh da bin ich  
mir darüber im klaren, die werde ich nicht mehr erreichen können

T/ das ist schon so ein Gefühl da komme ich nicht +wieder hin

P/ da+ komm ich also nicht wieder hin da muss ich Abstriche machen da muss ich  
einfach loslassen können das muss ich abgeben

755T/ mhmh

P/ und äh diese typischen Leistungsmerkmale früherer Zeiten, wo ich also  
stundenlang schwimmen konnte Kilometer weit schwimmen konnte und äh  
Radtouren täglich mit über hundert Kilometer machen konnte mit Gruppen

T/ mhmh

760P/ das äh da muss ich auch Abstriche machen

T/ mh

P/ so dass mir also und so ist es in manch anderen kleineren Bereichen auch dass  
ich da überall Abstriche machen muss das ist aber bei mir vom Bewusstsein her so  
angelegt äh das sehe ich auch nicht als Manko an, sondern äh auf der anderen

765Seite äh sehe ich dann so diesen Bereich des Alterns auch als vorteilhaft an

T/ mh

P/ dass du dann einfach dass man viel mehr seinen äh anderen Neigungen nachgehen kann, alles mehr in Ruhe! in Gelassenheit äh wahrnehmen kann äh es bringt also insgesamt alles sehr viel Vorteile dass man sich auch mehr mit geistigen  
770geistigen Dingen beschäftigen beschäftigen kann

T/ mhmh

P/ wie ich das in den Düsseldorfer Gesprächskreisen tue

T/ mhmh

P/ äh das bringt alles dann wiederum viele Vorteile

775T/ mh

P/ und das ist mir auch vom Bewusstsein her klar! an für sich, nur das Bewusstsein muss dahingehend noch mehr gestärkt werden ne also äh ich bin jetzt nicht mehr in der Angst dass ich noch ich sag's mal so Bäume ausreißen muss ähnlich wie früher

T/ mhmh

780P/ um das Beispiel am Beispiel mal jetzt anzuführen zu nennen

T/ mhmh

P/ äh sondern äh schon ein bisschen äh mich mehr und mehr nur so mit mit schönem Buschwerk, beschäftige ne sag ich mal so ja

T/ mh mhmh mh

785P/ mit schöner Landschaft und schönem Buschwerk beschäftige und nicht mehr unbedingt

T/ mh

P/ die großen Bäume anheben muss

T/ mh

790P/ um so im im Bild zu bleiben ne

T/ mh

P/ das das ist so weit schon klar aber äh es ist sicherlich noch nicht nicht voll ausgeprägt dieses Bewusstsein nur da bin ich auf einem Weg dahin

T/ mhmh

795P/ äh ein bisschen stören mich weiterhin immer noch die, verbleibenden Ängste ne

T/ mh

P/ die die also durch Krankheiten wie es ja nun im Alter ist, natürlich immer wieder erneut äh aktualisiert werden

T/ mh

800P/ wie eben jetzt die Geschichte vor zwölf Monaten

T/ mh

P/ oder ich muss ja auch davon ausgehen mit meinen fast siebzig Jahren! jetzt dass ja demnächst wirklich was bekom

T/ mhmh

805P/ und wenn's was weiß ich wenn's nur ne Bindeoperation ist

T/ mh

P/ oder irgendwie was anderes altersbedingtes das wird ja wieder kommen und äh eben ich werde auch irgendwie wieder umfallen! aus aus was weiß ich welchen Gründen heraus Kreislauf oder sonst was

810T/ mh

P/ aber so und diese diese Dinge beschäftigen einen aber und machen auch Ängste, vor allem Ängste

T/ mhmh also es gibt schon äh so ein Bewusstsein von, jetzt auch im Alter stärkerer körperlicher Verletzbarkeit

815P/ ja ja ja also ich will damit nur sagen zum Beispiel und das ist ja auch für Sie als äh Psychologe immer wichtig äh wirtschaftliche Ängste oder Ängste im im Familien- und Beziehungskreis äh die spielen dabei keine so große Rolle bei mir

T/ mhmh

P/ das steht nicht so an

820T/ mh

P/ sondern, auf der anderen Seite mehr dieses hypochondrisch wäre auch nicht so ganz richtig das wäre zu extrem

T/ mh

P/ aber auf jeden Fall Befürchtungen und Ängste bezüglich zunehmender äh

825gesundheitlicher Störungen ja

T/ mhmh mh ja mh Sie haben ja auch beschrieben dass Sie sich so in Ihrem inneren ähm Wertesystem dabei sind äh umzustellen also von einem, ja ich nenne es jetzt mal in meinen Worten auch sehr irgendwo auch sehr leistungsbezogenem äh ähm Denken

830P/ mh

T/ beziehungsweise auch noch den Fähigkeiten die Sie da auch entsprechend einbringen konnten und auch berufliche Erfolge hatte hierhin jetzt zu anderem ähm wie würden Sie denn generell so Ihre, selbst Ihre Persönlichkeitsveränderung ähm

oder Ihre Persönlichkeitsentwicklung sehen? auch so in diesem äh Umbruch im  
835Ausstieg aus dem Beruf jetzt, in diesen dritten Lebensabschnitt hinein?

P/ ja ich habe das ja schon ein bisschen angeschnitten (räuspern) also, einerseits  
sage ich mir das was ich früher gemacht habe muss ich loslassen können, und  
muss nach Neuem suchen (p:00:00:05) andererseits äh muss ich von vornherein  
gewisse Abstriche machen dass ich also wie Sie schon richtig sagen dass ich diese  
840Leistungsbezogenheit äh äh eigentlich reduzieren muss ein bisschen vergessen  
muss (p:00:00:05) ja und letztendlich äh muss ich insbesondere diese diese Ängste  
die ich ja immer noch wahrnehme weitgehend äh reduzieren oder beseitigen damit  
ich meine Persönlichkeitsstruktur wieder so richtig ausleben kann

T/ mhmh gibt es denn ähm wenn ich Sie so reden höre dann ist mein Eindruck, dass  
845Sie schon noch sehr mit dem Loslassen und Abschiednehmen beschäftigt sind  
irgendwo, so klingt es jedenfalls für mich, mh haben Sie denn den Eindruck dass äh  
auch jetzt so von von von Ihren Fähigkeiten und auch von Ihren Seiten her dass  
irgendwie jetzt auch was Neues! äh irgendwie hinzu gekommen ist oder dass Sie an  
sich auch neue Aspekte entdecken? + von denen Sie selber

850P/ ja das schon+ dass was neues hinzu gekommen ist äh dass ich mich also öh  
insbesondere mit mit kommunikativen äh Gegebenheiten ja auseinander setzen  
muss dass ich die mir suchen muss dass ich einfach

T/ Sie meinen dass Sie äh mehr auch in Beziehungen investieren

P/ ja

855T/ in Freundschaften in Kontakte

P/ ja ja richtig in Beziehungen Freundschaften äh überhaupt in die Kommunikation  
aber in erster Linie natürlich, grundsätzlich das ist ja die Voraussetzung die  
Beziehungen äh pflegen muss und aufbauen muss und dieser dieser  
Kommunikation entsprechend Spielraum lassen

860T/ mhmh haben Sie denn gute Freunde also?

P/ ja ich sag mal so äh ich behaupte von mir nicht dass ich den und dann betone ich  
den! guten Freund habe

T/ mhmh

P/ äh so wie in was weiß ich in Schillers Dionys dem Tyrannen da wo der Freund  
865sich dann für seinen Freund äh ans Kreuz schlagen lässt

T/ mh

P/ also den! guten Freud habe ich nicht

T/ mh

P/ sage ich ganz klar

870T/ mh

P/ aber ich habe dann gleich dahinter gelagert äh mehrere sehr gute freundschaftliche Beziehungen ähm die schon tragfähig sind ja

T/ mh

P/ auch familiäre Beziehungen ja

875T/ mh mh wer ist denn äh so der Mensch der Ihnen am nächsten steht?

P/ na ja ganz am nächsten steht mir natürlich schon meine meine Ehefrau ne

T/ mhmh

P/ gefolgt von äh meinen Kindern, und äh dann im Grunde, jetzt jetzt hängt's davon ab jetzt jetzt wird es etwas zweilagig hängt's davon ab was man dann wünscht wenn

880man also jetzt äh für die Seele vielleicht die Gespräche sucht, dann hab ich schon Freunde

T/ mh

P/ äh und Gesprächskreise äh wenn ich natürlich praktische Hilfe benötigen würde wie im Krankheitsfall

885T/ mh

P/ dass mir jemand zum Beispiel meine meine was weiß ich das was ich im Krankenhaus gebrauche bringt von zu Hause aus

T/ mh

P/ dann habe ich meine Familie die Großfamilie noch ich habe also mehrere

890Geschwister

T/ mh

P/ und äh diese Beziehung pflege ich also auch sehr gut, und wenn es um solche Dinge geht dann dann würde ich die also einbeziehen

T/ mh

895P/ aber so das übliche tägliche äh ich sage mal so ein bisschen Luft ablassen äh das mach ich dann schon mit mit äh in in einem Freundeskreis wo dann

T/ mhmh

P/ wozu ich also Leute habe die besuchen ich auch regelmäßig auch zu Hause

T/ mhmh

900P/ und äh ich habe auch noch andere Interessen also Bereiche ne zum Beispiel so am am Rechner, da mach ich sehr vieles



T/ mh

P/ äh Bildverarbeitung und so ne

T/ mhmh

905P/ so ein kleines, persönliches äh Fotostudio mir äh aufgebaut

T/ mhmh

P/ wo ich also auch teilweise auch für andere Leute, Fotos digitale Fotos bearbeite

T/ mh

P/ und die dann denen schenke

910T/ mhmh

P/ äh also das sind so Sachen die bringen ja alles das bringt ja alles Kommunikation mit sich

T/ mhmh

P/ und auch Interessenaustausch und Kenntnisaustausch

915T/ mh

P/ äh das mache ich auch schon alles noch ja

T/ ja mh haben Sie denn so den Eindruck dass Sie Ihre Fähigkeiten die Sie ja beruflich sehr gut ähm einbringen konnten und, auch mit Gewinn investieren konnten dass Ihre Fähigkeiten jetzt ich sag mal als Privatier genauso in den

920Aktivitäten die Sie jetzt machen äh gefragt sind? also dass Sie da auch anerkannt werden mit dem was Sie alles können

P/ ne das an und für sich nicht nein und zwar war das also der der Vergleich immer mit irgend welchen anderen Berufen äh wo es natürlich äh wo natürlich der berufliche Werdegang irgendwie wie ne Faust aufs Auge, dann zu zu Tätigkeiten im

925Seniorenalter passt (räuspern) meinetwegen jetzt, wenn ich so so an an Studienräte denke so bei uns nebenan ist ne Studienrätin die jetzt als Seniorin als äh Pensionärin weiterhin Unterricht gibt in Schulen

T/ mh

P/ als als Lehrkraft

930T/ mhmh

P/ und das ist bei mir nicht möglich ne also ich war ja so im weitesten Sinne Manager in einem großen Konzern

T/ mh

P/ und und da ist da ist einfach im Ruhestand ist da nichts zu machen

935T/ mh

P/ da könnte man nur Arbeiten annehmen aber die sind dann so weit äh unterrangig dass man das nicht will

T/ mhmh

P/ aber

940T/ mh

P/ die Aufgaben könnte man auch nicht wahrnehmen das passt bei mir nicht ne

T/ mh also das heißt Sie laufen sozusagen nur mit halber Kraft eigentlich so

P/ ja ja ne also das solche / (? Äquivalenzfähigkeiten) da nicht das geht in dem

Beruf nicht hin wie das in manch anderen Berufen anderen Berufen ja möglich ist ich

945habe einen Freund der ist also Architekt äh der kann natürlich jetzt äh selbst als äh

Ruheständler macht der noch Beratungen und so in dem Bereich ne

T/ mh

P/ Baustatik und so was

T/ mhmh

950P/ dann ist er als Berater tätig tätig das das sind alles solche Dinge die passen!

natürlich hervorragend zu den früheren Berufen in denen sie tätig waren

T/ mhmh

P/ und das ist wie gesagt bei mir nicht möglich äh also das fällt weg um Ihre Frage zu beantworten

955T/ ja

P/ leider fällt das so weg

T/ ja

P/ obwohl ich das schon ganz gerne noch weiter gemacht hätte also für mich ist äh

einfach diese Altersgrenzenregelung da mit mit dreiundsechzig ausscheiden oder

960mit fünfundsechzig ausscheiden

T/ mh

P/ das ist für mich also irgendwie äh absurd das ist vollkommen Quatsch das so zu sehen ne so strikt so nach dem Rasenmäherprinzip

T/ mh

965P/ das zu sehen denn s gibt ohne weiteres Leute die

T/ es müssten individuell letzt endlich

P/ das müsste individuell gemacht werden

T/ Vereinbarungen

P/ es gibt Leute die mit fünfundfünfzig am Ende es gibt ja auch Berufsbereiche wo  
970das nicht weiter geht aber, andere äh Menschen und Personen die können ohne  
weiteres noch bis siebzig

T/ mh

P/ und auch noch darüber hinaus gut beruflich tätig sein

T/ mh also das ist auch so ein Gefühl noch mal was Ihren beruflichen Ausstieg  
975angeht dass Sie eigentlich von sich aus noch irgendwo das Gefühl hatten Sie sind  
eigentlich sozusagen noch gut in Fahrt

P/ ja ja ja ja

T/ und mitten drin und müssen dann einfach aus formalen Gründen

P/ ja so ist es das spielt ne große Rolle

980T/ mhmh den Stuhl räumen ja

P/ mhmh

T ähm ich würde gerne noch mal äh darauf zurück kommen mh wo wo bezogen auf  
das was Sie an sich selbst so wahrnehmen äh gibt es denn jetzt auch so im  
Alltag äh für Sie so typische äh Konflikte oder Probleme in die Sie wieder geraten  
985jetzt außer dem dem Umgang mit Ängsten das haben Sie ja auch schon das finden  
Sie ja auch selber kritisch an sich dass Sie sagen das müssen Sie noch besser noch  
in den Griff bekommen und äh irgendwie relativieren und Sie wissen ja vom  
Verstand her dass es äh in der Regel sozusagen Überzeugungen und äh Annahmen  
sind die nicht realitäts- äh angemessen sind dass Sie also sozusagen sich da selber  
990innerlich auch mal wieder ein bisschen zurück holen können aber gibt's noch andere  
ja eben auch Konflikte oder Themen wo Sie merken da äh verhaken Sie sich so im  
Alltag entweder mit sich selbst oder auch mit mit anderen öfter mal

P/ (p:00:00:05) also vorweg muss ich noch mal sagen dass es diese diese  
Angstgeschichte schon ein ein ein sehr wichtiger, Faktor ist

995T/ okay

P/ weil das ist ich könnte also noch mehr so schildern denn der wiederum behindert  
nämlich vieles was ich ansonsten möchte, so bin ich früher ich komme komme Gott  
sei Dank aus dem Sauerland

T/ mh

1000P/ und da hab ich auch sehr viele noch Freunde und Verwandte

T/ mhmh

P/ für mich war das früher überhaupt kein Problem mich nachmittags ins Auto zu setzen da ins Sauerland zu fahren mit bestimmten Leuten dann auch zu sprechen

T/ mhmh

1005P/ und diese Beziehungen zu pflegen, und heute habe ich also unter Umständen da

Ängste

T/ mhmh

P/ mit dem Auto zu fahren ne alleine

T/ also unsicher alleine mit dem Auto

1010P/ ja

T/ dann ins Sauerland zu fahren

P/ ja ja jetzt so nach der Krankheit wieder fühle ich mich also unsicher äh längere Strecken mit dem Auto zu fahren früher war das oft da war ich den ganzen Tag unterwegs fuhr ich früh morgens los, machte mit einem äh mit mit meinem

1015Schwager vor allem weil der auch begeisterter Radfahrer war

T/ mh

P/ dann machten wir irgend welche Radtouren da raus da durch die Wälder und nachmittags hab ich dann noch andere Leute besucht und dann fuhr ich abends wieder nach Haus

1020T/ mhmh

P/ und so was kann ich heute nicht mehr aufgrund der Ängste ne

T/ mh

P/ aufgrund der Ängste ich will damit nur sagen dass das jetzt physisch äh äh nicht unbedingt ne Ursache haben muss äh sondern die Ängste spielen dabei ne Rolle

1025weil ich einfach so was

T/ mh

P/ nicht mehr gerne so äh, ich weiß der Effekt klingt ein bisschen lächerlich aber ohne meine Frau mach ich nichts so ungefähr (kurzes Lachen)

T/ mh

1030P/ ist zwar jetzt ein bisschen übertrieben

T/ mhmh

P/ aber meine Frau kennt mich in der Hinsicht am besten und äh so irgend welche Unternehmungen, ohne meine Frau äh sind, für mich bringen ein ungutes Gefühl mit sich natürlich in Richtung Ängste und Befürchtungen ja

1035T/ ah ja

P/ das ist also so und dadurch natürlich fällt auch viel, viel an Kommunikation und an Aktivitäten weg die ich früher so äh als selbstverständlich hinnahm wir haben also vom Studienarbeitskreis auch äh regelmäßig unsere Treffen und auch von früher her noch von verschiedenen Gruppierungen unsere Treffen und dann äh geht's auch oft  
1040um um auswärts dann gehen wir auswärts wohnen in einem Hotel je für zwei drei Tage

T/ mhmh

P/ und und äh das ist natürlich auch alles für mich mit Ängsten verbunden das, dann kommen manchmal auch äh vegetative Störungen, so, na ja wie soll ich das jetzt so  
1045so schildern, auf jeden Fall äh äh körperliche gewisse Symptomatik, die so ohne Grund nicht erklärbar ist ne

T/ mhmh

P/ wie auch große Unruhe

T/ mhmh

1050P/ und vielleicht auch noch ein bisschen bisschen erhöhte Herzfrequenz und all so Dinge

T/ mh

P/ zeitlich also Un-! die Unruhe ist dann vor allen Dingen

T/ mhmh

1055P/ recht groß oft wenn ich dann mal alleine bin im Hotel und äh das das hängt alles damit zusammen ne so dass ich also auch vieles jetzt so außerhalb nicht grad so machen kann wie früher

T/ mhmh also ich verstehe Sie auch wohl jetzt dass Sie noch mal gesagt haben das Hauptproblem sind eigentlich jetzt in vielem jedenfalls die Ängste

1060P/ ja ja die sind weiterhin das Problem ne

T/ ja

P/ ansonsten um Ihre Frage zu beantworten äh kann ich eigentlich nicht so sagen dass neue Probleme aufgetreten sind, die sind nicht aufgetreten wenn ich mal diesen diesen üblichen alten Prozess als normal ansehe

1065T/ mhmh

P/ ich meine äh äh dass man jetzt in meinem Alter mit mit wie gesagt annähernd siebzig dass man da zum Beispiel dass da im sexuellen Bereich auch alles etwas sparsamer läuft, aber bewusst nicht jetzt als als großer Verlust oder was anzusehen das ist ja ja bei der Partnerin ähnlich so

1070T/ mh

P/ dass da jetzt nicht mehr äh äh Dinge so wie vor zehn oder zwanzig Jahren äh so so aktiv äh wahrgenommen werden das ist verständlich, also das will ich jetzt mal nicht so sehen das ist auch ein Punkt

T/ mh

1075P/ aber äh er der ist gering zu bewerten und das belastet mich auch nicht mehr

T/ mhmh

P/ dass das halt eben alles ein bisschen abnimmt zum einen das die Häufigkeit meine ich abnimmt ne

T/ mhmh

1080P/ wie es gegenüber früher vor zehn oder zwanzig Jahren der Fall war noch

T/ mh

P/ ja ansonsten kann ich also eigentlich Ihre Frage nicht äh mit irgend welchen einschneidenden

T/ mh

1085P/ Veränderungen ich hab ja schon gesagt wirtschaftliche Dinge sind nicht

T/ mh

P/ ganz im Gegenteil das bessert sich alles sogar, Familie Freundeskreis Beziehungen äh da bin ich immer auf der Suche das auch alles immer alles noch zu verbessern natürlich muss man hie und da auch mal wieder Verluste in

1090Anführungsstrichen in Kauf nehmen wo also eine Beziehung abgekühlt ist, aber dafür eine andere neu entfacht

T/ mhmh

P/ also hier ist nichts Einschneidendes

T/ ja

1095P/ um das so generell zu sagen

T/ ja ich würde gerne noch mal auf die Beziehung

(Ende erstes Seite der Kassette)

(+01:01:46)

T/ jetzt auch zur Zeit Ihrer Herzerkrankung dass Ihre Frau Sie auch sehr unterstützt  
1100hat noch mal und dass äh insgesamt, auch ähm was Ihre Ängste angeht mh Ihre Ehefrau da eine wichtige Unterstützung für Sie darstellt weil eben, Sie haben es in einer etwas ironischen Art formuliert weil 'ohne sie gar nichts äh geht' ja

P/ ja ja

T/ ähm

1105P/ aber so extrem so ganz so es nicht aber das ist so ein bisschen der Trend ne

T/ ja ähm könnten Sie Ihre Ehefrau mh kurz äh noch mal beschreiben? also was für eine Persönlichkeit sie ist und auch äh ja was sie so für ein Temperament hat

P/ na ja also sie hat äh vom Temperament her äh ist sie sicherlich spontaner als ich sie ist sehr spontan ne

1110T/ ah ja mh

P/ und äh und was halt die Spontaneität auf der einen Seite Positives bringt ist natürlich auf der anderen Seite dass sie also äh bezüglich Planungen! äh da gewisse Defizite hat

T/ mh

1115P/ die mich oft äh sogar ein bisschen belasten wenn wir was unternehmen und sie plant das kann ich davon ausgehen dass ich dann anschließend alles äh komplett dann doch übernehmen muss ne

T/ mhmh mhmh

P/ als Beispiel dann plant sie ihren sechzigsten Geburtstag in Düsseldorf ganz groß  
1120mit mit mit Vortrag und so was allem und mit einer Bilderpräsentation weil sie also auch selbst so Hobby!-Malerin ist und äh mit entsprechenden äh Musikeinlagen da da hat sie da eine Gesangsgruppe organisiert und

T/ mhmh

P/ so ne kleine Konzertgruppe Orchestergruppe und äh na ja! und dann frag ich sie  
1125ist alles ist alles so richtig auch zeitlich vom Zeitplan her und so alles richtig organisiert 'ja da hab ich ich hab mit all denen gesprochen das geht soweit klar' ne na ja und wenn das dann so weit ist dann äh ist das alles nicht der Fall

T/ mhmh

P/ also ich sag das jetzt so ein bisschen ermunternd weil Sie ja danach gefragt  
1130haben sie zu charakterisieren äh dann ist das also nicht der Fall dann muss ich das alles äh trotzdem noch dann muss ich einen vernünftigen Ablaufplan und so was machen

T/ mhmh

P/ damit das auch alles /// (?richtig gehen wird) damit der was weiß ich der der der  
1135Kirchenvorstand zum Beispiel weiß wann er jetzt seine Ansprache halten muss und nicht irgendwo dazwischen gerät wo's dann nicht mehr hinkommt und dass vor allem dass jemand dann da der mit mir gemeinsam da die Bilder aufhängt dass wir

das entsprechende Material! haben um da um die aufzuhängen mit den entsprechenden Schienen was da alles dazu gehört das das ist für sie dann da  
1140kümmert sie sich gar nicht drum dass, die Bilder hab ich dann aufgehängt nur wer's macht wie es gemacht wird so was hat sie überhaupt nicht so richtig im Griff (Lachen) also ich sag das jetzt etwas humorvoll

T/ mhmh

P/ das ist bei uns jetzt nicht ein großes Problem ne nur nur um jetzt so ein bisschen  
1145die Gegensätze

T/ mh

P/ auch heraus zu stellen zwischen ihr und mir, sie ist also ganz spontan sie kann auch ganz spontan sagen jetzt machen wir ne Reise äh kann sich freuen auf eine Reise da und da hin und wenn ich ihr dann sage 'ja hast Du Dir denn auch  
1150überlegt?' ich meine also jetzt ne Busreise so nach Russland möchte sie zum Beispiel nach Petersburg und so 'hast Du Dir denn überlegt auf welche, Kategorie von Schiffen wir da angewiesen sind dass da zum Beispiel Schiffe äh äh west äh europäischen Standards überhaupt nicht zugelassen sind dass das alles mit russischen Schiffen erfolgt die vielleicht höchstens eine zwei Sterne-Qualität

1155haben?' und äh dies und das alles

T/ mhmh

P/ na ja und dann setzt sie anschließend wieder äh nimmt sie die Sachen eventuell wieder zurück weil es ihr dann auch nicht gefällt ne

T/ mhmh

1160P/ so so spielt sich das dann alles so ein bisschen ab!

T/ mhmh

P/ also dieses diese Spontaneität die ist auf der einen Seite wunderschön auch für mich, dass dass sie irgendwie so ganz spontan was sagt was wir dann am Wochenende mal so so machen unternehmen wen wir besuchen wen wir einladen  
1165also gerade Einladungen zum Beispiel das macht sie sehr gut äh das was ich so überhaupt nicht äh übers Herz bringen kann was mir sehr schwer fällt

T/ mh

P/ weil ich den ganzen Aufwand davor schon scheue schon vorher

T/ mh

1170P/ aber das das! macht sie dann einfach und irgendwie gelingt's dann auch dass sie einen ganzen Haufen Leute einlädt, na ja das ist also etwas



T/ mh mh

P/ was

T/ sie sie ist die spontane so eher etwas künstlerische äh aber auch die ich sage

1175mal so viel Kontakte hat und Sie sind mehr so der ähm +///

P/ planerisch denkende oder+ rational

T/ rational vernünftig planende

P/ rational ja

T/ ich sag mal vernünftig planende

1180P/ ja so so ist das so ist das genau so ist das

T/ das sind so zwei Seiten die sich dann aber auch ganz gut ergänzen

P/ ja ja! als Ergänzung ist das ganz gut, nur eben ähm wie gesagt die eine Seite freut mich also diese spontane künstlerische musische äh nur diese diese fehlende äh Planbarkeit da, die, sie äh das Planungsvermögen äh das stört mich manchmal

1185natürlich schon ne

T/ mh

P/ also das bringt bei mir mir manchmal Stress und äh das gibt auch manchmal ein bisschen Auseinandersetzungen, Meinungsverschiedenheiten

T/ mhmh

1190P/ aber okay da damit kann ich also leben ich möchte nur um Ihre Frage zu beantworten

T/ mh

P/ äh sie mal so schildern ne

T/ mhmh und da gibt es dann sozusagen auch am meisten äh Konflikte zwischen

1195Ihnen ähm wenn Ihre Frau sich dann manchmal dann manchmal für Sie etwas zu +chaotisch benimmt

P/ ja ja+ so ja ein bisschen da chaotisch ist gar nicht so ganz richtig aber ähm so so dieses Rationale das äh fehlt dann so ne dann dann äh um jetzt ein zweites Beispiel zu nennen sie sie ist gerne im Garten da und äh pflegt dann dieses und das

1200T/ mh

P/ aber äh auch mit dem / (?Hauptpatient) also wir sind wir liegen da an einem Fußweg mit dem Grundstück

T/ mhmh

P/ und da gehen sehr viele Leute vorbei und sie ist also sehr kommunikationsfreudig  
1205und dann äh führt sie natürlich da ständig Gespräche mit allen möglichen Leuten die  
vorbei gehen ne

T/ mhmh

P/ na ja mit den ganzen Frauen der Nachbarschaft und und auch mit Nachbarn, ist  
dann na ja also ich kann davon ausgehen wenn sie dann da im Garten ist dann hat  
1210sie fünfzig Prozent der Zeit am Zaun gestanden und äh hat dann Gespräche geführt  
ne, und dann abends natürlich wirft sie mir vor dass ich im Garten mal gar nichts  
mache obwohl das also nicht so ist das wollte ich Ihnen gerade schildern aber dass  
sie heute wieder den ganzen Tag gearbeitet hat wobei ich genau weiß fünfzig  
Prozent der Zeit hat sie da am Zaun gestanden

1215T/ mhmh

P/ und mit den Leuten ein Schwätzchen gehalten aber das ist alles! nichts was jetzt  
was ich jetzt irgendwie kritisieren will ich weiß auch wie gut ihr das tut sie fühlt sich  
auch ganz wohl dabei

T/ mhmh

1220P/ und letztendlich kommt das auch uns insgesamt auch zugute weil sie auch eine  
gewisse Kommunikation in der Nachbarschaft pflegt äh das kommt ja auf mich  
zurück die Leute kennen mich auch viel besser und und wir haben überall  
gegenseitige äh Kontakte und Einladungen

T/ mh

1225P/ und Unternehmungen und und da ist sie die Triebfeder schon durch ihre  
Verhaltensweisen dass sie das so, so bringt ne

T/ mhmh

P/ äh dabei wäre dann vielleicht für mich noch störend dass sie mir abends dann  
sagt 'ja da bin ich heute immer noch nicht weiter gekommen kannst Du mir nicht mal

1230helfen dass wir da weiter kommen'

T/ mhmh mhmh

P/ und dann sag ich ihr das natürlich ja ich sag 'wenn Du da nicht wieder den  
ganzen Morgen mit Frau soundso oder mit Frau soundso gesprochen hättest dann  
wärest du sicherlich schon gestern morgen damit fertig geworden

1235T/ mhmh

P/ mit dem ganzen' ne

T/ mhmh

P/ das ist so das ist so

T/ mh

1240P/ ich will jetzt nur meine Frau äh äh ein bisschen charakterisieren das kann man an solchen Beispielen ganz gut

T/ mhmh mh Ihre Frau ist jetzt äh das ist ein ganz anderer Aspekt noch mal äh ist soweit körperlich aber gesund?

P/ ja die ist also das ist etwas was mich äh was mich manchmal auch ein bisschen,

1245zumindest im innern einer! einerseits erfreut andererseits natürlich äh bin ich / weil ich auch so sein möchte so körperlich! und auch psychisch sie ist also sehr körperlich ist sie total gesund

T/ mhmh

P/ da gab es keinerlei Probleme und von ihrer Psyche hat die sich auch so

1250stabilisiert vielleicht natürlich auch durch durch durch die Ehe mit mir gemeinsam, denn äh wir sind letztendlich beide ja schon zum zweiten Mal verheiratet ich bin also zwei mal zwanzig Jahre verheiratet und sie ist also auch schon zwei mal zwanzig Jahre verheiratet

T/ ah ja mh

1255P/ und äh insofern haben wir also auch aus früheren Beziehungen äh haben wir dann auch äh gewisse Kenntnisse, und äh früher ist sie sehr viel hat sie sehr viel Last mit Migräne und mit mit gewissen Symptomatiken gehabt die die sicherlich äh auch psychisch bedingt waren, und äh das sagt sie heute auch eindeutig so dass die Ehe mit mir in den letzten zwanzig Jahren da hat sie sich also denn als ich sie

1260kennen lernte hatte sie diese Problematik noch und ich hatte ja da auch so ne Krise und das war auch ein bisschen der Grund warum! wir uns überhaupt kennen gelernt haben

T/ mhmh

P/ durch diese äh äh beiden vorhandenen Krisen äh und da sagt sie mir also heute

1265noch dass sie sich äh jetzt sehr wohl! und glücklich fühlt und äh dass sicherlich ich dazu auch beigetragen! habe ne wobei ich dann ergänze 'ja aber nicht auf meine Kosten

T/ mh

P/ ich Deine, ich sag jetzt einfach mal ein bisschen da Deine Planungs-! Plan-

1270Planungsunfähigkeit! so ein bisschen immer korrigieren muss ne?

T/ mhmh mhmh

P/ zum Beispiel.

T/ mh wie äh kommt denn Ihre Frau mit Ihren Ängsten zurecht?

P/ ja das hat die an für sich, heute überhaupt nicht mehr ne

1275T/ nein ich meine wie kommt Ihre Frau mit Ihren! Ängsten +zurecht?

P/ ja ja+ ich meine jetzt sie hat also heute überhaupt, sie hat eigentlich äh äh also keine!

T/ / (versucht etwas zu sagen)

P/ keine Ängste!

1280T/ (leises Lachen) //

P/ keine grundsätzlichen Ängste

P/ oder! habe ich Sie falsch verstanden?

T/ ja genau! äh ich wollte wissen wie also äh inwiefern sie mit den Ängsten die Sie! haben

1285P/ ja

T/ +wie sie damit zurecht kommt

P/ ach so Sie meinen+ wie meine Frau mit meinen Ängsten zurecht kommt?

T/ ja

P/ ja gut das weiß sie natürlich ne dieses dieses äh dieses äh Störbild, Ängste

1290Angststörungen! ist für sie ganz ganz klar äh das ist vorhanden bei mir das weiß sie und äh sie berät mich da sehr gut und gibt mir auch immer wieder wichtige Hinweise auch oft beruhigende Hinweise, und zwar hängt das also auch ein bisschen damit zusammen dass sie einfach auch aufgrund ihrer äh persönlichen Biografie

T/ mhmh

1295P/ äh schön früher äh äh sich damit intensiv beschäftigt hat und äh früher früher auch öfter in psychologischer Behandlung war

T/ ja

P/ wegen ihrer Migräne insbesondere, und auch dann halt äh durch verschiedene weiter

1300T/ mh

P/ ausgeprägte Krisen, und dass sie dann äh äh jetzt im nachhinein nachdem sie ihre Berufstätigkeit also sie war äh im Bankfachgehilfin

T/ mhmh

P/ dass sie dann äh jetzt als ja als Freiberuf- äh als Ehrenamtliche äh zum

1305Beispiel in der Telefonseelsorge tätig ist

T/ mhmh

P/ und äh beratend so im im Hospizbereich und

T/ mh

P/ im im im Seniorenbereich tätig ist und dass sie da! auch immer auch an

1310 Schulungen und Seminaren teilnimmt

T/ mhmh

P/ die sich insbesondere im weitesten Sinne! mit der Psychologie äh der Menschen auch älterer Menschen äh beschäftigen, und äh da ist natürlich auch sind natürlich auch Angstprobleme eines davon

1315 T/ mh

P/ äh so dass das das hilft ja auch

T/ es geht im wesentlichen um Verständnisfolgen mhmh

P/ das hilft dass das von ihr auch alles sehr gut verstanden wird und dann für mich auch sehr oft sehr sehr gute Hinweise kommen und und äh Gefühls- Gefühle und

1320 auch äh Anregungen kommen.

T/ ja ich würde äh gerne noch mal auf die Gruppe auch zu sprechen kommen ähm und zwar es ist jetzt ja schon etwas länger her

P/ ja

T/ aber wenn Sie nun doch noch mal zurück schauen äh wie wie würden Sie äh vor

1325 allem den Gruppenprozess ähm das was so in der Gruppe stattgefunden hat wie würden Sie das zurück äh schauend, beschreiben, gab's da so für Sie auch eine charakteristische Gestalt oder irgend etwas

P/ ja gut also Ausgangspunkt war waren die bei mir damals anstehenden äh psychosomatischen Erscheinungen ne

1330 T/ mhmh

P/ mit den körperlichen Beschwerden die ich schon schilderte insbesondere dem Schwindel die Benommenheit und äh die Ängste auch dazu

T/ mh

P/ äh die mir einfach fast keine andere Wahl! ließen als mir Hilfe von außen zu holen

1335 T/ mhmh

P/ die hab ich mir zunächst äh äh hier in der in der Psychiatrie in Neuss geholt aber das war dann äh nicht sofort möglich also in Form einer Gesprächstherapie oder in Form einer Gruppentherapie äh das war da gab's da keine Möglichkeiten, so dass ich dann mich an die äh an Ihre

1340T/ mhmh

P/ äh Ihre Psychosomatik gewandt habe und dann darauf verwiesen worden bin das war also jetzt, der Ausgangspunkt für mich also ich war schon in einer sehr starken Krise und hatte wirkliche, sehr starke Probleme

T/ mhmh

1345P/ und meine Lebensqualität war gewaltig eingeschränkt

T/ mh

P/ na ja und dann zu der Gruppe selbst war es so dass die ja damals, so aus cirka acht bis zehn Personen bestand das war auch meines Erachtens nach eine äh recht gute Größenordnung äh zwecks, vernünftigen optimalen Austausch auch und äh zu

1350der Zeit äh bestand sie auch noch aus zwei Therapeuten einer Dame und ein Herr

Sie kennen sicher in Ihrer / die beiden

T/ ja mhmh

P/ und äh also beiden beiden Therapeuten kann ich an und für sich ein gutes Zeugnis ausstellen äh die haben sich meines Erachtens nach weil ich ja schon ein

1355bisschen Vorkenntnisse hatte haben die sich also äh sachlich äh als Therapeuten äh

sehr gut und sehr richtig verhalten, das war äh eben halt immer dieses dieses

begleitende! ne nich nich dieses dieses überstehende sondern dieses begleitende!

Verhalten

T/ mhmh

1360P/ das war äh meines Erachtens nach sehr gut und auch die Gruppe ein bisschen

steuern äh gut da würde ich sagen es hätte manchmal etwas mehr äh gesteuert

werden können äh es war manchmal etwas zu fein wenn ich da ein klein bisschen

Kritik auch üben darf es hätte etwas mehr

T/ mh

1365P/ gesteuert werden können in in Bezug auf auf ne gewisse äh Thematik und auch!

auf gewisse Analyse vielleicht ne

T/ mhmh

P/ und zwar! sag ich das deshalb weil am Anfang äh waren da unterschiedliche

Personen in dieser Gruppe und äh die kamen also äh die brachten ganz

1370unterschiedliche Beschwerden vor, meinetwegen der eine hatte jetzt ein Tinnitus

zum Beispiel

T/ mhmh

P/ und äh gut jetzt jetzt kann man zwar als als Psychologe im weitesten Sinne sagen ja das da steckt auch eine psychologische Grunderkrankung hinter

1375T/ mhmh

P/ aber letztendlich muss man ja beim Tinnitus auch davon ausgehen dass da auch äh gewisse organische Dinge eine Rolle spielen können wie Durchblutungsstörungen und so weiter ne und äh da! wäre es vielleicht meines Erachtens! nach noch mal ein bisschen besser gewesen wenn man da innerhalb der

1380Gruppe zumindest so diese Beschwerdebilder etwas mehr klassifizieren würde

T/ mhmh

P/ wo man die aber auch! zuordnen könnte

T/ mhmh

P/ ich meine jetzt so in meinem Fall! wo ich äh so diese diese morgens zum Beispiel diesen Schwindel so habe, und diese Benommenheit habe, dass man da vielleicht auch mehr akzeptiert hätte oder gesagt hätte dass das auch organisch bedingt sein kann dass das zum Beispiel neurologisch oder auch jetzt kardiologisch bedingt sein könnte ne

T/ mhmh

1390P/ äh also dass ist das was ich so ein bisschen vermisse

T/ mhmh

P/ ich weiß ja nicht ob ich damit die die Kompetenz der Psychologen äh zu sehr erweitern möchte oder oder unzulässig erweitern möchte aber das ist etwas was ich dann etwas vermisse wenn ich ein bisschen! Kritik äußern darf aber grundsätzlich

1395waren also diese Therapeuten insgesamt während der gesamten Therapie über die zwei Jahre äh meines Erachtens nach also hervorragende äh Leiter der Gruppe, und Begleiter Begleiter ist vielleicht das richtigere Wort der Gruppe

T/ mh

P/ ja die Gruppe selbst bestand aus äh wie Sie ja auch wissen aus äh Leuten die so etwa meines Alters waren, plus minus

T/ mhmh

P/ nachher gab es dann einige jüngere, und das das empfand ich zum Beispiel als sehr wichtig äh denn von Anfang an wollte ich also niemals in eine Gruppe äh die jetzt erheblich! jünger war von der Struktur her wie hier mir das damals in Neuss

1405angeboten wurde da waren dann zu der Zeit dreißig bis vierzig Jährige

T/ mh also das war ganz gut für Sie oder ganz wichtig für Sie dass es +äh

P/ ja+ für mich war das also +sehr wichtig

T/ dass das eine altershomogene Gruppe+ war

P/ für mich war das sehr wichtig dass das eine altershomogene Gruppe war

1410T/ mhmh

P/ aus aus einem aus einem gleich, etwa gleichen Altersbereich äh einmal deshalb weil weil man vor allem wenn man älter wird, das ganze doch sehr schon auf gewisse Krankheiten und gewisse Störungen beziehen muss

T/ mh

1415P/ und auch bezieht, und das das kam da immer zum Ausdruck dann die eine hatte also jetzt äh Herzprobleme Herzrasen äh und und äh eine andere Dame da die hatte also Krebs, und und eine weitere andere hatte ebenfalls mit dem Herzen Probleme

T/ mhmh

P/ und dann auch entsprechende äh vegetative Störungen, und äh also es war es  
1420waren schon sehr viel äh Symptome die auch, zumindest äh in Richtung organische Beschwerden äh gingen ne nicht unbedingt jetzt manifestiert waren aber äh Befür- Befür- Befürchtungen in diese Richtung äh gingen ne

T/ mhmh

P/ also anders! als zum Beispiel bei bei sehr jungen Leuten, wie ich das ja eigentlich  
1425auch von früher her kenne wo man jetzt ganz klar! äh nur schon schon das war schon offensichtlich! nur von von äh psychosomatischen Dingen sprechen konnte

T/ mhmh

P/ ja

T/ mh ich komme noch mal auf die Gruppe zurück also, Sie sagten wichtig es war

1430Ihnen wichtig

P/ ja

T/ dass das altershomogen war

P/ ja das war mir ganz wichtig

T/ wenn Sie noch mal die zeitliche Entwicklung die die Gruppe genommen hat äh  
1435wenn Sie die noch mal beschreiben würden, oder gab es da eine Entwicklung? oder gab es irgendwie auch eine äh bestimmte Konstellation die Sie so in der Gruppe ausgemacht haben? oder waren Sie waren Sie sich alle sehr ähnlich? oder ähm hat sich das auch verändert in der Gruppe



P/ ja es gab es gab äh eine zeitliche Entwicklung, die ich an folgenden Kriterien  
1440vielleicht fest machen will einmal, ähm hatte man in den äh Gruppenteilnehmern  
anfangs eine gewisse Erwartungshaltung

T/ mhmh

P/ zum anderen, äh erschienen alle Gruppenteilnehmer am Anfang äh relativ äh  
neutral äh bezüglich ihrer eigentlichen Beschwerden, und am Anfang erschienen  
1445alle Gruppenteilnehmer auch bezüglich ihrer Persönlichkeitsstruktur relativ neutral

T/ mhmh

P/ abgesehen von äußeren optischen Erscheinungen und, und deren Auswirkungen  
die die Persönlichkeitsstrukturen haben ja auch dann gewisse Auswirkungen  
nachher gebracht, und diese drei entscheidenden Komponenten haben natürlich zu  
1450Entwicklungen und Veränderungen geführt in der Wahrnehmung

T/ mh

P/ der einzelnen Teilnehmer, also äh die einfachste Version vielleicht dieser  
Persönlichkeitsstruktur äh äh erschien einem dann nachher natürlich so vielleicht  
manchmal auch in einem bisschen anderen Licht als man das erst erwartet hatte

1455T/ mhmh

P/ wahrgenommen hatte aufgrund von Äußerlichkeiten das muss man dann  
zugeben äh dann äh zum Beispiel das das Krankheitsbild, war in der Regel anfangs  
überhaupt nicht bekannt das Beschwerdebild äh war das jetzt jemand der nur äh  
sehr stark äh äh sich da aufmotzen will mit irgend einem Wehwehchen

1460T/ mhmh

P/ oder war das jemand der jetzt schwerwiegende

T/ mh

P/ gesundheitliche Störungen schon hatte, auch das äh wurde im späteren Verlauf  
erst richtig erkannt und zum dritten äh die reine äh, psychologische Seite halt eben  
1465mit diesen Beschwerden äh die die wurde einem nachher insgesamt auch, klarer vor  
Augen geführt warum äh derjenige derjenige jene Somatik Psychosomatik hatte  
oder auch warum der in diese organischen äh Störungen hinein tendierte

T/ mhmh

P/ so dass einfach da von der von der Wahrnehmung her äh dann dann schon  
1470Veränderungen auftraten, und äh Entwicklungen, na ja äh Entwicklungen eigentlich  
dahingehend, dass äh dass man dann für sich persönlich gesehen äh sich aus dem  
Gesamten ein Bild machen konnte und es einem dann klarer! wurde warum der

einzelne Teilnehmer a aufgrund seiner Persönlichkeitsstruktur b aufgrund seiner  
seiner äh seines Verhaltens seiner äußeren Dinge und c aufgrund seiner

1475angegebenen Psychosomatik jetzt dann so und so war, und das will ich dann für  
mich zum Beispiel als Entwicklung sehen äh also in in der Form dass das für mich  
eine wichtige Erkenntnis war ne

T/ mh also +eine

P/ es ist!+ etwas kompliziert das auszudrücken

1480T/ mhmh

P/ aber das war das war für mich dann nachher so nach den zwei Jahren eine  
wichtige Erkenntnis dass die Frau X zum Beispiel, aufgrund ihrer äußeren  
Erscheinung ich sage mal zusammen fügen das passt hinterher irgendwie  
zusammen ihre Persönlichkeitsstruktur äh und ihre dann erkannten organischen

1485Beschwerden es war ne / organischen Beschwerden oder dahin gehenden  
tangierenden und ihrer Psychosomatik äh äh dann halt, zu diesem Produkt führt

T/ mh

P/ was ich dann nachher so wahrgenommen habe

T/ mh

1490P/ wo ich dann was mitmachen konnte

T/ mhmh

P/ ne und sei es nur äh dass ich daraus erkannte dass man also mit diesen  
Beschwerden so leben kann wie sie lebt oder wie er lebt

T/ mhmh

1495P/ ja?

T/ mhmh

P/ es es ist etwas schwer das Ganze so in so wenigen Sätzen zu bringen aber  
letztendlich ging es mir ja nur darum dass dass ich ja einen Weg suche wie ich mit  
meinen Beschwerden äh äh leben kann also äh äh ich gehe nicht direkt davon aus

1500dass ich in allem geheilt werde sondern dass ich nur einen Weg finde wie ich mit  
meinen Beschwerden zufriedenstellend und glücklich leben kann, und wenn ich  
dann dieses dieses Produkt der Einzelnen das sich aus den unterschiedlichen äh  
Kriterien ergibt sehe, also insbesondere wie zum Beispiel derjenige damit umgeht

T/ mh

1505P/ dann ist das für mich eine Hilfe, kann das für mich eine Hilfe sein

T/ ja ähm also ich würde das jetzt mal, in meinen Worten so ausdrücken was Sie gesagt haben dass Sie dass Sie dann auch in der Hinsicht davon profitiert haben dass Sie sozusagen auch ähm Bewältigungsformen bei anderen äh differenzierter wahrnehmen +konnten

1510P/ ja ja+

T/ im weiteren Gruppenverlauf und dass Ihnen das dann für sich geholfen hat gab es denn auch für Sie so etwas dass Sie äh in der Gruppe oder dass Ihnen in der Gruppe jemand geholfen hat dass Sie ähm auch noch ähm verstanden haben woher Ihre Ängste eigentlich rühren? also wo woher die eigentlich kommen oder womit die

1515bei Ihnen zusammen hängen oder war das +auch schon

P/ ja+ doch das das ist ne wichtige Frage und äh das hab ich also auch erkannt wenn ich eben so zum Beispiel die äh die komplette Persönlichkeit so geschildert habe dass das ne Rolle spielte das hing ja auch damit zusammen dass die diese Personen auch über ihre Biografien gesprochen haben

1520T/ ja

P/ denn letztendlich die die heute aktuell erkannte Persönlichkeit ist irgendwie ja auch ein Produkt ihrer Biografie der Lebensbiografie

T/ ja

P/ und äh dann kam also zum Teil dass in einem Falle, zum Beispiel das ganz

1525miserable Elternhaus

T/ mhmh

P/ mit dem mit dem überstrengen Vater

T/ mhmh

P/ mit mit Bestrafungen! die vollkommen ungerecht waren in der / (?Not)

1530T/ mhmh

P/ dass da bei dem einen dann, halt die Persönlichkeit äh sich äh zu einem, ängstlichen Typ entwickelt hatte

T/ mhmh

P/ und dass der auch dann, in dieser in der Therapie ganz klar sagte 'ich habe also

1535heute immer noch Ängste

T/ mhmh

P/ und ich bin auch ein Angsttyp'

T/ mhmh

P/ dass der das damit also so äh global, beschrieb

1540T/ ja

P/ aber letztlich, in seiner Biografie auch das dann geschildert hatte woher das kommen konnte

T/ mhmh

P/ und das war eben auch subjektiv von ihm aber man konnte sich aus das waren ja

1545mehrere Personen

T/ mh

P/ und auch das was dann die entsprechenden Therapeuten dazu an äh Bemerkungen machten führte dann schon zu einem Bild, einem Gesamtbild äh woraus man entnehmen konnte dass also Ängste da und daher resultieren könnten

1550im einen Fall so und im anderen Fall so, es es waren auch nicht immer aus der Kindheit Ängste sondern es es waren auch Ängste wie zum Beispiel aus einer langen langjährigen Partnerschaft die dermaßen daneben war

T/ mhmh

P/ wo der eine Partner immer Ängste vor dem anderen hatte

1555T/ mhmh

P/ resultierten oder oder auch wirtschaftliche Ängste wo immer Geldnot anstand

T/ mhmh

P/ und und ja also das war sehr vielschichtig und viel

T/ mh

1560P/ seitig äh äh warum Menschen Ängste äh äh beschrieben und und

T/ mh

P/ und zum Ausdruck brachten.

T/ mhmh ähm gab's denn in der in der Gruppe auch Konflikte oder äh wo

P/ na ja Konflikte gab's also in, in der Form dass äh am Anfang war das dann der

1565Fall dass zum Beispiel äh bestimmte Leute einfach nicht einsehen wollten dass ihre, Symptomatik äh etwas anders angegangen werden musste, also auch als Beispiel jetzt äh da war jemand da mit seinem mit seinem Tinnitus, der sich immer wieder! über seinen Chef beschwerte sobald er er sagte immer sobald er seinen Chef sehen würde dann hätte er wieder diese Beschwerden dann könne er nachts nicht schlafen

1570und dann hätte er seinen Tinnitus

T/ mhmh

P/ und das war uns natürlich insgesamt in der Gruppe wenn wir dann so Einzelgespräche führten und so nachher haben wir noch ein bisschen mal zusammen gestanden oder vorher

1575T/ mh

P/ das war uns irgendwie das ging uns also dermaßen auf den Senkel wenn der immer wieder! seine Ängste mit seinem Chef anführte ja

T/ mhmh

P/ und dann habe ich gesagt 'ja Moment Sie Sie reden immer nur von Ihrem Chef,

1580wie sieht's denn bei Ihnen zu Hause in der Ehe aus

T/ mhmh

P/ wie sieht's denn in Ihrer Familie aus wie sieht's da aus mit Ihrer Tochter wo Sie sich immer so drum bemüht hat dass die da nicht nach Süddeutschland ziehen will wie belastet Sie das denn?' und dann kam! manchmal auch immer wieder nur

1585die Bemerkung 'nein das belastet mich überhaupt nicht, da habe ich also gar keine Probleme'

T/ mh

P/ und dann natürlich hakten die anderen darauf ein, er sollte doch mal ein bisschen mehr aus seiner Partnerschaft! schildern und dann stellte sich also heraus dass

1590sowohl die Ehefrau, wie letztendlich auch die Tochter, für ihn schon äh äh gewaltige! Probleme darstellten mit ihren Verhaltensweisen

T/ mh

P/ die er bewältigen musste ne und äh auch vor allen Dingen auch das ganze Urlaubsverhalten äh was dann so letztendlich auch hochkam wie das heute ja so ist

1595das kennen Sie ja viel besser als ich in so einer Gesprächstherapie, die so längere Zeit hin angelegt ist dass da also sich einfach Ängste und Probleme entwickeln mussten bei ihm

T/ mh

P/ aber ne er schob das immer auf seinem Chef

1600T/ mh

P/ er wollte einfach aus im Grunde wollte er aus der Firma raus

T/ mh

P/ er war jetzt auch in dem Alter wo er da raus wollte, und da war ihm der Chef ein rotes Tuch

1605T/ mh

P/ und da musste er weg von dem Chef

T/ mh

P/ also nicht mal so sehr von seiner Arbeit, denn äh wie gesagt seine Arbeit wenn er die schlecht bewertet hätte dann hätte er sich ja ein bisschen selbst getroffen

1610T/ mh

P/ das ist also so ne wenn man wenn man aus einem Unternehmen will

T/ mh

P/ dann findet man meistens so einen Sündenbock, eben so einen personifizierten Sündenbock

1615T/ mhmh

P/ also die die reine! Arbeit als solche die man macht die wertet man auf die möchte man auch nicht abwerten weil man die ja nun lange Jahre! gemacht hat man man sucht irgendwie so einen so einen Sündenbock oder Sündenböcke! oder irgend welche Maßnahmen die irgendwo der Vorstand oder die Geschäftsleitung

1620beschlossen hat das ist dann der Aufhänger warum er sich nicht mehr wohl fühlt und hier bei ihm war's dann immer nur der Chef, und da ich so was alles so ein bisschen kenne habe ich also dann sehr äh konkrete Fragen gestellt

T/ mh

P/ und äh na ja und dann kam es schon zu zu Auseinandersetzungen ne das wurde nicht so einfach hingenommen, das wollte der auch nicht wahrhaben erst am Anfang und immer wieder kam er mit seinem Chef, und äh da gab's schon ein bisschen Konflikte

T/ mh

P/ auch die anderen, denen war das auch die konnten das nicht mehr hören ne

1630T/ ah ja mh

P/ und und da war auch noch noch ein anderer da der hatte ähnliches, der auch äh einfach nicht bereit war einzusehen, dass äh ein bisschen andere Faktoren in seinem Leben die auch mal beleuchtet werden müssen

T/ mh

1635P/ und und wo immer einsilbig das gleiche Argument kam, mit mit seiner was weiß ich mit seiner früheren Frau da das war dann der Buhmann, ne der wollte nicht einsehen dass es an ihm selbst irgend welche Schwachstellen waren

T/ mh

P/ die aufgearbeitet werden mussten, sondern immer! war seine frühere Ex war  
1640immer der Buhmann die hat hin und wieder neue Schreiben geschickt neue  
Rechnungen geschickt und das war immer der Buhmann ne und das erkannten wir  
natürlich in der Gruppe

T/ mhmh

P/ äh und dann kommt's irgendwie äh kommt's zum Konflikt dass man diese Person  
1645gar nicht mehr so haben möchte ne

T/ mhmh

P/ denn äh das sind ja auch das waren ja auch sehr oft, vor allem am Anfang sehr  
rhetorisch gewandt!

T/ mh

1650P/ und wenn die dann da drei viertel der Zeit äh verplempern mit ihren ständigen  
Anschuldigungen auf auf diese eine Person auf die sie dann alles beziehen der eine  
auf seinen Chef, die andere oder der was weiß ich auf die frühere Partnerin äh das  
machen die anderen dann nicht mehr mit

T/ mhmh

1655P/ und diese Konflikte die gab's dann auch, und äh gut ich muss jetzt die  
Therapeuten etwas in Schutz nehmen die haben! dann da schon auch eingegriffen  
und eingewirkt und haben dann auch äh da entsprechendes gesagt und dann sind  
die auch ausgeschieden diese Leute aus der Gruppe

T/ ah ja mh

1660P/ die sind ausgeschieden das waren also dann die Konflikte

T/ mh

P/ die Sie so nennen ansonsten hatten wir keine Konflikte ne

T/ mh

P/ da gab's äh Meinungsverschiedenheiten die am Anfang zum Beispiel da waren  
1665ob wir uns jetzt alle duzen oder nicht

T/ mh

P/ äh und das ist jetzt also das sind eigentlich Meinungsverschiedenheiten

T/ okay

P/ da gab's natürlich auch unterschiedliche, Sichtweisen da waren dann zwei drei  
1670Leute die wollten weiterhin gesezt werden die wollten die Duzform nicht dann haben  
wir das so akzeptiert in der Besprechung haben gesagt okay wer hier gesezt

werden möchte der kann das äh weiterhin so für sich so in Anspruch nehmen, darf aber nicht böse sein wenn man sich mal vertut

T/ mh

1675P/ es ist ja nicht einfach wenn man zehn Leute duzt und nur einmal siezt

T/ mh

P/ das dann immer, in einer heißen Diskussion dann auch richtig erwischt da kann man schon mal daneben tippen

T/ mh

1680P/ so haben wir das im Gespräch dann gelöst

T/ mhmh

P/ also ich glaube jetzt die Frage mit den Konflikten habe ich versucht so ein bisschen zu schildern

T/ ja

1685P/ es sei denn ich habe Sie falsch verstanden

T/ ne war war richtig mh, ich äh würde gerne noch mal äh auf das Thema Alter kurz zu sprechen kommen und zwar haben Sie ja schon äh eben angedeutet dass das für Sie wichtig war das die Altershomogenität in der Gruppe ähm gegeben war hat denn so in Ihrer Sicht, das Thema Alter! als Thema als eigenes Thema auch ähm

1690eine wichtige Rolle in der Gruppe gespielt? oder ähm war das Thema Alter oder altern

P/ ja das Thema das Thema Alter! Altern spielt schon insofern eine Rolle weil eben halt diese begleitende äh Gesundheitserscheinungen äh doch schon bedeutend sind ne also zum Beispiel die Krebspatientin äh die hat schon ein Großteil ihrer ganzen

1695Befürchtungen und ihrer ganzen Argumente, auf ihre Krebserkrankung bezogen

T/ mh

P/ und die Herzpatientin bei mir stand das ja damals noch gar nicht zur Diskussion die hat also auch schon ein Großteil ihrer ihrer Ängste und ihrer Befürchtungen auf ihre Herzgeschichte bezogen

1700T/ mh

P/ weil sie da auch irgendwie schon mal operiert worden war

T/ mh

P/ und weil sie da entsprechende Medikamente nehmen muss

T/ mh

1705P/ die zu diesen und jenen Erscheinungen führen



T/ mh mh

P/ also das äh das Alter an sich äh ist vielleicht nicht äh so dass man das in so einer Therapiegruppe als solche als als Hauptkriterium sehen muss sondern die altersbegleitenden! Erscheinungen der älteren Menschen

1710T/ mhmh

P/ wie die zunehmenden gesundheitlichen Störungen

T/ ja das das war schon ein wichtiges Thema was immer wieder aufkam

P/ ja

T/ was nicht nur für Sie sondern + auch in der Gruppe

1715P/ ja das war schon ein wichtiges+ Thema ja

T/ ja

P/ also nicht nicht! bei allen

T/ und

P/ aber bei bei einem Teil der Teilnehmer

1720T/ Sie haben hier noch so ein anderes, in Anführungszeichen auch äh ja typisches Thema was man nur mit dem Altern oder mit Altersveränderungen in Zusammenhang bringen kann genannt also bei sich selber also eben auch das Ausscheiden aus dem Berufsleben

P/ mhmh

1725T/ für die Männer war das äh war das auch so ein wichtiges

P/ ja das war auch ein wichtiges Thema

T/ ah ja mhmh

P/ also nicht nur bei den Männern sondern und auch bei den Frauen

T/ ja

1730P/ äh da kam ja dann diese Geschichte loslassen von der Familie, von den mittlerweile äh erwachsenen und auch zum Teil schon äh verheirateten und mit äh Kindern verheirateten äh Kindern

T/ mhmh

P/ und Enkelkindern mein ich

1735T/ mhmh

P/ das war ja ähnlich so zu sehen

T/ mhmh

P/ also da da haben wir eine gewisse, Gleichwertigkeit festgestellt äh das Thema haben wir dann insgesamt so gesehen als, ja

1740T/ mhmh ja ähm gut eine letzte Frage noch Sie sind ja auch jemand der in, in politischen Dingen haben Sie angedeutet durchaus aktiv ist mh das äh würde mich noch interessieren wie Sie so im allgemeinen ähm das äh die Thematisierung ähm des Alterns äh in der Öffentlichkeit sehen und auch bewerten das ist ja etwas was in den letzten Jahren auch von mehr und auch in der Öffentlichkeit diskutiert wird also

1745ähm angefangen von der äh mh Aufschiebung der Alterns der Pensionsgrenze

P/ mh

T/ aber auch über das Thema äh äh Beschäftigung von was Sie auch genannt haben von qualifizierten Mitarbeitern

P/ mh

1750T/ auch über die Alternsgrenze hinaus oder auch neue Wohnformen für alte Menschen und und und aber auch äh die Überalterung der Gesellschaft es gibt ja ganz viele Themen die so in die Öffentlichkeit hinein geschwappt sind in den letzten Jahren und äh die ja wie sehen Sie das so aus Ihrer Perspektive ähm diese Thematisierung des Alterns in der Öffentlichkeit, auch natürlich den öffentlichen

1755Umgang mit dem Thema Alter

P/ mhmh ja ich möchte aber nur eins vorab klären äh das kann ich ja noch ganz kurz ergänzen sonst kommt mir der Kurs der Kurs zu kurz da oben

T/ mh

P/ ähm ich möchte noch ein Resümee ziehen ein komplettes Urteil abgeben

1760T/ mh

P/ und zwar äh wie gesagt anfangs war ich schwer krank hatte eine starke Krise und während der Zeit, bin ich äh so meine ich fast äh wieder vollkommen gesundet ne

T/ ja

P/ wobei ich also diesem Kurs sehr viel Bedeutung beimesse

1765T/ ja

P/ ich will jetzt nicht sagen dass das jetzt die allein seelig machende Therapie war, sondern auch mein Bewusstsein hat sich natürlich auch weiterhin verändert ne so wie ich das eingangs ja auch schon geschildert habe

T/ mh

1770P/ dass ich mich auch selbst bemüht habe, meinem ganzen täglichen Leben wieder mehr Qualität zu geben

T/ mh

P/ aber der Kurs hat da auch wesentlich dazu beigetragen, und dass ich es sehr bedauert habe dass ich dann nach zwei Jahren aus diesem Kurs ausgeschieden bin

1775T/ mh

P/ ich hätte normalerweise noch weiter machen können

T/ mh

P/ äh das hat mir das haben mir da die beiden Therapeuten auch gesagt nur, es ist bei mir einfach so das Problem ist einfach die Entfernung gewesen ne

1780T/ mh

P/ ich wohne also hier in Neuss Üdesheim ich weiß nicht ob Sie das kennen

T/ ja ja

P/ das liegt auf der anderen Rheinseite und äh, bitte?

T/ Metro

1785P/ ja das ist schon mehr nach Grimlinghausen rüber aber Üdesheim ist direkt hier gegenüber der Uni in dieser kleinen Rheinschneise hier ne

T/ ah ja

P/ ein wunderschöner Wohnort

T/ mhmh

1790P/ die Metro ist dann schon Richtung Grimlinghausen hinter der Autobahn

T/ mhmh

P/ äh und diese Fahrerei von da aus und dann zur Rushhour das war ja dann immer nachmittags, zum Feierabend hin

T/ mhmh

1795P/ nach da oben hoch das war also ne Katastrophe da brauchte ich fast ne dreiviertel Stunde, durch dichten Verkehr

T/ mh

P/ so dass ich das von daher äh dann auch beenden musste sonst hätte ich auf jeden Fall, hinsichtlich dieses wohltuenden! Effektes auch des wie halt der

1800Gesundung des Gesundungseffektes der erkannt wurde von mir eindeutig! sonst hätte ich das auf jeden Fall noch weiter gemacht

T/ mh

P/ und ich wäre sehr glücklich wenn eine ähnliche Einrichtung hier im Bereich der Uni wäre ne

1805T/ mhmh

P/ was ja leider nicht der Fall ist und insofern versuche im Moment ob da nicht zum Beispiel unten in äh bei uns in Neuss da im Alexianer äh da will man ja auch wohl etwas schaffen da und da hat man mir ja auch schon etwas angeboten äh dass dann da vielleicht noch mal wahrnehmen zu können so aber jetzt um auf Ihr Thema  
1810 zu kommen äh wie ich das so sehe mit der Öffentlichkeit, ja das sehe ich einfach so äh dass äh die älteren Menschen äh also eine einen erheblichen eine erhebliche Interessengruppe darstellen für viele! viele Bereiche unseres Lebens einmal als Wirtschaftsfaktor sind sie ja schon wohl weitgehend mittlerweile bekannt das das das das ein enormer! Wirtschaftsfaktor ist denn weil die älteren Menschen sind im  
1815 Besitz von viel viel Kapital ne, man spricht nicht umsonst von der von der Erben Erbgeneration das heißt die das gesamte äh Erbgut, ist zunächst mal bei den älteren Menschen angesiedelt

T/ mhmh

P/ und wird erst nach und nach auf die jüngeren vererbt aber letztlich potentiell  
1820 besitzen die älteren Menschen, unterm Strich das äh das Vermögen, das das ist also ein von daher! gesehen ein Faktor der wirtschaftlich nicht unterbewertet werden darf! weil wir das uns jetzt auch mit einbeziehen wollen

T/ mh

P/ aber ein weiterer Faktor ist dann halt diese Möglichkeit gesellschaftlich kulturell  
1825 äh im Alter vieles ganz anders ausleben zu können als in jungen Jahren

T/ mhmh

P/ allein schon aus Zeitgründen äh ist ein weiterer äh und auch sportlich ist ein weiterer wichtiger Faktor äh der meines Erachtens nach weitgehend! nicht berücksichtigt wird das ist also äh gerade für Kultureinrichtungen für  
1830 Sporteinrichtungen für, irgend welche sonstigen gesellschaftlichen Einrichtungen auch selbst zum Beispiel Volkshochschulen oder Universitäten bieten da nicht unbedingt jetzt äh äh altersgerechte Studienprogramme und Möglichkeiten an da da werden zwar Versuche gemacht aber die sind so in den Anfangsschulen

T/ mhmh

1835 P/ also da! wäre auf jeden Fall sehr viel! zu tun

T/ mhmh

P/ und äh die älteren Menschen würden sich auch nicht dagegen sträuben wenn das mit Ge mit erheblichen Gebühren verbunden wäre wenn sie zum Beispiel an Studiengängen teilnehmen könnten sich ausbilden könnten in Volkshochschulen

1840 und sonstigen äh Einrichtungen, also das das dürfte auch ruhig ein paar Euro mehr kosten als vielleicht das bei jungen Leuten der Fall ist

T/ mhmh

P/ wenn das die entsprechende Qualität hätte

T/ mh

1845 P/ und auf die älteren Menschen zugeschnitten wäre

T/ mh

P/ das äh will ich dazu sagen, und dann will ich natürlich dazu sagen um die die Lebensqualität, älterer Menschen insbesondere zu verbessern und auch denen

T/ mhmh

1850 P/ die Ängste zu nehmen wie ich das auch von mir persönlich ja so schildere, bin ich der Ansicht dass also insbesondere! äh reine Gesprächs- äh -therapien sowohl jetzt im im im allgemeinen medizinischen Bereich wie auch im psychologischen Bereich erheblich verbessert werden müssen

T/ mhmh

1855 P/ also der ältere Mensch sucht meistens nicht mehr den Operateur

T/ mhmh

P/ sondern der ältere Mensch sucht den Gesprächspartner

T/ mhmh

P/ für seine Probleme, denn denn vieles ist äh vor allem wenn man im höheren Alter

1860 ist, in der Regel ohne Operation zu machen, ohne diese übliche Diagnostik äh einfach weil man da Kompromisse schließen muss einem Fünfundsiebzigjährigen äh äh braucht man nicht all das ganze an Diagnostik anzubieten wie wie einem Fünfundvierzigjährigen und schon gar nicht! an Operationen wie einem fünfundvierzig Jährigen

1865 T/ mh

P/ aber dafür braucht es bedarf es umfangreicher, Abklärungs- und Gesprächsmöglichkeiten

T/ mhmh

P/ also sowohl im medizinischen Bereich wie wie auf jeden Fall! ergänzend und

1870 weiter ausgebaut im psychologischen Bereich ne

T/ mhmh

P/ das das ist ein ganz wichtiger Faktor in unserer Gesellschaft

T/ mh

P/ so sehe ich das ne

1875T/ ja

P/ das ist alles! ist auf junge Leute ausgerichtet auch wenn Sie wenn Sie zum Beispiel ich verstehe das ja auch dass zum Beispiel auch Psychologen dass die natürlich in der Schulmedizin aber äh bei bei äh therapeutischen Beratungen von von Kleinkindern oder weil die meist ihre Mütter dabei haben dass das lukrativer

1880erscheint weil es besser! bezahlt wird als wenn Sie jetzt

T/ mh

P/ mit einem Siebzigjährigen sich herum plagen müssen und mit dem eine Gesprächstherapie machen das ist alles verständlich

T/ mh

1885P/ aber da müsste dann halt von Seiten des Gesetzgebers vielleicht auch, und seitens anderer Organisationen äh müsste das halt äh optimaler ausgelegt werden besser ausgelegt werden ne

T/ mhmh

P/ Sie haben mir die Frage gestellt und die versuche ich wahrheitsgemäß zu

1890beantworten

T/ mhmh gibt's denn manchmal auch ähm oder ärgern Sie sich manchmal auch also wenn wenn sozusagen Alter in der Öffentlichkeit thematisiert wird äh Sie haben ja jetzt genannt was Ihnen so fehlt oder wo Sie denken da hapert's auch aber gibt's manchmal auch +ähm Sachen

1895P/ ja es gibt+ es gibt gewisse Themen zum Beispiel so so so manchmal in der politischen Landschaft oder auch äh auch in der kommunalpolitischen! Landschaft wo plötzlich Äußerungen kommen wie ja man wollte da ist da irgendwo ein Unfall passiert da im Straßenverkehr und da ist zufällig jetzt ein Siebzigjähriger daran beteiligt dass man dann dieses Argument wieder aufspielt in den Zeitschriften, ja

1900man sollte also den Siebzigjährigen äh grundsätzlich die Führerscheine weg nehmen ne

T/ mh mh

P/ so und da kann man natürlich

T/ mh

1905P/ da gibt es ja sehr viel Argumente die ja vollkommen dagegen sprechen weil die meisten Unfälle

T/ mh

P/ vor allen Dingen die tödlichen Unfälle die bauen ja vor allem die Fünfundzwanzigjährigen und nicht die Siebzigjährigen und selbst wenn man das das 1910 auf die Fahrleistung bezieht oder ich sag mal die erforderlichen! Fahrleistungen die beruflichen äh dann äh trifft das in keiner Weise zu, und äh auch wenn man wenn man da da gesund- Gesundheitstests machen will würde äh würde man auch feststellen wie bei manchem Fünfundzwanzigjährigen oder Dreißigjährigen schon manches im argen ist äh und und äh bei manchem älteren älteren Menschen noch 1915 alles sehr gut ist ne

T/ mhmh ich +würde

P/ das ist+ nur so ein Punkt

T/ ja ich würde würde noch mal so einen allgemeinen Punkt rausnehmen den Sie ähm an einer anderen Stelle für mich jedenfalls auch schon äh thematisiert haben 1920 dass Sie sich durchaus wünschen würden dass man, sozusagen die Kompetenzen und Ressourcen die ähm alte Menschen haben dass man die doch mehr wahrnimmt P/ ja

T/ und äh auch wertschätzt

P/ ja +auch das

1925 T/ und auch dann gesellschaftlich anerkennt ja

P/ das ist auch sehr wichtig ja+ hab ich vielleicht so nicht exquisit jetzt ausgedrückt aber das ist ein sehr wichtiger Punkt auch ja

T/ ja

P/ habe ich zwar in meinem Gespräch ja schon mal ausgedrückt

1930 T/ ja

P/ aber jetzt als als Punkt könnte man das noch dazu nehmen

T/ mhmh

P/ mhmh

T/ ja gut ich weiß nicht ob es jetzt von Ihrer Seite aus noch etwas gibt was Sie auch 1935 abschließen, oder noch ergänzen möchten

P/ ja gut also ich finde äh so etwas wie Sie das hier betreiben äh sehr gut und nützlich obwohl ich weiß dass viele ältere Menschen dafür nicht zugänglich sind aber das mögen äh auch, vielleicht Komplexe sein an diese Sache heran zu gehen äh aber der Bedarf ist meines Erachtens nach auf jeden Fall da

1940 T/ mhmh

P/ man hört das überall äh und äh es müsste auch vielleicht ein bisschen mehr publik gemacht werden mit diesen äh Möglichkeiten also durch Gespräche äh Sie da zu erreichen, ich meine nicht Sie sondern meine jetzt insgesamt die Psychologie  
T/ mh

1945P/ zu erreichen, und äh das das sehe ich insgesamt als nützlich an aber auch! als ausbaufähig und ausbau auf jeden Fall ist ein entsprechender Ausbaubedarf auch meines Erachtens da das das ist das was ich bemerken möchte na ja und ich persönlich äh bin wieder auf der Suche, nach so einer Gesprächsgruppe wie es da oben halt der Fall war

1950T/ mhmh

P/ unter für mich etwas annehmbareren! Bedingungen insbesondere der weite +Radius

T/ ich verstehe+ ja

P/ und da da bin ich im Moment bei hier unten mit dem äh spreche ich das zurzeit  
1955an mit meiner Frau Dokter äh die da, wo da so eine Gruppe im Aufbau ist und die jetzt auch dahingehend tendiert vielleicht auch für etwas ältere Menschen, das setzt sich ja überall! mehr durch ne also wahrscheinlich

T/ mhmh

P/ können sie auch nicht mehr einfach sagen 'unser Klientel sind nur, Vierzigjährige'  
1960sondern wahrscheinlich muss man sich auch mit älteren auseinander setzen

T/ mhmh

P/ äh und dass wird da wohl auch eingesehen dass man mittlerweile das Alter auch so hat sie das auch schon ausgedrückt dass man also auch

T/ mh

1965P/ ältere Menschen mit einbeziehen möchte in diese Gruppe

T/ mh

P/ und das das ist jetzt das was ich mir eigentlich so wünsche, dass das wieder mehr so äh dass man da demnächst äh halt auch, mehr Möglichkeiten dann hat als älterer Mensch ne

1970T/ mhmh +gut

P/ also+ da bedanke ich mich also genauso für das Gespräch, dass mit Ihnen dann auch sehr sachlich und gut, geführt werden konnte

T/ ich mache mal kurz das Band dann aus ich bedanke mich dann bei Ihnen vor allem das Sie



1975(Ende der zweiten Seite der Kasette)

(+00:46:04)

Transkript vom 13. 8. 2007, Patientin: Frau G

P/ ich bin ja da schon ganz lange raus ne

T/ ja +ja das ging

5P/ ich hab+ das ja abgebrochen ich bin ja äh ich glaube das ging dann noch letztes Jahr im November oder Dezember?

T/ ja

P/ und ich hatte ja schon bemerkt oder irgendwann oder oder so oder irgendwie war das ja

10T/ ja

P/ mh ich hatte das der Frau Doktor Bergstein gesagt dass ich ganz gerne also nach den, Osterferien oder irgendwie und dann hat sich das irgendwie ergeben ich weiß auch gar nicht wieso und dann war war das auch vor den Osterferien also ich bin da

T/ mhmh ja also wir sind ja auch daran interessiert zur erfahren wie es Ihnen weiter

15nach der Gruppe ergangen ist

P/ mh

T/ das ist glaube ich

P/ mh

T/ die Hauptfragestellung

20P/ mh

T/ ja wie geht's Ihnen denn?

P/ äh jo gut würde ich sagen (Lachen) ja also jetzt nach der Gruppe äh ist es mir nicht anders gegangen wie während der Gruppenzeit

T/ mhmh

25P/ weil ich denk mal meine Beschwerden ich weiß schon woher sie kommen beziehungsweise was der Auslöser dafür ist nur (Lachen) man weiß zwar vieles aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer

T/ mhmh

P/ ja weil man wie gesagt auch so geprägt ist vom Umfeld ich sage wir leben ja nicht  
30alleine dass ich immer sagen kann so das ist jetzt zu viel also jetzt legst du dich mal zehn Minuten hin sag ich mal ein Beispiel na

T/ mh

P/ das das geht ja irgendwie gar nicht und ähm ja also wie auch immer und deshalb äh ja ist eigentlich nicht so viel Veränderungen eingetreten würde ich jetzt nicht

35sagen, das waren ganz schlimme Wochen die letzten Wochen (kurzes Lachen) ich bin umgezogen also heute vor drei Wochen

T/ mh

P/ sind wir umgezogen und das war schon, mit dem Aufwand also der körperliche Aufwand nicht der psychische ja

40T/ ja

P/ das nicht aber ich habe es ja gewollt und das war also wie gesagt eher eine angenehme Sache aber die körperliche Sache das war schon sehr sehr heftig

T/ Sie sind innerhalb Düsseldorfs umgezogen?

P/ ja ja innerhalb der Stadt war das auch weil wir sehr sehr viele Bekannte haben wir sind da sehr integriert in der in der Kirchengemeinde und äh auch so im wir sind im Netzwerk mein Mann ist da ehrenamtlich tätig und wir haben einen sehr großen Bekanntenkreis und sind da so sage ich mal seit, gut dreißig Jahren wir wohnen da zwar schon achtunddreißig Jahre im Stadtteil aber gut dreißig Jahre sind wir da

T/ mh

50P/ so mittendrin und das war uns sehr wichtig dass wir da auch wie gesagt jetzt ein paar Meter weiter ja eine Wohnung bekommen

T/ mh

P/ eine kleinere Wohnung wie gesagt es war eine zu große die Kinder sind aus dem Haus wie das dann eben so ist ne?

55T/ mhmh

P/ (Räuspern) das war mir wichtig dass wir eine kleinere Wohnung bekommen also dass ich nicht mehr so furchtbar viel dann für die Wohnung tun muss sondern ja also dass man sich dann alles etwas einfacher macht

T/ wie weit verkleinern Sie sich?

60P/ ja um ein Zimmer also wir hatten vorher siebenundachtzig und jetzt jetzt sind es fünfundsiebzig

T/ mh

P/ Quadratmeter

T/ so viel kleiner ist das doch gar nicht

65P/ doch doch ja es ist wie viele andere das kann man jetzt auch nicht so beschreiben es ist jetzt schon äh vieles einfacher also +bilde ich mir ein

T/ mh mh die Wohnung+ ist jetzt einfacher

P/ ja

T/ zu handhaben?

70P/ ja es es ist jetzt einfacher es ist wir haben jetzt einiges neu machen lassen und ja es ist also schon so ich denke mal es ist schon so okay

T/ mhmh

P/ also für mich würde ich sagen und auch mein Mann der ist auch sehr zufrieden es ist wie gesagt nur eine Verbesserung ne also wir trauern unserer alten Wohnung

75obwohl wir da jetzt in der letzten Wohnung dreißig Jahre gewohnt haben also ich ich hab immer gedacht mein Gott irgendwann muss dich so so so eine Wehmut dich

T/ mhmh

P/ (Lachen) ergreifen oder irgendwie gar nicht ich sag zu meinem Mann ich sage 'sag mal bist du nicht ein bisschen traurig? ist Dir nicht ein bisschen komisch?' 'ne'

80sagt er 'gar nicht' sagt er 'ich fühl mich auch nicht als ob wir da gewohnt haben' auch wenn ich heute morgen bin ich auch noch daran vorbei gegangen, aber das berührt einen überhaupt nicht ne obwohl ich das ist ganz komisch ich weiß nicht vielleicht liegt das auch an uns oder na ja wie auch immer aber das ist jetzt nur so am Rande

T/ ja also ähm ich komme noch mal auf Ihre Beschwerden zurück

85P/ mh

T/ Sie sagten dass sei damals nach der Gruppe nicht anders gewesen als äh vor der Gruppe

P/ mh

T/ ähm Sie würden ja schon wissen worum es da eigentlich geht darf ich trotzdem  
90noch mal nachfragen was denn Ihre Beschwerden gewesen sind? und vielleicht immer noch sind?

P/ mh ja das geht das ist wie gesagt wenn ich mich ich darf mir nicht körperlich so viel zumuten

T/ mhmh

95P/ das ist auch so ein bisschen tagesabhängig also das hat erstmal damit etwas damit zu tun ob ich nachts geschlafen habe ja oder nein das ist schon mal ganz wichtig dann sind Tage wo ich sehr viel am Tag schaffe und es gibt

T/ mhmh

P/ auch Tage wo ich schon um zwölf also denke hoffentlich kannst du dich bald mal  
100hinlegen für für ne halbe Stunde also dann wie gesagt dann ist das Mittagessen kochen schon eine Last und das Spülen sowieso schon und oh ja (Stöhnen) und dann gibt's Tage da macht mir das gar nicht aus dann kann ich nachmittags noch

was weiß ich machen und dann ist alles okay und ich meine ich weiß das alles und ich habe jetzt auch noch mit meinem Mann darüber gesprochen und ich sage 'weißt du' und ich habe jetzt auch gemerkt wie diese Steigerung war also wenn ich nicht drauf achte dass ich äh nicht zu viel tue ja das ich nicht zu viel tue dann fängt das an mit ich kriege schlecht Luft ja es fängt an mit ich kriege schlecht Luft mir geht es nicht gut so allgemein ja ich fühle mich ja schlecht ja das ist natürlich für Sie da können Sie nichts mit anfangen ja ich kriege schlecht Luft äh ja ich habe so den Eindruck ich kippe jeden Moment um so

T/ mhmh

P/ das ist so das erste Stadium wenn ich nicht darauf eingehe dann das zweite Stadium ist dann kommt das Zittern der Knie also dann

T/ mhmh

P/ der Beine und ich ich gucke dann schon immer wo ist ein Stuhl wo kann ich mich setzen so gehe ich nicht drauf ein oder mache das dann vielleicht nur zehn Minuten dass ich darauf eingehe dann ist die nächste Station, Moment mal wie war das denn was wurde denn dann eingeschaltet? dann kriegte ich genau dann kamen Herzschmerzen ne Quatsch Herzrhythmusstörungen so Herzrhythmusstörungen die hatte ich auch schon vor vielen Jahren gehabt aber das sind auch nur so Auslöser wenn ich überfordert bin körperlich Herzrhythmusstörungen, wenn ich nicht darauf eingehe, dann geht das los mit ja Kribbeln in den Händen in den Beinen dann ist alles stirbt alles ab und Herzschmerzen Herzschmerzen bis zum geht nicht mehr das ist dann so ich weiß nicht mehr das vierte oder das fünfte Stadium ich hab jetzt nicht mitgezählt, und ja das hab ich jetzt wie gesagt bei diesem Umzug so durchlebt ich hab zu meinem Mann gesagt ich sag 'denk dran wenn ich irgendwo in der Ecke liege (Lachen) ich simuliere dann nicht ich sag dann ist irgendwas mit mir sage ich dann habe ich entweder einen Herzinfarkt oder Schlaganfall oder (unterdrücktes Lachen) irgendwas' ähm da hab ich gemerkt mein Mann der sagt immer 'ja wenn du nicht kannst warum machst du immer so viel ja dann musst du dann eben aufhören' ich sag 'ja aufhören würde jetzt heißen eine Woche ausklinken' ich sag 'wir sind im Umzug' ich sag 'das geht ja gar nicht ja ich kann mich da nicht ausklinken und sagen ich bin jetzt für ne Woche weg nur weil es mir jetzt schlecht geht' ich mein wir hatten das jetzt eingefädelt und das muss natürlich jetzt auch

135T/ mh

P/ äh über die Bühne gebracht werden ne

T/ das heißt Sie haben jetzt diese Beschwerden auch während des Umzuges wieder vermehrt bekommen?

P/ ja ja natürlich ich sag ja das das so so hat sich das gerade angefangen ja in dem  
140Moment wo wir diesen Mietvertrag unterschrieben hatten da ging es mir und wie das  
Ganze dann wie gesagt in Gang kam ja denn es musste dann die Küche bestellt  
werden und äh die ganzen Handwerker und und und da hab ich gemerkt wie sie das  
gesteigert haben ja und ich konnte dem auch gar nicht so nachgehen ich konnte  
mich ja jetzt nicht für eine Woche oder zwei ausklinken und sagen 'ich verreise jetzt'  
145(Lachen) ne? und dann wurde das wie ich es gerade jetzt erzählt habe immer so  
diese Steigerung ja ha und ich meine ja und mein Mann der schimpft dann immer 'ja  
dann leg dich doch hin dann setz dich doch hin' ich sag 'ja was nützt mir das denn?  
wenn ich mich dann fünf oder zehn Minuten lang hinsetze' ich meine das habe ich  
dann ja auch getan weil es ja auch gar nicht anders ging

150T/ mh

P/ aber das es es bringt ja nichts das ist für mich nichts ne

T/ mh

P/ und ich weiß das und wir haben auch jedes Mal so in der letzten Zeit Revue  
passiert und ich sag das liegt also die ganze Wurzel liegt bei mir in der Kindheit ja ich  
155habe als Kind sehr sehr schwer körperlich arbeiten müssen ja

T/ mhmh

P/ also ich sag jetzt mal ne sieben- achtjährige ein Zentner Weizen auf dem Rücken  
und je nach jetzt vielleicht noch mal so drei vierhundert Meter zum Opa gebracht  
oder so das war so nix für mich ne

160T/ mhmh

P/ also jeden Tag schwere körperliche Arbeit ja wirklich wir hatten Landwirtschaft und  
ich habe jeden erwachsenen Mann ersetzt auf dem Feld

T/ mh

P/ oder ich kriegte genau die Meter wie wie jede erwachsene Frau oder jeder  
165erwachsene Mann hatte äh dass und ich merke das in meinem ganzen Leben  
wenn's immer sehr sehr viel war dann ja dann kriegte ich Herzrhythmusstörungen

T/ mhmh

P/ ja und und (Stöhnen) ja und diese Dinge also das habe ich schon ein paar Mal so  
mitgemacht ich weiß das aber

170T/ wie verstehen Sie das genau diesen Zusammenhang? Sie sagten äh das hängt irgendwie mit diesen Kindheitserfahrungen dass Sie so schwer +körperlich arbeiten mussten

P/ ja ich sagte der Körper+ ist irgendwo wenn ich das so als Laie beurteilen müsste bin ich irgendwo ausgelaugt schon lange ne nur wie gesagt im Laufe der Jahre gut

175ich habe geheiratet ich habe Kinder bekommen und da fing das schon an ja? da war ich auch schon hier in der Uni mit mit unmöglichen äh Symptomen wo keiner mit mir was anzufangen wusste ja?

T/ mh

P/ ich konnte mich nicht auf den Beinen halten ich habe gezittert und jeder war  
180immer im Glauben das ist der Kreislauf oder das Herz und äh, ja ne dann ging's mal ne Zeit wieder gut dann und so weiter (Stöhnen) praktisch immer in Köln wo ich war hatte ich auch sehr viel um die Ohren das war meine erste Stelle nach der Ausbildung und meinte noch alles hundertprozentig zu machen ist ja ganz klar man kommt von der Schule und jetzt muss es ja ne und da hab ich auch Tag und Nacht  
185gearbeitet und dann kriegte ich plötzlich Herzschmerzen und dann bin ich zum Arzt und der hat mich dann erst mal gefragt 'ja was machen Sie denn in Ihrer Freizeit?' ich sag 'Freizeit ja wann hab ich denn Freizeit?' ich sag 'nö wie kommen Sie denn dadrauf?' ja äh und dann hat der gesagt 'ja wissen Sie was wechseln Sie die Stelle'

T/ mh

190P/ und dann habe ich das auch sofort sofort gemacht am anderen Tag direkt zur Mutter Oberin ich sage so und so ja und dann hab ich an der Uniklinik hier angefangen da war es wieder okay ja also ich wollte nur sagen äh es war jetzt nichts organisches körperliches sondern ich denke ja so mehr so diese Überanstrengung  
ne

195T/ mhmh so dass Sie diese Beschwerden immer dann

P/ ja

T/ entwickeln wenn Sie auch sich körperlich wieder anstrengen müssen

P/ ja

T/ mhmh und das hat sich irgendwie auch nach der Gruppe nicht verändert auch

200P/ +nein nein

T/ wenn Sie die letzten anderthalb Jahre so sich anschauen+

P/ nein wie gesagt wenn ich kaum was tue und so weiter dann geht's mir gut wie gesagt wenn ich dann gut geschlafen hab und das Schlafen das ist immer noch ein Problem ne

205T/ mh

P/ eine Nacht ja die andere Nacht nicht und dann das ist natürlich auch dann ein ganz wesentlicher Faktor aber ich weiß das alles nur

T7 mh

P/ nur wie gesagt man ist ja auch ich sag mal vom Typ her oder ja und in einer Gesellschaft wo tja durch die Uhr bedingt wird man ja auch immer ne jedenfalls immer getrieben

T/ mh

P/ oder man setzt sich ja auch selber irgendwo unter Druck ne dann dann muss das Mittagessen fertig sein weil der Mann ja dann da und da hin will oder

215T/ mh

P/ ja ne jetzt musst du noch eben die Wäsche wegbügeln oder oder solche Dinge ne

T/ mh

P/ ja, das ist eben so ne und ich denke mal als ich ich hab ja hier gearbeitet hier in der Uniklinik und so und bevor das anfing das hat sich ja auch so ganz allmählich aufgebaut wenn ich heute so zurück denke ich meine ich war dumm äh (Lachen) aber diese Einsicht die hilft mir ja heute überhaupt nichts äh ich hätte eher mal sage ich mir mal einen gelben Schein holen sollen ne aber ich hab das nie berücksichtigt ich kann mich erinnern einmal morgens um viertel nach sechs ich hatte meine Leute eingeteilt um sechs Uhr um viertel nach sechs ich sitze unten am Wäschezimmer es wird mir ganz komisch ich war richtig weg ja, hatte furchtbare Herzschmerzen, und hinten im Rücken war wie so ein Taubheitsgefühl ich denke 'Mensch' ich habe dann natürlich meinem Mann nichts gesagt denn sonst hätte der gleich geschimpft nach dem Motto ja dann geht'ste mal zum Arzt ne und so geht das nicht und du musst jetzt was für dich tun und und so das übliche und ich ich hab nur gedacht ne du darfst ja alles nur hier nicht fehlen das geht ja schon gar nicht ne na ja und so hat sich das natürlich all die Jahre aufgebaut und ich denke mal vielleicht ist auch so von den Wechseljahren dass die Psyche dann oder vielleicht dass dann die Psyche sich dann irgendwie gemeldet hat 'hallo so geht's nicht mehr' oder ich weiß das nicht

T/ mh



235P/ also ich mein ich bin jetzt kein Mediziner Sie wissen vielleicht eher schon mal die körperlichen die psychischen Zusammenhänge wie die darauf reagieren das weiß ich natürlich nicht ne

T/ mh

P/ aber ich denke mal ich hätte im Vorfeld hätte ich viel viel mehr tun können und ich  
240hab's nicht gemacht, weil das von meinem Glauben her du bist die Vorgesetzte und du kannst hier nicht äh krank machen ich ich in in den einundzwanzig Jahren war ich zehn Tage krank

T/ ich würde gern noch mal zurück gehen auf das was Sie mir eben erzählt haben die Situation jetzt mit dem Umzug mh da habe ich jetzt so beim Zuhören auch den  
245Eindruck gewonnen dass Sie, die Sache mit dem Umzug ja nicht nur ja

fünfundsiebzig oder achtzig Prozent machen sondern hundertfünfzig prozentig ist das richtig? dass Sie da auch so eine gewisse einerseits so eine gewisse Neigung auch haben die Sachen sehr oder sogar übergenau zu machen?

P/ ja das ist schon richtig mh (unterdrücktes Lachen)

250T/ Sie lachen

P/ ja es ist so ich bin halt mein Mann der ist so eher der passive, Teil in unserer Ehe (Lachen) mein Mann interessiert sich da nicht so wirklich dafür ich meine wenn ich dann sage 'komm du musst jetzt und wir müssen jetzt Kartons packen' dann bleibt ihm ja nichts anderes übrig aber er würde nie die Initiative ergreifen und sagen 'hör  
255mal wir packen jetzt' ja oder 'jetzt werden aber die Handwerker bestellt' oder 'jetzt wird aber der Handwerker bestellt und jetzt müssen wir das und das und das' also auf die Idee käme er nicht aber das ist so eben das ist so seine ja seine Art ne und dann bin ich halt wieder derjenige der sagt 'so komm und das wird hier gemacht und das und das' ne und ja äh wenn Sie umziehen ich weiß nicht ob Sie schon mal  
260umgezogen sind dann fallen viele Dinge auf einen ne und man kann vieles im Vorfeld auffangen also ich ich hab keine Lust in eine Wohnung zu ziehen und dann abends anfangen denn wie gesagt hier die Leitungen zu verlegen die Wände auf zu schlagen und und so weiter also dazu habe ich keine Lust das muss dann schon im Vorfeld gemacht werden ne und dazu muss man natürlich auch gucken dass man all die  
265Handwerker kriegt und dann natürlich auch kontrollieren ob sie das auch richtig gemacht haben also dass dass man selber damit zufrieden ist ja

T/ mhmh

P/ nich ich meine Sie möchten ja wahrscheinlich auch nicht irgend welchen Murcks da entgegen nehmen und die Fliesen bleiben da wahrscheinlich so stehen oder

270irgend was ne (unterdrücktes Lachen)

T/ mh

P/ war natürlich jetzt ein bisschen heftig aber wie gesagt dass ist ja jetzt vorbei

T/ mh

P/ und (Lachen) wir gucken was jetzt erneut auf einen zukommt (Lachen)

275T/ mhmh also ich hab das deshalb auch gefragt weil ich hab mir so gedacht na ja Sie könnten ja auch mit so einem Umzug so umgehen dass Sie sich sagen 'ich weiß ich bin jetzt nicht so belastbar äh muss mich so ein bisschen schonen und äh dass ich jetzt auch mal ein bisschen langsamer angehen auch um den Preis vielleicht dass die Sachen dann nicht so hundert Prozent, perfekt sind'

280P/ mh nein das ist nichts für mich (Lachen)

T/ gibt es denn auch so eine Seite in Ihnen wo Sie schon äh selber auch noch also nicht nur von außen dieser Druck kommt

P/ mh

T/ die +Anforderungen

285P/ ja ich weiß+

T/ sondern zum Beispiel auch so eine Seite bei Ihnen wo Sie sich //

P/ ich weiß das ja ich weiß das mh manchmal ist das schlimm ne oder wenn ich weiß dann zum Beispiel also so ein ganz blödes Beispiel (Lachen) wir haben die Gläser ausgepackt und einfach in den Schrank rein gestellt weil wir eben den Platz

290brauchten im Zimmer ja aber die Gläser sind noch nicht gespült ne, ja, das ist auch so was wo ich genau weiß im Hinterkopf du musst noch die Gläser spülen ne

T/ mhmh

P/ bevor bevor ich sie jemand auf den Tisch setze ne also wissen Sie wissen Sie da könnten ja noch Fingerabdrücke dran sein vom Auspacken oder vom Einpacken wie

295auch immer, es ist ich weiß das alles aber es sind es gibt Dinge die (Stöhnen) ja da kommt man einfach nicht gegen an auch wenn man von hier oben weiß

T/ mhmh

P/ das ist schädlich aber also dieser Weg von da nach da ja in die Hand der ist so weit der ist so weit und das ist tja ich weiß auch nicht wodurch ich weiß das wirklich

300nicht tja es ist vielleicht so meine Art, keine Ahnung

T/ und Ihr Mann ist da ganz anders als Sie?

P/ ja mein Mann ist ja total, locker ganz gelassen also der sieht so vieles total!  
anders wie ich und

T/ mhmh

305P/ aber das ist vielleicht auch die Gegensätze wo man sich anzieht (Lachen)  
vielleicht macht er auch aus dem Gunde weil er weiß ich mach das sowieso na ich  
denke mal ich bin da schon vieles schuld also auch auch so unsere Tochter die sagt  
auch schon mal weil die Tochter genauso ist wie ich und dann sagt sie 'Mutti wie sind  
da selber schuld' und sie hat auch so einen Mann ja so nach dem Motto 'schauen Sie  
310mal' (Lachen) und sie sagt 'Mutti wir sind selbst schuld' sagt sie 'wir gehen dann her  
wenn's nicht schnell genug gemacht wird und machen es dann selber oder oder  
wischen noch nach oder tun noch nach' und ja es es ist richtig tja (Lachen)

T/ mhmh

P/ (Lachen)

315T/ und äh ärgert Sie das dann manchmal auch

P/ ja also manchmal ja weil ich dann mir wie gesagt mir selber so einen Zwang mir  
auferlege tja (Stöhnen) also wenn ich dann meine ich hab alles gemacht ja dann fällt  
mir ein da im Schrank da ist noch ein Tuch und du wolltest das ja immer ausmessen  
daraus wolltest du noch irgendwas nähen und dann immer so dieses 'nein das musst  
320du noch machen' und dann denke ich 'warum du musst das gar nicht machen und  
immer wieder fällt's mir ein nein in diesem Fach ist noch irgendwas nicht in Ordnung'

T/ mh

P/ furchtbar also mir geht das manchmal selbst auf den also auf den Geist ja aber

T/ mh

325P/ tja tja machen Sie was gegen mh wenn man so in einem gewissen Alter man  
kriegt das auch nicht so ganz ich hab mich schon vieles geändert also ich hab mich  
ich meine schon um hunderfünfzig Grad geändert wie ich noch so jung war da war  
ich total extrem noch viel extremer aber

T/ mhmh

330P/ ich hab schon vieles gelernt durch die Kinder auch alleine da kann man nicht  
immer alles hunderfünfzig prozentig haben

T/ ja

P/ ich mein da hab ich auch schon mal mittags das Geschirr stehen lassen denn wir  
sind auf den Spielplatz gegangen und abends dann das Geschirr gespült ne

335T/ mh

P/ ist aber früher als ich noch jünger war und (Stöhnen) ach da war ich ganz extrem (Lachen) da sagte mir schon immer meine Vorgesetzte Frau Huschbrock 'also nein' hat sie gesagt (Lachen) na ja gut

T/ ich meinte auch den den Ärger in Bezug auch auf Ihren Mann also ob Sie sich  
340auch manchmal über Ihren Mann ärgern

P/ ja ja

T/ dass der

P/ ja ja natürlich

T/ Ihnen so die Initiative überlässt

345P/ ja ja natürlich ja aber ihn stört das auch nicht so sonderlich und vor allem mich stört das dann immer wenn er dann zu unseren Bekannten geht und sagt 'hach ja und das hab ich gemacht und das hab ich noch und' und dann denke ich 'ganz ruhig bleiben ganz! ruhig nur jetzt nicht sagen' ne weil ich hab dann die Idee ich meine er muss sie dann ausführen zum Beispiel jetzt sag ich mal ein ein Bild an die Wand

350bohren also eine Bohrmaschine nehme ich nicht in die Hand aber er sagt dann ja 'guck mal ist das denn nicht schön oder das hab ich'

T/ mh

P/ und dann denke ich auch 'es war ja meine Idee er hat's natürlich nur da angebohrt' aber ich hab ihm gesagt 'das muss dahin oder das Brett schneiden wir

355uns jetzt so und so zu um das so zu machen' ne

T/ mhmh

P/ aber na ja gut es ist so

T/ mh

P/ wir sind ja schon seit neununddreißig Jahren verheiratet diesen Monat (Lachen)

360da da ist nichts mehr zu ändern (Lachen)

T/ ja ähm

P/ ja

T/ ich komm noch mal trotzdem auf die aktuellen Beschwerden zurück und auf die Veränderung das heißt also Sie beschreiben jetzt eine Art von von Thema oder von  
365von Schwierigkeit die sich so auch durchaus durch Ihr Leben zieht ähm hat das jetzt noch mal im Vergleich auch zum letzten Jahr ähm deutlich zugenommen in der Situation des Umzugs und hatten Sie davor die Zeiten ein bisschen Ruhe oder?

P/ ja das stimmt ja ja vor allem wo es mir sehr gut ging wir waren ja drei Monate in Thailand wissen Sie

370T/ ja

P/ wir sind ja erst Mitte März zurückgekommen

T/ ja

P/ das war natürlich eine tolle Zeit da ging's mir super

T/ ah ja

375P/ klar wir haben im Hotel gewohnt und den ganzen Tag halt nur schöne Dinge gemacht die mir uns gerade einfielen nur nicht überanstrengen nur nicht viel gelaufen man fährt ja in Thailand sehr preiswert mit dem Taxi überall hin ach das war herrlich (Lachen) ich brauchte nicht zu kochen nicht zu waschen ach das war richtig toll

380T/ also da ist es Ihnen

P/ da ist es mir super! gegangen (Lachen)

T/ na ja na ja gut

P/ ich weiß das ja auch aber

T/ äh wie kam es

385P/ aber ich kann nicht immer in Thailand bleiben (Lachen)

T/ wie kam es zu diesem langen äh Thailand+aufenthalt

P/ ja+ das war so also wir waren letztes Jahr schon da also zweitausendfünf zweitausendsechs immer noch

T/ mhmh

390P/ aber nur sechs Wochen und das war ein bisschen wenig ist uns eingefallen und dann haben wir gesagt 'ne sechs Wochen ist zu wenig also hier müssen wir noch mal hin' dafür ist das Land viel zu groß das ist ja wesentlich größer als wie Deutschland

T/ mhmh

P/ und von Extremen auch geprägt und da haben wir gesagt 'ne wenn' weil uns da  
395niemand verstehen konnte in Thailand dass wir nur sechs Wochen dort waren und niemand konnte es verstehen dass wir das erste Mal da waren die haben immer gesagt 'wo? wart Ihr eigentlich die ganze Zeit' (Lachen) na ja und dann haben wir gesagt 'gut wenn dann fahren wir gleich drei Monate' und dann haben wir das gemacht ne und unser Bekannten die konnten das überhaupt nicht verstehen und

400unsere Kinder schon mal gar nicht aber ja

T/ hatten Sie sich da ein Appartement genommen oder

P/ ne im Hotel spottbillig wenn ich Ihnen sage ein großes Hotelzimmer das dreifache von diesem hier für elf Euro für uns beide für meinem Mann aber jetzt natürlich nur

das nackte Hotelzimmer ohne Essen ne, und kriegen jeden Tag frische Handtücher  
405frische Bettwäsche frisch geputzt ein großer Kühlschrank ein großer Fernseher

Telefon, Klimaanlage

T/ prima

P/ also elf Euro für uns beide sie können das Zimmer entweder mit einer Person  
nutzen oder mit zwanzig egal wie viele hineingehen das interessiert niemand sie  
410mieten nur das eine Zimmer und da zahlen sie elf Euro am Tag umgerechnet ja

T/ mhmh

P/ so nich und und äh Taxifahren umgerechnet äh 20 Cent

T/ mhmh

P/ damit können Sie von hier bis zum Hauptbahnhof fahren

415T/ mhmh

P/ die kommen am laufenden Band da brauchen Sie nicht ein Taxi zu suchen das  
steht da da brauchen Sie nur so zu machen oder Sie machen so und dann fährt's  
weiter

T/ mhmh

420P/ Sie brauchen auch nicht zu sprechen wohin oder so (Lachen) das fährt einfach  
und wenn Sie meinen Sie müssten aussteigen dann drücken Sie schnell auf die  
Klingel und dann hält der an drücken Sie ihm was in die Hand und dann fährt gehen  
Sie weiter (Lachen) das ist Thailand (Lachen) ne es war wirklich super

T/ mhmh

425P/ da fahren wir mit Sicherheit wieder hin nur dieses Jahr geht das nicht da müssen  
wir einen Haushalt auflösen da im Haus von meinen Eltern

T/ mhmh was ist da passiert?

P/ äh ne da ist eigentlich nichts passiert ähm meine Schwester die geht nach Köln in  
eine Rila-Heimstätte das sagt Ihnen sicherlich nichts das ist so ein Alten Alten

430Altenwohn- wohndingsanlage wo man erst wohnen kann und dann wenn man nicht  
mehr mehr kann

T/ mhm

P/ dann wird man in Pflege übernommen

T/ mhmh

435P/ meine Mutter ist vor drei Jahren verstorben also das ist das ist im Sauerland ist  
das Haus und äh wir haben schon immer zu ihr gesagt sie sie muss da unbedingt  
weg sie ist da alleine im Haus die Mieterin ist ausgezogen und es geht nicht sie wird

auch immer kränker und äh ja meint halt immer wir sollten kommen ja kommt doch und da muss viel gemacht werden da ist ein großer Garten drum herum ach und  
440alles mögliche, na ja und jetzt zum ersten November hat sie da ne Wohnung in Köln, ich muss dazu sagen sie hat vorher dreißig Jahren in Köln gearbeitet ja

T/ mhmh

P/ und wie gesagt wie meine Mutter nicht mehr konnte da ist sie eben nach Hause

T/ mh

445P/ und äh ja jetzt muss natürlich dann der Haushalt aufgelöst werden weil sie interessiert sich nicht dafür und jo jetzt müssen wir erst mal gucken dass sie hier in Köln die Möbel bekommt für für ihre Wohnung für ihre kleine Wohnung und dann dann das Haus da verkaufen also Haushalt auflösen

T/ mhmh

450P/ Haus verkaufen und also deshalb können wir jetzt im Herbst gar nicht weg und mein Mann der der hat auch im Dezember Geburtstag also fünfundsechzig den wollen wir auch ein bisschen feiern mit Bekannten denn sonst sind die uns total! böse (Lachen)

T/ das heißt Ihre Schwester zieht jetzt in ein Altenheim

455P/ja

T/ und Sie müssen jetzt das Haus Ihrer Mutter beziehungsweise wahrscheinlich auch Ihr

P/ ja ja

T/ Elternhaus auflösen

460P/ ja aber ich hänge da überhaupt nicht daran nein nein also mir ist das lieber heute lieber gestern schon wie als morgen

T/ mhmh

P/ es war für mich also ich hab mich in diesem Haus nie wohl gefühlt ich muss dazu sagen es ist auch jetzt nicht so von klein auf also ich bin aufgewachsen in

465Ostproußen

T/ mhmh

P/ und ich bin erst mit vierzehn Jahren hier rüber gekommen, bin dann gleich weg um deutsch zu lernen und äh

T/ von wo kommen Sie aus Ostpreußen?

470P/ mh aus aus äh Kreis Morungen Reg- Regierungsbezirk Arnstein wenn Ihnen das was sagt weiß ich jetzt nicht

T/ mh

P/ mh

T/ und Sie sind erst mit vierzehn?

475P/ ja ich war vierzehn neunzehnhundertachtundfünfzig sind wir rüber gegangen

T/ mh mh ja und das heißt es ist nicht das Haus der frühen +Kindheit sondern

P/ nein nein+ es ist jetzt wie gesagt ich bin ich bin ja gleich weggekommen ich war zwar schon mal in den Ferien mal so vier Wochen da und

T/ ja

480P/ mich hat dieses Haus also nie ich könnt nie sagen das ist mein Elternhaus

sondern die haben zwar dort gewohnt ich war zu Besuch da aber ich hab da keine Beziehung überhaupt nicht zu dem Haus

T/ ja

P/ es war eher eine Belastung für uns weil wir immer hin mussten weil da ein großer  
485Garten drum rum ist und mein Vater hatte dann auch noch Obstbäume eingepflanzt und Kartoffeln und weiß der Kuckuck was und Kaninchen und wir mussten natürlich immer dahin zum Arbeiten also wie gesagt, ich war froh als das Ganze zu Ende war (Stöhnen) (leises Lachen)

T/ für Sie bedeutet das immer mehr Arbeit

490P/ ja ja das war schon das Wochenende man wartete darauf dass wir Freitagabend kamen und Sonntagabend setzten wir uns ins Auto und waren alle vier kaputt ne mein Mann und meine Kinder und es war also wirklich also na ja gut na ja es ist jetzt, ein anderes Thema (Lachen) also viel Arbeit und meine Schwester ist da jetzt alleine drin wie gesagt und sie ist auch nicht verheiratet und war nicht verheiratet gewesen

495und

T/ mhmh

P/ und sie erwartete auch immer drauf dass wir auch nach wie vor kamen ja

T/ mhmh

P/ und wie gesagt mir ging's nicht gut und ich hab dann auch direkt gesagt 'also Lisa  
500ich werd nicht kommen Lisa ich putze nicht mehr hier und ich mache auch Lisa ich kann das nicht ja und mein Mann der hat auch viele Operationen' und der sagt 'ich kann das auch nicht ich kann hier nicht immer Holz schneiden und hacken und tun wir können das nicht' und ja gut unsere Kinder die wurden dann natürlich da mit einbezogen die sind auch wie gesagt die Tochter ist verheiratet und hat selber einen  
505Haushalt und ein Kind und arbeitet auch selber mein Sohn arbeitet und da haben die



nie Verständnis für gehabt dass man auch selber wenn man am Wochenende frei hat auch mal Ruhe haben möchte oder vielleicht auch mal Bekannte einlädt oder auch mal irgendwo eingeladen wird ne

T/ mhmh

510P/ das haben die nie verstanden also es hieß immer nur arbeiten! arbeiten! arbeiten und und dann hab ich mir gedacht ne 'bo dieses Haus' also das habe ich eher

T/ mh

P/ verwünscht wie sonst was

T/ okay mhmh

515P/ deshalb ist das jetzt für mich also so psychisch wenn Sie das meinen ne kein kein Einschnitt überhaupt nicht also ganz im Gegenteil es fällt eher eine Last ab ja

T/ Sie sind eher froh

P/ also für mich schon ja

T/ mhmh ja was gab es denn sonst noch so an Veränderungen in den letzten zwölf

520Monaten in Ihrem Leben

P/ oh an für sich nicht wüsste ich jetzt nicht so

T/ also auch so bezogen auf Ihre körperliche Gesundheit?

P/ mh mh nö ich hatte zwar so ein paar Eingriffe jetzt im Knie und so aber

T/ mh was hatten Sie da?

525P/ ja ich hatte mir jetzt einmal die Venen ziehen lassen und einmal wurde ich am Knie noch mal operiert aber ich weiß das schon gar nicht mehr einmal an dem und einmal an dem

T/ mh

P/ war der Innenmeniskus gerissen und der musste gemacht werden aber das ist so

530T/ mh

P/ am Rande (Lachen)

T/ und ähm das heißt sonst sind Sie soweit auch körperlich ganz ähm ganz gesund

P/ mh mh ja, ich muss jetzt mal überlegen ich weiß das auch immer nicht alles das heißt das hat mich neulich einer gefragt ach jetzt weiß ich's bei der Frauenärztin!

535war's und dann ach ja dann hat sie gesagt 'ja' sagt die Sprechstundengehilfin 'was hatten Sie für Beschwerden oder was hatten Sie für Krankheiten?' und nachher als ich bei der Frauenärztin war da hab ich gesagt 'ach hören Sie mal ich hab ganz vergessen zu sagen dass ich auch so ein bisschen psychisch angeschlagen war' ich habe Ihr dann gesagt dass ich für ein paar Wochen in Grafenberg war und so dann

540 wollte sie wissen was ich denn gehabt hätte und das wusste ich ich weiß nicht was das war da gibt es so verschiedene Bezeichnungen Psychose oder, was hat sie denn noch gesagt? ich weiß nicht drei Dinge und ich konnte ihr dazu gar nichts sagen (Lachen) weil ich nun gar nicht wusste was nun gewesen ist

T/ mh

545 P/ (Lachen) ist das schlimm?

T/ ne eigentlich nicht

P/ wie nennt man denn so was?

T/ das was Sie haben?

P/ ja oder hatte oder was auch immer

550 T/ ja ähm wir haben uns ja jetzt noch gar nicht so lange unterhalten aber nach dem was ich so raus gehört habe leiden Sie ja zum Teil unter vorwiegend körperlich empfundenen äh Ängsten

P/ Ängsten?

T/ ja also, Sie erleben ja keine Angst aber Sie haben ja immer viele körperliche

555 Beschwerden die mit einer erhöhten vegetativen Erregung äh

P/ mh

T/ zu tun haben und ähm nun diese Ohnmachtsbefürchtung das Zittern der Schwindel die Herzschmerzen das Kribbeln in den Beinen

P/ mh

560 T/ dass Sie so das Sie so anschaulich geschildert haben und ähm das würde man am ehesten einer sogenannten somatoformen Störung so heißt das Krankheitsbild zuordnen

P/ das hab ich doch gleich wieder vergessen wenn ich nicht nicht gleich nachfrageich lass es lieber (Lachen) ja ja ich denk mal sonst geht es mir schon so einigermaßen

565 ich sag mal Rückenschmerzen Sie kennen das so alte\_Frauen\_Leiden ne da hat man es im Rücken dann hat man hier und da was (Lachen) ich mein ich geh auch der Sache nach ich lass das also jetzt nicht schludern also ich mein ich mach das schon dass ich zum Orthopäden gehe und das ja

T/ aber Sie winken immer ab so als ob es gar nicht so schlimm ist?

570 P/ äh jo ich sehe das nicht so also es ist ja nichts Gravierendes ja ich bin ja jetzt nicht irgendwie sterbenskrank! ja ich meine dass ich jetzt den Tod! vor Augen hätte

T/ mhmh

P/ (Lachen) also irgendwas von der schlimmen Botschaft also wenn jetzt die Knie  
verschlissen sind oder ja das ist ja ganz normal sag ich mal im gewissen Alter sag  
575ich mal ne

T/ mhmh na ja ähm, hat sich sonst familiär etwas verändert gab es Trauerfälle auch  
in Ihrer weiteren, Familie Freundeskreis

P/ nein an für sich nicht ne so, schon Trauerfälle aber die waren jetzt nicht so nicht  
so nicht so eng sag ich mal jetzt das waren also Bekannte aber weitläufige Bekannte  
580dann also so was ist dann das kann ich auch nicht so gut na zu Beerdigungen gehen  
und dann, also das ist nicht das ist überhaupt nicht mein Part also lieber irgendwo  
schwer arbeiten den ganzen Tag aber das ist nichts für mich das kann ich auch gar  
nicht gut ne

T/ mhmh

585P/ also das ist für mich na ja

T/ was passiert dann mit Ihnen?

P/ ja! das fängt dann genauso an ne wenn ich dann in der (Lachen) in der Kapelle  
dann da sitze dann geht das los mit dem Zittern und fängt dann an erst mal ein  
trockener Hals und dann fang ich an zu schlucken und dann ja, dann gehen diese  
590Beschwerden dann langsam los ne und ich bin dann ganz froh wenn wir dann wieder  
raus können und ein bisschen laufen und ja

T/ mh mh mh

P/ ja

T/ mh?

595P/ aber das Merkwürdige ist also da wundere ich mich ja sowieso ich bin ja sage ich  
mal körperlich nicht so belastbar aber! was ich sehr gut kann ich sag mal wenn es  
mir jetzt sehr schlecht gehen würde mein Fahrrad schnappen und sage ich mal  
manchmal drei Stunden durch den Wald fahren das kann ich

T/ mhmh

600P/ da hab ich überhaupt keine Beschwerden weder Atembeschwerden noch zittern  
mir die Knie noch tut mir irgendetwas weh

T/ mhmh

P/ das ist komisch

T/ ja das ist interessant ja

605P/ ja das ist sonderlich! interessant

T/ mh

P/ das kann ich

T/ wie erklären Sie sich das selber?

P/ ja das weiß ich nicht das kann ich Ihnen wirklich nicht sagen also wenn ich fahre  
610ja sehr gerne wir wohnen ja im im Stadtteil Eller

T/ mh

P/ und wir haben von dort ich sag jetzt mal drei vier fünf Minuten maximal dann bin  
ich im Wald und kann wirklich drei vier Stunden nur durch den Wald fahren bis,  
Hilden ich weiß nicht was kommt dann Bauenberg ich fahre also wirklich nur durch  
615den Wald

T/ mh

P/ ich muss zweimal die Straße überqueren an der Ampel zum Glück und bin wirklich  
nur im Wald

T/ mhmh

620P/ bin nur mit mir alleine und das kann niemand verstehen wenn ich das Bekannten  
oder mein Mann der schimpft auch schon mal wenn ich ihm sag 'also heute war ich  
da und da' 'du fährst immer so weit alleine wenn Dir da mal was passiert wenn du  
mal umkippst ich weiß gar nicht wo du bist'

T/ mhmh

625P/ und ich meine er hat recht ja und oder wenn ich das mal unseren bekannten  
Frauen erzähle ja die verstehen ja schon mal gar nicht ja alleine durch den Wald und  
dann vor allen Dingen da ist ja nichts! weit und breit kein Haus kein Nichts sondern  
nur Wald

T/ mhmh

630P/ und für mich ist das herrlich ich bin mit mir alleine mit meinem Fahrrad ich brauch  
mit keinem zu sprechen ich gehe meinen Gedanken nach und es ist einfach nur  
herrlich und dann tut mir nichts weh

T/ mhmh

P/ ich habe keine weder Rückenschmerzen noch Kopfschmerzen noch tut mir irgend  
635etwas weh, es ist wunderschön

T/ mhmh also was mir dazu einfällt ist dass Sie ja mh da eine Situation beschreiben  
wo Sie so gänzlich ähm ich sag mal entpflichtet sind von allem

P/ mh

T/ was sonst so an Anforderungen in Ihrem Alltag an Sie heran getragen wird, und  
640äh es scheint ja so zu sein wenn Sie eine solche Art von Entpflichtung und auch von

Freiheit haben dass Sie dann auch, körperlich ganz anders beieinander sind als wenn Sie so wie Sie es vorhin beschrieben haben

P/ mh

T/ mit inneren Ansprüchen und auch +äußeren Ansprüchen

645P/ ja ja+

T/ ausgesetzt sind und dann irgendwie ja darunter auch sehr, unter Druck geraten

P/ mh der Mensch ist schon was Komisches ne? sind Sie mal ganz ehrlich (Lachen)

jetzt verstehe ich auch warum man so lange studieren muss um das vielleicht noch so einigermaßen zu verstehen ne

650T/ mh (Lachen)

P/ so einigermaßen! (Lachen) also ich verstehe mich ja manchmal selber nicht ich meine! mich ja schon einigermaßen zu kennen aber

T/ mhmh

P/ also manchmal da denke ich auch 'oh Gott oh Gott was ist denn das für eine

655komische Erscheinung' (Lachen) na ja

T/ mh wie ist es Ihrem Mann so in den letzten zwölf Monaten gegangen?

P/ meinem Mann?

T/ mhmh

P/ weiß ich nicht ich denke mal meinem Mann geht's immer gut (Lachen)

660T/ Ihrem Mann geht's immer gut?

P/ ja der ist ja schon lange in Rente und ich bin jetzt seit drei Jahren in Rente jo och meinem Mann dem geht's immer gut da Sorge ich schon dafür dass es dem gut geht (Lachen)

T/ weil er Sie hat geht es ihm gut oder?

665P/ bitte

T/ weil er Sie hat geht's ihm gut

P/ ja denke ich mal schon doch also das denke ich mal schon na irgendwo weiß er das auch aber ja wie das eben so ist (Lachen) ne der ist mein Mann der ist überhaupt nicht so ein bisschen feinfühlig oder oder der kann das nicht so ähm so

670sagen oder so rüberbringen wie ich das schon mal kann ja

T/ mhmh

P/ als Frau liegt einem das vielleicht auch mehr es gibt auch Männer die das auch können also das ist so nicht aber das liegt ihm gar also nicht, ein bisschen Erziehung oder oder ich denke mal das ist auch vieles von zu Hause her so

675T/ mh

P/ ja aber meinem Mann dem dem geht's gut doch also (Lachen) da sorg ich schon dafür dass er alles hat frage ihn auch ständig, ob's ihm gut geht (Lachen)

T/ warum machen Sie das?

P/ warum weiß ich jetzt nicht (Lachen) jo vielleicht so eine gewisse Fürsorge ich  
680denke wenn man mal älter wird verhält man sich auch anders als wenn man jung ist  
ne

T/ mhmh

P/ würde ich schon sagen

T/ wie wie haben Sie das bei sich wahrgenommen diese Veränderung?

685P/ ja äh, also ich glaube, das fängt dann an wenn die Kinder aus dem Haus sind  
sonst spielt sich ja alles um die Kinder ne

T/ ja

P/ wenn sie reinkommen ja die Kinder kommen einen schon begrüßen begrüßen  
einen beziehungsweise äh da ist das ja schon anders wenn die Kinder aus dem  
690Haus sind ja wen hat man dann? ja das ist ja dann der Mann dann ja

T/ mh

P/ und den versucht man dann natürlich zu betüteln und zu machen und zu tun und  
jo man freut sich wenn es dem anderen dann gut geht und, jo

T/ mh

695P/ Sie kommen auch noch in den Genuss (Lachen)

T/ Sie Sie haben ähm einfach Freude daran wenn Sie wenn Sie Ihren Mann

P/ ja

T/ betüteln können

P/ ja also wenn's ihm gut geht

700T/ mhmh auf der anderen Seite haben Sie ja auch so einen gewissen Ärger  
beschrieben dass er einfach so wenig

P/ mh

T/ macht

P/ mh

705T/ und sich eigentlich ja auch

P/ ja ja es ist er ist sehr passiv

T/ ja dass er sich auch zu wenig

P/ mh

T/ nicht nur um die gemeinsamen Dinge sondern auch vielleicht ein bisschen zu  
710wenig um Sie kümmert

P/ ja ja ja das stimmt +schon

T/ das ist ja auch++

P/ ja ja das ist schon richtig mh ich kann ihn da ach wie gesagt ich kann da auch  
sonst was machen ich kann ihn ja jetzt nicht umkrempeln

715T/ mhmh

P/ ich sag ihm das auch schon mal ich meine es dauert immer sehr sehr sehr lange  
also es brodelt dann sehr lange bis ich das auch schon mal sage, äh dann geht es  
auch mal ne kurze Zeit gut oder andersrum, ja und dann ist alles bald wieder in alten  
Bahnen ne

720T/ mhmh

P/ das ist ist ja wie gesagt in einem gewissen Alter kann man einen Menschen ich  
denke mal nicht mehr umkrempeln

T/ mhmh

P/ ne also dass dass er bilde ich mir wenigstens ein

725T/ ja

P/ er wird jetzt fünfundsechzig und das ich denke mal mit zwanzig dreißig und  
vielleicht auch mit vierzig kann man auf einen schon

T/ mh

P/ äh aber irgend wann dann ist das schon so eingefahren und so viel Macht der

730Gewohnheit mh kennen sie sicherlich auch ne und ja

T/ mh

P/ und wie schon gesagt wie meine Tochter sagte wir 'sind es selbst schuld' das hat  
sie schon erkannt (Lachen)

T/ mh

735P/ und da muss ich ihr schon beipflichten und sagen ja das stimmt (Räuspern)

T/ mh wie ist es eigentlich äh äh wo also das hab ich schon so rausgehört dass Sie  
im Alltag ja mit mit diesen Schwierigkeiten die Sie gerade ja genannt haben aber  
eigentlich ganz gut zurecht kommen miteinander

P/ ja doch also mein Mann ist nicht fordernd überhaupt nicht fordernd

740T/ ja

P/ gar nicht er ist mit allem zufrieden, also er ist nicht der Typ der sagt 'hach wie  
sieht's denn hier aus guck mal hier der Staub oder wie wie heute schon' ich sag mal

'zwei mal hintereinander Erbsensuppe' oder so er käme gar nicht auf die Idee ne also er nimmt er nimmt alles hin so wie er's dann kriegt so ist es gut ne

745T/ mh

P/ ja das ist er er fordert nicht also das muss ich hier schon dazu sagen ne oder dass er sagt 'ich möchte aber gerne das oder das oder das' ne da bin ich schon diejenige die sagt 'und das möchte ich und das möchte ich oder du musst das und das machen oder du musst jetzt mal ne neue Hose haben oder wir müssen mal das und das und'

750also für meinen Mann brauchte das alles überhaupt nicht zu sein

T/ mhmh mh

P/ (kurzes Lachen)

T/ und ähm wie ähm ja wie zufrieden sind Sie äh letztendlich auch so auf einer emotionalen Ebene mit der Partnerschaft? also auch Sie haben das Problem ja

755benannt auch nach so langen nach so vielen Jahren, die Sie zusammen sind

P/ tja das ist anstrengend manchmal ja, wie gesagt das hat immer etwas mit der Tagesform zu tun wie ich dann gerade drauf bin, also manchmal ist es schon anstrengend, manchmal dann denke ich schon danach daran, vielleicht hätte ich es einfacher wenn ich alleine wäre

760T/ mhmh solche Gedanken kommen dann schon auch?

P/ ja doch doch ja ist schon äh öfters der Fall weil ich auch einige kenne die alleine sind und, tja aber ich weiß ja nicht wie's dann wäre also wenn ich alleine wäre (Lachen) also ob ich dann auch zufrieden wäre ne

T/ mh

765P/ das weiß ich jetzt doch alles gar nicht

T/ mhmh

P/ also es ist manchmal schon sehr anstrengend also für mich jedenfalls so, vielleicht hat es auch etwas damit zu tun dass man eben auch so kräftemäßig dann dann schon langsam abbaut ne

770T/ mh

P/ also ich merke schon ich bin halt nicht mehr zwanzig oder nicht mehr vierzig oder fünfzig ne

T/ mhmh

P/ das macht sich sehr stark bemerkbar und ähm ähm wird es schon manchmal ein

775bisschen schwer

T/ mhmh



P/ tja

T/ mh und wie sieht's bei Ihnen so im Bereich Sexualität miteinander aus

P/ mh ja sie war nie ähm tja wie soll ich das sagen so sehr sehr aktiv mein Mann

780aber auch nicht

T/ mh

P/ ja jetzt im Alter ist es eben weniger geworden viel weniger

T/ mh

P/ also ich weiß nicht mein Mann der sagt an für sich nie was oder so, und für mich

785ist das okay.

T/ mh also das ist was womit Sie sich auch irgendwo eingerichtet haben

P/mh

T/ dass es so ist

P/ ja

790T/ mh mhmh haben Sie denn schon mal in der Beziehung ähm ernsthaft so einen Gedanken an Trennung auch gehabt oder ist das mehr so ein äh Gefühl was manchmal hochkommt ja

P/ ne so ernsthaft aber wie gesagt eher so ein Gefühl schon ne dass ich sage ach ne also oder irgendwie ich sag ja es hat immer so etwas mit der Tagesform zu tun oder

795vielleicht was jetzt gerade so war oder

T/ mh

P/ oder dass ich mich eben geärgert habe oder jetzt das mit dem Umzug auch bevor wir umgezogen sind also der saß da am Computer machte seine Spielchen interessierte sich für absolut nichts also ich hab mich manchmal immer nur gefragt

800was ist hier eigentlich los ich hab ihn dann angesprochen sag mal ich hab gesagt

'ziehst du überhaupt nicht mit?' 'wieso?' ja ich sag 'du sitzt hier tatenlos' ich sagte 'du könntest doch schon mal' ich sage 'dein dein Werkzeug mal aufräumen mal gucken was du überhaupt mitnimmst und was weg kann' mh das ist dann soweit weg jedenfalls so eines Tages eines Tages ist mir wirklich der Kragen geplatzt also er

805merkte das dann auch

T/ mh

P/ ja also ich war oh ich war geladen ich hab ich hab so gut wie nichts mehr gesagt ich hab ich hab ihn nur angeguckt ich sag und dann merkte er also dass es wirklich an der Zeit war aufzustehen und in den Keller zu gehen oder was zu tun ja, ach und

810bei jeder und bei jeder Kleinigkeit muss ich dann sagen wie gut er dann war dass er

schon alles hoch (Stöhnen) zwei und ich hab so geschwitzt und zwei Kartons hatte er schon eingepackt und ich musste dann immer sagen ja wie toll das alles von ihm ist och

T/ um Ihren Mann bei Laune zu halten

815P/ ja! ganz genau immer so das Zückerchen abholen und wenn ich das dann nicht tue wenn ich dann schon mal hingucke und gar nichts sage dann nimmt er das Fahrrad dann fährt er dann fährt er zu Bekannten und erzählt dann bei dem war ich und bei dem war ich und dann weiß ich ganz genau was er denen erzählt ja? dass er schon wieder so viel getan hätte ne

820T/ mh

P/ mh dann denk ich immer was geht die anderen das an mein Gott ich muss mir doch nicht überall ein Lob abholen das ist doch für mich! mach ich das doch nicht für die anderen

T/ mh mhmh

825P/ ja (leises Stöhnen) es ist alles so es ist eben eine andere Schiene

T/ mh

P/ (Lachen)

T/ mh ähm ich würde Sie gerne

P/ also ich muss das nicht haben also wenn wenn ich jetzt etwas schön habe oder  
830für mich mache oder oder mit der Wohnung, dann muss ich das nicht allen gleich erzählen ich meine die fragen zwar und dann gebe ich auch Antwort und so weiter aber ich bin dann stolz auf mich! also das muss dann nicht gleich den anderen erzählen dass ich so geschwitzt habe und dafür gearbeitet hätte und so weiter das ist ja für mich das mach ich für mich für keinen Fremden sonst würde ich das vielleicht  
835auch erzählen aber wenn das für mich ist dann ist das auch okay

T/ mhmh na ich glaub was Sie auch ärgert ist dass Ihr Mann schon mal bei kleineren Anstrengungen

P/ ja

T/ schon gleich

840P/ ja ja das ist dann immer also das war früher auch anders ich muss auch sagen er ist auch jetzt in den letzten Jahren so geworden er hat ja auch gearbeitet und da war er auch immer sehr fleißig muss ich dazu sagen also

T/ mh

P/ sonst würde ich hier absolut lügen äh er ist immer seiner Arbeit das war ihm  
845wichtig und er hat wirklich immer für uns gesorgt also da gibt es nichts nur wie  
gesagt seitdem er zu Hause ist in Rente, absolut total abgeschaltet ich weiß gar nicht  
er sitzt hier wie auf einem Planeten wo er gar nichts mehr machen braucht (Lachen)

T/ mhmh

P/ also irgendwie ist das alles so jo, er lässt sich's gut gehen ne

850T/ haben Sie denn den Eindruck dass er zufrieden ist? oder ist das +nur so

P/ doch+ nein nein

T/ bei Ihnen

P/ nein nein ich frag ihn schon mal ich frag 'bist Du zufrieden?' 'ja wieso?'

T/ mh

855P/ ich sag fehlt dir etwas? 'nein' (unterdrücktes Lachen) ach ja

T/ mh gibt es denn auch Sachen die Sie gemeinsam machen? also jetzt diese Reise  
nach Thailand war ja was was Sie gemeinsam

P/ mh

T/ gemacht haben aber so im Alltag meine ich Dinge die Sie gemeinsam

860unternehmen mal ins Kino gehen mal ins Theater gehen

P/ ins Kino sind wir ja ins Theater gehen schon mal wir haben einen großen  
Bekanntekreis und da ergibt sich auch sehr viel ja kulturelle Sachen

T//

P/ dass wir dann gemeinsam dann ja wir sind im Skatclub ich spiele selber nicht Skat  
865aber mein Mann mit einer bestimmten mit vier Ehepaaren im Skatclub und dann sind  
wir mit fünf Ehepaaren im im im äh ja im Kegelclub

T/ mhmh

P/ und dann haben wir noch so einen Spielenachmittag auch noch mal mit drei  
Ehepaaren und da ergibt sich auch sehr viel wir gehen zum Beispiel ein mal die

870Woche schwimmen äh immer donnerstags vormittags aber das ist wieder eine ganz  
andere Gruppe da sind wir auch so so reingerutscht und äh

T/ das machen Sie dann schon zusammen diese Aktivitäten?

P/ ja ja also das ist ganz klar das ist natürlich das das interessiert meinen Mann da  
ist er natürlich Vorreiter da geh ich mit wie gesagt für ihn für mich würde ich das für  
875mich würde ich nie in so was eintreten weil mich das gar nicht interessiert weder ich  
meine ich spiele kein Skat aber ähm wir Frauen wir spielen dann untereinander  
immer was anderes ne

T/ mh

P/ und beim Kegeln also Kegeln interessiert mich überhaupt! nicht aber da mein  
880Mann gerne kegelt gehe ich natürlich dahin und es ist auch eine wunderbare  
Gemeinschaft also da

T/ mh

P/ das sind alles so Ehepaare also in unserem Alter und das ist alles, toll ne

T/ aber da ist Ihr Mann dann eher der +Aktive?

885P/ ja ja+ das ist mein Mann also ich gehe also wirklich mich interessieren diese  
Spiele also jedes Mal wenn wir anfangen spielen wir also die hohen Hausnummern?  
oder die niedrigen Hausnummern? und jeder sagt zu mir 'hör mal seit Jahren spielen  
wir doch zuerst die hohen Hausnummern' aber das interessiert mich gar nicht ja

T/ mh

890P/ Sie können mich totschiessen es interessiert mich einfach gar nicht ich ich spiele  
weil wir halt da sind und

T/ mhmh

P/ aber ah

T/ aber es interessiert Sie nicht ähm weil Sie das Spiel nicht interessiert?

895P/ ne

T/ aber Sie finden es schon schön dann mit äh den Bekannten zusammen zu sein?

P/ ja das ist ganz klar ne man ruft sich auch an oder wenn Geburtstage sind zum  
Beispiel wie jetzt kommenden Samstag

T/mh

900P/ und dann ist man zusammen man kennt sich man ist im Stadtteil und man ist eben  
auch nicht alleine auch ne und das ist auch ganz wichtig dass man sich anruft oder  
was vorbereitet oder einer hat Karten für das oder einer hat Karten für das

T/ mh

P/ und geh'ste hier mit und tu'ste das oder fahren wir mit dem Fahrrad auch mal  
905irgendwo hin oder viele haben auch so Schrebergärten dass wir uns da treffen also  
letzte Woche mal zum Reibekuchen essen und solche Dinge

T/ mhmh mhm ähm Sie haben ein oder zwei Kinder?

P/ zwei

T/ zwei zwei Töchter?

910P/ ne eine Tochter einen Sohn

T/ mhmh und ähm wie ist so der Kontakt zu den Kindern?

P/ ja zu unserer Tochter sehr gut die arbeitet übrigens hier in der MNR-Klinik und

T/ ah ja was macht sie?

P/ da ist sie Krankenschwester

915T/ mh

P/ auf MB 5 arbeitet sie und ähm zu unserem Sohn an und für sich auch aber unser Sohn der ist sehr phlegmatisch ist sehr ähm ja sehr bequem und ja wenn er mal ausgeschlafen hat und dann ja dann ruft er mal an oder ich muss ihn dann anrufen ach ja und alles so ein bisschen so unser Markus der ist total anders ich weiß auch

920gar nicht nach wem er kommt überhaupt in der Familie der war schon als Kind ganz anders immer sehr ruhig

T/ mh

P/ sehr bedacht

T/ mhmh

925P/ sehr klug aber nie was damit gemacht, er war schon immer im Kindergarten da ging er lieber in der Ecke saß und die Kinder beobachtet hat

T/ mh

P/ oder auch so in der Schule

T/ mhmh

930P/ äh ja

T/ was macht er beruflich?

P/ ja das kann ich Ihnen nicht erzählen sonst fallen Sie hier um (Lachen) der macht gar nichts beziehungsweise er kellnert

T/ mhmh also er jobbt

935P/ ja er hat zwar ne feste Anstellung

T/ ach so

P/ so so ist das jetzt nicht aber ansonsten ne das ist es so er hat dann ach noch (Stöhnen) weil er ja nie was in der Schule getan hat hochintelligent das weiß er auch er weiß auch dass er faul ist aber er tut trotzdem nichts

940T/ mhmh

P/ ja er hat dann das Abitur nachgemacht das war aber dann seine! Initiative

T/ mhmh

P/ hat's Abitur nachgemacht hat dann noch Bäcker gelernt aber Bäcker auch nie ausgeübt weil das war das ist ja ein Beruf

945T/ mhmh

P/ so dann hat er Fahrradkurier gemacht sich halt so über Wasser gehalten Vater und Mutter haben dann immer bezahlt, klar, ja und ansonsten lässt er es sich gut gehen

T/ mhmh

950P/ er genießt das Leben und, ja

T/ mhmh

P/ es war viele viele Jahre war das schon also für mich war das schon sehr schwer und für meinen Mann natürlich auch das war immer ein Thema wo wir, lieber nicht miteinander darüber sprachen aber mittlerweile habe ich mich schon ein bisschen

955damit arrangiert obwohl auch immer noch nicht so ganz aber na ja, es ist eben so ne er ist sechsunddreißig und

T/ mhmh

P/ ja

T/ Sie hadern damit

960P/ ja

T/ mhmh

P/ ja er hat in der Zwischenzeit auch mal geheiratet mh kam dann mal hat gesagt 'Mutti ich heirate' die kannte er dann gerade vier Wochen oder sechs Wochen, natürlich kein Geld keine Wohnung und nichts aber er heiratet na ja gut dann haben

965wir natürlich auch die Hochzeit bezahlt es blieb uns ja nicht anderes übrig und ja und dann, und dann sind sie auch zusammen gezogen und das war auch alles wunderschön und das ging dann zwei Jahre oder zwei ein halb Jahre dann hat die Schwiegertochter zu ihm gesagt 'also hör mal ich hab mir die Ehe anders vorgestellt weißt du ich bin jetzt weg ich lass am Donnerstag meine Sachen abholen' ja dann

970war es das dann hat er sich scheiden lassen und dann ja mh

T/ ja mhmh

P/ ist so

T/ mh

P/ ja, ne es ärgert mich nur also wir sind schon die ganze Zeit dran, und äh dass er 975was für seine Altersversorgung tun muss ne also es reicht ja nicht dass diese paar Cent da, in die Altersversicherung gehen sondern dass er auch privat was tun muss und das sieht er nicht ein, und meine Tochter und ich also wir wissen nicht wie wir ihn kriegen können und

T/ mhmh

980P/ wir wollen jetzt im Herbst noch mal starten (Stöhnen) soweit ist er sonst wenn man ihn sag ich mal jetzt zu sehr darauf anspricht dann schaltet er sofort auf stur und und ist weg ne dass er sagt 'ich möchte nichts mehr hören sprecht jetzt nicht weiter sonst bin ich weg' ne und ja, das ist also schon ein ganz äh schwieriges Kapitel also unser Sohn und es ist wirklich ein ganz lieber also wenn Sie ihn kennen lernen würden

985also, aber irgendwo er weiß das auch alles er sagt auch 'Mutti ich weiß' letztens kam er dann auch mal und erzählte so von sich da hab ich gedacht Junge du hast es genau erkannt er erzählte auch so von anderen ja sagte der der ist so und so und ich bin ich bin ja auch sehr faul und mache ja auch nichts aber und erzählte dann so von seinen Freunden, und da hab ich auch gedacht Junge du hast es erkannt aber er

990irgendwie hat er auch die verkehrten Freunde es ist auch keiner der sagt

T/ mh

P/ 'Mensch Markus komm jetzt mach mal was' ja er hat ja auch keine er hat angefangen zu studieren in der Zeit wo er geheiratet er hat geheiratet ne ach Quatsch er hat angefangen am ersten Oktober zu studieren und im November hat er

995geheiratet so

T/ mhmh

P/ dann hat er nebenher Fahrradkurier gemacht also drei Tage Fahrradkurier und zwei Tage studiert in, in Essen oder Duisburg

T/ mh

1000P/ wo hat er studiert? das weiß ich jetzt gar nicht mehr so das reichte weder für das eine noch für das andere und dann nach zwei Semestern hat er dann gemerkt dass das ja nicht ging

T/ mh

P/ das hat ihn wohl sehr sehr interessiert wie unsere Schwiegertochter sagte und

1005dann hat er das wohl an den Nagel gehangen ja, aus welchen Gründen auch immer ich hab nicht mit ihm darüber gesprochen es ist auch sehr schwer an ihn ranzukommen so ähm ja das +weiß ich jetzt nicht so

T/ das ist+ so ein heikles Thema das Sie so nach wie vor umtreibt

P/ ja ja das ist was was uns ich denke mal mein Mann der spricht da nicht drüber er

1010kann nicht so mit ihm so ja ich bin da schon etwas anders aber unsere Tochter die versucht dann auch schon mal weil sie auch merkt also dass das so nicht weiter geht aber

T/ mhmh

P/ dann blockt er auch ab und sagt dann 'ja ja rede du mal' oder 'ach ja' und

1015T/ mhmh

P/ 'hast du wieder die guten Vorschläge' ja und

T/ mhmh

P/ ja

T/ mh ich würde ähm gerne noch mal zu einem ganz anderen Bereich kurz kommen

1020und zwar doch noch mal auf die Gruppe ähm die ja jetzt schon eine Weile

P/ mh

T/ her ist

P/ ja da kann ich auch was zu sagen da werden Sie mich bestimmt fragen warum ich da ausgestiegen bin vorab ne? oder wollten Sie mich etwas anders fragen?

1025T/ auch das mhmh

P/ ja gut also ähm ich habe gemerkt in der Gruppe es ist ja alles schön und gut man kann ja viele Dinge miteinander auch vergleichen dass man sagt 'ach mir ist es ähnlich gegangen' und so weiter aber ich habe immer nach dieser Gruppe immer ziemlich fertig und zwar von dem Zuhören was andere haben, mich hat das

1030dermaßen belastet ich war immer ich sag mal, zwei drei Tage also immer irgendwo total daneben

T/ mhmh

P/ also ich weiß da saß ich mal da spielt der Name ja jetzt keine Rolle mehr neben einer Dame die erzählte aus ihrer Kindheit da Schläge vom Vater und und dass sie  
1035da eben so ungerecht behandelt worden ist, also glauben Sie ich kann's bis heute nicht verstehen dass ich nicht raus gerannt bin ja das war so belastend für mich wissen Sie da wird alles so so aufgewühlt so ich meine jeder hat ja so das alles erlebt und ich möchte das auch nicht jede Woche wissen Sie so wieder auffrischen

T/ mh

1040P/ was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja

T/ mh

P/ es war schlimm genug und ich also ich möchte da nicht immer rumrühren, also selbst wenn andere erzählen ja man man findet sich ja in irgend einer Geschichte wieder ja das ist ja egal ob jetzt einer Schwierigkeiten mit der Mutter hatte oder was

1045weiß ich was immer ist ähm ja +also ich fand das

T/ wie ich+ ja

P/ eher für mich belastend



T/ wie ich raushöre ist dass es zu belastend für Sie war dass Sie

P/ ja ja

1050T/ es nicht so haben für sich nutzen können

P/ ne nein

T/ dass Ihnen das

P/ ne

T/ ähm in der Lösung Ihrer eigenen Probleme weiter hilft, ne mhmh

1055P/ also ich wie gesagt ich hab dann halt gedacht komm warum musste Dir das jede Woche antun und man ist da schon hingefahren so nach dem Motto 'oh Gott wer weiß was es diese Woche wieder gibt' ja

T/ mhmh

P/ und

1060T/ haben Sie das mal gesagt? dass Ihnen das zu viel ist

P/ nein wem soll ich das da sagen? also nein nein also ich denk mal das war auch nicht der richtige Ort also es hat mich einiges gestört zum Beispiel als diese Gruppe ins Leben gerufen worden ist wir hatten uns kennen gelernt, an einem Nachmittag und dann hatten wir uns auch vorgestellt und dann warf sich dann irgendwann die

1065Frage auf wie wir uns denn ansprechen

T/ mh

P/ mit Vornamen mit Sie oder du und ich hab dann gleich gesagt ich möchte gerne gesiezt werden ne und das fanden alle ganz schlimm ganz furchtbar und, äh ja gut man ist dann darüber hinweg gegangen das war auch okay und dann irgendwann

1070mal jetzt so zum Schluss hieß es ja man könnte ja auch gar nicht so in die Tiefe das Gespräch machen weil wir uns ja noch nicht alle duzen und ich meine ich wusste ja genau dass ich damit gemeint war, und da hab ich gedacht 'musst du dir das eigentlich alles antun? musst du eigentlich hier eigentlich Rede und Antwort stehen warum und wieso? das willst du doch alles gar nicht' ja

1075T/ mhmh

P/ und ich hätte ich könnte Ihnen noch nicht mal einen Grund sagen warum ich jetzt gesiezt werden möchte oder warum ich geduzt werden möchte das könnte ich Ihnen gar nicht mal sagen aber, ich fand das also, irgendwo man hatte sich dann oft an so Dingen festgehalten wo ich gedacht hab 'mein Gott das ist doch jetzt egal oder' mh

1080also

T/ haben Sie denn für sich auch was äh Positives mitgenommen also das klingt jetzt sehr

P/ ja ich weiß was Sie meinen ja

T/ kritisch aber haben Sie irgendwo auch für sich äh

1085P/ ja ich denke mal in dem Moment man wird ja gezwungen ähm an diesem Nachmittag oder in diesen Stunden äh ja doch darüber nachzudenken was, wie's denn mal gewesen ist sag ich mal in der Kindheit meistens oder viel rührt es ja auch von der Kindheit her oder klar man denkt schon darüber nach 'wie war's bei dir' oder 'ja wie ist es', oder äh nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind

1090gewesen

T/ mh

P/ und versuche für mich die äh weg zu schieben das ist vielleicht nicht richtig ja aber ähm

T/ mhmh

1095P/ es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie das kann man

T/ mh

1100P/ ja nicht ungeschehen machen das ist gewesen und äh ich versuche das weit weg zu tun in die hinterste Schublade am besten spricht mich da niemand drauf an

T/ mh

P/ ich merk immer wieder ich bin zwar in einem Netzwerk das ist von den Johannitern bei uns im Bezirk und, mussten wir auch vor vor Wochen mussten wir

1105Quatsch machen wir schon mal so Themen dass dann schon mal die Leiterin sagt nächste Woche oder wann wir kommen in der Woche so Gedächtnistraining oder Bingo oder einmal war auch jeder schreibt mal auf womit er gerne früher gespielt hat als Kind ja

T/ ja

1110P/ ja, das war für mich ein großes Problem

T/ +/

P/ ich+ habe nie ein Spielzeug besessen

T/ mhmh

P/ ja äh ja was sollt ich schreiben ich weiß gar nicht was ich geschrieben hab ich  
1115weiß gar nicht ob ich gar nichts geschrieben hab oder, doch ich glaube ich hatte ja  
mit dem Lineal oder da schon mal mit so einem Nähseidenröllchen von meiner  
Mutter mal wenn wenn die nicht geguckt hat wenn die nicht da war das war ja ganz  
selten dann hab damit gespielt aber na ja, ja das sind dann so Situationen oder  
meine schönste äh Kindheitsgeschichte ne ich weiß nicht ob ich eine schönste  
1120Kindheitsgeschichte erzählen könnte dann erwisch ich mich dass ich am liebsten  
raus rennen würde ne aber ich bin dann im großen Kreis und kritzle dann was hin  
T/ mh

P/ dann ist das gut ne

T/ weil Sie plötzlich so traurig werden?

1125P/ ja ja ja weil das hab ich nie gehabt

T/ mhmh

P/ ja und dann merk ich erst mal so tja, lassen Sie uns lieber mal ein anderes Thema  
machen das ist nicht so gut jetzt

T7 mhmh mhmh mhmh mh mh und das war auch in der Gruppe so ein Problem dass  
1130dann so verschiedene +Sachen

P/ ja+

T/ angestoßen wurden

P/ ja ja da waren schon so verschiedene Sachen wo ich dann gedacht habe 'ne das  
musst du jetzt nicht noch mal erleben' ne

1135T/ mh

P/ denn das hat manchmal so weh getan

T/ mh

P/ auch so so äußerlich also dass ich gedacht hab ne also jetzt (Lachen) ich war  
immer ganz froh wenn die Stunde dann vorbei war

1140T/ mhmh wenn ich Sie jetzt so verstehe dass dass die Entscheidung mit der Gruppe  
auch aufzuhören so eine Art Schutz für Sie war

P/ ja ja

T/ mhmh

P/ mhmh für mich war das eher sag ich mal erzählen Sie das bloß nicht der Frau

1145Doktor Bergstein um Himmels Willen

T/ (Lachen) äh mh

P/ (Lachen) ja also eher so so ein Martyrium also praktisch so so jede Woche wieder da hin wissen Sie so?

T/ mh

1150P/ so (Lachen)

T/ mh

P/ und und dann ja dann wird das dann wieder so aufgerollt also das war jetzt nicht immer so direkt je nach dem wer was vorbrachte welche Geschichte dann eben manchmal wenn dann einer erzählte sag ich jetzt mal Stress mit dem Ehemann hat

1155der den Unterhalt nicht zahlt oder so das hat mich dann natürlich jetzt nicht tangiert

T/ mhmh

P/ weil ich natürlich nicht in dieser Situation bin ne

T/ mhmh

P/ aber ansonsten so ja dann

1160T/ gab's denn so jetzt noch mal bezogen auf die Gruppe ähm gab's denn so äh bestimmte ähm Gruppenmitglieder die die für Sie auch besonders wichtig waren? oder ähm gab's auch bestimmte Situationen jetzt in der Gruppe die für Sie besonders wichtig waren, wurde Ihnen da was

P/ was heißt wichtig? das verstehe ich jetzt nicht

1165T/ ja also bei den Gruppenmitgliedern dass Sie da jemanden da hatten der entweder im Guten oder im Schlechten jetzt besonders, interessant oder besonders schwierig für Sie war, oder haben Sie haben Sie die Gruppe als sehr gleichförmig erlebt oder

P/ mh

T/ also welche Art von Beziehung hatten Sie auch zu den Einzelnen die da in der

1170Gruppe waren?

P/ also Beziehung hatte ich zu keinem weil äh ja wir trafen uns ja nachmittags und wir

(Ende Kassettenseite A)

(+01:01:06)

1175

P/ nein ich will Ihnen auch gleich sagen warum, ich war in der ersten Woche das war direkt nach dem stationären Aufenthalt

T/ mh

P/ hab ich ja darum gebeten dass ich irgendwie in eine Gruppe rein könnte das war  
1180mir ganz wichtig nicht nach Hause zu gehen und wieder in den alten Sumpf zu

verfallen sondern dass man sich irgendwie sich mit anderen vielleicht austauscht  
oder was auch immer ich hab ja keine Vorstellung davon

T/ mhmh

P/ und nach der ersten Gruppe hatten wir dann auch beschlossen oder einmal war  
1185die Gruppe zu Ende wir treffen uns dann nach nach vier fünf Wochen wollten wir uns  
dann einfach irgendwo mal treffen was trinken was essen oder was auch immer, und  
ähm da ist nie was zustande gekommen ja?

T/ mh

P/ das ist quasi dann wirklich ins Wasser gefallen und an und für sich hatten wir wir  
1190kannten uns ja relativ gut wenn man dann ein ganzes Jahr jede Woche dann

T/ mh

P/ ist irgendwo auch ne sehr schöne Sache waren auch junge Leute dabei ich war  
die älteste, aber und darüber war ich sehr enttäuscht dann hab ich noch mal so ein  
halbes Jahr auch noch mal bei der Frau Wintermeier das war ja so mit Bewegung

1195und Gespräch

T/ mhmh

P/ und da war das auch wieder so dann hat einer das in die Hand genommen da war  
ein Herr dabei und ähm der sagte 'ja das machen wir dann im November da treffen  
wir uns mal und da und da' und 'ne ich schreib Euch dann an' und es war alles

1200wunderbar

T mh

P/ und dann war ich eigentlich sehr enttäuscht darüber und dann hab ich gedacht  
'komm das hat gar keinen Sinn da groß' ähm wissen Sie ich weiß nicht wie ich das  
sagen soll jeder hat ja quasi so sein Päckchen und äh und da hab ich gesagt 'komm  
1205wenn ich jetzt so so äh groß Kontakte' und wie ich auch weiß ist man ja auch gar  
nicht so dafür dass man untereinander Kontakte pflegt ne das weiß ich ja schon von  
der Station her und

T/ mh

P/ und dass man das auch gar nicht so gerne sieht aus welchen Gründen auch  
1210immer das ist ist jetzt auch für mich nicht nicht so interessant ja

T/ mh aber das war dann eben eher +in dieser

P/ ich war+

T/ letzten Gruppe

P/ mh

1215T/ dass Sie dann so die Haltung hatten

P/ ja

T/ also ich

P/ ja

T/ bleibe jetzt so ein bisschen auf Distanz

1220P/ ja auf Distanz ja ja das war für mich also klar

T/ mh

P/ und von Anfang an

T/ mh

P/ vor allem deshalb

1225T/ mh

P/ ich wollte deshalb auch nicht mehr groß geduzt werden und dies und das und wissen Sie? ich hab gedacht 'du gehst dahin um jetzt deine Probleme darzulegen oder vielleicht auch mal was zuzutun wenn andere wenn jemand anderes was vorträgt'

1230T/ mhmh

P/ dass man sagt 'mir ging's ähnlich oder ich hatte das Erlebnis' äh und

T/ darf ich noch mal fragen ob Sie so bezogen auf die Gruppe als Ganzes also auch Sie waren ja immerhin anderthalb Jahre da auch

P/ mh

1235T/ äh zusammen in dieser letzten Gruppe ob Sie da so einen Prozess beobachtet haben also dass sich auch in der Gruppe etwas entwickelt hat miteinander oder äh

P/ mh

T/ im Austausch? oder vom Thema her?

P/ mh nein wir sind uns zwar alle so ein bisschen einig gewesen oder jemand eine

1240P/ Dame hat die Initiative ergriffen mal zu sagen

T/ mh

P/ äh zu der Frau Doktor Bergstein und dem Doktor wie hieß der jetzt? Pfoffenkotten nicht (Lachen) nein

T/ Stratkötter

1245P/ Stratkötter ja (Lachen) äh wir sind nicht genügend in die Tiefe gegangen wir haben zwar über so belanglose Dinge gesprochen ja so Tagesablauf oder so bla bla

T/ mhmh

P/ und da ist so nie was und dann sagt sie 'jetzt sind wir schon ein Jahr hier' und sie hatte recht ja ähm ja wir haben über alles gesprochen und haben nur nicht über das

1250 was uns tatsächlich bedrückt hat

T/ ah ja

P/ und äh dann hat die Dame dann zum Glück dann auch gesagt zu Frau Doktor Bergstein ob sie denn nicht von sich aus auch mal so, uns vielleicht auch mal ein bisschen so uns dahin bringen könnte so im Gespräch oder oder vielleicht mal

1255 nachhakt ja?

T/ mh

P/ weil wir gar nicht in der Lage waren so in der Gruppe

T/ mh

P/ auch mal in die Tiefe zu gehen wie sie dann auch sagt

1260 T/ mh

P/ und da hat sie auch recht ja wo so ein zwei mal dass mal einer vielleicht auch mal was von sich aus erzählt hat und dann ja, aber ansonsten so, ich denke die Gruppe begann dann erst als ich ausgestiegen ist so ein bisschen auch mal hier und da was anzutasten ja

1265 T/ mh

P/ was vielleicht sehr unangenehm war aber im Grunde genommen sprachen wir wirklich halt nur so über oberflächliche Dinge

T/ mh haben Sie eine Idee warum das in der Gruppe so passiert ist?

P/ ne das weiß ich nicht das kann ich nicht sagen

1270 T/ mh

P/ ne vielleicht waren wir

T/ mh

P/ ich ich weiß es nicht ich kann da gar nichts dazu sagen ich weiß nicht ob es daran gelegen hat dass wir Herren und Damen waren oder wie ich weiß nicht ich weiß es

1275 wirklich nicht ich kann dazu nichts sagen

T/ mh haben Sie das eher als angenehm erlebt dass es eine altershomogene Gruppe war also dass Sie alle in einem höheren Lebensalter waren oder

P/ ne! also ich war in der ersten Gruppe bei der Frau Doktor Jütte äh Lembke nein

T/ Jüttemann-Lembke

1280 P/ Jüttemann-Lembke ja da ich ja die älteste da waren sehr viele Junge

T/ mh

P/ ich sag jetzt mal zwanzig bis dreißig oder so

T/ mhmh

P/ nö wenn ich da was zu sagen hatte da hab ich immer so meine Geschichte dann  
1285dann haben die anderen zugehört und da hat auch keiner gelacht oder oder  
irgendwie und ich hatte also ich meine ich konnte mich auch gut hineinversetzen  
wenn jemand eine junge Dame erzählt dass ihr Freund sie verlassen hätte ne  
T/ das klingt jetzt für mich fast so als ob Sie in dieser ähm ersten Gruppe wo auch  
der Altersquerschnitt

1290P/ mh

T/ ein bisschen weiter gestreut war besser zurecht gekommen sind als jetzt in dieser  
äh altershomogenen

P/ mh

T/ Gruppe

1295P/ ob besser zurecht weiß ich jetzt gar nicht mal, ich denke mal nicht es hat vielleicht  
auch immer mit der Zusammensetzung mit den Personen zu tun

T/ mh

P/ oder wie die erzählen ja manche sind sehr zurückhaltend und andere die also in  
dieser ersten Gruppe waren viele junge Leute die haben auch viel erzählt so ja so  
1300impulsiv einfach mal und ich konnte mich da in sehr viele Dinge hineinversetzen und  
äh ja

T/ also das lag jetzt das wollten Sie damit sagen das lag jetzt nicht so sehr am Alter  
sondern an anderem an

P/ ja denk ich mal

1305T/ mehr an der Zusammensetzung?

P/ ganz genau ja

T/ wie haben Sie denn die Therapeuten erlebt? Frau Bergstein und Herrn  
Stratkötter?

P/ mh (Pause: 00:00:06) ja ähm das kann kann man so nicht sagen Sie waren  
1310bestimmt nicht schlecht nur wie wie ich schon eben sagte man hat vielleicht zu viel  
Zeit vertan um die Gruppe vielleicht auch dahin zu bringen

T/ ja

P/ wo man sie vielleicht gerne gehabt hätte

T/ mhmh



1315P/ ja ich meine ich weiß jetzt nicht welche Rolle äh die beiden gespielt haben oder spielen sollten

T/ ja

P/ das weiß ich nicht aber ich denke mal ja wir waren ja quasi die die Akteure

T/ mh

1320P/ ne oder das war sicherlich so gemeint aber, es ist ist so schwierig zu sagen also jetzt nichts gegen gegen die beiden oder gegen die Frau Doktor, Jüttemann-Lembke da war das ähnlich sie hat nur wenn sie dann gemerkt hat dass wir eben lange da saßen und und nichts sagten das war dann immer so am Anfang der Stunde dann hat sie schon was gesagt oder ich ich weiß nicht ich denke es hat halt was mit der

1325Zusammensetzung der Gruppe

T/ mh

P/ zu tun gehabt

T/ vielleicht zum Schluss noch eine letzte Frage äh ähm

P/ also ich denk mal wenn ich noch mal wählen dürfte oder sollte ich würde mich

1330natürlich dann eher für ein Einzel- eine Einzeltherapie entscheiden

T/ ah ja

P/ ja

T/ mhmh

P/ ich weiß jetzt auch nicht ob das was bringt also ich hab dann wieder ich bin ja

1335auch nur Laie ja Sie haben da ja mehr Erfahrung wie ich

T/ na ja

P/ aber ich denke mal nicht mehr in einer Gruppe das ist vertane Zeit ja

T/ mh

P/ also für mich vielleicht hätte ich dann lieber äh sage ich mal so Stunde zwei

1340T/ mh

P/ geballt und dann vielleicht vier fünf mal hinter einander und dann ist es erst mal gut aber wenn man so ein ganzes Jahr wissen Sie man läuft ja jede Woche dahin und man kommt aus

T/ mhmh

1345P/ und man weiß woher und

T/ mhmh

P/ im Grunde genommen man fährt wieder nach Hause und denkt 'ja warum weshalb warst du eigentlich denn da also irgendwo'

T/ mhmh

1350P/ ja

T/ vielleicht noch äh kurz ähm zum der letzter Bereich zwar war das ja auch eben eine altershomogene Gruppe das heißt alle die dort in der Gruppe waren waren so fünfundfünfzig plus

P/ mh

1355T/ und ähm hat das Thema Alter für Sie denn überhaupt persönlich eine Bedeutung?

P/ also in der Gruppe nicht hatte es keine Bedeutung

T/ und und überhaupt für Sie meine ich jetzt? So? also ist das etwas mit dem Sie sich beschäftigen jetzt mit dem Alter, oder ist das eigentlich kein Thema für Sie?

P/ na jo schon so ein bisschen ja aber, ja, es war schwierig, als ich aus dem

1360Berufsleben ausgestiegen bin das war eine

T/ mh

P/ schwierige Zeit anfangs als ich jeden Tag merken musste, äh du hast nichts mehr zu bewegen du bist jetzt nur hier zu Hause und, äh also mittlerweile geht es ja also (Ausatmen) ja also als ich hier noch Wirtschafterin war in der Klinik

1365T/ mh

P/ das war schon ein ganz anderer Ablauf da ja da habe ich einfach meine Rolle äh eingenommen da habe ich auch meine Rolle

T/ mh

P/ ausgefüllt aber zu Hause da ist es ja egal ob ich jetzt die Betten mache ja oder

1370nein wissen Sie das ist total uninteressant

T/ mh

P/ ja das das ist man steht nicht mehr man man hat keine Entscheidung mehr zu treffen man ist, total weg! also

T/ mh

1375P/ ja also das ist mir war die erste Zeit schon schwierig also für mich war das sehr schwierig vielleicht auch weil ich von von von der Person anders bin ja

T/ ja

P/ ich bin jetzt nicht der der sagt 'och jetzt bin fertig jetzt bin ich in Rente jetzt tu ich gar nichts' ja

1380T/ mh

P/ sondern ich bin mehr so der sehr impulsive Mensch und hab es viel gemerkt dass ich ja nichts mehr zu bewegen habe, auf dieser Welt ja (Lachen)

T/ Sie fühlen sich abgemeldet?

P/ ja ganz genau also total! vorne an ne

1385T/ mh

P/ und das sicher so mit dem Alter klar dass man die Falten kriegt und dies und jenes nicht mehr kann und graue Haare hat und jeder guckt so nach dem Motto 'ach Gott was will die Alte?' ist klar ne aber es ist schon manchmal schwierig ein bisschen

1390T/ mhmh mh

P/ und manchmal denk ich 'oh Gott ich kann ja noch so vieles und deshalb ne jo'

T/ mhmh

P/ aber mh und ich merke in unserem Bekanntenkreis denen geht's ja nicht anders ja die haben ja auch mit diesen Dingen zu tun

1395T/ mh

P/ und da ist es so schon ganz gut und man muss man muss sich eben engagieren und man muss sich halt sagen dass man eben nicht mehr so jung ist und ja das ist eben so so das Leben das ist der Lebenslauf ne ich vergleiche das immer so mit meiner Mutter was die schon alles in diesem so in meinem Alter jetzt was die schon

1400alles nicht mehr konnte und äh da bin ich doch im Grunde genommen noch ganz gut dabei

T/ mhmh gibt es denn auch bezogen auf die Zukunft bestimmte Perspektiven, oder aber auch Ängste was so +kommt?

P/ ja+ ja schon mh

1405T/ mh

P/ mh ja zum Beispiel wir sind jetzt ähm ja umgezogen und, wir haben sehr nah am Zentrum gewohnt also wirklich nur um die Ecke und ich hatte meine Geschäfte wo ich so einkaufen konnte und jetzt sind wir etwas weiter, ja man läuft jetzt schon sage ich mal so sieben acht Minuten länger

1410T/ mhmh

P/ bis zum Zentrum dass man da die Geschäfte hat und, jo da überlegt man schon wie lange macht man das noch? ja das ist schon etwas was einen jeden Tag so

T/ mh

P/ dass man denkt na ja wer weiß wie lange das noch geht wie lange man noch

1415Autofahren kann wie lange wir das halt noch so

T/ mh

P/ machen können wir lange können wir noch den oder den besuchen oder, ja äh doch das ist schon

T/ mhmh

1420P/ ja man sieht ja auch so jetzt in unserem Bekanntenkreis wenige die sind alle sehr mobil und noch relativ gesund aber so andere weitläufige äh Bekanntschaften ja da sieht's schon anders aus und wenn man dann so zum Beispiel gestern da waren wir auch noch bei einem Pärchen in Hannover

T/ mhmh

1425P/ oder bei Hannover ähm ja, da sieht's schon ganz bitter aus und da denkt man natürlich schon dran ne

T/ mh

P/ die sind noch gar nicht so alt also sie ist zweiundsiebzig er ist siebenundsiebzig aber, na ja dann wird's einem schon anders also ich denke ich würde schon sagen

1430wenn ich ganz ehrlich bin täglich dran

T/ mhmh ah ja

P/ also nicht dass ich mir jetzt so sage 'oh Gott oh Gott' aber dass ich denke 'wer weiß wie lange du diesen Weg noch absolvieren kannst' und und ja also das ich denk mal das muss man auch man soll das nicht weit voran schieben

1435T/ mh

P/ es gibt nämlich auch äh Bekannte die, die damit die das gar nicht zum Beispiel dieser Wohnungswechsel das war natürlich jetzt auch eben dass wir uns verändert haben ins Positive ja zum Beispiel wir haben jetzt unsere Arbeitsplatten alle höher oder jetzt so so eine Behindertentoilette also die auch höher ist und viele Dinge also

1440zum Beispiel dass nichts +dass nichts

T/ also altersgerecht+

P/ ja genau dass nichts mehr auf dem Boden steht oder nur wenig das einfach zu reinigen ist zu einigen ist und diese ganzen Dinge das haben wir sofort so gemacht äh oder Betten auseinander dass man die auseinander schieben kann dass die nicht

1445zusammen sind dass ich es nicht so schwer habe und unten drunter und wissen Sie diese Dinge also da bin ich schon die letzten Jahre die ganze Zeit da dran ja um das Ganze so ein bisschen auf altengerecht zu machen ne

T/ ah ja

P/ und da muss man sich auch täglich mit auseinander setzen ne dass man auch  
1450sag ich mal zum Beispiel unsere Tochter die hat alle Bankvollmachten und, oder  
dass man auch äh über Beerdigungen

T/ da haben Sie schon schon sehr weit geplant?

P/ das muss man

T/ ja

1455P/ wissen Sie das kann ja jeden Tag sein ne das kann mich jetzt die nächste Minute  
hier dass ich einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt kriege und dann muss das ja  
geregelt sein ne das finde ich als sehr wichtig also wir haben das schon länger  
gemacht Patientenverfügung dass sie auf alle Bankvollmachten das haben wir jetzt  
noch ändern müssen weil wir umgezogen sind wieder

1460T/ mhmh

P/ und auch Testament geschrieben und wie die Beerdigung sein soll und das ist  
ganz wichtig für mich

T/ mhmh ah ja

P/ alles vorher abzu- alles richtig zu beschreiben so dass dann nicht nachher die  
1465Kinder da stehen und sagen 'ja Gott was ist? was ist denn jetzt hier?' oder 'wo sind  
die Sachen?' oder 'wo müssen wir jetzt suchen?' oder 'was ist überhaupt  
vorhanden?' oder 'wie wollen sie es überhaupt haben?' oder das sind auch so  
Sachen wo mein Mann sich sagt also wenn ich ihn darauf anspreche dann wird er  
wird er wild 'was Du schon wieder denkst und Du schon wieder' ich sag 'hier

1470unterschreib jetzt das Testament' ich sag und so weiter (Lachen)

T/ mhmh

P/ da kriegt er zu viel oder jetzt wenn ich sag wie die Beerdigung sein soll ich sag  
was ich für ein Grab haben möchte und und alle diese Dinge das das muss geklärt  
sein ja ich kann doch nicht dann die Kinder da stehen lassen und sagen 'ja wie

1475wollen Sie jetzt die Erdbestattung? eine Feuerbestattung? oder ne Seebestattung?'  
das ist doch wichtig das muss man vorher schriftlich niederlegen

T/ mhmh gibt es denn auch was was jetzt so auch im Positiven für Sie äh als Neues  
hinzugekommen ist im Alter also wir haben ja jetzt auch viel über die  
Einschränkungen und und gesprochen

1480P/ ja positiv ist dass ich mich nicht mehr wie gesagt im Berufsleben also wie's im  
Moment draußen aussieht dass ich mich da nicht mehr auseinander setzen muss ja  
aber ich seh das an meinen unsere Tochter beziehungsweise unsere Kinder

T/ mh

P/ ähm wie schwer es doch ist ja wie schwer es geworden ist und wie wie die  
1485kämpfen müssen jeden Tag und und was die sich gefallen lassen müssen, das hat  
sich doch sehr sehr stark geändert und das sagt auch mein Mann und auch so ein  
Bekannter dass man immer wieder hört 'gut dass wir damit nichts mehr zu tun haben'  
ja

T/ mhmh

1490P/ also das ist wirklich etwas Positives ja und dann finde ich positiv dass man sich  
den Tag einteilen kann oder reisen kann wo man möchte ne

T/ mh

P/ und ja an für sich so ja das ist schon schön wenn man nicht immer auf die Uhr  
gucken muss 'da musst du jetzt hin' oder

1495T/ mhmh

P/ (Lachen) das ist natürlich das Angenehme daran

T/ mh

P/ man kann also vieles selbst gestalten und sagen eben 'das will ich so oder das will  
ich so'

1500T/ mhmh

P/ was ja so im Berufsleben früher eben

T/ nicht geht

P/ als junger Mensch doch nicht so ging da ist man doch schon sehr geprägt eben  
vom vom Arbeitgeber und so weiter ne und da sind so viele andere Dinge und das  
1505braucht man im Alter nicht mehr man muss sich dann nicht mehr so ach was weiß  
ich man kann alles etwas ruhiger angehen lassen

T/ ja dann danke ich Ihnen sehr für das Gespräch Frau Spohr und ähm auch noch  
mal für die äh Bereitschaft hier Rede und Antwort zu stehen ich schalte mal eben das  
Band aus

1510P/ ja wer muss sich das jetzt anhören?

T/ das muss sich

(Ausschalten des Tonbandgerätes)

(+01:17:42)

Transkript vom 29. 05. 2007, Patientin: Frau I

T/ Sie waren ja so etwas äh, ein bisschen skeptisch am Telefon noch mal zu  
5kommen darum noch mal um so mehr herzlichen Dank dass Sie gekommen sind,  
ähm auch noch mal danke schön dass Sie beim letzten Mal schon gekommen sind  
äh und diesmal soll's eigentlich noch mal so um eine Katamnese gehen das heißt  
dass man nach einem gewissen Zeitraum nach Abschluss der Gruppentherapie äh  
noch mal angeht ich stelle Ihnen noch mal ein paar ähnliche Fragen und noch mal  
10ein paar andere hangele mich hier mich hier so ein bisschen an dem äh es ist nicht  
viel anders als beim letzten +Mal

P/ ja+ gut

T/ hangele mich äh an dem Leitfaden entlang

P/ (hustet)

15T/ ähm ja vielleicht noch mal der Rückgriff ähm es waren ja jetzt insgesamt zwei  
Jahre könnten Sie noch mal so sagen was Sie zu Beginn welche Beschwerden Sie  
da hin hier hin geführt haben zur Gruppentherapie

P/ ja das waren ja meine Schmerzen die ich damals hatte

T/ ja

20P/ also vom Nacken ausgelöst und

T/ mhmh

P/ das ging also über Monate und bis ich dann schließlich in die Gruppe kam war es  
schon etwas besser

T/ ja

25P/ also, ja das war der äh

T/ ja

P/ der Anlass so

T/ ja und das hing auch mit so Verspannungen+ zusammen

P/ ja mit Verspannungen

30T/ mit typischen äh Hintergründen+

P/ und Schmerzen vor allen Dingen und äh die ist ja auch abgenutzt die  
Wirbelsäule, an verschiedenen, Wirbeln

T/ ja

P/ ja also das war so der

35T/ das war so der Auslöser und könnten Sie sagen wie wie diese Beschwerden sich verändert haben im Laufe der Zeit jetzt oder wie ist es jetzt oder was hat sich wie haben sich die entwickelt

P/ ja als die dann nun sozusagen weg waren nur hin und wieder mal auftraten

T/ ja

40P/ da war ich doch noch sehr in Spannung

T/ ja

P/ also einfach in der Angst es könnte wiederkommen

T/ ja

P/ und das hat sich ja dann so ganz allmählich hat sich das dann so gegeben

45T/ hat sich gelöst

P/ hat sich dann

T/ ja

P/ gelöst

T/ und ist es auch so dass Sie was dafür tun aktiv?

50P/ ja natürlich ja

T/ ja

P/ also ich mache Gymnastik ne gezielte Gymnastik

T/ ja

P/ und jetzt auch immer noch

55T/ mhmh tun auch was

P/ ja

T/ für Ihr psychisches Wohlbefinden mehr

P/ hm ja doch das tue ich auch (lachen)

T/ (lachen) gut

60P/ ja natürlich

T/ ähm (p:00:00:08) ich muss mal einmal unterbrechen ich merke gerade ich hab den (Geräusch des Kassettenrekorders) so jetzt läuft's weiter

P/ ja

T/ ähm, wie würden Sie jetzt diese Veränderungen ja eigentlich Verbesserung

65bewerten wie ist das für Sie was macht das mit +Ihrem Leben Ihrem Alltag

P/ ja das macht natürlich+ sehr viel aus für für's ganze Leben ich kann mich wieder bewegen ich kann was unternehmen ich kann verreisen was ich damals alles nicht konnte



T/ mhmh mhmh

70P/ also das hat sich dann schon aber es ist jetzt schon

T/ ja?

P/ so normal für mich schon seit langem

T/ ah ja das ist schon + ein bisschen selbstverständlich geworden dass es Ihnen jetzt besser geht

75P/ ja es ist schon also es ist schon+ so in Vergessenheit geraten

T/ ja

P/ die Gedanken die ich sonst damals hatte immer so ne Angst innerlich also es könnte wieder kommen also das ist weg

T/ das ist auch +rückläufig

80P/ ja+ ja

T/ und merken Sie denn schon jetzt andersrum sozusagen Anfänge wenn wenn's Ihnen nicht so gut geht wenn Sie so ein bisschen mehr verspannen merken +Sie das dann eher

P/ ja+ hin und wieder merke ich das und das ist so dass ich das dann im Auge

85behalten muss

T/ ah ha

P/ also die Schmerzen und ich weiß genau woher die kommen

T/ mhmh wirklich (lachen)

P/ ja ja ja das kenn ich ja

90T/ das kennen Sie ja

P/ ja und dann bin ich also auch besonders achtsam mit mir

T/ mhmh

P/ dass ich also wirklich äh mit Wärme ist da viel zu machen

T/ mhmh

95P/ und dass ich dann also richte ich mich dann, ja ich werd achtsam wieder

T/ ah ja

P/ ja

T/ mhmh, gut dass ist ja zunächst mal +positiv

P/ ja+

100T/ zu sehen

P/ das ist Gott sei Dank und ich hoffe das kommt nie wieder

T/ ja

P/ das ist mein großer Wunsch (leises Lachen)

T/ okay aber so wehret den Anfängen da achten Sie schon anders auf sich und

105Ihren Körper

P/ ja ja

T/ mhm

P/ ja

T/ mhmh äh gab's in den letzten zwölf Monaten irgend was von besonderen

110Lebensereignissen schwierige kritische oder auch, es können auch positive

Veränderungen wesentliche Veränderungen in dem letzten Jahr

P/ im letzten Jahr? eigentlich nicht so sehr nein

T/ was die Gesundheit betrifft?

P/ nö +nö

115T/ die Familie+

P/ die Gesundheit das ist das war halt also da bin ich zufrieden

T/ mhmh okay und auch familiär und +sozial

P/ ja familiär+ das ist ne äh meine Tochter hat also, mit in ihrer Ehe Probleme

T/ ja

120P/ mit und äh aber das hat sich jetzt auch etwas gelöst und die beiden haben also für einander eine Form gefunden wie sie miteinander umgehen und das ist jetzt also

T/ und dadurch sind Sie auch entlastet?

P/ ja ich fühl mich dadurch natürlich auch entlastet ne

T/ okay wenn's so der Tochter gut +geht

125P/ und+ ich hab damals immer gedacht ich kann irgendwie noch helfen aber das war nicht so also das hab ich wirklich gelernt, auch in der Gruppe gelernt

T/ mhmh

P/ dass ich da nicht helfen kann

T/ mhmh

130P/ ich kann bereit sein immer bereit sein

T/ ja?

P/ wenn sie mich braucht aber von mir aus kann ich da nicht, viel machen

T/ also da konnten Sie ein Stück +loslassen

P/ ja+

135T/ auch

P/ ja ja

T/ mhmh gut mhmh äh würden Sie mir ein bisschen was zu Ihrer ja ich nenn's mal Lebensqualität zu Ihrer aktuellen Lebensgestaltung sagen wie verbringen Sie so einen Tag? wie erleben Sie den Tag?

140P/ ja also je nachdem nach (Lachen) ich äh schlafe zum Beispiel gerne lange

T/ ah ha

P/ ja

T/ mhmh

P/ und das genieße ich immer wieder dass ich das machen kann

145T/ mh

P/ also ich bin

T/ Sie leben alleine?

P/ ja

T/ mhmh

150P/ also ich bin eher ein Abendmensch als ein Morgenmensch und also das ist da lass ich mir ganz viel Zeit morgens

T/ ja

P/ ja und dann äh hab ich so dann mache ich zweimal in der Woche mache meine Gymnastik

155T/ ja

P/ dann hab ich noch ne andere Gruppe wo so ein bisschen Atemübungen und so was

T/ mhmh

P/ und ja und darüber hinaus das sind also schon drei Termine die in der Woche

160sind und dann ja dann, irgendwas mh ein Treffen mal mit Freunden und so also ich mache mir mein Leben schön

T/ ja Sie gestalten schon Ihr Leben ganz schön für sich

P/ ja

T/ ah ha mhmh okay hat sich da auch durch die Gruppe oder in den letzten paar

165Jahren etwas verändert in Ihrer Lebensqualität

P/ ja sicher auch durch die Gruppe natürlich es waren immer es bleibt immer was hängen

T/ ja

P/ und äh es war manchmal sehr strapaziös

170T/ mhmh

P/ und ich hatte auch manchmal gar nicht so das Gefühl dass die Gruppe äh das unbedingt richtige ist

T/ mh

P/ ich hätte manchmal gerne auch so ein Einzelgespräch gehabt

175T/ ja

P/ aber im großen und ganzen äh so im Rückblick kann ich dann schon sagen also ich habe vieles, gelernt

T/ mhmh

P/ gar nicht so mit dem großen Aha-Erlebnis sondern

180T/ ja

P/ es es es ist einfach ja

T/ mhmh war das so ein Prozess in der Gruppe für Sie den Sie so beschreiben könnten? was sich so entwickelt hat für Sie?

P/ wie meinen Sie denn Prozess?

185T/ ja wenn Sie beschreiben ich hab was gelernt oder ich hab doch was als hilfreich empfunden auch wenn's schwer war zum Teil, ähm also ob das so ein Prozess bei Ihnen war

P/ ja manchmal war es schon ein Prozess zum Beispiel auch dieses Erkennen

T/ mhmh

190P/ äh meine Mängel die mir ja auch dann aufgezeigt wurden

T/ mhmh

P/ und das ist ja das war ein bisschen, unangenehm

T/ ja

P/ und ich bin oft aus der Gruppe gegangen also ich war sehr aufgewühlt

195T/ mhmh

P/ und war äh ja, weiß ich nicht manchmal hatte ich das Gefühl ich will gar nicht mehr hingehen

T/ mhmh mhmh also schon auch +belastend

P/aber+ ja es war schon belastend

200T/ ja

P/ es war schon oft belastend

T/ mhmh mhmh und was hat Sie da belastet?

P/ und es ist aber ich hab mich dann zu Hause damit beschäftigt

T/ ja

205P/ also ich muss sagen also dass es ist nicht nur die Gruppe war die Stunde war sondern auch das zog sich dann auch also fast durch die ganze Woche wo ich immer wieder mit den äh Themen oder mit den Gedanken, dann beschäftigt war ne  
T/ ah ja mhmh also das war eine sehr intensive +Auseinandersetzung

P/ ja+ ja

210T/ mit den Themen mhmh okay mhmh ähm ich würde gerne vielleicht bevor wir noch mal auf die Gruppe kommen so Aspekte von von Selbst oder von Ihrer Person ansprechen, äh wie würden Sie sich beschreiben gibt es positive besondere Eigenschaften die Sie +haben

P/ ja das+ ist natürlich schwer sich selbst zu beschreiben

215T/ ja positive oder auch nicht so positive

P/ ja ja nicht so positive die nicht so positiven äh sind einmal dass ich nicht so sehr geduldig bin

T/ mhmh

P/ es kommt drauf an manchmal schon aber äh meistens immer erst nicht

220T/ mhmh

P/ ja und mein Selbstbewusstsein das ist nicht so sehr stabil für mich

T/ das ist nicht das könnte besser sein

P/ ja das könnte besser sein

T/ mhmh und die guten Eigenschaften was sind das?

225P/ wenn ich gebraucht werde ich kann zum Beispiel sehr gut zuhören

T/ mhmh

P/ ich kann mich einstimmen auf mh den Menschen

T/ mhmh

P/ das ja das kann ich

230T/ mhmh mhmh gibt's auch besondere Fähigkeiten wo liegen Ihre Fähigkeiten was können Sie gut?

P/ (lachen) weiß ich nicht ich bin immer

T/ (lachen)

P/ äh letztlich bin ich nie ganz zufrieden mit mir

235T/ mhmh mhmh

P/ was immer ich so mache dann äh denke ich 'hei ja es hätte noch besser sein können und

T/ mh

P/ so toll ist es nicht'

240T/ und manchmal finden Sie auch was das Sie gut können? Sie können gut zuhören  
Sie können sich auf anderen Menschen einstimmen, das sind doch gute  
Fähigkeiten, mhmh machen Sie denn etwas besonders gerne? haben Sie  
besondere Interessen?

P/ ja ich reise gerne ich reise gerne

245T/ mhmh was was lieben Sie an Reisen was ist da schön dran?

P/ dass ich äh dass ich mir, Bauten anschauere dass ich mir also dass ich wirklich  
also das sind jetzt Erlebnisreisen zu Hause kann ich mich ausruhen also da muss  
ich nicht verreisen

T/ ah ja

250P/ nicht so um irgendwo in der Sonne zu liegen oder so was das nicht also da  
möchte ich schon was sehen und was erleben

T/ mhmh

P/ und das ist

T/ also so kulturelles Interesse

255P/ ja ja

T/ und mit //

P/ auch sehr ja ja

T/ mh spannend

P/ mh

260T/ reisen Sie denn alleine oder mit anderen

P/ äh meistens also solche Reisen die mach ich meistens alleine weil ich da nicht so  
äh äh Partner habe der da mitreist weder einer Freundin noch äh äh so aber man  
kann es mit einer Gruppe ja mit so einer Gruppe so ne Führung machen

T/ ah so

265P/ das kann man schon machen

T/ und da sind Sie auch gut in Kontakt

P/ ja ja

T/ mhmh okay mh

P/ natürlich wäre das schöner wenn man das äh so individuell machen kann sich so

270selbst einen Plan erstellen und dann aber äh ja so alleine ist das äh

T/ mhmh

P/ macht das keinen Spaß

T/ mhmm das kann ich verstehen, ähm kennen Sie bestimmte Muster bei sich wenn Sie mit anderen oder mit mit sich selbst vielleicht auch in Konflikte geraten? gibt es 275da so ein typisches Konfliktmuster bei Ihnen?

P/ ja das ich mich immer wieder zurückziehe dann

T/ ah ja

P/ dann ziehe ich mich zurück und dann

T/ mhmm und wann passiert das? An welchen Punkten ziehen Sie sich zurück?

280P/ (p:00:00:05) ja also wenn ich zum Beispiel in in schlechte Stimmung gerate

T/ mhmm

P/ dann äh kann es mir passieren dass ich also, eher ein Treffen äh mal nicht äh wahrnehme als als wohl

T/ wenn Sie Sie sich geärgert hatten oder oder gekränkt sind oder generell?

285P/ nein nein äh ich meine wenn ich also in schlechte Stimmung gerate zum Beispiel

T/ ja

P/ dass ich dann nicht äh unbedingt äh ja irgend jemand treffen will oder oder Ablenkung suche sondern

T/ ah ha

290P/ sondern dass ich mich dann zurückziehe

T/ also das ist mehr so was generelles und was löst bei Ihnen solche schlechte Stimmung aus?

P/ ja dass gibt's manchmal das passiert halt

T/ das passiert halt

295P/ das passiert

T/ ja

P/ mhmm da gibt's jetzt nicht unbedingt so bestimmte Anlässe

P/ na ja wenn's wenn's irgend welche äh äh schlimme Dinge sind also dann äh

T/ mhmm

300P/ das ist das muss dann natürlich dann auch wieder runter da bin ich nicht sehr stabil mehr das hab ich also

T/ mhmm

P/ schön öfter mal gemerkt

T/ mhmm

305P/ wenn irgend welche Sachen passieren dann

T/ mhmm

P/ ha dann denke ich 'mein Gott das das kannst du kaum mehr aushalten'

T/ mhmh

P/ aber ich fang mich dann auch wieder

310T/ ja

P/ also das ist

T/ mhmh wie würden Sie sagen da sind Sie mit mit dem Älterwerden auch empfindlicher +geworden

P/ ja+ schon also im Laufe der Jahre bin ich da empfindlicher geworden

315T/ mhmh ein bisschen +dünnhäutiger

P/ aber das+ ist ich denke dass hat auch damit zu tun äh früher als ich noch ähm gearbeitet habe dann war ich natürlich dann äh musste ich meinen Einsatz bringen ich war dann abgelenkt und äh man sollte meinen es wäre da doppelt! ne Belastung gewesen ne

320T/ ja

P/ aber es es war eben schon anders also ich denke jetzt wo ich, sehr! viel älter bin und äh, ja

T/ mhmh

P/ denke ich es hat damit zu tun dass ich auch dann Zeit! habe

325T/ mhmh auch so

P/ viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

T/ ja also auch so ins Nachdenken kommen

P/ ja

T/ ja darf ich Sie mal fragen was Sie von Beruf waren das habe ich jetzt grad

330P/ ich war sehr sehr lang also dreißig Jahre im Schauspielhaus tätig und äh ich hatte mit Kostümen zu tun in der Kostümabteilung

T/ mhmh

P/ und mein Chef ist hat heute Geburtstag seinen fünfundachtzigsten Geburtstag heute morgen hab ich mit ihm telefoniert

335T/ mhmh

P/ und wir haben noch mal über die alten Zeiten gesprochen

T/ mhmh

P/ und es war also eine richtig schöne Zeit

T/ sehr lebendig

340P/ ja sehr lebendig war das und äh ja einfach ne wunderbare Zeit



T/ ja mhmh mhmh da haben Sie sich aber auch so ne Ader bewahrt so ne  
+künstlerische

P/ ja+ ja

T/ ja ja

345P/ also ich gehe immer noch ins Theater ich hab

T/ ja

P/ meistens äh kann ich eine Premierenkarte kriegen

T/ mhmh mhmh

P/ und äh ich bin da also schon dem Theater noch sehr verbunden mh

350T/ mhmh hatten Sie jetzt gerade bei Interessen Fähigkeiten gar nicht erwähnt

P/ da hab ich's nicht erwähnt

T/ (Lachen)

P/ ja das ist so selbstverständlich

T/ das ist so selbstverständlich mh mh

355P/ ja

T/ mhmh ja (räuspern) jetzt habe ich eine Frage auch zum was das Älterwerden  
betrifft so ähm, wie würden Sie sagen was haben Sie für ein Körperbild von sich ist  
das eher schwierig oder kommen Sie gut mit +Ihrem Körper klar

P/ mhm+ ja ich komme jetzt ganz gut damit aus

360T/ mhmh

P/ ja ja es gab schon schlimmere Zeiten wo ich also wirklich äh das als sehr  
beschwerlich alles betrachtet hab

T/ mhmh

P/ diese diese körperlichen Beschwerden die die auftreten wenn man älter ist

365T/ mhmh also die Funktions die Einschränkungen

P/ ja ja die Einschränkungen aber das äh ne das hab ich irgendwie ja ich hab's  
einfach, es ist für mich in Ordnung so +wie es ist

T/ mhmh okay+ dass Sie Ihren Körper annehmen

P/ ja

370T/ können

P/ ja

T/ mhmh mhmh äh ne Partnerschaft haben Sie nicht?

P/ nein

T/ wollen Sie keine +mehr oder?

375P/ (leises Lachen)+ eigentlich

T/ (leises Lachen)

P/ eigentlich nicht so

T/ eigentlich nicht ja, mhmh mhmh können Sie sich nicht vorstellen

P/ ja ich könnte mir schon vorstellen aber so so äh ja mit getrennten Wohnungen

380und so das könnte ich mir vorstellen

T/ mhmh aber aktiv

P/ und mit

T/ sind Sie da nicht

P/ und mit mit Interessen

385T/ ja

P/ mit gemeinsamen Interessen ja zum Beispiel zum Verreisen

T/ mhmh

P/ das wäre natürlich ne wunderbare Sache

T/ mhmh

390P/ aber

T/ ja

P/ es hat sich nicht ergeben mehr und äh

T/ mhmh

P/ also ich streb das auch nicht +an

395T/ Sie+ streben das nicht an

P/ das ist nicht nein nein nicht

T/ es müsste dann so passieren

P/ ja es müsste passieren

T/ dafür wären Sie aber offen?

400P/ ja ich denke schon

T/ ja

P/ ich weiß es gar nicht (Lachen)

T/ (Lachen) mhmh, ja (räuspern) ähm wie lange sind Sie jetzt ohne Lebenspartner?

P/ ach schon ewige Zeiten (leises Lachen) es ist ganz ganz lange

405T/ ganz lange

P/ ja

T/ mhmh können Sie sich an Ihren letzten Lebenspartner noch gut äh zurück erinnern

P/ ja

410T/ ja würden Sie mir den beschreiben was war das für ein Mensch

P/ ja also der äh weiß ich nicht (etwas unwirsch) der wichtigste der äh wichtigste war ja eigentlich mein Ehemann ne, aber ähm danach gab's dann noch mal ne Verbindung und äh das war so auf Distanz

T/ mhmh

415P/ und äh ja das war, auch schwierig

T/ auch schwierig

P/ ja ha (leises Lachen)

T/ gab's denn da so bestimmte Konfliktmuster auch mit dem Partner, gab's da was typisches?

420P/ ich denke dass war so dass wir beide aus ner aus ner Partnerschaft kamen und äh zunächst mal so äh auf Distanz waren

T/ mhmh und dann ging's war es so schwer jetzt Nähe herzustellen oder was

P/ nein also es es ist es war so dass äh dass wir uns beide einig waren oder jedenfalls sah das so aus also, so wie es jetzt ist ist es schön und

425T/ mhmh

P/ und so soll's bleiben und auf Distanz

T/ mhmh

P/ und äh ja und dann war es so dass also, mein Partner das dann nicht mehr so eingehalten hat

430T/ mhmh

P/ sondern äh, dann hatte er ne andere Verbindung und äh ja und dann

T/ mhmh das war dann zu viel Distanz ja

P/ dann das war insofern so enttäuschend weil nun eben also die andere äh Verbindung da die da bestand äh dass die Frau dann da einzog und äh, dann auch

435da blieb

T/ mhmh

P/ und äh das fand ich also, ja

T/ mhmh (p:00:00:05) mhmh also da blieb Ihnen dann auch nur der Rückzug

P/ ja natürlich

440T/ letztendlich, mhmh (p:00:00:06) mhmh ähm darf ich noch mal auf die Gruppe kommen

P/ ja

T/ ähm Sie haben ja gesagt so es gibt so Konfliktmuster die Sie aus Partnerschaften kennen so das Zurückziehen äh hat sich das denn in der Gruppe auch gezeigt, oder  
445war das da anders

P/ äh in der Gruppe war das für mich so also ich wollte nie gern im Mittelpunkt stehen ich wollte nicht gerne reden, nicht weil ich so mundfaul war oder weil ich nicht mitmachte ich war da schon also in Gedanken sehr aktiv

T/ mhmh

450P/ aber ich hatte einfach Schwierigkeiten in der Gruppe mich so zu äh, zu öffnen und äh so vieles darzustellen ich

T/ mhmh also dass Sie sich so+ zeigen

P/ ja

T/ das ist+ sehr schwer

455P/ ja ja genau

T/ mhmh

P/ das ist mir in der Gruppe schwer gefallen

T/ mhmh hat das einen biographischen Bezug kennen Sie das aus Ihrer Lebensgeschichte

460P/ ja das ist immer so gewesen eigentlich dass ich mich nie! in den Vordergrund gestellt habe

T/ ja

P/ sondern lieber mich etwas zurücknehme

T/ ja ist das mehr so eine Eigenschaft die Sie als Person haben oder wurde Ihnen

465das so anerzogen

P/ ja das hab ich so das ist in mir so sicherlich ist es anerzogen

T/ mhmh mhmh

P/ ne, aber es ist einfach immer geblieben

T/ mhmh, gab es denn auch besondere Konflikte für Sie in der Gruppe die Ihnen

470nachgehangen sind so besonders nachgehangen sind

P/ (Pause 00:00:08)

T/ da gab's jetzt nichts spezielles

P/ ne ne gab es da nicht

T/ mhmh, gab es denn Gruppenmitglieder die für Sie so von besonderer Bedeutung

475waren, besonders wichtig

P/ (Schnaufen)

T/ oder besonders schwierig oder Sie müssen jetzt ja keine Namen nennen

P/ (Lachen)

T/ (Lachen) mhmh, da können Sie +jetzt

480P/ besonders wichtig oder

T/ nichts dazu sagen+

P/ besonders schwierig weiß ich jetzt nicht kann ich jetzt nicht kann ich nicht

T/ oder gab es jemand mit dem Sie sich besonders identifizieren konnten oder, mit dem Sie besonders aneinander geraten sind oder

485P/ mh (Pause 00:00:05)

T/ ja wie ging's Ihnen denn mit den Therapeuten?

P/ ja mit Frau Doktor Bergstein also das war immer sehr äh, ja hilfreich einfach

T/ mhmh

P/ äh sie hat ja was sie mir sagte war immer genau! auf den Punkt

490T/ mhmh

P/ und es war natürlich auch für mich manchmal äh äh es war dann manchmal unangenehm es war schmerzlich es war äh ich fühlte mich äh, ja schon wieder erkannt, oder es passiert schon wieder

T/ mhmh

495P/ mh aber sie hat mich nie! so in in eine Situation gebracht wo wo sie wo ich mich so klein gemacht bewusst klein gemacht fühlte

T/ ja

P/ sie hat einfach mich verstanden und das war, das war ganz ganz großartig

T/ ja ja mhmh, also das hatte so zwei Seiten sich erkannt fühlen

500P/ ja

T/ hat auch was Schönes man fühlt sich +verstanden

P/ ja+

T/ aber auch was Schweres für Sie

P/ ja ja es war es war manchmal sehr, ach ja und das hat mich dann dann! hat mich

505auch diese Gruppe gestört

T/ mhmh

P/ insofern gestört dass äh also, ich fühlte mich vollkommen! Klein, und fühlte mich ja ja in der Gruppe, so ganz hinten

T/ mhmh und im Einzelkontakt hätten Sie das nicht so erlebt hätten Sie das anders

510erlebt?

P/ als als Gespräch meinen Sie?

T/ ja

P/ zwischen zwischen zwei also mit der Therapeutin oder

T/ ja

515P/ das glaube ich nicht

T/ ja

P/ nein nein es war ja nun also alle Welt sieht mich ne

T/ mhmh ja haben Sie Geschwister

P/ nein

520T/ nein mhmh

P/ das war immer so ein ein Punkt der mich also manchmal manchmal! war das so strapaziös für mich wenn ich dann rauskam, dann war ich ich fühlte mich ganz ganz schlecht und

T/ mhmh mhmh also dass das vor den anderen +so

525P/ ja+

T/ geschah

P/ ja

T/ mhmh aber Sie haben trotzdem in Anführungsstrichen durchgehalten Sie sind weiter hingegangen

530P/ ja ja natürlich natürlich

T/ ja warum

P/ ja warum?

T/ mhmh

P/ nun ja also da auszusteigen das hätte ich da bin ich eigentlich nie auf die Idee

535gekommen

T/ mh mhmh

P/ ich bin manchmal mit einem schlechten! Gefühl gegangen manchmal bin ich, ähm lustlos gegangen aber so nicht hingehen

T/ mhmh mhmh

540P/ das wäre mir jetzt nicht in den Sinn gekommen nun auszusteigen

T/ mhmh würden Sie's noch mal machen?

P/ äh, ja

T/ mhmh

P/ ich würde es auch noch mal machen denn ich setz mal voraus alles wäre so wie  
545es auch damals war

T/ ja ja

P/ dann würde ich es wieder machen

T/ okay mhmh

P/ aber, äh es war auch für mich dann abgelaufen es war auch für mich

550T/ mhmh

P/ die Zeit war dann auch zu Ende

T/ okay

2

P/ also ich hätte nicht weitermachen wollen die Möglichkeit war ja gegeben

T/ mhmh mhmh

555P/ ich weiß nicht ob die Gruppe jetzt auch wieder besteht

T/ mh mh im Moment noch +nicht

P/ nein?+ im Moment noch nicht ah ha ja also die meisten wollten ja weitermachen  
(hustet) wir waren zu zweit glaube ich die da nicht mehr weitermachen wollten, aber  
äh

560T/ mhmh

P/ aber das würde ich nicht jetzt so weiter führen wollen

T/ mh okay (p:00:00:05) mhmh ähm hätte denn irgendwas, anders laufen sollen aus  
Ihrer Perspektive aus Ihrer Erwartung aus Ihren Wünschen heraus gesehen

P/ nein ich hatte ja nicht so viel Erfahrung mit mit Gruppen und äh

565T/ ja

P/ mh weiß ich nicht es es war immer am Anfang war es immer so, eine Stimmung  
mit der ich nie so ganz klar gekommen bin, äh es war ein Schweigen

T/ mhmh

P/ und dieses Schweigen das war so belastend und das war für mich auch

570manchmal ganz am Anfang war es wie wie ein Fragezeichen ich fühlte mich  
irgendwie muss ich jetzt was tun? muss ich jetzt was machen?

T/ ja

P/ also es war es war ganz ganz hart

T/ das +war

575P/ also+ das hätte ich mir also ne Hilfe gewünscht wir haben später mehrmals  
darüber gesprochen

T/ mhmh

P/ und äh na ja, es soll uns na ja es sollte uns aktivieren

T/ mhmh mhmh

580P/ und es war es ist aber vielen so gegangen den meisten glaube ich ging es so dass also dieser Anfang war so schwer immer wenn's dann einmal im Fluss war dann ging es dann

T/ mhmh

P/ dann war es nicht so schwierig und da ich! ja nie die erste bin

585T/ ja

P/ habe ich mich auch nie getraut da den Reigen zu eröffnen (Lachen)

T/ ah ha

P/ das hab ich nie gemacht, aber äh manchmal habe ich gedacht ja es wäre hilfreich so ein Wort so, und äh Herr Doktor Stratkötter der auch manchmal die Gruppe allein

590geführt hat

T/ mhmh

P/ äh der hat das dann wenn er das allein machte dann hat er das gemacht mit so mit einem Wort 'na was haben Sie heute mitgebracht' oder

T/ mhmh

595P/ ja und nun sind wir

T/ ja

P/ es war ein! Wort und das genügte dann

T/ ja ah ja mhmh mhmh aber sind Sie denn jemand ähm der sich schnell verantwortlich fühlt auch

600P/ ja doch ja ich denke ja dass ich mich da auch irgendwie mh verantwortlich fühlte

T/ mhmh mhmh

P7 letztlich! ja nur für mich selber

T/ ja

P/ aber da hab ich mich nicht getraut

605T/ mhmh okay also da wurde besonders in diesem Schweigen

P/ ja

T/ so der Konflikt auch deutlich mhmh ja ich habe jetzt noch einen Bereich da geht's jetzt um das Älterwerden, ein paar Fragen ähm, welche Vorstellung haben Sie so von Ihren nächsten Lebensjahren wie wollen Sie leben

610P/ mh ja ich möchte ich hab mich auch eine Weile mal mit diesem Gedanken als es mir damals schlecht ging körperlich schlecht ging



T/ mh

P/ da habe ich mir Gedanken gemacht, muss ich mich jetzt nach einem anderen äh, nach einer anderen Wohnung umsehen oder muss ich betreutes Wohnen oder was

615 also diese Dinge muss ich das in Angriff nehmen?

T/ mhmh mhmh

P/ ich habe nämlich eine Wohnung die ist nicht altengerecht in keiner Weise

T/ okay

P/ die hat also zwei Etagen

620 T/ ja

P/ mit so einer Wendeltreppe

T/ ja

P/ und äh ja, und ich habe für mich beschlossen also ich möchte da jetzt nichts machen.

625 T/ mhmh okay Sie möchten bleiben

P/ ich möchte bleiben so lange es geht

T/ mhmh

P/ und äh dann werde ich sehen falls es dann falls ich dann, äh in die Situation komme wo ich also rein körperlich gesehen, nicht mehr, da leben kann

630 T/ mhmh

P/ dann würde ich das machen dann würde ich

T/ mhmh mhmh aber das ist eine wichtige wichtige Entscheidung die Sie da für sich getroffen haben

P/ ja die habe ich jetzt für mich getroffen so

635 T/ mhmh damit geht's Ihnen auch irgendwie besser? als vielleicht vorher

P/ ja ja

T/ mhmh das hört sich so an als hätten Sie sehr nachgegrübelt +über den Wohnraum

P/ ja und natürlich+ ja ja

640 T/ mhmh

P/ und ich hab mir auch mal Häuser angesehen und hab mir Wohnungen angesehen

T/ mhmh

P/ die also äh nicht betreutes Wohnen aber die schon altengerecht waren

645 T/ ja

P/ ja und das war also alles nicht mein Geschmack und die Vorstellung mich jetzt da schon hinein zu begeben

T/ mhmh

P/ äh ne das wollte ich nicht

650T/ mhmh

P/ also das ist jetzt so, wenn's dann soweit ist

T/ +dann

P/ dann ja

T/ dann orientieren Sie+ sich

655P/ ja

T/ mhmh

P/ und ich hab das auch mit meiner Tochter besprochen

T/ ja

P/ und ich denke, ja so ist es richtig.

660T/ mhmh mhmh gut, und ansonsten wollen Sie so Ihre Altersgestaltung Ihre Lebensgestaltung so beibehalten wie sie ist oder?

P/ ja das möchte ich so beibehalten

T/ ja okay das ist ja auch gut so für Sie

P/ mhmh

665T/ und das wissen Sie auch schön

P/ ja

T/ ähm das Thema Alter welche Bedeutung hat das so für Sie, für Sie persönlich?

P/ (p:00:00:06) mh ja (p:00:00:04) ha das ist schwer zu sagen

T/ mh mhmh (p:00:00:06) wir können ja die Frage mal hinten anstellen ich frag Sie  
670noch mal was anderes vielleicht fällt Ihnen, haben Sie dann mehr Bezug dazu ähm gibt's denn besondere Fähigkeiten Möglichkeiten die Sie so erst im Alter entdeckt haben, für sich

P/ nein das sind also eigentlich schon immer also Dinge die ich früher schon immer äh, geschätzt habe

675T/ mhmh

P/ und ich habe eben jetzt ein bisschen mehr Zeit

T/ mhmh okay

P/ mich auch ein bisschen mit Malerei! zu beschäftigen

T/ mhmh mhmh

680P/ und äh ja und das ist eigentlich das was ich immer schon, was immer schon  
Werte für mich hatte das hab ich auch jetzt noch

T/ mhmh mhmh

P/ ja und was das Alter anbetrifft muss ich sagen dass ich es soweit geschafft hab,  
äh

685T/ das heißt Sie sind ganz +zufrieden

P/ ja+ dass ich also so alt geworden bin inzwischen und dann auch noch mich also  
ganz gut bewegen kann

T/ ja

P/ und eben auch noch ein bisschen leben kann was mir Spaß macht

690T/ ja also Sie können das sehr schätzen und auch +genießen

P/ ja+

T/ und auch annehmen, gibt es irgend etwas was Ihnen mit dem Thema altern auch  
Sorgen bereitet oder Angst macht

P/ ja das macht mir schon manchmal Angst

695T/ mhmh

P/ diese Ungewissheit wie wie wie schnell kann kann's passieren dass du dann so  
gebrechlich wirst

T/ mhmh mhmh ähm gibt es da Freundinnen oder andere mit denen Sie darüber  
sprechen?

700P/ ja ich habe Freundinnen also Freundinnen mit denen ich darüber rede

T/ mhmh

P/ und1 auch mit meiner Tochter

T/ mhmh mh

P/ also das schlimmste wäre natürlich wenn ich dann also so so ein Pflegefall wäre

705T/ mhmh

P/ das wünscht sich natürlich1 keiner

T/ ja

P/ jeder hat Angst davor aber ich denke dass ist halt normal wenn man

T/ mhmh

710P/ so ist das wenn wenn man älter wird

T/ mhmh hatten Sie den Eindruck dass das Thema Alter in der Gruppe auch eine  
besondere Rolle gespielt hat oder; dass +das gar nicht so

P/ nicht so sehr\*

T/ von Bedeutung war nein nein mhmh

715P/ nicht so sehr in der Gruppe war ja es war natürlich eine eine war ist sehr krank

T/ mhmh

P/ und äh einer von den Männern auch der war auch dann sehr krank

T/ mhmh

P/ und ich äh er war allerdings in der letzten Stunde die wir hatten war er wieder da

720und da ging's ihm auch ganz gut ja

T/ mhmh

P/ und das sind so Dinge die die ja die haben mich dann sehr getroffen auch ja

T/ also mehr Alter in Verbindung mit Kranksein

P/ mit Kranksein ja

725T/ mhmh

P/ ja

T/ ja abhängig werden von anderen

P/ mhmh ja und ich hab's dann auch bewundert wie dann also, wie Krebskranke dann damit umgingen

730T/ mhmh

P/ mit ihrer Krankheit.

T/ mhmh mhmh

P/ also das fand ich schon, ja das ist schon bewundernswert.

T/ mhmh ja ähm zum Thema Alter und Öffentlichkeit äh wie nehmen Sie das wahr?

735Wie ist das für Sie? in den Medien die Themen die das Älterwerden aufgreifen wie finden Sie das

P/ ha manchmal guck ich da gar nicht hin also das ist manchmal

T/ mhmh

P/ was meinen Sie jetzt +speziell?

740T/ ja+ in der Öffentlichkeit Thema Alter in der Öffentlichkeit wie erleben Sie das wie wird damit umgegangen? mhmh mhmh

P/ na ja (p:00:00:08)

T/ fällt Ihnen das eher negativ auf oder

P/ ja viel ist doch negativ also äh

745T/ mhmh

P/ dargestellt also, auch was Altenheime und so was anbetrifft

T/ mhmh

P/ das das ist ja nun also fast beängstigend

T/ mhmh

750P/ mh ich kenn zum Beispiel äh zwei Heime, äh also meine Mutter war in in Krefeld  
in einem

T/ ja

P/ und äh ja also das wurde schon sehr! gut geführt

T/ mhmh

755P/ also da, ich weiß es nicht ich und und und ich kenne auch noch ein anderes das  
das äh ist gar nicht hier, das ist in in oben in in Norddeutschland und da ist ne,  
Bekannte die hab ich dann auch öfter mal besucht wenn ich da bin

T/ mhmh

P/ und äh das fand ich auch sehr! gut also da hätte ich mich wenn! ich dann in so  
760einem Zustand wäre da hätte ich mich dann glaube ich auch wohl gefühlt

T/ ah ha mhmh, also da haben Sie durchaus eine sehr konkrete Vorstellung davon

P/ + ja aber

T/ wie es sein könnte

P/ ich glaube+ es hat auch was damit zu tun dass auch dann immer noch äh  
765Angehörige äh da mit sind dass die besucht werden und

T/ mhmh

P/ also ich denke das hat viel, das macht viel aus.

T/ mhmh gut also das wären jetzt so meine Fragen von meiner Seite ähm aber  
vielleicht was haben Sie denn gedacht? was ich jetzt so frage

770P/ ja weiß ich nicht (Lachen)

T/ (Lachen)

P/ ich hab Sie ja gefragt was wollen Sie mich denn noch fragen

T/ ah ja

P/ und da sagten Sie ja ähnlich so wie

775T/ mhmh

P/ als Abschluss um das ganze abzurunden und äh

T/ mhmh hatten Sie jetzt eine Vorstellung oder hatten Sie was anderes erwartet

P/ nein ich hab mir jetzt überhaupt gar keine Vorstellung gemacht ich hab, ja ich hab  
mich jetzt drauf eingelassen was Sie mich fragen

780T/ okay äh ist denn jetzt so aus diesem wenn Sie mal zurück blicken auch  
insbesondere auf die Gruppe ist Ihnen da noch etwas ganz wichtig?

P/ ich bin froh dass ich das gemacht habe dass ich die Erfahrung gemacht habe, in der Gruppe

T/ mhmh

785P/ ja

T/ und Sie konnten die auch nutzen

P/ natürlich hab ich das

T/ mhmh

P/ ja

790T/ mhmh

P/ ich hab Ihnen ja meine Schwierigkeiten geschildert

T/ ja

P/ aber dennoch, äh hat mir das

T/ mhmh

795P/ also schon einiges gebracht.

T/ mhmh also dass Sie sich letztendlich dann doch geöffnet haben auch mit mehr oder weniger mit Ihren Themen

P/ ich weiß nicht wie das wie es angekommen ist weil, in der Gruppe

T/ mhmh

800P/ wie weit man hat mir manchmal gesagt 'ach Du machst auch nicht richtig mit Du machst auch nicht äh Du öffnest Dich nicht' und das Gefühl hatte ich für mich nicht aber es kam eben wohl anders rüber

T/ mhmh, gut

P/ ja

805T/ dann halten wir mal an dieser Stelle an

(Ausschalten des Kassettenrekorders)

(+:00:40:56)

Transkript vom 25. 7. 2007, Patient: Herr J

P/ dann bin ich noch mal oben, hoch gegangen aber da war niemand da, habe ich  
5gedacht 'Mensch vielleicht siehst du noch mal jemanden?' also nicht von den  
Patienten sondern

T/ von den

P/ //

T/ war keiner da

10P/ war keiner da

T/ so ich darf Ihnen das ein bisschen unter die Nase halten?

P/ ja

T/ ja?

P/ Sie sagen mir einfach ob es

15T/ (Lachen)

P/ ob es aufnimmt oder +nicht

T/ es nimmt auf+

P/ wie laut oder

T/ jetzt nimmt es auf

20P/ wie leise

T/ huah dann noch mal herzlichen Dank, dass Sie gekommen sind

P/ ja habe ich gerne gemacht

T/ schön, ja ähm Sie äh Sie sind ein bisschen später in die Gruppe eingestiegen ne?  
da lief die schon?

25P/ äh

T/ ein Jahr?

P/ äh +ja

T/ habe+ ich das richtig in Erinnerung?

P/ äh Sie sprechen jetzt von der?

30T/ von der äh

P/ nicht von der +Tagesklinik?

T/ ne+ ne nicht von der Tagesklinik sondern von der Gruppe

P/ fünfzig plus oder was?

T/ fünfzig plus

35P/ ja

T/ mit

P/ ja

T/ Frau

P/ ja da bin ich

40T/ Bergstein

P/ später ja

T/ und Herrn Stratkötter

P/ ich hatte ihr vorher schon gesagt dass ich, äh zu dem Beginn nicht da sein könnte weil wir dann glaube ich vier Wochen in Urlaub waren oder was

45T/ ja

P/ deshalb bin ich da später rein gerutscht, ja

T/ ja

P/ und auch natürlich nicht so lange aufgrund dieser Tatsache dass ich dann später rein kam, äh ich weiß gar nicht ich weiß schon gar nicht mehr wie lange die

50überhaupt, noch wie lange die noch ging oder wann ich das letzte mal da war keine Ahnung

T/ ja mhmh äh würden Sie so ein bisschen berichten? ähm, was so die ursprünglichen Beschwerden waren

P/ äh

55T/ weshalb Sie da auch an dieser Gruppe teilgenommen haben?

P/ ja bedingt war äh das natürlich äh aufgrund des Aufenthaltes, in der Tagesklinik wo ich

T/ ja?

P/ taggenau drei Monate war

60T/ ja?

P/ von November, Dezember bis Ende Januar

T/ mh

P/ und dann bin ich aber äh auf eigenes Bestreben, äh sage ich mal habe ich da ein bisschen darauf hingearbeitet dass ich dann meinte auch gehen zu können und

65T/ ja

P/ zu können!

T/ mhmh

P/ weil ich mich A sowieso, in den drei Monaten ganz gut fühlte



T/ mhmh

70P/ und äh speziell auf diese Gruppentherapie und dann kämen wir praktisch schon hier zu diesem Kreis

T/ ja

P/ warum ich das dann noch mal aufgenommen habe weil ich glaubte es könnte mir nicht schaden

75T/ mhmh

P/ äh fand aber, im Kern, die Gruppe oder die Gruppen die ich mit Frau Doktor Bergstein während des Tageskliniks-

T/ mh

P/ Aufenthaltes gemacht habe irgendwo, ja lebhafter

80T/ mhmh

P/ äh interessanter

T/ ja

P/ weil, für mein Dafürhalten so war hatte ich die Meinung äh da Jung und Alt, und und bei diesen Gruppen mit Frau Doktor Bergstein war ich war ich der Älteste

85T/ ja

P/ war also so fast so, ich sage mal Vater

T/ mhmh

P/ Figur in Anführungsstrichen

T/ mhmh

90P/ äh und das war für mich also schon sehr interessant äh auf der aufgrund der ganzen Thematik die auch von den Jugendlichen oder

T/ mh

P/ jüngeren Leuten kam weil ich jetzt wieder Söhne habe die zum Teil so alt waren wie zum Teil

95T/ ja

P/ diese Mitpatienten, also ich ich fand das gut und und äh hatte eigentlich auch keinerlei Probleme mich da irgendwo äh, zu öffnen oder oder

T/ mhmh

P/ irgendwas im Vergleich zu halten

100T/ mhmh

P/ was mich teilweise auch emotional ziemlich stark mitgenommen hat diese ganze Geschichte hat mich emotional glaube ich sehr mitgenommen

T/ mhmh

P/ äh spürbar vor allen Dingen beim Abschied da habe ich gedacht das das 'an dem  
105Tag gehe ich gar nicht dort hin' weil mir das so schwer fiel äh äh, und auch von dem  
von von der Emotion dann

T/ ja

P/ ich dachte 'Mensch da heulst Du Ross- Rotz und Wasser' wie man so schön sagt

T/ mh mhmh

110P/ und ja gut ich habe mich da durch gekämpft aber war auch genauso äh bis man  
so

T/ /

P/ den ersten Druck weg hatte, wie befürchtet ne

T/ mh

115P/ auf jeden Fall äh, dann auf mein Bestreben habe ich dann die konnte ich dann die  
Gruppe verlassen obwohl Herr Doktor Tress Professor Doktor Tress mh na ich sage  
mal ein bisschen dagegen gehalten hat

T/ mhmh

P/ ich aber trotzdem der Meinung war dass es richtig für mich wäre

120T/ mh

P/ so, dann bin ich in Urlaub gefahren, direkt im Anschluss äh, Wintersport zwei  
Wochen, dann wiederum drei Wochen später, noch mal vier Wochen nach Portugal

T/ mh

P/ was wir seit zehn Jahren immer machen

125T/ mhmh

P/ ja und dann bin ich so ins in den normalen Lebensablauf wieder, hineingekommen

T/ ja

P/ fühlte mich, eigentlich auch sehr gut, habe dann zwischendurch mal, so  
schubweise, äh ja wieder so, ein bisschen Panikattacke

130T/ mhmh

P/ Angstgefühl

T/ mhmh

P/ Gefühl gehabt äh, und insgesamt in den letzten ich glaube es ist jetzt? müssten  
jetzt gut eineinhalb Jahre her sein?

135T/ ja

P/ ich weiß gar nicht wann war ich da? bis Januar vergangenen Jahres ne?

T/ bis ja war es?

P/ sechs

T/ die Gruppe lief bis

140P/ also die normale Tagesklinik oder so? oder äh ist die schon älter gewesen?

T/ müsste die Gruppe lief jetzt bis äh Dezember letzten Jahres

P/ ja das das war die Gruppe hier

T/ ja

P/ die +fünzig

145T/ ja+

P/ plus

T/ genau

P/ ja ja und und äh die letzte Zeit oder oder können wir einen so großen Sprung nicht machen?

150T/ ja doch

P/ +oder oder?

T/ erzählen Sie ruhig+

P/ das ergibt sich ne?

T/ ja erzählen Sie ruhig

155P/ äh dann ging es mir also nach der Tagesklinik auch gut und

T/ mhmh

P/ dann habe ich das irgendwann mal, aufgenommen ich weiß nicht wie es entstanden ist, ob Frau Doktor Bergstein mich angesprochen hat 'wir machen' und dann

160T/ mhmh

P/ kam ich dann dazu und äh, wie gesagt dann waren das alles Leute

T/ ja

P/ in meinem Alter

T/ mhmh

165P/ oder eventuell auch einen Tick älter, und äh, für mein Dafürhalten sprach man nur zu wenig

T/ ja

P/ bis bis, bis da mal was kam äh

T/ ja

170P/ und dann waren da innerhalb der der Gruppe auch noch äh hauptsächlich zwischen zwei Frauen oder, oder zwei Gruppen von Frauen da waren ja vier oder fünf äh waren da auch noch so ein bisschen, würde ich so heute sagen so Animositäten

T/ mhmh

175P/ da da merkte man, knisterte da

T/ mhmh

P/ die eine wollte nicht verstehen und die andere wollte auch nicht +verstehen

T/ mh+

P/ dass sie vielleicht ein bisschen

180T/ ja

P/ was umdrehen wollte von der Thematik her oder oder oder von der Vorgehensweise oder das gar nicht so war wie die andere gesagt hatte und das fand ich dann irgendwann äh fand ich das so, überspitzt

T/ ja

185P/ äh dass es mich fast langweilte

T/ mh

P/ oder nicht fast das hat mich dann schon, gelangweilt

T/ ja

P/ ich habe gedacht 'mein Gott das kann doch wohl nicht wahr sein'

190T/ mhmh

P/ schon wieder das gleiche Thema

T/ mhmh

P/ und schon wieder die gleichen! Argumente

T/ mh

195P/ von beiden Seiten

T/ mhmh

P/ und so

T/ mh

P/ also ich will nur sagen die Gruppe äh vorher fand ich viel belebender auch für

200+mich

T/ ja+ okay

P/ als äh dann diese fünfzig plus

T/ mhmh

P/ aber ich bin trotzdem äh äh weiter auch hingegangen das war aber erst so zum  
205Schluss als ich das dann so bemerkte, äh weil ich es grundsätzlich nicht schlecht für  
mich fand

T/ mhmh

P/ es kommen überall äh äh Dinge auf

T/ mh

210P/ wo man denkt 'ah ha, die machen das so oder oder sind da so mit umgegangen et  
cetera'

T/ mhmh

P/ so und deshalb bin ich da weiter +hingegangen

T/ ja+ okay, ähm von Ihren Beschwerden her?

215P/ mh

T/ hatten Sie schon ein bisschen angedeutet

P/ mh

T/ es ging hauptsächlich um Panikattacken Ängste

P/ ja ich +Ängste Panikattacken

220T/ oder was war das Ängste+ okay

P/ und ich sage mal im Prinzip auch ein negatives Denken

T/ mhmh

P/ das negative Denken ist

T/ mhmh

225P/ ist stärker geworden würde ich würde ich heute sagen

T/ mhmh

P/ so! negativ wie ich zum Teil heute

T/ mh

P/ die Sachen, sehe

230T/ mhmh

P/ äh habe ich sie auch in der in der Tagesklinikzeit noch nicht gesehen

T/ mhmh

P/ äh und dort bin ich ja eben hingegangen weil es es gab vorher äh viele! Dinge die  
dort natürlich auch noch aufgearbeitet wurden äh, aber der der der der Ausbruch

235oder oder oder, der Vorschlag von Herrn Professor Tress zu kommen und das auch  
anzunehmen

T/ ja

P/ war letztendlich so dass ich vorher schon äh, zwei Jahre oder was zu dem,  
Professor Odd gegangen bin

240T/ mhmh

P/ den kannte ich, privat

T/ mhmh

P/ durch das Tennisspielen

T/ mhmh

245P/ und äh habe ihn irgendwann mal gefragt 'hör mal äh können wir uns mal  
unterhalten und so?' und dann hat er gesagt 'ja komm doch mal ne, komm doch mal  
in die Klinik

T/ mh

P/ und dann unterhalten wir uns' und dann hat sich das angebahnt

250T/ mh

P/ und dann bin ich irgendwann dadurch auch, zu dem Professor Tress in die  
+Landesklinik

T/ ah ja+

P/ gekommen

255T/ mhmh mhmh

P/ äh und Ursache dieser ganzen Geschichten sind sicher welche auch die weit  
zurück liegen

T/ ja

P/ also mutterbedingt

260T/ mhmh

P/ ziemlich, energische Frau

T/ mhmh

P/ äh, die auch schon sehr viel Arbeit hatte und immer für mich gesorgt hat et cetera  
aber mich dann auch geklammert hat irgendwo

265T/ ja

P/ äh das ging so weit dass dass äh sie vor allen Dingen irgendwann nach nicht so  
langer Zeit der Ehe äh dann auch gegen meine Frau ständig wettete

T/ mhmh

P/ alles war falsch und und auf jeden Fall ich hatte dann dann zogen wir aus und ich

270ich hatte dann gebaut, ungefähr eineinhalb Kilometer entfernt von meinem  
Elternhaus

T/ mhmh

P/ und, das war ein Mietshaus und, dann war immer irgendetwas los und man hat mir und sie hat mir immer Vorwürfe gemacht und wo ich sowieso schon alles

275T/ mhmh

P/ gemacht habe

T/ mhmh mhmh

P/ aber ja und so und dies und dieser dieser ständige Druck (gepresste Stimme) von ihr

280T/ mhmh

P/ war ging nachher soweit wenn das Ge- das Telefon klingelte habe ich gesagt 'da gehe ich nicht mehr dran das ist meine Mutter'

T/ ah ja

P/ äh und das übertrug sich auch irgendwann auf meine Frau sogar so ein bisschen

285und

T/ ja

P/ also es war kein schönes Verhältnis mehr

T/ also es setzte sich ins äh?

P/ ins private Leben

290T/ in das +private Leben

P/ ins Privatleben+ fort

T/ mh

P/ und obwohl wir jetzt nun schon dann eigentlich äh so wenig Kontakt

T/ ja

295P/ hatten und auch absichtlich gebrochen

T/ +ja

P/ haben+

T/ ja

P/ äh äh ist es eben nicht zu vermeiden, und und ganz wollte ich es natürlich auch

300nicht vermeiden

T/ ja

P/ aber es belastete mich unglaublich

T/ ja

P/ wenn ich da rüber fahren musste ne

305T/ ja

P/ dann irgendwelche Hintergeschichten waren dann konnte ich ///

T/ ja +weil Sie mit Ihrer Mutter noch Kontakt hatten?

P/ //+ ja ja! und dann ich wusste es kommt irgendwie ich bin dann +auch

T/ ja+

310P/ aufgedreht

T/ ja

P/ dann kommt es ruck zuck schon wieder zu einem Wortgefecht und dann et cetera

PP

T/ ja

315P/ also

T/ mhmh

P/ und äh noch mal wieder jetzt zurück es war so dass meine Firma in der ich neununddreißig Jahre war, äh dann letztendlich in Insolvenz ging

T/ ja

320P/ was mich aber äh nicht so sehr, getroffen hat

T/ mhmh

P/ zumindest, glaubte ich das aber ich +meine

T/ ja+

P/ es auch zu wissen

325T/ ja

P/ weil der Firma ich, nicht eine Sekunde eine Träne nachgeweint habe

T/ mhmh

P/ trotz dieser langen Zeit

T/ mhmh

330P/ weil ich re- realistischerweise sah äh dass wir auf dem Markt, nicht mehr zurecht kommen würden

T/ mhmh

P/ mit äh aufgrund vieler Dinge äh aufgrund unserer Preise die wir nicht bekommen haben aufgrund des Umgangs! mit den Firmen

335T/ mhmh

P/ unsere Leute waren, verwöhnt die gingen nicht mehr raus und die wollten nur noch am am Heimatort also hier irgendwo arbeiten und nicht mehr weg fahren und das Geschäft war dermaßen schwierig

T/ ja



340P/ und war beeinflusst von äh von außenstehenden Firmen aus dem Ostblock, die den Preis unglaublich drückten

T/ mhmh

P/ und irgendwann kam es dann soweit äh nachdem wir längere drei Jahre keine Preiserhöhung mehr bekamen aber ständig Lohnerhöhung hatten, dass ich dann  
345versucht hatte bei den Leuten Einsparungen zu machen was, fast nicht gefruchtet hat oder

T/ mhmh

P/ sehr wenig und die liefen dann wieder zum Arbeitsgericht, dann wurde es wieder noch mehr

350T/ okay was waren Sie da? /

P/ ich war Geschäftsführer

T/ Geschäftsführer mhmh

P/ zuletzt

T/ ja

355P/ kapitalbeteiligt sogar

T/ mhmh

P/ äh und dann bin ich zu der zu dem Hauptauftraggeber gegangen und habe gesagt 'hören Sie mal, wenn die Preise jetzt nicht erhöht würden dann würde ich aufhören'

T/ mhmh

360P/ dann haben wir eine Ausschreibung gemacht

T/ mh

P/ da waren wir eine von fünfzehn sechzehn

T/ mh

P/ anbietenden Firmen wir waren unter den letzten drei und man hat uns dann  
365empfangen und hat gesagt 'also wenn Sie nicht mindestens noch zwanzig Prozent von den Preisen runter gehen, dann können Sie den Auftrag leider nicht bekommen'

T/ mhmh

P/ dann haben wir gesagt 'es ist gut, dann ist der Fall eben erledigt

T/ mhmh

370P/ dann hören wir auf

T/ mhmh

P/ dann gehen wir in Insolvenz'

T/ mhmh

P/ äh keine kranke Geschichte also wir waren, liquide

375T/ oh okay

P/ äh aber wir brauchten die Arbeit

T/ ja

P/ so ohne die Arbeit äh äh wäre das Geld natürlich und wir hatten fünfunddreißig Leute

380T/ mhmh

P/ dann wäre die Firma auch so den Bach runter gegangen so

T/ mhmh

P/ und das alles! zusammen äh hat mich dann veranlasst doch

T/ mhmh

385P/ irgendwo hierhin zu gehen

T/ mhmh

P/ weil dann ich doch mir sehr viel Gedanken gemacht habe im Vorfeld auch schon, was ja nicht ausbleibt, äh auch finanzieller Art Gedanken

T/ mh

390P/ mein Gott was wäre wenn?

T/ mh

P/ obwohl ich da eigentlich

T/ mh

P/ die wenigsten Sorgen

395T/ mh

P/ haben musste

T/ mh

P/ ich stelle das einfach so mal dahin

T/ mhmh

400P/ äh aber trotzdem ich mir +die Gedanken gemacht habe

T/ aber was wird denn danach?+

P/ ja was wird danach?

T/ ja

P/ und und äh

405T/ mhmh

P/ es es brach

T/ mhmh

P/ eben wie gesagt dann dann aus ich habe, tausend Gedanken ich wachte morgens um fünf Uhr auf und hatte tausend Gedanken und kam nicht mehr raus

410T/ ja ja

P/ ich habe mich versucht zu entspannen und es ging nicht

T/ mh mh

P/ ich ich hatte Schweißausbrüche ich drehte mich rechts drehte mich links es funktionierte +nichts

415T/ ja+ wann war das?

P/ das weiß ich gar nicht +wenn ich jetzt zurückdenke

T/ wie lange ist das jetzt her?+

P/ zwei Jahre sind es hier von der von der Gruppe, dann war ich ja vier vier Jahre

T/ vier Jahre ist das jetzt her mhmh

420P/ die Anfänge liegen wahrscheinlich

T/ mh

P/ noch viel weiter zurück

T/ mhmh

P/ also als ich zu Herrn Doktor Odd gegangen bin

425T/ mh

P/ äh da bin ich bestimmt auch eineinhalb zwei Jahre hin gegangen

T/ mh

P/ aber ganz unsystematisch also nicht regelmäßig +jede Woche

T/ da haben Sie+ sich mehr so mal einen Rat geholt

430P/ genau ja so wie er Zeit hatte

T/ ja okay

P/ und das mal einklinken konnte ja dann hat er es gemacht

T/ mhmh

P/ und äh, ja und so bin ich dann eben hierhin gekommen

435T/ mh

P/ und, was jetzt ist und dann war ich einmal in Italien da hatte ich mal eine ganz schlimme Nacht, äh da hatte ich wieder diese, Panikattacke

T/ mhmh

P/ und ich mir ging es ganz ganz übel

440T/ mh

P/ und +ganz ganz schlecht

T/ im Urlaub war das?+ oder

P/ im Urlaub,

T/ ja

445P/ und und dann kommen eben solche Gedanken auf 'was mache ich denn wenn jetzt wenn jetzt etwas ist? wo bringen wo bringen die mich hin? wo komme ich hin?

T/ ja

P/ wie gut bin ich da aufgehoben? können die mir überhaupt helfen?

T/ +ja

450P/ wie+ komme ich dann wieder nach Hause?'

T/ ja

P/ und äh äh

T/ ja

P/ Tausende von Gedanken

455T/ das ist so ein Beispiel auch für dieses negative +Denken?

P/ ja+

T/ was Sie da +beschreiben

P/ ja beschrieben+

T/ beschrieben haben

460P/ die Symptomatik ist zum Beispiel eine eine Sache aus der näheren Vergangenheit

T/ mhmh

P/ äh ich hatte vor, ungefähr zwei Jahren einen Darmverschluss gehabt

T/ mhmh

P/ was ich vorher nicht wusste ich hatte wahnsinnige Krämpfe

465T/ mhmh mhmh

P/ ich bin zum Arzt der hat mich sofort ins Krankenhaus geschickt

T/ mhmh

P/ weil er es wohl erkannt hatte, oder vermutet hatte

T/ mhmh

470P/ die haben mich untersucht haben nichts gefunden

T/ mhmh

P/ haben mich dann also trotz Ultraschall trotz Röntgen trotz Blut trotz Abhören et cetera

T/ mhmh

475P/ haben mir ein Zäpfchen gegeben

T/ mhmh

P/ und haben gesagt 'gehen Sie damit nach Hause und, äh wenn das morgen früh nicht besser ist gehen Sie zu Ihrer Internistin'

T/ mhmh

480P/ das war aber nachts um zwölf!

T/ oh je

P/ so und drei Stunden später habe ich das nicht mehr ausgehalten zu Hause

T/ mhmh

P/ und habe zu meiner Frau gesagt 'komm fahr mich bitte sofort ins Krankenhaus ich

485werde wahnsinnig ich halte das nicht mehr aus'

T/ mhmh

P/ immer im dreißig Sekunden Rhythmus

T/ ja

P/ diese Wellen

490T/ ja

P/ diese Krämpfe und dann bin ich hin und dann haben sie mich wieder geröntgt und und und und dann haben sie wohl gemerkt dass hier oben, schon was saß so

T/ was saß ja mhmh okay

P/ und das hängt mir auch so ein bisschen nach

495T/ mhmh

P/ immer wenn mir übel ist

T/ mh

P/ schlecht ist dann denke ich schon

T/ mh

500P/ 'wer hat denn Bereitschaft? und, zu welchem Arzt gehst Du denn? ach der Arzt hat jetzt Urlaub dann müsstest Du ja dahin gehen und hoffentlich kommst Du nicht in dieses Krankenhaus und +Dir widerfährt wieder diese verfluchte schlechte Geschichte

T/ das ging nicht ///+ diese schlechte Geschichte ja

505P/ ich bin dann ganz kurz

T/ ja

P/ so eben! noch vor von der von der Operation weg gekommen

T/ ja

P/ ich hatte schon Nasen- Nasensonden

510T/ ja okay

P/ alles schon verkabelt

T/ mhmh

P/ und dann ist

T/ mhmh ja

515P/ und dann

T/ mh

P/ war ich auch nur zwei Tage im Krankenhaus

T/ mh mh

P/ alles erledigt

520T/ mh

P/ dann ging das wieder

T/ mh

P/ alles diese Dinge

T/ mh

525P/ auch da denke ich nun sehr, negativ

T/ okay

P/ und jetzt in der jüngsten Vergangenheit die letzten Monate wieder

T/ mh

P/ verstärkt

530T/ mhmh

P/ und äh, auch das hatte ich schon mal in ähnlicher Weise zu Hause

T/ mh

P/ und dann habe ich die Frau Doktor, Joksimovic

T/ / Joksimovic

535P/ / ja so war es angerufen am Telefon

T/ mh

P/ und das war am Wochenende

T/ mh

P/ ob ich, mal kurz zu ihr kommen könnte oder so um einfach

540T/ mh

P/ kopfmäßig klar zu kommen

T/ ja

P/ hatte sich aber dann nicht gemeldet hat sich aber dann, Tag Montag oder Dienstag

545T/ mhmh

P/ irgendwann wieder gemeldet

T/ mh

P/ da habe ich dann aber wieder nichts mehr mit anfangen können

T/ ja

550P/ weil ich die Telefonnummer sah und dachte 'die hat sich nicht gemeldet'

T/ mh

P/ keiner war auf dem Beantworter

T/ mh

P/ und dann habe ich gedacht 'ja gut' dann dann! war es aber mir auch wieder

555T/ dann ging es Ihnen +auch schon besser?

P/ ging es+ schon wieder besser

T/ okay

P/ und das gleiche habe ich vor

T/ mhmh

560P/ vor ein paar Wochen jetzt, vor vor ne vor eineinhalb Wochen war das

T/ ja

P/ da habe ich versucht die Frau Doktor Bergstein anzurufen

T/ mhmh

P/ am nächsten Morgen

565T/ ja

P/ war nicht so dramatisch wie wie da aber ich hatte

T/ ja

P/ aber ich wollte das nicht nicht

T/ ja

570P/ eskalieren! lassen

T/ mh

P/ und äh ja gut aber da lief der Beantworter und ich hatte

T/ mh

P/ vorher schon von irgendeiner Seite gehört dass sie nicht gesund ist

575T/ mhmh

P/ etwas mit dem Rücken hat

T/ mh

P/ oder mit der Bandscheibe

T/ mhmh

580P/ oder so was

T/ mh

P/ so und sie hat sich natürlicherweise dann auch nicht gemeldet

T/ mhmh

P/ und ich hatte, auch so habe ich gedacht äh äh ein sehr gutes Verhältnis

585T/ mhmh

P/ also sie hat ist sehr gut auf meine Dinge eingegangen

T/ mhmh

P/ und ich war der Überzeugung dass sie mir auch, sehr viel gegeben hat da

T/ mh mh

590P/ also gut

T/ ja

P/ aber das war es

T/ und ähm habe ich das jetzt richtig, verstanden oder? so als Hypothese dass die

Gruppe Ihnen da auch ein bisschen geholfen hat? so als, ich sage mal als sicheres

595P/ als Ventil

T/ Projekt im Hintergrund und so

P/ ja das das könnte schon sein

T/ ja

P/ es ist oft so dass wenn ich dann vom Arzt komme der sagt 'es ist nichts'

600T/ mhmh

P/ dann geht es mir besser (Ausatmen)

T/ dann sind Sie schon beruhigt

P/ (Lachen) da bin ich schon beruhigter

T/ ja

605P/ und augenblicklich habe ich sehr

T/ mh

P/ sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und



T/ mh

P/ wie sagt man so schön hier in Düsseldorf Kotzerich

610T/ mhmh

P/ und äh schlecht und und und auch wenn ich morgens aufwache wieder dann merke ich erst bin ich ganz ruhig, und wenn ich dann einen Moment wach bin

T/ mh

P/ dann fängt das Herz wieder mehr an zu schlagen

615T/ ja

P/ also zu bubbern, und dann

T/ mhmh

P/ fängt es mit den Gedanken an

T/ ja

620P/ und dann werde ich auch unruhiger, und am besten würde es immer sein wahrscheinlich ich würde sofort! aufstehen

T/ mhmh

P/ duschen und irgendetwas machen dann ist das wieder fertig

T/ ja

625P/ aber das mit der Übelkeit das habe ich schon schon wieder relativ lange

T/ das haben Sie länger

P/ und äh aufgrund der Tatsache war ich dann eben auch kurz, beim Arzt für fürs für Innere

T/ mhmh

630P/ und der hat mich dann äh zur Computertomographie geschickt und jetzt habe ich wohl Gallensteine

T/ mh

P/ ob davon diese diese ewige Übelkeit kommt

T/ +ah ja

635P/ kann ich nicht beurteilen+

T/ okay das muss jetzt abgeklärt +werden

P/ die normale+

T/ mhmh

P/ Internistin sagt immer 'psychosomatisch'

640T/ mhmh okay gut, also man muss ja immer organisch abklären +wenn

P/ ja+

T/ dann Beschwerden dazu kommen auch noch

P/ ich finde ganz doll bin ich damit noch nicht

T/ ja

645P/ ich habe auch schon Magenspiegelung

T/ ja

P/ da habe ich mir heute noch mal den Bericht geben lassen

T/ ja

P/ äh der ist, sechs der ist ein Jahr her erst

650T/ mh

P/ und eine Darmspiegelung habe ich vor drei Jahren

T/ mh

P/ die letzte gemacht

T/ mh

655P/ nach dem, nach dem Darmverschluss

T/ okay mhmh

P/ da war auch nichts

T/ ja

P/ aber

660T/ gut aber das ist immer mal bei neuen +Beschwerden

P/ ja da ist eine Reflux-Geschichte!+ diagnostiziert worden

T/ (versucht etwas zu sagen) ja

P/ so und dieses dieses leere Aufstoßen äh das habe ich eben auch wenn ich nervös bin

665T/ mh

P/ wenn ich unter Druck bin

T/ mh

P/ dann

T/ dann kommt das

670P/ das ist kein Sodbrennen das ist einfach nur von der Luft so dass ich

T/ mh können Sie sich denn noch erinnern wie das während der ähm, Gruppe war?

P/ ja

T/ mit den Ihren Beschwerden

P/ ich

675T/ während der Gruppenzeit? nicht jetzt während der Tagesklinik

P/ ja +während der Gruppenzeit

T/ sondern danach+ nach der Tagesklinik während der Gruppenzeit

P/ nö da ging es mir eigentlich in der ganzen Zeit ging es mir eigentlich relativ +gut

T/ ging es Ihnen gut+ mhmh

680P/ ja

T/ okay

P/ warum das jetzt wieder, anfängt

T/ ja

P/ kann ich eventuell auch begründen weil, ich suche mir ja selber Erklärungen

685T/ ja

P/ äh ich habe die letzten, zwei Monate ziemlich viel, im privaten Umfeld, also nicht nicht privat jetzt mit meiner Frau oder oder

T/ mhmh

P/ aber äh mit Handwerkern zu tun, wir renovieren ein Bad da das zieht sich jetzt

690schon sechs Wochen

T/ mhmh

P/ und müssen dann irgendwo äh unten im im im Keller schlafen

T/ mhmh

P/ also ein bisschen alles umstellen die / raus

695T/ mh

P/ wir können ausweichen alles in Ordnung

T/ mhmh

P/ aber

T/ mhmh

700P/ äh es ist auch Druck dann

T/ mhmh

P/ mit dem Bad hängt wieder das Schlafzimmer zusammen das muss gemacht werden jetzt der Teppichboden wieder jetzt habe ich in der Einliegerwohnung die Fenster machen müssen neue Vermietungen dann sind die Wohnungen leer ich will

705nur aufzeichnen es ist ziemlich viel was, und dann meine ich im Moment mir ich ich

ich

T/ also

P/ mir reicht es

T/ okay, Sie +haben relativ

710P/ mir reicht es absolut+

T/ viele Aufgaben?

P/ ja

T/ ist es so?

P/ ja ja

715T/ ja mit also sozusagen als Vermieter?

P/ ja als Vermieter

T/ ja mhmh ich verstehe mhmh

P/ ja und dann hat der Sohn eine Eigentumswohnung in Hannover gekauft da sind wir auch so unglücklich mit, mit dem Bad neuen sind wir unglücklich da mache ich

720mir auch ein bisschen Gedanken

T/ mhmh

P/ äh da ist Chaos weil, die Wohnung er hat die Wohnung vor vier Wochen bezogen und musste jetzt wieder äh

T/ mh

725P/ wohnt jetzt schon seit fünf Wochen im Hotel weil die feucht ist und ah (Stöhnen)

+also

T/ also+ der hat sich die ungünstige Wohnung ausgesucht? und da

P/ die ist

T/ machen Sie sich mit Gedanken?

730P/ die ist neu gebaut worden

T/ ja

P/ und ist eingezogen

T/ ja

P/ und äh hat jetzt das große Chaos da

735T/ ja ach so

P/ also

T/ ja

P/ alles Gedanken die so

T/ ja

740P/ mitspielen äh

T/ okay

P/ insgesamt in der in der Summe in der Masse

T/ ja

P/ denke ich ist es die Belastung die mich im Moment jetzt ein bisschen sehr

745T/ mhmh

P/ runter zieht

T/ mh gut das wäre auch so meine nächste Frage gewesen ob es irgendwelche kritischen Lebensereignisse im letzten Jahr in den letzten zwölf Monaten gegeben hat?

750P/ ja kritisch kritisch insofern unser äh jüngerer Sohn der ist ist ja immerhin schon vierunddreißig der

T/ mh

P/ und der andere ist neununddreißig

T/ ja

755P/ der jüngere hat jetzt geheiratet

T/ mh

P/ der hatte

T/ mh

P/ äh während der Studienzeit äh, eine Frau kennen gelernt und hat mit ihr ein Kind

760T/ mhmh

P/ unmittelbar so ungefähr dass er gerade mitten im Examen war

T/ mhmh

P/ aber gut das sind Dinge die sind lange vergessen das liegt vier Jahre zurück

T/ mhmh

765P/ aber jetzt hat er geheiratet

T/ ja

P/ und da waren natürlich auch wieder ein paar Gedanken

T/ mh

P/ auch wieder

770T/ mhmh

P/ ha weiß ich nicht

T/ ja?

P/ 'macht er es jetzt wirklich richtig?' oder oder

T/ mh

775P/ 'steht er jetzt voll dahinter?' oder die Eltern machen sich ja immer Gedanken  
meine Frau noch viel mehr als ich

T/ mhmh

P/ und belastet mich dann natürlich auch wieder

T/ mh

780P/ weil ich meine sie macht sich zu viele Gedanken

T/ mhmh

P/ auch sie ist nicht auch nicht gesund das habe ich Frau Doktor Bergstein schon  
mal äh äh gesagt

T/ ja

785P/ sie hat viel mit Migräne zu tun also

T/ mh

P/ mit schlimmster Art Migräne

T/ mh

P/ und äh na ja sie ist sowieso nicht die Gesundeste da mache ich mir auch immer

790Gedanken

T/ okay

P/ 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so? aber das sind schon Dinge die  
auch in die Gruppe jetzt hinein flossen und besprochen wurden

T/ ja okay, also dass Sie so jemand sind der sich eher so, auch viel viel Sorgen

795macht um die Dinge?

P/ ja

T/ mhmh

P/ ich ziehe mir das auch ein +bisschen an

T/ das arbeitet+ dann in Ihnen ja, ja okay ähm ich würde Sie gerne so zu diesem

800Bereich Lebensqualität fragen ähm wie leben Sie Ihr Leben? wie gestalten Sie Ihren

Alltag? gibt es so einen Tagesablauf?

P/ ja so richtig (Lachen) noch nicht

T/ ah ha (Lachen)

P/ die Frau Doktor Bergstein hat immer gesagt 'Sie müssen, was machen Sie denn

805jetzt wo Sie Rentner sind und so?'

T/ ja genau

P/ ja genau

T/ so was wollte ich auch fragen +(Lachen)

P/ ja gut+ ich will jetzt anfangen, äh was zu machen wo ich vorher keine Zeit hatte

810oder auch

T/ ja

P/ vielleicht Interesse aber keine Lust irgendwo

T/ ja

P/ trotzdem nicht aufgrund der Überbelastung im Beruf

815T/ mhmh

P/ und, mir war immer sehr wichtig der Sport

T/ mhmh

P/ weil ich weil ich da ein Ventil habe

T/ mhmh

820P/ äh in der / was ich gemacht habe ich denke mal vielleicht beim Waldlaufen nicht ganz so doll aber bei allen anderen Dingen äh da konnte ich raus da war ich weg

T/ mhmh

P/ da habe ich keinerlei Belastung gemerkt

T/ ja

825P/ da konnte der Druck

T/ ja

P/ so groß sein wie er wollte, das war weg für mich beim Sport und hinterher ging es mir dann auch immer gut so also Sport ist für mich

T/ mh

830P/ auch immer noch sehr wichtig

T/ ja was machen Sie denn da?

P/ ich spiele im Winter spiele ich Tennis

T/ ja

P/ übrigens der, Doktor Odd ist ja beim Tennis umgefallen

835T/ ja

P/ und bei dem Moment auch so eine Geschichte

T/ mhmh

P/ ich! war sein Partner

T/ auf dem Tennisfeld?

840P/ ja

T/ +oh je

P/ ja ja+ der ist hat gesagt 'mir ist nicht gut'

T/ ja ja

P/ und hat ganz fürchterlich schlecht gespielt

845T/ ja

P/ dann habe ich gesagt 'Mensch was ist denn los Jürgen?'

T/ mh

P/ 'ach mir ist nicht so gut'

T/ mhmh

850P/ ja und dann haben wir noch ein bisschen gespielt und dann hat er gesagt ja so in der in der Spielpause hat er gesagt 'ne ich ich gehe nach Hause'

T/ ja

P/ und dann ist er zu dem Eingang gegangen und ist umgefallen

T/ ja

855P/ und ich meine ich kannte sie auch

T/ mh

P/ aber nur schon mal durch ein Fest oder oder oder durch den Tennisclub und

T/ ja

P/ wir hatten dann letztendlich dann auch schon mal Kontakt äh äh

860T/ mhmh

P/ dann zum Kaffeetrinken oder so, aber das war alles fürchterlich ne auch auch so ein Ereignis wo +ich dann

T/ ja ein+ schweres Ereignis ja

P/ ah

865T/ so mitten aus dem Leben

P/ ja

T/ mhmh

P/ ja also Tennis und dann spiele ich

T/ mhmh

870P/ hauptsächlich Golf

T/ mhmh

P/ Tennis wie gesagt nur im Winter

T/ ja

P/ weil das ist zu aufwändig im Sommer, außerdem, habe ich seit zwei Wochen seit

875zwei Jahren äh Hautkrebs



T/ mhmh

P/ auch wieder eine Geschichte die mich drückt

T/ ja

P/ ich habe schon, ein paar Melanome gehabt

880T/ mhmh

P/ und äh die man dann immer rechtzeitig gesehen hat

T/ mh

P/ und geschnitten hat

T/ mh

885P/ aber es ich bin jeden alle drei Monate zum

T/ mh

P/ zur Routineuntersuchung, was mich +natürlich auch

T/ ja+

P/ beschäftigt

890T/ okay müssen sich gründlich

P/ äh

T/ untersuchen lassen

P/ ja früher ich habe sechzig Jahre keinen Arzt gekannt

T/ ja

895P/ und dann seit dem +prasselt es

T/ dauernd+

P/ nur so auf mich nieder

T/ mhmh

P/ und äh dann ist es eben so dann gekratzt eingeschickt dann

900T/ mhmh

P/ wird vielleicht noch mal dann

T/ mhmh

P/ dann kommt wieder ein Pflaster drauf und muss heilen

T/ mhmh

905P/ dann kann ich wieder nichts anderes machen

T/ mhmh

P/ dann kann ich zum Beispiel wieder häufig kein Tennis spielen je nachdem wo es ist, Golf spielen eben auch nicht

T/ mh

910P/ ja und dann gehe ich in den Garten

T/ mhmh

P/ ein bisschen

T/ mhmh

P/ dann habe ich früher immer gesagt 'dann, beginne ich jetzt mit mit äh meinem

915Englisch mal ein bisschen was äh zu tun'

T/ mh

P/ was ich auch vernachlässigt habe

T/ mhmh

P/ äh trotz vieler vieler Reisen

920T/ ja

P/ die wir eben auch gemacht haben

T/ ja

P/ und eigentlich nicht mehr so viel wie wir früher machten eigentlich sollte es umgekehrt sein

925T/ mh

P/ heute sollten wir mehr reisen als früher

T/ mhmh

P/ aber wir sind früher viel mehr gereist als heute

T/ mhmh

930P/ aber Reisen natürlich immer noch

T/ tun Sie immer noch?

P/ also so acht Wochen im Jahr oder sind da schon drin

T/ mhmh ja

P/ ja äh und ansonsten, Tennis, Computer bin ich immer noch nicht zu gekommen,

935meine Frau

T/ mh

P/ und ich haben gleichzeitig angefangen

T/ mhmh

P/ und ich

940T/ mhmh

P/ immer wenn ich da dran gehe dann ist da irgendein Defekt dran

T/ mh

P/ und dann sage ich

T/ mh

945P/ 'weißt Du was mit mir stimmt da irgend etwas nicht wenn ich da dran gehe'

(Lachen)

T/ mhmh

P/ das äh hat mit mir glaube ich was nein das ist unsinnig

T/ mhmh

950P/ aber das möchte ich! auch eben noch

T/ ja

P/ äh ein bisschen perfektionieren ich kann im Prinzip da gar nichts

T/ ja

P/ ich kann ins Internet gut aber das ist auch schon alles

955T/ mhmh

P/ ich kann, konnte anfangs mal ein bisschen Briefe schreiben

T/ mhmh

P/ hin und her und kreuz und quer aber das ist alles schon wieder verloren gegangen

T/ mh

960P/ wenn man da nicht ständig bei ist

T/ mhmh

P/ dann dann

T/ mhmh

P/ ist es weg

965T/ mhmh

P/ dann gehen wir tagsüber ein bisschen spazieren

T/ ja

P/ ich gehe mit meiner Frau schon mal einkaufen äh oder kaufe auch selbst ein und das ist es eigentlich schon

970T/ ja wie zufrieden sind Sie denn damit?

P/ tja wie zufrieden bin ich denn damit?

T/ mit Ihrer Lebensqualität?

P/ +eigentlich äh äh

T/ mit dem Alltag+ ist es okay?

975P/ das ist okay ich, ich habe auch äh im Grunde überhaupt keinen Grund zu klagen

T/ mhmh

P/ nur die Belastung zum Beispiel jetzt aus dieser, Mieterecke

T/ ja

P/ und und aus Hauseigentümerecke

980T/ ja

P/ das ist schon manchmal doch belastend

T/ mhmh

P/ wenn es so so äh so wie jetzt wieder so passiert dann, ich im Prinzip fast drei Wohnungen leer habe

985T/ mhmh

P/ und so war das vor anderthalb zwei Jahren auch schon einmal

T/ mhmh

P/ äh dass dann auf einmal dann nach und nach und dann habe ich gesagt 'so jetzt sind sie alle wieder' und dann bekam ich in meinem Zweifamilienhaus äh vier Tage

990später bekam ich auch die Kündigung

T/ mhmh

P/ weil die Frau ein Baby bekam

T/ mhmh

P/ und die Wohnung zu klein wurde das belastet mich schon

995T/ ach so und das ist das sind dann auch finanzielle +Probleme?

P/ nein+ es sind

T/ es ist mehr

P/ finanziell äh

T/ +die Aufgabe

1000P/ ist das kein+ ja ja

T/ verstehe

P/ sicherlich ist es auch

T/ mh

P/ der Gedanke an das Finanzielle

1005T/ mhmh

P/ aber wenn ich ehrlich, gegenüber mir selbst bin äh

T/ dann regelt sich das

P/ null

T/ ja

1010P/ null

T/ okay

P/ ich könnte die auch leer stehen lassen ich könnte auch

T/ ja

P/ zurecht kommen also äh das kann es nicht sein aber ist es ist es vielleicht

1015T/ mh

P/ doch ein bisschen

T/ mhmh

P/ dann wieder

T/ okay, ja ich würde ein bisschen noch mal auf den Bereich gerne gehen, von

1020Selbstaspekten

P/ mhmh

T/ ähm, ja ein bisschen haben haben Sie ja schon beschrieben aber, was was würden Sie sagen was sind Sie für ein Mensch? wie würden Sie sich selbst beschreiben? so von Ihren, +Eigenschaften her

1025P/ Charaktereigenschaften?+ man beschreibt sich selbst

T/ positive oder auch

P/ +nicht so gut

T/ nicht so gut+

P/ früher habe ich immer geglaubt ich bin ein sehr, einfacher Mensch, also einfach in

1030dem Fall dass man mit mir eigentlich, prima zurecht kommen kann

T/ mhmh

P/ oder auch kommt

T/ mhmh

P/ und ich kenne aus, eigentlich, bis auf ein zwei Auf- Ausnahmen in meine Leben,

1035äh wo ich wo ich mit irgend jemand nicht auskam

T/ mhmh

P/ und die eine Geschichte resultierte auch wieder aus aus einem Nachbarschaftsmietverhältnis heraus äh und äh weil die

T/ mh

1040P/ sehr viel Schwierigkeiten gemacht haben

T/ mh

P/ da habe ich irgendwann mal einen Hass darauf entwickelt aber ich habe sonst, eigentlich kein Problem, kommunikativ

T/ mhmh mhmh

1045P/ oder emotional irgendwo mit mit Leuten um zu gehen

T/ ja

P/ ich bin sicherlich immer, harmoniebedürftig

T/ ja

P/ auch innerhalb innerhalb der Familie sehr stark

1050T/ mhmh mhmh

P/ und wenn es da, ein bisschen nicht so ist

T/ mh

P/ dass sich die beiden Brüder auf einmal nicht mehr so so können wie früher

T/ mhmh

1055P/ und äh wenn da irgend etwas ist

T/ mhmh

P/ dann belastet das mich auch

T/ ah ja mhmh

P/ also irgendwo bin ich schon suche schon die heile Welt oder oder oder

1060T/ mhmh

P/ äh äh ne heile Welt, in dem Fall aber aber nicht die Konfrontation

T/ mhmh okay

P/ dann versuche ich eher Kompromisse zu machen und versuche, und versuche nach Wegen wie man das denn wieder hinkriegen könnte

1065T/ mh

P/ auch zum Beispiel für unsere Kinder

T/ mhmh

P/ also dass ich sage 'hör mal Junge komm wir müssen mal reden da da stimmt etwas jetzt nicht ne'

1070T/ mhmh

P/ und mir wurden da so einige Dinge zugetragen auch von von seiner Frau und so und da habe ich gesagt 'das können wir nicht machen nicht seine Frau seine Lebensgefährtin im Moment'

T/ mhmh

1075P/ äh ja gut dann habe ich mit ihm gesprochen und dann war das eigentlich auch für mich wieder erledigt ne

T/ mhmh gut

P/ aber jetzt sind wir zum Beispiel am Wochenende in Hannover gewesen

T/ mhmh

1080P/ in seiner Wohnung wo ich sagte 'aber der arme Kerl der kann ja nun selber nichts dazu da sieht es aus wie fürchterlich'

T/ mh

P/ ich kann Ihnen gar nicht sagen umgezogen Pappkartons immer noch Riesenkartons überall in der Wohnung, die Betten mussten wieder abgeschoben

1085werden weil da eben alles nass war die Duschtasse ist wieder raus genommen worden

T/ mhmh

P/ weil sie weil da Undichtigkeiten waren Bohrlöcher im Parkett damit sie gucken wo die Nässigkeit Nasse äh die Nässe ist, das ist schon wieder was was ich so wo ich

1090denke 'das kann nicht wahr sein'

T/ mhmh

P/ das belastet mich

T/ +da müsste sich eigentlich

P/ und da kann ich auch nicht mit Harmonie

1095T/ Ihr Sohn natürlich Sorgen drum machen (beide Lachen)

P/ genau genau das+

T/ Sie leiden dann mit

P/ aber ich leide dann genau das ist auch ein Punkt

T/ okay

1100P/ das man mir auch in der Gruppe jetzt fünfzig plus schon mal gesagt hat

T/ ja

P/ äh äh, wieso regst Du Dich eigentlich auf? wieso machst Du Dir Gedanken dass die da zu zweit einziehen und die Bude nur nur äh äh siebzig Quadratmeter ist? aber mit mit großer Terrasse

1105T/ okay mhmh

P/ das ist doch nicht Deine Sache, haben sie recht aber es geht nicht

T/ mhmh

P/ vielleicht, weil ich auch sehr viel finanziell, äh Sorge dafür getragen habe dass dass sie auch finanziell ein bisschen schon abgesichert sind

1110T/ mhmh

P/ und ob man dann da was in den Sand setzt oder oder ich ich weiß es nicht

T/ mhmh

P/ aber eigentlich Sie haben recht er ist erwachsen, sie sind beide erwachsen

T/ ja mh

1115P/ trotzdem, ziehe ich mir es an

T/ mhmh dass Sie

P/ versuche es weg zu drücken, mir gelingt es auch einigermaßen aber nach, nachdem man gerade wieder da war

T/ mhmh

1120P/ und und ich habe da so einiges mit bekommen da ist der Druck dann schon wieder höher ne

T/ mh das stimmt

P/ der sich allerdings auch wieder verflüchtigt ne meine Frau nimmt das noch viel

T/ ah sie ist auch

1125P/ verinnerlicht das noch viel mehr viel viel mehr

T/ ah ja

P/ die ist noch viel sensibler als ich

T/ oh mhmh

P/ und äh ja und sagt dann 'hör mal was hältst Du denn davon? hast Du das

1130gesehen? das ist ja fürchterlich' und so

T/ mhmh mhmh ja das hätte ich Sie jetzt auch gefragt noch äh bezogen so auf den Lebenspartner ja wie ist denn Ihre Frau?

P/ ja wie ist meine Frau? äh wir sind seit wir kennen uns seit über, vierzig Jahren zweiundvierzig Jahre wir sind dieses Jahr vierzig Jahre verheiratet

1135T/ mhmh

P/ und ich habe immer, wie wie heißt das so lapidar äh eine ich würde fast sagen perfekte Ehe geführt also perfekt hört sich gelackt an

T/ mhmh

P/ eine schöne Ehe geführt

1140T/ mhmh

P/ äh sehr äh gefühlsbetont und und auch äh ich sag mal jeder vom anderen, äh äh äh lernt und sieht und hört

T/ mhmh

P/ und bekommt mit und reagiert und agiert und, äh jeder freut sich mit dem anderen

1145T/ ja

P/ oder meine Frau freut sich riesig wenn sie mir eine Kleinigkeit mitbringt sie freut sich mehr als ich



T/ mhmh

P/ aber ich freue mich eben auch wenn ich irgend jemanden was schenke freue ich  
1150mich fast mehr, das ist auch was was mir verloren gegangen ist

T/ mhmh

P/ ich freue mich also mehr wenn ich Geschenke machen kann als wenn ich welche  
bekomme

T/ ja

1155P/ ich kann mich nicht mehr richtig freuen vielleicht weil ich alles habe, mag ja sein

T/ mhmh

P/ aber diese diese Herzlichkeit und diese Spontaneität

T/ ja

P/ die die hatte ich noch nie, ich sowieso nicht aber die hatte meine Frau aber die  
1160geht auch was verloren

T/ ah ja mh mh

P/ ist das altersbedingt? ich weiß es nicht.

T/ mhmh was sind denn so Ihre besonderen Fähigkeiten? was können Sie

P/ Fähigkeiten

1165T/ denn besonders gut? mhmh haben Sie ja schon ein bisschen gesagt so im  
kommunikativen Bereich aber

P/ joa

T/ was andere Fähigkeiten noch

P/ meinen Sie jetzt äh äh äh sagen wir mal ja grundsätzlich auf alle Lebenslagen  
1170bezogen?

T/ ja

P/ ja ich bin immer mit dem Eigenlob so schlecht oder

T/ ja jetzt dürfen Sie das (beide lachen)

P/ ja ich bin eigentlich so so wie ich eben auf Ausgleich äh eigentlich bedacht bin, äh  
1175pflege ich den eigentlich auch

T/ ja mhmh

P/ und äh, was soll ich sagen? (+p:00:00:08) also ich ich ich stelle keine besonderen  
Ansprüche ich bin bin zufrieden mit meinem Leben

T/ mh

1180P/ bin auch zufrieden mit meiner, meiner Umwelt und mit meinem Tagesablauf an  
und für sich

T/ mhmh, das ist so was selbstgenügsames

P/ ja ja das ja

T/ okay

1185P/ ich musste früher

T/ ja

P/ zwar sehr viel arbeiten für das was ich mir dann geschaffen habe, aber das habe ich auch gerne getan die Arbeit hat mich eigentlich nicht belastet, weil ich auch äh in der Firma

1190T/ mhmh

P/ eigentlich das Sagen hatte mein Chef der war zwar trug den Namen der Firma

T/ ja

P/ aber hat im Prinzip nichts mehr gemacht

T/ ja

1195P/ ich habe die Firma bestimmt zwanzig Jahre lang alleine geführt

T/ mhmh

P/ deshalb hat er sie mir wohl auch zum Teil testamentarisch dann auch vermacht

T/ ah ja

P/ sonst wäre ich wahrscheinlich, auch da aufgrund der Verwandtschaftsverhältnisse

1200dann rausgeflogen aber das ging nicht weil das vertraglich, nicht mehr möglich war

T/ okay

P/ also da liegen sicherlich Qualitäten

T/ mhmh

P/ im kaufmännischen Bereich

1205T/ mhmh

P/ sicherlich sehr stark

T/ mhmh

P/ äh ich bin eigentlich immer sehr gut, äh auch mit dem entsprechenden Wissen und und

1210T/ mhmh

P/ und einer gewissen, Skepsis an Dinge rangegangen die Geld betrafen

T/ mhmh

P/ und hatte eigentlich immer, ja natürlich auch Glück dabei

T/ mhmh

1215P/ und Glück und Geschick wie das immer so ist und damit auch sehr viel auch sehr viel Erfolg

T/ sehr viel Erfolg

P/ eigentlich ja

T/ mhmh

1220P/ und deshalb muss ich auch mit meinem Leben zufrieden sein

T/ mhmh

P/ was ich im Moment eben nicht bin weil zu viel Unruhe ist und ich gar nicht mehr dazu komme, zu relaxen auszuruhen dann ist schon wieder was Neues dann geht schon wieder das Telefon und schon ein neues Problem und

1225T/ mhmh

P/ im Moment kann ich nicht mehr, bin ich richtig ein bisschen down

T/ ja

P/ aber das sind so die die größten Qualitäten und dass ich auch körperlich bisher immer sehr sehr fit war

1230T/ ja

P/ altersbedingt

T/ ja

P/ äh konditionell

T/ ja

1235P/ und ja und wenn ich was sportlich gemacht habe, eigentlich auch äh mittelprächtigt erfolgreich

T/ mhmh

P/ also altersbedingt jetzt sowieso

T/ mhmh

1240P/ ich spiele ganz gut Golf ich spiele auch ganz gut Tennis

T/ mh

P/ äh macht mir natürlich auch Freude und ist für mich eine innere Genugtuung, dass es so ist

T/ mhmh mhmh

1245P/ und dann kommt vielleicht auch schon ein bisschen wieder der Hintergedanke

'Mensch jetzt tut es hier weh jetzt hast Du was an der Schulter der Rücken

T/ mh

P/ und hier wirst Du geschnitten, bald geht das nicht mehr so'

T/ okay das ist auch so eine Frage die ich hier stehen habe zum Körperbild

1250P/ ja?

T/ so und älter werden

P/ ja da habe ich

T/ wie geht's Ihnen damit?

P/ ja da habe ich

1255T/ welches Verhältnis haben Sie denn zu Ihrem Körper?

P/ zu meinem Körper (Lachen) ein ganz normal vernünftiges aber

T/ mh

P/ ich weiß nicht, alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst

1260T/ mh

P/ wie kommst Du alleine noch klar

T/ mhmh

P/ ich habe meine Mutter im Altenheim gesehen

T/ mhmh

1265P/ zwei drei Jahre wo ich jeden Tag manchmal drei mal hin musste oder gegangen bin, äh da muss ich wiederum sagen, mein Kernsatz ist so also hier aus meinem Haus tragt Ihr mich nur heraus wenn es wirklich nicht mehr geht

T/ ah ja

P/ freiwillig in ein Altenheim gehe ich nicht.

1270T/ mhmh

P/ nur

T/ das macht Ihnen Angst oder

P/ nur ja das macht mir schon das macht mir schon Angst

T/ mhmh

1275P/ da würde ich äh äh weil ich da mit der Pflege und der der ganzen äh äh Geschichte

T/ mh

P/ überhaupt nicht, das fand ich überhaupt nicht gut

T/ mhmh

1280P/ das war für mich schon schon schlimm

T/ mhmh

P/ schon schlimm

T/ mhmh

P/ so mit dem Gedanken 'da landest Du mal' äh da komm ich weiß Gott nicht klar

1285T/ und wie gehen Sie mit solch einer möglichen Perspektive um?

P/ äh (Stöhnen) im Moment noch mit Verdrängung (Lachen)

T/ okay mhmh

P/ ja

T/ mhmh

1290P/ ich weiß nicht was sonst aber wir haben Freunde die haben sich schon, ich weiß nicht vor sechs sieben acht Jahren im Altenheim um einen Platz

T/ ja

P/ äh äh gekümmert und geguckt und was aber das ist auch im Sand verlaufen wahrscheinlich

1295T/ ja ja

P/ weil ich da Jahre schon nichts mehr von gehört habe nur das das

T/ ist weg weit weg

P/ das ist noch weit weg

T/ das ist noch weit weg okay mhmh

1300P/ ich hoffe es auch

T/ mhmh

P/ das weiß man ja nie also Krankheit ist was was ich

T/ ja ja weil Sie so mit Krankheit ja doch beschäftigt sind

P/ mh mh ja das wäre gut wenn ich das verdrängen könnte gestern Abend auf einmal

1305ging's mir ich nehme übrigens auch zurzeit jetzt wieder diese diese Refluxgeschichte da nehme ich ein Medikament dagegen

T/ ja

P/ und äh nur bei Bedarf

T/ mhmh

1310P/ und äh da nehme ich, Psycho, eine Tablette

T/ mhmh

P/ eine Insidon

T/ Insidon ja

P/ fünf fünfzig Milligramm

1315T/ mhmh okay

P/ klein ich weiß noch

T/ mhmh

P/ als ich zu Professor Tress kam und der mir dann zum ersten Mal was verschrieben hat

1320T/ mhmh

P/ wollte ich sowieso auch nicht nehmen weil ich, sechzig Jahre nie krank gewesen sechzig Jahre nie Tabletten genommen so

T/ mhmh

P/ und für mich ist eine Tablette immer was äh wo ich vielleicht meinem Körper mehr

1325schade als gut tue

T/ mhmh

P/ so das ist so

T/ ja

P/ meine Vision dabei

1330T/ ja ja

P/ und deshalb dosiere ich häufig gerne weniger als ich vielleicht sollte nehmen

T/ mhmh

P/ schneller aufhöre als, ich vielleicht sollte

T/ mhmh

1335P/ also so nur nur nur um das so auf zu zeichnen

T/ mhmh

P/ und dann hat er mir gesagt also Insidon kannst Du vergessen kannst Du also morgens zwei nehmen mittags zwei nehmen und abends zwei nehmen

T/ mhmh

1340P/ so ich nehme jetzt morgens eine

T/ mhmh

P/ wenss wenn ich das Gefühl habe mir ist gar nicht so ganz dann nehme ich vielleicht abends auch noch eine aber nur auf Bedarf

T/ ja

1345P/ ich habe Monate nichts genommen

T/ mhmh aber das hilft Ihnen auch so ein bisschen?

T/ ich meine schon ja

P/ mhmh ich bin mir jetzt nur nicht sicher das können Sie mir sicherlich sogar beantworten ob das auch auf den Magen schlagen schlagen könnte?

1350T/ eigentlich eher nicht

P/ oder diese die die der Grundwirkstoff der in diesem Insidon ist

T/ mhmh

P/ gibt es ja auch in in ich weiß nicht ich kenne die Namen alle nicht äh in einem Präparat von Sandoz

1355T/ mhmh

P/ hat mir mal äh die Internistin mitgegeben als sie es da im Schrank hatte aber der Grundwirkstoff

T/ mhmh

P/ ist der gleiche gewesen und von Hexal gibt es auch wieder, das ist auch der gleiche Grundwirkstoff nur das ist glaube ich ist ein Medikament wo man zuzahlen muss was nicht frei ist also Sie sagen auch das ist nicht

T/ mh mh (verneinend)

P/ nicht von den Befunden

T/ na man kann ja bei diesen Medikamenten immer alle möglichen Nebenwirkungen

1365nie ausschließen nicht

P/ ausschließen ja ja

T/ wenn Sie den Waschzettel lesen

P/ ja ja (unterdrücktes Lachen) genau

T/ da steht viel drin ähm aber äh hätte ich aber so auch noch nicht gehört

1370P/ nicht ne also Sie meinen auch drei am Tage könnte auch nicht schaden

T/ ne drei sind

P/ weil ich hab ja kein Sie sehen schon vielleicht aufgrund meiner Mengenangabe dass ich da

T/ mhmh

1375P/ äh da äh sehr bescheiden was nehme

T/ ja ja

P/ na gut aber ich nehme es dann doch vorsichtshalber dass ich sage dem Druck muss ich entgehen dann kann ich auch ein bisschen was nehmen

T/ mhmh ja ja

1380P/ und ich weiß auch von mir eigentlich, dass ich wenn ich das Gefühl habe ich brauche es nicht es sofort auch wieder weglass

T/ mhmh

P/ ja

T/ ja ähm Sie hatten es ja schon ein bisschen angedeutet am Anfang des äh  
1385Gesprächs, dass es so auch ein Muster gibt auch aus Ihrer Kindheit stammend mit  
der Mutter was sich so durch Ihr Leben durchzieht

P/ mhmh

T/ ähm können Sie da ein bisschen noch mehr zu sagen also gibt es so bestimmte  
Muster wo Sie in Konflikte geraten, wo es schwierig ist, ist da was typisches? was  
1390sich so ein bisschen durch Ihr Leben zieht

P/ vielleicht dass ich zu meinen Kindern auch ein bisschen bestimmend, war

T/ mhmh

P/ in der Erziehung, vor allem bei dem Älteren

T/ mhmh

1395P/ der ja auch nicht mehr ganz so klar und gut zurecht kommt weil er selbst auch  
wieder so

T/ mhmh

P/ vor allen Dingen zu meiner Frau ist der manchmal sehr, ruppig sag ich jetzt mal  
vom vom Wort her

1400T/ mhmh

P/ und äh der zweite ist ganz anders, ist eben wie das oft so ist nicht so streng  
erzogen worden

T/ ja

P/ wie der erste und da ist das auch eine Portion anders ist das lockerer

1405T/ mhmh okay

P/ und der ist auch äh mehr Sonnyboy und und

T/ mhmh

P/ mehr kommunikativ äh äh und der kommt überall der kam schon als Kind als  
kleiner im Sportverein überall an

1410T/ mhmh

P/ mit den Riesen die der ist geschwommen mit den Riesen von eins neunzig

T/ mhmh

P/ kam genauso klar wie mit seiner Altersklasse ne

T/ ja

1415P/ also er war immer im Mittelpunkt und und im Sport auch und ja

T/ mhmh



P/ er kann nicht vielleicht habe ich die insgesamt in der Erziehung etwas härter angefasst vor allem den ersten

T/ mhmh

1420P/ das ist was was ich dann vielleicht auch von meiner Mutter hatte

T/ mhmh

P/ die so ein bisschen

T/ die so bestimmt war

P/ ein bisschen bestimmt war ja bestimmt und streng war

1425T/ mhmh mhmh

P/ sie meinte sie wollte immer das Beste und Gute und ich kann ihr eigentlich gar nicht so groß viel vorwerfen

T/ mhmh

P/ aber viele Dinge die mich, äh belastet haben in den letzten zehn Jahren

1430T/ mhmh

P/ sie ist dreiundneunzig geworden äh, die haben mich schon richtig belastet

T/ mhmh

P/ da habe ich immer gesagt, 'ganz schlimm! ganz schlimm also irgendwann bringe ich meine Mutter um ich halte das nicht mehr aus so'

1435T/ mhmh

P/ so so emotional äh und wenn man das sagt das kommt bei mir auch emotional manchmal schneller was raus und und wissen Sie wenn irgend was wenn ich vor der Situation stehen, würde

T/ mhmh

1440P/ dann könnte ich das sowieso nicht weil Gewalt kann ich überhaupt nicht ab

T/ mhmh

P/ das käme vielleicht aus der Emotion dass ich sage 'verdammst noch mal'

T/ ja aber dass Sie doch ganz schön Groll und

P/ ja ja

1445T/ Wut

P/ ja ja

T/ empfunden haben ja mhmh

P/ ja das ist schon

T/ mhmh

1450P/ also aber äh

T/ was musste die machen oder was musste Ihre Frau machen um Sie so auf die Palme zu bringen?

P/ meine Frau?

T/ mhmh

1455P/ meine Frau äh spricht sehr viel (unterdrücktes Lachen) das sind ein- ganz einfache Dinge

T/ mhmh

P/ also wenn wir zu Bekannten gehen und wir verabschieden uns dann äh unterhalten wir uns erst einmal eine halbe Stunde an der Tür

1460T/ mhmh

P/ dann sitze ich schon im Auto und

T/ (leises lachen) okay

P/ ja ich bin auch schon mal hundert Meter weggefahren damit sie wirklich merkt ich meine es ernst

1465T/ ja ja okay

P/ äh das ist was öh was mich, äh stört an ihr aber öh, ich sag das ist

T/ mhmh

P/ Null Komma Null eins Prozent an ihrem ganzen Wesen prinzipiell also ne äh sie hat so viele gute und schöne Seiten

1470T/ mhmh

P/ da tut es nur weh äh wenn ich eben auch sehe, dass ihr das alles sehr viel Kummer macht und und sich das und sich das ja so richtig da richtig reinbeißt und helfen will und kann nicht helfen

T/ mhmh

1475P/ und wenn Hilfe angeboten wird und dann wird es äh und dann falsch ist und

T/ mh

P/ und ne sie hat meistens recht zu neunzig Prozent aber, immer erst mal Konfrontation das tut mir insgesamt dann auch weh das ist

T/ mhmh ja

1480P/ äh

T/ ja

P/ was mich sonst noch stört an ihr, ja wir haben wir haben jetzt aufgrund der ärztlichen, äh des ärztlichen Rates äh sie hat einen ganz anderen anderen Lebensrhythmus

1485T/ mhmh

P/ äh also verstärkt in den letzten Jahren sogar aber immer schon gewesen

T/ ja

P/ ich war jemand der stand früh auf sie kam nie morgens raus sie ging aber abends, nie ins Bett und ich musste früh schlafen gehen

1490T/ mhmh

P/ solange ich sie kenne das sind nun über vierzig Jahre wie gesagt, war das immer schon so

T/ Sie haben so einen gegenläufigen

P/ ja ja

1495T/ Tag- Nachtrhythmus

P/ ja ja das ist so etwas das ist so stark geworden und dann haben uns auch die Ärzte gesagt oder mir vor allem 'Mensch lassen Sie Ihre Frau die hat einen ganz anderen Biorhythmus' dann bin ich früh aufgestanden also früh

T/ mhmh

1500P/ früh aber auch nicht mehr so früh wie früher aber ich sag mal um acht stehe ich auf

T/ mh

P/ äh oder um halb acht

T/ mhmh

1505P/ sie kann heute schlafen ich hab jetzt mal die letzten drei Tage hatte ich was zu tun weil ich in die Stadt weg musste oder Besorgungen, sie schläft bis um halb elf

T/ mhmh

P/ dann ist sie wach vielleicht, und wenn ich Pech habe schläft sie auch bis elf

T/ mhmh

1510P/ das ist natürlich für mich was äh

T/ mh

P/ sicherlich ich mach dann Frühstück, weil ich damit oder ich lese die Zeitung gehe auch schon mal in den Garten oder besorge schon mal was vorher oder hole Brötchen

1515T/ mhmh

P/ aber dieser dieser dieser Rhythmusunterschied

T/ mh

P/ der stört mich natürlich auch wenn ich ehrlich bin stört mich das natürlich

T/ mhmh

1520P/ ich lasse sie jetzt gewähren weil das vernünftiger ist

T/ mhmh

P/ für beide aber schön ist das natürlich nicht

T/ mh nicht schön

P/ dann hängt sie noch am Computer äh äh von der Hochzeit äh anderthalb Wochen

1525T/ mhmh

P/ jede Nacht um da was weiß ich nicht was auszuarbeiten und so

T/ mh

P/ das sind Dinge die die stören mich ne

T/ mhmh

1530P/ obwohl es für unseren Sohn dann war dann habe ich gesagt 'mein Gott das kann doch alles nicht wahr sein

T/ ja aber irgendwie

P/ denk doch mal an Dich!

T/ das sind alles so Dinge mit denen Sie inzwischen leben

1535P/ ja da lebe ich mit

T/ mhmh

P/ ich geh auch jetzt ins Bett, und schlafe

T/ aha

P/ und früher war ich immer mit einem Ohr auf und, aus der Angst heraus dieser

1540Migränegeschichten

T/ mhmh

P/ 'Mensch was ist denn?' dann hab ich auch gehört wenn sie aufgestanden ist

T/ mhmh

P/ dann war ich sofort hellwach

1545T/ mhmh

P/ weil es eben oft so war dass sie kollabierte wenn wenn die wahnsinnigen Kopfschmerzen kamen und übergab sich

T/ ach so okay mhmh

P/ so aber

1550T/ weil Sie auch schnell in Sorge sind um Ihre Frau?

P/ ja ja auf jeden Fall ja das, das das Problem liegt ganz ganz oben also da komm ich auch nicht raus

T/ mhmh mhmh

P/ ich versuch das äh, so ein bisschen, ja zu glätten aber das fällt mir sehr schwer

1555T/ mhmh

P/ das kann ich nicht so richtig

T/ ja so jetzt zum, einen möchte ich noch mal ein bisschen auf die Gruppe zu-  
zurückkommen

P/ mhmh

1560T/ äh diese Gruppe Sie haben ja schon ein bisschen angedeutet aber, könnten Sie  
noch mal so den ein bisschen für sich beschreiben wie Sie den Prozess in der  
Gruppe ob Sie da so überhaupt einen Prozess gesehen haben? Und, wie Sie da die  
Entwicklung dann beschreiben würden?

P/ tja äh, was sehr wohl war ich war ja der der am kürzesten drin war

1565T/ mhmh

P/ und dann zwischendurch auch mal noch nicht, nochmal nicht da war

T/ mhmh

P/ weil ich wieder vier Wochen auf Urlaub war

T/ mhmh

1570P/ im Herbst äh und ich dadurch auch ein bisschen, äh nicht immer hundertprozentig  
so den den den Anschluss hatte

T/ okay

P/ vom Thema

T/ verstehe

1575P/ davor

T/ mhmh

P/ aber äh ich meinte das war kein Problem, aber wenn ich zu der Gruppe so ja was  
soll ich dazu sagen? Auch, äh für mich war es einfach wichtig oder oder oder, gut zu  
hören was so andere für Probleme haben und

1580T/ mhmh

P/ und damit zurecht kamen, und dann hab ich wieder für mich zum Teil gedacht  
'mein Gott, so schlecht geht es Dir doch eigentlich gar nicht'

T/ okay mhmh

P/ das hab ich aber auch schon gedacht als ich

1585T/ ja

P/ in die Tagesklinik kam

T/ mhmh mhmh

P/ gut aber ganz so gut geht's mir scheinbar auch nicht wie ich jetzt so immer feststelle

1590T/ mhmh mhmh

P/ das macht mir auch Sorge, und deshalb meine ich dass so eine Gruppe sicherlich ganz gut sein könnte, äh um da eben auch drüber zu sprechen und um um dann auch ein bisschen entlastet zu werden

T/ so im Austausch zu einander auch ja

1595P/ ja so im Austausch weil ich das wie gesagt immer gut fand Einzelgespräche natürlich auch

T/ mhmh

P/ und die Frau Doktor Bergstein hatte mir ja auch mal angeboten äh, mal! wäre das kein Problem so aber äh auf das mal werde ich sicherlich noch mal versuchen zurück

1600zu kommen und ich würde das schon gerne haben weil ich denke das hilft mir schon sehr

T/ dass Sie da noch was +brauchen?

P/ ja weil si+e mich auch kennt und sie kennt ja nun sie kennt ja die ganzen Storys

T/ ja

1605P/ und ich war auch mal mit meiner Frau hier und ich höre immer ihren Satz 'Ihre Frau ist eine ganz starke Frau' sagt sie mir das höre ich die ganze Zeit (unterdrücktes Lachen)

T/ mhmh

P/ sie hat gesagt 'sie ist ganz stark lass sie lieber, lass sie lieber machen

1610T/ mhmh

P/ kümmere Dich nicht drum reg Dich nicht auf ne lass sie es so machen wie sie es macht ne'

T/ mhmh also das war für Sie auch hilfreich dass das so kontinuierlich

P/ ja

1615T/ war

P/ ja

T/ jetzt von der

P/ ja ja

T/ therapeutischen äh +Behandlung Weiterführung

1620P/ ja das habe ich schon+ so gesehen

T/ mh

P/ anfangs habe ich gedacht ich brauche das nicht

T/ mh

P/ aber ich denke das wäre, wäre ganz gut gewesen wenn da noch mal wieder was,  
1625gekommen wäre

T/ mhmh okay

P/ vielleicht ist es auch, in vier Wochen wieder ganz anders wenn der der Alltags der Alltagsstress dann nachlässt, dass ich dann auch wieder relaxter und ruhiger werde

T/ ja

1630P/ und dann auch nicht so pessimistisch und, und so voll Sorge 'klappt es? ' und na ja und Ärger und

T/ mhmh

P/ mit Handwerkern und so das ist mit Ärger verbunden, was mich dann in der Summe aufregt

1635T/ ja äh was würden Sie sagen was hatten Sie denn für eine Position in der Gruppe? wie würden Sie die beschreiben?

P/ (Schnaufen) wie würde ich die beschreiben? kann ich im Augenblick nicht sagen kann ich auch nicht bewerten

T/ mh mh

1640P/ das, da wüsst ich keine, da wüsst ich einfach keine, Positionierung oder oder oder Bewertung zu geben oder oder, also ich sagte ja eben schon in der Gruppe die Tagesklinik äh

T/ mh

P/ da, hab ich äh so manchmal das Gefühl äh der der der Vaterfigur gehabt zu haben

1645T/ ja

P/ äh weil ich teilweise auch sehr viel, Lebenserfahrung hatte und die dann halt kundgetan habe

T/ ja ich verstehe mhmh

P/ so und da hätte ich eine Position gehabt oder gefunden oder, äh äh Ihnen sagen

1650können

T/ mhmh

P/ äh so als als, äh als als guter guter, guter äh Ansprechpartner und und und, äh auch dass die Teilnehmer, also die die anderen Patienten mit mir sehr gerne, kommuniziert haben und das angenehm fanden dass ich dabei! war

1655T/ mhmh

P/ so das Gefühl hatte ich

T/ mhmh

P/ aber das kann ich zu dieser Gruppe nicht sagen ich denke das war einfach zu kurz und da

1660T/ mhmh

P/ dass dass die Bindung da so nicht war wir hatten ja auch, sonst äh irgendwie keinerlei keinerlei Verbindung die hatten wir bei der anderen Gruppe auch nicht aber

T/ okay

P/ (Husten)

1665T/ eher so beobachtend

P/ ja würde ich

T/ ja

P/ ja ja so so so

T/ mhmh

1670P/ so ja abwertend abwartend bewertend beobachtend

T/ okay

P/ äh aber ein Urteil darüber zu finden wo ich da stand

T/ ja

P/ kann ich nicht, kann ich nicht sagen

1675T/ okay ähm konnten Sie denn auch Themen und Probleme einbringen in die Gruppe insbesondere auch so

P/ ja

T/ äh eigene lebensgeschichtliche

P/ ja ja

1680T/ mit denen sich einige Aspekte

P/ ja ja natürlich wiederholten sich dann Dinge die ich in der Tagesklinik schon

T/ okay

P/ weiß ich nicht wie oft schon hatte

T/ ja

1685P/ äh und die sich dann irgendwie zwangsläufig auch in dieser Gruppe dann mal ergaben weil die Situation so war dass man dadrauf zu sprechen kam

T/ mhmh mhmh

P/ wie zum Beispiel so ein, so ein Vaterverhältnis



T/ ja

1690P/ äh da war dann eine Dame äh ich weiß schon gar nicht mehr wie die hieß die hat glaube ich in Hongkong gelebt

T/ mhmh

P/ ich weiß nicht mehr also da dann gab es dann schon einige Berührungspunkte die dann eben auch gleich waren

1695T/ mhmh

P/ zum Beispiel

T/ mhmh dann hatten Sie ja gesagt Konflikte gab es in der Gruppe die haben Sie gesehen

P/ mhmh

1700T/ ähm wie war das wie war das Thema in der Gruppe? die Konflikten?

P/ das war eigentlich das waren eigentlich banale Sachen, ich meine dass jemand äh äh äh der anderen Patientin dann Hilfe angeboten hat und die wollte sie nicht und sie meinte, äh sie würde ihr aufgedrängt wiederum von der anderen und dann hat sie wiederum gesagt 'das war gar nicht so gemeint und das habe ich gar nicht gesagt'

1705T/ mhmh

P/ und so und um diesen Disput ging es da

T/ mh

P/ aber aber über über über zwei Sitzungsstunden

T/ ja ja

1710P/ und vielleicht noch (unterdrücktes Lachen) ne halbe hinterher ne

T/ ja und Sie haben sich da eher herausgehalten oder hatten Sie

P/ ich?

T/ auch Konflikte?

P/ nein überhaupt nicht nö

1715T/ mhmh

P/ ich hab dann nur einfach, eben spontan mal mich vielleicht mich mal eingemischt indem ich gesagt habe 'also ich verstehe eigentlich die ganze Aufregung nicht' also

T/ mhmh

P/ also wenn dann jeder ein kleines bisschen vorher darüber nachdenkt bevor er

1720emotional da, oder auch ein bisschen zurücknimmt und das dann abhakt das war so

T/ mhmh

P/ und hier nicht immer wieder herkommt und sagt 'das war nicht so

T/ mhmh

P/ oder es war doch so also ich sage bis hierhin und jetzt ist Punkt und jetzt ist der

1725 Fall erledigt'

T/ mhmh

P/ so

T/ aber dann waren Sie vielleicht doch der, Vermittler?

P/ ja

1730 T/ ja

P/ kann kann schon sein ja

T/ also Sie waren doch hier auch ein bisschen bestrebt Harmonie

P/ ja

T/ zu stärken

1735 P/ ja bestimmt

T/ ja

P/ bestimmt ja

T/ mhmh gab es denn Gruppenmitglieder äh die trotzdem von besonderer Bedeutung für Sie waren?

1740 P/ ne ne da gab es

T/ die wichtig waren?

P/ ne

T/ ne auch das

P/ ne ne man findet den einen oder anderen (leichtes Stöhnen) auch weiß ich jetzt

1745 mal

T/ mhmh

P/ spontan sympathischer oder unsympathischer aber nicht unsympathisch das ist viel zu hart gesagt

T/ mhmh

1750 P/ sympathischer als als als weiß ich nicht

T/ mh die anderen okay

P/ als de anderen oder die anderen

T/ okay

P/ aber das ist vollkommen, unbedeutend das kann man nicht das kann man, äh

1755 fallen lassen

T/ okay

P/ ist ja auch sehr subjektiv, und mit mit Vorbehalten

T/ mh

P/ an jemand rangehen

1760T/ mhmh

P/ versuche ich sowieso äh zu unterdrücken, weil es, äh ja man schon oft die Erfahrung gemacht hat, dass das was du vorher gedacht hast ist ja gar nicht so, sondern ist ja prima Kerl ja

T/ stimmt manchmal nicht ne

1765P/ ja ja

T/ mhmh okay und die Therapeuten wie haben Sie die so erlebt?

P/ ja gut

T/ wie war die Beziehung so?

P/ och ja

1770T/ wie hatten sich

P/ ich hatte ja

T/ Ihre Erwartungen erfüllt?

P/ äh Frau Doktor Bergstein kannte ich

T/ mhmh

1775P/ sie macht das macht das ja, sowieso sehr souverän

T/ mhmh

P/ und ich ja von ihr war ich einfach begeistert und ich weiß auch dass dass, äh andere Kursteilnehmer wie gesagt noch mal zurückgehend auf die Tagesklinik auch

T/ mh

1780P/ eigentlich sehr begeistert von ihr waren, sie war für mich eine Ansprechpartnerin

äh der ich auch absolut alles sagen konnte

T/ mhmh

P/ und äh, ja weiß nicht, Mutter- Mutter- äh (Lachen) äh wie sagt man äh?

T/ Übertragung?

1785P/ das das war sicherlich nicht aber äh sie hat ja äh selbst Familie und Kinder und und ich hatte das Gefühl die Problematik die ich ihr gegeben habe, oder die ich für mich erkannt hatte oder nicht wusste, ob ob es relevant war

T/ mhmh

P/ dass diese Dinge bei ihr gut aufgehoben waren

1790T/ ja

P/ und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte

T/ okay

P/ der mir dann auch geholfen hat ne

T/ mh

1795P/ die Dinge anzugehen anders anzugehen, wie 'lassen Sie doch Ihre Frau schlafen'  
so

T/ okay mh mh und mit dem Therapeuten der Gruppe?

P/ hatte ich ja wenig zu tun

T/ hatten Sie wenig zu tun

1800P/ ja ja der saß im Prinzip ja mehr, mehr dabei

T/ mhmh

P/ und hat vielleicht nicht so viel gesagt ich sag ich mal wenn er angesprochen  
wurde

T/ mhmh

1805P/ oder die Frau Bergstein hat sich zurück genommen und er hat das

T/ mhmh

P/ dann ein bisschen gemacht

T/ mhmh

P/ aber da hab ich genauso keine Probleme gehabt nur (Husten) den hatte ich hatte

1810ich dann auch

T/ da waren die Kontakte nicht so +intensiv

P/ wie heißt er? Strotkötter?+

T/ Herrn Stratkötter

P/ Stratkötter ja

1815T/ okay

P/ äh ne äh da eigentlich habe ich auch keine Probleme mit gehabt, er hat nur ein  
bisschen provokativer gefragt

T/ mhmh

P/ vielleicht

1820T/ mhmh

P/ und äh sonst kann ich darüber nichts zu sagen

T/ hätten Sie sich da was anderes gewünscht? in dieser Gruppe, von den  
Therapeuten?

P/ ne eigentlich nicht

1825T/ das war so auch so wie Sie es kannten?

P/ ja so wie ich es kannte genau

T/ ja okay

P/ Herrn Stratkötter kannte ich vorher nicht

T/ mhmh

1830P/ ich kannte da nur den den äh, die Frau Joksimovic die hat es glaube ich aber nur ein zwei Mal nur gemacht hatte vorher, in der Klinik und dann den, wie hieß er noch? jetzt fällt mir der Namen nicht ein

T/ mhmh

P/ der jetzt nach Bonn gegangen ist nachdem ich weg war, bei dem waren auch oft

1835äh Gruppengespräche, ne sonst kann ich da nichts nichts konkretes (Husten)

T/ gut ich hab jetzt noch so ein paar zuletzt jetzt noch ein paar altersspezifische Fragen ja ein bisschen Band haben wir drinnen (beide lachen) wollen wir mal gucken

P/ wie lange dauert ein ganzes Band? eine halbe Stunde oder was ist da drauf?

T/ äh da ist da sind sechzig Minuten drauf

1840P/ doch ne ganze Stunde, ja ach so

T/ oder etwas mehr etwas mehr

P/ ja altersspezifische Fragen ähm, gibt es so Vorstellungen, wie wollen Sie so die nächsten Jahre verbringen?

P/ ich gesund lebenslustig

1845T/ mhmh

P/ beweglich

T/ ja

P/ aktiv

T/ ja okay mhmh

1850P/ das könnte ich so, alles unterschreiben

T/ also im Prinzip das +was

P/ nicht+ im Sessel sitzen nur und nichts tun! weil da weiß ich das bekommt mir nicht!

T/ ja

1855P/ also schon wieder auch dahin kommend noch ein bisschen mehr Sport zu machen

T/ mhmh

P/ zum Beispiel mal wieder ins ins ins Studio zu gehen

T/ mhmh

P/ ein bisschen Kraftübungen zu machen ich bin ziemlich schlapp und ich brauch so  
1860so für den ganzen Körper jetzt ich bin so ein bisschen zittrig geworden und ich denk  
natürlich und dann hab ich abgenommen

T/ mhmh

P/ dann war ich dann automatisch ein bisschen klappriger

T/ mhmh

1865P/ und und jetzt hab ich auch noch gemeint ich hätte noch ein bisschen was mit dem  
Kreislauf ich bin dusselig die letzten zwei Tage

T/ mh

P/ das mag auch wieder mit dem Wetter zusammen hängen

T/ mhmh

1870P/ äh das kann ich noch nicht so richtig einordnen aber auf jeden Fall, ein bisschen  
mehr äh äh sportlich wieder mehr tun

T/ mhmh

P/ weil ich hab ja eigentlich den ganzen Tag zur Verfügung

T/ mh

1875P/ zwar eigentlich aber Sie wissen ja selbst, Rentner und Zeit ist

T/ das ist so ein Thema für sich

P/ ist ein Thema für sich (Lachen) genau

T/ okay ja Thema Alter was hat das denn so eine Bedeutung für Sie persönlich?

P/ Alter? Bedeutung?

1880T/ ja, älter werden

P/ älter werden ist nicht grundsätzlich positiv kann ich sagen

T/ ja

P/ auch wenn ganz viele

1885(Ende von Kassettenseite A: 00:59:49)

P/ und sehr viele Freiheiten oder im Beruf hab ich sie mir auch genommen wenn ich  
meinte ich sie brauchte

T/ mhmh

1890P/ konnte mir den Tagesablauf selber äh gestalten und ich wusste wann die Arbeit  
gemacht werden musste und ich konnte dann auch zwei Stunden Mittagspause  
machen oder morgens mal eine Stunde später kommen

T/ ja

P/ äh dann habe ich halt abends lang gearbeitet oder habe mir auch die Arbeit mit  
1895nach Hause genommen ja das konnte ich alles alleine bestimmen

T/ ja

P/ äh, ja, da äh, jetzt habe ich den Faden verloren die Frage war?

T/ tatsächlich ich hatte Sie nach dem Alter gefragt nach der +Bedeutung

P/ ja!+ also eher schon ein ein bisschen negativer

1900T/ ja mhmh

P/ äh weil weil ich oft merke dass dass Dinge die an mich herangetragen werden die  
mich auch belasten dass ich die nicht mehr so gut verpacke

T/ mhmh

P/ erstmal nehme ich das nicht mehr so so ruhig auf auf wie früher

1905T/ mhmh

P/ und und reg mich auch schneller auf selbst am Telefon

T/ mhmh

P/ wenn ich meine mein mein Gegenüber hat hier weiß ich nicht redet dummes Zeug

T/ mhmh

1910P/ oder will mich verschaukeln oder auch im täglichen Alltag passieren solche Dinge  
ich kann das nicht mehr so gut verpacken

T/ mh

P/ ich schließe das wiederum auf's auf's Alter

T/ mhmh

1915P/ ich merke auch dass ich teilweise äh äh Sachen jetzt schon mal irgendwo hinlege  
oder machen wollte dann gehe ich raus und dann denke ich 'mein Gott Du hast das  
doch irgendwie Du hast das doch aufgeschrieben'

T/ mhmh mhmh

P/ ich hatte Ihren Zettel aus meinem Notizbuch

1920T/ mhmh

P/ habe ich mir noch die Zimmernummer aufgeschrieben

T/ mhmh

P/ so, achtzehn wusste ich wusste im Moment auch nicht ob es achtzehn war oder  
siebzehn oder neunzehn oder so so

1925T/ mhmh

P/ dann habe ich mir das noch mal aus dem Kalender raus geschrieben und, dann habe ich den Zettel irgendwo hingelegt und dann habe ich gedacht 'ne wo hast Du denn den Zettel hingetan? das gibt es doch wohl nicht'

T/ mhmh

1930P/ so dann werde ich richtig krr da werde ich richtig nervös ne

T/ //

P/ also ich schliess' das auf's Alter auch ein bisschen Vergesslichkeit nicht mehr so gut behalten können

T/ ja

1935P/ äh es ist alles ein bisschen

T/ ja

P/ nicht so positiv

T/ ganz gefällt Ihnen das nicht

P/ ne ganz gefällt mir das nicht

1940T/ okay aber Sie gehen Sie finden Möglichkeiten damit umzugehen

P/ im Moment noch

T/ ja

P/ ja im Moment schon noch

T/ mhmh

1945P/ ich hoffe dann immer wieder jetzt auch

T/ mhmh

P/ nach ruhigerer Zeit wird das dann alles besser, auch noch

T/ ja

P/ und das äh Älterwerden macht auch ein bisschen Ihre Tendenz, zu schaffen sich

1950so um die Dinge Sorgen zu machen? das auch so? Zukunftssorgen, oder

P/ Zukunftssorgen

T/ das tun Sie weg

P/ habe ich eigentlich keine

T/ ne okay

1955P/ das betrifft höchstens

T/ mhmh

P/ ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod

T/ mhmh

P/ oder vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein



1960T/ mhmh

P/ wenn man den Partner nicht mehr hat

T/ mhmh

P/ das sind so die drei Dinge die ich dann die ich dann auf auf auf das Alter

T/ verstehe

1965P/ projiziere

T/ okay

P/ ähm hatte das äh aus Ihrer Sicht das Thema Alter in der Gruppe auch eine besondere Bedeutung dadurch dass es auch eine fünfzig plus +Gruppe war oder

P/ glaub ich nicht+ ne glaube ich nicht

1970T/ das war nicht so

P/ ne ne

T/ entscheidend mhmh okay ähm so das Thema Alter und Öffentlichkeit wie nehmen Sie so die Thematisierung in den Medien wahr?

P/ äh

1975T/ wie finden Sie den +Umgang

P/ viel viel+ mehr als früher

T/ mh

P/ natürlich weil früher habe ich das ja weg geschoben

T/ ja

1980P/ weil es berührte mich ja auch gar nicht warum auch? da waren auch noch ich weiß nicht wie viele Jahre dazwischen

T/ mh

P/ und heute äh zwangsläufig als Rentner

T/ mhmh

1985P/ und eben auch, mit Altersproblemen auch äh konfrontiert

T/ mhmh

P/ äh, nimmt man das liest man eben auch schon mal was äh wo ich früher einfach darüber hinweg gegangen wäre und wo ich auch sagen muss, es belastet ist vielleicht ein bisschen zu viel aber es regt mich schon auf

1990T/ mhmh

P/ und und bevor ich mich dann aufrege sag ich dann äh 'das lese ich überhaupt nicht durch ändere ich sowieso nicht'

T/ mhmh

P/ äh äh äh ich ich kann der Sache sowieso nicht ausweichen die auf mich zukommt  
1995die gesetzesmäßig ablaufen die vorbereitet werden äh von daher versuche ich dann  
ein bisschen den Verdrängungswettbewerb anzugehen

T/ okay okay

P/ und sag das verdränge ich und

T/ mhmh

2000P/ das brauche ich nicht

T/ mh

P/ da muss ich mich nicht mit belasten

T/ ja

P/ also, wenn das, eine entsprechende Antwort darauf ist

2005T/ okay mhmh ja also damit wären wir so am Ende von meinem Leitfaden aber  
vielleicht ist Ihnen ja noch was wichtig oder? ist Ihnen auch was, was eingefallen  
oder im vorhinein was eingefallen was vielleicht wichtig wäre noch zu sagen

P/ eigentlich nur eigentlich nicht

T/ mhmh

2010P/ nicht dass ich mir da nicht ich habe mir nicht vorher große Gedanken gemacht

T/ mhmh ja

P/ weil ich sowieso nicht wusste wie es abläuft oder oder was gefragt würde

T/ mhmh

P/ und äh, in dem Fall, bedarf bedurfte es auch keiner Vorbereitung und von daher

2015habe ich mir auch keine großen Gedanken darüber gemacht einfach nur dass ich,  
jetzt eben weil ich nun mal hier war Ihnen auch sagen wollte dass es mir im Moment  
eben nicht so gut geht

T/ mhmh

P/ weil das eben jetzt der Fall wo es mir im Moment eben ja

2020T/ mhmh

P/ ich fühl mich nicht so toll jetzt

T/ okay dann können wir das vielleicht ja noch mal nachbesprechen

P/ ja

T/ wie wir Ihnen auch hier wieder ein Stück weiter helfen können

2025P/ ja

T/ gut dann mache ich jetzt das Band mal aus

(Ende der Kassettenseite B: 00:05:26)

(Ausschalten des Kassettenrekorders)

(+01:05:15)

2030

## **12. Anhang 2**

### **12.3 Vorläufiges Kategoriensystem** (235 Seiten)

### **12.4 Endgültiges Kategoriensystem** (230 Seiten)

## **12. Anhang 2**

### **12.3 Vorläufiges Kategoriensystem** (235 Seiten)

**Entwurf: Vorläufiges Kategoriensystem**

A. Patienten.....	3
1. Krankheit und körperlicher Gesundheitszustand.....	3
2. Umgang mit körperlichen Veränderungen und Rückschritten.....	6
3. Psychischer Gesundheitszustand und Psychosomatik.....	11
4. Subjektives Wohlbefinden und aktuelle Lebensqualität.....	29
5. Alter und Altern.....	35
6. Ängste und Sorgen.....	44
7. Rationalisierungen, Relativierungen und Beschönigungen.....	50
8. Sprachliche Auffälligkeiten (Versprecher, Symbole).....	54
9. Einsamkeit, Trennung und Verlust.....	55
10. Problematische Einstellungen und Überzeugungen.....	62
11. Druck und Ansprüche an sich selbst.....	64
12. Gefühle und Bedürfnisse.....	70
13. Selbstaspekte.....	76
14. Äußerungen der Resignation.....	90
15. Umgang mit Konflikten und Konfliktmustern.....	96
16. Negative Gedanken und Gedankenmuster.....	108
17. Körperaspekte.....	112
18. Sexualität.....	113
19. Alltagsgestaltung.....	116
20. Interessen und Hobbys.....	120
21. Beziehungen: Partner als Person.....	126
22. Beziehungen: Partnerschaft.....	130
23. Beziehungen: Kinder.....	136
24. Beziehungen: Freundes- und Bekanntenkreis.....	142
25. Kontrollüberzeugung und Verantwortungszuschreibung.....	146
26. Lebensgeschichtliche Bezüge.....	150
27. Die Zeit.....	155
28. Sinn und Aufgabe im aktuellen Leben.....	158
29. Zukunft – Zukunftsvorstellungen/Wünsche/Sorgen.....	163
30. Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit.....	167
B. Therapie.....	171
31. Fortschritte und Nutzen aus der Therapie (Einsichten, Verbesserung der Symptomatik, erworbene Kompetenzen).....	171
32. Sich-öffnen können / Sich-öffnen lernen.....	178
33. Hilfe suchen – Hilfe abwehren.....	182
34. Vorstellungen über und Erwartungen an die Therapie / die Therapeuten / Patientenerwartungen.....	187
C. Gruppe.....	190
35. Die Gruppe.....	190
36. Die anderen Gruppenmitglieder.....	196
37. Oberfläche und Tiefe.....	201
38. Schweigen und Reden.....	203

39. Position und Rolle in der Gruppe.....	206
40. Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen.....	209
41. Nähe vs. Distanz.....	211
42. Konflikte in der Gruppe bzw. mit anderen Gruppenmitgliedern.....	213
43. Thema Alter in der Gruppe.....	217
44. Alter und Öffentlichkeit.....	220
D. Therapeuten.....	227
45. Äußerungen über die Therapeuten.....	227
46. Wünsche an die Therapeuten.....	233

## A. Patienten

### 1. Krankheit und körperlicher Gesundheitszustand

Frau A:

12: ich hab mit'm Herzen Probleme

14: ich hab auch wieder äh also Krebs, wieder Metastasen, bin wieder mitten in der Chemo

17: und hinterher soll ich Bestrahlung bekommen

135: fühl ich mich sehr gut aufgehoben (im Krankenhaus in Gerresheim)

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz JA

Krebs JA

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung JA

Herr B:

12: also vom körperlichen her äh geht's mir relativ gut, Gott sei Dank kann mich also noch bewegen fahr Fahrrad spiel mach andere Sportarten noch

guter Gesundheitszustand JA

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Frau C:

388: nein nein (keine gesundheitlichen Auswirkungen)

guter Gesundheitszustand JA

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung



Herr D:

106: drei! Polypen die weggenommen worden aber die waren gutartig

430: also körperlich nicht (Frage nach körperlichen Beschwerden)

guter Gesundheitszustand JA

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen JA

Vertrauen in medizinische Versorgung

Frau E:

115: meine Hüfte ist ja nicht so gut

595: mit der Hüfte die Ärzte sagen so schlimm ist das gar nicht mit meine Hüfte auf dem Röntgenbild so schlimm sieht das nicht aus aber wenn ich eine Stunde ein einhalb Stunden gelaufen bin dann kann ich mich in die Ecke werfen oder mit dem Fahrrad fahre auch ne Stunde und wenn es dann so leicht bergauf geht dann kann ich mich auch nicht mehr bewegen

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme JA

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Herr F:

328: nein ich hab sonst sonst keinerlei körperliche Beschwerden

319: hab ich also eigentlich keine äh körperlichen Beschwerden so jetzt ne das das ist aktuell nicht mehr der Fall das war der Fall kurz nach der Operation und und nahm dann sukzessive ab

15: und zwar bin ich also jetzt äh im vergangenen Jahr am koronaren an einer koronaren Krankheit operiert worden (...) und äh das hat mich dann natürlich anschließend wiederum beschäftigt auch von der Psyche her belastet

31: meine Ärzte! ich habe dann also auch zwei unterschiedliche konsultiert die waren auch unterschiedlicher Auffassung ob äh eine Operation überhaupt äh

erforderlich ist 39: dass ich also Bypässe bekommen habe (...) im letzten Jahr im August

45: danach äh haben mich natürlich dann einmal überhaupt Zweifel geplagt ob die Operation richtig war 29: ich hatte im Grunde keinerlei äh Risikofaktoren 223: ich hatte im Grunde überhaupt keinerlei Beschwerden

47: zum anderen hat das natürlich auch anfangs allerhand äh Störungen und Erscheinungen nach sich gezogen rein postoperativ wie zum Beispiel äh habe ich also Atembeschwerden gehabt mit der Lunge habe ich äh Probleme gehabt ich hatte also Wasser in der Lunge nach der Operation dann ähm, na ja gewisse Schwindelerscheinungen äh dann habe ich einen furchtbaren Husten gehabt 59: die Lunge ist wieder okay die Atmungsverhältnisse sind wieder (...) in Ordnung!

87: die Operation als solche machte mich zunächst zum kranken Mann 94: dann dann erscheinen sie plötzlich als als sehr! schwer kranker Mann

319: hab ich also eigentlich keine äh körperlichen Beschwerden so jetzt

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

JA

Krebs

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Frau G:

523: ich hatte zwar so ein paar Eingriffe jetzt im Knie (Operation am Innenmeniskus)

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme

JA

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Frau I:

31: die ist ja auch abgenutzt die Wirbelsäule, an verschiedenen, Wirbeln

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme  
Magen-Darm-Erkrankungen  
Vertrauen in medizinische Versorgung

JA

Herr J:

460: die Symptomatik ist zum Beispiel eine eine Sache aus der näheren Vergangenheit äh ich hatte vor, ungefähr zwei Jahren einen Darmverschluss gehabt was ich vorher nicht wusste ich hatte wahnsinnige Krämpfe

505: ich bin dann ganz kurz so eben! noch vor von der von der Operation weg gekommen

630: und jetzt habe ich wohl Gallensteine

645: ich habe auch schon Magenspiegelung da habe ich mir heute noch mal den Bericht geben lassen äh der ist, sechs der ist ein Jahr her erst und eine Darmspiegelung habe ich vor drei Jahren die letzte gemacht

661: da ist eine Reflux-Geschichte! diagnostiziert worden

874: habe ich seit zwei Wochen seit zwei Jahren äh Hautkrebs

879: ich habe schon, ein paar Melanome gehabt und äh die man dann immer rechtzeitig gesehen hat und geschnitten hat  
guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

Krebs

JA

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

JA

Vertrauen in medizinische Versorgung

## 2. Umgang mit körperlichen Veränderungen und Rückschritten

Frau A:

36: was heißt geändert? also ich hab, mein, wenn dann wieder Metastasen auftreten ist das schon ne Änderung ne schwerwiegende und was bei dem Herzen halt ist da bin ich noch nicht fertig mit der Untersuchung

116: ich handarbeite also viel, weil weil ich kann körperlich durch mein Herz darf ich nicht so viel tun

332: es ist halt so (körperlicher Verfall im Alter)

345: man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön wofür? (lachen)

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen JA

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen JA

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen JA

Herr B:

510: ne nichts das war alles bis jetzt, war alles bis jetzt so in Ordnung also wenn es so bleibt für ein paar Jahre

204: ja (zögerlich) ein klein wenig kann man das auch sagen ja (Nachlassen der Leistungsfähigkeit) es fehlt das merke ich auch es fehlt so ein bisschen äh manchmal die Lust irgendwas zu machen

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen JA

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen JA

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

Frau C:

Herr D:

135: früher bin ich äh bin ich sehr, aktiv gewesen, aber! es war ja so dass ich dann aufgrund meiner Erkrankung dann ja immer so in die Lethargie fiel

764: dann ist das natürlich so, dass man wenn man körperlich nicht mehr so fit ist sagen wir mal nicht mehr soviel Kondition hat dann macht man auch weniger, so das

heißt ich gehe ich ich verabrede mich (Lautes Husten) zum Golfspiel und spiele nicht mehr mein achtzehntes Loch in vier Stunden sondern nur noch neun!

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen JA

Lethargie wird angesprochen JA

Gymnastik/Sport wird angesprochen JA

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen JA

Frau E:

523: ja also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn, aber eigentlich belastet mich das nicht so sonderlich

626: dass man eben mit diesen Einschränkungen auch gut leben kann dass man sich da nicht verrückt machen sollte

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen JA

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen JA

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen JA

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

Herr F:

87: die Operation als solche machte mich zunächst zum kranken Mann

105: so habe ich das dann auch mir nach und nach auch zu eigen gemacht diese Einstellung dazu und, mit zunehmender Verbesserung insgesamt auch wieder mit zunehmender Leistungsfähigkeit ist das für mich, dann alles auch wieder besser geworden so dass ich äh auch von der Psyche her wieder erheblich stabilisiert bin

558: dass ich zunehmende Leistungsfähigkeit erkenne zunehmend und äh dass die Beschwerden abgenommen! haben und das hat natürlich bei mir äh mein mein Bewusstsein mein Selbstbewusstsein auch jetzt endlich äh wieder erheblich gestärkt

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen JA

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen JA

Selbstbewusstsein wird angesprochen JA

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

Frau G:

564: ich denk mal sonst geht es mir schon so einigermaßen ich sag mal

Rückenschmerzen Sie kennen das so alte\_Frauen\_Leiden

570: jo ich sehe das nicht so also es ist ja nichts Gravierendes ja ich bin ja jetzt nicht irgendwie sterbenskrank! ja ich meine dass ich jetzt den Tod! vor Augen hätte (Lachen) also irgendwas von der schlimmen Botschaft also wenn jetzt die Knie verschlissen sind oder ja das ist ja ganz normal sag ich mal im gewissen Alter sag ich mal ne

1396: und da ist es so schon ganz gut und man muss man muss sich eben engagieren und man muss sich halt sagen dass man eben nicht mehr so jung ist und ja das ist eben so so das Leben das ist der Lebenslauf ne ich vergleiche das immer so mit meiner Mutter was die schon alles in diesem so in meinem Alter jetzt was die schon alles nicht mehr konnte und äh da bin ich doch im Grunde genommen noch ganz gut dabei

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen JA

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen JA

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung JA

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen JA

Frau I:

116: die Gesundheit das ist das war halt also da bin ich zufrieden

359: ich komme jetzt ganz gut damit aus ja ja es gab schon schlimmere Zeiten wo ich also wirklich äh das als sehr beschwerlich alles betrachtet hab diese diese körperlichen Beschwerden die die auftreten wenn man älter ist (...) ja ja die Einschränkungen aber das äh ne das hab ich irgendwie ja ich hab's einfach, es ist für mich in Ordnung so wie es ist

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen JA

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen JA

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

Herr J:

525: auch da denke ich nun sehr, negativ (bezogen auf Erkrankungen) und jetzt in der jüngsten Vergangenheit die letzten Monate wieder verstärkt

893: ja früher ich habe sechzig Jahre keinen Arzt gekannt und dann seit dem prasselt es nur so auf mich nieder

903: dann kommt wieder ein Pflaster drauf und muss heilen dann kann ich wieder nichts anderes machen dann kann ich zum Beispiel wieder häufig kein Tennis spielen je nachdem wo es ist, Golf spielen eben auch nicht

1245: und dann kommt vielleicht auch schon ein bisschen wieder der Hintergedanke 'Mensch jetzt tut es hier weh jetzt hast Du was an der Schulter der Rücken und hier wirst Du geschnitten, bald geht das nicht mehr so'

1302: das weiß man ja nie also Krankheit ist was was ich (...) mh mh ja das wäre gut wenn ich das verdrängen könnte

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen JA

körperlicher Verfall wird angesprochen JA

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen JA

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen JA  
wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen  
Selbstbewusstsein wird angesprochen  
positive Grundeinstellung  
Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

### 3. Psychischer Gesundheitszustand und Psychosomatik

Frau A:

25: das waren die gleichen (die ursprünglichen Probleme) 29: das war bedingt durch meine Krankheit und an für sich dann auch also, private Probleme, dass man alleine ist, so das, das spielte auch eine Rolle

Krankheit wird angesprochen JA  
Alleinsein wird angesprochen JA  
Vergesslichkeit wird angesprochen  
Innere Unruhe wird angesprochen  
Innere Druck wird angesprochen  
Antriebslosigkeit wird angesprochen  
Nervosität wird angesprochen  
Ängste wird angesprochen  
Panik(-attacken) wird angesprochen  
Lethargie wird angesprochen  
Negatives Denken wird angesprochen  
Perfektionismus wird angesprochen  
Interesselosigkeit wird angesprochen  
Depression wird angesprochen  
Krankheit von Angehörigen wird angesprochen  
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen  
Labilität wird angesprochen  
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen  
Überlastung wird angesprochen  
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen

Psychosomatische Symptome:

Schwindel  
Kopfschmerz  
Bewusstlosigkeit  
Hyperventilation  
Luftnot  
Zittern  
Taubheitsgefühle  
Verspannungen  
Übelkeit  
Aufstoßen  
Herzbeschwerden  
Schweißausbrüche



## Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit

Mutterbedingt

Berentung

Krankheit

JA

Älterwerden

Alleinsein

JA

Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik

Verschlechterung der Symptomatik

Herr B:

15: von der Psyche her äh geht's das schwankt das ist mal so und mal so das sind weil ich so verschiedene, Probleme habe (...) ich bin habe den Eindruck dass ich vergesslicher geworden bin, das macht mir sehr zu schaffen

52: das ist meines! Erachtens eine innere Unruhe ist das ja ne innere Unruhe ist das

123: ja (bezogen auf innere Unruhe) und das ist auch äh vermute ich mal weshalb ich überhaupt äh in die Situation jetzt überhaupt in die Psychosomatik gekommen bin dass ich dadurch auch Schlafstörungen hatte

127: damit fing das ja alles an (Schlafstörungen) 129: die Schlafstörungen haben äh nachgelassen

136: nachdem dies da äh in Grafenberg zu Ende war bin ich noch weiter in psychiatrische Behandlung gewesen

294: das ist so geblieben, wie gesagt! diese Antriebslosigkeit kommt eben daher weil ich mir sage 'jetzt es ist so und ich bin zu Hause und gönne mir dann eben halt solche, Bequemlichkeiten'

Krankheit wird angesprochen

Alleinsein wird angesprochen

Vergesslichkeit wird angesprochen

JA

Innere Unruhe wird angesprochen

JA

Innere Druck wird angesprochen

Antriebslosigkeit wird angesprochen

JA

Nervosität wird angesprochen

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Negatives Denken wird angesprochen

Perfektionismus wird angesprochen

Interesselosigkeit wird angesprochen

Depression wird angesprochen

Krankheit von Angehörigen wird angesprochen  
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen  
Labilität wird angesprochen  
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen  
Überlastung wird angesprochen  
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen

Psychosomatische Symptome:

Schwindel  
Kopfschmerz  
Bewusstlosigkeit  
Hyperventilation  
Luftnot  
Zittern  
Taubheitsgefühle  
Verspannungen  
Übelkeit  
Aufstoßen  
Herzbeschwerden  
Schweißausbrüche  
Schlafstörungen

JA

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit  
Mutterbedingt  
Berentung  
Krankheit  
Älterwerden  
Alleinsein  
Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik  
Verschlechterung der Symptomatik

JA

Frau C:

23: da flieg ich nach Schanghai (beschwerdefrei) und manchmal weiß ich nicht über die Straße zu kommen vor Angst 29: es ist sehr wechselhaft 41: also vorher vorher! ist es also fast am Ende mit meinen Nerven!

219: wenn die Ängste kommen ja dann sage ich 'gut komm jetzt setz dich hin und du weißt genau es ist nichts'

1126: dass ich eben mein ganzes Leben lang diese Todesängste gehabt habe

1144: da hat schon eine Verschiebung (in Bezug auf die Todesängste) stattgefunden und deshalb denk ich äh, sind die Ängste auch etwas zurück gegangen

Krankheit wird angesprochen  
Alleinsein wird angesprochen

Vergesslichkeit wird angesprochen  
Innere Unruhe wird angesprochen  
Innere Druck wird angesprochen  
Antriebslosigkeit wird angesprochen  
Nervosität wird angesprochen JA  
Ängste wird angesprochen JA  
Panik(-attacken) wird angesprochen  
Lethargie wird angesprochen  
Negatives Denken wird angesprochen  
Perfektionismus wird angesprochen  
Interesselosigkeit wird angesprochen  
Depression wird angesprochen  
Krankheit von Angehörigen wird angesprochen  
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen  
Labilität wird angesprochen  
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen  
Überlastung wird angesprochen  
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen  
Psychosomatische Symptome:  
Schwindel  
Kopfschmerz  
Bewusstlosigkeit  
Hyperventilation  
Luftnot  
Zittern  
Taubheitsgefühle  
Verspannungen  
Übelkeit  
Aufstoßen  
Herzbeschwerden  
Schweißausbrüche  
Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit  
Mutterbedingt  
Berentung  
Krankheit  
Älterwerden  
Alleinsein  
Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik JA  
Verschlechterung der Symptomatik

Herr D:

135: früher bin ich äh bin ich sehr, aktiv gewesen, aber! es war ja so dass ich dann aufgrund meiner Erkrankung dann ja immer so in die Lethargie fiel nicht und dass hat sich in sofern gegeben als dass ich jetzt nicht ich habe so viele also dieser

Angespanntheit zeigt sich darin dass ich also äh an alles denken will an alles ich muss alles machen ich meine immer 'ha ist das nicht zu viel?' dabei ist es gar nicht so viel nur ich bin ja aus diesem normalen

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

225: andere lächeln darüber aber das ist für mich manchmal so weil man eben dann so verschiedene viele verschiedene Aufgaben hat

349: ich bin immer noch nicht so äh wie früher

362: wir waren jetzt im Februar vierzehn Tage in Ägypten da wollten wir da wollten wir und das war! zum ersten Mal wieder nach langer Zeit dass ich gesagt habe 'Mensch das würde mich mal interessieren'

496: in dieser Zeit wo das so offen so latent war mit der mit der Verrentung, da war ich ja auch wirklich sehr äh äh ähm ja unruhig ganz unruhig also total unruhig, obwohl ich ja da schon mein mein meine meine ehrenamtliche Tätigkeit ausübte

539: was mich sehr stark auch belastet hat war ja auch das mit meiner Frau mit dieser Brust

1295: dass ich sagt ich bin wegen Depressionen hier (in Therapie)

1418: in meiner Depressionsphase oder während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen

Krankheit wird angesprochen

Alleinsein wird angesprochen

Vergesslichkeit wird angesprochen

Innere Unruhe wird angesprochen

JA

Innere Druck wird angesprochen

JA

Antriebslosigkeit wird angesprochen

Nervosität wird angesprochen

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

JA

Negatives Denken wird angesprochen

Perfektionismus wird angesprochen

JA

Interesselosigkeit wird angesprochen

JA

Depression wird angesprochen

JA

Krankheit von Angehörigen wird angesprochen

JA

Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen

Labilität wird angesprochen

Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen

JA

Überlastung wird angesprochen

Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen

Psychosomatische Symptome:

Schwindel

Kopfschmerz

Bewusstlosigkeit  
Hyperventilation  
Luftnot  
Zittern  
Taubheitsgefühle  
Verspannungen  
Übelkeit  
Aufstoßen  
Herzbeschwerden  
Schweißausbrüche  
Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit  
Mutterbedingt  
Berentung  
Krankheit  
Älterwerden  
Alleinsein  
Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik  
Verschlechterung der Symptomatik

Frau E:

27: ja, es gibt eine Veränderung, und zwar, eigentlich zum Negativen es ist, ich hab ja mal erzählt, also wenn ich mal nur so, bisschen also falsch angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen also das hatte ich ja vorher schon

36: und das war nur, in der Phase wo wir irgendwie einen Streit hatten oder so, und dann hatten wir, hatte ich mich mal fürchterlich aufgeregt und, es äh war sofort wieder in mir, also das! ah! das kann man gar nicht beschreiben das ist so schrecklich! also ähh man möchte, man kann nicht ruhig sitzen man möchte laufen man denkt also, man, es zerspringt in einem

42: das hatte ich nach einem, noch nicht mal Streit das war nur ein Disput, so schlimm, ähm dass es nicht mehr zurück ging also ich war also ich hatte ständig dieses Gefühl nur wenn ich jetzt äh, mit jemand zusammen war mit Freunden oder so dann merkte ich wie das abfiel aber sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

49: und ich bin dann zu meinem Hausarzt gegangen, und der hatte mir dann Antidepressiva verschrieben (vor zwei Monaten)

56: und stellte fest, also es geht mir besser 91: und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut 118: ich bin froh dass die Antidepressiva geholfen haben nämlich ich hätte hätte sonst nicht gewusst wie es weiter gehen sollte

63: die Tabletten-Unverträglichkeit 67: ich habe dann zwei Aspirin genommen und ich bin dann ins Bett und am nächsten Morgen also als ich dann aufgestanden bin hatte ich also ganz schlimme Schwindelgefühle also ich konnte äh, also ich fühlte mich schon richtig ein bisschen behindert und ich wusste sofort das kommt von den Aspirin, in Verbindung jetzt mit den Antidepressiva

94: ganz gute Vitamintabletten bekommen (...) und die hab ich genommen und nach ähm einer Stunde, wurde mir auf einmal auch wieder schwindlich nicht so stark und ich kriegte fürchterliche Kopfschmerzen

198: dann muss ich mich auch bei schönem Wetter, dann erst mal Anlauf nehmen äh rauszugehen mich auf mein Fahrrad zu setzen aber dann muss ich irgendwie ein Ziel haben, das dauert manchmal eine Stunde ehe ich mich dann wirklich entschieße

239: wenn ich da so mehrere Leute habe und dann die bekochen soll das macht mich schon nervöser als früher, ich bin ein nervöser Mensch ja, obwohl ich so auf andere vielleicht relativ ruhig wirke

582: Muße finden mit dem Alter werden? nein also da ist irgendwie doch so ne Unruhe in mir, selbst wenn ich das eine mache dann? also so ne richtige Ruhe habe ich nicht von mir also ich ruhe nicht so in mir selbst obwohl ich mir immer sage 'Mensch Du hast doch ein schönes Leben'

Krankheit wird angesprochen

Alleinsein wird angesprochen

Vergesslichkeit wird angesprochen

Innere Unruhe wird angesprochen JA

Innere Druck wird angesprochen JA

Antriebslosigkeit wird angesprochen JA

Nervosität wird angesprochen JA

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen JA

Lethargie wird angesprochen

Negatives Denken wird angesprochen

Perfektionismus wird angesprochen

Interesselosigkeit wird angesprochen

Depression wird angesprochen

Krankheit von Angehörigen wird angesprochen

Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen JA

Labilität wird angesprochen

Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen JA

Überlastung wird angesprochen

Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen JA

Psychosomatische Symptome:

Schwindel	JA
Kopfschmerz	JA
Bewusstlosigkeit	
Hyperventilation	
Luftnot	
Zittern	
Taubheitsgefühle	
Verspannungen	
Übelkeit	
Aufstoßen	
Herzbeschwerden	
Schweißausbrüche	
Schlafstörungen	

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit	
Mutterbedingt	
Berentung	
Krankheit	
Älterwerden	
Alleinsein	
Auseinandersetzungen mit anderen	JA

Verbesserung der Symptomatik	
Verschlechterung der Symptomatik	JA

Herr F:

540: dass es mir immer besser geht

15: und zwar bin ich also jetzt äh im vergangenen Jahr am koronaren an einer koronaren Krankheit operiert worden (...) und äh das hat mich dann natürlich anschließend wiederum beschäftigt auch von der Psyche her belastet\_

55: und das ging mir auch wieder auf die Psyche weil das ja nun doch letztendlich schwerwiegende Eingriffe und schwerwiegende! Erscheinungen waren

64: aber letztendlich waren das dann die Dinge (die körperlichen Beschwerden) die mir auf die Psyche gegangen sind

75: Depressionen (während des Aufenthalts in der Reha)

79: weil ich äh schon äh sehr depressiv war ne das war die ersten Tage sehr schlimm dann lag ich dann morgens auf dem Bett und hatte absolut zu nichts Lust, habe dann auch paar Psychologinnen aufgesucht (...) anschließend nachdem ich mich damit intensiv mit beschäftigt habe und vom Bewusstsein her, das ganze dann auch jetzt etwas realistischer sehe wurde das alles wieder besser

106: mit zunehmender (körperlicher) Verbesserung insgesamt auch wieder mit zunehmender Leistungsfähigkeit ist das für mich, dann alles auch wieder besser geworden so dass ich äh auch von der Psyche her wieder erheblich stabilisiert bin aber äh grundsätzlich besteht bei mir! natürlich eine gewisse Labilität

112: das war ja auch der Grund weshalb ich dann vor drei Jahren oder vor dreieinhalb Jahren an dieser, Psychotherapie teilgenommen habe das ich also unter einer Angststörung im weitesten Sinne leide, und diese Angststörung ist dann auch erneut wieder durch die Operation ausgelöst worden und die ist auch jetzt noch nicht ganz! beseitigt

127: ne grundsätzliche, Angststörung oder auch Befürchtungen äh sind weiterhin vorhanden zwar in abgeschwächtem Maße aber sie sind vorhanden

137: der Grund warum ich diese Therapie damals gemacht habe dass ich grundsätzlich unter Angststörungen leide (...) zum Beispiel Angst vor vor dem Alleinsein

153: bin ich da mal einen Morgen umgefallen bin ich kurz bewusstlos gewesen wobei ich im nachhinein also weiß dass es mit der Medikamenteneinnahme zu tun haben kann ich hab dann mal Psychopharmaka eingenommen

156: ich hab dann mal Psychopharmaka eingenommen relativ hoch dosiert auch so wie mir der Arzt das, der Psychologe damals dann auch vorgegeben hatte

206: weil ich auch leichte äh äh psychisch schon ein bisschen also vegetativ so ein bisschen zur Hyperventilation neige

339: diese depressiven Verstimmungen die ich ja auch früher schon hatte die äußern sich bei mir an und für sich immer in der Form äh dass ich mich dann immer morgens sehr unwohl fühle dass ich also starken Kopfdruck habe dass ich so so Verkrampfungen im Gesichtsbereich habe um die Augen herum, und dass ich unter Schwindel- und Benommenheitsgefühle leide

382: also jetzt, Depressionen und und Angststörungen äh auseinander zu halten das ist für mich sowieso sehr schwierig das kann ich also gar nicht so sagen nur äh im Laufe der Zeit, meine ich! dass das bei mir mehr äh mehr ne Angststörung ist mit mit depressiver Tendenz

388: ich würde auf keinen! Fall von mir aus sagen dass ich grundsätzlich in erster Linie depressiv bin und dass dann äh die die die Ängste irgendwie eine Komponente



sind der Erscheinung sondern wenn dann umgekehrt also die Angststörung dominierend! ist bei mir

453: um darauf zu kommen ist es schon so dass ich äh dass ich auch weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause

895: äh im Laufe der Zeit, meine ich! dass das bei mir mehr äh mehr ne Angststörung ist mit mit depressiver Tendenz 393: die Angststörung dominierend! ist bei mir

498: früher (...) in meinem scheinbaren! gesunden Zustand ja mh

504: ich bin bin also gerade jetzt seit ein paar Wochen äh bei uns in Neuss in der äh da in der äh psychologischen Ambulanz (...) die (Ärztin) hat empfohlen wieder mal Psychopharmaka zu nehmen

573: die (Therapie) habe ich also begonnen nachdem ich dann ein Jahr aus dem Berufsleben ausgeschieden bin und äh dann plötzlich in diese Krise kam ich war ja beruflich äh sehr engagiert als Diplom-Ingenieur und äh mit Führungs- die Führungsverantwortung (...) das war natürlich dann ein starker, Abstrich

588: nach einem Jahr stellte ich fest, dass äh da sind doch Leeren und da ist vieles nicht ersetzt worden was vorher für mich bereit halt war im Berufsleben

599: weil ich mich dann plötzlich massiv mit dem Älterwerden beschäftigte und äh dadurch kam ich dann in diese Krise also zu diesen zu dieser Angststörung, die zu Depressionen führte

815: ja ja ja (Frage nach Bewusstsein über größere körperliche Verletzbarkeit im Alter) (...) und das ist ja auch für Sie als äh Psychologe immer wichtig äh wirtschaftliche Ängste oder Ängste im im Familien- und Beziehungskreis äh die spielen dabei keine so große Rolle bei mir

1043: das ist natürlich auch alles für mich mit Ängsten verbunden das, dann kommen manchmal auch äh vegetative Störungen, so, na ja wie soll ich das jetzt so so schildern, auf jeden Fall äh äh körperliche gewisse Symptomatik, die so ohne Grund nicht erklärbar ist ne wie auch große Unruhe und vielleicht auch noch ein bisschen bisschen erhöhte Herzfrequenz und all so Dinge zeitlich also Un-! die Unruhe ist dann vor allen Dingen

1327: also Ausgangspunkt war waren die bei mir damals anstehenden äh psychosomatischen Erscheinungen ne mit den körperlichen Beschwerden die ich schon schilderte insbesondere dem Schwindel die Benommenheit und äh die Ängste auch dazu

Krankheit wird angesprochen	JA
Alleinsein wird angesprochen	JA
Vergesslichkeit wird angesprochen	
Innere Unruhe wird angesprochen	JA
Innere Druck wird angesprochen	
Antriebslosigkeit wird angesprochen	JA
Nervosität wird angesprochen	
Ängste wird angesprochen	JA
Panik(-attacken) wird angesprochen	
Lethargie wird angesprochen	
Negatives Denken wird angesprochen	
Perfektionismus wird angesprochen	
Interesselosigkeit wird angesprochen	
Depression wird angesprochen	JA
Krankheit von Angehörigen wird angesprochen	
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen	JA
Labilität wird angesprochen	JA
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen	
Überlastung wird angesprochen	
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen	
Psychosomatische Symptome:	
Schwindel	JA
Kopfschmerz	
Bewusstlosigkeit	JA
Hyperventilation	JA
Luftnot	
Zittern	
Taubheitsgefühle	
Verspannungen	JA
Übelkeit	
Aufstoßen	
Herzschmerzen	
Schweißausbrüche	
Schlafstörungen	
Genannte Ursachen/ Anlässe:	
Kindheit	
Mutterbedingt	
Berentung	JA
Krankheit	JA
Älterwerden	JA
Alleinsein	
Auseinandersetzungen mit anderen	
Verbesserung der Symptomatik	JA
Verschlechterung der Symptomatik	

Frau G:

25: ich denk mal meine Beschwerden ich weiß schon woher sie kommen beziehungsweise was der Auslöser dafür ist nur (Lachen) man weiß zwar vieles aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer

92: das ist wie gesagt wenn ich mich ich darf mir nicht körperlich so viel zumuten

95: das ist auch so ein bisschen tagesabhängig (...) dann ist das Mittagessen kochen schon eine Last und das Spülen sowieso schon und oh ja (Stöhnen) und dann gibt's Tage da macht mir das gar nicht aus dann kann ich nachmittags noch was weiß ich machen und dann ist alles okay

105: also wenn ich nicht drauf achte dass ich äh nicht zu viel tue ja das ich nicht zu viel tue dann fängt das an mit ich kriege schlecht Luft ja es fängt an mit ich kriege schlecht Luft mir geht es nicht gut so allgemein ja ich fühle mich ja schlecht (...) ich habe so den Eindruck ich kippe jeden Moment um das ist so das erste Stadium wenn ich nicht darauf eingehe dann das zweite Stadium ist dann kommt das Zittern der Knie also dann der Beine und ich ich gucke dann schon immer wo ist ein Stuhl wo kann ich mich setzen so gehe ich nicht drauf ein oder mache das dann vielleicht nur zehn Minuten dass ich darauf eingehe dann ist die nächste Station, Moment mal wie war das denn was wurde denn dann eingeschaltet? dann kriegte ich genau dann kamen Herzschmerzen ne Quatsch Herzrhythmusstörungen so

Herzrhythmusstörungen die hatte ich auch schon vor vielen Jahren gehabt aber das sind auch nur so Auslöser wenn ich überfordert bin körperlich

Herzrhythmusstörungen, wenn ich nicht darauf eingehe, dann geht das los mit ja Kribbeln in den Händen in den Beinen dann ist alles stirbt alles ab und Herzschmerzen Herzschmerzen bis zum geht nicht mehr

125: das hab ich jetzt wie gesagt bei diesem Umzug so durchlebt

132: ich sag 'das geht ja gar nicht ja ich kann mich da nicht ausklinken und sagen ich bin jetzt für ne Woche weg nur weil es mir jetzt schlecht geht'

146: mein Mann der schimpft dann immer 'ja dann leg dich doch hin dann setz dich doch hin' ich sag 'ja was nützt mir das denn? wenn ich mich dann fünf oder zehn Minuten lang hinsetze' 151: aber das es es bringt ja nichts das ist für mich nichts ne

154: ich sag das liegt also die ganze Wurzel liegt bei mir in der Kindheit ja ich habe als Kind sehr sehr schwer körperlich arbeiten müssen ja also ich sag jetzt mal ne sieben- achtjährige ein Zentner Weizen auf dem Rücken und je nach jetzt vielleicht noch mal so drei vierhundert Meter zum Opa gebracht das war so nix für mich ne

also jeden Tag schwere körperliche Arbeit ja wirklich wir hatten Landwirtschaft und ich habe jeden erwachsenen Mann ersetzt auf dem Feld

165: ich merke das in meinem ganzen Leben wenn's immer sehr sehr viel war dann ja dann kriegte ich Herzrhythmusstörungen

173: ich sagte der Körper ist irgendwo wenn ich das so als Laie beurteilen müsste bin ich irgendwo ausgelaugt schon lange ne nur wie gesagt im Laufe der Jahre gut ich habe geheiratet ich habe Kinder bekommen und da fing das schon an

179: ich konnte mich nicht auf den Beinen halten ich habe gezittert und jeder war immer im Glauben das ist der Kreislauf oder das Herz

192: es war jetzt nichts organisches körperliches sondern ich denke ja so mehr so diese Überanstrengung

202: wenn ich kaum was tue und so weiter dann geht's mir gut wie gesagt wenn ich dann gut geschlafen hab und das Schlafen das ist immer noch ein Problem

219: und bevor das anfing (ihre psychosomatischen Beschwerden) das hat sich ja auch so ganz allmählich aufgebaut

224: ich sitze unten am Wäschezimmer (Situation während der Arbeit) es wird mir ganz komisch ich war richtig weg ja, hatte furchtbare Herzschmerzen, und hinten im Rücken war wie so ein Taubheitsgefühl

231: und ich denke mal vielleicht ist auch so von den Wechseljahren dass die Psyche dann oder vielleicht dass dann die Psyche sich dann irgendwie gemeldet hat 'hallo so geht's nicht mehr' oder ich weiß das nicht

595: das Merkwürdige ist also da wundere ich mich ja sowieso ich bin ja sage ich mal körperlich nicht so belastbar aber! was ich sehr gut kann ich sag mal wenn es mir jetzt sehr schlecht gehen würde mein Fahrrad schnappen und sage ich mal manchmal drei Stunden durch den Wald fahren das kann ich da hab ich überhaupt keine Beschwerden weder Atembeschwerden noch zittern mir die Knie noch tut mir irgendetwas weh 617: und bin wirklich nur im Wald bin nur mit mir alleine und das kann niemand verstehen 626: ja alleine durch den Wald und dann vor allen Dingen da ist ja nichts! weit und breit kein Haus kein Nichts sondern nur Wald

630: und für mich ist das herrlich ich bin mit mir alleine mit meinem Fahrrad ich brauch mit keinem zu sprechen ich gehe meinen Gedanken nach und es ist einfach nur herrlich und dann tut mir nichts weh ich habe keine weder Rückenschmerzen noch Kopfschmerzen noch tut mir irgend etwas weh, es ist wunderschön

Krankheit wird angesprochen  
Alleinsein wird angesprochen

Vergesslichkeit wird angesprochen	
Innere Unruhe wird angesprochen	
Innere Druck wird angesprochen	
Antriebslosigkeit wird angesprochen	JA
Nervosität wird angesprochen	
Ängste wird angesprochen	
Panik(-attacken) wird angesprochen	
Lethargie wird angesprochen	
Negatives Denken wird angesprochen	
Perfektionismus wird angesprochen	
Interesselosigkeit wird angesprochen	
Depression wird angesprochen	
Krankheit von Angehörigen wird angesprochen	
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen	
Labilität wird angesprochen	
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen	JA
Überlastung wird angesprochen	JA
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen	JA

Psychosomatische Symptome:

Schwindel	
Kopfschmerz	
Bewusstlosigkeit	
Hyperventilation	
Luftnot	JA
Zittern	JA
Taubheitsgefühle	JA
Verspannungen	
Übelkeit	
Aufstoßen	
Herzbeschwerden	JA
Schweißausbrüche	
Schlafstörungen	JA

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit	JA
Mutterbedingt	
Berentung	
Krankheit	
Älterwerden	
Alleinsein	
Auseinandersetzungen mit anderen	

Verbesserung der Symptomatik  
 Verschlechterung der Symptomatik

Frau I:

18: das waren ja meine Schmerzen die ich damals hatte also vom Nacken ausgelöst und das ging also über Monate und bis ich dann schließlich in die Gruppe kam war es schon etwas besser 25: ja das war der äh der Anlass

29: ja mit Verspannungen und Schmerzen vor allen Dingen

52: also ich mache Gymnastik ne gezielte Gymnastik (gegen die Schmerzen)

285: wenn ich also in schlechte Stimmung gerate 293: ja dass gibt's manchmal das passiert halt (...) das passiert mhmh da gibt's jetzt nicht unbedingt so bestimmte Anlässe

298: na ja wenn's wenn's irgend welche äh äh schlimme Dinge sind also dann äh das ist das muss dann natürlich dann auch wieder runter da bin ich nicht sehr stabil mehr das hab ich also schön öfter mal gemerkt wenn irgend welche Sachen passieren dann ha dann denke ich 'mein Gott das das kannst du kaum mehr aushalten' aber ich fang mich dann auch wieder

Krankheit wird angesprochen

Alleinsein wird angesprochen

Vergesslichkeit wird angesprochen

Innere Unruhe wird angesprochen

Innere Druck wird angesprochen

Antriebslosigkeit wird angesprochen

Nervosität wird angesprochen

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Negatives Denken wird angesprochen

Perfektionismus wird angesprochen

Interesselosigkeit wird angesprochen

Depression wird angesprochen

Krankheit von Angehörigen wird angesprochen

Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen

Labilität wird angesprochen

JA

Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen

Überlastung wird angesprochen

Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen

Psychosomatische Symptome:

Schwindel

Kopfschmerz

Bewusstlosigkeit

Hyperventilation

Luftnot

Zittern

Taubheitsgefühle

Verspannungen

JA

Übelkeit

Aufstoßen  
Herzbeschwerden  
Schweißausbrüche  
Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit  
Mutterbedingt  
Berentung  
Krankheit  
Älterwerden  
Alleinsein  
Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik  
Verschlechterung der Symptomatik

Herr J:

56: ja bedingt war äh das natürlich äh aufgrund des Aufenthaltes, in der Tagesklinik wo ich taggenau drei Monate war

63: und dann bin ich aber äh auf eigenes Bestreben, äh sage ich mal habe ich da ein bisschen darauf hingearbeitet dass ich dann meinte auch gehen zu können und zu können! weil ich mich A sowieso, in den drei Monaten ganz gut fühlte und äh speziell auf diese Gruppentherapie und dann kämen wir praktisch schon hier zu diesem Kreis

219: ja ich Ängste Panikattacken

221: und ich sage mal im Prinzip auch ein negatives Denken

223: das negative Denken ist ist stärker geworden würde ich würde ich heute sagen so! negativ wie ich zum Teil heute die Sachen, sehe äh habe ich sie auch in der in der Tagesklinikzeit noch nicht gesehen

238: war letztendlich so dass ich vorher schon äh, zwei Jahre oder was zu dem, Professor Odd gegangen bin

251: und dann bin ich irgendwann dadurch auch, zu dem Professor Tress in die Landesklinik gekommen

256: äh und Ursache dieser ganzen Geschichten sind sicher welche auch die weit zurück liegen also mutterbedingt

383: und das alles! zusammen (Insolvenz seiner Firma) äh hat mich dann veranlasst doch irgendwo hierhin zu gehen weil dann ich doch mir sehr viel Gedanken gemacht habe im Vorfeld auch schon, was ja nicht ausbleibt, äh auch finanzieller Art Gedanken mein Gott was wäre wenn?

408: eben wie gesagt dann dann aus ich habe, tausend Gedanken ich wachte morgens um fünf Uhr auf und hatte tausend Gedanken und kam nicht mehr raus ich habe mich versucht zu entspannen und es ging nicht ich ich hatte Schweißausbrüche ich drehte mich rechts drehte mich links es funktionierte nichts

418: vier vier Jahre (ist das jetzt her) die Anfänge liegen wahrscheinlich noch viel weiter zurück

428: also als ich zu Herrn Doktor Odd gegangen bin äh da bin ich bestimmt auch eineinhalb zwei Jahre hin gegangen aber ganz unsystematisch also nicht regelmäßig jede Woche

436: und dann war ich einmal in Italien da hatte ich mal eine ganz schlimme Nacht, äh da hatte ich wieder diese, Panikattacke und ich mir ging es ganz ganz übel und ganz ganz schlecht

599: es ist oft so dass wenn ich dann vom Arzt komme der sagt 'es ist nichts' dann geht es mir besser (Ausatmen)

605: und augenblicklich habe ich sehr sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und äh schlecht

611: auch wenn ich morgens aufwache wieder dann merke ich erst bin ich ganz ruhig, und wenn ich dann einen Moment wach bin dann fängt das Herz wieder mehr an zu schlagen also zu bubbern, und dann fängt es mit den Gedanken an und dann werde ich auch unruhiger 620: am besten würde es immer sein wahrscheinlich ich würde sofort! Aufstehen duschen und irgendetwas machen dann ist das wieder fertig

625: aber das mit der Übelkeit das habe ich schon schon wieder relativ lange

633: ob davon (von den Gallensteinen) diese diese ewige Übelkeit kommt kann ich nicht beurteilen

637: die normale Internistin sagt immer 'psychosomatisch'

663: und dieses dieses leere Aufstoßen äh das habe ich eben auch wenn ich nervös bin wenn ich unter Druck bin

820: ich denke mal vielleicht beim Waldlaufen nicht ganz so doll aber bei allen anderen Dingen äh da konnte ich raus da war ich weg da habe ich keinerlei Belastung gemerkt da konnte der Druck so groß sein wie er wollte, das war weg für mich beim Sport und hinterher ging es mir dann auch immer gut

877: auch wieder eine Geschichte die mich drückt (Hautkrebs)

994: das belastet mich schon 996: nein es sind (...) finanziell äh ist das kein (Problem mit seinen Häusern) sicherlich ist es auch der Gedanke an das Finanzielle



1012: ich könnte die auch leer stehen lassen ich könnte auch zurecht kommen also  
äh das kann es nicht sein

1305: ich nehme übrigens auch zurzeit jetzt wieder diese diese Refluxgeschichte da  
nehme ich ein Medikament dagegen und äh nur bei Bedarf und äh da nehme ich,  
Psycho, eine Tablette eine Insidon fünf fünfzig Milligramm

1324: und für mich ist eine Tablette immer was äh wo ich vielleicht meinem Körper  
mehr schade als gut tue (...) und deshalb dosiere ich häufig gerne weniger als ich  
vielleicht sollte nehme 1340: ich nehme jetzt morgens eine wenss wenn ich das  
Gefühl habe mir ist gar nicht so ganz dann nehme ich vielleicht abends auch noch  
eine aber nur auf Bedarf ich habe Monate nichts genommen

1377: na gut aber ich nehme es dann doch vorsichtshalber dass ich sage dem Druck  
muss ich entgehen dann kann ich auch ein bisschen was nehmen und ich weiß auch  
von mir eigentlich, dass ich wenn ich das Gefühl habe ich brauche es nicht es sofort  
auch wieder weglasse

Krankheit wird angesprochen	JA
Alleinsein wird angesprochen	
Vergesslichkeit wird angesprochen	
Innere Unruhe wird angesprochen	
Innere Druck wird angesprochen	JA
Antriebslosigkeit wird angesprochen	
Nervosität wird angesprochen	
Ängste wird angesprochen	
Panik(-attacken) wird angesprochen	JA
Lethargie wird angesprochen	
Negatives Denken wird angesprochen	JA
Perfektionismus wird angesprochen	
Interesselosigkeit wird angesprochen	
Depression wird angesprochen	
Krankheit von Angehörigen wird angesprochen	
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen	JA
Labilität wird angesprochen	
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen	
Überlastung wird angesprochen	
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen	JA

Psychosomatische Symptome:

Schwindel  
Kopfschmerz  
Bewusstlosigkeit  
Hyperventilation  
Luftnot  
Zittern  
Taubheitsgefühle  
Verspannungen

Übelkeit	JA
Aufstoßen	JA
Herzprobleme	JA
Schweißausbrüche	JA
Schlafstörungen	
Genannte Ursachen/ Anlässe:	
Kindheit	
Mutterbedingt	JA
Berentung	JA
Krankheit	
Älterwerden	
Alleinsein	
Auseinandersetzungen mit anderen	JA
Verbesserung der Symptomatik	
Verschlechterung der Symptomatik	JA

#### 4. Subjektives Wohlbefinden und aktuelle Lebensqualität

Frau A:

10: ja also im Moment geht's mir nicht gut (bedingt durch den aktuellen Gesundheitszustand: Krebs, Metastasen, Herz)

22: na ja man ist schon ein bisschen mehr belastend (durch den aktuellen Gesundheitszustand)

850: das hat meine Umgebung natürlich ein bisschen verschönt und ich muss ganz ehrlich sagen ich fühl mich da drin wohl (in der neu gestalteten Umgebung)

es geht nicht gut	
krankheitsbedingt geht es nicht gut	JA
es geht nicht schlecht	
es geht besser	
es geht besser mit Antidepressiva	
es geht gut	
im Urlaub ging es sehr gut	

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)	JA
aktuelle Belastungen	
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen	
Freude an kleinen Dingen	JA
Zufriedenheit	
Keine Zufriedenheit	
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage	
negatives Denken hat zugenommen	

Herr B:

163: es ist nicht so dass wir jetzt am dass es uns schlecht geht oder was oder wir sind also schon ein bisschen versorgt aber es fuchst einen dass man eben halt, nicht mehr so viel Einkommen hat (Arbeitsprozess und Berentung)

177: man schränkt sich dann ein oder oder kann eben halt dann nicht alles machen was man machen möchte

184: ach die (Stimmung) ist an für sich jetzt im Moment nicht so schlecht, die ist nicht nicht sehr schlecht was mich immer wie gesagt ärgert ist wenn ich etwas vergessen habe ist dann aber wie gesagt im Moment und dann irgendwann ist das dann auch wieder +vorbei

es geht nicht gut

krankheitsbedingt geht es nicht gut

es geht nicht schlecht

JA

es geht besser

es geht besser mit Antidepressiva

es geht gut

im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)

JA

aktuelle Belastungen

Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen

Freude an kleinen Dingen

Zufriedenheit

Keine Zufriedenheit

„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

negatives Denken hat zugenommen

Frau C:

207: also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die immer nur ja sagt und ich muss sagen damit geht's mir besser ich muss Geduld haben

(Veränderung von alten Verhaltensmustern)

304: und in diesem jetzt, da fühl ich mich wohler

324: ich bemühe mich mehr rauszugehen

es geht nicht gut

krankheitsbedingt geht es nicht gut

es geht nicht schlecht

es geht besser

JA

es geht besser mit Antidepressiva

es geht gut

im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)

aktuelle Belastungen  
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen  
Freude an kleinen Dingen  
Zufriedenheit  
Keine Zufriedenheit  
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage  
negatives Denken hat zugenommen

Herr D:

40: im Moment bin ich sehr äh sehr gestresst muss ich sagen, und zwar, kommen da viele Faktoren zusammen (...) am Freitag da habe ich meine Frau ins evangelische Krankenhaus gebracht 82: bin ich also so ein bisschen na ja ich bin immer so ein bisschen dann in Sorge 92: ich bin dann, mit krank und das ging ja schon die ganze Woche man ist dann in Sorge

290: eine Erleichterung nicht mehr diesen Job zu haben

398: ja! (...) und haben da unheimlich nette Leute kennen gelernt (bei der Reise in Ägypten)

422: keine! Lust da habe ich keine Lust zu (in die Stadt zu fahren / Shopping)

425: ich keinen Trieb davon keinen Antrieb dass ich da also so diese Shopping äh Exzesse machen muss

799: ja manchmal fühle ich mich eben auch ein bisschen (Seufzer) ja so ein bisschen zerschlagen

es geht nicht gut

JA

krankheitsbedingt geht es nicht gut

es geht nicht schlecht

es geht besser

es geht besser mit Antidepressiva

es geht gut

im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)

aktuelle Belastungen

JA

Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen

JA

Freude an kleinen Dingen

Zufriedenheit

Keine Zufriedenheit

„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

negatives Denken hat zugenommen

Frau E:

91: und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut (mit Antidepressiva)

118: ich bin froh dass die Antidepressiva geholfen haben nämlich ich hätte hätte  
sonst nicht gewusst wie es weiter gehen sollte

138: eigentlich ich muss also sagen ich habe ein sehr schönes Leben

146: mein Leben ist eigentlich ausgefüllt

179: ja das, könnte man ist ja, (lachen) eigentlich nie zufrieden (auf die Frage: Sie  
haben ein schönes Leben?)

es geht nicht gut

krankheitsbedingt geht es nicht gut

es geht nicht schlecht

es geht besser

es geht besser mit Antidepressiva

JA

es geht gut

im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)

aktuelle Belastungen

Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen

Freude an kleinen Dingen

Zufriedenheit

Keine Zufriedenheit

„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

JA

negatives Denken hat zugenommen

Herr F:

10: ist eine ein erneutes aktuelles Ereignis aufgetreten für mich, was mich äh auch  
von der Psyche her noch! belastet (Bypass-OP)

64: ansonsten fühle ich mich jetzt wieder ganz wohl aber letztendlich waren das dann  
die Dinge die mir auf die Psyche gegangen sind

540: dass es mir immer besser geht

es geht nicht gut

krankheitsbedingt geht es nicht gut

JA

es geht nicht schlecht

es geht besser

JA

es geht besser mit Antidepressiva

es geht gut

im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)

aktuelle Belastungen

Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen

Freude an kleinen Dingen

Zufriedenheit

Keine Zufriedenheit

„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

negatives Denken hat zugenommen

Frau G:

20: äh jo gut würde ich sagen (Lachen) (Frage wie es ihr geht)

35: das waren ganz schlimme Wochen die letzten Wochen (kurzes Lachen) ich bin umgezogen also heute vor drei Wochen

368: ja das stimmt ja ja vor allem wo es mir sehr gut ging wir waren ja drei Monate in Thailand wissen Sie (...) das war natürlich eine tolle Zeit da ging's mir super (...) wir haben im Hotel gewohnt und den ganzen Tag halt nur schöne Dinge gemacht die mir uns gerade einfielen nur nicht überanstrengen nur nicht viel gelaufen man fährt ja in Thailand sehr preiswert mit dem Taxi überall hin ach das war herrlich (Lachen) ich brauchte nicht zu kochen nicht zu waschen ach das war richtig toll

385: aber ich kann nicht immer in Thailand bleiben (Lachen)

es geht nicht gut	JA
krankheitsbedingt geht es nicht gut	
es geht nicht schlecht	
es geht besser	
es geht besser mit Antidepressiva	
es geht gut	
im Urlaub ging es sehr gut	JA

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)	
aktuelle Belastungen	JA
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen	
Freude an kleinen Dingen	
Zufriedenheit	
Keine Zufriedenheit	
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage	
negatives Denken hat zugenommen	

Frau I:

Herr J:

223: das negative Denken ist stärker geworden würde ich würde ich heute sagen so! negativ wie ich zum Teil heute die Sachen, sehe

525: auch da denke ich nun sehr, negativ und jetzt in der jüngsten Vergangenheit die letzten Monate wieder verstärkt

605: und augenblicklich habe ich sehr sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und äh schlecht

682: warum das jetzt wieder, anfängt kann ich eventuell auch begründen weil, ich suche mir ja selber Erklärungen äh ich habe die letzten, zwei Monate ziemlich viel, im privaten Umfeld, also nicht nicht privat jetzt mit meiner Frau oder oder aber äh mit

Handwerkern zu tun, wir renovieren ein Bad da das zieht sich jetzt schon sechs Wochen

744: denke ich ist es die Belastung die mich im Moment jetzt ein bisschen sehr runter zieht

971: tja wie zufrieden bin ich denn damit?

975: das ist okay ich, ich habe auch äh im Grunde überhaupt keinen Grund zu klagen nur die Belastung zum Beispiel jetzt aus dieser, Mieterecke und und aus Hauseigentümerecke

1177: ich bin bin zufrieden mit meinem Leben bin auch zufrieden mit meiner, meiner Umwelt und mit meinem Tagesablauf an und für sich

1220: und deshalb muss ich auch mit meinem Leben zufrieden sein was ich im Moment eben nicht bin weil zu viel Unruhe ist und ich gar nicht mehr dazu komme, zu relaxen auszuruhen dann ist schon wieder was Neues dann geht schon wieder das Telefon und schon ein neues Problem und im Moment kann ich nicht mehr, bin ich richtig ein bisschen down

2016: Ihnen auch sagen wollte dass es mir im Moment eben nicht so gut geht weil das eben jetzt der Fall wo es mir im Moment eben ja ich fühl mich nicht so toll jetzt

es geht nicht gut	JA
krankheitsbedingt geht es nicht gut	
es geht nicht schlecht	
es geht besser	
es geht besser mit Antidepressiva	
es geht gut	
im Urlaub ging es sehr gut	

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)	
aktuelle Belastungen	JA
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen	
Freude an kleinen Dingen	
Zufriedenheit	
Keine Zufriedenheit	JA
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage	JA
negatives Denken hat zugenommen	JA

## 5. Alter und Altern

(Bedeutung des Themas Alter/Fähigkeiten und Möglichkeiten im Alter)

Frau A:

726: ich hab da noch nie Probleme mit gehabt (mit dem Thema Alter)

728: also ich hab immer in den Zeitungen gelesen wenn die Leute 40 werden oder 50 die Frauen dann drehen die durch, ich hab immer drauf gewartet dass ich durchdreh. tue ich aber nicht

735: ich freue mich dass ich so alt geworden bin

738: das ist jetzt ne andre Lebenseinstellung ich freue mich über jedes Jahr das ich länger lebe

827: oh ich mein ich hab mich früher nie so für Wohnungseinrichtung und schön machen interessiert, eigentlich nicht, da fange ich jetzt sehr stark an

839: den unnützen Kram den fang ich jetzt an zu kaufen und zu dekorieren (lacht)

846: ja. +da ist was zu kurz gekommen (...) das hab ich jetzt entdeckt ja

Annahme des Alters JA

Hadern mit dem Altern

Positive Einstellung zum Alter JA

Negative Einstellung zum Alter

Neue Interessen JA

Neue Lebenseinstellung JA

Altersangepasste Verhaltensumstellung

Empfindlicher werden

Gedanken an Tod

Gedanken an Krankheit

Ängste durch das Alter

Einsamkeit

Vergesslichkeit

Nachlassende Leistungsfähigkeit

Körperlicher Verfall

Weniger Zeit bleibt

Mehr Zeit steht zur Verfügung

Herr B:

1090: (P:00:00:04) das Alter mit dem Alter habe ich kein Problem also ich persönlich überhaupt nicht

1280: (p:00:00:05) äh, ich fühle mich noch nicht, in dieser Altersklasse es ist für mich noch kein Thema



1315: wir versuchen von der Ernährung her äh uns ein bisschen äh fit zu halten  
durch Sport ein bisschen fit zu halten

1320: aber der Gedanke schwebt schon vor es kann schnell zu Ende gehen

Annahme des Alters  
Hadern mit dem Altern  
Positive Einstellung zum Alter  
Negative Einstellung zum Alter

Neue Interessen  
Neue Lebenseinstellung  
Altersangepasste Verhaltensumstellung JA  
Empfindlicher werden  
Gedanken an Tod JA  
Gedanken an Krankheit  
Ängste durch das Alter  
Einsamkeit  
Vergesslichkeit  
Nachlassende Leistungsfähigkeit  
Körperlicher Verfall  
Weniger Zeit bleibt JA  
Mehr Zeit steht zur Verfügung

Frau C:

248: nun bin ich ja siebzig geworden und das war auch ein das ist ein schlimmer  
Abschnitt (...) also ich hab noch nie Probleme mit dem Alter gehabt noch nie da hab  
ich überhaupt nicht daran gedacht und wie's jetzt auf die siebzig zugeht (...) da  
wurde es mir sehr Angst erstensmal die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer

290: als ich sechzig war äh da war ich da hatte hatte ich die Gedanken von heute  
noch nicht (dass sie im jetzt leben muss)

296: so und jetzt mit siebzig weiß ich nicht was mich da so ein bisschen auch in die  
in die Enge treibt

780: im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen  
Jahren

1014: durch diese Enttäuschungen die man eben auch im Laufe seines Lebens äh  
erlebt hat, ist man vorsichtiger je älter man wird je vorsichtiger wird man und schließt  
sich eben nicht mehr so schnell anderen an und dann kommt eben erst die Mauer

1033: ja die siebzig die siebzig hart

1122: ja natürlich das Ende das Ende (Ängste und Sorgen vor dem 80. Geburtstag)  
das Ende

Annahme des Alters  
Hadern mit dem Altern JA

Positive Einstellung zum Alter	
Negative Einstellung zum Alter	JA
Neue Interessen	
Neue Lebenseinstellung	JA
Altersangepasste Verhaltensumstellung	
Empfindlicher werden	
Gedanken an Tod	JA
Gedanken an Krankheit	
Ängste durch das Alter	JA
Einsamkeit	JA
Vergesslichkeit	
Nachlassende Leistungsfähigkeit	
Körperlicher Verfall	
Weniger Zeit bleibt	JA
Mehr Zeit steht zur Verfügung	

Herr D:

553: man wird nicht jünger und jetzt kommen solche Wehwehchen

695: ja doch je älter man wird schon (Sorge um die eigene Gesundheit) 739: man beobachtet sich mehr vielleicht ein bisschen mehr

739: man man beobachtet sich mehr vielleicht

752: manchmal gucke ich in den Spiegel und denke 'mein Gott Du wirst dieses Jahr neunundfünfzig das kann doch wohl nicht wahr sein' manchmal sehe ich aus wie neunundsechzig aber manchmal denke ich 'ah für neunundfünfzig siehst Du auch noch nicht so aus' so und äh aber trotzdem ist man nicht mehr so fit

758: ich merke es daran ich bin ja auch nicht mehr derjenige der jetzt sagen wir mal wie früher weil aufgrund, von ja Faulheit? Lethargie? bin ich nicht mehr so derjenige der jetzt sagt bei so einem Wetter 'zack jetzt das Fahrrad raus und fünfzig Kilometer fahren'

788: man achtet doch mehr auf seine Gesundheit oder man äh man äh verändert sich und äh Haare! werden weniger

794: so nach dem Motto 'och da sind wir ja noch gut dran' in Anführungszeichen (bezogen auf ihr Aussehen im Vergleich zu Jüngeren)

1572: manchmal fühle ich mich eben nicht so, vom Alter her, also da meine ich immer du bist im Kopf noch jung gewesen geblieben andererseits denke ich aber, du hast schon äh Einstellungen äh wie einer äh das entsprechend, als Beispiel jetzt spontan dass ich sage 'Mensch also ich kann nicht mehr diese diese Musik so wahnsinnig laut hören'

1582: dann denke ich 'mein Gott du bist doch noch nicht so alt'

1593: also das Alter ist schon ich hätte nicht gedacht dass es auf einmal so schnell geht

1600: mein Gott das ist also und jetzt ist alles schon vorbei das kann doch nicht wahr sein

1609: Aktivitäten sind's genug nur man meint immer! es ist zu wenig oder ich meine dann immer es wäre zu wenig weil man früher viel mehr gemacht hat aber dann es ist es ist damit und das muss ich akzeptieren es ist und das akzeptier ich mittlerweile auch dass ich sage 'ne Schluss'

Annahme des Alters	JA
Hadern mit dem Altern	
Positive Einstellung zum Alter	
Negative Einstellung zum Alter	

Neue Interessen	
Neue Lebenseinstellung	
Altersangepasste Verhaltensumstellung	JA
Empfindlicher werden	JA
Gedanken an Tod	
Gedanken an Krankheit	
Ängste durch das Alter	
Einsamkeit	
Vergesslichkeit	
Nachlassende Leistungsfähigkeit	JA
Körperlicher Verfall	JA
Weniger Zeit bleibt	JA
Mehr Zeit steht zur Verfügung	

Frau E:

523: also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn, aber eigentlich belastet mich das nicht so sonderlich

543: ja Alter? ich denke da an an Krankheiten und vor allen Dingen was ich festgestellt habe bei mir was so erschreckend ist ist meine Vergesslichkeit ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

566: ja Zeit vor allen Dingen (positives am Alter) dass man mehr Zeit zur Verfügung hat (...) mehr Muße ja

Annahme des Alters	JA
Hadern mit dem Altern	
Positive Einstellung zum Alter	
Negative Einstellung zum Alter	

Neue Interessen

Neue Lebenseinstellung	
Altersangepasste Verhaltensumstellung	
Empfindlicher werden	
Gedanken an Tod	
Gedanken an Krankheit	JA
Ängste durch das Alter	JA
Einsamkeit	
Vergesslichkeit	JA
Nachlassende Leistungsfähigkeit	
Körperlicher Verfall	JA
Weniger Zeit bleibt	
Mehr Zeit steht zur Verfügung	JA

Herr F:

142: da sind natürlich unterschwellig immer so gewisse gesundheitliche Dinge die da ne Rolle spielen vor allem mit zunehmendem Alter und ähm die hab ich früher nicht so gehabt also als ich meinen als ich meinen Organismus als sehr stabil sah für mich persönlich da habe ich diese Problem nicht gehabt

150: nur mit zunehmendem Alter als ich dann so mal Mitte sechzig so auf die siebzig zunging äh da entstanden diese Dinge, am Anfang nur durch durch, Erscheinungen die mir aber sehr viel Angst einflößten wie zum Beispiel bin ich da mal einen Morgen umgefallen bin ich kurz bewusstlos gewesen

595: es kam auch dann dazu dass als ich dann im Ruhestand war auch irgendwie äh äh eine zweite weitere Phase meines Lebens, begonnen hatte nämlich das Älterwerden weil ich mich dann plötzlich massiv mit dem Älterwerden beschäftigte und äh dadurch kam ich dann in diese Krise also zu diesen zu dieser Angststörung, die zu Depressionen führte

762: dass ich da überall Abstriche machen muss das ist aber bei mir vom Bewusstsein her so angelegt äh das sehe ich auch nicht als Manko an, sondern äh auf der anderen Seite äh sehe ich dann so diesen Bereich des Alterns auch als vorteilhaft an dass du dann einfach dass man viel mehr seinen äh anderen Neigungen nachgehen kann, alles mehr in Ruhe! in Gelassenheit äh wahrnehmen kann äh es bringt also insgesamt alles sehr viel Vorteile dass man sich auch mehr mit geistigen geistigen Dingen beschäftigen beschäftigen kann 776: und das ist mir auch vom Bewusstsein her klar! an für sich, nur das Bewusstsein muss dahingehend noch mehr gestärkt werden ne also äh ich bin jetzt nicht mehr in der Angst dass ich noch ich sag's mal so Bäume ausreißen muss ähnlich wie früher (...)

äh sondern äh schon ein bisschen äh mich mehr und mehr nur so mit mit schönem Buschwerk, beschäftige

795: ein bisschen stören mich weiterhin immer noch die, verbleibenden Ängste ne die die also durch Krankheiten wie es ja nun im Alter ist, natürlich immer wieder erneut äh aktualisiert werden

Annahme des Alters

Hadern mit dem Altern

JA

Positive Einstellung zum Alter

Negative Einstellung zum Alter

Neue Interessen

Neue Lebenseinstellung

Altersangepasste Verhaltensumstellung

Empfindlicher werden

Gedanken an Tod

Gedanken an Krankheit

JA

Ängste durch das Alter

JA

Einsamkeit

Vergesslichkeit

Nachlassende Leistungsfähigkeit

JA

Körperlicher Verfall

Weniger Zeit bleibt

Mehr Zeit steht zur Verfügung

Frau G:

325: wenn man so in einem gewissen Alter man kriegt das auch nicht so ganz (verändert)

677: (ich) frage ihn (Ehemann) auch ständig, ob's ihm gut geht (Lachen) (...) warum weiß ich jetzt nicht (Lachen) jo vielleicht so eine gewisse Fürsorge ich denke wenn man mal älter wird verhält man sich auch anders als wenn man jung ist (...) also ich glaube, das fängt dann an wenn die Kinder aus dem Haus sind sonst spielt sich ja alles um die Kinder

721: wie gesagt in einem gewissen Alter kann man einen Menschen ich denke mal nicht mehr umkrempeln

767: also es ist manchmal schon sehr anstrengend (mit ihrem Mann) also für mich jedenfalls so, vielleicht hat es auch etwas damit zu tun dass man eben auch so kräftemäßig dann dann schon langsam abbaut ne also ich merke schon ich bin halt nicht mehr zwanzig oder nicht mehr vierzig oder fünfzig ne das macht sich sehr stark bemerkbar und ähm ähm wird es schon manchmal ein bisschen schwer

1359: schon so ein bisschen ja aber, ja, es war schwierig, als ich aus dem Berufsleben ausgestiegen bin das war eine schwierige Zeit anfangs  
 1386: und das sicher so mit dem Alter klar dass man die Falten kriegt und dies und jenes nicht mehr kann und graue Haare hat und jeder guckt so nach dem Motto 'ach Gott was will die Alte?' ist klar ne aber es ist schon manchmal schwierig ein bisschen und manchmal denk ich 'oh Gott ich kann ja noch so vieles  
 1433: also das ich denk mal das muss man auch man soll das nicht weit voran schieben (...) dieser Wohnungswechsel das war natürlich jetzt auch eben dass wir uns verändert haben ins Positive ja zum Beispiel wir haben jetzt unsere Arbeitsplatten alle höher oder jetzt so so eine Behindertentoilette also die auch höher ist und viele Dinge 1446: da bin ich schon die letzten Jahre die ganze Zeit da dran ja um das Ganze so ein bisschen auf altengerecht zu machen  
 1480: ja positiv ist dass ich mich nicht mehr wie gesagt im Berufsleben also wie's im Moment draußen aussieht dass ich mich da nicht mehr auseinander setzen muss  
 1490: und dann finde ich positiv dass man sich den Tag einteilen kann oder reisen kann wo man möchte ne und ja an für sich so ja das ist schon schön wenn man nicht immer auf die Uhr gucken muss 'da musst du jetzt hin'  
 1498: man kann also vieles selbst gestalten und sagen eben 'das will ich so oder das will ich so'  
 1506: man kann alles etwas ruhiger angehen lassen

Annahme des Alters	JA
Hadern mit dem Altern	JA
Positive Einstellung zum Alter	
Negative Einstellung zum Alter	
Neue Interessen	
Neue Lebenseinstellung	
Altersangepasste Verhaltensumstellung	JA
Empfindlicher werden	
Gedanken an Tod	
Gedanken an Krankheit	
Ängste durch das Alter	
Einsamkeit	
Vergesslichkeit	
Nachlassende Leistungsfähigkeit	
Körperlicher Verfall	JA
Weniger Zeit bleibt	
Mehr Zeit steht zur Verfügung	JA

Frau I:

314: also im Laufe der Jahre bin ich da empfindlicher geworden

668: (p:00:00:06) mh ja (p:00:00:04) ha das ist schwer zu sagen (Frage nach der Bedeutung des Themas Alter für sie persönlich)

673: nein das sind also eigentlich schon immer also Dinge die ich früher schon immer äh, geschätzt habe (Frage nach neuen Möglichkeiten und Fähigkeiten im Alter)

676: und ich habe eben jetzt ein bisschen mehr Zeit mich auch ein bisschen mit Malerei! zu beschäftigen

680: und äh ja und das ist eigentlich das was ich immer schon, was immer schon Werte für mich hatte das hab ich auch jetzt noch

683: ja und was das Alter anbetrifft muss ich sagen dass ich es soweit geschafft hab

686: ja (Bestätigung, dass sie ganz zufrieden ist) dass ich also so alt geworden bin inzwischen und dann auch noch mich also ganz gut bewegen kann und eben auch noch ein bisschen leben kann was mir Spaß macht

722: und das sind so Dinge die die ja die haben mich dann sehr getroffen (die schweren Krankheiten der anderen in der Gruppe zu sehen)

724: mit Kranksein ja (Frage nach Alter in Verbindung mit Kranksein)

1159: aber die (Herzlichkeit und Spontaneität) hatte meine Frau ??? aber die geht auch was verloren ist das altersbedingt? ich weiß es nicht.

1258: ich weiß nicht, alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst

Annahme des Alters JA

Hadern mit dem Altern

Positive Einstellung zum Alter JA

Negative Einstellung zum Alter

Neue Interessen

Neue Lebenseinstellung

Altersangepasste Verhaltensumstellung

Empfindlicher werden JA

Gedanken an Tod

Gedanken an Krankheit JA

Ängste durch das Alter

Einsamkeit

Vergesslichkeit

Nachlassende Leistungsfähigkeit

Körperlicher Verfall

Weniger Zeit bleibt

Mehr Zeit steht zur Verfügung JA

Herr J:

1881: älter werden ist nicht grundsätzlich positiv kann ich sagen

1899: also eher schon ein ein bisschen negativer äh weil weil ich oft merke dass dass Dinge die an mich herangetragen werden die mich auch belasten dass ich die nicht mehr so gut verpacke erstmal nehme ich das nicht mehr so so ruhig auf auf wie früher und und reg mich auch schneller auf selbst am Telefon wenn ich meine mein mein Gegenüber hat hier weiß ich nicht redet dummes Zeug oder will mich verschaukeln oder auch im täglichen Alltag passieren solche Dinge ich kann das nicht mehr so gut verpacken ich schliesse das wiederum auf's auf's Alter

1915: ich merke auch dass ich teilweise äh äh Sachen jetzt schon mal irgendwo hinlege oder machen wollte dann gehe ich raus und dann denke ich 'mein Gott Du hast das doch irgendwie Du hast das doch aufgeschrieben'

1930: so dann werde ich richtig krr da werde ich richtig nervös ne also ich schliess' das auf's Alter auch ein bisschen Vergesslichkeit nicht mehr so gut behalten können

1935: äh es ist alles ein bisschen nicht so positiv (...) ne ganz gefällt mir das nicht

1941: im Moment noch (Frage nach Möglichkeit damit umzugehen) ja im Moment schon noch ich hoffe dann immer wieder jetzt auch nach ruhigerer Zeit wird das dann alles besser, auch noch

1955: das betrifft höchstens ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod oder vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein wenn man den Partner nicht mehr hat das sind so die drei Dinge die ich dann die ich dann auf auf auf das Alter projiziere

Annahme des Alters

Hadern mit dem Altern

Positive Einstellung zum Alter

Negative Einstellung zum Alter

JA

Neue Interessen

Neue Lebenseinstellung

Altersangepasste Verhaltensumstellung

Empfindlicher werden

JA

Gedanken an Tod

JA

Gedanken an Krankheit

JA

Ängste durch das Alter

Einsamkeit

JA

Vergesslichkeit

JA

Nachlassende Leistungsfähigkeit

Körperlicher Verfall

Weniger Zeit bleibt



Mehr Zeit steht zur Verfügung

## 6. Ängste und Sorgen

(Abgrenzung zu zukunftsbezogenen Ängsten)

Frau A:

701: und wenn ein intelligenter Mensch dann so, ne also, des, da kann ich nicht mit umgehen. Ich kann nicht hingehen (zur dementen Schwester im Pflegeheim)

Angst vor dem Tod

Angst vor/wegen Krankheit

JA

Angst vor Vergesslichkeit

Angst vor dem Alleinsein

Panik

Sorgen um Angehörige

Unterstützung durch Angehörige

Einschränkung durch Ängste

Verbesserung der Ängste

Verbesserung der Ängste im Urlaub

Herr B:

73: dass ich eben äh halt oft was vergesse aber immer in einer gewissen Unruhe bin (... ) ja das macht mir Sorgen ja

78: weil man ja nun oft genug liest und auch hört äh von Demenz ich weiß nicht ob das äh der Anfang von Demenz ist oder ob das ich behaupte! immer das wäre Unkonzentriertheit

82: das ist mir auch schon früher öfter passiert auch im Berufsleben

99: und das ist das was mir dann zu schaffen macht

102: es+ war! schon immer dass ich Konzentrationsmangel hatte aber das war schon in frühester Jugend so

Angst vor dem Tod

Angst vor/wegen Krankheit

JA

Angst vor Vergesslichkeit

Angst vor dem Alleinsein

Panik

Sorgen um Angehörige

Unterstützung durch Angehörige

Einschränkung durch Ängste

Verbesserung der Ängste

Verbesserung der Ängste im Urlaub

Frau C:

39: ja (ohne Ängste) 41: also vorher (vor Antritt der Reise nach Shanghai) vorher! ist es also fast am Ende mit meinen Nerven! (lacht nervös) also das schaffe ich alles nicht und das geht alles nicht und dann wird das alles auch noch verstärkt aber dem geb ich halt nicht nach

80: und da (Schanghai) ist alles so weit weg da ist Düsseldorf weg da sind die ganzen Belastungen weg

212: ich bin sehr dankbar dass ich wieder nach Asien reisen konnte und äh dass ich wieder gesund zurück gekommen bin und äh die Flugangst die ich ja nun schon mal überwunden! habe das ist ja schon mal ganz viel

219: so versuche ich halt äh wenn die Ängste kommen ja dann sage ich 'gut komm jetzt setz dich hin und du weißt genau es ist nichts'

226: so ne+ Person wo ich dann ganz schnell sagen kann 'oh ich bin in einer Panik gleich jetzt sterbe ich' ne also äh das das brauche ich

307: aber dieses dann nächstes Jahr oder dann das kommt ja aus der Angst heraus schaff ich's wieder kann ich's geht's nicht ne die Angst ist dann dominierend und sagt 'ne ne ne komm das klappt gar nicht das machst du nicht und so' ich sag's +jetzt einfach mal so und äh ich denke ich hab die ein bisschen besser im Griff

1102: ich konnte immer sehr sehr schlecht vermitteln ja wie fühlt man sich in der Angst? wenn's einer nicht kennt

1112: denke da kann man auch sehr viel lernen wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch das würde mich also als erstes ganz ganz stark interessieren

1126: dass ich eben mein ganzes Leben lang diese Todesängste gehabt habe

Angst vor dem Tod	JA
Angst vor/wegen Krankheit	
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	JA
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	JA
Verbesserung der Ängste	JA
Verbesserung der Ängste im Urlaub	JA

Herr D:

281: (Seufzer) und dann das war natürlich auch wieder da denken sie ja auch in dem Alter 'wenn das jetzt nicht geklappt hätte (Begutachtung der Rentenversicherung), ich wäre ja äh Hartz\_vier

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

524: da bin ich ja auch immer so einer der immer schon nach worst case annehmen und schon alles durchspielen

719: obwohl ich auch ein bisschen Angst hatte weil ja diese Bereiche, im menschlichen Körper sind ja nicht ähm ähm wie soll ich sagen sind ja nicht äh immer so so relaxed zu sehen wenn da was ist

Angst vor dem Tod	
Angst vor/wegen Krankheit	JA
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	JA
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	
Verbesserung der Ängste	JA
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Frau E:

81: und auch natürlich äh, die große Angst auf einer Zeitbombe zu sitzen (wegen der Medikamenten-Unverträglichkeit) jeder Mensch braucht irgend wann mal Medikamente

548: ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

551: dass ich, dass ich dann nicht mehr weiß was ich gestern getan habe (Frage nach ihren Befürchtungen)

560: das macht mir schon Angst (...) und auch so die Wortfindung, ich habe oft so Probleme dann die richtigen Wörter zu finden die fehlen mir dann auf einmal

Angst vor dem Tod	
Angst vor/wegen Krankheit	JA
Angst vor Vergesslichkeit	JA
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	
Verbesserung der Ängste	
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Herr F:

119: ich habe schon jetzt noch äh gewisse Ängste, und Befürchtungen also einerseits bezüglich der rein organischen, äh Gesundheitsstatik andererseits auch äh, zum Beispiel psychisch bedingt also dass ich dass ich Ängste davor habe äh ist das so in Ordnung für die Zukunft? kann ich wenn ich alleine bin wenn wieder was passiert, äh was mache ich äh wie kann ich damit umgehen

127: ne grundsätzliche, Angststörung oder auch Befürchtungen äh sind weiterhin vorhanden

141: Angst vor vor dem Alleinsein

167: und das! macht mir natürlich höllische machte mir höllische Angst (Angst vor dem Bewusstlos werden) weil ich an und für sich ein sehr flexibler Mensch bin viel Auto fahre dann malt man sich ja die Situation aus wie das dann wäre wenn das zum Beispiel beim Autofahren passiert

178: dann kommen natürlich andere Ängste dazu, und das sind dann auch schon Befürchtungen die in die Richtung gehen Herz-Keislauf-System

453: weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause wenn meine Frau also mal so manchmal ist sie so äh zumindest in den letzten letzten Jahren war sie so neben- ehrenamtlich war sie da dann ist sie auch zu Seminaren unterwegs und dann ist sie so zwei drei Tage weg und das macht mir also schon Angst 465: dann hätte ich schon Ängste dass mir irgendwie mit meinem Herzen was mal wieder was passieren kann

483: das kann ich also heute alles noch nicht wieder in der Form so machen weil ich dann Ängste habe (Fahrrad fahren durch die Wälder)

490: aber das bessert! sich alles und so einzelne Tage wenn meine Frau zum Beispiel jetzt morgens losfährt und abends wieder kommt das macht mir alles schon gar nichts mehr ne

824: aber auf jeden Fall Befürchtungen und Ängste bezüglich zunehmender äh gesundheitlicher Störungen ja

841: muss ich insbesondere diese diese Ängste die ich ja immer noch wahrnehme weitgehend äh reduzieren oder beseitigen damit ich meine Persönlichkeitsstruktur wieder so richtig ausleben kann

1008: mit dem Auto zu fahren ne alleine (...) fühle ich mich also unsicher äh längere Strecken mit dem Auto zu fahren

1027: ich weiß der Effekt klingt ein bisschen lächerlich aber ohne meine Frau mach ich nichts so ungefähr (kurzes Lachen)

1290: sie (Ehefrau) berät mich da sehr gut (in Bezug auf seine Ängste) und gibt mir auch immer wieder wichtige Hinweise auch oft beruhigende Hinweise 1308: auch immer auch an Schulungen und Seminaren teilnimmt die sich insbesondere im weitesten Sinne! mit der Psychologie äh der Menschen auch älterer Menschen äh beschäftigen

317: das hilft dass das von ihr auch alles sehr gut verstanden wird und dann für mich auch sehr oft sehr sehr gute Hinweise kommen und und äh Gefühls- Gefühle und auch äh Anregungen kommen

Angst vor dem Tod	
Angst vor/wegen Krankheit	JA
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	JA
Panik	
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	JA
Einschränkung durch Ängste	JA
Verbesserung der Ängste	JA
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Frau G:

587: ja! das fängt dann genauso an ne (bei einer Beerdigung) wenn ich dann in der (Lachen) in der Kapelle dann da sitze dann geht das los mit dem Zittern und fängt dann an erst mal ein trockener Hals und dann fang ich an zu schlucken und dann ja, dann gehen diese Beschwerden dann langsam los ne und ich bin dann ganz froh wenn wir dann wieder raus können und ein bisschen laufen und ja

Angst vor dem Tod	JA
Angst vor/wegen Krankheit	
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	
Zukunftsängste	
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	
Verbesserung der Ängste	
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Frau I:

38: als die dann nun sozusagen weg waren (die Schmerzen) nur hin und wieder mal auftraten da war ich doch noch sehr in Spannung also einfach in der Angst es könnte wiederkommen

Angst vor dem Tod

Angst vor/wegen Krankheit

JA

Angst vor Vergesslichkeit

Angst vor dem Alleinsein

Panik

Zukunftsängste

Sorgen um Angehörige

Unterstützung durch Angehörige

Einschränkung durch Ängste

Verbesserung der Ängste

Verbesserung der Ängste im Urlaub

Herr J:

494: und das hängt mir auch so ein bisschen nach (die Gedanken an seinen zuerst nicht diagnostizierter Darmverschluss)

496: immer wenn mir übel ist schlecht ist dann denke ich schon 'wer hat denn Bereitschaft? und, zu welchem Arzt gehst Du denn? ach der Arzt hat jetzt Urlaub dann müsstest Du ja dahin gehen und hoffentlich kommst Du nicht in dieses Krankenhaus und Dir widerfährt wieder diese verfluchte schlechte Geschichte

718: ja und dann hat der Sohn eine Eigentumswohnung in Hannover gekauft da sind wir auch so unglücklich mit, mit dem Bad neuen sind wir unglücklich da mache ich mir auch ein bisschen Gedanken

767: und da waren natürlich auch wieder ein paar Gedanken auch wieder ha weiß ich nicht 'macht er es jetzt wirklich richtig?' oder oder 'steht er jetzt voll dahinter?' oder die Eltern machen sich ja immer Gedanken meine Frau noch viel mehr als ich und belastet mich dann natürlich auch wieder

789: und äh na ja sie ist sowieso nicht die Gesundeste da mache ich mir auch immer Gedanken 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so?

794: ja ich ziehe mir das auch ein bisschen an (Frage, ob er sich viele Sorgen macht)

885: aber es ich bin jeden alle drei Monate zum zur Routineuntersuchung, was mich natürlich auch beschäftigt

1089: das ist schon wieder was was (neue Wohnung von seinem Sohn) ich so wo ich denke 'das kann nicht wahr sein' das belastet mich

1539: und früher war ich immer mit einem Ohr auf und, aus der Angst heraus dieser Migränegeschichten (von seiner Frau)

1551: ja ja auf jeden Fall ja das, das das Problem liegt ganz ganz oben also da komm ich auch nicht raus (Frage, ob er sich schnell Sorgen um seine Frau macht) ich versuch das äh, so ein bisschen, ja zu glätten aber das fällt mir sehr schwer das kann ich nicht so richtig

1955: das betrifft (Thema Sorgen) höchstens ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod oder vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein wenn man den Partner nicht mehr hat das sind so die drei Dinge die ich dann die ich dann auf auf auf das Alter projiziere

Angst vor dem Tod	JA
Angst vor/wegen Krankheit	JA
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	JA
Panik	
Zukunftsängste	
Sorgen um Angehörige	JA
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	
Verbesserung der Ängste	
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

## 7. Rationalisierungen, Relativierungen und Beschönigungen

Frau A:

293: das ist nicht so dass er betrunken war oder, wie ich den Anschein vielleicht unten bei der Therapie erweckt hab dass mein Mann geschlagen hat oder so, so was überhaupt nicht, der hat halt ich denke mal war ein sehr schwacher Mensch

439: ich hab manches mal gedacht hier von wegen wenn die Leute von ihrer Jugend erzählt haben oder so da hatte ich's doch eigentlich recht gut

455: und die Internatszeit war an für sich sehr schön, also kann ich nur sagen, bin ich dankbar für 459: natürlich hat man manchmal Heimweh nach Hause gehabt

aber es ging ja nicht anders, auch wenn man als Kind das nicht einsieht oft ne? 465: und eh ich auf der Straße groß geworden bin dann im Internat. natürlich habe ich das damals nicht so bedacht wie, wie +heute (lachen)

645: ich hoffe dass ich gesund bleibe

722: das ist das einzige was mir Sorgen macht (kein Pflegefall werden)

Herr B:

172: mit unserer Tochter da habe ich also auch so ein gewisses Problem das ist aber äh, wieder ein anderes Problem ist das

359: das familiäre Verhältnis ist also, bombensicher und wir lieben uns alle drei wir sind wir sagen immer wir sind ein ein ein Trio sind wir es gibt keine Geheimnisse

416: also das war! ein Problem als sie da immer höher stieg dann aber das ist nur mein das ist die Minderwertigkeit da bei mir

1184: nein war ja auch gar nicht schlimm war nur so ein Wunschdenken (zur Tochter nach Koblenz ziehen)

Frau C:

194: ich hab mir viel zu viel gefallen lassen ich hab eben immer (hustet) dieses Urübel geliebt zu werden und wenn du alles tust was der andere möchte dann liebt er dich vielleicht das ist also so ich denke das ist so der Grundstein

626: man sieht am Umfeld oder so wie man behandelt wird und und was dann alles so passiert in seinem in dem Leben dass man also völlig anders wird als man eigentlich ist die die die Funktionen sind ja noch da! aber sie sind sie werden anders eingesetzt also nicht für mich sondern eben für die anderen

Herr D:

425: da habe ich keinen Trieb davon keinen Antrieb dass ich da also so diese Shopping äh Exzesse machen muss

Frau E:

91: und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut (mit Antidepressiva)

138: eigentlich ich muss also sagen ich habe ein sehr schönes Leben

146: mein Leben ist eigentlich ausgefüllt

(179: ja das, könnte man ist ja, (lachen) eigentlich nie zufrieden (auf die Frage: Sie haben ein schönes Leben?))

Herr F:

697: ich meine das ist dann eine Frage vom Bewusstsein her wenn man sich mit mit Kindern unterhält das ist natürlich ne ganz andere Kommunikation als jetzt äh zum Beispiel früher im Berufsbereich



907: auch teilweise auch für andere Leute, Fotos digitale Fotos bearbeite und die dann denen schenke äh also das sind so Sachen die bringen ja alles das bringt ja alles Kommunikation mit sich und auch Interessenaustausch und Kenntnisaustausch

1164: gerade Einladungen zum Beispiel (...) das was ich so überhaupt nicht äh übers Herz bringen kann was mir sehr schwer fällt weil ich den ganzen Aufwand davor schon scheue schon vorher

Frau G:

536: und nachher als ich bei der Frauenärztin war da hab ich gesagt 'ach hören Sie mal ich hab ganz vergessen zu sagen dass ich auch so ein bisschen psychisch angeschlagen war' ich habe ihr dann gesagt dass ich für ein paar Wochen in Grafenberg war

540: dann wollte sie wissen was ich denn gehabt hätte und das wusste ich ich weiß nicht was das war da gibt es so verschiedene Bezeichnungen (...) ich konnte ihr dazu gar nichts sagen (Lachen) weil ich nun gar nicht wusste was nun gewesen ist (Lachen) ist das schlimm?

1037: ich meine jeder hat ja so das alles erlebt (Misshandlungen in der Kindheit)

1092: und versuche für mich die äh weg zu schieben (ihre Kindheitserinnerungen) das ist vielleicht nicht richtig ja aber

1127: ja und dann merk ich erst mal so tja, lassen Sie uns lieber mal ein anderes Thema machen das ist nicht so gut jetzt (bei Kindheitsbezügen in der Gruppe)

1205: (wie) ich auch weiß ist man ja auch gar nicht so dafür dass man untereinander Kontakte pflegt ne das weiß ich ja schon von der Station her und und dass man das auch gar nicht so gerne sieht aus welchen Gründen auch immer das ist ist jetzt auch für mich nicht nicht so interessant ja

Frau I

Herr J:

326: weil der Firma ich, nicht eine Sekunde eine Träne nachgeweint habe trotz dieser langen Zeit

1215: und Glück und Geschick wie das immer so ist und damit auch sehr viel auch sehr viel Erfolg (...) und deshalb muss ich auch mit meinem Leben zufrieden sein



## 8. Sprachliche Auffälligkeiten (Versprecher, Symbole)

Frau A:

669: 'willst Du etwa dass ich denen sag die sollen Dich ermorden?' und ich hab gesagt 'genau das will ich (...) das ist der einzige Sinn, des Patienten, der Patientenverfügung

Versprecher JA  
Metapher

Herr B:

Frau C:

1018: dann kommt eben erst die Mauer da kommt erst ein bisschen die Arroganz und dann äh die das ist ja alles nicht absichtlich das ist einfach ein Schutz!

Versprecher JA  
Metapher

Herr D:

673: ich mache das ja permanent (Vorsorgeuntersuchungen)

1326: aber das ist ja jedem unbenommen ob man darüber reden will oder nicht äh und deswegen habe ich das also nicht gemacht. (über seinen Suizid-Versuch)

1572: also da meine ich immer du bist im Kopf noch jung gewesen geblieben

Versprecher JA  
Metapher

Frau E:

31: dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen 40: man denkt also, man, es zerspringt in einem 46: aber sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

Versprecher JA  
Metapher

Herr F:

592: in meinen Beziehungen in der Familie muss ich Korrekturen vornehmen, in der Partnerschaft muss ich Korrekturen vornehmen

779: ich bin jetzt nicht mehr in der Angst dass ich noch ich sag's mal so Bäume ausreißen muss ähnlich wie früher (...) äh sondern äh schon ein bisschen äh mich mehr und mehr nur so mit mit schönem Buschwerk, beschäftige

851: mit kommunikativen äh Gegebenheiten ja auseinander setzen muss dass ich die mir suchen muss dass ich einfach (Therapeut: Sie meinen dass Sie äh mehr auch in Beziehungen investieren) ja

1480: dass die Frau X zum Beispiel, aufgrund (...) dann halt, zu diesem Produkt führt

1501: dieses Produkt der Einzelnen das sich aus den unterschiedlichen äh Kriterien ergibt sehe

1520: denn letztendlich die die heute aktuell erkannte Persönlichkeit ist irgendwie ja auch ein Produkt ihrer Biografie der Lebensbiografie

Versprecher  
Metapher

JA

Frau G:

Frau I

Herr J:

874: außerdem, habe ich seit zwei Wochen seit zwei Jahren äh Hautkrebs

1670: so ja abwertend abwartend bewertend beobachtend (in der Gruppe)

Versprecher  
Metapher

JA

## 9. Einsamkeit, Trennung und Verlust

Frau A:

29: das war bedingt durch meine Krankheit und an für sich dann auch also, private Probleme, dass man alleine ist, so das, das spielte auch eine Rolle

59: ich bin allein. mein Man ist ja tot

61: mein Sohn ist jetzt wieder in Deutschland gottseidank der war drei Jahre in

Mexiko 64: aber er wohnt in Stuttgart

251: also wenn man alleine lebt und, ich meine dann reduziert sich der Freundeskreis schon

261: nö also ich mein ich war mein Leben lang nicht allein jetzt bin ich allein und ich genieß das auch auf der einen Seite. auf der anderen Seite fehlt's mir natürlich mein Mann

366: die eine Seite vermisst natürlich das und die andere Seite sagt 'schön, jetzt mache ich endlich mal was ich will'

383: auf der einen Seite. ich mein' es gibt natürlich Tage wo ich nicht gerne alleine bin

Tod des Partners	JA	
Trennung vom Partner		
Tod von Angehörigen		
Vermissten der Partnerschaft		
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners		
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner		
Angst vor Verlust des Partners		
Angst vor der Einsamkeit		
Belastung durch Einsamkeit		
Kinder leben weit weg	JA	
Distanz zu Kindern		
Reduzierter Freundeskreis	JA	
Keinen engen Freund		
Ambivalenz des Alleinseins		JA
Freiräume	JA	
Verlust von Gemeinschaft im Beruf		
Verlust von Ansehen im Beruf		

Herr B:

343: (die Tochter ) befindet sich zurzeit in Afghanistan

345: das Afghanistan ist nicht das Schlimme weil sie ruft jede Woche einmal an (...) wo ich ein Problem mit habe ist mich mit ihr noch zu unterhalten

362: wie gesagt wenn es um gewisse Dinge geht also um Diskussionen und und äh äh da merke ich dass sie (die Tochter) weiter weg ist

711: dann kommt aber sofort bei mir wieder äh die Minderwertigkeit raus und dass ich sage 'oder bin ich das schuld? oder ist es meine Schuld dass ich keinen Freund habe jetzt'

Tod des Partners		
Trennung vom Partner		
Tod von Angehörigen		
Vermissten der Partnerschaft		
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners		
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner		
Angst vor Verlust des Partners		
Angst vor der Einsamkeit		

Belastung durch Einsamkeit	
Kinder leben weit weg	JA
Reduzierter Freundeskreis	
Keinen engen Freund	JA
Ambivalenz des Alleinseins	
Freiräume	
Verlust von Gemeinschaft im Beruf	
Verlust von Ansehen im Beruf	

Frau C:

338: äh ich geh nach wie vor gerne alleine, also ich brauch nicht immer Gesellschaft ich geh gerne alleine nur es ist mir jetzt sehr schwer gefallen aus diesem vollen Lebenshaus! jetzt wieder in in mein, in meine Wohnung zu kommen alleine zu sein äh ja das hat also eine ganze Weile gedauert

347: ich hab zwar einen Miezekater aber! (lacht) der ersetzt ja nun nicht (lacht) (die Familie)

362: also nicht jetzt aus meiner Not heraus oder aus dem Alleinsein raus vielleicht Kinder hüten oder irgend so was machen nein das möchte ich nicht

538: also alles was ich tue was die Defizite (Fehlen der Liebe) sind da Zeit meines Lebens und das kann dir auch nicht gefüllt werden diese Schublade, die ist leer

559: es ist natürlich auch so nicht dass ich keine Männer kennen würde aber äh ich sag mal so, ich könnte mich damit nicht arrangieren, weil ich schon ein bisschen ja es soll nicht hochtrabend klingen aber äh äh ein paar Ansprüche hätte ich schon zum Beispiel mit keinem Mann mehr zusammen leben +mit niemanden zusammen leben

562: also ich fänd es wunderbar! mal ins Kino zu gehen mal ins Theater zu gehen mal einfach anzurufen 'Du hast Du Lust komm machen wir mal irgendwas zusammen'

583: ich gehe natürlich nicht alleine ins Konzert ich gehe nicht alleine ins Theater gehe nicht alleine ins Kino und äh wo ich vielleicht mal jemand kennen lernen könnte

591: da vermisse ich auch was (Partnerschaft) ja (Liebe) genau Sexualität+ gehört ja alles dazu (...) und ja das vermisse ich schon

1014: durch diese Enttäuschungen die man eben auch im Laufe seines Lebens äh erlebt hat, ist man vorsichtiger je älter man wird je vorsichtiger wird man und schließt sich eben nicht mehr so schnell anderen an und dann kommt eben erst die Mauer da kommt erst ein bisschen die Arroganz und dann äh die das ist ja alles nicht

absichtlich das ist einfach ein Schutz! und äh äh dann hab ich so immer gedacht ja wer sich für mich interessiert äh der kann sich ja ein bisschen näher mit mir befassen und der wird dann sehen was für ein Kern drin steckt

1090: dieses mit mir alleine zu sein äh das brauch ich aber mh das brauch ich aber!

Tod des Partners		
Trennung vom Partner		
Tod von Angehörigen		
Vermissten der Partnerschaft	JA	
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners		
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner		
Angst vor Verlust des Partners		
Angst vor der Einsamkeit		
Belastung durch Einsamkeit	JA	
Kinder leben weit weg		
Reduzierter Freundeskreis		
Keinen engen Freund		
Ambivalenz des Alleinseins		JA
Freiräume	JA	
Verlust von Gemeinschaft im Beruf		
Verlust von Ansehen im Beruf		

Herr D:

813: meine Schwiegermutter ist letztes Jahr gestorben vorletztes Jahr gestorben und das hat sie (seine Ehefrau) also sehr weil sie äh quasi ohne Vater aufgewachsen ist der ist sehr früh gestorben

Tod des Partners		
Trennung vom Partner		
Tod von Angehörigen	JA	
Vermissten der Partnerschaft		
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners		
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner		
Angst vor Verlust des Partners		
Angst vor der Einsamkeit		
Belastung durch Einsamkeit		
Kinder leben weit weg		
Reduzierter Freundeskreis		
Keinen engen Freund		
Ambivalenz des Alleinseins		
Freiräume		
Verlust von Gemeinschaft im Beruf		
Verlust von Ansehen im Beruf		

Frau E:

151: manchmal hätte ich dann schon gerne, wenn wir (mit dem Ehemann) dann mal ein bisschen was gemeinsam unternehmen,

181: wenn mein Mann ein bisschen mehr, was soll ich sagen so zwei drei bei schönem Wetter ein zwei Tage in der Woche dann für mich hätte das wäre schön

184: nicht so als wenn man jetzt zusammen was unternimmt da hat er einfach überhaupt keine Lust zu

269: ich, stehe dann so eigentlich alleine da

633: und da war man auch immer im Team man war nicht alleine! man war immer im Team (im Beruf)

Tod des Partners

Trennung vom Partner

Tod von Angehörigen

Vermissten der Partnerschaft

Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners JA

Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner

Angst vor Verlust des Partners

Angst vor der Einsamkeit

Belastung durch Einsamkeit

Kinder leben weit weg

Reduzierter Freundeskreis

Keinen engen Freund

Ambivalenz des Alleinseins

Freiräume

Verlust von Gemeinschaft im Beruf JA

Verlust von Ansehen im Beruf

Herr F:

472: meine Tochter die wohnt also in Köln das ist schon weiter weg

547: man man man wurde auch entsprechend hofiert entsprechend behandelt man war wer!

837: sage ich mir das was ich früher gemacht habe muss ich loslassen können, und muss nach Neuem suchen (p:00:00:05) andererseits äh muss ich von vornherein gewisse Abstriche machen

1088: natürlich muss man hie und da auch mal wieder Verluste in

Anführungsstrichen in Kauf nehmen wo also eine Beziehung abgekühlt ist

Tod des Partners

Trennung vom Partner

Tod von Angehörigen

Vermissten der Partnerschaft



Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners	
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner	
Angst vor Verlust des Partners	
Angst vor der Einsamkeit	
Belastung durch Einsamkeit	
Kinder leben weit weg	JA
Reduzierter Freundeskreis	JA
Keinen engen Freund	
Ambivalenz des Alleinseins	
Freiräume	
Verlust von Gemeinschaft im Beruf	
Verlust von Ansehen im Beruf	JA

Frau G:

711: ja ja ja das stimmt schon (dass ihr Mann sich ein bisschen zu wenig um sie kümmert)

1125: ja ja ja weil das hab ich nie gehabt (ein Spielzeug oder ein schönes Kindheitserlebnis)

756: wie gesagt das hat immer etwas mit der Tagesform zu tun wie ich dann gerade drauf bin, also manchmal ist es schon anstrengend, manchmal dann denke ich schon danach daran, vielleicht hätte ich es einfacher wenn ich alleine wäre (...) ja doch doch ja ist schon äh öfters der Fall (das solche Gedanken kommen) weil ich auch einige kenne die alleine sind und, tja aber ich weiß ja nicht wie's dann wäre also wenn ich alleine wäre (Lachen) also ob ich dann auch zufrieden wäre ne

793: ne so ernsthaft (Trennung von ihrem Mann) aber wie gesagt eher so ein Gefühl schon ne dass ich sage ach ne also oder irgendwie ich sag ja es hat immer so etwas mit der Tagesform zu tun oder vielleicht was jetzt gerade so war

Tod des Partners	
Trennung vom Partner	
Tod von Angehörigen	
Vermissten der Partnerschaft	
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners	JA
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner	JA
Angst vor Verlust des Partners	
Angst vor der Einsamkeit	
Belastung durch Einsamkeit	
Kinder leben weit weg	
Reduzierter Freundeskreis	
Keinen engen Freund	
Ambivalenz des Alleinseins	
Freiräume	
Verlust von Gemeinschaft im Beruf	
Verlust von Ansehen im Beruf	

Frau I:

261: äh meistens also solche Reisen die mach ich meistens alleine weil ich da nicht so äh äh Partner habe der da mitreist weder einer Freundin noch äh äh so aber man kann es mit einer Gruppe ja mit so einer Gruppe so ne Führung machen 269: natürlich wäre das schöner wenn man das äh so individuell machen kann sich so selbst einen Plan erstellen und dann aber äh ja so alleine ist das äh macht das keinen Spaß

433: das war insofern so enttäuschend weil nun eben also die andere äh Verbindung da die da bestand äh dass die Frau dann da einzog und äh, dann auch da blieb

Tod des Partners

Trennung vom Partner

JA

Tod von Angehörigen

Vermissten der Partnerschaft

Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners

Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner

Angst vor Verlust des Partners

Angst vor der Einsamkeit

Belastung durch Einsamkeit

Kinder leben weit weg

Reduzierter Freundeskreis

Keinen engen Freund

JA

Ambivalenz des Alleinseins

Freiräume

Verlust von Gemeinschaft im Beruf

Verlust von Ansehen im Beruf

Herr J:

789: da mache ich mir auch immer Gedanken 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so?

1258: ich weiß nicht, alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst

Tod des Partners

Trennung vom Partner

Tod von Angehörigen

Vermissten der Partnerschaft

Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners

Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner

Angst vor Verlust des Partners

JA

Angst vor der Einsamkeit

JA

Belastung durch Einsamkeit

Kinder leben weit weg

Reduzierter Freundeskreis  
Keinen engen Freund  
Ambivalenz des Alleinseins  
Freiräume  
Verlust von Gemeinschaft im Beruf  
Verlust von Ansehen im Beruf

## 10. Problematische Einstellungen und Überzeugungen

Frau A:

Herr B:

205: nur schöne Dinge machen möchte (...) ich muss auch Dinge machen die die nicht so angenehm sind und da äh drück ich mich 212: und suche nur die angenehmen Sachen raus ja

239: ich muss mir das nicht mehr antun unangenehme Dinge warum muss ich die noch haben ne?

264: ich bin zum Beispiel äh ehrenamtlich in unserem Sportverein unserer Tennisabteilung ein bisschen tätig da ärgert mich schon mal dass also der eine oder andere nicht so ist wie ich mir das vorstelle und dann nehme ich so was mit ins Bett und sage 'mein Gott warum macht der das so oder oder warum machen die das so und und warum das muss man doch mal anders regeln' das sind sind so so banale Dinge wo andere sagen 'das interessiert mich überhaupt nicht'

294: diese Antriebslosigkeit kommt eben daher weil ich mir sage 'jetzt es ist so und ich bin zu Hause und gönne mir dann eben halt'

591: ich lasse es oft drauf ankommen ich mache mir nicht große Gedanken über den morgigen Tag oder übermorgen, sondern äh lasse es drauf ankommen und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat

715: man ist ja heute nicht immer ehrlich das ist das ist eigentlich manchmal möchte ich! am liebsten ehrlich sein und dann sagt mir meine Frau 'sei diplomatisch und lass es' ne ich könnte also ich brächte! das wenn ich alleine wäre brächte das fertig äh jemandem auf den Kopf zu zu sagen dass er mir unsympathisch ist

746: wenn man mit Leuten im Verein oder Nachbarn oder was zusammen ist wenn man sich dann grämt wenn man da, nur weil sie einem nicht oder weil sie nicht so sind wie man es gerne hätte

Frau C:

479: aber ich spüre ganz einfach ist jemand krank oder ist auch alleine und dann wenn ich dann ganz einfach das Gefühl gebe 'Du wenn was ist kannst Du mich anrufen' dann muss es ja dann ist es für den anderen wirklich eine Hilfe genauso wie für mich

519: ja aber da ist eben wieder ich setz mich wieder für andere ein sprich in dem Moment für meinen Sohn

525: das hat mir der Markus (der Sohn) eben auch ganz äh hart gesagt 'Du setzt Dich sehr sehr viel für andere ein das ist auch wunderbar' aber ich vergeß mich dabei manchmal selber und komme dann meine Bedürfnisse kommen zu kurz

630: die Funktionen sind ja noch da! aber sie sind sie werden anders eingesetzt also nicht für mich sondern eben für die anderen

722: ich müsste manchmal ein bisschen forscher für mich mich einsetzen (bei der evtl. Scheidung)

768: ich habe festgestellt und da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft dass sie sich auch dass sie sich eben sehr schwer tun (die Ungeübten in der Gruppe)

923: aber für die anderen! wieder

Herr D:

1152: wissen Sie früher konnte ich das also nicht sehen wenn also eine Fensterscheibe nicht geputzt war

Frau E:

277: dass ich so einfach übergangen werde, das ist nicht nur das eine sondern das habe ich häufiger das bilde ich mir mit Sicherheit nicht ein

Herr F:

672: und dann dann hat man mich erst mal mit Dingen beschäftigt die aber rein nur äh quantitative Abhandlungen darstellten also Gartenarbeit irgendwie am Haus und im Haus und draußen es war immer was zu tun jeden Tag

683: ein bisschen mit den Enkeln dann beschäftigt habe äh aber das waren alles für mich erst rein äh quantitative Maßnahmen

696: auch die ganze Kommunikation das war nicht, auf dem Level das war alles halt anders ne, ich meine das ist dann eine Frage vom Bewusstsein her wenn man sich mit mit Kindern unterhält das ist natürlich ne ganz andere Kommunikation als jetzt äh zum Beispiel früher im Berufsbereich

704: ich hab das früher vielleicht etwas ab- abwertend gesehen ja also wenn man dann mit Kindern dann auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht so hab ich das früher gesehen und dieses Bewusstsein muss erst erneut äh gestärkt werden und geschaffen werden dass also der Umgang mit Kindern sehr wohl äh von großer Qualität sein kann

1643: dass man diese Person gar nicht mehr so haben möchte ne

Frau G:

187: ich sag 'Freizeit ja wann hab ich denn Freizeit?' ich sag 'nö wie kommen Sie denn dadrauf?'

581: also das ist nicht das ist überhaupt nicht mein Part also lieber irgendwo schwer arbeiten den ganzen Tag

821: dann denk ich immer was geht die anderen das an mein Gott ich muss mir doch nicht überall ein Lob abholen das ist doch für mich! mach ich das doch nicht für die anderen

832: aber ich bin dann stolz auf mich! also das muss dann nicht gleich den anderen erzählen dass ich so geschwitzt habe und dafür gearbeitet hätte und so weiter das ist ja für mich das mach ich für mich für keinen Fremden

Frau I:

Herr J:

## **11. Druck und Ansprüche an sich selbst**

Frau A:

175: ja! ich setz mich selber unter Druck obwohl das überhaupt blödsinnig ist, ich hab da überhaupt gar keinen Druck

182: aber irgendwie ich mach unheimlich schnell als ob ich morgen keine Zeit mehr hätte irgend was zu machen

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	JA
Generell empfundener Druck	JA
Druck durch alltägliche Aufgaben	
Ärger über sich selbst	JA
Strenge gegenüber sich selbst	
Perfektionismus	

Herr B:

24: das sind Dinge und wenn man dann hinterher darüber nachdenkt dann dann ärgere ich mich dermaßen und das zieht mich dann immer wieder so ein bisschen runter dann äh sag ich mir 'mein Gott dann versuch doch mal in Ruhe wenn Du in den Keller gehst hoch zu kommen und dran zu denken das Licht aus zu machen'

66: und dann wurde es auf einmal jetzt nach dem Frühstück hektisch jetzt jetzt auf dem Weg hierhin hab ich gesagt 'hättest du noch das ein oder andere mitmachen können' oder ich hätte noch durchfahren können in die Stadt noch was zu erledigen das ist dann weg und das ärgert mich dann im nach hinein

88: und dann kommt ein Ball und den krieg ich nicht und dann sag ich 'siehst du hast du wieder nicht aufgepasst' warum? weil ich mich nicht konzentriert habe

191: ja ja Selbstvorwürfe ja ja

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	
Druck durch alltägliche Aufgaben	JA
Ärger über sich selbst	JA
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	

Frau C:

406: ich muss irgendwas was tun ich muss verlässlich sein ich muss wenn mir einer was aufträgt muss ich das sofort erledigen da ist schon ein gewisser Druck dahinter

439: weil ich äh äh also dann wieder sofort! muss das erledigen

454: und äh dann bin ich auch überpünktlich hat ich auch mal einen Riesenkrach, sie meinte ich setze sie damit unter Druck mit dieser Über-Pünktlichkeit

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	JA
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	JA
Druck durch alltägliche Aufgaben	
Ärger über sich selbst	
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	JA

Herr D:

138: Angespanntheit zeigt sich darin dass ich also äh an alles denken will an alles ich muss alles machen

229: und Freitag ist also mein weil ich da immer zuhause bin mein mein mein Putz- und und Wischtage 1025: was ich also wirklich nicht gerne mache ist zu putzen

256: ich setze mich ja gerne selbst unter Druck

305: ich denke immer 'Mensch was hast Du alles noch zu tun?' vielleicht setze ich mich selbst unter Druck!

328: aber das ist mein Naturell wissen sie ich bin nicht der derjenige der der sich so zurücklehnen kann und sagen kann 'ach, das interessiert mich gar nicht und lass mal auf Dich zukommen' sondern ich möchte das alles äh gleich erledigen oder ich möchte das gut erledigen gut erledigt haben und dann mache ich mir Gedanken wie der morgige Tag zum Beispiel aussieht

433: weil ich mich so konzentriere auf die Dinge die ich zu tun habe und dann immer so denke oh jetzt musst du noch einkaufen denk daran was du einkaufen musst dann musst du nach Hause fahren dann musst du das einräumen dann musst du noch saugen

1035: jaja! ja ja mach ich (auf Vorwürfe seiner Frau, nicht gut genug zu putzen)

1086: dann denke ich 'verdammt Du müsstest ja mal das das putzen oder das'

1089: dann meldet sich mein Gewissen (...) mein Gewissen ist streng! (...) und (Husten) mein Willen ist dann sehr äh sehr äh marginal ausgebildet

1111: 'ja dann hättest Du doch mal, den Eisschrank machen können' (Vorwurf seiner Frau) hach denke ich erwischt

1114: wo sie da setze ich mich natürlich jetzt auch unter Druck wo sie jetzt im Krankenhaus ist und wo ich natürlich auch Zeit hätte aber ich habe keine Lust wenn ich jetzt nach Hause komme

1656: dass ich also immer denke 'mein Gott du hast noch du musst noch da hin fahren dann musst du spielen dann musst du zurück fahren dann musst du das Auto wieder abstellen und dann musst du nach der Post gucken und dann musst du Wäsche machen' (Stöhnen) das ist dies unter Druck setzen oder dieses dieses vermeintliche obwohl ich auch sagen könnte 'nein' oder 'wie schön'

241: ich zähle das jetzt mal so auf damit Sie so so äh so eine Idee kriegen warum (leises Lachen) das ist einfach lächerlich dann wird die Heizung abgelesen dieser Heizungsdinges der kommt dann muss ich um halb drei im im bei der Nachhilfe sein dann fahr ich zu meiner Frau, so dann hab ich morgen äh einen TÜV-Termin da muss ich erst mal nein Mittwoch einen TÜV-Termin da muss ich morgen den Wagen erst mal ein bisschen in Schuss bringen den Wagen meiner Frau so ein kleiner Punto und so so eine Dreckmöhre weil bei uns die Straße gemacht wird hier sieht es aus wie nichts und äh dann muss ich den am Mittwoch morgen dahin fahren wir haben so so eine kleine Werkstatt aber doch eine Werkstatt doch keine Vertragswerkstatt von Fiat jetzt als Beispiel doch da ist so ein Checkpoint da in der Nähe, und so kommt das eine zum anderen und dann denkste 'oh das musst Du noch machen das musst Du noch machen und und und und' so ein bisschen ich setze mich ja gerne selbst unter Druck

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	JA
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	JA
Druck durch alltägliche Aufgaben	JA
Ärger über sich selbst	JA
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	JA

Frau E:

29: wenn ich mal nur so, bisschen also falsch angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen



Sich selbst unter Druck setzen	
Durch andere unter Druck gesetzt werden	JA
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	
Druck durch alltägliche Aufgaben	
Ärger über sich selbst	
Strenge gegenüber sich selbst	
Perfektionismus	

Frau G:

26: man weiß zwar vieles aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer ja weil man wie gesagt auch so geprägt ist vom Umfeld ich sage wir leben ja nicht alleine dass ich immer sagen kann so das ist jetzt zu viel also jetzt legst du dich mal zehn Minuten hin (...) das das geht ja irgendwie gar nicht

182: das war meine erste Stelle nach der Ausbildung und meinte noch alles hundertprozentig zu machen

213: man setzt sich ja auch selber irgendwo unter Druck ne dann dann muss das Mittagessen fertig sein weil der Mann ja dann da und da hin will oder ja ne jetzt musst du noch eben die Wäsche weg bügeln

229: und ich ich hab nur gedacht ne du darfst ja alles nur hier nicht fehlen (bei der Arbeit trotz starken Beschwerden) das geht ja schon gar nicht

290: aber die Gläser sind noch nicht gespült ne, ja, das ist auch so was wo ich genau weiß im Hinterkopf du musst noch die Gläser spülen ne

326: ich hab mich schon vieles geändert also ich hab mich ich meine schon um hundertfünfzig Grad geändert wie ich noch so jung war da war ich total extrem noch viel extremer aber ich hab schon vieles gelernt durch die Kinder auch alleine da kann man nicht immer alles hundertfünfzig prozentig haben

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	
Druck durch alltägliche Aufgaben	JA
Ärger über sich selbst	
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	JA

Frau I:

236: was immer ich so mache dann äh denke ich 'hei ja es hätte noch besser sein können und so toll ist es nicht'

Sich selbst unter Druck setzen

Durch andere unter Druck gesetzt werden

Andere unter Druck setzen

Als ungerechtfertigt empfundener Druck

Generell empfundener Druck

Druck durch alltägliche Aufgaben

Ärger über sich selbst

JA

Strenge gegenüber sich selbst

JA

Perfektionismus

Herr J:

663: und dieses dieses leere Aufstoßen äh das habe ich eben auch wenn ich nervös bin wenn ich unter Druck bin

700: äh es ist auch Druck dann mit dem Bad hängt wieder das Schlafzimmer zusammen das muss gemacht werden jetzt der Teppichboden wieder jetzt habe ich in der Einliegerwohnung die Fenster machen müssen neue Vermietungen dann sind die Wohnungen leer ich will nur aufzeichnen es ist ziemlich viel was, und dann meine ich im Moment mir ich mir reicht es mir reicht es absolut

825: da konnte der Druck so groß sein wie er wollte, das war weg für mich beim Sport und hinterher ging es mir dann auch immer gut

1115: trotzdem, ziehe ich mir es an versuche es weg zu drücken, mir gelingt es auch einigermaßen aber nach, nachdem man gerade wieder da war und und ich habe da so einiges mit bekommen da ist der Druck dann schon wieder höher ne der sich allerdings auch wieder verflüchtigt

1377: na gut aber ich nehme es dann doch vorsichtshalber dass ich sage dem Druck muss ich entgehen dann kann ich auch ein bisschen was nehmen

Sich selbst unter Druck setzen

Durch andere unter Druck gesetzt werden

Andere unter Druck setzen

Als ungerechtfertigt empfundener Druck

Generell empfundener Druck

Druck durch alltägliche Aufgaben

JA

Ärger über sich selbst

Strenge gegenüber sich selbst

Perfektionismus

## 12. Gefühle und Bedürfnisse

Frau A:

254: da gibt's schon Konfliktsituationen gibt's auch Sachen die mich ärgern die mich kränken (im Freundeskreis)

267: das hat am Anfang sehr weh getan aber (Verlust von Freunden)

367: die eine Seite vermisst natürlich das und die andere Seite sagt 'schön, jetzt mache ich endlich mal was ich will' (Ambivalenz seit dem Tod ihres Mannes)

Gefühle äußern:

Ärger	JA
Schmerz	JA
Verlust	
Sich ungerecht behandelt fühlen	
Sich belastet fühlen	
Liebe	
Freude	
Lust/ keine Lust etwas zu tun	

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern	JA
Eigene Bedürfnisse beachten	
Eigene Bedürfnisse ignorieren	
Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz	
Unerfüllte Bedürfnisse	
Erfüllte Bedürfnisse	

Herr B:

24: dann ärgere ich mich dermaßen

305: ich fühlte mich ungerecht behandelt (durch Ergebnis des Arbeitsprozesses)

440: meine Tochter und ich liebe sie über alles

Gefühle äußern:

Ärger	JA
Schmerz	
Verlust	
Sich ungerecht behandelt fühlen	JA
Sich belastet fühlen	
Liebe	JA
Freude	
Lust/ keine Lust etwas zu tun	

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern

Eigene Bedürfnisse beachten  
Eigene Bedürfnisse ignorieren  
Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz  
Unerfüllte Bedürfnisse  
Erfüllte Bedürfnisse

Frau C:

345: ich muss sagen also ich knappe da immer noch daran (Abreise von ihrer Familie in Shanghai)

360: und dann äh so merke ich auch was ich nicht will

421: und heute kann ich dann schon mal drei vier Tage sagen ich hab ich also keine Lust ich sage mal ich gehe eher meinen Bedürfnissen nach (bei E-mail-Antwort)

489: soziales Engagement (...) da musst du wieder Verantwortung übernehmen und das willst du ja gar nicht, ich habe erst mal mit mir noch zu tun

496: und bin mit mir! noch nicht so weit dass ich wieder für was anderes wofür ich ja dann ja auch wieder gerade stehen muss äh Verantwortung übernehmen kann

528: aber ich vergeß mich dabei manchmal selber (...) meine Bedürfnisse kommen zu kurz

544: das ist schon für mich ein ein großes Defizit und Bedürfnis und ich weiß nicht also ich habe noch nichts! gefunden was annähernd (...) ne also so äh

partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in meinem Leben und das fehlt natürlich

591: da vermisse ich auch was (Partnerschaft) ja (Liebe) genau Sexualität+ gehört ja alles dazu

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Verlust

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Freude

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern

JA

Eigene Bedürfnisse beachten

JA

Eigene Bedürfnisse ignorieren

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

JA

Unerfüllte Bedürfnisse

JA

Erfüllte Bedürfnisse

Herr D:

395: weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche (die ehrenamtliche Tätigkeit)

418: da hatte ich auch mal wieder richtig Lust (im Urlaub)

471: dann bin ich also auch zufriedener dass ich also, was getan habe (wenn er nachmittags von der Hausaufgabenbetreuung nach Hause kommt)

1116: aber ich habe keine Lust wenn ich jetzt nach Hause komme (zu putzen)

1119: da könnte ich ja in der Zeit könnte ich ja mal durchsaugen, ne? so da habe ich keine Lust! ich habe keine Lust

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Verlust

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Freude

Lust/ keine Lust etwas zu tun

JA

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern

Eigene Bedürfnisse beachten

Eigene Bedürfnisse ignorieren

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

Unerfüllte Bedürfnisse

Erfüllte Bedürfnisse

JA

Frau E:

361: verletzt ja (durch Kritik in der Tagesklinik, sie bringe sich zu wenig in die Gruppe ein) 379: ja da war ich schon ziemlich, verletzt

285: und das, finde ich schon, also das, ist schon etwas, wo ich auch immer wieder darüber nachdenke (das nicht beachtet werden)

379: ja da habe ich mich schon ja da war ich schon ziemlich, verletzt

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Verlust

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Freude

Lust/ keine Lust etwas zu tun

JA

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern  
Eigene Bedürfnisse beachten  
Eigene Bedürfnisse ignorieren  
Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz  
Unerfüllte Bedürfnisse  
Erfüllte Bedürfnisse

JA

Herr F:

671: und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere,

686: abends habe ich mir so gedacht 'was war eigentlich heute los Du bist den ganzen Tag beschäftigt gewesen, aber so richtig dieses berühmte Flattern so im Herzen und so das hast du nicht mehr so wie früher ne'

Gefühle äußern:

Ärger  
Schmerz  
Verlust  
Sich ungerecht behandelt fühlen  
Sich belastet fühlen  
Liebe  
Freude  
Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern  
Eigene Bedürfnisse beachten  
Eigene Bedürfnisse ignorieren  
Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz  
Unerfüllte Bedürfnisse  
Erfüllte Bedürfnisse

JA

Frau G:

26: man weiß zwar vieles aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer ja weil man wie gesagt auch so geprägt ist vom Umfeld ich sage wir leben ja nicht alleine dass ich immer sagen kann so das ist jetzt zu viel also jetzt legst du dich mal zehn Minuten hin (...) das das geht ja irgendwie gar nicht  
187: ich sag 'Freizeit ja wann hab ich denn Freizeit?' ich sag 'nö wie kommen Sie denn darauf?'

226: ich habe dann natürlich meinem Mann nichts gesagt denn sonst hätte der gleich geschimpft nach dem Motto ja dann geht'ste mal zum Arzt ne und so geht das nicht und du musst jetzt was für dich tun und und so das übliche

596: was ich sehr gut kann ich sag mal wenn es mir jetzt sehr schlecht gehen würde mein Fahrrad schnappen und sage ich mal manchmal drei Stunden durch den Wald fahren das kann ich da hab ich überhaupt keine Beschwerden weder

Atembeschwerden noch zittern mir die Knie noch tut mir irgendetwas weh

609: ja das weiß ich nicht das kann ich Ihnen wirklich nicht sagen (warum das so ist)

874: da geh ich mit wie gesagt für ihn für mich würde ich das für mich würde ich nie in so was eintreten weil mich das gar nicht interessiert (ihre Freizeitaktivitäten)

879: und beim Kegeln also Kegeln interessiert mich überhaupt! nicht aber da mein Mann gerne kegelt gehe ich natürlich dahin

885: das ist mein Mann also ich gehe also wirklich mich interessieren diese Spiele also jedes Mal wenn wir anfangen spielen wir also die hohen Hausnummern? oder die niedrigen Hausnummern? und jeder sagt zu mir 'hör mal seit Jahren spielen wir doch zuerst die hohen Hausnummern' aber das interessiert mich gar nicht ja Sie können mich totschiessen es interessiert mich einfach gar nicht ich ich spiele weil wir halt da sind

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Verlust

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Freude

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern

Eigene Bedürfnisse beachten

Eigene Bedürfnisse ignorieren

JA

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

Unerfüllte Bedürfnisse

JA

Erfüllte Bedürfnisse

Frau I:

91: ja und dann bin ich also auch besonders achtsam mit mir (wenn die Schmerzen wieder kommen) 95: und dass ich dann also richte ich mich dann, ja ich werd achtsam wieder

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Verlust

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Freude

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern

Eigene Bedürfnisse beachten

JA

Eigene Bedürfnisse ignorieren

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

Unerfüllte Bedürfnisse

Erfüllte Bedürfnisse

Herr J:

320: was mich aber äh nicht so sehr, getroffen hat zumindest, glaubte ich das aber ich meine es auch zu wissen

1055: und äh wenn da irgend etwas ist (in der Familie) dann belastet das mich auch

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Verlust

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

JA

Liebe

Freude

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse äußern

Eigene Bedürfnisse beachten

Eigene Bedürfnisse ignorieren

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

Unerfüllte Bedürfnisse

Erfüllte Bedürfnisse



### 13. Selbstaspekte

Frau A:

140: ich weiß es nicht (Frage nach Selbstaspekten)

142: ich hab mich dabei erwischt+, dass ich meistens auf irgend etwas erst mal mit 'nein' reagiere 158: nee das finde ich nicht gut+

188: ich weiß nicht was Sie jetzt meinen. ich meine ich kann gut handarbeiten kann gut basteln

196: ordentlich bin ich +eigentlich nicht

198: also sauber schon aber ordentlich nicht also ich lass schon mal gern was liegen

202: also ich mein ich komm mit vielen Leuten sehr gut aus und streite eigentlich sehr selten

216: ja. das kann ich nicht anders sagen (gut in Kontakt mit Menschen).

213: und ich glaube dass ist auch ein bisschen anerzogen denk ich mal (Sohn als Familienmensch) 234: dass mein Mann und ich das ganz gut gemacht haben

835: also ich meine ich war immer immer ein sehr praktisch denkender Mensch.

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik

Selbstlob

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit

Verlässlich

Empathisch

Gut im Kontakt mit Menschen

JA

Verträglich

JA

Kreativ

Hartnäckig

Einsatz für andere

Kinder gut erzogen

JA

Pflichtbewusst

Haushalt

JA

Handarbeitlich begabt

JA

Praktisch denkend

JA

Rational

multitasking

Leistungsbezogen  
Impulsiv  
Harmoniebedürftig  
Kompromissbereit  
Gut im Beruf  
Sportlich  
Pünktlich

Negative:

Ablehnend	JA
Immer den leichtesten Weg wählen	
Pessimistische Lebenseinstellung	
Aufopfernd	
Dominant	
Unordentlich	JA
Faul	
Unsicher	
Hektisch	
Nervös	
Langsam im Denken	
Künstlerisch unbegabt	
Ungeduldig	
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität	
Keine Fähigkeiten haben	

Herr B:

191: ja ja Selbstvorwürfe ja ja (wegen Vergesslichkeit und Ärger darüber)

193: auch Selbstbewusstsein geht dadurch ein bisschen verloren

198: ja ja (Wahrnehmung als eigene Schwäche)

199: ja ja (oder Unfähigkeit)

210: ich verdränge also unangenehme Dinge wenn es geht und suche nur die angenehmen Sachen raus ja

217: ich gebe mich in vielen Dingen dann zufrieden und äh aber! auf der anderen Seite fehlt dann das Selbstbewusstsein zu sagen 'so jetzt jetzt wird gekämpft jetzt' ne

226: ich ärgere! mich über meine Fehler

284: ich gehe also pessimistisch an Dinge ran

347: wo ich ein Problem mit habe ist mich mit ihr (Tochter) noch zu unterhalten weil sie eben halt auf Grund ihrer (Tätigkeit) da ist jetzt für mich so eine

Minderwertigkeits-Problematik dabei 355: wenn wir zusammen sind dann äh kann

ich da nicht mehr so mithalten so wie sie diskutiert also sie das hört sich jetzt blöd an sie ist mir geistig halt, davon gelaufen ich komm nicht mehr ganz mit

416: also das war! ein Problem als sie da immer höher stieg dann aber das ist nur mein das ist die Minderwertigkeit da bei mir

527: auch da komme ich nicht mehr ganz hinter

711: ja ja dann kommt aber sofort bei mir wieder äh die Minderwertigkeit raus und dass ich sage 'oder bin ich das schuld? oder ist es meine Schuld dass ich keinen Freund habe jetzt'

Positive Einschätzung von sich selbst	
Negative Einschätzung von sich selbst	JA
Mangelndes Selbstbewusstsein	JA
Selbstbewusst	
Minderwertigkeitsgefühle	JA
Selbstkritik	JA
Selbstlob	
Bescheidenheit	
Sich verkannt fühlen	

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:  
Hilfsbereit  
Verlässlich  
Empathisch  
Gut im Kontakt mit Menschen  
Verträglich  
Kreativ  
Hartnäckig  
Einsatz für andere  
Kinder gut erzogen  
Pflichtbewusst  
Haushalt  
Handarbeitlich begabt  
Praktisch denkend  
Rational  
multitasking  
Leistungsbezogen  
Impulsiv  
Harmoniebedürftig  
Kompromissbereit  
Gut im Beruf  
Sportlich  
Pünktlich

Negative:

Ablehnend

Immer den leichtesten Weg wählen	JA
Pessimistische Lebenseinstellung	JA
Aufopfernd	
Dominant	
Unordentlich	
Faul	
Unsicher	
Hektisch	
Nervös	
Langsam im Denken	JA
Künstlerisch unbegabt	
Ungeduldig	
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität	
Keine Fähigkeiten haben	

Frau C:

397: (lachen) tausend prozentig verlässlich (...) aber das sehe ich nicht unbedingt als was ganz positives an

454: und äh dann bin ich auch überpünktlich

470: ich bin hilfsbereit (...) also man kann mich schon noch immer Tag und Nacht anrufen (lachen)

479: aber ich spüre ganz einfach ist jemand krank oder ist auch alleine

501: ich bin sehr kreativ

515: ganz! hartnäckig ja ganz hartnäckig

519: ich setz mich wieder für andere ein 528: aber ich vergeß mich dabei manchmal selber

630: die die die Funktionen sind ja noch da! aber sie sind sie werden anders eingesetzt also nicht für mich sondern eben für die anderen

768: da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft

827: dass man also völlig anders wird als man eigentlich ist

841: dass ich eben dominant dominant bin

980: ich bin ja auch etwas zurückhaltend und wirke dadurch auch wieder etwas arrogant (...) das ist ja meine Mauer! (Lachen) damit nicht gleich jeder da rein guckt

992: ich sehe mich also nicht so sehr positiv ne und dann hat sie (Frau Dokter Bergstein) da eine Lobeshymne über mich geschüttet (Lachen) wo ich sehr! sehr erstaunt war und wie ich wirke wie ich auftrete wie wie ich rede sagt sie also es ist äh und ja ich sag aber ich mein das hat mir auch sehr geholfen und hat mit Sicherheit auch sehr nachdenkenswert mich gemacht äh dass ich sage 'guck mal

Du siehst Dich so klein und hilflos und manchmal und und so und so ja, und da sehen Dich die anderen ganz anders' und das ist ja auch meine meine Schwierigkeit dann manchmal draußen ne die sehen mich ja wie ich, vielleicht bin denn das muss ja irgendwo auch herkommen dass ich so wirke aber im Grund meines Herzens bin ich eben nicht so

1020: dann hab ich so immer gedacht ja wer sich für mich interessiert äh der kann sich ja ein bisschen näher mit mir befassen und der wird dann sehen was für ein Kern drin steckt

Positive Einschätzung von sich selbst	JA
Negative Einschätzung von sich selbst	
Mangelndes Selbstbewusstsein	
Selbstbewusst	JA
Minderwertigkeitsgefühle	JA
Selbstkritik	
Selbstlob	JA
Bescheidenheit	
Sich verkannt fühlen	JA

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:	
Hilfsbereit	JA
Verlässlich	JA
Empathisch	JA
Gut im Kontakt mit Menschen	
Verträglich	
Kreativ	
Hartnäckig	JA
Einsatz für andere	JA
Kinder gut erzogen	
Pflichtbewusst	
Haushalt	
Handarbeitlich begabt	
Praktisch denkend	
Rational	
multitasking	
Leistungsbezogen	
Impulsiv	
Harmoniebedürftig	
Kompromissbereit	
Gut im Beruf	
Sportlich	
Pünktlich	JA

Negative:  
 Ablehnend  
 Immer den leichtesten Weg wählen

Pessimistische Lebenseinstellung	
Aufopfernd	JA
Dominant	JA
Unordentlich	
Faul	
Unsicher	
Hektisch	
Nervös	
Langsam im Denken	
Künstlerisch unbegabt	
Ungeduldig	
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität	
Keine Fähigkeiten haben	

Herr D:

920: ne (nicht einfach Hausmann zu sein - Selbstwernerleben)

1056: da bin ich also auch da gebe ich zu da bin ich auch äh faul da bin ich faul weil ich's ungern mache (putzen) 1099: da bin ich sehr nachlässig (putzen)

1348: da konnte ich mich immer sehr gut einbringen weil ich dann immer sofort meine, meine ich so äh darauf eingehen konnte (in der Gruppe)

Positive Einschätzung von sich selbst	
Negative Einschätzung von sich selbst	
Mangelndes Selbstbewusstsein	JA
Selbstbewusst	
Minderwertigkeitsgefühle	
Selbstkritik	JA
Selbstlob	
Bescheidenheit	
Sich verkannt fühlen	

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:	
Hilfsbereit	
Verlässlich	
Empathisch	JA
Gut im Kontakt mit Menschen	
Verträglich	
Kreativ	
Hartnäckig	
Einsatz für andere	
Kinder gut erzogen	
Pflichtbewusst	
Haushalt	
Handarbeitlich begabt	
Praktisch denkend	

Rational  
multitasking  
Leistungsbezogen  
Impulsiv  
Harmoniebedürftig  
Kompromissbereit  
Gut im Beruf  
Sportlich  
Pünktlich

Negative:  
Ablehnend  
Immer den leichtesten Weg wählen  
Pessimistische Lebenseinstellung  
Aufopfernd  
Dominant  
Unordentlich  
Faul  
Unsicher  
Hektisch  
Nervös  
Langsam im Denken  
Künstlerisch unbegabt  
Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

Frau E:

195: tja ach ja (p: 00:00:08) eigentlich sehr unsicher 206: ja wie beschreibe ich mich? ja sehr sehr unsicher

208: (p: 00:00:17) ich bin ziemlich ziemlich hektisch, möchte so meine, meine Hausarbeit also schnell wie möglich geschafft kriegen das muss zuerst sein, also, relativ ja, pflichtbewusst, ja

216: ja mir fällt nichts ein wie ich mich beschreiben könnte

219: besondere Fähigkeiten? ach eigentlich kann ich gar nichts gut

221: das ist auch so eine eine Schwäche von mir ja ich mach alles was gemacht werden muss aber das ich jetzt was besonders, äh gut kann? ich habe also keine Spezialitäten

228: (p: 00:00:10) ja eigentlich ich kann nichts gut

232: ja vielleicht kann ich ganz gut kochen

236: mh Gäste vielleicht gut bewirten, obwohl ich merke da auch da bin ich schon, ähm eigentlich doch schon mehr verunsichert als früher

240: ich bin ein nervöser Mensch ja, obwohl ich so auf andere vielleicht relativ ruhig wirke

243: ich bin sehr langsam im Denken, stelle ich immer wieder fest

246: ich bin kein künstlerischer Mensch

267: ich habe immer so das Gefühl, dass ich dann so hinten angestellt werde, dass ich gar! nicht vorhanden bin

572: ich mache eigentlich immer so drei Sachen sagt mein Mann immer also drei Sachen auf einmal ich kann also fernsehgucken und dabei noch durch die Zeitschrift blättern

583: also so ne richtige Ruhe habe ich nicht von mir also ich ruhe nicht so in mir selbst obwohl ich mir immer sage 'Mensch Du hast doch ein schönes Leben'

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

JA

Mangelndes Selbstbewusstsein

JA

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

JA

Selbstkritik

JA

Selbstlob

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit

Verlässlich

Empathisch

Gut im Kontakt mit Menschen

Verträglich

Kreativ

Hartnäckig

Einsatz für andere

Kinder gut erzogen

Pflichtbewusst

JA

Haushalt

JA

Handarbeitlich begabt

Praktisch denkend

Rational

Multitasking

JA

Leistungsbezogen

Impulsiv

Harmoniebedürftig

Kompromissbereit

Gut im Beruf

Sportlich

Pünktlich



Negative:

Ablehnend

Immer den leichtesten Weg wählen

Pessimistische Lebenseinstellung

Aufopfernd

Dominant

Unordentlich

Faul

Unsicher

JA

Hektisch

JA

Nervös

JA

Langsam im Denken

JA

Künstlerisch unbegabt

JA

Ungeduldig

Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität

Keine Fähigkeiten haben

JA

Herr F:

839: dass ich diese Leistungsbezogenheit (habe)

1175: planerisch denkende oder rational

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik

Selbstlob

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit

Verlässlich

Empathisch

Gut im Kontakt mit Menschen

Verträglich

Kreativ

Hartnäckig

Einsatz für andere

Kinder gut erzogen

Pflichtbewusst

Haushalt

Handarbeitlich begabt

Praktisch denkend

Rational

JA

multitasking  
Leistungsbezogen  
Impulsiv  
Harmoniebedürftig  
Kompromissbereit  
Gut im Beruf  
Sportlich  
Pünktlich

JA

Negative:  
Ablehnend  
Immer den leichtesten Weg wählen  
Pessimistische Lebenseinstellung  
Aufopfernd  
Dominant  
Unordentlich  
Faul  
Unsicher  
Hektisch  
Nervös  
Langsam im Denken  
Künstlerisch unbegabt  
Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

Frau G:

651: also ich verstehe mich ja manchmal selber nicht ich meine! mich ja schon einigermaßen zu kennen aber also manchmal da denke ich auch 'oh Gott oh Gott was ist denn das für eine komische Erscheinung' (Lachen) na ja

1378: ich bin jetzt nicht der der sagt 'och jetzt bin fertig jetzt bin ich in Rente jetzt tu ich gar nichts' ja sondern ich bin mehr so der sehr impulsive Mensch

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein  
JA

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik  
JA

Selbstlob

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit

Verlässlich  
Empathisch  
Gut im Kontakt mit Menschen  
Verträglich  
Kreativ  
Hartnäckig  
Einsatz für andere  
Kinder gut erzogen  
Pflichtbewusst  
Haushalt  
Handarbeitlich begabt  
Praktisch denkend  
Rational  
multitasking  
Leistungsbezogen  
Impulsiv  
Harmoniebedürftig  
Kompromissbereit  
Gut im Beruf  
Sportlich  
Pünktlich

JA

Negative:  
Ablehnend  
Immer den leichtesten Weg wählen  
Pessimistische Lebenseinstellung  
Aufopfernd  
Dominant  
Unordentlich  
Faul  
Unsicher  
Hektisch  
Nervös  
Langsam im Denken  
Künstlerisch unbegabt  
Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

Frau I:

214: ja das ist natürlich schwer sich selbst zu beschreiben

216: ja nicht so positive die nicht so positiven äh sind einmal dass ich nicht so sehr geduldig bin

221: und mein Selbstbewusstsein das ist nicht so sehr stabil für mich (...) ja das könnte besser sein

225: wenn ich gebraucht werde ich kann zum Beispiel sehr gut zuhören

227: ich kann mich einstimmen auf mh den Menschen das ja das kann ich  
 232: (lachen) weiß ich nicht ich bin immer letztlich bin ich nie ganz zufrieden mit mir  
 351: da hab ich's nicht erwähnt (ihre Verbundenheit zum Theater bei Interessen, Fähigkeiten) ja das ist so selbstverständlich  
 460: ja das ist immer so gewesen eigentlich dass ich mich nie! in den Vordergrund gestellt habe sondern lieber mich etwas zurücknehme  
 466: ja das hab ich so das ist in mir so sicherlich ist es anerzogen ne, aber es ist einfach immer geblieben

Positive Einschätzung von sich selbst	
Negative Einschätzung von sich selbst	
Mangelndes Selbstbewusstsein	JA
Selbstbewusst	
Minderwertigkeitsgefühle	
Selbstkritik	JA
Selbstlob	
Bescheidenheit	JA
Sich verkannt fühlen	

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:	
Hilfsbereit	JA
Verlässlich	
Empathisch	JA
Gut im Kontakt mit Menschen	
Verträglich	
Kreativ	
Hartnäckig	
Einsatz für andere	
Kinder gut erzogen	
Pflichtbewusst	
Haushalt	
Handarbeitlich begabt	
Praktisch denkend	
Rational	
multitasking	
Leistungsbezogen	
Impulsiv	
Harmoniebedürftig	
Kompromissbereit	
Gut im Beruf	
Sportlich	
Pünktlich	

Negative:  
 Ablehnend  
 Immer den leichtesten Weg wählen

Pessimistische Lebenseinstellung  
Aufopfernd  
Dominant  
Unordentlich  
Faul  
Unsicher  
Hektisch  
Nervös  
Langsam im Denken  
Künstlerisch unbegabt  
Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

JA

Herr J:

1029: früher habe ich immer geglaubt ich bin ein sehr, einfacher Mensch, also einfach in dem Fall dass man mit mir eigentlich, prima zurecht kommen kann oder auch kommt und ich kenne aus, eigentlich, bis auf ein zwei Auf- Ausnahmen in meine Leben, äh wo ich wo ich mit irgend jemand nicht auskam

1042: aber ich habe sonst (bezogen auf einen Nachbarn), eigentlich kein Problem, kommunikativ oder emotional irgendwo mit mit Leuten um zu gehen

1047: ich bin sicherlich immer, harmoniebedürftig auch innerhalb innerhalb der Familie sehr stark 1055: und äh wenn da irgend etwas ist dann belastet das mich auch

1059: also irgendwo bin ich schon suche schon die heile Welt oder oder oder äh äh ne heile Welt, in dem Fall aber aber nicht die Konfrontation dann versuche ich eher Kompromisse zu machen und versuche, und versuche nach Wegen wie man das denn wieder hinkriegen könnte auch zum Beispiel für unsere Kinder

1149: aber ich freue mich eben auch wenn ich irgend jemanden was schenke freue ich mich fast mehr, das ist auch was was mir verloren gegangen ist

1155: ich kann mich nicht mehr richtig freuen vielleicht weil ich alles habe, mag ja sein aber diese diese Herzlichkeit und diese Spontaneität die die hatte ich noch nie, ich sowieso nicht

1172: ja ich bin immer mit dem Eigenlob so schlecht

1177: und äh, was soll ich sagen? (+p:00:00:08) also ich ich ich stelle keine besonderen Ansprüche ich bin bin zufrieden mit meinem Leben

1202: also da liegen sicherlich Qualitäten im kaufmännischen Bereich sicherlich sehr stark

1208: äh ich bin eigentlich immer sehr gut äh auch mit dem entsprechenden Wissen und und und einer gewissen, Skepsis an Dinge rangingen die Geld betrafen

1228: das sind so die die größten Qualitäten und dass ich auch körperlich bisher immer sehr sehr fit war (...) und ja und wenn ich was sportlich gemacht habe, eigentlich auch äh mittelprächtigt erfolgreich

1238: also altersbedingt jetzt sowieso ich spiele ganz gut Golf ich spiele auch ganz gut Tennis äh macht mir natürlich auch Freude und ist für mich eine innere Genugtuung, dass es so ist

1757: mit mit Vorbehalten an jemand rangehen versuche ich sowieso äh zu unterdrücken, weil es, äh ja man schon oft die Erfahrung gemacht hat, dass das was du vorher gedacht hast ist ja gar nicht so, sondern ist ja prima Kerl ja

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik

JA

Selbstlob

JA

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit

Verlässlich

Empathisch

Gut im Kontakt mit Menschen

JA

Verträglich

JA

Kreativ

Hartnäckig

Einsatz für andere

Kinder gut erzogen

Pflichtbewusst

Haushalt

Handarbeitlich begabt

Praktisch denkend

Rational

multitasking

Leistungsbezogen

Impulsiv

Harmoniebedürftig

JA

Kompromissbereit

JA

Gut im Beruf

JA

Sportlich

JA

Pünktlich

Negative:  
 Ablehnend  
 Immer den leichtesten Weg wählen  
 Pessimistische Lebenseinstellung  
 Aufopfernd  
 Dominant  
 Unordentlich  
 Faul  
 Unsicher  
 Hektisch  
 Nervös  
 Langsam im Denken  
 Künstlerisch unbegabt  
 Ungeduldig  
 Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
 Keine Fähigkeiten haben

JA

#### 14. Äußerungen der Resignation

Frau A:

269: das ist halt so (Freunde blieben nach dem Tod des Ehemannes weg)

332: es ist halt so (körperlicher Verfall im Alter)

345: man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön

wofür? (lachen)

Annahme  
 Ohnmacht/Machtlosigkeit  
 Ausgeliefert sein  
 Wunsch sich zu fügen  
 Wunsch etwas zu ändern  
 Trotz

JA

Bezogen auf:

Alter  
 Körperliche Veränderungen  
 Leistungsverlust  
 Statusverlust  
 Probleme mit Kindern  
 Probleme in der Partnerschaft  
 Verlust von Freunden  
 Sich selbst verändern  
 Unerfüllte Wünsche  
 Psychische Erkrankung  
 Kindheit

JA  
 JA  
 JA

Herr B:

1106: ich nehme viele Dinge hin es ist so dass ich so alt bin und es ist so dass meine Tochter ihr ihr Medizinstudium gemacht hat und das ist so und es ist so dass meine Frau eben halt äh ich sage es ruhig oder sage es zum einen stärker ist als ich es ist so ich nehme das so hin, aber damit ist das Thema für mich aber auch erledigt jetzt also ich ich versuche dann auch äh das mit meiner Tochter es ist so und ich muss sagen ich ich lebe damit jetzt und versuche das Beste daraus zu machen

1125: ja ändern kann ich nichts daran das das das stimmt ja, ich wüsste nicht wie wie ich das ändern sollte jetzt

1132: ich nehme es hin ja

1256: ja es gibt Dinge die mir die mir davon rennen

Annahme

Ohnmacht/Machtlosigkeit

JA

Ausgeliefert sein

Wunsch sich zu fügen

JA

Wunsch etwas zu ändern

Trotz

Bezogen auf:

Alter

Körperliche Veränderungen

Leistungsverlust

Statusverlust

Probleme mit Kindern

JA

Probleme in der Partnerschaft

JA

Verlust von Freunden

Sich selbst verändern

Unerfüllte Wünsche

Psychische Erkrankung

Kindheit

Frau C:

267: obwohl ich's eben vielleicht gekonnt hätte wenn ich ein bisschen anders äh geworden wäre aber das bin ich nun mal nicht

534: ich sag mal so in meinem Leben äh fehlt die Liebe und äh die Liebe die kann ja nichts ersetzen also alles was ich tue was die Defizite sind da Zeit meines Lebens und das kann dir auch nicht gefüllt werden diese Schublade, die ist leer

1147: und deshalb denk ich äh, sind die Ängste auch etwas zurück gegangen (die Todesängste mit dem Alter) weil ich's annehmen muss

Annahme

JA



Ohnmacht/Machtlosigkeit  
Ausgeliefert sein  
Wunsch sich zu fügen  
Wunsch etwas zu ändern  
Trotz

Bezogen auf:

Alter	
Körperliche Veränderungen	
Leistungsverlust	
Statusverlust	
Probleme mit Kindern	
Probleme in der Partnerschaft	
Verlust von Freunden	
Sich selbst verändern	JA
Unerfüllte Wünsche	JA
Psychische Erkrankung	JA
Kindheit	

Herr D:

1028: wir haben jetzt leider nur noch eine 2-Zimmer-Wohnung aber gut egal

1609: Aktivitäten sind's genug nur man meint immer! es ist zu wenig oder ich meine dann immer es wäre zu wenig weil man früher viel mehr gemacht hat aber dann es ist es ist damit und das muss ich akzeptieren es ist und das akzeptier ich mittlerweile auch dass ich sage 'ne Schluss'

Annahme	JA
Ohnmacht/Machtlosigkeit	
Ausgeliefert sein	
Wunsch sich zu fügen	JA
Wunsch etwas zu ändern	
Trotz	

Bezogen auf:

Alter	JA
Körperliche Veränderungen	
Leistungsverlust	
Statusverlust	JA
Probleme mit Kindern	
Probleme in der Partnerschaft	
Verlust von Freunden	
Sich selbst verändern	
Unerfüllte Wünsche	
Psychische Erkrankung	
Kindheit	

Frau E:

272: bin dann auch nicht in der Lage mich dann irgendwie einzubringen, ich merke wie ich vollkommen blockiert bin (wenn sie übergangen wird)

382: ja ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht (Öffnen in der Gruppe)

399: es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können (die Gruppe)

Annahme

Ohnmacht/Machtlosigkeit JA

Ausgeliefert sein JA

Wunsch sich zu fügen

Wunsch etwas zu ändern JA

Trotz

Bezogen auf:

Alter

Körperliche Veränderungen

Leistungsverlust

Statusverlust

Probleme mit Kindern

Probleme in der Partnerschaft

Verlust von Freunden

Sich selbst verändern JA

Unerfüllte Wünsche

Psychische Erkrankung JA

Kindheit

Herr F:

750: diese rein beruflichen äh Qualitätsmerkmale äh da bin ich mir darüber im klaren, die werde ich nicht mehr erreichen können (...) da komm ich also nicht wieder hin da muss ich Abstriche machen da muss ich einfach loslassen können das muss ich abgeben

756: diese typischen Leistungsmerkmale früherer Zeiten, wo ich also stundenlang schwimmen konnte (...) das äh da muss ich auch Abstriche machen so dass mir also und so ist es in manch anderen kleineren Bereichen auch dass ich da überall Abstriche machen muss

Annahme

Ohnmacht/Machtlosigkeit

Ausgeliefert sein

Wunsch sich zu fügen

Wunsch etwas zu ändern JA

Trotz

Bezogen auf:

Alter	JA
Körperliche Veränderungen	JA
Leistungsverlust	JA
Statusverlust	
Probleme mit Kindern	
Probleme in der Partnerschaft	
Verlust von Freunden	
Sich selbst verändern	
Unerfüllte Wünsche	
Psychische Erkrankung	
Kindheit	

Frau G:

147: ich sag 'ja was nützt mir das denn? wenn ich mich dann fünf oder zehn Minuten lang hinsetze' (...) aber das es es bringt ja nichts

295: ich weiß das alles aber es sind es gibt Dinge die (Stöhnen) ja da kommt man einfach nicht gegen an auch wenn man von hier oben weiß das ist schädlich (...) tja es ist vielleicht so meine Art, keine Ahnung

325: tja tja machen Sie was gegen (ihren Zwang nach Perfektion)

357: aber na ja gut es ist so (...) wir sind ja schon seit neununddreißig Jahren verheiratet diesen Monat (Lachen) da da ist nichts mehr zu ändern (Lachen)

954: aber mittlerweile habe ich mich schon ein bisschen damit arrangiert obwohl auch immer noch nicht so ganz aber na ja, es ist eben so ne (Lebensführung ihres Sohnes)

1089: nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind gewesen (ihre Kindheitserfahrungen)

1095: es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie

Annahme

Ohnmacht/Machtlosigkeit	JA
-------------------------	----

Ausgeliefert sein	JA
-------------------	----

Wunsch sich zu fügen	
----------------------	--

Wunsch etwas zu ändern	JA
------------------------	----

Trotz	JA
-------	----

Bezogen auf:

Alter

Körperliche Veränderungen

Leistungsverlust

Statusverlust

Probleme mit Kindern

JA

Probleme in der Partnerschaft

JA

Verlust von Freunden

Sich selbst verändern

JA

Unerfüllte Wünsche

Psychische Erkrankung

JA

Kindheit

JA

Frau I:

293: ja dass gibt's manchmal (schlechte Stimmung) das passiert halt (...) das passiert

710: so ist das wenn wenn man älter wird

Annahme

JA

Ohnmacht/Machtlosigkeit

Ausgeliefert sein

Wunsch sich zu fügen

Wunsch etwas zu ändern

Trotz

Bezogen auf:

Alter

JA

Körperliche Veränderungen

Leistungsverlust

Statusverlust

Probleme mit Kindern

Probleme in der Partnerschaft

Verlust von Freunden

Sich selbst verändern

Unerfüllte Wünsche

Psychische Erkrankung

Kindheit

Herr J:

1535: ja da lebe ich mit (mit was ihn an seiner Frau stört)

1994: äh äh äh ich ich kann der Sache sowieso nicht ausweichen die auf mich zukommt die gesetzesmäßig ablaufen die vorbereitet werden äh von daher versuche ich dann ein bisschen den Verdrängungswettbewerb anzugehen und sag das verdränge ich und das brauche ich nicht da muss ich mich nicht mit belasten

Annahme	JA
Ohnmacht/Machtlosigkeit	JA
Ausgeliefert sein	
Wunsch sich zu fügen	
Wunsch etwas zu ändern	
Trotz	
Bezogen auf:	
Alter	JA
Körperliche Veränderungen	
Leistungsverlust	
Statusverlust	
Probleme mit Kindern	
Probleme in der Partnerschaft	JA
Verlust von Freunden	
Sich selbst verändern	
Unerfüllte Wünsche	
Psychische Erkrankung	
Kindheit	

## 15. Umgang mit Konflikten und Konfliktmustern

Frau A:

250: der Mund ist manchmal schneller als (kurzes Lachen) ja? in

Konfliktsituationen? also wenn man alleine lebt und, ich meine dann reduziert sich der Freundeskreis schon

254: da gibt's schon Konfliktsituationen gibt's auch Sachen die mich ärgern die mich kränken (im Freundeskreis)

281: (mein Mann hat getrunken) das war ein Streitpunkt. 286: hab ich geschimpft geweint gebettelt und zum Schluss hab ich gesagt 'leck mich' tat mir leid

547: ich streite+ eigentlich selten. 549: aber so in der Gruppe wenn, wenn das so zur Sprache kommt dann kann man sich nicht immer raushalten

Konfliktpartner:

Partner	JA
Freunde	JA
Kinder	
Mutter	
Mitmenschen	
Frauen	
Therapeuten	

Konfrontationsbereitschaft	JA
Konflikte innerlich austragen	
Verdrängung	
Rückzug	
Kompromissbereitschaft	
Vermeidung	
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit	
Selbstvorwürfe	
Miteinander Reden	JA
Nicht miteinander Reden	
Sucht Grund bei sich selbst	
Sucht Grund bei anderen	
Äußern von Gefühlen	JA

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner  
 Andere unter Druck setzen  
 Rückzug  
 Innere Blockade

Herr B:

267: das ärgert mich schon mal dass also der eine oder andere nicht so ist wie ich mir das vorstelle und dann nehme ich so was mit ins Bett und sage 'mein Gott warum macht der das so oder oder warum machen die das so und und warum das muss man doch mal anders regeln' das sind sind so so banale Dinge

718: wenn ich alleine wäre brächte das fertig äh jemandem auf den Kopf zu zu sagen dass er mir unsympathisch ist

727: oder wenn mir irgendetwas nicht gefällt an jemanden nicht das könnte ich ihm sagen

961: ich kann also so was verdrängen dass ich selbst Probleme verdrängen kann

965: zu umgehen ja ich will sie gar nicht erst haben diese Probleme

Konfliktpartner:

Partner	
Freunde	
Kinder	
Mutter	
Mitmenschen	JA
Frauen	
Therapeuten	

Konfrontationsbereitschaft	JA
Konflikte innerlich austragen	JA
Verdrängung	JA
Rückzug	
Kompromissbereitschaft	

Vermeidung  
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit  
Selbstvorwürfe  
Miteinander Reden  
Nicht miteinander Reden  
Sucht Grund bei sich selbst  
Sucht Grund bei anderen  
Äußern von Gefühlen

JA

Konfliktmuster:  
Abhängigkeit vom Partner  
Andere unter Druck setzen  
Rückzug  
Innere Blockade

Frau C:

194: und es ist eben diese diese ich hab mir viel zu viel gefallen lassen, ich hab eben immer (hustet) dieses Urübel geliebt zu werden, und wenn du alles tust was der andere möchte dann liebt er dich vielleicht 202: das ist mein Muster

456: hat ich auch mal einen Riesenkrach (wegen ihrer Überpünktlichkeit), sie meinte ich setze sie damit unter Druck

681: (Konfliktmuster mit ihrem Mann) als Abhängigkeit ne totale Abhängigkeit

673: aber ähm, mit meiner Tochter gab's eben auch dann diese großen Schwierigkeiten

749: beim ersten Gespräch hatte ich ja gesagt dass ich mit der Frau Doktor Bergstein nicht so ganz zurecht kam

842: und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen

Konfliktpartner:

Partner  
Freunde  
Kinder  
Mutter  
Mitmenschen  
Frauen  
Therapeuten

JA

JA

JA

JA

JA

Konfrontationsbereitschaft  
Konflikte innerlich austragen  
Verdrängung  
Rückzug  
Kompromissbereitschaft  
Vermeidung  
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit  
Selbstvorwürfe

JA

Miteinander Reden	
Nicht miteinander Reden	
Sucht Grund bei sich selbst	JA
Sucht Grund bei anderen	
Äußern von Gefühlen	

Konfliktmuster:	
Abhängigkeit vom Partner	JA
Andere unter Druck setzen	JA
Rückzug	
Innere Blockade	

Herr D:

1009: also wir hatten ja glaube ich schon mal wir hatten schon mal so ein bisschen so, Zoff auch vor meiner vor meiner äh äh temporären äh äh oder in dieser Zeit (...) ich hatte mich da ein bisschen zurück gezogen und äh dann war sie dann war ich natürlich auch das hat sie auch ein bisschen sehr, äh äh ähm ähm belastet und auch ärgerlich gemacht weil ich auch in der ersten Zeit (Räuspern) meines meines Rentendaseins Rentnerseins auch so sehr äh ja auch so lethargisch oder antriebslos war

1041: genau aber das das kann ich nicht! (seiner Frau sagen, dass er nicht putzen will) in dem Sinne weil ich dann dann tue ich ihr weh weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und der so viel Zeit hat

558: da bin ich derjenige der immer dann sagt okay wenn sie das meint

563: so das ist vielleicht ist es ist es ein Fehler aber ich da bin ich immer sehr äh (Seufzen) äh da bin ich immer sehr einsichtig wenn das wenn das von der anderen Seite von meiner Frau her gesagt wird nee das geht schon noch

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger jetzt sage ich okay wenn sie das sagt

845: und dann sage ich okay

854: na ja gut ich bin derjenige gewesen der dann immer der zurück gehalten hat (im Urlaub)

Konfliktpartner:	
Partner	JA
Freunde	
Kinder	
Mutter	
Mitmenschen	
Frauen	
Therapeuten	



Konfrontationsbereitschaft	
Konflikte innerlich austragen	
Verdrängung	
Rückzug	JA
Kompromissbereitschaft	
Vermeidung	
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit	JA
Selbstvorwürfe	
Miteinander Reden	
Nicht miteinander Reden	JA
Sucht Grund bei sich selbst	JA
Sucht Grund bei anderen	
Äußern von Gefühlen	JA
Konfliktmuster:	
Abhängigkeit vom Partner	
Andere unter Druck setzen	
Rückzug	JA
Innere Blockade	

Frau E:

36: in der Phase wo wir irgendwie einen Streit hatten oder so, und dann hatten wir, hatte ich mich mal fürchterlich aufgeregt und, es äh war sofort wieder in mir, also das! ah! das kann man gar nicht beschreiben das ist so schrecklich! 42: das hatte ich nach einem, noch nicht mal Streit das war nur ein Disput, so schlimm, ähm dass es nicht mehr zurück ging also ich war also ich hatte ständig dieses Gefühl nur wenn ich jetzt äh, mit jemand zusammen war mit Freunden oder so dann merkte ich wie das abfiel aber sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an 272: ja und kann, und bin dann auch nicht in der Lage mich dann irgendwie einzubringen, ich merke wie ich vollkommen blockiert bin man könnte das vielleicht irgendwie auflockern aber mir fällt auch nichts ein was ich dann, wie ich mich da einbringen kann

276: das sind so die typischen Punkte die ich habe, dass ich so einfach übergangen werde, das ist nicht nur das eine sondern das habe ich häufiger das bilde ich mir mit Sicherheit nicht ein

281: wenn ich etwas erzähle dann merke ich förmlich, mein Gegenüber, nicht immer aber oft, also dann gehen die Gedanken bei dem schon spazieren und ich merke also, dass die Person mir gar nicht zuhört und das, finde ich schon, also das, ist schon etwas, wo ich auch immer wieder darüber nachdenke.

233: also er kann dann sehr barsch in seinem Ton sein wenn ich, wenn ihm etwas nicht passt, was wenn er etwas gut meint jetzt ich weiß nicht ob ich das schon mal gesagt habe wenn zum Beispiel ist er einmal fürchterlich ausgeflippt (...) mein Mann hatte mir den besten Platz ne? zurecht geschoben, und ich bin weiter gegangen damit die anderen auch gut, ja gut sitzen konnten und über so was kann er sich wahnsinnig aufregen, für mich eigentlich vollkommen grundlos so was.

219: dann sag ich ich sag immer zu ihm ich sage 'wenn ich das jetzt so sagen würde wie Du mir das so sagst, also Du würdest ausflippen', das ist ja nicht so unbedingt aber es ist wirklich so, richtig harsche Kritik, hat er nicht so gerne

324: wir können, also ganz nett und zusammen miteinander umgehen also und das ist meistens der Fall aber und wenn dann nur ein kleiner Krach ist dann bricht irgendwie das alles diese Harmonie bricht ich weiß nicht ob das bei anderen auch so ist die bricht so auseinander, erstmals geht es mir besonders dreckig dann was ich ihm natürlich dann gar nicht so sage das ist dann so als wenn man sich so vollkommen fremd wäre, wissen Sie wie verkommen das ist? 341: und das dauert erst mal, langsam langsam 343: bei mir natürlich, bei meinem Mann nicht, ich muss das erst mal, dann kommen immer die Gedanken, dann muss ich das immer wieder gedanklich verarbeiten und das ist also schlimm

353: ich denke mir wenn jemand ne andere Person wäre die mehr Selbstbewusstsein hätte, die könnte sich eher dagegen wehren dass das nicht bis ins Innerste geht dass das vorher so ein bisschen, abprallt

Konfliktpartner:

Partner	JA
Freunde	
Kinder	
Mutter	
Mitmenschen	JA
Frauen	
Therapeuten	

Konfrontationsbereitschaft	
Konflikte innerlich austragen	JA
Verdrängung	
Rückzug	JA
Kompromissbereitschaft	
Vermeidung	
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit	JA
Selbstvorwürfe	
Miteinander Reden	
Nicht miteinander Reden	JA
Sucht Grund bei sich selbst	JA

Sucht Grund bei anderen  
Äußern von Gefühlen JA

Konfliktmuster:  
Abhängigkeit vom Partner JA  
Andere unter Druck setzen  
Rückzug  
Innere Blockade JA

Herr F:

1186: also das (das mangelnde Planungsvermögen seiner Frau) bringt bei mir mir  
manchmal Stress und äh das gibt auch manchmal ein bisschen  
Auseinandersetzungen, Meinungsverschiedenheiten aber okay da damit kann ich  
also leben

1227: dann vielleicht für mich noch störend dass sie mir abends dann sagt 'ja da bin  
ich heute immer noch nicht weiter gekommen kannst Du mir nicht mal helfen dass  
wir da weiter kommen' und dann sag ich ihr das natürlich ja ich sag 'wenn Du da  
nicht wieder den ganzen Morgen mit Frau soundso oder mit Frau soundso  
gesprächen hättest dann wärst du sicherlich schon gestern morgen damit fertig  
geworden mit dem ganzen'

Konfliktpartner:  
Partner JA  
Freunde  
Kinder  
Mutter  
Mitmenschen  
Frauen  
Therapeuten

Konfrontationsbereitschaft  
Konflikte innerlich austragen  
Verdrängung  
Rückzug  
Kompromissbereitschaft  
Vermeidung  
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit  
Selbstvorwürfe  
Miteinander Reden  
Nicht miteinander Reden  
Sucht Grund bei sich selbst  
Sucht Grund bei anderen JA  
Äußern von Gefühlen

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner  
Andere unter Druck setzen  
Rückzug  
Innere Blockade

Frau G:

345: vor allem mich stört das dann immer wenn er dann zu unseren Bekannten geht und sagt 'hach ja und das hab ich gemacht und das hab ich noch und' und dann denke ich 'ganz ruhig bleiben ganz! ruhig nur jetzt nicht sagen'

716: ich sag ihm das auch schon mal ich meine es dauert immer sehr sehr sehr lange also es brodelt dann sehr lange bis ich das auch schon mal sage, äh dann geht es auch mal ne kurze Zeit gut oder andersrum, ja und dann ist alles bald wieder in alten Bahnen ne

797: oder jetzt das mit dem Umzug auch bevor wir umgezogen sind also der saß da am Computer machte seine Spielchen interessierte sich für absolut nichts also ich hab mich manchmal immer nur gefragt was ist hier eigentlich los ich hab ihn dann angesprochen sag mal ich hab gesagt 'ziehst du überhaupt nicht mit?' 'wieso?' ja ich sag 'du sitzt hier tatenlos' ich sagte 'du könntest doch schon mal' ich sage 'dein dein Werkzeug mal aufräumen mal gucken was du überhaupt mitnimmst und was weg kann' mh das ist dann soweit weg jedenfalls so eines Tages eines Tages ist mir wirklich der Kragen geplatzt also er merkte das dann auch ja also ich war oh ich war geladen ich hab ich hab so gut wie nichts mehr gesagt ich hab ich hab ihn nur angeguckt ich sag und dann merkte er also dass es wirklich an der Zeit war aufzustehen und in den Keller zu gehen oder was zu tun ja

952: viele Jahre war das schon also für mich war das schon sehr schwer und für meinen Mann natürlich auch (die Lebensgestaltung ihres Sohnes) das war immer ein Thema wo wir, lieber nicht miteinander darüber sprachen aber mittlerweile habe ich mich schon ein bisschen damit arrangiert

Konfliktpartner:

Partner	JA
Freunde	
Kinder	JA
Mutter	
Mitmenschen	
Frauen	
Therapeuten	

Konfrontationsbereitschaft	JA
Konflikte innerlich austragen	
Verdrängung	
Rückzug	
Kompromissbereitschaft	
Vermeidung	
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit	
Selbstvorwürfe	
Miteinander Reden	
Nicht miteinander Reden	JA
Sucht Grund bei sich selbst	
Sucht Grund bei anderen	JA
Äußern von Gefühlen	
Konfliktmuster:	
Abhängigkeit vom Partner	
Andere unter Druck setzen	
Rückzug	
Innere Blockade	

Frau I:

276: ja (Frage nach einem Konfliktmuster) das ich mich immer wieder zurückziehe dann dann ziehe ich mich zurück und dann (...) (p:00:00:05) ja also wenn ich zum Beispiel in in schlechte Stimmung gerate

285: ich meine wenn ich also in schlechte Stimmung gerate zum Beispiel dass ich dann nicht äh unbedingt äh ja irgend jemand treffen will oder oder Ablenkung suche sondern sondern dass ich mich dann zurückziehe

420: ich denke dass war so dass wir beide aus ner aus ner Partnerschaft kamen und äh zunächst mal so äh auf Distanz waren

423: also es es ist es war so dass äh dass wir uns beide einig waren oder jedenfalls sah das so aus also, so wie es jetzt ist ist es schön und und so soll's bleiben und auf Distanz und äh ja und dann war es so dass also, mein Partner das dann nicht mehr so eingehalten hat sondern äh, dann hatte er ne andere Verbindung

433: das war insofern so enttäuschend weil nun eben also die andere äh Verbindung da die da bestand äh dass die Frau dann da einzog und äh, dann auch da blieb

Konfliktpartner:	
Partner	JA
Freunde	
Kinder	
Mutter	

Mitmenschen  
Frauen  
Therapeuten

Konfrontationsbereitschaft  
Konflikte innerlich austragen  
Verdrängung  
Rückzug  
Kompromissbereitschaft  
Vermeidung  
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit  
Selbstvorwürfe  
Miteinander Reden  
Nicht miteinander Reden  
Sucht Grund bei sich selbst  
Sucht Grund bei anderen  
Äußern von Gefühlen

JA

JA

Konfliktmuster:  
Abhängigkeit vom Partner  
Andere unter Druck setzen  
Rückzug  
Innere Blockade

JA

Herr J:

256: äh und Ursache dieser ganzen Geschichten sind sicher welche auch die weit zurück liegen also mutterbedingt

261: ziemlich, energische Frau äh, die auch schon sehr viel Arbeit hatte und immer für mich gesorgt hat et cetera aber mich dann auch geklammert hat irgendwo

266: äh das ging so weit dass dass äh sie vor allen Dingen irgendwann nach nicht so langer Zeit der Ehe äh dann auch gegen meine Frau ständig wetterte alles war falsch und und auf jeden Fall ich hatte dann dann zogen wir aus und ich ich hatte dann gebaut, ungefähr eineinhalb Kilometer entfernt von meinem Elternhaus

273: und man hat mir und sie hat mir immer Vorwürfe gemacht und wo ich sowieso schon alles gemacht habe

278: aber ja und so und dies und dieser dieser ständige Druck (gepresste Stimme) von ihr war ging nachher soweit wenn das Ge- das Telefon klingelte habe ich gesagt 'da gehe ich nicht mehr dran das ist meine Mutter' äh und das übertrug sich auch irgendwann auf meine Frau sogar so ein bisschen

287: also es war kein schönes Verhältnis mehr

293: und obwohl wir jetzt nun schon dann eigentlich äh so wenig Kontakt hatten und auch absichtlich gebrochen haben äh äh ist es eben nicht zu vermeiden, und und ganz wollte ich es natürlich auch nicht vermeiden

302: aber es belastete mich unglaublich

308: und dann ich wusste es kommt irgendwie ich bin dann +auch aufgedreht dann kommt es ruck zuck schon wieder zu einem Wortgefecht und dann et cetera PP

1061: ne heile Welt, in dem Fall aber aber nicht die Konfrontation dann versuche ich eher Kompromisse zu machen und versuche, und versuche nach Wegen wie man das denn wieder hinkriegen könnte auch zum Beispiel für unsere Kinder also dass ich sage 'hör mal Junge komm wir müssen mal reden da da stimmt etwas jetzt nicht ne'

1075: äh ja gut dann habe ich mit ihm gesprochen und dann war das eigentlich auch für mich wieder erledigt

1391: vielleicht dass ich zu meinen Kindern auch ein bisschen bestimmend, war (Frage nach Konfliktmustern) in der Erziehung, vor allem bei dem Älteren der ja auch nicht mehr ganz so klar und gut zurecht kommt weil er selbst auch wieder so vor allen Dingen zu meiner Frau ist der manchmal sehr, ruppig sag ich jetzt mal vom vom Wort her

1417: vielleicht habe ich die insgesamt in der Erziehung etwas härter angefasst vor allem den ersten das ist was was ich dann vielleicht auch von meiner Mutter hatte die so ein bisschen (...) ein bisschen bestimmt war ja bestimmt und streng war

1426: sie meinte sie wollte immer das Beste und Gute und ich kann ihr eigentlich gar nicht so groß viel vorwerfen aber viele Dinge die mich, äh belastet haben in den letzten zehn Jahren sie ist dreiundneunzig geworden äh, die haben mich schon richtig belastet da habe ich immer gesagt, 'ganz schlimm! ganz schlimm also irgendwann bringe ich meine Mutter um ich halte das nicht mehr aus so' so so emotional äh und wenn man das sagt das kommt bei mir auch emotional manchmal schneller was raus und und wissen Sie wenn irgend was wenn ich vor der Situation stehen, würde dann könnte ich das sowieso nicht weil Gewalt kann ich überhaupt nicht ab das käme vielleicht aus der Emotion dass ich sage 'verdammst noch mal'

1446: ja ja (Frage, ob er Wut empfunden hat)

1471: da tut es nur weh äh wenn ich eben auch sehe, dass ihr (Ehefrau) das alles sehr viel Kummer macht und und sich das und sich das ja so richtig da richtig reinbeißt und helfen will und kann nicht helfen und wenn Hilfe angeboten wird und

dann wird es äh und dann falsch ist und und ne sie hat meistens recht zu neunzig Prozent aber, immer erst mal Konfrontation das tut mir insgesamt dann auch weh das ist

1516: aber dieser dieser dieser Rhythmusunterschied der stört mich natürlich auch wenn ich ehrlich bin stört mich das natürlich ich lasse sie jetzt gewähren weil das vernünftiger ist für beide aber schön ist das natürlich nicht

1524: dann hängt sie noch am Computer äh äh von der Hochzeit äh anderthalb Wochen jede Nacht um da was weiß ich nicht was auszuarbeiten und so das sind Dinge die die stören mich ne obwohl es für unseren Sohn dann war dann habe ich gesagt 'mein Gott das kann doch alles nicht wahr sein (...) denk doch mal an Dich!'

Konfliktpartner:

Partner	JA
Freunde	
Kinder	JA
Mutter	JA
Mitmenschen	
Frauen	
Therapeuten	

Konfrontationsbereitschaft

Konflikte innerlich austragen

Verdrängung

Rückzug	JA
---------	----

Kompromissbereitschaft	JA
------------------------	----

Vermeidung	JA
------------	----

Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit

Selbstvorwürfe

Miteinander Reden	JA
-------------------	----

Nicht miteinander Reden

Sucht Grund bei sich selbst	JA
-----------------------------	----

Sucht Grund bei anderen	JA
-------------------------	----

Äußern von Gefühlen	JA
---------------------	----

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner

Andere unter Druck setzen

Rückzug

Innere Blockade



## 16. Negative Gedanken und Gedankenmuster

Frau A:

Herr B:

272: wo andere sagen 'das interessiert mich überhaupt nicht' 274: ja ja das sind Kleinheiten+ (die er hin- und herdreht im Kopf)

Grübeln über Kleinigkeiten  
Streng gegenüber sich selbst sein  
Alltag akribisch im voraus planen  
Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen  
„worst case“ annehmen  
Selbstabwertung  
Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem  
An Unerledigtes denken  
Sich Gedanken machen über Dinge außerhalb der eigenen Macht

JA

Frau C:

Herr D:

315: nehmen wir das mal morgen an dass ich also dann wir haben also so einen Carport da kann man so runterfahren da kann man jetzt nicht rein weil da gepflastert wird diese Strasse auf dem Dorf da da musste ich meinen Wagen weiter wegstellen und der andere steht schon seit Samstag da den muss ich mir dann morgen holen, dann wird es in die Waschanlage gefahren dann muss ich den mal innen sauber machen damit das ist es ja immer so ein bisschen psychologisch, dass der Prüfer der ja nicht beim TÜV ist sondern der kommt ja da zu dieser Werkstatt dass der nicht denkt 'oh mein Gott was ist das denn für ne für ne Dreckschleuder innen kannste ja gar nicht durchgucken' weil auch das Standlicht tut's nicht und was weiß ich nicht alles und meistens hat er es hingekriegt und dann muss ich einkaufen dann muss ich dann habe ich Nachhilfe dann muss ich zu meiner Frau da kommt alles so zusammen

447: drei oder vier mal oder mehr oder mehrfach was was mir sehr gut tut Treppe runter Zeitung holen Treppe hoch Treppe runter erste Waschmaschine anschmeißen Treppe hoch Treppe runter in den Trockner Treppe runter Briefkasten

524: da bin ich ja auch immer so einer der immer schon nach worst case annehmen und schon alles durchspielen

Grübeln über Kleinigkeiten	
Streng gegenüber sich selbst sein	JA
Alltag akribisch im voraus planen	JA
Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen	JA
„worst case“ annehmen	JA
Selbstabwertung	
Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem	
An Unerledigtes denken	JA
Sich Gedanken machen über Dinge außerhalb der eigenen Macht	

Frau E:

280: es liegt sicher auch daran dass ich mir sage 'mein Gott Du hast ja, Du hast ja nichts zu sagen'

Grübeln über Kleinigkeiten	
Streng gegenüber sich selbst sein	JA
Alltag akribisch im voraus planen	
Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen	
„worst case“ annehmen	
Selbstabwertung	JA
Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem	
An Unerledigtes denken	
Sich Gedanken machen über Dinge außerhalb der eigenen Macht	

Herr F:

697: ich meine das ist dann eine Frage vom Bewusstsein her wenn man sich mit mit Kindern unterhält das ist natürlich ne ganz andere Kommunikation als jetzt äh zum Beispiel früher im Berufsbereich aber man muss erst erkennen dass die genauso viel Niveau haben kann wie zum Beispiel im Berufsbereich ne also äh man muss das ich hab das früher vielleicht etwas ab- abwertend gesehen ja also wenn man dann mit Kindern dann auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht so hab ich das früher gesehen und dieses Bewusstsein muss erst erneut äh gestärkt werden und geschaffen werden dass also der Umgang mit Kindern sehr wohl äh von großer Qualität sein kann, na ja und das hab ich dann auch mehr und mehr auch erfahren

934: da ist einfach im Ruhestand ist da nichts zu machen da könnte man nur Arbeiten annehmen aber die sind dann so weit äh unterrangig dass man das nicht will (frühere berufliche Tätigkeiten)

Grübeln über Kleinigkeiten  
 Streng gegenüber sich selbst sein  
 Alltag akribisch im voraus planen  
 Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen  
 „worst case“ annehmen  
 Selbstabwertung  
 Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem JA  
 An Unerledigtes denken  
 Sich Gedanken machen über Dinge außerhalb der eigenen Macht

Frau G:

316: weil ich dann mir wie gesagt mir selber so einen Zwang mir auferlege tja  
 (Stöhnen) also wenn ich dann meine ich hab alles gemacht ja dann fällt mir ein da im  
 Schrank da ist noch ein Tuch und du wolltest das ja immer ausmessen daraus  
 wolltest du noch irgendwas nähen und dann immer so dieses 'nein das musst du  
 noch machen' und dann denke ich 'warum du musst das gar nicht machen und  
 immer wieder fällt's mir ein nein in diesem Fach ist noch irgendwas nicht in Ordnung'  
 furchtbar also mir geht das manchmal selbst auf den also auf den Geist

Grübeln über Kleinigkeiten  
 Streng gegenüber sich selbst sein JA  
 Alltag akribisch im voraus planen  
 Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen  
 „worst case“ annehmen  
 Selbstabwertung  
 Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem  
 An Unerledigtes denken JA  
 Sich Gedanken machen über Dinge außerhalb der eigenen Macht

Frau I:

Herr J:

221: und ich sage mal im Prinzip auch ein negatives Denken

223: das negative Denken ist ist stärker geworden

383: (die Insolvenz seiner Firma) hat mich dann veranlasst doch irgendwo hierhin zu  
 gehen weil dann ich doch mir sehr viel Gedanken gemacht habe im Vorfeld auch  
 schon, was ja nicht ausbleibt, äh auch finanzieller Art Gedanken 390: mein Gott was  
 wäre wenn? obwohl ich da eigentlich die wenigsten Sorgen haben musste

406: es es brach eben wie gesagt dann dann aus ich habe, tausend Gedanken ich wachte morgens um fünf Uhr auf und hatte tausend Gedanken und kam nicht mehr raus

445: und und dann kommen eben solche Gedanken auf 'was mache ich denn wenn jetzt wenn jetzt etwas ist? wo bringen wo bringen die mich hin? wo komme ich hin? wie gut bin ich da aufgehoben? können die mir überhaupt helfen? wie komme ich dann wieder nach Hause?' und äh äh Tausende von Gedanken

612: und wenn ich dann einen Moment wach bin dann fängt das Herz wieder mehr an zu schlagen also zu bubbern, und dann fängt es mit den Gedanken an

1098: aber ich leide dann (bezogen auf Wohnungsprobleme des Sohnes) genau das ist auch ein Punkt das man mir auch in der Gruppe jetzt fünfzig plus schon mal gesagt hat äh äh, wieso regst Du Dich eigentlich auf? wieso machst Du Dir Gedanken das ist doch nicht Deine Sache, haben sie recht aber es geht nicht

Grübeln über Kleinigkeiten

Streng gegenüber sich selbst sein

Alltag akribisch im voraus planen

Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen JA

„worst case“ annehmen

Selbstabwertung

Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem

An Unerledigtes denken

Sich Gedanken machen über Dinge außerhalb der eigenen Macht JA

## 17. Körperaspekte

Frau A:

330: eigentlich glaube ich nicht dass ich damit Veränderungen bemerkt habe. ich finde alte Körper überhaupt nicht schön wenn man in den Spiegel guckt. also ein schöner Anblick ist es nicht mehr wenn man älter wird. es ist halt so

334: und ich glaube nicht dass sich da jetzt viel geändert hat, wenigsten nicht bewusst bei mir

337: nein (weder Belastung, noch Wunsch nach Änderung)(...) ich fühl' mich wohl

345: man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön wofür? (lachen)

350: da hab ich keine Probleme. ich bin auch nicht auf der Suche nach nem

Mann

Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation	JA
Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit	
Achtung auf körperliche Fitness	
Achtung auf Gewicht	

Herr B:

Frau C:

Herr D:

Frau E:

526: also so lange ich noch meine Figur halte ich finde wenn ich auf einmal, dicker werden würde dann wäre ich nicht so gut mit mir zufrieden

Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation	JA
Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit	
Achtung auf körperliche Fitness	
Achtung auf Gewicht	JA

Herr F:

147: (früher) als ich meinen Organismus als sehr stabil sah

555: dass sich das alles stabilisiert dass ich also auch wieder leistungsfähig! bin

756: und äh diese typischen Leistungsmerkmale früherer Zeiten, wo ich also

stundenlang schwimmen konnte Kilometer weit schwimmen konnte und äh  
Radtouren täglich mit über hundert Kilometer machen konnte mit Gruppen das äh da  
muss ich auch Abstriche machen

Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation  
Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit JA  
Achtung auf körperliche Fitness  
Achtung auf Gewicht

Frau G:

Frau I:

Herr J:

1228: das sind so die die größten Qualitäten und dass ich auch körperlich bisher  
immer sehr sehr fit war (...) und ja und wenn ich was sportlich gemacht habe,  
eigentlich auch äh mittelprächtigt erfolgreich

1256: zu meinem Körper (Lachen) ein ganz normal vernünftiges (Verhältnis)

1859: ein bisschen Kraftübungen zu machen (in Zukunft) ich bin ziemlich schlapp  
und ich brauch so so für den ganzen Körper jetzt ich bin so ein bisschen zittrig  
geworden und ich denk natürlich und dann hab ich abgenommen dann war ich dann  
automatisch ein bisschen klappriger

Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation JA  
Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit  
Achtung auf körperliche Fitness JA  
Achtung auf Gewicht

## 18. Sexualität

Frau A:

357: nö (kein Wunsch nach neuer Partnerschaft)

376: das einzige wäre die Zärtlichkeit, auf der andere Seite ist das wieder so  
dass man dann wieder ne gewisse dass man wieder eng zusammen wohnt

Wunsch nach Partnerschaft  
Kein Wunsch nach Partnerschaft JA  
Sexuelle Aktivität ist reduziert  
Keine sexuelle Aktivität

Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität  
Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität  
Partner wünscht sich mehr Sexualität  
Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität  
Zärtlichkeit  
Wunsch nach Zärtlichkeit JA

Herr B:

Frau C:

591: da vermisse ich auch was (Partnerschaft) ja (Liebe)  
595: genau Sexualität gehört ja alles dazu (...) und ja das vermisse ich schon  
599: das vermisse ich schon  
Wunsch nach Partnerschaft JA  
Kein Wunsch nach Partnerschaft  
Sexuelle Aktivität ist reduziert  
Keine sexuelle Aktivität  
Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität JA  
Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität  
Partner wünscht sich mehr Sexualität  
Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität  
Zärtlichkeit  
Wunsch nach Zärtlichkeit

Herr D:

1168: ja es (das Sexuelleben) hat sich insofern verändert als als es nicht mehr so intensiv ist, das das das der reine sexuelle äh äh Akt (...) da bin ich aber sind wir beide nicht mehr so ähm so äh nicht mehr so so aktiv im Moment  
1177: nein im Moment! bedauere ich das nicht  
Wunsch nach Partnerschaft  
Kein Wunsch nach Partnerschaft  
Sexuelle Aktivität ist reduziert JA  
Keine sexuelle Aktivität  
Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität  
Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität JA  
Partner wünscht sich mehr Sexualität  
Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität  
Zärtlichkeit  
Wunsch nach Zärtlichkeit

Frau E:

531: ja (p : 00 :00 :09) also es ist eigentlich gleich Null (Sexualität) (...) Zärtlichkeiten gibt es viel aber äh sexueller Art eigentlich weniger

535: also ich eigentlich ja manchmal schon (Wunsch nach Sexualität), aber eigentlich finde ich das okay, ich glaube aber mein Mann der ist da nicht so, ganz so zufrieden

538: nee das ist kein Thema (Sexualität)

540: ja! ja ja in jedem Fall (hat dies mit dem Alter zu tun)

Wunsch nach Partnerschaft

Kein Wunsch nach Partnerschaft

Sexuelle Aktivität ist reduziert

Keine sexuelle Aktivität

JA

Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität

Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität

JA

Partner wünscht sich mehr Sexualität

JA

Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität

Zärtlichkeit

JA

Wunsch nach Zärtlichkeit

Herr F:

1066: dass da im sexuellen Bereich auch alles etwas sparsamer läuft, aber bewusst nicht jetzt als als großer Verlust oder was anzusehen das ist ja ja bei der Partnerin ähnlich so 1074: aber äh er der ist gering zu bewerten und das belastet mich auch nicht mehr

dass das halt eben alles ein bisschen abnimmt zum einen das das die Häufigkeit meine ich abnimmt ne

Wunsch nach Partnerschaft

Kein Wunsch nach Partnerschaft

Sexuelle Aktivität ist reduziert

Keine sexuelle Aktivität

JA

Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität

Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität

JA

Partner wünscht sich mehr Sexualität

Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität

Zärtlichkeit

Wunsch nach Zärtlichkeit

Frau G:

779: mh ja sie war nie ähm tja wie soll ich das sagen so sehr sehr aktiv mein Mann aber auch nicht ja jetzt im Alter ist es eben weniger geworden viel weniger



784: also ich weiß nicht mein Mann der sagt an für sich nie was oder so, und für mich ist das okay.

Wunsch nach Partnerschaft	
Kein Wunsch nach Partnerschaft	
Sexuelle Aktivität ist reduziert	JA
Keine sexuelle Aktivität	
Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität	
Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität	JA
Partner wünscht sich mehr Sexualität	
Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität	
Zärtlichkeit	
Wunsch nach Zärtlichkeit	

Frau I:

Herr J:

## 19. Alltagsgestaltung

Frau A:

84: also ich stehe meistens nicht+ vor 8 Uhr auf dann wird gefrühstückt in Ruhe, sehr in Ruhe

127: ja und die Arztlauferei die nimmt auch viel Zeit +in Anspruch

875: wir gehen auch viel spazieren aber ja

Ruhe/ Genuss	JA
Aussagen über festen Zeitplan	
Aussagen über Pflichten	
Positive Bewertung	
Negative Bewertung	
Frühaufsteher	
Langschläfer	JA
Spazieren gehen	JA

Herr B:

591: der typische Tagesablauf ist äh (p:00:00:04) ich lasse es oft drauf ankommen ich mache mir nicht große Gedanken über den morgigen Tag oder übermorgen,

sondern äh lasse es drauf ankommen und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat

56: da wir ja beide nicht arbeiten äh brauchen wir auch morgens keinen Wecker und stehen dann auf wenn wir wach werden wir gönnen uns diesen diesen Luxus nicht?

239: aber jetzt so in der in meiner Freizeit äh sag ich mir ich muss mir das nicht mehr antun unangenehme Dinge warum muss ich die noch haben ne?

251: ja mit Ruhe Frühstück die Zeitung lesen+ das sind ja angenehme Dinge

Ruhe/ Genuss	JA
Aussagen über festen Zeitplan	
Aussagen über Pflichten	
Positive Bewertung	JA
Negative Bewertung	
Frühaufsteher	
Langschläfer	JA
Spazieren gehen	

Frau C:

326: ja da ist nichts+ viel aufregendes

Ruhe/ Genuss	
Aussagen über festen Zeitplan	
Aussagen über Pflichten	
Positive Bewertung	
Negative Bewertung	JA
Frühaufsteher	
Langschläfer	
Spazieren gehen	

Herr D:

229: Freitag ist also mein weil ich da immer zuhause bin mein mein mein Putz- und und Wischtag

442: ich stehe viertel vor sechs auf, trinke meine Tasse Kaffee lese die Zeitung und fange dann an, rum zu krömen was ich zu tun habe

998: ich bin also auch gerne zu Hause

1059: ich mache sonst alles ich mache die Wäsche

Ruhe/ Genuss	
Aussagen über festen Zeitplan	JA
Aussagen über Pflichten	JA
Positive Bewertung	JA
Negative Bewertung	

Frühaufsteher  
Langschläfer  
Spazieren gehen

JA

Frau E:

144: mein Leben ist eigentlich ausgefüllt.

159: ja wir frühstücken zusammen ich mache meinem Mann dann die Butterbrote also wenn er dann so zur Arbeit geht und gebe ihm auch einen Tee mit und ja und dann, ist er dann auch bei schlechtem Wetter ist er so um drei Uhr wieder zu Hause

165: ich finde es eigentlich äh für mich ein bisschen eintönig (ihr Leben) weil ich möchte gerne mal was anderes machen, ich möchte mal irgendwo hin fahren und so und dann hat er (ihr Ehemann) dann keine Lust dazu

577: in jeder freien Minute versuche ich mir die italienischen Vokabeln einzu hämmern oder ich sitze mal am Computer also dass ich so sitze, das ist selten höchstens mal um die Zeitung zu lesen Zeitung oder ein Buch

Ruhe/ Genuss

Aussagen über festen Zeitplan

JA

Aussagen über Pflichten

JA

Positive Bewertung

Negative Bewertung

JA

Frühaufsteher

Langschläfer

Spazieren gehen

Herr F:

437: ich bin an für sich äh ein sehr aktiver Mensch schon von morgens früh an ich muss auch morgens früh aufstehen und alles mögliche unternehmen

550: mit seiner Frau morgens zum Frühstück ne wo man dann schon weil man eigentlich, im Grunde diesen Workalkoholiker noch abschalten musste sowieso schon früh aufstand und dann das Frühstück machte das machte und die Frau noch so ein bisschen länger schlief

Ruhe/ Genuss

Aussagen über festen Zeitplan

Aussagen über Pflichten

Positive Bewertung

Negative Bewertung

Frühaufsteher

JA

Langschläfer

Spazieren gehen

Frau G:

Frau I:

140: ich äh schlafe zum Beispiel gerne lange (...) und das genieße ich immer wieder dass ich das machen kann

150: also ich bin eher ein Abendmensch als ein Morgenmensch und also das ist da lass ich mir ganz viel Zeit morgens

Ruhe/ Genuss	JA
Aussagen über festen Zeitplan	
Aussagen über Pflichten	
Positive Bewertung	
Negative Bewertung	
Frühaufsteher	
Langschläfer	JA
Spazieren gehen	

Herr J:

802: ja so richtig (Lachen) noch nicht (Frage, ob es einen Tagesablauf gibt)

966: dann gehen wir tagsüber ein bisschen spazieren

1498: bin ich früh aufgestanden also früh früh aber auch nicht mehr so früh wie früher aber ich sag mal um acht stehe ich auf

1512: sicherlich ich mach dann Frühstück, weil ich damit oder ich lese die Zeitung gehe auch schon mal in den Garten oder besorge schon mal was vorher oder hole Brötchen

Ruhe/ Genuss	
Aussagen über festen Zeitplan	
Aussagen über Pflichten	
Positive Bewertung	
Negative Bewertung	
Frühaufsteher	JA
Langschläfer	
Spazieren gehen	JA

## 20. Interessen und Hobbys

Frau A:

94: dann handarbeite ich viel 109: ich mach's gerne.

372: ich gehe ins Theater und ich gehe ins Kino und wir gehen essen, ich fahr in Urlaub

869: ich gehe ins Theater ich gehe ins Kino (...) wir gehen essen. in Urlaub fahre ich im Moment eigentlich nicht.

Kino	JA
Theater	JA
Reisen	JA
Handarbeit	JA
Essen gehen	JA
Sport	
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	
Sprachen	
Computer	
Vereinsmitgliedschaft	
Bekannte/ Freunde treffen	
Gartenarbeit	

Herr B:

629: direkte oder intensive Hobbys haben wir beide nicht wie gesagt wir spielen beide ein bisschen Tennis ich spiele so sag mal so zweimal die Woche

644: wir haben ein großes Clubhaus da kümmere ich mich drum und Getränkeservice und und so was mache ich dann und kleine Reparaturen 649: ja! ja ich bin also so fast jeden Tag mal so eine halbe Stunde oder eine Stunde mal da

653: aber! da besteht besteht aber keine Pflicht

Kino	
Theater	
Reisen	
Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	
Sprachen	
Computer	

Vereinsmitgliedschaft JA  
Bekannte/ Freunde treffen  
Gartenarbeit

Frau C:

328: ich gehe wahnsinnig gerne essen (...) wir haben einen Frauenstammtisch da  
gehe ich hin (...) ich brauch nicht immer Gesellschaft ich geh gerne alleine

Kino

Theater

Reisen

Handarbeit

Essen gehen JA

Sport

Stammtisch JA

Ehrenamtliche Tätigkeit

Kulturelle Interessen

Sprachen

Computer

Vereinsmitgliedschaft

Bekannte/ Freunde treffen

Gartenarbeit

Herr D:

144: ich bin ja seit zwei nein drei Jahren schon ehrenamtlich in der Diakonie in  
Neuss tätig 166: jetzt mache ich zweimal die Woche Hausaufgabenbetreuung, für  
tamilische Kinder 184: was mir auch sehr viel Spaß macht 385: es gibt mir  
unheimlich viel weil ich also immer schon mit Kindern gut konnte 395: weil ich das  
auch für mein Wohlbefinden brauche 471: dann bin ich also auch zufriedener  
dass ich also, was getan habe

998: ich bin also auch gerne zu Hause 1003: also da bin ich nicht mehr so aktiv wie  
früher (abends ausgehen)

187: auch in den großen Ferien in in den Sommerferien äh werden drei Wochen lang  
äh äh äh Aktivitäten äh angeboten für Kinder (...) das sind dann also immer meistens  
so zwischen fünfundzwanzig und fünfunddreißig Kinder dabei (...) das mache ich  
also auch jetzt schon seit seit drei Jahren, und habe dann noch nebenbei noch für äh  
größere Kinder oder auch für kleinere, gebe ich äh Nachhilfeunterricht meistens in  
Deutsch

303: ich mache es zwei drei Mal die Woche (Golf spielen)

366: weil ich also so ein ein Geschichtsfreak bin und mich interessieren diese  
Altertümer

877: ich kann auf die Museumsinsel (Lachen) und die ganzen Museen angucken (im  
Urlaub in Berlin)

Kino	
Theater	
Reisen	
Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	JA
Kulturelle Interessen	JA
Sprachen	
Computer	
Vereinsmitgliedschaft	
Bekannte/ Freunde treffen	
Gartenarbeit	

Frau E:

140: montags also gehe ich lerne ich Italienisch schon seit langer Zeit  
und ja und dann jeden Morgen mache ich Sport, das heißt also ich habe einen  
Ergometer da da fahre ich zwanzig Minuten und mache Gymnastik auch speziell für  
die Hüfte und auch so, und ja ich gehe zur Wassergymnastik und treffe mich mit äh,  
einer Freundin einer Bekannten

Kino	
Theater	
Reisen	
Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	
Sprachen	JA
Computer	
Vereinsmitgliedschaft	
Bekannte/ Freunde treffen	JA
Gartenarbeit	

Herr F:

734: dann bin ich äh in Diskussionskreisen in Düsseldorf und teilweise geh ich auch äh zu politischen Foren

738: und bin mit Gruppierungen zusammen wo wir also gemeinsam Radtouren planen

741: neben zusätzlich zu sportlichen Dingen wie regelmäßig äh schwimmen zu gehen oder auch wieder eben halt Fahrrad zu fahren

900: ich habe auch noch andere Interessen also Bereiche ne zum Beispiel so am am Rechner, da mach ich sehr vieles

Kino

Theater

Reisen

Handarbeit

Essen gehen

Sport

JA

Stammtisch

Ehrenamtliche Tätigkeit

Kulturelle Interessen

Sprachen

Computer

JA

Vereinsmitgliedschaft

JA

Bekannte/ Freunde treffen

Gartenarbeit

Frau G:

861: ins Kino sind wir ja ins Theater gehen schon mal wir haben einen großen Bekanntenkreis und da ergibt sich auch sehr viel ja kulturelle Sachen (...) wir sind im Skatclub und dann sind wir mit fünf Ehepaaren im im äh ja im Kegelclub und dann haben wir noch so einen Spielenachmittag auch noch mal mit drei Ehepaaren

869: wir gehen zum Beispiel ein mal die Woche schwimmen äh immer Donnerstags vormittags aber das ist wieder eine ganz andere Gruppe

Kino

JA

Theater

JA

Reisen

Handarbeit

Essen gehen

Sport

JA

Stammtisch

Ehrenamtliche Tätigkeit

Kulturelle Interessen

JA

Sprachen



Computer	
Vereinsmitgliedschaft	JA
Bekannte/ Freunde treffen	JA
Gartenarbeit	

Frau I:

153: ja und dann äh hab ich so dann mache ich zweimal in der Woche mache meine Gymnastik dann hab ich noch ne andere Gruppe wo so ein bisschen Atemübungen und so was

159: und ja und darüber hinaus das sind also schon drei Termine die in der Woche sind und dann ja dann, irgendwas mh ein Treffen mal mit Freunden und so also ich mache mir mein Leben schön

244: ich reise gerne ich reise gerne (...) dass ich äh dass ich mir, Bauten anschau dass ich mir also dass ich wirklich also das sind jetzt Erlebnisreisen zu Hause kann ich mich ausruhen also da muss ich nicht verreisen (...) also da möchte ich schon was sehen und was erleben

345: also ich gehe immer noch ins Theater ich hab meistens äh kann ich eine Premierenkarte kriegen und äh ich bin da also schon dem Theater noch sehr verbunden

678: mich auch ein bisschen mit Malerei! zu beschäftigen

Kino	
Theater	JA
Reisen	JA
Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	JA
Sprachen	
Computer	
Vereinsmitgliedschaft	
Bekannte/ Freunde treffen	JA
Gartenarbeit	

Herr J:

809: ja gut ich will jetzt anfangen, äh was zu machen wo ich vorher keine Zeit hatte oder auch vielleicht Interesse aber keine Lust irgendwo trotzdem nicht aufgrund der Überbelastung im Beruf

816: und, mir war immer sehr wichtig der Sport weil ich weil ich da ein Ventil habe

828: Sport ist für mich auch immer noch sehr wichtig

832: im Winter spiele ich Tennis

868: und dann spiele ich hauptsächlich Golf

910: und dann gehe ich in den Garten ein bisschen

914: dann habe ich früher immer gesagt 'dann, beginne ich jetzt mit mit äh meinem Englisch mal ein bisschen was äh zu tun' was ich auch vernachlässigt habe äh trotz vieler vieler Reisen die wir eben auch gemacht haben

923: und eigentlich nicht mehr so viel wie wir früher machten eigentlich sollte es umgekehrt sein heute sollten wir mehr reisen als früher aber wir sind früher viel mehr gereist als heute 930: aber Reisen natürlich immer noch (...) also so acht Wochen im Jahr oder sind da schon drin

934: Computer bin ich immer noch nicht zu gekommen (...) immer wenn ich da dran gehe dann ist da irgendein Defekt dran 950: aber das möchte ich! auch eben noch äh ein bisschen perfektionieren

Kino

Theater

Reisen

JA

Handarbeit

Essen gehen

Sport

JA

Stammtisch

Ehrenamtliche Tätigkeit

Kulturelle Interessen

Sprachen

JA

Computer

JA

Vereinsmitgliedschaft

Bekannte/ Freunde treffen

Gartenarbeit

JA

## 21. Beziehungen: Partner als Person

Frau A:

279: mein Mann hat getrunken das war ein Streitpunkt. Ist dadran auch leider gestorben an Bauchspeicheldrüsenkrebs

293: das ist nicht so dass er betrunken war oder, wie ich den Anschein vielleicht unten bei der Therapie erweckt hab dass mein Mann geschlagen hat oder so, so was überhaupt nicht

297: ich denke mal war ein sehr schwacher Mensch

301: mein Mann hatte Minderwertigkeitskomplexe glaube ich

314: mein Mann war ein herzensguter Mensch

Ehemann: Alkoholiker

Ehemann: herzensgut

Herr B:

40: meine Frau ist ja auch zu Hause und die erinnert mich dann immer dran (seine Vergesslichkeit) und das ärgert mich dann immer so

282: sie (die Ehefrau) sagt immer ich bin ein bisschen pessimistisch

328: äh aber sie bohrt dann doch weiter und möchte das wissen und dann gibt es mal Diskussionen und aber nichts Böses oder was das ist ich bin nun mal so ich bin so und sie ist so

531: sie hat äh seit der Geburt unserer Tochter hat sie äh nicht mehr gearbeitet sie ist dann immer zu Hause geblieben

561: äh sie ist wie ich schon sagte eine ehrgeizige Frau ne ich würde sie auch als stark bezeichnen stärker als ich

Ehefrau bezeichnet ihn als pessimistisch

Ehefrau ist gründlicher

Ehefrau ist ehrgeiziger

Ehefrau ist stärker als er

Frau C:

725: über diese sechs Jahre hinweg da ist natürlich viel viel Böses gesagt worden und und und ich bin ja auch aus dem Geschäft entfernt! worden (...) und da dachte ich schon er hätte was gelernt aber äh er hat daraus nichts gelernt und das zeigt mir

dann auch also es kann passieren was will 732: er wird so bleiben wie er ist und sich nicht so verändern wie ich ihn gerne hätte  
er ändert sich nicht

Herr D:

88: Brustoperation und da ist ihr sind ihr gleich drei glaube ich zwei oder drei Knoten herausgenommen worden die aber gutartig waren

152: meine Frau arbeitet ja im Landesamt für Besoldung und Versorgung in Neuss

805: die ist äh von neunundfünfzig

811: ach ja (Seufzer) also sie ist ein sehr sehr kommunikativer Mensch 819: sie ist also ein Arbeitstier

826: sehr beliebt muss ich sagen und äh sie kocht gerne

933: sie hatte Hepatitis C

Ehefrau kommunikativ

Ehefrau fleißig

Frau E:

146: mein Mann, der ist zwar immer jetzt bei so einem Wetter, ist immer im Garten wir haben einen Schrebergarten hier in Düsseldorf (...) und also das ist so sein ein und alles

172: Schreiner seit 2002 (in Pension)

185: da hat er einfach überhaupt keine Lust zu (mit ihr was zu unternehmen)

291: er ist in der Regel sehr ausgeglichen hat also, er ist kein launischer Mensch aber wenn ihm was nicht passt, dann kann er sehr aufbrausend und zumindest früher, jetzt nimmt er sich ein bisschen zurück sehr aufbrausend und auch verletzend, sein

299: er lacht gerne und viel also ist eigentlich ein positiver Mensch

303: er kann dann sehr barsch in seinem Ton sein wenn ich, wenn ihm etwas nicht passt

322: so, richtig harsche Kritik, hat er nicht so gerne

Ehemann eigenbrödlerisch

Ehemann aufbrausen

Ehemann positiv

Herr F:

1107: sie hat äh vom Temperament her äh ist sie sicherlich spontaner als ich sie ist sehr spontan (...) auf der einen Seite Positives bringt ist natürlich auf der anderen Seite dass sie also äh bezüglich Planungen! Äh da gewisse Defizite hat

1119: sie also auch selbst so Hobby!-Malerin ist

1164: gerade Einladungen zum Beispiel das macht sie sehr gut

1197: dieses Rationale das äh fehlt dann so ne

1243: manchmal auch ein bisschen, zumindest im innern einer! einerseits erfreut andererseits natürlich äh bin ich / weil ich auch so sein möchte so körperlich! und auch psychisch sie ist also sehr körperlich ist sie total gesund

1255: früher ist sie sehr viel hat sie sehr viel Last mit Migräne und mit gewissen Symptomatiken gehabt die die sicherlich äh auch psychisch bedingt waren

1294: früher auch öfter in psychologischer Behandlung war wegen ihrer Migräne insbesondere

1301: sie war äh im Bankfachgehilfin (...) (jetzt) als Ehrenamtliche äh zum Beispiel in der Telefonseelsorge (...) im Hospizbereich und im im Seniorenbereich

Ehefrau spontan

Ehefrau künstlerisch

Ehefrau hilfsbereit

Ehefrau nicht planerisch

Frau G:

251: ich bin halt mein Mann der ist so eher der passive, Teil in unserer Ehe (Lachen) mein Mann interessiert sich da nicht so wirklich dafür (...) er würde nie die Initiative ergreifen

302: mein Mann ist ja total, locker ganz gelassen also der sieht so vieles total! anders wie ich

659: weiß ich nicht ich denke mal meinem Mann geht's immer gut (Lachen) 662: och meinem Mann dem geht's immer gut da Sorge ich schon dafür dass es dem gut geht (Lachen)

661: der ist ja schon lange in Rente

668: mein Mann der ist überhaupt nicht so ein bisschen feinfühlig oder oder der kann das nicht so ähm so sagen oder so rüberbringen wie ich das schon mal kann ja

726: er wird jetzt fünfundsechzig

739: mein Mann ist nicht fordernd überhaupt nicht fordernd gar nicht er ist mit allem zufrieden, also er ist nicht der Typ der sagt 'hach wie sieht's denn hier aus guck mal hier der Staub oder wie wie heute schon' ich sag mal 'zwei mal hintereinander Erbsensuppe' oder so er käme gar nicht auf die Idee ne also er nimmt er nimmt alles hin so wie er's dann kriegt so ist es gut

840: das war früher auch anders ich muss auch sagen er ist auch jetzt in den letzten Jahren so geworden er hat ja auch gearbeitet und da war er auch immer sehr fleißig muss ich dazu sagen

Ehemann eher passiv  
wenig feinfühlig  
Ehemann geht es gut

Frau I:

373: nein (Frage, ob sie in einer Partnerschaft lebt)

Herr J:

780: ich meine sie macht sich zu viele Gedanken

782: auch sie ist nicht auch nicht gesund (...) sie hat viel mit Migräne zu tun also mit schlimmster Art Migräne

1123: meine Frau nimmt das noch viel verinnerlicht das noch viel mehr viel mehr die ist noch viel sensibler als ich

1146: oder meine Frau freut sich riesig wenn sie mir eine Kleinigkeit mitbringt sie freut sich mehr als ich

1455: meine Frau äh spricht sehr viel (unterdrücktes Lachen) das sind ein- ganz einfache Dinge (Frage, was seine Frau tut, um ihn „auf die Palme zu bringen“)

1466: äh das ist was öh was mich, äh stört an ihr aber öh, ich sag das ist Null Komma Null eins Prozent an ihrem ganzen Wesen prinzipiell also ne äh sie hat so viele gute und schöne Seiten

Ehefrau sensibel  
Migräne

## 22. Beziehungen: Partnerschaft

Frau A:

299: nein in der Beziehung überhaupt nicht (sich auf ihren Mann verlassen)

Keine Partnerschaft  
Stabile Partnerschaft  
Problematische Partnerschaft  
Abhängigkeit vom Partner  
Partner unzuverlässig  
Partner dominant  
Partner trägt Verantwortung  
Belastung durch den Partner  
Entlastung durch den Partner  
Partner nimmt Rücksicht  
Lob für Partnerschaft

JA

Herr B:

313: die (Ehefrau) hat dann die beiden (und der Anwalt) haben dann den Prozess geführt

520: diese ganzen Formalitäten und alles das das fällt mir schwer so was und Gott sei Dank kümmert sich da meine Frau so ein bisschen mehr drum

545: wir kommen an für sich sehr gut miteinander aus es gibt halt eben nur Reibungspunkte das sind also wenn es da um um Arbeiten geht die ich nicht begreife oder die sie erledigt hauptsächlich also die ganzen Formalitäten und äh da gibt es schon mal Meinungsverschiedenheiten weil ich eben halt dann anders denke und großzügiger und phlegmatischer wäre würde also manche fünf gerade lassen

557: wir sind siebenunddreißig Jahre verheiratet und werden wahrscheinlich auch, so bleiben

569: sie! ist die stärkere! Frau äh die stärkere Person in unserer Partnerschaft das muss ich also sagen

592: sondern äh lasse es drauf ankommen und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat

617: also sie (die Ehefrau) hat mehr den Terminplan für die Woche oder den Tag

727: wenn mir irgendetwas nicht gefällt an jemanden nicht das könnte ich ihm sagen dann, aber meine Frau ist dann auch wieder die stärkere und sagt 'sei diplomatisch nimm es hin kümmere Dich nicht drum es ist nicht Dein Problem'

Keine Partnerschaft  
Stabile Partnerschaft  
Problematische Partnerschaft

Abhängigkeit vom Partner	JA
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	JA
Partner trägt Verantwortung	JA
Belastung durch den Partner	
Entlastung durch den Partner	JA
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	

Frau C:

550: partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in meinem Leben und das fehlt natürlich

607: ich bin's+ noch (verheiratet) zweiundfünfzig Jahre

613: davon leb ich aber jetzt schon zwanzig Jahre schon allein

616: dass das schon eine große Abhängigkeit meinerseits war zu meinem Mann

620: das waren ja sehr sehr unschöne Geschichten

636: mit meinem Mann ist es ganz komisch äh es war jetzt wieder so wir haben ab und an mal sporadisch Kontakt

644: ich wollte auf ihn zugehen und er blieb stehen und da bin ich auch nicht weiter zugegangen ich hätte ihm gern die Hand gegeben

645: mein Verhältnis zu ihm hat sich Gott sei Dank verändert (...) es hat fünfzig Jahre gedauert bis ich begriffen habe dass er keiner ist er ist kein Strohalm

658: 'ja gut wenn Du da stehen bleibst ich komm auch nicht auf Dich zu' entweder gehen wir beide aufeinander zu und geben uns die Hand aber ich gehe jetzt nicht zu Dir

685: ne totale Abhängigkeit (von dem Ehemann) 687: und dadurch (durch die Abhängigkeit: finanziell und emotional) hatte er auch die Chance mit mir machen zu können was er wollte

701: aber der ist inzwischen auch so, klein geworden

Keine Partnerschaft	JA
Stabile Partnerschaft	
Problematische Partnerschaft	
Abhängigkeit vom Partner	
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	



Herr D:

550: da merkt man eben man ist nicht umsonst schon neunzehn Jahre verheiratet

558: da bin ich derjenige der immer dann sagt okay wenn sie das meint

563: so das ist vielleicht ist es ist es ein Fehler aber ich da bin ich immer sehr äh  
(Seufzen) äh da bin ich immer sehr einsichtig wenn das wenn das von der anderen  
Seite von meiner Frau her gesagt wird nee das geht schon noch

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger jetzt  
sage ich okay wenn sie das sagt

829: ähähäh sie mehr (auf die Frage: wer hat bei Ihnen die Hosen an?)

832: sie ist etwas bestimmender was ich auch gerne habe weil ich also so äh ich  
war ja auch immer (...) in der letzten Zeit so so äh schwankend und zweifelnd

845: und entscheidet und dann sage ich okay

854: na ja gut ich bin derjenige gewesen der dann immer der zurück gehalten hat (im  
Urlaub)

903: und versuche ihr natürlich so viel wie möglich abzunehmen

910: am Samstag, dann trennen sich dann unsere Wege dann geht sie gerne selbst  
mal einkaufen

965: aber wir fahren Fahrrad zusammen und wir treffen uns auch mit Freunden

967: ja! (ein bisschen mehr Zeit auch mit der Frau gemeinsam verbringen zu können)

996: die sind also sehr gering muss ich sagen (Interessenkonflikte)

1006: (Schnaufen) (p:00:00:04) ne das hat sich an sich äh das hat sich an sich äh so  
ein bisschen äh geglättet (Konflikte/problematische Seiten in der Beziehung) also wir  
hatten ja glaube ich schon mal wir hatten schon mal so ein bisschen so, Zoff auch  
(...) sie wollte natürlich ihren Standpunkt vertreten ich meinen und ich hatte mich da  
ein bisschen zurück gezogen und äh dann war sie dann war ich natürlich auch das  
hat sie auch ein bisschen sehr, äh äh ähm ähm belastet und auch ärgerlich gemacht  
weil ich auch in der ersten Zeit (Räuspern) meines meines Rentendaseins  
Rentnerseins auch so sehr äh ja auch so lethargisch oder antriebslos war-

Keine Partnerschaft

Stabile Partnerschaft

JA

Problematische Partnerschaft

Abhängigkeit vom Partner

JA

Partner unzuverlässig

Partner dominant

JA

Partner trägt Verantwortung

JA

Belastung durch den Partner

Entlastung durch den Partner

Partner nimmt Rücksicht  
Lob für Partnerschaft

Frau E:

324: wir können, also ganz nett und zusammen miteinander umgehen also und das ist meistens der Fall ... aber und wenn dann nur ein kleiner Krach ist dann bricht irgendwie das alles diese Harmonie bricht ich weiß nicht ob das bei anderen auch so ist die bricht so auseinander, erstmals geht es mir besonders dreckig dann was ich ihm natürlich dann gar nicht so sage das ist dann so als wenn man sich so vollkommen fremd wäre, wissen Sie wie verkommen das ist? wissen Sie die vollkommene Harmonie! gibt es ja nicht aber dann ist irgendwas und dann, und dann ist der ganze Tag gelaufen (...) ich muss das erst mal, dann kommen immer die Gedanken, dann muss ich das immer wieder gedanklich verarbeiten und das ist also schlimm

Keine Partnerschaft	
Stabile Partnerschaft	
Problematische Partnerschaft	JA
Abhängigkeit vom Partner	JA
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	JA
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	

Herr F:

453: weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause wenn meine Frau also mal so manchmal ist sie so äh zumindest in den letzten letzten Jahren war sie so neben- ehrenamtlich war sie da dann ist sie auch zu Seminaren unterwegs und dann ist sie so zwei drei Tage weg und das macht mir also schon Angst

460: vor zwei drei Jahren (als ich) diese äh äh Angststörung dann hatte da hat sie dann auch schon mal so was fallen! lassen ne dass ich nicht alleine war alleine war und auch heute ist es noch so

543: die Partnerschaftsverhältnisse, die waren eigentlich stabil die sind sogar äh zum Beispiel durch die Krankheit etwas stabilisiert worden (...) die haben sich alle um mich bemüht meine Frau natürlich auch

550: das war vorher also auch alles in Ordnung also da liegen stabile Verhältnisse vor in der Familie und auch in der Partnerschaft

876: ganz am nächsten steht mir natürlich schon meine meine Ehefrau ne

1181: als Ergänzung ist das ganz gut, nur eben ähm wie gesagt die eine Seite freut mich also diese spontane künstlerische musische äh nur diese diese fehlende äh Planbarkeit da, die, sie äh das Planungsvermögen äh das stört mich manchmal natürlich schon

1248: von ihrer Psyche hat die sich auch so stabilisiert vielleicht natürlich auch durch durch die Ehe mit mir gemeinsam

1259: und ich hatte ja da auch so ne Krise und das war auch ein bisschen der Grund warum! wir uns überhaupt kennen gelernt haben

1263: und da sagt sie mir also heute noch dass sie sich äh jetzt sehr wohl! und glücklich fühlt und äh dass sicherlich ich dazu auch beigetragen! habe ne wobei ich dann ergänze 'ja aber nicht auf meine Kosten ich Deine, ich sag jetzt einfach mal ein bisschen da Deine Planungs-! Plan- Planungsunfähigkeit! so ein bisschen immer korrigieren muss ne?

Keine Partnerschaft	
Stabile Partnerschaft	JA
Problematische Partnerschaft	
Abhängigkeit vom Partner	JA
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	JA
Lob für Partnerschaft	JA

Frau G:

797: oder jetzt das mit dem Umzug auch bevor wir umgezogen sind also der saß da am Computer machte seine Spielchen interessierte sich für absolut nichts also ich hab mich manchmal immer nur gefragt was ist hier eigentlich los ich hab ihn dann angesprochen sag mal ich hab gesagt 'ziehst du überhaupt nicht mit?'

809: ach und bei jeder und bei jeder Kleinigkeit muss ich dann sagen wie gut er dann war dass er schon alles hach (Stöhnen) (...) ich musste dann immer sagen ja wie toll das alles von ihm ist och (...) immer so das Zückerchen abholen und wenn ich das dann nicht tue wenn ich dann schon mal hingucke und gar nichts sage dann nimmt er das Fahrrad dann fährt er dann fährt er zu Bekannten und erzählt dann bei dem

war ich und bei dem war ich und dann weiß ich ganz genau was er denen erzählt ja?  
dass er schon wieder so viel getan hätte

Keine Partnerschaft	
Stabile Partnerschaft	
Problematische Partnerschaft	JA
Abhängigkeit vom Partner	
Partner unzuverlässig	JA
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	JA
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	

Frau I:

373: nein (Frage, ob sie in einer Partnerschaft lebt)

377: eigentlich nicht so (Frage, ob sie keine Partnerschaft mehr will)

379: ja ich könnte mir schon vorstellen aber so so äh ja mit getrennten Wohnungen  
und so das könnte ich mir vorstellen (...) mit gemeinsamen Interessen ja zum  
Beispiel zum Verreisen das wäre natürlich ne wunderbare Sache

390: aber es hat sich nicht ergeben mehr und äh also ich streb das auch nicht an

400: ja ich denke schon ich weiß es gar nicht (Lachen) (Frage, ob sie für eine  
Partnerschaft offen wär, wenn es einfach passieren würde)

404: ach schon ewige Zeiten (leises Lachen) es ist ganz ganz lange (her, dass sie  
einen Partner hatte)

411: ja also der äh weiß ich nicht (etwas unwirsch) der wichtigste der äh wichtigste  
war ja eigentlich mein Ehemann ne, aber ähm danach gab's dann noch mal ne  
Verbindung und äh das war so auf Distanz und äh ja das war, auch schwierig

439: ja natürlich (Frage, ob ihr dann nur der Rückzug blieb)

Keine Partnerschaft	JA
Stabile Partnerschaft	
Problematische Partnerschaft	
Abhängigkeit vom Partner	
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	

Herr J:

1133: wir sind seit wir kennen uns seit über, vierzig Jahren zweiundvierzig Jahre wir sind dieses Jahr vierzig Jahre verheiratet

1136: und ich habe immer, wie wie heißt das so lapidar äh eine ich würde fast sagen perfekte Ehe geführt also perfekt hört sich gelackt an eine schöne Ehe geführt äh sehr äh gefühlsbetont und und auch äh ich sag mal jeder vom anderen, äh äh äh lernt und sieht und hört und bekommt mit und reagiert und agiert und, äh jeder freut sich mit dem anderen

1258: da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein (...) wie kommst Du alleine noch klar

1496: ja ja das ist so etwas das ist so stark geworden (gegensätzlicher Tag-Nacht-Rhythmus und dann haben uns auch die Ärzte gesagt oder mir vor allem 'Mensch lassen Sie Ihre Frau die hat einen ganz anderen Biorhythmus' dann bin ich früh aufgestanden also früh (...) sie kann heute schlafen

Keine Partnerschaft	
Stabile Partnerschaft	JA
Problematische Partnerschaft	
Abhängigkeit vom Partner	JA
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	JA

### **23. Beziehungen: Kinder**

Frau A:

218: doch wir haben ein sehr gutes Verhältnis (zum Sohn)

222: dem geht nichts über Familie

225: er legt viel Wert drauf dass die ganze gesamte Familie Kontakt miteinander hat und guten

Gutes Verhältnis zur Tochter	
Gutes Verhältnis zum Sohn	JA
Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	

Enkelkinder  
Beschäftigung mit Enkelkindern  
Kinder als Ratgeber  
Sorge um Kinder

Herr B:

172: mit unserer Tochter da habe ich also auch so ein gewisses Problem

339: meine Tochter ist mir, ja vom Bildungsstand zu weit nach, oben gerutscht sie hat also auch Medizin studiert

342: im Januar ihren Doktor gemacht sie ist bei der Bundeswehr als Anästhesistin tätig und befindet sich zurzeit in Afghanistan

359: das familiäre Verhältnis ist also, bombensicher und wir lieben uns alle drei wir sind wir sagen immer wir sind ein ein ein Trio sind wir es gibt keine Geheimnisse

391: sie ist im Gegensatz zu mir äh sehr lernfreudig

426: ja meine Frau also sie hat die Gene da von meiner Frau die war also auch immer sehr lern- äh begierig und hat also auch immer viel gelernt und früher und ist auch heute an vielem interessiert woran ich weniger interessiert bin

439: das persönliche Verhältnis ist schon da es ist meine Tochter und ich liebe sie über alles und äh tue auch für sie alles sie braucht nur zu zu flöten dann komme ich oder was

Gutes Verhältnis zur Tochter  
Gutes Verhältnis zum Sohn  
Problematisches Verhältnis zur Tochter  
Problematisches Verhältnis zum Sohn  
Enkelkinder  
Beschäftigung mit Enkelkindern  
Kinder als Ratgeber  
Sorge um Kinder

JA

Frau C:

545: meine Liebe zu meinen Kindern das ist alles wunderbar und dass ich da äh geliebt werde das ist auch wunderschön aber die haben ja ihre eigene Familie auch

662: ich belästige meine Kinder nicht mehr mit diesen äh Papa-Geschichten Mann-Geschichten 665: was ja auch sehr schwerwiegend ist zumal bei meiner Tochter

669: mein Sohn hat sich das (das Jammern über den Ehemann) ja immer schön angehört und äh ich habe auch sehr viel von ihm dadurch gelernt

672: mit meiner Tochter gab's eben auch dann diese großen Schwierigkeiten und äh das! ist nicht mehr also das brauch ich auch nicht mehr

Gutes Verhältnis zur Tochter	
Gutes Verhältnis zum Sohn	JA
Problematisches Verhältnis zur Tochter	JA
Problematisches Verhältnis zum Sohn	
Enkelkinder	
Beschäftigung mit Enkelkindern	
Kinder als Ratgeber	JA
Sorge um Kinder	

Herr D:

Frau E:

620: wenn jetzt irgendwas ist dass ich dann schon mal meine Tochter frage

Gutes Verhältnis zur Tochter	
Gutes Verhältnis zum Sohn	
Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	
Enkelkinder	
Beschäftigung mit Enkelkindern	
Kinder als Ratgeber	JA
Sorge um Kinder	

Herr F:

542: die familiären und die ja die familiären Verhältnisse die Partnerschaftsverhältnisse, die waren eigentlich stabil die sind sogar äh zum Beispiel durch die Krankheit etwas stabilisiert worden nämlich dadurch dass dann auch meine meine Tochter Schwiegersohn und auch Enkelkinder äh äh zumindest zeitweise dann doch mehr Anteil genommen haben

550: das war vorher also auch alles in Ordnung also da liegen stabile Verhältnisse vor in der Familie und auch in der Partnerschaft

705: wenn man dann mit Kindern dann auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht

712: meine Tochter hat mich dann auch mehr einbezogen da in in die Kindergartengeschichten (...) und dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht die auch äh dann mehr Wert, machten und mehr Qualität hatten

875: am nächsten steht mir natürlich schon meine meine Ehefrau ne gefolgt von äh meinen Kindern,

Gutes Verhältnis zur Tochter	JA
------------------------------	----

Gutes Verhältnis zum Sohn	
Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	
Enkelkinder	JA
Beschäftigung mit Enkelkindern	JA
Kinder als Ratgeber	
Sorge um Kinder	

Frau G:

308: weil die Tochter genauso ist wie ich (...) 'wir gehen dann her wenn's nicht schnell genug gemacht wird und machen es dann selber oder oder wischen noch nach oder tun noch nach'

504: die Tochter ist verheiratet und hat selber einen Haushalt und ein Kind und arbeitet auch selber mein Sohn arbeitet

912: ja zu unserer Tochter sehr gut (der Kontakt) die arbeitet übrigens hier in der MNR-Klinik (...) da ist sie Krankenschwester

916: zu unserem Sohn an und für sich auch (guter Kontakt) aber unser Sohn der ist sehr phlegmatisch ist sehr ähm ja sehr bequem und ja wenn er mal ausgeschlafen hat und dann ja dann ruft er mal an oder ich muss ihn dann anrufen ach ja und alles so ein bisschen so unser Markus der ist total anders ich weiß auch gar nicht nach wem er kommt überhaupt in der Familie der war schon als Kind ganz anders immer sehr ruhig sehr bedacht sehr klug aber nie was damit gemacht 932: der macht gar nichts beziehungsweise er kellnert (...) er hat zwar ne feste Anstellung 938:

hochintelligent das weiß er auch er weiß auch dass er faul ist aber er tut trotzdem nichts ja er hat dann das Abitur nachgemacht das war aber dann seine! Initiative

943: hat dann noch Bäcker gelernt aber Bäcker auch nie ausgeübt weil das war das ist ja ein Beruf so dann hat er Fahrradkurier gemacht sich halt so über Wasser gehalten Vater und Mutter haben dann immer bezahlt, klar, ja

947: und ansonsten lässt er es sich gut gehen er genießt das Leben und, ja

953: es war viele viele Jahre war das schon also für mich war das schon sehr schwer und für meinen Mann natürlich auch

956: er ist sechsunddreißig

962: er hat in der Zwischenzeit auch mal geheiratet mh kam dann mal hat gesagt

'Mutti ich heirate' die kannte er dann gerade vier Wochen oder sechs Wochen, natürlich kein Geld keine Wohnung und nichts aber er heiratet na ja gut dann haben wir natürlich auch die Hochzeit bezahlt es blieb uns ja nicht anderes übrig und ja und



dann, und dann sind sie auch zusammen gezogen und das war auch alles wunderschön und das ging dann zwei Jahre oder zwei ein halb Jahre dann hat die Schwiegertochter zu ihm gesagt 'also hör mal ich hab mir die Ehe anders vorgestellt weißt du ich bin jetzt weg ich lass am Donnerstag meine Sachen abholen' ja dann war es das dann hat er sich scheiden lassen und dann jo mh

974: ne es ärgert mich nur also wir sind schon die ganze Zeit dran, und äh dass er was für seine Altersversorgung tun muss ne also es reicht ja nicht dass diese paar Cent da, in die Altersversicherung gehen sondern dass er auch privat was tun muss und das sieht er nicht ein, und meine Tochter und ich also wir wissen nicht wie wir ihn kriegen können und wir wollen jetzt im Herbst noch mal starten (Stöhnen) soweit ist er sonst wenn man ihn sag ich mal jetzt zu sehr darauf anspricht dann schaltet er sofort auf stur und und ist weg ne

983: schon ein ganz äh schwieriges Kapitel also unser Sohn und es ist wirklich ein ganz lieber also (...) aber irgendwo er weiß das auch alles er sagt auch 'Mutti ich weiß'

992: er hat angefangen zu studieren in der Zeit wo er geheiratet er hat (...) dann hat er nebenher Fahrradkurier gemacht (...) das reichte weder für das eine noch für das andere 1005: dann hat er das wohl an den Nagel gehangen ja, aus welchen Gründen auch immer ich hab nicht mit ihm darüber gesprochen es ist auch sehr schwer an ihn ranzukommen 1009: das ist was was uns ich denke mal mein Mann der spricht da nicht drüber er kann nicht so mit ihm so ja ich bin da schon etwas anders aber unsere Tochter die versucht dann auch schon mal

Gutes Verhältnis zur Tochter	JA
Gutes Verhältnis zum Sohn	
Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	JA
Enkelkinder	JA
Beschäftigung mit Enkelkindern	
Kinder als Ratgeber	
Sorge um Kinder	JA

Frau I:

118: meine Tochter hat also, mit in ihrer Ehe Probleme mit und äh aber das hat sich jetzt auch etwas gelöst und die beiden haben also für einander eine Form gefunden wie sie miteinander umgehen 123: ja ich fühl mich dadurch natürlich auch entlastet

657: und ich hab das auch mit meiner Tochter besprochen (Wohnungsplanung im Alter) und ich denke, ja so ist es richtig.

702: und auch mit meiner Tochter (redet sie über Ängste im Alter)

Gutes Verhältnis zur Tochter	JA
Gutes Verhältnis zum Sohn	
Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	
Enkelkinder	
Beschäftigung mit Enkelkindern	
Kinder als Ratgeber	JA
Sorge um Kinder	JA

Herr J:

750: unser äh jüngerer Sohn der ist ist ja immerhin schon vierunddreißig der und der andere ist neununddreißig

755: der jüngere hat jetzt geheiratet der hatte äh während der Studienzeit äh, eine Frau kennen gelernt und hat mit ihr ein Kind unmittelbar so ungefähr dass er gerade mitten im Examen war aber gut das sind Dinge die sind lange vergessen das liegt vier Jahre zurück

1108: vielleicht, weil ich auch sehr viel finanziell, äh Sorge dafür getragen habe dass dass sie auch finanziell ein bisschen schon abgesichert sind

1401: und äh der zweite ist ganz anders, ist eben wie das oft so ist nicht so streng erzogen worden wie der erste und da ist das auch eine Portion anders ist das lockerer und der ist auch äh mehr Sonnyboy mehr kommunikativ äh äh und der kommt überall der kam schon als Kind als kleiner im Sportverein überall an

Gutes Verhältnis zur Tochter	
Gutes Verhältnis zum Sohn	JA
Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	JA
Enkelkinder	JA
Beschäftigung mit Enkelkindern	
Kinder als Ratgeber	
Sorge um Kinder	JA

## 24. Beziehungen: Freundes- und Bekanntenkreis

Frau A:

72: ich hab einen sehr guten Freundeskreis 77: alles Kindergartenmütter 81: und natürlich auch neue hinzugekommen also neuere als die vom Kindergarten

259: wenn vorher die Freunde fast jeden Tag da waren weil mein Mann sehr hilfsbereit war und vieles konnte und viel geholfen hat und jetzt ist er nicht mehr da und jetzt hört das schlagartig auf

267: das hat am Anfang sehr weh getan aber das ist halt so

276: auf die anderen ja (Konzentration auf die verbliebenen Freunde)

Freundeskreis

JA

Bekanntenkreis

Gutes Verhältnis zu Verwandten

Schlechtes Verhältnis zu Verwandten

Gutes soziales Netz

Viele Kontakte

Probleme Kontakte zu knüpfen

Herr B:

664: Freundeskreis weniger eher Bekanntenkreis

666: Freundeskreis ist nicht sehr groß

670: wenn überhaupt feste Freunde das ist immer so ein heißes Thema Freunde da muss man immer vorsichtig sein

673: wer ist schon Freund? wer Freund ist kann man den nachts aus dem Bett holen oder oder hilft der dann wenn es dir schlecht geht oder ist es nur ein Freund um abends ein Bier trinken zu gehen das unterscheidet also wir haben sehr viele!

Bekannte durch den Verein eben halt äh der hat sich zwar ein bisschen reduziert auf Grund des Alters eben halt

689: meine Frau hat noch einen Bruder mit dem komme ich aber auch bin ich noch nie zurecht gekommen oder mit seiner Frau auch nicht äh, und mit meinen Schwiegereltern klappt es! aber äh die leben noch ich habe keine Eltern mehr

750: Nachbarschaft wir haben also wir sind so sechs Häuser sind das nebeneinander wir wohnen jetzt fünfundzwanzig Jahre zusammen haben alle zur gleichen Zeit gebaut, haben aber fast keinen Kontakt miteinander wir grüßen uns aber ne es war noch nie einer vom Nachbarhaus in dem anderen Haus

Freundeskreis

Bekanntenkreis	JA
Gutes Verhältnis zu Verwandten	
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	JA
Gutes soziales Netz	
Viele Kontakte	
Probleme Kontakte zu knüpfen	JA

Frau C:

330: ich bin ich bei der AWO und wir haben einen Frauenstammtisch (...) da sind auch so was äh von netten Frauen wir sind auch privat zusammen

353: liebe Menschen um mich aber die sind teilweise eben sehr viel jünger als ich die sind noch im Berufsleben haben noch Familie

1025: so habe ich eigentlich auch äh Freundschaften geschlossen, welche abgeschlossen, neue geschlossen äh die auf dieser Basis die Frau interessiert mich

1044: eine Freundin lebt äh schon über fünfundzwanzig Jahre auf Teneriffa

Freundeskreis	JA
Bekanntenkreis	
Gutes Verhältnis zu Verwandten	
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	
Gutes soziales Netz	
Viele Kontakte	JA
Probleme Kontakte zu knüpfen	

Herr D:

184: habe dadurch eben auch sehr viel Kontakt auch zu diesen ganzen ehrenamtlichen Mitarbeitern

817: wir haben ein sehr gutes Verhältnis zu ihrer Schwester und meinem Schwager und meiner Schwägerin

857: das (ehrenamtliche Tätigkeit) ist natürlich auch sehr schön weil ich ja auch ins Gespräch komme wenn ich diese Nachhilfe mache bei den Eltern die dann also manchmal zu Hause sind

Freundeskreis	
Bekanntenkreis	
Gutes Verhältnis zu Verwandten	JA
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	
Gutes soziales Netz	
Viele Kontakte	JA
Probleme Kontakte zu knüpfen	

Frau E:

183: man trifft sich so mit Bekannten und so aber auch natürlich nicht immer

Freundeskreis

Bekanntenkreis

JA

Gutes Verhältnis zu Verwandten

Schlechtes Verhältnis zu Verwandten

Gutes soziales Netz

Viele Kontakte

Probleme Kontakte zu knüpfen

Herr F:

861: ja ich sag mal so äh ich behaupte von mir nicht dass ich den und dann betone ich den! guten Freund habe (...) also den! guten Freund habe ich nicht

871: aber ich habe dann gleich dahinter gelagert äh mehrere sehr gute freundschaftliche Beziehungen ähm die schon tragfähig sind

879: wenn man also jetzt äh für die Seele vielleicht die Gespräche sucht, dann hab ich schon Freunde äh und Gesprächskreise

889: dann habe ich meine Familie die Großfamilie noch ich habe also mehrere Geschwister und äh diese Beziehung pflege ich also auch sehr gut, (wenn er praktische Hilfe braucht)

895: aber so das übliche tägliche äh ich sage mal so ein bisschen Luft ablassen äh das mach ich dann schon mit mit äh in in einem Freundeskreis wo dann wozu ich also Leute habe die besuchen ich auch regelmäßig auch zu Hause

1086: Familie Freundeskreis Beziehungen äh da bin ich immer auf der Suche das auch alles immer alles noch zu verbessern

1164: gerade Einladungen zum Beispiel (...) das was ich so überhaupt nicht äh übers Herz bringen kann was mir sehr schwer fällt

1219: und letztendlich kommt das auch uns insgesamt auch zugute weil sie (Ehefrau) auch eine gewisse Kommunikation in der Nachbarschaft pflegt äh das kommt ja auf mich zurück die Leute kennen mich auch viel besser und und wir haben überall gegenseitige äh Kontakte und Einladungen

Freundeskreis

JA

Bekanntenkreis

Gutes Verhältnis zu Verwandten

JA

Schlechtes Verhältnis zu Verwandten

Gutes soziales Netz

Viele Kontakte

Probleme Kontakte zu knüpfen

JA

Frau G:

44: weil wir sehr sehr viele Bekannte haben wir sind da sehr integriert in der in der Kirchengemeinde und äh auch so im wir sind im Netzwerk mein Mann ist da ehrenamtlich tätig und wir haben einen sehr großen Bekanntenkreis

451: mein Mann der der hat auch im Dezember Geburtstag also fünfundsechzig den wollen wir auch ein bisschen feiern mit Bekannten denn sonst sind die uns total! böse (Lachen)

900: und dann ist man zusammen man kennt sich man ist im Stadtteil und man ist eben auch nicht alleine auch ne und das ist auch ganz wichtig dass man sich anruft oder was vorbereitet oder einer hat Karten

905: viele haben auch so Schrebergärten dass wir uns da treffen also letzte Woche mal zum Reibekuchen essen und solche Dinge

Freundeskreis	
Bekanntenkreis	JA
Gutes Verhältnis zu Verwandten	
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	
Gutes soziales Netz	JA
Viele Kontakte	
Probleme Kontakte zu knüpfen	

Frau I:

333: und mein Chef ist hat heute Geburtstag seinen fünfundachtzigsten Geburtstag heute morgen hab ich mit ihm telefoniert

700: ja ich habe Freundinnen also Freundinnen mit denen ich darüber rede (über Sorgen vor dem Gebrechlich werden im Alter)

756: das (Altenheim) ist in in oben in in Norddeutschland und da ist ne, Bekannte die hab ich dann auch öfter mal besucht wenn ich da bin

Freundeskreis	JA
Bekanntenkreis	JA
Gutes Verhältnis zu Verwandten	
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	
Gutes soziales Netz	
Viele Kontakte	
Probleme Kontakte zu knüpfen	

Herr J:

## 25. Kontrollüberzeugung und Verantwortungszuschreibung

Frau A:

320: ich hätte aufpassen sollen ja ich hab das zu spät registriert (Ehemann war Alkoholiker)

Kontrollüberzeugung selbst	JA
Kontrollüberzeugung andere	
Kontrollüberzeugung Schicksal	
Übernahme von Verantwortung	
Abgabe von Verantwortung	

Herr B:

378: (Problem mit Tochter: T/ eher von Ihrer Seite aus?) ja ja ja!

398: ich kann es verstehen ich verstehe es auch auf der einen Seite nur das sind also dann eben, ja Themen wo ich nicht mehr mitreden kann

520: diese ganzen Formalitäten (mit der Berentung) und alles das das fällt mir schwer so was und Gott sei Dank kümmert sich da meine Frau so ein bisschen mehr drum und ruft auch hier und da an und wir waren auch zuletzt zur

Rentenberatung hier da ist sie ich sage mal die Fachkraft

592: sondern äh lasse es drauf ankommen und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat

1126: mh ja ändern kann ich nichts daran das das das stimmt ja, ich wüsste nicht wie wie ich das ändern sollte jetzt`

Kontrollüberzeugung selbst	
Kontrollüberzeugung andere	
Kontrollüberzeugung Schicksal	
Übernahme von Verantwortung	JA
Abgabe von Verantwortung	JA

Frau C:

204: aus diesem Muster bin ich ganz stark dabei mich zu befreien und äh also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die immer nur ja sagt und ich muss sagen damit geht's mir besser ich muss Geduld haben

60: ich wüsste nicht was ich noch an meinem Umfeld ändern! sollte denn das es (ihre Ängste) am Umfeld äh liegt, ist mir schon irgendwo klar

76: ich hab was in meinen Möglichkeiten stand das hab ich verändert

267: ich konnte mein Leben nicht so leben wie ich wollte obwohl ich's eben vielleicht gekonnt hätte wenn ich ein bisschen anders äh geworden wäre

496: und bin mit mir! noch nicht so weit dass ich wieder für was anderes wofür ich ja dann ja auch wieder gerade stehen muss äh Verantwortung übernehmen kann

620: alles ist ja nicht von ungefähr gekommen ich bin ja eigentlich eine sehr temperamentvolle wie gesagt mit beiden Beinen im Leben Stehende gewesen und aber äh man sieht am Umfeld oder so wie man behandelt wird und und was dann alles so passiert in seinem in dem Leben dass man also völlig anders wird als man eigentlich ist

Kontrollüberzeugung selbst	
Kontrollüberzeugung andere	JA
Kontrollüberzeugung Schicksal	JA
Übernahme von Verantwortung	
Abgabe von Verantwortung	JA

Herr D:

360: da hab ich das immer immer so 'ja guck Du (Ehefrau) mal nach'

418: was ich wo ich noch nicht so richtig kann, weil ich eben sage 'Mensch' ich kann nicht jetzt alleine wenn meine Frau arbeiten geht dass ich sage morgens früh 'jetzt fährst Du mal alleine in die Stadt und läufst da machst da Shopping oder läufst oder machst einen Schaufensterbummel' keine! Lust da habe ich keine Lust zu

833: sie ist etwas bestimmender was ich auch gerne habe weil ich also so äh ich war ja auch immer so äh wie soll ich sagen ähm in der letzten Zeit so so äh schwankend und zweifelnd

Kontrollüberzeugung selbst	
Kontrollüberzeugung andere	JA
Kontrollüberzeugung Schicksal	
Übernahme von Verantwortung	
Abgabe von Verantwortung	JA

Frau E:

382: ja ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht

417: ich war niemand der jetzt so die der da irgendwelche Impulse geben konnte, das liegt nicht so in meiner, Sache meiner Natur



476: ja so richtig warm geworden bin ich eigentlich mit niemandem in der Gruppe, aber vielleicht das lag sicher auch an mir

Kontrollüberzeugung selbst	
Kontrollüberzeugung andere	JA
Kontrollüberzeugung Schicksal	JA
Übernahme von Verantwortung	JA
Abgabe von Verantwortung	

Herr F:

277: also für mich persönlich! bleiben dann anschließend die Zweifel ich hätte ja auch sagen können 'nein' (zu der Operation)

836: einerseits sage ich mir das was ich früher gemacht habe muss ich loslassen können, und muss nach Neuem suchen (p:00:00:05) andererseits äh muss ich von vornherein gewisse Abstriche machen dass ich also wie Sie schon richtig sagen dass ich diese Leistungsbezogenheit äh äh eigentlich reduzieren muss ein bisschen vergessen muss

1114: wenn wir was unternehmen und sie plant das kann ich davon ausgehen dass ich dann anschließend alles äh komplett dann doch übernehmen muss ne

1765: ich will jetzt nicht sagen dass das jetzt die allein selig machende Therapie war, sondern auch mein Bewusstsein hat sich natürlich auch weiterhin verändert ne so wie ich das eingangs ja auch schon geschildert habe dass ich mich auch selbst bemüht habe, meinem ganzen täglichen Leben wieder mehr Qualität zu geben

Kontrollüberzeugung selbst	JA
Kontrollüberzeugung andere	
Kontrollüberzeugung Schicksal	
Übernahme von Verantwortung	JA
Abgabe von Verantwortung	

Frau G:

131: 'ja aufhören würde jetzt heißen eine Woche ausklinken' ich sag 'wir sind im Umzug' ich sag 'das geht ja gar nicht

220: wenn ich heute so zurück denke ich meine ich war dumm äh (Lachen)

239: aber ich denke mal ich hätte im Vorfeld hätte ich viel viel mehr tun können und ich hab's nicht gemacht

265: und dann natürlich auch kontrollieren ob sie das auch richtig gemacht haben also dass dass man selber damit zufrieden ist ja

306: ich denke mal ich bin da schon vieles schuld (an der Passivität ihres Mannes)  
also auch auch so unsere Tochter die sagt auch schon (...) 'Mutti wie sind da selber  
schuld' und sie hat auch so einen Mann ja so nach dem Motto 'schauen Sie mal'  
(Lachen)

353: dann denke ich auch 'es war ja meine Idee er hat's natürlich nur da angebohrt'  
aber ich hab ihm gesagt 'das muss dahin oder das Brett schneiden wir uns jetzt so  
und so zu um das so zu machen'

747: da bin ich schon diejenige die sagt 'und das möchte ich und das möchte ich  
oder du musst das und das machen

Kontrollüberzeugung selbst	JA
Kontrollüberzeugung andere	
Kontrollüberzeugung Schicksal	
Übernahme von Verantwortung	JA
Abgabe von Verantwortung	

Herr J:

357: und dann bin ich zu der zu dem Hauptauftraggeber gegangen und habe gesagt  
'hören Sie mal, wenn die Preise jetzt nicht erhöht würden dann würde ich aufhören'

1113: aber eigentlich Sie haben recht er ist erwachsen, sie sind beide erwachsen  
trotzdem, ziehe ich mir es an (ihre Probleme)

1213: und hatte eigentlich immer, ja natürlich auch Glück dabei und Glück und  
Geschick wie das immer so ist

1324: und für mich ist eine Tablette immer was äh wo ich vielleicht meinem Körper  
mehr schade als gut tue (...) und deshalb dosiere ich häufig gerne weniger als ich  
vielleicht sollte nehmen

Kontrollüberzeugung selbst	JA
Kontrollüberzeugung andere	
Kontrollüberzeugung Schicksal	JA
Übernahme von Verantwortung	JA
Abgabe von Verantwortung	

## 26. Lebensgeschichtliche Bezüge

Frau A:

279: mein Mann hat getrunken (...) ist da dran auch leider gestorben an  
Bauchspeicheldrüsenkrebs

293: das ist nicht so dass (...) wie ich den Anschein vielleicht unten bei der Therapie  
erweckt hab dass mein Mann geschlagen hat oder so, so was überhaupt nicht

322: ich hab das zu spät registriert (Mann von Anfang an Trinker)

448: ich bin also meine Mutter ist gestorben bei meiner Geburt, an Krebs, und  
eigentlich hat meine Schwester mich dann groß gezogen die ist 18 Jahre älter als  
ich und dann war ich im Internat

Beziehungsprobleme	JA
Tod von Angehörigen	JA
Probleme im Beruf	
Positive Bewertung des Berufs	
Positive Bewertung der Pensionierung	
Negative Bewertung der Pensionierung	
Negative Kindheitserlebnisse	

Herr B:

145: ich steh ja jetzt auf dem Scheidepunkt ich bin zur Zeit ja noch arbeitslos

147: ich hatte ja einen Arbeitsprozess

Beziehungsprobleme	
Tod von Angehörigen	
Probleme im Beruf	JA
Positive Bewertung des Berufs	
Positive Bewertung der Pensionierung	
Negative Bewertung der Pensionierung	
Negative Kindheitserlebnisse	

Frau C:

267: ich konnte mein Leben nicht so leben wie ich wollte obwohl ich's eben vielleicht  
gekonnt hätte wenn ich ein bisschen anders äh geworden wäre aber das bin ich nun  
mal nicht

288: das ist auch da ja (Gefühl, im Leben etwas versäumt zu haben)

709: wir haben ja sechs Jahre Scheidungskrieg gehabt

697: wir (ihr Mann und sie) haben ja zusammen die Geschäfte aufgebaut

726: ich bin ja auch aus dem Geschäft entfernt! worden

Beziehungsprobleme JA  
Tod von Angehörigen  
Probleme im Beruf JA  
Positive Bewertung des Berufs  
Positive Bewertung der Pensionierung  
Negative Bewertung der Pensionierung  
Negative Kindheitserlebnisse

Herr D:

262: ich bin ja seit äh Anfang des Jahres äh unbeschränkt verrentet

291: eine Erleichterung nicht mehr diesen Job zu haben so andererseits ist man natürlich dann wenn wenn diese Situation ein- ein- eintritt, absolut auf dem absteigenden dem äh absteigenden oder auf dem Abstellgleis

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger

Beziehungsprobleme  
Tod von Angehörigen  
Probleme im Beruf  
Positive Bewertung des Berufs  
Positive Bewertung der Pensionierung JA  
Negative Bewertung der Pensionierung JA  
Negative Kindheitserlebnisse

Frau E:

176: ja ich bin ja seit 2005 seit 1. 4. 2005 (in Pension)

Beziehungsprobleme  
Tod von Angehörigen  
Probleme im Beruf  
Positive Bewertung des Berufs  
Positive Bewertung der Pensionierung  
Negative Bewertung der Pensionierung  
Negative Kindheitserlebnisse

Herr F:

573: die (Therapie) habe ich also begonnen nachdem ich dann ein Jahr aus dem Berufsleben ausgeschieden bin und äh dann plötzlich in diese Krise kam

578: ich war ja beruflich äh sehr engagiert als Diplom-Ingenieur mit

Führungsverantwortung 624: ich konnte viel reisen da war immer Kommunikation!

von morgens bis abends auf qualitativ hohem Niveau 638: also sie fliegen erstes

Klasse 643: und morgens die die Damen machten einem Kaffee zum Frühstück und

all so solche Sachen ja letztendlich auch noch der Firmenwagen

648: man wurde auch entsprechend hofiert entsprechend behandelt man war wer!  
und äh das kam natürlich dann das sah dann plötzlich ganz krass ganz anders aus  
als man dann als Ruheständler zu Hause dann saß

581: das war natürlich dann ein starker, Abstrich da als ich dann mit dreiundsechzig  
Jahren in den Ruhestand ging 588: nach einem Jahr stellte ich fest, dass äh da sind  
doch Leeren und da ist vieles nicht ersetzt worden was vorher für mich bereit halt  
war im Berufsleben äh die ganze Kommunikationsschiene die ist eingeschränkt und  
äh auch in meinen Beziehungen in der Familie muss ich Korrekturen vornehmen, in  
der Partnerschaft muss ich Korrekturen vornehmen und dann kam ich also halt in  
diese Krise ne wo ich anfangs, dann wieder diese sehr starken Angststörungen  
hatte

634: diese ganze Schiene äh war also an für sich äh auf recht, gehobenem Niveau  
ne und also so hab hab ich das empfunden einmal so vom von meinem Status auch  
den ich dann da so hatte

931: ich war ja so im weitesten Sinne Manager in einem großen Konzern

1250: wir sind letztendlich beide ja schon zum zweiten Mal verheiratet ich bin also  
zwei mal zwanzig Jahre verheiratet und sie ist also auch schon zwei mal zwanzig  
Jahre verheiratet

Beziehungsprobleme

Tod von Angehörigen

Probleme im Beruf

Positive Bewertung des Berufs JA

Positive Bewertung der Pensionierung

Negative Bewertung der Pensionierung JA

Negative Kindheitserlebnisse

Frau G:

154: ich habe als Kind sehr sehr schwer körperlich arbeiten müssen

161: jeden Tag schwere körperliche Arbeit ja wirklich wir hatten Landwirtschaft und  
ich habe jeden erwachsenen Mann ersetzt auf dem Feld

435: meine Mutter ist vor drei Jahren verstorben also das ist das ist im Sauerland ist  
das Haus und äh wir haben schon immer zu ihr (Schwester) gesagt sie sie muss da  
unbedingt weg

460: ich hänge da (Elternhaus) überhaupt nicht daran nein nein also mir ist das lieber  
heute lieber gestern schon wie als morgen es war für mich also ich hab mich in  
diesem Haus nie wohl gefühlt ich muss dazu sagen es ist auch jetzt nicht so von

klein auf ich bin aufgewachsen in Ostpreußen und ich bin erst mit vierzehn Jahren hier rüber gekommen, bin dann gleich weg um deutsch zu lernen und äh

477: ich bin ich bin ja gleich weggekommen ich war zwar schon mal in den Ferien mal so vier Wochen da und mich hat dieses Haus also nie ich könnt nie sagen das ist mein Elternhaus sondern die haben zwar dort gewohnt ich war zu Besuch da aber ich hab da keine Beziehung überhaupt nicht zu dem Haus

484: es war eher eine Belastung für uns weil wir immer hin mussten weil da ein großer Garten drum rum ist und mein Vater hatte dann auch noch Obstbäume eingepflanzt und Kartoffeln und weiß der Kuckuck was und Kaninchen und wir mussten natürlich immer dahin zum Arbeiten also wie gesagt, ich war froh als das Ganze zu Ende war (Stöhnen) (leises Lachen)

490: das war schon das Wochenende man wartete darauf dass wir Freitagabend kamen und Sonntagabend setzten wir uns ins Auto und waren alle vier kaputt ne mein Mann und meine Kinder und es war also wirklich also na ja gut na ja es ist jetzt, ein anderes Thema (Lachen) also viel Arbeit

499: und wie gesagt mir ging's nicht gut und ich hab dann auch direkt gesagt 'also Lisa ich werd nicht kommen Lisa (Schwester) ich putze nicht mehr hier und ich mache auch Lisa ich kann das nicht ja und mein Mann der hat auch viele Operationen' (nach dem Tode der Eltern)

503: unsere Kinder die wurden dann natürlich da mit einbezogen

505: da haben die nie Verständnis für gehabt dass man auch selber wenn man am Wochenende frei hat auch mal Ruhe haben möchte oder vielleicht auch mal Bekannte einlädt oder auch mal irgendwo eingeladen wird ne das haben die nie verstanden also es hieß immer nur arbeiten! arbeiten! arbeiten

511: und dann hab ich mir gedacht ne 'bo dieses Haus' also das habe ich eher verwünscht wie sonst was deshalb ist das jetzt für mich also so psychisch wenn Sie das meinen ne kein kein Einschnitt überhaupt nicht also ganz im Gegenteil es fällt eher eine Last ab ja

1040: was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja es war schlimm genug

1107: einmal war auch (bei einem Themenabend bei den Johannitern) jeder schreibt mal auf womit er gerne früher gespielt hat als Kind ja, das war für mich ein großes Problem ich habe nie ein Spielzeug besessen ja äh ja was sollt ich schreiben ich weiß gar nicht was ich geschrieben hab ich weiß gar nicht ob ich gar nichts geschrieben hab oder, doch ich glaube ich hatte ja mit dem Lineal oder da schon mal

mit so einem Nähseidenröllchen von meiner Mutter mal wenn wenn die nicht geguckt hat wenn die nicht da war das war ja ganz selten dann hab damit gespielt aber na ja, ja das sind dann so Situationen oder meine schönste äh Kindheitsgeschichte ne ich weiß nicht ob ich eine schönste Kindheitsgeschichte erzählen könnte dann erwisch ich mich dass ich am liebsten raus rennen würde ne aber ich bin dann im großen Kreis und kritzle dann was hin

191: und dann hab ich an der Uniklinik hier angefangen (als Wirtschaftlerin)

661: ich bin jetzt seit drei Jahren in Rente

Beziehungsprobleme

Tod von Angehörigen

JA

Probleme im Beruf

Positive Bewertung des Berufs

Positive Bewertung der Pensionierung

Negative Bewertung der Pensionierung

Negative Kindheitserlebnisse

JA

Frau I:

330: ich war sehr sehr lang also dreißig Jahre im Schauspielhaus tätig und äh ich hatte mit Kostümen zu tun in der Kostümabteilung 338: und es war also eine richtig schöne Zeit 340: ja sehr lebendig war das und äh ja einfach ne wunderbare Zeit

Beziehungsprobleme

Tod von Angehörigen

Probleme im Beruf

Positive Bewertung des Berufs

JA

Positive Bewertung der Pensionierung

Negative Bewertung der Pensionierung

Negative Kindheitserlebnisse

Herr J:

317: es war so dass meine Firma in der ich neununddreißig Jahre war, äh dann letztendlich in Insolvenz ging was mich aber äh nicht so sehr, getroffen hat zumindest, glaubte ich das aber ich meine es auch zu wissen

351: ich war Geschäftsführer zuletzt kapitalbeteiligt sogar

374: äh keine kranke Geschichte also wir waren, liquide

1185: ich musste früher zwar sehr viel arbeiten für das was ich mir dann geschaffen habe, aber das habe ich auch gerne getan die Arbeit hat mich eigentlich nicht

belastet, weil ich auch äh in der Firma eigentlich das Sagen hatte mein Chef der war zwar trug den Namen der Firma aber hat im Prinzip nichts mehr gemacht

1195: ich habe die Firma bestimmt zwanzig Jahre lang alleine geführt deshalb hat er sie mir wohl auch zum Teil testamentarisch dann auch vermacht

1215: Glück und Geschick wie das immer so ist und damit auch sehr viel auch sehr viel Erfolg

1894: äh dann habe ich halt abends lang gearbeitet oder habe mir auch die Arbeit mit nach Hause genommen ja das konnte ich alles alleine bestimmen

Beziehungsprobleme

Tod von Angehörigen

Probleme im Beruf

JA

Positive Bewertung des Berufs

JA

Positive Bewertung der Pensionierung

Negative Bewertung der Pensionierung

Negative Kindheitserlebnisse

## 27. Die Zeit

Frau A:

167: wahrscheinlich (spielen da Ängste eine Rolle) (...) das hadare das macht mir Spaß, und auch alles andere auch. aber irgendwie mache ich das so als ob heut der letzte Tag wär und ich morgen keine Zeit mehr hätte. (...) vorher (vor der Krebserkrankung) war das eigentlich nicht so.

182: aber um dem entgegen zu wirken. aber irgendwie ich mach unheimlich schnell als ob ich morgen keine Zeit mehr hätte irgend was zu machen.

Mehr Zeit haben

Muße durch mehr Zeit

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben

Die Zeit läuft immer schneller

Wenig Zeit vom Leben bleibt

JA

Vieles ist bereits vorbei

Nutze die verbleibende Zeit

Herr B:

612: jetzt hier zum Beispiel ich fahre nicht mit dem Auto ich fahre mit dem Fahrrad ich habe doch Zeit genug



1256: ja es gibt Dinge die mir die mir davon rennen

Mehr Zeit haben

Muße durch mehr Zeit

JA

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben

Die Zeit läuft immer schneller

JA

Wenig Zeit vom Leben bleibt

Vieles ist bereits vorbei

Nutze die verbleibende Zeit

Frau C:

259: die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer

301: dass ich sage 'also Du musst Dir klar sein also so viel Zeit was Schönes zu erleben was Schönes zu tun ist nicht mehr also mach es jetzt'

430: und dann rufe ich sofort an und dann sage ich 'mein Gott du hast den ganzen Tag Zeit den anzurufen wieso denn jetzt sofort wieder?'

1035: auf alle Fälle nichts mehr zu verschieben

Mehr Zeit haben

Muße durch mehr Zeit

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben

Die Zeit läuft immer schneller

Wenig Zeit vom Leben bleibt

JA

Vieles ist bereits vorbei

Nutze die verbleibende Zeit

JA

Herr D:

1043: weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und der so viel Zeit hat

1143: dann muss das ja alles in Ordnung sein also da hast du ja gar nicht mehr so viel Zeit

1593: ich mache mir schon ich ich ich also das Alter ist schon ich hätte nicht gedacht dass es auf einmal so schnell geht (...) mein Gott das ist also und jetzt ist alles schon vorbei das kann doch nicht wahr sein

1621: was mir immer auffällt obwohl ich mehr Zeit habe hätte habe geht die Zeit viel schneller rum (...) die Zeit rast

1638: die Zeit ist noch schneller geworden

1654: zack es geht rucki es geht rucki de zucki

Mehr Zeit haben

JA

Muße durch mehr Zeit  
Leerlauf durch mehr Zeit  
Zu wenig Zeit haben JA  
Die Zeit läuft immer schneller JA  
Wenig Zeit vom Leben bleibt  
Vieles ist bereits vorbei JA  
Nutze die verbleibende Zeit

Frau E:

568: dass man mehr Zeit zur Verfügung hat (im Alter)

Mehr Zeit haben JA  
Muße durch mehr Zeit  
Leerlauf durch mehr Zeit  
Zu wenig Zeit haben  
Die Zeit läuft immer schneller  
Wenig Zeit vom Leben bleibt  
Vieles ist bereits vorbei  
Nutze die verbleibende Zeit

Herr F:

Frau G:

1493: das ist schon schön wenn man nicht immer auf die Uhr gucken muss 'da musst du jetzt hin' (als Rentner)

Mehr Zeit haben  
Muße durch mehr Zeit JA  
Leerlauf durch mehr Zeit  
Zu wenig Zeit haben  
Die Zeit läuft immer schneller  
Wenig Zeit vom Leben bleibt  
Vieles ist bereits vorbei  
Nutze die verbleibende Zeit

Frau I:

324: es hat damit zu tun (dass sie empfindlicher geworden ist) dass ich auch dann Zeit! habe viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

676: und ich habe eben jetzt ein bisschen mehr Zeit

Mehr Zeit haben JA  
Muße durch mehr Zeit  
Leerlauf durch mehr Zeit JA

Zu wenig Zeit haben  
Die Zeit läuft immer schneller  
Wenig Zeit vom Leben bleibt  
Vieles ist bereits vorbei  
Nutze die verbleibende Zeit

Herr J:

809: ich will jetzt anfangen, äh was zu machen wo ich vorher keine Zeit hatte

1873: weil ich hab ja eigentlich den ganzen Tag zur Verfügung zwar eigentlich aber

Sie wissen ja selbst, Rentner und Zeit ist (...) ist ein Thema für sich (Lachen) genau

Mehr Zeit haben JA

Muße durch mehr Zeit

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben JA

Die Zeit läuft immer schneller

Wenig Zeit vom Leben bleibt

Vieles ist bereits vorbei

Nutze die verbleibende Zeit

## 28. Sinn und Aufgabe im aktuellen Leben

Frau A:

761: das nicht mehr Gebraucht werden ich meine das ist manchmal nicht so sehr schön. manchmal denke ich auch wofür lebt man eigentlich? denn man hat ja keine Aufgabe mehr ne?

765: manchmal denke ich auch also, wenn ich mal nicht mehr bin, vermisst mich eigentlich keiner? Ich habe da für niemanden mehr die Verantwortung oder niemand ist also denn, sicher mein Sohn schon aber es ist ja nicht so dass wir täglich zusammen sind und dass, dass irgend was von mir abhängt oder?

775: dass man nicht so nutzlos in den Tag rein lebt

777: es ist eigentlich ein nutzloses in den Tag rein leben

779: wenn man drüber nachdenkt, man macht nichts mehr

Verlust von beruflichen Aufgaben

Verlust von privaten Aufgaben JA

Wunsch nach neuen Aufgaben JA

nicht mehr gebraucht werden JA

Gefühl der Nutzlosigkeit JA

Ziellosigkeit	
Fragen nach dem Sinn des Lebens	JA
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	JA
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Neue Aufgaben im Alter	
Befriedigung durch neue Aufgaben	
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben	
Frühere Befriedigung durch den Beruf	

Herr B:

Frau C:

190: aber wenn ich dann so in den Tag hinein ich hab ja nichts vor, ich hab ja nichts ne?

363: ich passe gern mal auf ein Nachbarskind auf das ist überhaupt nicht die Frage, (...) und äh da hast du doch eine Aufgabe und so' ja aber ich möchte mir meine Aufgaben wirklich selber suchen und da mangelt' s halt noch ein bisschen

362: also nicht jetzt aus meiner Not heraus oder aus dem Alleinsein raus vielleicht Kinder hüten oder irgend so was machen nein das möchte ich nicht

365: also da such ich mir dann also nicht die Notlösung mit denen ich auch nicht glücklich bin

373: ich bin mir nicht ganz sicher was will ich denn eigentlich, es sind äh auf der einen Seite weiß ich's nicht und auf der anderen Seite sind eben ja sehr viele Wünsche offen die ich noch gerne machen würde

489: ich bezeichne es jetzt einfach mal so als Faulheit dass ich also wirklich irgendwas äh soziales soziales Engagement machen könnte und irgendwie was aber wie gesagt, äh ich bin noch so ein bisschen in diesem Trott da musst du wieder Verantwortung übernehmen und das willst du ja gar nicht ich habe erst mal mit mir noch zu tun

534: äh ich sag mal so in meinem Leben äh fehlt die Liebe und äh die Liebe die kann ja nichts ersetzen

Verlust von beruflichen Aufgaben	
Verlust von privaten Aufgaben	
Wunsch nach neuen Aufgaben nicht mehr gebraucht werden	JA
Gefühl der Nutzlosigkeit	JA
Ziellosigkeit	JA
Fragen nach dem Sinn des Lebens	

Wunsch wieder Verantwortung zu tragen  
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen JA  
Neue Aufgaben im Alter  
Befriedigung durch neue Aufgaben  
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben  
Frühere Befriedigung durch den Beruf

Herr D:

166: jetzt mache ich zweimal die Woche Hausaufgabenbetreuung, für tamilische Kinder 184: was mir auch sehr viel Spaß macht 385: ja es gibt mir unheimlich viel weil ich also immer schon mit Kindern gut konnte (die ehrenamtliche Tätigkeit) 379: ehrenamtlich absolut stehe ich dahinter ja absoluter Elan (...) oder Lust 387: das ist natürlich auch sehr schön weil ich ja auch ins Gespräch komme wenn ich diese Nachhilfe mache bei den Eltern die dann also manchmal zu Hause sind 392: und das ist also auch was ich nicht äh äh nicht missen möchte 395: weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche 470: und dann bin ich rechtschaffend müde und dann bin ich also auch dann bin ich also auch zufriedener dass ich also, was getan habe

Verlust von beruflichen Aufgaben  
Verlust von privaten Aufgaben  
Wunsch nach neuen Aufgaben  
nicht mehr gebraucht werden  
Gefühl der Nutzlosigkeit  
Ziellosigkeit  
Fragen nach dem Sinn des Lebens  
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen  
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen  
Neue Aufgaben im Alter JA  
Befriedigung durch neue Aufgaben JA  
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben  
Frühere Befriedigung durch den Beruf

Frau E:

Herr F:

666: und dann kam natürlich die Erfüllung! noch dazu ne also vorher war ich natürlich äh äh so aufgefüllt in meinen ganzen Aufgaben im beruflichen Bereich! dass ich dann nicht selbst am Wochenende und auch selbst abends und morgens und sicher meine Zeit kaum die Möglichkeit hatte an was anderes zu denken ne und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere

686: also abends habe ich mir so gedacht 'was war eigentlich heute los Du bist den ganzen Tag beschäftigt gewesen, aber so richtig dieses berühmte Flattern so im Herzen und so das hast du nicht mehr so wie früher ne'

695: aber ich sagte 'das füllt mich nicht aus das ist nicht das ist nicht vergleichbar mit den früheren Dingen' auch die ganze Kommunikation das war nicht, auf dem Level das war alles halt anders

725: und dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht (als sich mit seinen Enkeln zu beschäftigen) die auch äh dann mehr Wert, machten und mehr Qualität hatten also zum Beispiel dass ich mit einem anderen Herrn zusammen äh Reisen organisiere

936: da könnte man nur Arbeiten annehmen aber die sind dann so weit äh uninteressant dass man das nicht will

Verlust von beruflichen Aufgaben	JA
Verlust von privaten Aufgaben	
Wunsch nach neuen Aufgaben nicht mehr gebraucht werden	JA
Gefühl der Nutzlosigkeit	
Ziellosigkeit	
Fragen nach dem Sinn des Lebens	
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Neue Aufgaben im Alter	JA
Befriedigung durch neue Aufgaben	
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben	JA
Frühere Befriedigung durch den Beruf	JA

Frau G:

688: wenn sie reinkommen ja die Kinder kommen einen schon begrüßen begrüßen einen beziehungsweise äh da ist das ja schon anders wenn die Kinder aus dem Haus sind ja wen hat man dann? ja das ist ja dann der Mann dann ja und den versucht man dann natürlich zu betiteln und zu machen und zu tun und jo man freut sich wenn es dem anderen dann gut geht

1362: anfangs als ich jeden Tag merken musste, äh du hast nichts mehr zu bewegen du bist jetzt nur hier zu Hause ja also als ich hier noch Wirtschaftlerin war in der Klinik das war schon ein ganz anderer Ablauf da ja da habe ich einfach meine Rolle äh eingenommen da habe ich auch meine Rolle ausgefüllt aber zu Hause da ist es ja egal ob ich jetzt die Betten mache ja oder nein wissen Sie das ist total uninteressant

ja das das ist man steht nicht mehr man man hat keine Entscheidung mehr zu treffen  
man ist, total weg!

1381: und hab es viel gemerkt dass ich ja nichts mehr zu bewegen habe, auf dieser  
Welt ja (Lachen)

Verlust von beruflichen Aufgaben	JA
Verlust von privaten Aufgaben	JA
Wunsch nach neuen Aufgaben	
nicht mehr gebraucht werden	JA
Gefühl der Nutzlosigkeit	JA
Ziellosigkeit	
Fragen nach dem Sinn des Lebens	
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Neue Aufgaben im Alter	
Befriedigung durch neue Aufgaben	
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben	
Frühere Befriedigung durch den Beruf	JA

Frau I:

316: früher als ich noch ähm gearbeitet habe dann war ich natürlich dann äh musste  
ich meinen Einsatz bringen ich war dann abgelenkt und äh man sollte meinen es  
wäre da doppelt! ne Belastung gewesen ne aber es es war eben schon anders also  
ich denke jetzt wo ich, sehr! viel älter bin und äh, denke ich es hat damit zu tun dass  
ich auch dann Zeit! habe viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

Verlust von beruflichen Aufgaben	JA
Verlust von privaten Aufgaben	
Wunsch nach neuen Aufgaben	
nicht mehr gebraucht werden	
Gefühl der Nutzlosigkeit	
Ziellosigkeit	
Fragen nach dem Sinn des Lebens	
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Neue Aufgaben im Alter	
Befriedigung durch neue Aufgaben	
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben	
Frühere Befriedigung durch den Beruf	JA

Herr J:

## 29. Zukunft – Zukunftsvorstellungen/Wünsche/Sorgen

Frau A:

645: ich hoffe dass ich gesund bleibe 647: und wenn nicht (die Behandlung nicht anschlägt) dann hoffe ich nicht dass ich an Krebs sterbe sondern an meiner Herz-  
an Herzinfarkt dass es schnell geht

652: ansonsten hab ich mir noch gar keine Gedanken drüber gemacht

656: ich glaube nicht dass ich noch soo eine riesen Lebenserwartung hab

658: ich glaube nicht dass sich da in meinem Umfeld viel ändern wird

Wunsch nach Gesundheit	JA
Sorge über die Gesundheit	JA
Gedanken an den Tod	JA
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	

Herr B:

770: angenehmere Beziehungen (Wunsch nach mehr und besseren sozialen Kontakten)

1137: (+p:00:00:08) es gibt Wünsche aber Sorgen?

1151: ich möchte im gesunden Zustand, das hört sich jetzt blöd an den Rest meines Lebens noch bestimmen können

1159: vielleicht eine Eigentumswohnung in einer angenehmen Lage wo man also einigermaßen äh schön lebt also würde dann nicht auf was verzichten

1168: und da mache ich mir nicht Sorgen aber da kommt ab und zu mal 'mein Gott wie geht das weiter'

1234: ich wäre sehr reise- reiselustig das würde mir Spaß machen, auch nur in Deutschland oder Europa manchmal träume ich von einem kleinen Bus wo man auch notfalls mal drin schlafen kann

1264: ich meine wir haben es schön zu Hause aber ich weiß dass irgendwann kommt der Tag wo es nicht mehr geht und das möchte ich wie gesagt möchte ich gerne in körperlichen und geistigem normalen Zustand erleben

Wunsch nach Gesundheit	JA
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	



Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	JA
Wunsch nach Reisen	JA
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	JA

Frau C:

373: auf der einen Seite weiß ich's nicht und auf der anderen Seite sind eben ja sehr viele Wünsche offen

1039: zu sagen zwei Mal im Jahr nach Schanghai

1047: mich auch mal aufzuraffen und äh weg zu reisen

1064: meine Kontakte die alten schon zu pflegen aber auch ein bisschen aufgeschlossener, rauszukommen das wäre also so meine Vorstellung

1122: ja natürlich das Ende das Ende (Ängste und Sorgen vor dem 80. Geburtstag) das Ende

Wunsch nach Gesundheit	
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	JA
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	JA
Wunsch nach Reisen	JA
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	

Herr D:

115: und da habe ich ein bisschen Befürchtung (bezogen auf die Bauchschmerzen seiner Frau) es könnte ja und gerade in unserem Alter und was weiß ich nicht ist man etwas äh angespannt!

695: wie soll ich sagen ja doch je älter man wird schon (Antwort auf Frage nach Sorgen über die Gesundheit)

Wunsch nach Gesundheit	
Sorge über die Gesundheit	JA
Gedanken an den Tod	
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	

Frau E:

590: ja ich hoffe dass das so bleibt wie es ist und, und ja mein Wunsch wäre ja wie ein Wunder dass sich mal meine Tabletten-Unverträglichkeit aufheben würde das ich dann dann wäre ich auch, ich könnte auch lockerer dann sein ich könnte zum Beispiel auch Sachen machen dann mit der Hüfte (...) und wenn ich dann so in dem Fall mal Schmerzmittel nehmen könnte oder wenn wir mal ne schöne Wanderung machen möchten, wir sind früher sehr oft und sehr viel gewandert

607: ja und ansonsten, ich hab keine Lebensplanung nein, ich hoffe nur dass alles so läuft wie bisher

Wunsch nach Gesundheit	JA
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	JA
Zukunftsängste	

Herr F:

121: dass ich Ängste davor habe äh ist das so in Ordnung für die Zukunft?

Wunsch nach Gesundheit	
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	JA

Frau G:

274: und (Lachen) wir gucken was jetzt erneut auf einen zukommt (Lachen)

425: da fahren wir mit Sicherheit wieder hin (Thailand) nur dieses Jahr geht das nicht da müssen wir einen Haushalt auflösen da im Haus von meinen Eltern

1411: (Frage nach Zukunftsängsten) da überlegt man schon wie lange macht man das noch? ja das ist schon etwas was einen jeden Tag so dass man denkt na ja wer weiß wie lange das noch geht wie lange man noch Autofahren kann wie lange wir das halt noch so machen können wie lange können wir noch den oder den besuchen

1425: da sieht's schon ganz bitter aus (bei einem befreundeten Pärchen) und da denkt man natürlich schon dran ne

Wunsch nach Gesundheit	
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	JA
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	JA
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	JA
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	

Frau I:

101: das ist Gott sei Dank und ich hoffe das (ihre Beschwerden) kommt nie wieder das ist mein großer Wunsch (leises Lachen)

662: ja das möchte ich so beibehalten (ihre Lebensgestaltung)

694: ja das macht mir schon manchmal Angst diese Ungewissheit wie wie wie schnell kann kann's passieren dass du dann so gebrechlich wirst

Wunsch nach Gesundheit	JA
Sorge über die Gesundheit	JA
Gedanken an den Tod	
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	JA
Zukunftsängste	

Herr J:

1844: ich gesund lebenslustig beweglich aktiv (Frage, wie er die nächsten Jahre verbringen möchte) das könnte ich so, alles unterschreiben

1852: nicht im Sessel sitzen nur und nichts tun! weil da weiß ich das bekommt mir nicht! also schon wieder auch dahin kommend noch ein bisschen mehr Sport zu machen zum Beispiel mal wieder ins ins ins Studio zu gehen

1951: Zukunftssorgen habe ich eigentlich keine

Wunsch nach Gesundheit	JA
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	JA
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	

### 30. Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit

Frau A:

656: ich glaube nicht dass ich noch soo eine riesen Lebenserwartung hab

660: und ich hoffe ich werde kein Pflegefall

667: mit Müh und Not hab ich ne Patientenverfügung erreicht (gegen den Wunsch des Sohnes) 678: und ich hoffe, dass ich nie ein Pflegefall werd, nie ins Pflegeheim muss (Schwester ist im Pflegeheim)

680: meine Schwester ist im Pflegeheim 697: damit kann ich überhaupt nicht umgehen

701: und wenn ein intelligenter Mensch dann so, ne also, des, da kann ich nicht mit umgehen. Ich kann nicht hingehen

Eigene Sterblichkeit	JA
Abwehr Tod/Sterblichkeit	JA
Annahme Tod/Sterblichkeit	
Angst davor ein Pflegefall zu werden	JA
Angst vor Pflegeheim	
Akzeptanz von Pflegeheim	
Verwandte im Pflegeheim	JA
Aktive Planung	JA

Herr B:

1212: meine Mutter ist im Altenheim äh also im Pflegeheim gelandet wo ich gesagt habe 'also so etwas möchte ich nicht erleben'

Eigene Sterblichkeit	
Abwehr Tod/Sterblichkeit	
Annahme Tod/Sterblichkeit	
Angst davor ein Pflegefall zu werden	
Angst vor Pflegeheim	
Akzeptanz von Pflegeheim	
Verwandte im Pflegeheim	JA
Aktive Planung	

Frau C:

259: die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer, junge Menschen können auch sterben!

264: aber! äh ich weiß, es kommt! (das Sterben)

1122: ja natürlich (Frage nach Sorgen) das Ende das Ende

1132: obwohl äh ich sage äh, die (Todesängste) kommen äh zwar näher, aber äh sie haben ja auch eine gewisse Stabilität bekommen nämlich jetzt bist du siebzig und irgend wann kommt der Tag aber den bestimmst nicht du, sondern das macht ein anderer und äh bis siebzig bist du gekommen und dafür bin ich dankbar

Eigene Sterblichkeit	JA
Abwehr Tod/Sterblichkeit	
Annahme Tod/Sterblichkeit	JA
Angst davor ein Pflegefall zu werden	
Angst vor Pflegeheim	
Akzeptanz von Pflegeheim	
Verwandte im Pflegeheim	
Aktive Planung	

Herr D:

Frau E:

Frau G:

428: ne da ist eigentlich nichts passiert ähm meine Schwester die geht nach Köln in eine Rila-Heimstätte das sagt Ihnen sicherlich nichts das ist so ein Alten Alten Altenwohn- wohndingsanlage wo man erst wohnen kann und dann wenn man nicht mehr mehr kann dann wird man in Pflege übernommen

580: so was ist dann das kann ich auch nicht so gut na zu Beerdigungen gehen und dann, also das ist nicht das ist überhaupt nicht mein Part also lieber irgendwo schwer arbeiten den ganzen Tag aber das ist nichts für mich das kann ich auch gar nicht gut ne

1429: dann wird's einem schon anders also ich denke ich würde schon sagen wenn ich ganz ehrlich bin täglich dran also nicht dass ich mir jetzt so sage 'oh Gott oh Gott' aber dass ich denke 'wer weiß wie lange du diesen Weg noch absolvieren kannst'

1449: und da muss man sich auch täglich mit auseinander setzen ne dass man auch sag ich mal zum Beispiel unsere Tochter die hat alle Bankvollmachten und, oder dass man auch äh über Beerdigungen

1455: wissen Sie das kann ja jeden Tag sein ne das kann mich jetzt die nächste Minute hier dass ich einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt kriege und dann muss das ja geregelt sein ne das finde ich als sehr wichtig also wir haben das schon länger gemacht Patientenverfügung dass sie auf alle Bankvollmachten (...) und auch

Testament geschrieben und wie die Beerdigung sein soll und das ist ganz wichtig für mich

1467: oder das sind auch so Sachen wo mein Mann sich sagt also wenn ich ihn darauf anspreche dann wird er wild 'was Du schon wieder denkst und Du schon wieder' ich sag 'hier unterschreib jetzt das Testament' ich sag und so weiter (Lachen) da kriegt er zu viel oder jetzt wenn ich sag wie die Beerdigung sein soll ich sag was ich für ein Grab haben möchte und und alle diese Dinge das das muss geklärt sein ja ich kann doch nicht dann die Kinder da stehen lassen und sagen 'ja wie wollen Sie jetzt die Erdbestattung? eine Feuerbestattung? oder ne Seebestattung?' das ist doch wichtig das muss man vorher schriftlich niederlegen

Eigene Sterblichkeit	JA
Abwehr Tod/Sterblichkeit	JA
Annahme Tod/Sterblichkeit	
Angst davor ein Pflegefall zu werden	
Angst vor Pflegeheim	
Akzeptanz von Pflegeheim	
Verwandte im Pflegeheim	JA
Aktive Planung	JA

Frau I:

610: mh ja ich möchte ich hab mich auch eine Weile mal mit diesem Gedanken als es mir damals schlecht ging körperlich schlecht ging da habe ich mir Gedanken gemacht, muss ich mich jetzt nach einem anderen äh, nach einer anderen Wohnung umsehen oder muss ich betreutes Wohnen oder was also diese Dinge muss ich das in Angriff nehmen? 623: und äh ja, und ich habe für mich beschlossen also ich möchte da jetzt nichts machen. (...) ich möchte bleiben so lange es geht

628: und äh dann werde ich sehen falls es dann falls ich dann, äh in die Situation komme wo ich also rein körperlich gesehen, nicht mehr, da leben kann dann würde ich das machen

641: und ich hab mir auch mal Häuser angesehen und hab mir Wohnungen angesehen die also äh nicht betreutes Wohnen aber die schon altengerecht waren ja und das war also alles nicht mein Geschmack und die Vorstellung mich jetzt da schon hinein zu begeben

649: äh ne das wollte ich nicht also das ist jetzt so, wenn's dann soweit ist dann ja

704: also das schlimmste wäre natürlich wenn ich dann also so so ein Pflegefall wäre das wünscht sich natürlich keiner jeder hat Angst davor aber ich denke dass ist halt normal 710: so ist das wenn wenn man älter wird

755: und ich kenne auch noch ein anderes (Altenheim) (...)und äh das fand ich auch sehr! gut also da hätte ich mich wenn! ich dann in so einem Zustand wäre da hätte ich mich dann glaube ich auch wohl gefühlt 764: ich glaube es hat auch was damit zu tun dass auch dann immer noch äh Angehörige äh da mit sind dass die besucht werden und also ich denke das hat viel, das macht viel aus.

Eigene Sterblichkeit	
Abwehr Tod/Sterblichkeit	
Annahme Tod/Sterblichkeit	
Angst davor ein Pflegefall zu werden	JA
Angst vor Pflegeheim	
Akzeptanz von Pflegeheim	JA
Verwandte im Pflegeheim	
Aktive Planung	JA

Herr J:

1263: ich habe meine Mutter im Altenheim gesehen zwei drei Jahre wo ich jeden Tag manchmal drei mal hin musste oder gegangen bin, äh da muss ich wiederum sagen, mein Kernsatz ist so also hier aus meinem Haus tragt Ihr mich nur heraus wenn es wirklich nicht mehr geht freiwillig in ein Altenheim gehe ich nicht.

1273: nur ja das macht mir schon das macht mir schon Angst (die Vorstellung in ein Altenheim gehen zu müssen) da würde ich äh äh weil ich da mit der Pflege und der der ganzen äh äh Geschichte überhaupt nicht, das fand ich überhaupt nicht gut das war für mich schon schon schlimm schon schlimm so mit dem Gedanken 'da landest Du mal' äh da komm ich weiß Gott nicht klar

1286: äh (Stöhnen) im Moment noch mit Verdrängung (Lachen) (Frage, wie er mit dieser Perspektive umgeht)

1298: das ist noch weit weg (Altenheim) (...) ich hoffe es auch

Eigene Sterblichkeit	
Abwehr Tod/Sterblichkeit	
Annahme Tod/Sterblichkeit	
Angst davor ein Pflegefall zu werden	
Angst vor Pflegeheim	JA
Akzeptanz von Pflegeheim	
Verwandte im Pflegeheim	JA
Aktive Planung	

## B. Therapie

### 31. Fortschritte und Nutzen aus der Therapie (Einsichten, Verbesserung der Symptomatik, erworbene Kompetenzen)

Frau A:

402: und hat mir also wirklich gut getan

404: man merkt auch dass ich nicht der einzige Mensch bin der Kummer hat und sich Sorgen macht

407: man redet mit anderen. man kriegt mit dass andere auch schlimme Sorgen haben und

412: ja. das hilft einem genauso wenn man über andere redet als wenn man über sich selbst redet meine ich

569: reden können (über Gefühle und Hilfsbedürftigkeit)

Therapie hat geholfen JA

Kein Unterschied mit oder ohne Therapie

Verbesserung des Befindens

Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis

Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie

Lernen durch Austausch JA

Lernen durch Beobachtung JA

Rat bekommen

Erworbene Kompetenzen:

Über sich selbst reden können JA

Sich zurücknehmen

Mit eigenen Fehlern umgehen

Sich seinen Problemen stellen

Auf andere eingehen

Verbesserte Symptomatik:

Schlafstörungen

Panik

Schmerzen

Herr B:

129: die Schlafstörungen haben äh nachgelassen (...) das muss ich sagen ich hab also da bin ich jetzt etwas gelassener

290: ist an für sich+ gleich geblieben (sein Problem)



733: da habe ich äh so ein bisschen von Frau Bergstein äh mitbekommen dass sie sagt 'das Wichtigste ist, Deine Persönlichkeit nicht was der andere macht sondern Du muss damit zurecht kommen' 743: das habe ich ein bisschen von Frau Bergstein mitbekommen und auf dem Weg möchte ich gerne bleiben

Therapie hat geholfen  
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie  
Verbesserung des Befindens  
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis  
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie  
Lernen durch Austausch  
Lernen durch Beobachtung  
Rat bekommen JA

Erworbene Kompetenzen:  
Über sich selbst reden können  
Sich zurücknehmen  
Mit eigenen Fehlern umgehen  
Sich seinen Problemen stellen  
Auf andere eingehen

Verbesserte Symptomatik:  
Schlafstörungen JA  
Panik  
Schmerzen

Frau C:

204: ja ja und äh von diesem Muster oder aus diesem Muster bin ich ganz stark dabei mich zu befreien und äh also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die immer nur ja sagt und ich muss sagen damit geht's mir besser

245: es geht so ein bisschen in eine andere in eine andere Schiene (andere Wertung ihrer Beschwerden)

304: und in diesem jetzt, da fühl ich mich wohler

315: und äh ich denke ich hab die ein bisschen besser im Griff, so dass ich ihr auch was widersetzen kann und sage 'ne meine Gute, komm'

383: ich habe immer sehr sehr viel aus dem Austausch gelernt.

413: ich habe inzwischen gelernt (...) heute kann ich dann schon mal drei vier Tage sagen ich hab ich also keine Lust ich sage mal ich gehe eher meinen Bedürfnissen nach (zu E-mail-Antworten)

465: und wenn's dann eben zwei Minuten nach ist ist ja gut dann ist es eben auch in Ordnung (zu Überpünktlichkeit) 468: also ich habe! das Maß! äh besser gefunden

906: also ich muss sagen ich hab mich sehr zurück genommen das hab ich auch gelernt (lautes Lachen) im nachhinein

Therapie hat geholfen	JA
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie	
Verbesserung des Befindens	JA
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis	
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie	JA
Lernen durch Austausch	JA
Lernen durch Beobachtung	
Rat bekommen	

Erworbene Kompetenzen:

Über sich selbst reden können	
Sich zurücknehmen	JA
Mit eigenen Fehlern umgehen	JA
Sich seinen Problemen stellen	
Auf andere eingehen	

Verbesserte Symptomatik:

Schlafstörungen  
Panik  
Schmerzen

Herr D:

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

1155: und heute kann ich also mal dagegen gucken und sagen 'Mensch Meyer, es gibt wichtigere Dinge' Du kannst auch mal äh äh durch ein schmutziges Fenster gucken

1212: es geht mir nicht schlechter dadurch dass ich jetzt etwa im Moment nicht in einer Gruppe bin

1263: das also für mich auch immer sehr interessant so andere, Blickrichtungen zu sehen oder warum die da sind

1293: weil ich diesen Mut aufbringen musste, für mich mich der Gruppe zu stellen dass ich darüber rede wie es mir ging (...) das hätte ich ja nie gedacht bei der stationären Behandlung dass ich sagte ich bin wegen Depressionen hier und äh äh äh und was auch immer, und das! war auf alle Fälle gut

1418: in meiner Depressionsphase oder während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen aber das das habe ich jetzt in der Gruppe habe ich das also fällt mir jetzt spontan ein gelernt dass ich also wieder mich mit Problemen anderer äh beschäftigen kann und darüber nachdenken kann und

während meiner (depressiven) Phasen, war es ja so das war mir ganz, egal! sag ich's mal so 1453: das war das das ist also sehr gut gewesen für mich meiner Ansicht nach wo Sie das jetzt ansprechen weil ich das auch so ein bisschen verlernt hatte.

Therapie hat geholfen  
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie  
Verbesserung des Befindens  
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis  
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie  
Lernen durch Austausch JA  
Lernen durch Beobachtung  
Rat bekommen

Erworbene Kompetenzen:  
Über sich selbst reden können  
Sich zurücknehmen  
Mit eigenen Fehlern umgehen  
Sich seinen Problemen stellen JA  
Auf andere eingehen JA

Verbesserte Symptomatik:  
Schlafstörungen  
Panik JA  
Schmerzen

Frau E:

426: ja ja natürlich ich habe schon einiges für mich, versucht also was ich anwenden kann, aber Theorie und Praxis (die klaffen noch auseinander)

Therapie hat geholfen  
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie  
Verbesserung des Befindens  
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis JA  
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie  
Lernen durch Austausch  
Lernen durch Beobachtung  
Rat bekommen

Erworbene Kompetenzen:  
Über sich selbst reden können  
Sich zurücknehmen  
Mit eigenen Fehlern umgehen  
Sich seinen Problemen stellen  
Auf andere eingehen

Verbesserte Symptomatik:  
Schlafstörungen

Panik  
Schmerzen

Herr F:

20: wenn ich mich jetzt auf den Zustand beziehe nach der nach der Therapie dann äh muss ich sagen dass es mir da eigentlich recht gut ging dass ich da also, auch bedingt teilweise durch die Therapie Fortschritte gemacht habe und meine Psyche stabilisieren konnte

1500: und wenn ich dann dieses dieses Produkt der Einzelnen das sich aus den unterschiedlichen äh Kriterien ergibt sehe, also insbesondere wie zum Beispiel derjenige damit umgeht dann ist das für mich eine Hilfe, kann das für mich eine Hilfe sein

1760: anfangs war ich schwer krank hatte eine starke Krise und während der Zeit, bin ich äh so meine ich fast äh wieder vollkommen gesundet ne wobei ich also diesem Kurs sehr viel Bedeutung beimesse

1798: hinsichtlich dieses wohltuenden! Effektes auch des wie halt der Gesundheit des Gesundheitseffektes der erkannt wurde von mir eindeutig!

Therapie hat geholfen	JA
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie	
Verbesserung des Befindens	
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis	
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie	
Lernen durch Austausch	
Lernen durch Beobachtung	JA
Rat bekommen	

Erworbene Kompetenzen:  
Über sich selbst reden können  
Sich zurücknehmen  
Mit eigenen Fehlern umgehen  
Sich seinen Problemen stellen  
Auf andere eingehen

Verbesserte Symptomatik:  
Schlafstörungen  
Panik  
Schmerzen

Frau G:

22: also jetzt nach der Gruppe äh ist es mir nicht anders gegangen wie während der Gruppenzeit

Therapie hat geholfen

Kein Unterschied mit oder ohne Therapie JA

Verbesserung des Befindens

Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis

Lernen durch Austausch

Lernen durch Beobachtung

Rat bekommen

Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie

Erworbene Kompetenzen:

Über sich selbst reden können

Sich zurücknehmen

Mit eigenen Fehlern umgehen

Sich seinen Problemen stellen

Auf andere eingehen

Verbesserte Symptomatik:

Schlafstörungen

Panik

Schmerzen

Frau I:

44: und das hat sich ja dann so ganz allmählich hat sich das dann so gegeben (...)

hat sich dann gelöst (die Schmerzen und die Ängste vor den Schmerzen)

66: ja das macht natürlich sehr viel aus für für's ganze Leben ich kann mich wieder

bewegen ich kann was unternehmen ich kann verreisen was ich damals alles nicht

konnte also das hat sich dann schon aber es ist jetzt schon so normal für mich

schon seit langem

75: ja es ist schon also es ist schon+ so in Vergessenheit geraten die Gedanken die

ich sonst damals hatte immer so ne Angst innerlich also es könnte wieder kommen

also das ist weg

84: ja hin und wieder merke ich das und das ist so dass ich das dann im Auge

behalten muss also die Schmerzen und ich weiß genau woher die kommen

125: und ich hab damals immer gedacht ich kann irgendwie noch helfen (ihrer

Tochter mit ihren Eheproblemen) aber das war nicht so also das hab ich wirklich

gelernt, auch in der Gruppe gelernt dass ich da nicht helfen kann ich kann bereit

sein immer bereit sein wenn sie mich braucht aber von mir aus kann ich da nicht, viel machen

166: ja sicher auch durch die Gruppe (hat sich etwas verändert) natürlich es waren immer es bleibt immer was hängen

782: ich bin froh dass ich das gemacht habe dass ich die Erfahrung gemacht habe, in der Gruppe

787: natürlich hab ich das (die Gruppe nutzen können)

791: ich hab Ihnen ja meine Schwierigkeiten geschildert aber dennoch, äh hat mir das also schon einiges gebracht.

Therapie hat geholfen	JA
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie	
Verbesserung des Befindens	JA
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis	
Lernen durch Austausch	
Lernen durch Beobachtung	
Rat bekommen	
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie	

Erworbene Kompetenzen:

Über sich selbst reden können

Sich zurücknehmen

Mit eigenen Fehlern umgehen

Sich seinen Problemen stellen

Auf andere eingehen

JA

Verbesserte Symptomatik:

Schlafstörungen

Panik

Schmerzen

JA

Herr J:

204: das war aber erst so zum Schluss als ich das dann so bemerkte, äh weil ich es grundsätzlich nicht schlecht für mich fand es kommen überall äh äh Dinge auf wo man denkt 'ah ha, die machen das so oder oder sind da so mit umgegangen et cetera'

678: nö da ging es mir eigentlich in der ganzen Zeit ging es mir eigentlich relativ gut (während der Gruppenzeit bezogen auf seine körperlichen Beschwerden)

1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte (Frau Dr. Bergstein) der mir dann auch geholfen hat ne

Therapie hat geholfen	JA
-----------------------	----

Kein Unterschied mit oder ohne Therapie  
 Verbesserung des Befindens  
 Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis  
 Lernen durch Austausch  
 Lernen durch Beobachtung JA  
 Rat bekommen  
 Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie

Erworbene Kompetenzen:  
 Über sich selbst reden können  
 Sich zurücknehmen  
 Mit eigenen Fehlern umgehen  
 Sich seinen Problemen stellen  
 Auf andere eingehen

Verbesserte Symptomatik:  
 Schlafstörungen  
 Panik  
 Schmerzen

## 32. Sich-öffnen können / Sich-öffnen lernen

Frau A:

552: ich hatte mich auch geärgert, ich hatte dann angefangen zu erzählen und das hat sie! dann als Sprungbrett benutzt und, dann war ich ausgeschaltet und sie hat ihre Probleme erzählt und und und ich hatte mir gerade mein Herz gefasst und das fand ich 557: dann auch nicht so richtig

563: für mich war's sehr schwer mich zu öffnen muss ich sagen, ich hab das eigentlich erst in der Gruppe ein bisschen gelernt

567: ja (wesentliche Veränderung über Gefühle und Hilfsbedürftigkeit zu reden)

591: ja also ich meine das war der Sinn der Gruppe doch eigentlich (sich zu öffnen)

Sich öffnen  
 Lernen sich zu öffnen JA  
 Sich bemühen sich zu öffnen  
 Sich überwinden  
 Sich selbst zurück nehmen  
 Probleme sich zu öffnen JA  
 Entscheidende Dinge verschweigen  
 Sich nicht öffnen

Herr B:

872: mich hat man mal angesprochen und hat gesagt mit meinem Prozess und auch mit meiner Frau habe ich das auch erzählt da waren also ein Teil überrascht sagten die fanden das toll dass ich so weit über meine Familie gesprochen habe auch das mit der das Verhältnis mit meiner Tochter erzählt

892: zum Teil! ich habe mich nur mit diesen über diese Situation geöffnet mal hier über meine Familie so sonst hatte ich nichts zu öffnen da nicht und äh äh meine Prozesssache habe ich dann mal erklärt das weiß ich nicht ob das Öffnen ist da ist ja nichts passiert im Prinzip

901: ja gut ich habe meine Erziehung noch von früher dass ich da eben halt doch doch sehr geprägt bin und äh das meine Frau eben halt sehr stark ist und und das da habe ich mich schon geäußert und auch bin ein bisschen tiefer gegangen

Sich öffnen

JA

Lernen sich zu öffnen

Sich bemühen sich zu öffnen

Sich überwinden

Sich selbst zurück nehmen

Probleme sich zu öffnen

Entscheidende Dinge verschweigen

Sich nicht öffnen

Frau C:

1102: ich konnte immer sehr sehr schlecht vermitteln ja wie fühlt man sich in der Angst?

912: ich hab mich sehr zurück genommen äh weil ich gedacht habe 'mein Gott Du hast in dieser Richtung schon sehr viel Erfahrung' und äh es ist ja auch nicht so dass man aus den Geschichten der anderen nicht auch lernen kann

804: so blieben für mich! blieb ich so ein bisschen auf der Strecke für mich selber weil! das was die! begonnen haben ich schon sehr lange hinter mir hab (...) durch meine psychotherapeutischen Vorerfahrungen

918: und äh so habe ich mich schon also mit meinen äh, Ängsten oder was auch da so gerade war, äh doch ein ganzes Stück zurück genommen und bin also mehr ich habe mitgemacht so nicht aber für die anderen! wieder

Sich öffnen

Lernen sich zu öffnen

Sich bemühen sich zu öffnen

Sich überwinden

Sich selbst zurück nehmen

JA



Probleme sich zu öffnen  
Entscheidende Dinge verschweigen  
Sich nicht öffnen

Herr D:

1292: ich musste da ja auch hin das sage ich mir weil ich diesen Mut aufbringen musste, für mich mich der Gruppe zu stellen dass ich darüber rede wie es mir ging das liegt ja damals das hätte ich ja nie gedacht bei der stationären Behandlung dass ich sagte ich bin wegen Depressionen hier und

1307: ich habe auch keinen Mut gefunden was das über mein mein meinen Suizidversuch zu sagen 1310: das hab ich äh das habe ich also auch mit nach der Zeit nicht fertig gebracht 1322: aber jedenfalls habe ich da nicht den Mut aufgebracht

Sich öffnen	
Lernen sich zu öffnen	JA
Sich bemühen sich zu öffnen	
Sich überwinden	
Sich selbst zurück nehmen	
Probleme sich zu öffnen	JA
Entscheidende Dinge verschweigen	JA
Sich nicht öffnen	

Frau E:

352: ich hab's schon mal angesprochen in der Gruppe, ich denke mir wenn jemand ne andere Person wäre die mehr Selbstbewusstsein hätte, die könnte sich eher dagegen wehren dass das nicht bis ins Innerste geht dass das vorher so ein bisschen, abprallt

382: (in der Gruppe in der Tagesklinik) ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne (sich einbringen) aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht

389: ich hab wohl einiges, wohl einiges erzählt aus meiner Kindheit, wie das alles gelaufen ist

396: obwohl eigentlich nicht so, so richtig geöffnet, habe ich mich eigentlich nicht ich habe die Gruppe das muss ich leider Gottes sagen für mich nicht genutzt es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können

486: ja auch aus mir (konnten die Therapeuten „etwas rausholen“)

Sich öffnen

Lernen sich zu öffnen	
Sich bemühen sich zu öffnen	JA
Sich überwinden	
Sich selbst zurück nehmen	
Probleme sich zu öffnen	JA
Entscheidende Dinge verschweigen	
Sich nicht öffnen	JA

Herr F:

Frau G:

1040: was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja es war schlimm genug und ich also ich möchte da nicht immer rumrühren, also selbst wenn andere erzählen ja man man findet sich ja in irgend einer Geschichte wieder

1092: und versuche für mich die äh weg zu schieben (ihre Kindheitserinnerungen) das ist vielleicht nicht richtig ja aber

1127: ja und dann merk ich erst mal so tja, lassen Sie uns lieber mal ein anderes Thema machen das ist nicht so gut jetzt

1184: und nach der ersten Gruppe hatten wir dann auch beschlossen oder einmal war die Gruppe zu Ende wir treffen uns dann nach nach vier fünf Wochen wollten wir uns dann einfach irgendwo mal treffen was trinken was essen oder was auch immer, und ähm da ist nie was zustande gekommen 1202: und dann war ich eigentlich sehr enttäuscht darüber und dann hab ich gedacht 'komm das hat gar keinen Sinn da groß' ähm wissen Sie ich weiß nicht wie ich das sagen soll jeder hat ja quasi so sein Päckchen und äh und da hab ich gesagt 'komm wenn ich jetzt so so äh groß Kontakte' und wie ich auch weiß ist man ja auch gar nicht so dafür dass man untereinander Kontakte pflegt

Sich öffnen	
Lernen sich zu öffnen	
Sich bemühen sich zu öffnen	
Sich überwinden	
Sich selbst zurück nehmen	
Probleme sich zu öffnen	
Entscheidende Dinge verschweigen	
Sich nicht öffnen	JA

Frau I:

450: aber ich hatte einfach Schwierigkeiten in der Gruppe mich so zu äh, zu öffnen und äh so vieles darzustellen ich

457: das ist mir in der Gruppe schwer gefallen

798: ich weiß nicht wie das wie es angekommen ist weil, in der Gruppe wie weit man hat mir manchmal gesagt 'ach Du machst auch nicht richtig mit Du machst auch nicht äh Du öffnest Dich nicht' und das Gefühl hatte ich für mich nicht aber es kam eben wohl anders rüber

Sich öffnen

Lernen sich zu öffnen

Sich bemühen sich zu öffnen

JA

Sich überwinden

Sich selbst zurück nehmen

Probleme sich zu öffnen

JA

Entscheidende Dinge verschweigen

Sich nicht öffnen

Herr J:

### 33. Hilfe suchen – Hilfe abwehren

Frau A:

19: also im Moment könnte ich's gut gebrauchen (die Gruppe)

Aktueller Wunsch nach Hilfe

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

JA

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend

Abbruch der Gruppentherapie

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

Wunsch nach Einzelgesprächen

Herr B:

857: äh hätte mich aber jetzt wieder angemeldet

Aktueller Wunsch nach Hilfe

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

JA

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend

Abbruch der Gruppentherapie

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
Wunsch nach Einzelgesprächen

Frau C:

380: also ich würde wahnsinnig gerne eben wieder in in eine Gruppe gehen äh oder eine Selbsthilfegruppe gründen mit Menschen die ähnliche Schwierigkeiten +haben

780: gerade im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen Jahren und da fänd ich's nun wieder schön wenn eine Gruppe zustande

kommen würde, die eben sag ich mal schon ein bisschen Vorkenntnisse hätte

814: ich fänd es sehr sehr schön wenn also noch mal irgendwie was zustande kommen würde äh wo eben schon ein bisschen Vorkenntnisse da sind

886: und äh äh weil ich selber dankbar bin wenn in großer Not jemand da ist

1116: das würde mich also als erstes ganz ganz stark interessieren (neue Gruppe)

1241: ich würde mich nur freuen wenn noch mal so eine Gruppe entstehen würde da würde ich mich sehr freuen

Aktueller Wunsch nach Hilfe

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

JA

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend

Abbruch der Gruppentherapie

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

Wunsch nach Einzelgesprächen

Herr D:

20: 'wer möchte denn weitermachen?' (neue Gruppe) und dann habe ich das auch überlegt und habe gesagt ja ich hätte auch schon Interesse dran

28: ich wollte mich da nicht selbst so pushen und sagen 'ja wann geht das denn jetzt wieder los ich brauche es' (neue Gruppe)

1201: und jetzt äh äh merk ich so an mir, es war auch bei der Gruppe immer so ein bisschen ein Druck da also ich hab mich also auch da! so ein bisschen unter Druck gesetzt da musst du da hinfahren dann musst du da präsent sein dann musst du über dich erzählen dann musst du zuhören und das war also jetzt mal so das klingt jetzt zwar auch sehr sehr äh äh faul oder sehr ich war sehr äh ich war mal ganz froh, damit nichts zu tun zu haben

1212: es geht mir nicht schlechter dadurch dass ich jetzt etwa im Moment nicht in einer Gruppe bin

1266: im Moment bin ich äh wüsste ich nicht wie ich reagieren sollte wenn ich gefragt werde

Aktueller Wunsch nach Hilfe  
Wunsch nach neuer Gruppentherapie  
Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie           JA  
Ablehnen einer neuen Gruppentherapie  
Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend  
Abbruch der Gruppentherapie  
Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
Wunsch nach Einzelgesprächen

Frau E:

399: es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können zu 28

Aktueller Wunsch nach Hilfe  
Wunsch nach neuer Gruppentherapie  
Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie  
Ablehnen einer neuen Gruppentherapie  
Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend  
Abbruch der Gruppentherapie  
Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
Wunsch nach Einzelgesprächen

Herr F:

1333: die (seine psychosomatischen Beschwerden) mir einfach fast keine andere Wahl! ließen als mir Hilfe von außen zu holen

1772: ich hätte normalerweise noch weiter machen können

1800: sonst hätte ich das auf jeden Fall noch weiter gemacht und ich wäre sehr glücklich wenn eine ähnliche Einrichtung hier im Bereich der Uni wäre ne

1946: und ich persönlich äh bin wieder auf der Suche, nach so einer Gesprächsgruppe wie es da oben halt der Fall war

Aktueller Wunsch nach Hilfe  
Wunsch nach neuer Gruppentherapie   JA  
Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie  
Ablehnen einer neuen Gruppentherapie  
Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend  
Abbruch der Gruppentherapie  
Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
Wunsch nach Einzelgesprächen

Frau G:

5: ich hab das ja abgebrochen

1055: also ich wie gesagt ich hab dann halt gedacht komm warum musste Dir das jede Woche antun und man ist da schon hingefahren so nach dem Motto 'oh Gott wer weiß was es diese Woche wieder gibt' ja

1072: und da hab ich gedacht 'musst du dir das eigentlich alles antun? musst du eigentlich hier eigentlich Rede und Antwort stehen warum und wieso? das willst du doch alles gar nicht'

1100: das ist gewesen und äh ich versuche das weit weg zu tun in die hinterste Schublade am besten spricht mich da niemand drauf an

1176: in der ersten Woche das war direkt nach dem stationären Aufenthalt hab ich ja darum gebeten dass ich irgendwie in eine Gruppe rein könnte das war mir ganz wichtig nicht nach Hause zu gehen und wieder in den alten Sumpf zu verfallen sondern dass man sich irgendwie sich mit anderen vielleicht austauscht oder was auch immer ich hab ja keine Vorstellung davon

1329: also ich denk mal wenn ich noch mal wählen dürfte oder sollte ich würde mich natürlich dann eher für ein Einzel- eine Einzeltherapie entscheiden ja ich weiß jetzt auch nicht ob das was bringt

1337: aber ich denke mal nicht mehr in einer Gruppe das ist vertane Zeit ja

1339: also für mich vielleicht hätte ich dann lieber äh sage ich mal so Stunde zwei geballt und dann vielleicht vier fünf mal hinter einander und dann ist es erst mal gut

Aktueller Wunsch nach Hilfe

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

JA

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend

Abbruch der Gruppentherapie

JA

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

JA

Wunsch nach Einzelgesprächen

Frau I:

172: ich hätte manchmal gerne auch so ein Einzelgespräch gehabt

534: nun ja also da auszusteigen das hätte ich da bin ich eigentlich nie auf die Idee gekommen

544: ich würde es auch noch mal machen denn ich setz mal voraus alles wäre so wie es auch damals war

549: aber, äh es war auch für mich dann abgelaufen es war auch für mich die Zeit war dann auch zu Ende also ich hätte nicht weitermachen wollen

Aktueller Wunsch nach Hilfe

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend JA

Abbruch der Gruppentherapie

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

Wunsch nach Einzelgesprächen JA

Herr J:

73: warum ich das dann noch mal aufgenommen habe (nach dem Stationären Aufenthalt) weil ich glaubte es könnte mir nicht schaden

533: und dann habe ich die Frau Doktor, Joksimovic (...) angerufen am Telefon und das war am Wochenende ob ich, mal kurz zu ihr kommen könnte oder so um einfach kopfmäßig klar zu kommen 543: hatte sich aber dann nicht gemeldet hat sich aber dann, Tag Montag oder Dienstag irgendwann wieder gemeldet da habe ich dann aber wieder nichts mehr mit anfangen können weil ich die Telefonnummer sah und dachte 'die hat sich nicht gemeldet'

558: und das gleiche habe ich vor vor ein paar Wochen jetzt, vor vor ne vor eineinhalb Wochen war das da habe ich versucht die Frau Doktor Bergstein anzurufen am nächsten Morgen 566: war nicht so dramatisch wie wie da aber ich hatte aber ich wollte das nicht nicht eskalieren! lassen

1598: und die Frau Doktor Bergstein hatte mir ja auch mal angeboten (Einzelgespräche) äh, mal! wäre das kein Problem so aber äh auf das mal werde ich sicherlich noch mal versuchen zurück zu kommen und ich würde das schon gerne haben weil ich denke das hilft mir schon sehr

1622: anfangs habe ich gedacht ich brauche das nicht aber ich denke das wäre, wäre ganz gut gewesen wenn da noch mal wieder was, gekommen wäre

Aktueller Wunsch nach Hilfe

JA

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend

Abbruch der Gruppentherapie

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

Wunsch nach Einzelgesprächen JA

### 34. Vorstellungen über und Erwartungen an die Therapie / die Therapeuten / Patientenerwartungen

Frau A:

626: ich mein man geht ja dahin ganz blauäugig das ist der Arzt das ist der Patient und dann hilft der

631: aber das ist ja ein bisschen anders 635: man bekommt also kein Rezept

Mechanistisches Verständnis von Therapie JA

Therapeut als Helfer

Therapeut als Experte

Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten JA

Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern

Wunsch gefordert zu werden

Mangel an Vertrauen in Therapien

Herr B:

932: ja! ich glaube der Wunsch war vielleicht da (aktivere Therapeuten) äh äh dass man therapeutisch, oder man hat vielleicht gehofft dass einem geholfen wird oder dass dass man äh, was aber glaube ich nicht üblich ist im nachhinein äh dass man Tipps mit auf dem Weg bekommt

937: konkrete Sachen ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten gehe und der verschreibt mir Tabletten aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

948: ja! (Tipps gewünscht)

Mechanistisches Verständnis von Therapie JA

Therapeut als Helfer JA

Therapeut als Experte

Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten JA

Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern

Wunsch gefordert zu werden

Mangel an Vertrauen in Therapien

Frau C:

870: ich finde das Fordern sehr wichtig

1112: denke da kann man auch sehr viel lernen (in einer Gruppe) wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch



Mechanistisches Verständnis von Therapie  
Therapeut als Helfer  
Therapeut als Experte  
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten  
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern JA  
Wunsch gefordert zu werden JA  
Mangel an Vertrauen in Therapien

Herr D:

1549: aber ich ich ich schätze das auch, weil wie äh die Experten äh dann dieser, diese Blickrichtung äh aufbauen können die man dann vielleicht gar nicht hat die dann sagen 'könnte das nicht sein, dass!?' 'oder verstehen Sie das etwa so!?'

Mechanistisches Verständnis von Therapie  
Therapeut als Helfer  
Therapeut als Experte JA  
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten  
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern  
Wunsch gefordert zu werden  
Mangel an Vertrauen in Therapien

Herr F:

1471: warum der einzelne Teilnehmer a aufgrund seiner Persönlichkeitsstruktur b aufgrund seiner seiner äh seines Verhaltens seiner äußeren Dinge und c aufgrund seiner angegebenen Psychosomatik jetzt dann so und so war

1481: dass die Frau X zum Beispiel, aufgrund ihrer äußeren Erscheinung ich sage mal zusammen fügen das passt hinterher irgendwie zusammen ihre Persönlichkeitsstruktur äh und ihre dann erkannten organischen Beschwerden es war ne / organischen Beschwerden oder dahin gehenden tangierenden und ihrer Psychosomatik äh äh dann halt, zu diesem Produkt führt

1497: letztendlich ging es mir ja nur darum dass dass ich ja einen Weg suche wie ich mit meinen Beschwerden äh äh leben kann also äh äh ich gehe nicht direkt davon aus dass ich in allem geheilt werde sondern dass ich nur einen Weg finde wie ich mit meinen Beschwerden zufriedenstellend und glücklich leben kann

Mechanistisches Verständnis von Therapie JA  
Therapeut als Helfer  
Therapeut als Experte  
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten  
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern  
Wunsch gefordert zu werden  
Mangel an Vertrauen in Therapien

Frau G:

ja ich denke mal in dem Moment man wird ja gezwungen ähm an diesem Nachmittag oder in diesen Stunden äh ja doch darüber nachzudenken was, wie's denn mal gewesen ist sag ich mal in der Kindheit meistens oder viel rührt es ja auch von der Kindheit her oder klar man denkt schon darüber nach 'wie war's bei dir' oder 'ja wie ist es', oder äh nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind gewesen 1095: es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie das kann man a nicht ungeschehen machen

1181: dass man sich irgendwie sich mit anderen vielleicht austauscht oder was auch immer ich hab ja keine Vorstellung davon

Mechanistisches Verständnis von Therapie

Therapeut als Helfer

Therapeut als Experte

Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten

Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern

Wunsch gefordert zu werden

Mangel an Vertrauen in Therapien JA

Herr J:

1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte der mir dann auch geholfen hat ne die Dinge anzugehen anders anzugehen

Mechanistisches Verständnis von Therapie

Therapeut als Helfer JA

Therapeut als Experte JA

Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten

Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern

Wunsch gefordert zu werden

Mangel an Vertrauen in Therapien

## C. Gruppe

### 35. Die Gruppe

Frau A:

391: wir haben sehr lange gebraucht um aus ner Abwehrgruppe ne richtige Gruppe zu machen ich weiß nicht woran das liegt, ob dass das Alter ist oder so, ich weiß es nicht bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen' und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

407: man redet mit anderen. man kriegt mit dass andere auch schlimme Sorgen haben und ein bisschen sind ja alle gleich?

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	JA
Viel Anleitung wurde gebraucht	
Alter als Hindernis	JA
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	JA
Unterschiede in der Gruppe	
Austausch von Sorgen	JA
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Herr B:

972: ähnlich waren wir uns also auf gar keinen Fall weil ja jeder sein sein ein anderes Problem hatte also ich für mich sage jetzt die anderen hatten mehr Probleme als ich habe ich den Eindruck die waren auch überwiegend alle in der Tagesklinik vorher und daraus schließe ich dass die also auch weitaus größere Probleme hatten

981: es war ja bunt gemischt die Leute die da waren

996: es (das Umgehen miteinander) war überwiegend harmonisch ja ja es wurden zwar mal bei anderen wurden mal äh ein paar Worte äh sehr zu Herzen genommen die aber Missverständnisse letztendlich waren

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	
Viel Anleitung wurde gebraucht	

Alter als Hindernis	
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	
Unterschiede in der Gruppe	JA
Austausch von Sorgen	
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Frau C:

754: mein Fazit dieser Gruppe sieht so aus dass ich mir sage es ist sehr sehr schwierig mit älteren Menschen die noch nie mit einer psychotherapeutischen äh Geschichte in Verbindung gekommen sind zu arbeiten

791: zum Schluss ist also alles auch äh sehr gut gelaufen wir hatten ja auch welche aus der Tagesklinik und das merkte man eben

928: die waren doch alle sehr sehr anders gelagert (die Lebensgeschichten der einzelnen)

930: und es spielten sich sehr viel in der Jetztzeit ab

937: die Gruppe ist ganz ganz ganz ganz schwer angelaufen wir haben ja ein ganzes Jahr vertrödelt 947: das war besser ja (das zweite Jahr)

961: das meine ich auch damit es wurde eben sehr viel Anleitung gebraucht damit (die) überhaupt begriffen 'warum bin ich denn hier?'

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	JA
Viel Anleitung wurde gebraucht	JA
Alter als Hindernis	JA
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	
Unterschiede in der Gruppe	JA
Austausch von Sorgen	
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Herr D:

1373: wir haben uns an sich, eher gleich gesehen, also da waren wir doch sehr homogen muss ich sagen

1391: ja ja also wir haben uns sehr homogen erlebt

1393: eine Dame die kam später dazu (Räuspern) und äh ist dann nach zwei oder drei Sitzungen hat sie die Gruppe wieder verlassen weil sie das glaube ich aus, aus ihrer Sicht äh nicht äh durchhalten konnte das war ihr einfach zu viel und äh da

waren wir dann das hätte ich nicht geglaubt weil wir aufgrund der Homogenität und auch der der der der äh Unterstützung äh da bestimmt was hätten machen können  
1523: aber normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	
Viel Anleitung wurde gebraucht	
Alter als Hindernis	
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	JA
Unterschiede in der Gruppe	
Austausch von Sorgen	
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Frau E:

402: in dieser Gruppe, wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen

617: ja Alter in der Gruppe eben, dass man so schlecht neue Freundschaften schließen kann, und dass man so auch irgendwo unselbständiger wird

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	
Viel Anleitung wurde gebraucht	
Alter als Hindernis	JA
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	
Unterschiede in der Gruppe	
Austausch von Sorgen	
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Herr F:

1346: na ja und dann zu der Gruppe selbst war es so dass die ja damals, so aus circa acht bis zehn Personen bestand das war auch meines Erachtens nach eine äh recht gute Größenordnung äh zwecks, vernünftigen optimalen

1398: die Gruppe selbst bestand aus (...) Leuten die so etwa meines Alters waren, plus minus nachher gab es dann einige jüngere, und das das empfand ich zum Beispiel als sehr wichtig äh denn von Anfang an wollte ich also niemals in eine Gruppe äh die jetzt erheblich! jünger war von der Struktur her

1408: für mich war das sehr wichtig dass das eine altershomogene Gruppe war (...) einmal deshalb weil weil man vor allem wenn man älter wird, das ganze doch sehr schon auf gewisse Krankheiten und gewisse Störungen beziehen muss und auch bezieht

1420: aber äh Befür- Befür- Befürchtungen in diese Richtung (körperliche Beschwerden) äh gingen ne also anders! als zum Beispiel bei bei sehr jungen Leuten, wie ich das ja eigentlich auch von früher her kenne wo man jetzt ganz klar! äh nur schon schon das war schon offensichtlich! nur von von äh psychosomatischen Dingen sprechen konnte

1438: es gab äh eine zeitliche Entwicklung (hin zu besserem Verständnis der anderen Teilnehmer)

Lob für die Gruppe

Belastung durch die Gruppe

Prozess der Verbesserung in der Gruppe

JA

Viel Anleitung wurde gebraucht

Alter als Hindernis

Gemeinsamkeiten in der Gruppe

Unterschiede in der Gruppe

Austausch von Sorgen

Positive Bewertung der Altershomogenität

JA

Negative Bewertung der Altershomogenität

Frau G:

1026: ich habe gemerkt in der Gruppe es ist ja alles schön und gut man kann ja viele Dinge miteinander auch vergleichen dass man sagt 'ach mir ist es ähnlich gegangen' und so weiter aber ich habe immer nach dieser Gruppe immer ziemlich fertig und zwar von dem Zuhören was andere haben, mich hat das dermaßen belastet ich war immer ich sag mal, zwei drei Tage also immer irgendwo total daneben

1078: irgendwo man hatte sich dann oft an so Dingen festgehalten wo ich gedacht hab 'mein Gott das ist doch jetzt egal oder' mh also

1133: ja ja da waren schon so verschiedene Sachen wo ich dann gedacht habe 'ne das musst du jetzt nicht noch mal erleben' ne denn das hat manchmal so weh getan auch so so äußerlich also dass ich gedacht hab ne also jetzt (Lachen) ich war immer ganz froh wenn die Stunde dann vorbei war

1144: für mich war das eher sag ich mal erzählen Sie das bloß nicht der Frau Doktor Bergstein um Himmels Willen (...) (Lachen) ja also eher so so ein Martyrium also praktisch so so jede Woche wieder da hin

1278: ne! (Frage ob sie die altershomogene Gruppe als angenehm erlebt hat) also ich war in der ersten Gruppe (...) da waren sehr viele Junge ich sag jetzt mal zwanzig bis dreißig oder so nö wenn ich da was zu sagen hatte da hab ich immer so meine Geschichte dann dann haben die anderen zugehört und da hat auch keiner gelacht oder oder irgendwie und ich hatte also ich meine ich konnte mich auch gut hineinversetzen wenn jemand eine junge Dame erzählt dass ihr Freund sie verlassen hätte

1295: ob besser zurecht weiß ich jetzt gar nicht mal, ich denke mal nicht es hat vielleicht auch immer mit der Zusammensetzung mit den Personen zu tun (...) das lag jetzt nicht so sehr am Alter sondern an anderem an

Lob für die Gruppe

Belastung durch die Gruppe

JA

Prozess der Verbesserung in der Gruppe

Viel Anleitung wurde gebraucht

Alter als Hindernis

Gemeinsamkeiten in der Gruppe

Unterschiede in der Gruppe

Austausch von Sorgen

Positive Bewertung der Altershomogenität

Negative Bewertung der Altershomogenität

Frau I:

169: es war manchmal sehr strapaziös und ich hatte auch manchmal gar nicht so das Gefühl dass die Gruppe äh das unbedingt richtige ist ich hätte manchmal gerne auch so ein Einzelgespräch gehabt aber im großen und ganzen äh so im Rückblick kann ich dann schon sagen also ich habe vieles, gelernt gar nicht so mit dem großen Aha-Erlebnis sondern es es es ist einfach ja

188: ja manchmal war es schon ein Prozess zum Beispiel auch dieses Erkennen äh meine Mängel die mir ja auch dann aufgezeigt wurden und das ist ja das war ein bisschen, unangenehm

194: und ich bin oft aus der Gruppe gegangen also ich war sehr aufgewühlt und war äh ja, weiß ich nicht manchmal hatte ich das Gefühl ich will gar nicht mehr hingehen (...) ja es war schon belastend

203: ich hab mich dann zu Hause damit beschäftigt also ich muss sagen also dass es ist nicht nur die Gruppe war die Stunde war sondern auch das zog sich dann auch also fast durch die ganze Woche wo ich immer wieder mit den äh Themen oder mit den Gedanken, dann beschäftigt war

517: nein nein es war ja nun also alle Welt sieht mich ne (...) das war immer so ein ein Punkt der mich also manchmal manchmal! war das so strapaziös für mich wenn ich dann rauskam, dann war ich ich fühlte mich ganz ganz schlecht und

537: ich bin manchmal mit einem schlechten! Gefühl gegangen manchmal bin ich, ähm lustlos gegangen aber so nicht hingehen das wäre mir jetzt nicht in den Sinn gekommen

Lob für die Gruppe

Belastung durch die Gruppe

JA

Prozess der Verbesserung in der Gruppe

Viel Anleitung wurde gebraucht

Alter als Hindernis

Gemeinsamkeiten in der Gruppe

Unterschiede in der Gruppe

Austausch von Sorgen

Positive Bewertung der Altershomogenität

Negative Bewertung der Altershomogenität

Herr J:

40: ja da bin ich später ja (in die Gruppe gekommen)

43: ich hatte ihr vorher schon gesagt dass ich, äh zu dem Beginn nicht da sein könnte weil wir dann glaube ich vier Wochen in Urlaub waren oder was deshalb bin ich da später rein gerutscht

76: äh fand aber, im Kern, die Gruppe oder die Gruppen die ich mit Frau Doktor Bergstein während des Tageskliniks-Aufenthaltes gemacht habe irgendwo, ja lebhafter äh interessanter weil, für mein Dafürhalten so war hatte ich die Meinung äh da Jung und Alt, und und bei diesen Gruppen mit Frau Doktor Bergstein war ich war ich der Älteste war also so fast so, ich sage mal Vater Figur in Anführungsstrichen

90: äh und das war für mich also schon sehr interessant äh auf der aufgrund der ganzen Thematik die auch von den Jugendlichen oder jüngeren Leuten kam weil ich jetzt wieder Söhne habe die zum Teil so alt waren wie zum Teil diese Mitpatienten, also ich ich fand das gut und und äh hatte eigentlich auch keinerlei Probleme mich da irgendwo äh, zu öffnen oder oder



595: (die Gruppe) als Ventil

1564: ich war ja der der am kürzesten drin war und dann zwischendurch auch mal noch nicht, nochmal nicht da war (...) und ich dadurch auch ein bisschen, äh nicht immer hundertprozentig so den den den Anschluss hatte vom Thema aber äh ich meinte das war kein Problem

1577: aber wenn ich zu der Gruppe so ja was soll ich dazu sagen? auch, äh für mich war es einfach wichtig oder oder oder, gut zu hören was so andere für Probleme haben und und damit zurecht kamen, und dann hab ich wieder für mich zum Teil gedacht 'mein Gott, so schlecht geht es Dir doch eigentlich gar nicht' 1588: gut aber ganz so gut geht's mir scheinbar auch nicht wie ich jetzt so immer feststelle

1591: das macht mir auch Sorge, und deshalb meine ich dass so eine Gruppe sicherlich ganz gut sein könnte, äh um da eben auch drüber zu sprechen und um um dann auch ein bisschen entlastet zu werden (...) ja so im Austausch weil ich das wie gesagt immer gut fand

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	
Viel Anleitung wurde gebraucht	
Alter als Hindernis	
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	
Unterschiede in der Gruppe	
Austausch von Sorgen	JA
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	JA

### **36. Die anderen Gruppenmitglieder**

Frau A:

425: ja habe ich noch (zu einigen immer noch einen intensiveren Kontakt als zu anderen Gruppenmitgliedern)

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie	JA
Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.	
Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied	
Mit allen gut verstanden	
Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen	
Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern	

Herr B:

881: ich hatte den Eindruck dass die anderen die da saßen waren schlimmer dran als ich

976: und daraus schließe ich dass die also auch weitaus größere Probleme hatten

1034: ja und wir drei haben uns an für sich ganz gut verstanden die drei Männer ja ach mit den Frauen habe ich mich auch gut verstanden das war nicht so dass wir da das waren keine Probleme

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden JA

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Frau C:

768: ich habe festgestellt und da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft dass sie sich auch dass sie sich eben sehr schwer tun (...) einige sind ja auch ausgestiegen die also wohl den Druck oder das Erzählen oder was nicht nicht äh verkraftet haben geweint und dann dann nie wieder erschienen

786: in diese Gruppen- äh dynamik reingeworfen werden und wissen überhaupt und haben keine Ahnung

828: ich habe gesehen dass wenn eben jemand mal wirklich gesprochen hat der noch nie in dieser Form konfrontiert worden ist ja völlig aufgelöst weint fix und fertig war und einfach nicht wieder erschien

862: dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen'

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie JA

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Herr D:

1240: äh war ja auch äh fruchtete ja auch nur es war so wenn ich im nachhinein oder in der in der Rückschau überlege war es auch immer so dass ich äh äh dass ich

sagte 'hach es ist auch froh ich bin auch froh wenn ich also mal nicht diese Leute sehen muss' obwohl sie mir ja gar nicht getan haben obwohl sie auch vieles, mit was gegeben haben aber hach dann sag ich Ferien ich will einfach mal Ferien

1257: nach einem Jahr äh äh hat man dann also wirklich auch dann von jedem einzelnen Teilnehmer äh so seine Probleme die die Problematik äh äh äh gesehen oder gelernt oder erfahren

1344: das konnte ich also äh immer so gut nachvollziehen wenn ein Gruppenmitglied irgend ein Problem hatte

1375: es es es gab bei manchen bei manchen äh äh dann eben auch mal vielleicht äh während einer Sitzung äh zum Ausdruck dass der, aufgrund seines Themas oder aufgrund seiner Problematik, das Gespräch äh leitete nicht aber äh mehr gestaltete weil eben eher, die Probleme zur Sprache brachte

1382: das kam das kam also auch schon mal vor dass also dann eine Person dann mehr äh äh äh im Mittelpunkt stand oder das Thema dieser Person

1406: ja zum Teil (Themen mit Bezug zur eigenen Lebensgeschichte)

1475: bei Gruppenmitgliedern gab es also dieses Anspruchsverhalten auf jeden Fall

1485: da war so ein älterer Herr (...) ein bisschen hypochondrisch angehaucht und guckte also überall nur was er haben könnte und äh äh äh setzte sich somit unter Druck dann bis er dann hier in der Uniklinik und was weiß ich dann überall war und dann haben sie gesagt so nun musst du aber zwei Bypässe haben

1506: dann wurde das also auch durchgespielt als Rollenspiel wie er dann mit wie er dann mit dem Anwalt vor dem Arbeitsgericht in Stuttgart da agieren musste!

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern JA

Frau E:

452: die eine, die in den Konflikt auch involviert war, die fand sich genau so wie ich mich am Rande stehend obwohl ich das von ihr gar nicht sagen konnte also sie hat ich fand eigentlich immer, gut was sie so gesagt hat

469: nein ich habe mich eigentlich, mit niemandem angefreundet, ich habe auch mit niemanden telefoniert, verschiedene andere da waren zwei Damen die haben schon mal miteinander telefoniert, nee angefreundet sicher nicht auch die eine Dame die

auch so meinte sie würde am Rande stehen also die fand ich schon sehr sympathisch war auch eher ein verschlossener Mensch aber man bezog das erst nur auf sich

476: ja so richtig warm geworden bin ich eigentlich mit niemandem in der Gruppe, aber vielleicht das lag sicher auch an mir

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T. JA

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied JA

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Herr F:

1367: am Anfang äh waren da unterschiedliche Personen in dieser Gruppe und äh die kamen also äh die brachten ganz unterschiedliche Beschwerden vor

1415: die eine hatte also jetzt äh Herzprobleme Herzrasen äh und und äh eine andere Dame da die hatte also Krebs, und und eine weitere andere hatte ebenfalls mit dem Herzen Probleme und dann auch entsprechende äh vegetative Störungen, und äh also es war es waren schon sehr viel äh Symptome die auch, zumindest äh in Richtung organische Beschwerden äh gingen

1523: dass in einem Falle, zum Beispiel das ganz miserable Elternhaus mit dem mit dem überstrengen Vater mit mit Bestrafungen! die vollkommen ungerecht waren (...) und dass der auch dann, in dieser in der Therapie ganz klar sagte 'ich habe also heute immer noch Ängste und ich bin auch ein Angsttyp'

1572: so nachher haben wir noch ein bisschen mal zusammen gestanden oder vorher

1566: da war jemand da mit seinem mit seinem Tinnitus, der sich immer wieder! über seinen Chef beschwerte (...) dann könne er nachts nicht schlafen und dann hätte er seinen Tinnitus 1588: stellte sich also heraus dass sowohl die Ehefrau, wie letztendlich auch die Tochter, für ihn schon äh äh gewaltige! Probleme darstellten

1598: aber ne er schob das immer auf seinem Chef er wollte einfach aus im Grunde wollte er aus der Firma raus

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T. JA

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Frau G:

1033: ich weiß da saß ich mal da spielt der Name ja jetzt keine Rolle mehr neben einer Dame die erzählte aus ihrer Kindheit da Schläge vom Vater und und dass sie da eben so ungerecht behandelt worden ist, also glauben Sie ich kann's bis heute nicht verstehen dass ich nicht raus gerannt bin ja das war so belastend für mich wissen Sie da wird alles so so aufgewühlt so ich meine jeder hat ja so das alles erlebt und ich möchte das auch nicht jede Woche wissen Sie so wieder auffrischen

1171: also Beziehung hatte ich zu keinem

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T. JA

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern JA

Frau I:

715: eine eine war ist sehr krank und äh einer von den Männern auch der war auch dann sehr krank und ich äh er war allerdings in der letzten Stunde die wir hatten war er wieder da und da ging's ihm auch ganz gut ja 722: und das sind so Dinge die die ja die haben mich dann sehr getroffen auch ja 728: mhmh ja und ich hab's dann auch bewundert wie dann also, wie Krebskranke dann damit umgingen mit ihrer Krankheit.

733: also das fand ich schon, ja das ist schon bewundernswert.

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern JA

Herr J:

1685: äh und die sich dann irgendwie zwangsläufig auch in dieser Gruppe dann mal ergaben weil die Situation so war dass man da drauf zu sprechen kam wie zum Beispiel so ein, so ein Vaterverhältnis äh da war dann eine Dame äh ich weiß schon gar nicht mehr wie die hieß die hat glaube ich in Hongkong gelebt ich weiß nicht mehr also da dann gab es dann schon einige Berührungspunkte die dann eben auch gleich waren

1742: ne (Frage nach wichtigem Gruppenmitglied)

1744: ne ne man findet den einen oder anderen (leichtes Stöhnen) auch weiß ich jetzt mal spontan sympathischer oder unsympathischer aber nicht unsympathisch das ist viel zu hart gesagt

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

### 37. Oberfläche und Tiefe

Frau A:

399: bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen' und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

Oberfläche

Tiefe

JA

Herr B:

846: wo wir uns, fast alle einig waren war trotzdem obwohl wir zwei Jahre zusammen gesessen haben, war die Meinung dass keiner im Prinzip richtig aus sich heraus gekommen ist

864: es fing ja meistens damit an das irgendjemand irgendetwas erlebt hat, und hat das dann erzählt aber es ist wie ich am Anfang gesagt habe letztendlich nicht, die innere, äh Seele rausgekommen sondern es wurde meines Erachtens viel drum herum gesprochen immer es ging mal hier und da mal bei einer Diskussion je nachdem wie weit das Thema ging mal ein bisschen tiefer aber so richtig aus der Seele heraus glaube ich nicht das da viele waren

907: und auch (ich ) bin ein bisschen tiefer gegangen

920: es waren also viele banale Diskussionen dabei wo man also wirklich nur versucht hat die eineinhalb Stunden herum zu bringen es ist ja keiner keiner richtig auf den Punkt gekommen

Oberfläche  
Tiefe

JA  
JA

Frau C:

828: dass wenn eben jemand mal wirklich gesprochen hat der noch nie in dieser Form konfrontiert worden ist ja völlig aufgelöst weint fix und fertig war

Oberfläche  
Tiefe

JA

Herr D:

1253: ja! und es wurde so vielfach wurde ja dann auch nicht mehr, wurde dann auch äh äh nicht mehr äh äh äh wurde nichts Neues mehr erzählt

1475: aber es gab bei Gruppenmitgliedern gab es also dieses Anspruchsverhalten auf jeden Fall also jetzt bei mir speziell äh wie soll ich äh das ausdrücken äh äh könnte ich's jetzt dass dieser Druck da war dass ich da hingehen musste und dass man also seine sein sein Innerstes offenlegt äh aber es gab auch andere die, auch und das verstand ich dann sehr gut äh wie ich auch diesen Druck hatten

Oberfläche  
Tiefe

JA

Frau E:

402: wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen und so richtig in die Tiefe, ist da selten jemand gegangen obwohl wir ja fast zwei Jahre zusammen waren

Oberfläche  
Tiefe

JA

Herr F:

1442: erschienen alle Gruppenteilnehmer am Anfang äh relativ äh neutral äh bezüglich ihrer eigentlichen Beschwerden, und am Anfang erschienen alle Gruppenteilnehmer auch bezüglich ihrer Persönlichkeitsstruktur relativ neutral

1557: und ja also das war sehr vielschichtig und viel- seitig äh äh warum Menschen Ängste äh äh beschrieben und und und zum Ausdruck brachten.

Oberfläche  
Tiefe

JA  
JA

Frau G:

1239: nein wir sind uns zwar alle so ein bisschen einig gewesen oder jemand eine Dame hat die Initiative ergriffen mal zu sagen (...) wir sind nicht genügend in die Tiefe gegangen wir haben zwar über so belanglose Dinge gesprochen ja so Tagesablauf oder so bla bla

1249: wir haben über alles gesprochen und haben nur nicht über das was uns tatsächlich bedrückt hat

1257: weil wir gar nicht in der Lage waren so in der Gruppe auch mal in die Tiefe zu gehen

1262: ich denke die Gruppe begann dann erst als ich ausgestiegen ist so ein bisschen auch mal hier und da was anzutasten ja was vielleicht sehr unangenehm war aber im Grunde genommen sprachen wir wirklich halt nur so über oberflächliche Dinge

1273: ich weiß es nicht ich kann da gar nichts dazu sagen (woran es gelegen hat, dass es nicht mehr in die Tiefe ging) ich weiß nicht ob es daran gelegen hat dass wir Herren und Damen waren oder wie ich weiß nicht ich weiß es wirklich nicht ich kann dazu nichts sagen

Oberfläche  
Tiefe

JA

### **38. Schweigen und Reden**

Frau A:

622: aber sie (die Therapeuten) sagten dass wär nicht ihre Sache dass wäre unsere Sache zu reden

Schweigen am Anfang der Sitzung  
Schweigen als Belastung  
Therapeuten haben nicht eingegriffen  
Reden als Überwindung  
Über Probleme schweigen  
Schweigen als Teilnahme

JA



Herr B:

859: für mich persönlich äh war das Schwierigste, an der Gruppe dass wir immer wenn wir uns trafen wir haben Frau Bergstein Frau äh Herr Stratkötter warteten bis wir das Thema anfangen bis wir unsere Probleme und, und das war manchmal sehr schwierig bis da jemand angefangen hat\_

928: ja die Therapeuten haben ja nur abgewartet die Therapeuten haben ja äh gewartet bis einer von uns anfing solange war ja immer das große Schweigen

Schweigen am Anfang der Sitzung	JA
Schweigen als Belastung	JA
Therapeuten haben nicht eingegriffen	JA
Reden als Überwindung	
Über Probleme schweigen	
Schweigen als Teilnahme	

Frau C:

Herr D:

1221: und manchmal krieg ich kein kein kein äh äh kein will ich gar nicht über irgend etwas reden so dann höre ich nur zu

Schweigen am Anfang der Sitzung	
Schweigen als Belastung	
Therapeuten haben nicht eingegriffen	
Reden als Überwindung	
Über Probleme schweigen	
Schweigen als Teilnahme	JA

Frau E:

420: wenn ich, wenn ich! dann mal wirklich über meinen Schatten gesprungen bin und dann hab ich was gesagt und so, dann ging's mir richtig gut danach und dann fand ich es auch gar nicht schlimm, aber so dass den ersten Satz die ersten zwei Sätze das hat mir immer große Probleme der Riesensprung dann einzusteigen aber wenn ich dann mal drin war dann war es okay ja

512: für diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gesessen und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann dann doch jemand was rausgebracht hat

Schweigen am Anfang der Sitzung	JA
Schweigen als Belastung	JA
Therapeuten haben nicht eingegriffen	

Reden als Überwindung  
Über Probleme schweigen  
Schweigen als Teilnahme

JA

Frau G:

1061: nein wem soll ich das da sagen? (ihre Probleme in der Gruppe) also nein nein  
also ich denk mal das war auch nicht der richtige Ort

Schweigen am Anfang der Sitzung  
Schweigen als Belastung  
Therapeuten haben nicht eingegriffen  
Reden als Überwindung  
Über Probleme schweigen  
Schweigen als Teilnahme

JA

Frau I:

566: es war immer am Anfang war es immer so, eine Stimmung mit der ich nie so  
ganz klar gekommen bin, äh es war ein Schweigen und dieses Schweigen das war  
so belastend und das war für mich auch manchmal ganz am Anfang war es wie wie  
ein Fragezeichen ich fühlte mich irgendwie muss ich jetzt was tun? muss ich jetzt  
was machen? also es war es war ganz ganz hart

575: wir haben später mehrmals darüber gesprochen und äh na ja, es soll uns na ja  
es sollte uns aktivieren und es war es ist aber vielen so gegangen den meisten  
glaube ich ging es so dass also dieser Anfang war so schwer immer wenn's dann  
einmal im Fluss war dann ging es dann dann war es nicht so schwierig

584: und da ich! ja nie die erste bin habe ich mich auch nie getraut da den Reigen  
(das Gespräch am Anfang) zu eröffnen (Lachen)

600: ja doch ja ich denke ja dass ich mich da auch irgendwie mh verantwortlich  
fühlte letztlich! ja nur für mich selber aber da hab ich mich nicht getraut

Schweigen am Anfang der Sitzung  
Schweigen als Belastung  
Therapeuten haben nicht eingegriffen  
Reden als Überwindung  
Über Probleme schweigen  
Schweigen als Teilnahme

JA  
JA  
JA

### 39. Position und Rolle in der Gruppe

Frau A:

420: ne tonangebend war ich bestimmt nicht 422: aber ich meine ich war schon mittendrin

Nicht Bestimmend	JA
Beteiligt	JA
Nicht Beteiligt	
Gute Beiträge leisten	
Keine Position	
Schwierige Position	
Aufmerksamer Zuhörer	
Position: am Rande/ ganz Hinten	

Herr B:

878: das fanden andere ganz interessant oder haben mich bewundert dass ich das so erzählte (seine Probleme in der Familie)

968: ne ne (Frage nach Gruppenanführer)

986: ich war der Verdränger (Frage nach Status in der Gruppe)

1084: deswegen (weil ihn die Probleme der anderen nicht so betrafen) habe ich mich auch hier und da an verschiedenen Diskussionen gar nicht gar nicht teilgenommen

Nicht Bestimmend	JA
Beteiligt	
Nicht Beteiligt	JA
Gute Beiträge leisten	JA
Keine Position	
Schwierige Position	
Aufmerksamer Zuhörer	
Position: am Rande/ ganz Hinten	

Frau C:

839: teilweise ja (schwierige Position in der Gruppe)

841: dass ich eben dominant dominant bin und (...) dass ich anders etwas anders sehe und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen die also meinten, äh ja ich wüsste ja alles

Nicht Bestimmend	
Beteiligt	
Nicht Beteiligt	
Gute Beiträge leisten	

Keine Position  
Schwierige Position JA  
Aufmerksamer Zuhörer  
Position: am Rande/ ganz Hinten

Herr D:

1334: also ich äh sah mich also immer so dass ich sehr gute Beiträge leisten konnte wenn äh eine ein Gruppenmitglied äh irgend ein Problem äh andiskutieren wollte und äh das finde ich ja daran so interessant dass einem dann so viele Ideen kommen und Einfälle oder gar Einwürfe die man dann dazu beitragen möchte (...) da habe ich mich dann also immer sehr, stark äh konzentriert

1348: da konnte ich mich immer sehr gut einbringen weil ich dann immer sofort meine, meine ich so äh darauf eingehen konnte

1355: da konnte ich mich also sehr gut mit einbringen also ich war nicht derjenige der da nur äh stumm gesessen hat

1360: ja doch halb und halb (auf die Frage: eher ein aktives Mitglied?)

1444: wenn ich dann also da reagiert habe und gefragt habe 'ist das denn so?' und 'das verstehe ich aber' 'verstehe ich sehr gut' oder 'das verstehe ich nicht so gut' da habe ich mich dann wieder eingebracht weil ich mich da rein versetzt habe in die Problematik meiner meiner Gruppenmitglieder

Nicht Bestimmend  
Beteiligt JA  
Nicht Beteiligt  
Gute Beiträge leisten JA  
Keine Position  
Schwierige Position  
Aufmerksamer Zuhörer  
Position: am Rande/ ganz Hinten

Frau E:

413: ich würde die Position so als, ja aufmerksamer Zuhörer (...) mehr ja ja mehr am Rande ja

417: aber ich habe mich doch am Rande gefühlt und war es auch also ich war niemand der jetzt so die Gruppe der da irgendwelche Impulse geben konnte

433: ja aber wenn wir alle aktiv zuhören dann bewegt sich ja nichts in der Gruppe

436: ja das hätte ich mir sehr von mir gewünscht ja (aktiver in der Gruppe zu sein)

Nicht Bestimmend  
Beteiligt

Nicht Beteiligt	JA
Gute Beiträge leisten	
Keine Position	
Schwierige Position	
Aufmerksamer Zuhörer	JA
Position: am Rande/ ganz Hinten	JA

Herr F:

Frau G:

1227: ich hab gedacht 'du gehst dahin um jetzt deine Probleme darzulegen oder vielleicht auch mal was zuzutun wenn andere wenn jemand anderes was vorträgt'

Nicht Bestimmend	
Beteiligt	JA
Nicht Beteiligt	
Gute Beiträge leisten	
Keine Position	
Schwierige Position	
Aufmerksamer Zuhörer	
Position: am Rande/ ganz Hinten	

Frau I:

446: äh in der Gruppe war das für mich so also ich wollte nie gern im Mittelpunkt stehen ich wollte nicht gerne reden, nicht weil ich so mundfaul war oder weil ich nicht mitmachte ich war da schon also in Gedanken sehr aktiv

504: ja es war es war manchmal sehr, ach ja und das hat mich dann dann! hat mich auch diese Gruppe gestört insofern gestört dass äh also, ich fühlte mich vollkommen! klein, und fühlte mich ja ja in der Gruppe, so ganz hinten

Nicht Bestimmend	JA
Beteiligt	
Nicht Beteiligt	
Gute Beiträge leisten	
Keine Position	
Schwierige Position	
Aufmerksamer Zuhörer	JA
Position: am Rande/ ganz Hinten	JA

Herr J:

1640: da wüsst ich keine, da wüsst ich einfach keine, Positionierung oder oder oder Bewertung zu geben

1658: aber das kann ich zu dieser Gruppe nicht sagen ich denke das war einfach zu kurz und da

1665: eher so beobachtend

1670: so ja abwertend abwartend bewertend beobachtend

1731: kann kann schon sein ja (dass er ein Vermittler war)

Nicht Bestimmend

Beteiligt

Nicht Beteiligt

Gute Beiträge leisten

Keine Position

JA

Schwierige Position

Aufmerksamer Zuhörer

JA

Position: am Rande/ ganz Hinten

#### **40. Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen**

Frau A:

598: ne eigentlich nicht (Unterschiede zwischen Männern und Frauen in der Gruppe)

747: ich hab das bei den Männern viel stärker bemerkt als bei den Frauen

das Altern und das im Alter nicht mehr gebraucht werden, das war also bei den Männern schon ein Thema (...) bei den Frauen war das eigentlich nie, kam es nie zur Sprache

Thema Alter bei den Männern

JA

Thema Alter bei den Frauen

Thema Ausscheiden aus dem Beruf bei den Männern

Thema Loslassen von der Familie bei den Frauen

Telephonische Kontakte zwischen den Frauen

Herr B:

1004: da waren ja, drei Männer und vier Frauen waren das ne? und die Frauen hatten glaube ich untereinander so ein bisschen auch privat Kontakt die haben sich auch dann irgendwo mal telefonisch mal und äh aber mit den Männern wir hatten also so privat keinen keinen Kontakt

1014: woran lag es? das ist eine gute Frage, es bestand scheinbar von allen Seiten kein Interesse daran

1071: (+p:00:00:06) ja wir drei waren irgendwie anders als die Frauen also aber wie soll ich Ihnen das erklären

Thema Alter bei den Männern

Thema Alter bei den Frauen

Thema Ausscheiden aus dem Beruf bei den Männern

Thema Loslassen von der Familie bei den Frauen

Telephonische Kontakte zwischen den Frauen JA

Frau C:

Herr D:

Frau E:

Herr F:

1725: ja das war auch ein wichtiges Thema (das Ausscheiden aus dem Beruf) also nicht nur bei den Männern sondern und auch bei den Frauen äh da kam ja dann diese Geschichte loslassen von der Familie, von den mittlerweile äh erwachsenen und auch zum Teil schon äh verheirateten und mit äh Kindern verhafteten äh Kindern und Enkelkindern mein ich das war ja ähnlich so zu sehen also da da haben wir eine gewisse, Gleichwertigkeit festgestellt äh das Thema haben wir dann insgesamt so gesehen als, ja

Thema Alter bei den Männern

Thema Alter bei den Frauen

Thema Ausscheiden aus dem Beruf bei den Männern JA

Thema Loslassen von der Familie bei den Frauen JA

Telephonische Kontakte zwischen den Frauen

Frau G:

Frau I:

Herr J:

## 41. Nähe vs. Distanz

Frau A:

478: ich hab mich mit einer Frau also ein bisschen mehr zusammen getan

541: auf Distanz gegangen ja (Reaktion der Gruppe auf die Aussprache über den Konflikt)

425: ja habe ich noch (zu einigen immer noch einen intensiveren Kontakt als zu anderen Gruppenmitgliedern)

Nähe	JA
Distanz	JA
Kontakt	JA

Herr B:

917: ja das schon man ist sich schon ein bisschen näher gekommen aber wie gesagt das das es fing das kam ganz darauf an wie äh die Diskussion anfing

1036: zu den Frauen weniger (Kontakt), ja und wir drei (Männer) haben uns an für sich ganz gut verstanden (...) die drei Männer ja ach mit den Frauen habe ich mich auch gut verstanden das war nicht so dass wir da das waren keine Probleme nur eben halt äh das waren verschiedene Lebensansichten

Nähe	JA
Distanz	
Kontakt	JA

Frau C:

862: dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen'

980: ich bin ja auch etwas zurückhaltend und wirke dadurch auch wieder etwas arrogant (...) das ist ja meine Mauer! (Lachen) damit nicht gleich jeder da rein guckt

Nähe	
Distanz	
Kontakt	JA



Frau E:

476: so richtig warm geworden bin ich eigentlich mit niemandem in der Gruppe, aber vielleicht das lag sicher auch an mir

Nähe

Distanz

Kontakt

JA

Herr F:

1668: da waren dann zwei drei Leute die wollten weiterhin gesiezt werden die wollten die Duzform nicht dann haben wir das so akzeptiert in der Besprechung haben gesagt okay wer hier gesiezt werden möchte der kann das äh weiterhin so für sich so in Anspruch nehmen

Nähe

Distanz

Kontakt

JA

Frau G:

1064: dann warf sich dann irgendwann die Frage auf wie wir uns denn ansprechen mit Vornamen mit Sie oder du und ich hab dann gleich gesagt ich möchte gerne gesiezt werden ne und das fanden alle ganz schlimm ganz furchtbar und, äh ja gut man ist dann darüber hinweg gegangen das war auch okay und dann irgendwann mal jetzt so zum Schluss hieß es ja man könnte ja auch gar nicht so in die Tiefe das Gespräch machen weil wir uns ja noch nicht alle duzen und ich meine ich wusste ja genau dass ich damit gemeint war

1076: und ich hätte ich könnte Ihnen noch nicht mal einen Grund sagen warum ich jetzt gesiezt werden möchte oder warum ich geduzt werden möchte das könnte ich Ihnen gar nicht mal sagen

1220: ja auf Distanz ja ja das war für mich also klar und von Anfang an vor allem deshalb ich wollte deshalb auch nicht mehr groß geduzt werden

Nähe

Distanz

Kontakt

JA

Herr J:

1661: dass dass die Bindung da so nicht war wir hatten ja auch, sonst äh irgendwie keinerlei keinerlei Verbindung

Nähe

Distanz

Kontakt

JA

## **42. Konflikte in der Gruppe bzw. mit anderen Gruppenmitgliedern**

Frau A:

480: die ist also auch sehr hilfsbereit (...) und eine andere Dame, die hat das dann als Belästigung empfunden. 506: denn ich hab das nicht als Belästigung empfunden  
521: sehr böse (ihre Reaktion) 525: ja vor allen Dingen weil sie mich als Sprungbrett benutzt hat

539: das+ wurde besprochen aber ich glaube nicht dass wir uns da geeinigt haben

547: ich streite+ eigentlich selten aber so in der Gruppe wenn, wenn das so zur Sprache kommt dann kann man sich nicht immer raushalten

585: das war also der einzige Konflikt

587: und eine Dame die dann weggegangen ist weil sie sich geöffnet hat und hat sich dann so geschämt dass sie dann nicht mehr gekommen ist. also das, war eigentlich das einzige

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern

JA

Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen

JA

Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern

Harmonie in der Gruppe

Herr B:

996: es war überwiegend harmonisch ja ja es wurden zwar mal bei anderen wurden mal äh ein paar Worte äh sehr zu Herzen genommen die aber Missverständnisse letztendlich waren oder Telefongespräche da gab es mal eine Zwistigkeit zwischen zwei Damen die haben sich irgendwie missverstanden, aber das betraf jetzt wieder immer nur die zwei Leute und das betraf also nicht die ganze Gruppe da

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern

JA

Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen

Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern

Harmonie in der Gruppe

JA

Frau C:

845: die hatten da auch einen Disput mal das zog sich über zwei oder drei Stunden hin (leises Lachen) äh das das war sehr, sehr merkwürdig

859: sie war einfach so fertig und natürlich wenn man so was ausspricht (Selbstmord ihres drogenabhängigen Sohnes) dann und äh und dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen' ich hab es also schon gelassen Sie anzurufen weil ich spürte, da ist Abwehr ja und dann hat sie in der Gruppe dann vorgebracht, also ich hätte sie äh ich hätte zu ihr gesagt sie sollte mich anrufen und und das wollte sie nicht und sie fühlte sich also von mir da unter Druck gesetzt und und und und und aber das ist also wirklich äh äh wunderbar geklärt worden und ich muss sagen ich hatte die andere Gruppe und hatte auch äh die Frau Doktor Bergstein hinter mir

873: das schon richtig alle alle eigentlich erkannt haben, äh thh das war nicht so das waren zwar ihre Empfindungen aber es war! nicht so

884: ne ich sah nur ihre große Not und da kommt's ja wieder bei mir!

888: also den Strohhalm dahin gereicht! aber dieser Strohhalm der wurde nicht als Strohhalm aufgefasst sondern als Druck und das muss ich eben auch lernen und das waren also so auch Ereignisse die ich mir sehr zu Herzen hab gehen lassen wo ich sehr viel drüber nachgedacht habe und äh durchaus auch was gelernt habe

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe

JA

Herr D:

1391: bis auf einen Fall äh was uns dann äh wenn ich das äh äh äh wenn ich mich noch recht erinnere das war eine Dame die kam später dazu (Räuspern) und äh ist dann nach zwei oder drei Sitzungen hat sie die Gruppe wieder verlassen weil sie das glaube ich aus, aus aus ihrer Sicht äh nicht äh durchhalten konnte das war ihr einfach zu viel

1521: also das war eine Dame die dann immer so ein bisschen sehr äh äh sich exponierte nicht das will ich gar nicht sagen aber doch sehr viel erzählte und und auch sehr interessant und darum das kam auch gar nicht böse aber normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft das fand ich also immer

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe

JA  
JA

Frau E:

438: ja da war ein Konflikt (p:00:00:05) mh das ging dann so doch, so über mehrere Sitzungen, das war schon, aber das wurde dann auch beigelegt

441: es ging da um das Verhalten, von zwei Teilnehmerinnen, die eine fühlte sich von der anderen bedrängt, so dass sie die eine sie immer hätte anrufen müssen und sie hatte keine Lust dazu und also solche Sachen, und die eine die wollte das nicht und hat dann auch nicht angerufen und die andere Dame hat das nicht erwartet eigentlich das war so, die haben sich falsch verstanden nicht und das war ziemlich heftig aber es war sehr interessant, das fand ich toll dass das zur Sprache gekommen ist

459: ja ich fand das toll dass das alles (der Konflikt) auf den Tisch gekommen ist

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe

JA

Herr F:

1563: Konflikte gab's also in, in der Form dass äh am Anfang war das dann der Fall dass zum Beispiel äh bestimmte Leute einfach nicht einsehen wollten dass ihre, Symptomatik äh etwas anders angegangen werden musste, also auch als Beispiel jetzt äh da war jemand da mit seinem mit seinem Tinnitus, der sich immer wieder! über seinen Chef beschwerte (...) das war uns natürlich insgesamt in der Gruppe (...) das ging uns also dermaßen auf den Senkel wenn der immer wieder! seine Ängste mit seinem Chef anführte

1623: und äh na ja und dann kam es schon zu zu Auseinandersetzungen ne das wurde nicht so einfach hingenommen, das wollte der auch nicht wahrhaben erst am Anfang und immer wieder kam er mit seinem Chef, und äh da gab's schon ein bisschen Konflikte auch die anderen, denen war das auch die konnten das nicht mehr hören

1630: und da war auch noch noch ein anderer da der hatte ähnliches, der auch äh einfach nicht bereit war einzusehen, dass äh ein bisschen andere Faktoren in

seinem Leben die auch mal beleuchtet werden müssen die aufgearbeitet werden mussten, sondern immer! war seine frühere Ex war immer der Buhmann die hat hin und wieder neue Schreiben geschickt neue Rechnungen geschickt und das war immer der Buhmann ne und das erkannten wir natürlich in der Gruppe äh und dann kommt's irgendwie äh kommt's zum Konflikt dass man diese Person gar nicht mehr so haben möchte ne

1643: und wenn die dann da drei viertel der Zeit äh verplempern mit ihren ständigen Anschuldigungen auf auf diese eine Person auf die sie dann alles beziehen der eine auf seinen Chef, die andere oder der was weiß ich auf die frühere Partnerin äh das machen die anderen dann nicht mehr mit

1656: und dann sind die auch ausgeschieden diese Leute aus der Gruppe die sind ausgeschieden das waren also dann die Konflikte

1661: ansonsten hatten wir keine Konflikte

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe

JA

Frau I:

473: ne ne gab es da nicht

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe

JA

Herr J:

170: und dann waren da innerhalb der der Gruppe auch noch äh hauptsächlich zwischen zwei Frauen oder, oder zwei Gruppen von Frauen da waren ja vier oder fünf äh waren da auch noch so ein bisschen, würde ich so heute sagen so Animositäten da da merkte man, knisterte da

177: die eine wollte nicht verstehen und die andere wollte auch nicht verstehen dass sie vielleicht ein bisschen was umdrehen wollte von der Thematik her oder oder oder von der Vorgehensweise oder das gar nicht so war wie die andere gesagt hatte und das fand ich dann irgendwann äh fand ich das so, überspitzt äh dass es mich fast langweilte

187: oder nicht fast das hat mich dann schon, gelangweilt ich habe gedacht 'mein Gott das kann doch wohl nicht wahr sein' schon wieder das gleiche Thema und schon wieder die gleichen! Argumente von beiden Seiten

1701: das war eigentlich das waren eigentlich banale Sachen, ich meine dass jemand äh äh äh der anderen Patientin dann Hilfe angeboten hat und die wollte sie nicht und sie meinte, äh sie würde ihr aufgedrängt wiederum von der anderen und dann hat sie wiederum gesagt 'das war gar nicht so gemeint und das habe ich gar nicht gesagt' und so und um diesen Disput ging es da aber aber über über über zwei Sitzungsstunden

1716: ich hab dann nur einfach, eben spontan mal mich vielleicht mich mal eingemischt indem ich gesagt habe 'also ich verstehe eigentlich die ganze Aufregung nicht' also also wenn dann jeder ein kleines bisschen vorher darüber nachdenkt bevor er emotional da, oder auch ein bisschen zurücknimmt und das dann abhakt das war so und hier nicht immer wieder herkommt und sagt 'das war nicht so oder es war doch so also ich sage bis hierhin und jetzt ist Punkt und jetzt ist der Fall erledigt'

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern	JA
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen	
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern	
Harmonie in der Gruppe	

### **43. Thema Alter in der Gruppe**

Frau A:

747: ich hab das bei den Männern viel stärker bemerkt als bei den Frauen das Altern und das im Alter nicht mehr gebraucht werden, das war also bei den Männern schon ein Thema 752: bei den Frauen war das eigentlich nie, kam es nie zur Sprache

757: mit dem Alter hatten die Probleme glaub ich zwei auf jeden Fall ganz ganz konkret

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe	JA
Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe	

Besprochene Inhalte des Themas Alter:	
Nicht mehr gebraucht werden	JA
Alleinsein	
Kontaktschwierigkeiten im Alter	
Altersbedingte Krankheiten	

Herr B:

Frau C:

Herr D:

Frau E:

617: ja Alter in der Gruppe eben, dass man so schlecht neue Freundschaften schließen kann, und dass man so auch irgendwo unselbständiger wird 623: und dann natürlich auch die Krankheiten die ja auch die anderen, reichlich hatten

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe  
Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

JA

Altersbedingte Krankheiten

JA

Herr F:

1691: ja das Thema das Thema Alter! Altern spielt schon insofern eine Rolle weil eben halt diese begleitende äh Gesundheitserscheinungen äh doch schon bedeutend sind ne also zum Beispiel die Krebspatientin äh die hat schon ein Großteil ihrer ganzen Befürchtungen und ihrer ganzen Argumente, auf ihre Krebserkrankung bezogen

1706: also das äh das Alter an sich äh ist vielleicht nicht äh so dass man das in so einer Therapiegruppe als solche als als Hauptkriterium sehen muss sondern die altersbegleitenden! Erscheinungen der älteren Menschen wie die zunehmenden gesundheitlichen Störungen

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe  
Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

JA

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

Altersbedingte Krankheiten

Frau G:

1356: also in der Gruppe nicht hatte es keine Bedeutung (das Thema Alter)

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe JA

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

Altersbedingte Krankheiten

Frau I:

713: nicht so sehr (...) nicht so sehr in der Gruppe (Frage, ob in der Gruppe das

Thema Alter eine besondere Bedeutung gespielt hat)

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe JA

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

Altersbedingte Krankheiten

Herr J:

792: 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so? aber das sind schon Dinge die auch in die Gruppe jetzt hinein flossen und besprochen wurden

1964: glaub ich nicht ne glaube ich nicht (besondere Bedeutung des Thema Alter in der Gruppe)

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe JA

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein JA

Kontaktschwierigkeiten im Alter

Altersbedingte Krankheiten



#### 44. Alter und Öffentlichkeit

Frau A:

787: find ich nicht sehr gut (...) ne, alles ist auf junge Leute gemünzt

805: dass ein bisschen mehr auch das gewürdigt wird was das Alter gemacht hat  
(würde sie sich wünschen) dass man nicht anfängt an den alten Leuten zu sparen in  
Punkto Rente und so weiter 810: man wird ja richtig außen vor geschoben

814: und die Leute haben Deutschland aufgebaut

Negativ besetztes Thema	JA
Kein Bezug zum Thema	
Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	
Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	
Kritik am Umgang mit alten Menschen	
Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen	JA
Wunsch nach Anerkennung der Aufbauleistungen	JA
Kritik an Einsparungen bei der Rente	JA
Isolation von alten Menschen	
Mangelnde Fürsorge durch Angehörige	
Mangelnde geistige Förderung/ Forderung	
Verschlossene Möglichkeiten für alte Menschen	
Potential von alten Menschen	
Alten Menschen als Konsumenten/ Wirtschaftsfaktor	
Fehlende Berücksichtigung der Interessen von alten Menschen bei gesellschaftlichen Einrichtungen	
Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen	
Negative Darstellung von Alter und Altenheimen in der Öffentlichkeit	

Herr B:

1280: (p:00:00:05) äh, ich fühle mich noch nicht, in dieser Altersklasse

1284: ist für mich noch kein Thema

Negativ besetztes Thema	
Kein Bezug zum Thema	JA
Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	
Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	
Kritik am Umgang mit alten Menschen	
Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen	
Wunsch nach Anerkennung der Aufbauleistungen	
Kritik an Einsparungen bei der Rente	
Isolation von alten Menschen	
Mangelnde Fürsorge durch Angehörige	
Mangelnde geistige Förderung/ Forderung	
Verschlossene Möglichkeiten für alte Menschen	
Potential von alten Menschen	

Alten Menschen als Konsumenten/ Wirtschaftsfaktor  
 Fehlende Berücksichtigung der Interessen von alten Menschen bei gesellschaftlichen Einrichtungen  
 Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen  
 Negative Darstellung von Alter und Altenheimen in der Öffentlichkeit

Frau C:

1154: also teils sehr schrecklich

1160: für mich findet da eine Isolation statt die ich eigentlich gar nicht will

1171: die werden geistig überhaupt nicht gefordert

1179: wer eben als Senior wozu ich ja nun auch gehöre äh was für sich tun will der muss sich selbst engagieren also denn die Hilfen die ich von der Öffentlichkeit oder von den Medien bekomme die gehen so weit in in das Alter! hinein in dieses Seniorenssein! hinein dass ich manchmal frage was denkt Ihr denn eigentlich was wir im Kopf haben?

1198: das sind alles Menschen die fünfundsiebzig achtzig oder teilweise älter sind die ein Leben hinter sich haben die Kinder groß gezogen haben die gearbeitet haben die geistig fit waren die da waren und die Kapazitäten die sind auch nicht alle verloren das sind ja gesunde! Menschen eigentlich noch nur sie werden nicht mehr gefordert

1201: die Kinder gucken nicht mehr richtig nach ihnen, ja und dann rennen sie eben dahin und und und erhoffen sich vielleicht auch aus der Einsamkeit heraus und da find ich sehr schön wenn also ein Angebot da wäre das nicht so „kieplich“ wäre

1220: die Leute bekommen ja auch gar keine Anerkennung mehr für das was was ihr Leben war

1231: die einen reden dann wieder von der äh Kukident-Generation so herabwürdigend (...) ich zieh es mir nicht an! an aber ich müsste es mir ja anziehen und da fühl ich mich beleidigt

Negativ besetztes Thema	JA
Kein Bezug zum Thema	
Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	
Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	JA
Kritik am Umgang mit alten Menschen	
Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen	JA
Wunsch nach Anerkennung der Aufbauleistungen	
Kritik an Einsparungen bei der Rente	
Isolation von alten Menschen	JA

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige	JA
Mangelnde geistige Förderung/ Forderung	JA
Verschlossene Möglichkeiten für alte Menschen	
Potential von alten Menschen	JA
Alten Menschen als Konsumenten/ Wirtschaftsfaktor	
Fehlende Berücksichtigung der Interessen von alten Menschen bei gesellschaftlichen Einrichtungen	
Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen	
Negative Darstellung von Alter und Altenheimen in der Öffentlichkeit	

Herr D:

1672: vordergründig gesagt hätte ich ja nie gedacht dass das mich so betrifft

1684: man merkt! oder ich merke ich merke dass es also dieses Thema ähm, oder das macht mich sagen wir mal so äh nicht mehr so, sehr erstaunt in der Situation in der ich bin

1701: ich würde mit meinen neunundfünfzig würde eine Bewerbung schreiben da würden sie sich kaputt lachen

1693: das Thema, Alter wird ja immer vordergründiger 1703: es ist ja so dass dieser Jugend Jugendwahn! sag ich mal wenn Sie die die Zeitungs äh die Stellenangebote aufschlagen in der Zeitung oder fünfund- fünfund- fünfunddreißig Schluss das macht einem zu schaffen das macht der ganzen Gesellschaft zu schaffen meiner Ansicht nach dieses ich sag's jetzt mal so wie ich es kenne dass dieser dass dieser dass das das Alter immer wichtiger wird oder immer unwichtiger das heißt die Alten werden immer, werden schneller abgeschoben und das Alter also die Jugend wird immer wichtiger so sehe ich es vielleicht

1726: andererseits kann man aber wieder sagen die Alten sind heutzutage so fit wie nie haben so viel Geld wie nie können so viel reisen wie nie äh aber das sind auch immer nur so ähm Ausschnitte von manchem das sind so Ideal- Ideal- Idealfälle

Negativ besetztes Thema

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	JA
---	----

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	
---	--

Kritik am Umgang mit alten Menschen

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Wunsch nach Anerkennung der Aufbauleistungen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen	JA
------------------------------	----

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige	
-------------------------------------	--

Mangelnde geistige Förderung/ Forderung	
---	--

Verschlossene Möglichkeiten für alte Menschen JA  
 Potential von alten Menschen JA  
 Alten Menschen als Konsumenten/ Wirtschaftsfaktor  
 Fehlende Berücksichtigung der Interessen von alten Menschen bei gesellschaftlichen Einrichtungen  
 Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen  
 Negative Darstellung von Alter und Altenheimen in der Öffentlichkeit

Frau E:

631: ja also ich fühle jetzt fühle mich jetzt noch nicht so in keiner Weise diskriminiert weil ich jetzt schon älter bin, und auch wenn ich jetzt sagen wir mal wenn meine Tochter ihren Geburtstag feiert und da kommen ja auch viele junge Leute also es ist nicht so dass ich dann das Gefühl habe 'oh Gott Du bist ja hier so alt hier gehörst Du gar nicht mehr hin' also ich habe da noch keine negativen Erfahrungen gemacht

638: und es ist ja so dass jetzt, auch die Konsumbereitschaft der alten Menschen immer mehr jetzt in den Vordergrund kommt dass ich denke dass da doch noch einiges getan wird,

Negativ besetztes Thema

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren JA

Kritik am Umgang mit alten Menschen

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Wunsch nach Anerkennung der Aufbauleistungen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Mangelnde geistige Förderung/ Forderung

Verschlossene Möglichkeiten für alte Menschen

Potential von alten Menschen

Alten Menschen als Konsumenten/ Wirtschaftsfaktor JA

Fehlende Berücksichtigung der Interessen von alten Menschen bei gesellschaftlichen Einrichtungen

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen

Negative Darstellung von Alter und Altenheimen in der Öffentlichkeit

Herr F:

1809: mit der Öffentlichkeit, ja das sehe ich einfach so äh dass äh die älteren Menschen äh also eine einen erheblichen eine erhebliche Interessengruppe

darstellen für viele! viele Bereiche unseres Lebens einmal als Wirtschaftsfaktor sind sie ja schon wohl weitgehend mittlerweile bekannt das das das das ein enormer! Wirtschaftsfaktor ist denn weil die älteren Menschen sind im Besitz von viel viel Kapital

1823: aber ein weiterer Faktor ist dann halt diese Möglichkeit gesellschaftlich kulturell äh im Alter vieles ganz anders ausleben zu können als in jungen Jahren

1826: auch sportlich ist ein weiterer wichtiger Faktor äh der meines Erachtens nach weitgehend! nicht berücksichtigt wird das ist also äh gerade für Kultureinrichtungen für Sporteinrichtungen für, irgend welche sonstigen gesellschaftlichen Einrichtungen auch selbst zum Beispiel Volkshochschulen oder Universitäten bieten da nicht unbedingt jetzt äh äh altersgerechte Studienprogramme und Möglichkeiten an (...) und äh die älteren Menschen würden sich auch nicht dagegen sträuben wenn das mit Ge- mit erheblichen Gebühren verbunden wäre wenn sie zum Beispiel an Studiengängen teilnehmen könnten

1846: um die die Lebensqualität, älterer Menschen insbesondere zu verbessern und auch denen die Ängste zu nehmen wie ich das auch von mir persönlich ja so schildere, bin ich der Ansicht dass also insbesondere! äh reine Gesprächs- äh -therapien sowohl jetzt im im im allgemeinen medizinischen Bereich wie auch im psychologischen Bereich erheblich verbessert werden müssen

1854: also der ältere Mensch sucht meistens nicht mehr den Operateur sondern der ältere Mensch sucht den Gesprächspartner

1865: aber dafür braucht es bedarf es umfangreicher, Abklärungs- und Gesprächsmöglichkeiten also sowohl im medizinischen Bereich wie wie auf jeden Fall! ergänzend und weiter ausgebaut im psychologischen Bereich ne

1875: das ist alles! ist auf junge Leute ausgerichtet (in der Psychologie und in der Schulmedizin) 1884: aber da müsste dann halt von Seiten des Gesetzgebers vielleicht auch, und seitens anderer Organisationen äh müsste das halt äh optimaler ausgelegt werden besser ausgelegt werden

1935: ich finde äh so etwas wie Sie das hier betreiben äh sehr gut und nützlich obwohl ich weiß dass viele ältere Menschen dafür nicht zugänglich sind aber das mögen äh auch, vielleicht Komplexe sein an diese Sache heran zu gehen äh aber der Bedarf ist meines Erachtens nach auf jeden Fall da man hört das überall äh und äh es müsste auch vielleicht ein bisschen mehr publik gemacht werden

Negativ besetztes Thema  
Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren  
 Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren  
 Kritik am Umgang mit alten Menschen  
 Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen  
 Wunsch nach Anerkennung der Aufbauleistungen  
 Kritik an Einsparungen bei der Rente  
 Isolation von alten Menschen  
 Mangelnde Fürsorge durch Angehörige  
 Mangelnde geistige Förderung/ Forderung  
 Verschlussene Möglichkeiten für alte Menschen  
 Potential von alten Menschen  
 Alten Menschen als Konsumenten/ Wirtschaftsfaktor JA  
 Fehlende Berücksichtigung der Interessen von alten Menschen bei gesellschaftlichen  
 Einrichtungen JA  
 Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von  
 alten Menschen JA  
 Negative Darstellung von Alter und Altenheimen in der Öffentlichkeit

Frau G:

Frau I:

737: ha manchmal guck ich da gar nicht hin also das ist manchmal

744: ja viel ist doch negativ also äh dargestellt also, auch was Altenheime und so  
 was anbetrifft das das ist ja nun also fast beängstigend

Negativ besetztes Thema JA  
 Kein Bezug zum Thema  
 Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren  
 Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren  
 Kritik am Umgang mit alten Menschen  
 Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen  
 Wunsch nach Anerkennung der Aufbauleistungen  
 Kritik an Einsparungen bei der Rente  
 Isolation von alten Menschen  
 Mangelnde Fürsorge durch Angehörige  
 Mangelnde geistige Förderung/ Forderung  
 Verschlussene Möglichkeiten für alte Menschen  
 Potential von alten Menschen  
 Alten Menschen als Konsumenten/ Wirtschaftsfaktor  
 Fehlende Berücksichtigung der Interessen von alten Menschen bei gesellschaftlichen  
 Einrichtungen  
 Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von  
 alten Menschen  
 Negative Darstellung von Alter und Altenheimen in der Öffentlichkeit JA

Herr J:

1976: viel viel mehr als früher natürlich weil früher habe ich das ja weg geschoben weil es berührte mich ja auch gar nicht warum auch? da waren auch noch ich weiß nicht wie viele Jahre dazwischen

1983: heute äh zwangsläufig als Rentner und eben auch, mit Altersproblemen auch äh konfrontiert äh, nimmt man das liest man eben auch schon mal was äh wo ich früher einfach darüber hinweg gegangen wäre und wo ich auch sagen muss, es belastet ist vielleicht ein bisschen zu viel aber es regt mich schon auf und und bevor ich mich dann aufrege sag ich dann äh 'das lese ich überhaupt nicht durch ändere ich sowieso nicht'

Negativ besetztes Thema

JA

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Kritik am Umgang mit alten Menschen

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Wunsch nach Anerkennung der Aufbauleistungen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Mangelnde geistige Förderung/ Forderung

Verschlossene Möglichkeiten für alte Menschen

Potential von alten Menschen

Alten Menschen als Konsumenten/ Wirtschaftsfaktor

Fehlende Berücksichtigung der Interessen von alten Menschen bei gesellschaftlichen Einrichtungen

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen

Negative Darstellung von Alter und Altenheimen in der Öffentlichkeit

## D. Therapeuten

### 45. Äußerungen über die Therapeuten

Frau A:

607: ich fand sie also sehr gut sonst würd ich ja nicht die Gruppe sagen ich würde weiter machen, also beide sehr gut

614: also ich fand das also schon sehr gut wie sie's gemacht haben

637: sie waren beide sehr gut auf ihre Art, jeder ein bisschen anders

Lob für Frau Dr. Bergstein JA

Lob für Herrn Dr. Stratkötter JA

Gutes Verhältnis zu den Therapeuten

Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten

Sich verstanden fühlen

Hilfreiche Gespräche

Hilfreiche Ratschläge

Hilfreiches Rollenspiel

Kritik: zu viel Zeit vertan

Herr B:

150: die haben mir also beide sehr geholfen dabei (beim Arbeitsprozess)

Lob für Frau Dr. Bergstein JA

Lob für Herrn Dr. Stratkötter JA

Gutes Verhältnis zu den Therapeuten

Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten

Sich verstanden fühlen

Hilfreiche Gespräche

Hilfreiche Ratschläge

Hilfreiches Rollenspiel

Kritik: zu viel Zeit vertan

Frau C:

749: beim ersten Gespräch hatte ich ja gesagt dass ich mit der Frau Doktor Bergstein nicht so ganz zurecht kam und das hat sich sehr sehr viel gebessert

798: die beiden Ärzte wollten ja auch dass die äh die jetzt da waren mit ihrer Problematik ob das Krankheit ist oder sonstige Dinge äh dass die ein bisschen aus sich rauskamen

823: die beiden Ärzte, das kann ich sehr sehr gut verstehen die gehen ja ganz vorsichtig damit um (mit dem Fordern der Ungeübten) das muss ja auch sein



976: ich denke äh die Frau Doktor Bergstein die hat mich also dann schon aufrichtiger gesehen

988: wir hatten eine wunderschöne Stunde für mich äh wo sie (Frau Doktor Bergstein) mich fragte wie ich mich denn sehe ja und da habe ich gesagt ja ich sehe mich also nicht so sehr positiv ne und dann hat sie da eine Lobeshymne über mich geschüttet (Lachen) wo ich sehr! sehr erstaunt war und wie ich wirke wie ich auftrete wie wie ich rede sagt sie also es ist äh und ja ich sag aber ich mein das hat mir auch sehr geholfen und hat mit Sicherheit auch sehr nachdenkenswert mich gemacht äh dass ich sage 'guck mal Du siehst Dich so klein und hilflos und manchmal und und so und so ja, und da sehen Dich die anderen ganz anders' und das ist ja auch meine meine Schwierigkeit dann manchmal draußen ne die sehen mich ja wie ich, vielleicht bin denn das muss ja irgendwo auch herkommen dass ich so wirke aber im Grund meines Herzens bin ich eben nicht so

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herrn Dr. Stratkötter	
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten	JA
Sich verstanden fühlen	JA
Hilfreiche Gespräche	JA
Hilfreiche Ratschläge	
Hilfreiches Rollenspiel	
Kritik: zu viel Zeit vertan	

Herr D:

1275: nein! an der Leitung auf keinen Fall (Verantwortung für zu wenig Veränderung)

1528: sehr gut also die Frau Doktor Bergstein kannte ich ja nun von von früher schon (...) von der Tagesklinik aber da war sie nie meine, direkte Ansprechpartnerin (Räuspern) sondern nur mal vertretungsweise aber sie war ja immer präsent

1535: der Doktor Stratkötter äh auch, kenne kenne ich ja auch schon länger der hat mit mir damals dieses Aufnahmegespräch geführt

1540: manchmal waren sie zu zweit manchmal eben nur einer je nach Urlaubssituation, öder äh äh anderen anfallenden Sachen und das ging also reibungslos

1545: sehr! äh ich würde sagen sehr (p:00:00:05) gesch- gelöst und trotzdem respektvoll, also ich hab da ja immer, sehr, äh immer sehr äh ein sehr, gutes Verhältnis (Frage nach der Beziehung zu den Therapeuten)

1549: ich schätze das auch, weil wie äh die Experten äh dann dieser, diese Blickrichtung äh aufbauen können die man dann vielleicht gar nicht hat die dann sagen 'könnte das nicht sein, dass!?' 'oder verstehen Sie das etwa so!?'

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herrn Dr. Stratkötter	JA
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten	
Sich verstanden fühlen	
Hilfreiche Gespräche	JA
Hilfreiche Ratschläge	
Hilfreiches Rollenspiel	
Kritik: zu viel Zeit vertan	

Frau E:

480: ja ich fand die Frau Doktor Bergstein, ganz toll und auch, Herr wie heißt er noch mal? (...) und auch Herrn Stratkötter auch, ich fand das schon also wie die die Gruppe geleitet haben fand ich schon in Ordnung

486: (p:00:00:05) ähm wie sie ja in der Lage waren so aus manchen noch was rauszuholen (...) ja auch aus mir

493: also der Herr Stratkötter der hatte mal ein, so ein Spiel gemacht das weiß ich nicht mehr wie das so zusammen hing, und zwar wen man gut leiden kann und wen man nicht so gut leiden kann dem sollte man dann die Hand auf die Schulter legen und eine, Kursteilnehmerin also die hatte so ein lautes Wesen, und also das war auch wieder so ein Gefühl, sie sah mich nicht das war so mein Gefühl und als es dann hieß dann wen man jetzt nicht so gut leiden kann dann habe ich dann meine Hand auf ihre Schulter gelegt, und dann hatten wir so ein kleines Rollenspiel, und da habe ich festgestellt dass die andere das ganz anders gesehen hat als ich, und seitdem haben wir uns eigentlich gut verstanden (...) dann haben wir uns schon mal unterhalten und so, das fand ich auch eigentlich sehr positiv\_

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herrn Dr. Stratkötter	JA
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten	
Sich verstanden fühlen	
Hilfreiche Gespräche	
Hilfreiche Ratschläge	
Hilfreiches Rollenspiel	JA
Kritik: zu viel Zeit vertan	

Herr F:

1352: und äh also beiden beiden Therapeuten kann ich an und für sich ein gutes Zeugnis ausstellen äh die haben sich meines Erachtens nach weil ich ja schon ein bisschen Vorkenntnisse hatte haben die sich also äh sachlich äh als Therapeuten äh sehr gut und sehr richtig verhalten, das war äh eben halt immer dieses dieses begleitende! ne nicht dieses dieses überstehende sondern dieses begleitende! Verhalten das war äh meines Erachtens nach sehr gut

1393: grundsätzlich waren also diese Therapeuten insgesamt während der gesamten Therapie über die zwei Jahre äh meines Erachtens nach also hervorragende äh Leiter der Gruppe, und Begleiter Begleiter ist vielleicht das richtigere Wort der Gruppe

Lob für Frau Dr. Bergstein

JA

Lob für Herrn Dr. Stratkötter

JA

Gutes Verhältnis zu den Therapeuten

Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten

Sich verstanden fühlen

Hilfreiche Gespräche

Hilfreiche Ratschläge

Hilfreiches Rollenspiel

Kritik: zu viel Zeit vertan

Frau G:

1309: mh (Pause: 00:00:06) ja ähm das kann kann man so nicht sagen Sie waren bestimmt nicht schlecht nur wie wie ich schon eben sagte man hat vielleicht zu viel Zeit vertan um die Gruppe vielleicht auch dahin zu bringen wo man sie vielleicht gerne gehabt hätte

1315: ja ich meine ich weiß jetzt nicht welche Rolle äh die beiden gespielt haben oder spielen sollten

1318: aber ich denke mal ja wir waren ja quasi die die Akteure ne oder das war sicherlich so gemeint aber, es ist ist so schwierig zu sagen also jetzt nichts gegen gegen die beiden (...) sie hat nur wenn sie dann gemerkt hat dass wir eben lange da saßen und und nichts sagten das war dann immer so am Anfang der Stunde dann hat sie schon was gesagt oder ich ich weiß nicht ich denke es hat halt was mit der Zusammensetzung der Gruppe zu tun gehabt

Lob für Frau Dr. Bergstein

Lob für Herrn Dr. Stratkötter

Gutes Verhältnis zu den Therapeuten

Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten

Sich verstanden fühlen  
Hilfreiche Gespräche  
Hilfreiche Ratschläge  
Hilfreiches Rollenspiel  
Kritik: zu viel Zeit vertan

JA

Frau I:

487: ja mit Frau Doktor Bergstein also das war immer sehr äh, ja hilfreich einfach äh sie hat ja was sie mir sagte war immer genau! auf den Punkt und es war natürlich auch für mich manchmal äh äh es war dann manchmal unangenehm es war schmerzlich es war äh ich fühlte mich äh, ja schon wieder erkannt, oder es passiert schon wieder mh aber sie hat mich nie! so in in eine Situation gebracht wo wo sie wo ich mich so klein gemacht bewusst klein gemacht fühlte

498: sie hat einfach mich verstanden und das war, das war ganz ganz großartig

589: und äh Herr Doktor Stratkötter der auch manchmal die Gruppe allein geführt hat äh der hat das dann wenn er das allein machte dann hat er das gemacht mit so mit einem Wort 'na was haben Sie heute mitgebracht' (...) es war ein! Wort und das genügte dann

Lob für Frau Dr. Bergstein

JA

Lob für Herrn Dr. Stratkötter

JA

Gutes Verhältnis zu den Therapeuten

Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten

Sich verstanden fühlen

JA

Hilfreiche Gespräche

JA

Hilfreiche Ratschläge

Hilfreiches Rollenspiel

Kritik: zu viel Zeit vertan

Herr J:

584: und ich hatte, auch so habe ich gedacht äh äh ein sehr gutes Verhältnis also sie (Frau Dr. Bergstein) hat ist sehr gut auf meine Dinge eingegangen und ich war der Überzeugung dass sie mir auch, sehr viel gegeben hat da

1600: weil ich denke das hilft mir schon sehr (Gespräche mit Frau Dr. Bergstein) ja weil sie mich auch kennt und sie kennt ja nun sie kennt ja die ganzen Storys und ich war auch mal mit meiner Frau hier und ich höre immer ihren Satz 'Ihre Frau ist eine ganz starke Frau' sagt sie mir das höre ich die ganze Zeit (unterdrücktes Lachen) sie hat gesagt 'sie ist ganz stark lass sie lieber, lass sie lieber machen kümmerge Dich nicht drum reg Dich nicht auf ne lass sie es so machen wie sie es macht ne'

1773: äh Frau Doktor Bergstein kannte ich sie macht das macht das ja, sowieso sehr souverän und ich ja von ihr war ich einfach begeistert und ich weiß auch dass dass, äh andere Kursteilnehmer wie gesagt noch mal zurückgehend auf die Tagesklinik auch eigentlich sehr begeistert von ihr waren, sie war für mich eine Ansprechpartnerin äh der ich auch absolut alles sagen konnte

1783: und äh, ja weiß nicht, Mutter- Mutter- äh (Lachen) äh wie sagt man äh? (Übertragung) das das war sicherlich nicht aber äh sie hat ja äh selbst Familie und Kinder und und ich hatte das Gefühl die Problematik die ich ihr gegeben habe, oder die ich für mich erkannt hatte oder nicht wusste, ob ob es relevant war dass diese Dinge bei ihr gut aufgehoben waren

1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte der mir dann auch geholfen hat ne die Dinge anzugehen anders anzugehen, wie 'lassen Sie doch Ihre Frau schlafen' so

1798: hatte ich ja wenig zu tun (mit dem Therapeuten der Gruppe) (...) ja ja der saß im Prinzip ja mehr, mehr dabei und hat vielleicht nicht so viel gesagt ich sag ich mal wenn er angesprochen wurde oder die Frau Bergstein hat sich zurück genommen und er hat das dann ein bisschen gemacht

1804: aber da hab ich genauso keine Probleme gehabt nur (Husten) den hatte ich hatte ich dann auch (...) wie heißt er? Strotkötter? (...) Stratkötter ja äh ne äh da eigentlich habe ich auch keine Probleme mit gehabt, er hat nur ein bisschen provokativer gefragt

1828: Herrn Stratkötter kannte ich vorher nicht

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herr Dr. Stratkötter	
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	JA
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten	
Sich verstanden fühlen	JA
Hilfreiche Gespräche	JA
Hilfreiche Ratschläge	JA
Hilfreiches Rollenspiel	
Kritik: zu viel Zeit vertan	

## 46. Wünsche an die Therapeuten

Frau A:

617: das einzige was ich sag vielleicht am Anfang wenn man gemerkt hat dass wer so schwerfällig war und sich nicht geöffnet haben

620: vielleicht hätte man uns nen Stups geben können (beim schwerfälligen Anfang) aber sie sagten dass wär nicht ihre Sache dass wäre unsere Sache zu reden

624: das hätte ich mir gewünscht

626: ich mein man geht ja dahin ganz blauäugig das ist der Arzt das ist der Patient und dann hilft der

635: man bekommt also kein Rezept

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt JA

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt JA

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut mehr fordert

Wunsch, dass der Therapeut „Beschwerdebilder“ erläutert

Wunsch, dass der Therapeut Psychisches auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten

Herr B:

932: ja! (Wunsch nach aktiveren Therapeuten) ich glaube der Wunsch war vielleicht da äh äh dass man therapeutisch, oder man hat vielleicht gehofft dass einem geholfen wird oder dass dass man äh, was aber glaube ich nicht üblich ist im nachhinein äh dass man Tipps mit auf dem Weg bekommt

937: konkrete Sachen+ ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten gehe und der verschreibt mir Tabletten aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

948: ja eine beruhigende Empfehlung so zusagen 'hören Sie mal jetzt machen Sie das mal ruhiger und gehen das mal alles ruhiger an und, mit dem Arbeitsprozess äh das das müssen Sie sich mal eben mit beschäftigen und dann wird das auch gut gehen und so' also also diese, ich weiß nicht wie ich das nennen soll jetzt in irgendeiner so wie die Mutter ein Kind tröstet jetzt ne? (leises Lachen)

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt JA

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet JA

Wunsch, dass der Therapeut mehr fordert

Wunsch, dass der Therapeut „Beschwerdebilder“ erläutert  
Wunsch, dass der Therapeut Psychisches auch als organisch bedingt akzeptiert  
Keine Wünsche an die Therapeuten

Frau C:

821: ich finde das Fordern sehr wichtig und äh die beiden Ärzte, das kann ich sehr  
sehr gut verstehen die gehen ja ganz vorsichtig damit um das muss ja auch sein

951: wir haben das auch der Frau Doktor Bergstein und Doktor Stratkötter gesagt  
(...) wir wollen also auch ein bisschen härter angefasst werden von den Ärzten also  
dass die mal so ein bisschen ne sagen so also 'Kinder Ihr sitzt hier äh nicht zum  
Kaffee zu trinken äh sondern auch ein bisschen äh zu arbeiten'

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt JA

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut mehr fordert JA

Wunsch, dass der Therapeut „Beschwerdebilder“ erläutert

Wunsch, dass der Therapeut Psychisches auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten

Frau E:

509: es wurde mal in der Gruppe bemängelt also dass die Therapeuten, nicht so  
den Anfang gemacht haben wenn da so eine Stille war und, das wurde mal  
bemängelt, aber man weiß ja dass die dafür nicht da sind dafür nicht da sind für  
diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gesessen  
und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann  
dann doch jemand was rausgebracht hat

516: ja ja (das war manchmal ein bisschen schwierig für sie)

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt JA

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut mehr fordert

Wunsch, dass der Therapeut „Beschwerdebilder“ erläutert

Wunsch, dass der Therapeut Psychisches auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten

Herr F:

1360: es hätte manchmal etwas mehr äh gesteuert werden können äh es war  
manchmal etwas zu fein 1362: in Bezug auf auf ne gewisse äh Thematik und auch!  
auf gewisse Analyse vielleicht ne

1375: dass da auch äh gewisse organische Dinge eine Rolle spielen können wie Durchblutungsstörungen und so weiter ne und äh da! wäre es vielleicht meines Erachtens! nach noch mal ein bisschen besser gewesen wenn man da innerhalb der Gruppe zumindest so diese Beschwerdebilder etwas mehr klassifizieren würde wo man die aber auch! zuordnen könnte

1383: ich meine jetzt so in meinem Fall! wo ich äh so diese diese morgens zum Beispiel diesen Schwindel so habe, und diese Benommenheit habe, dass man da vielleicht auch mehr akzeptiert hätte oder gesagt hätte dass das auch organisch bedingt sein kann dass das zum Beispiel neurologisch oder auch jetzt kardiologisch bedingt sein könnte ne äh also dass ist das was ich so ein bisschen vermisste

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt JA

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut mehr fordert

Wunsch, dass der Therapeut „Beschwerdebilder“ erläutert JA

Wunsch, dass der Therapeut Psychisches auch als organisch bedingt akzeptiert JA

Keine Wünsche an die Therapeuten

Frau G:

1252: dann hat die Dame dann zum Glück dann auch gesagt zu Frau Doktor Bergstein ob sie denn nicht von sich aus auch mal so, uns vielleicht auch mal ein bisschen so uns dahin bringen könnte so im Gespräch oder oder vielleicht mal nachhakt ja?

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt JA

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut mehr fordert

Wunsch, dass der Therapeut „Beschwerdebilder“ erläutert

Wunsch, dass der Therapeut Psychisches auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten

Frau I:

575: also das hätte ich mir also ne Hilfe gewünscht (bei dem Schweigen am Anfang)

588: aber äh manchmal habe ich gedacht ja es wäre hilfreich so ein Wort so

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt JA

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut mehr fordert

Wunsch, dass der Therapeut „Beschwerdebilder“ erläutert



Wunsch, dass der Therapeut Psychisches auch als organisch bedingt akzeptiert  
Keine Wünsche an die Therapeuten

Herr J:

1824: ne eigentlich nicht (Frage, ob er sich etwas anders gewünscht hätte)

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut mehr fordert

Wunsch, dass der Therapeut „Beschwerdebilder“ erläutert

Wunsch, dass der Therapeut Psychisches auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten JA

## **12. Anhang 2**

### **12.4 Endgültiges Kategoriensystem** (230 Seiten)

## Kategoriensystem

A. Patienten.....	3
1. Krankheit und körperlicher Gesundheitszustand.....	3
2. Umgang mit körperlichen Veränderungen und Rückschritten.....	7
3. Psychischer Gesundheitszustand und Psychosomatik.....	12
4. Aktuelle Befindlichkeit.....	29
5. Altern.....	34
6. Körperaspekte.....	44
7. Sexualität.....	46
8. Zeit.....	49
9. Ängste.....	52
10. Äußerungen der Resignation.....	59
11. Zukunftsvorstellungen.....	66
12. Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit.....	70
13. Alltagsgestaltung.....	74
14. Interessen und Hobbys.....	78
15. Selbst gewählte Aufgaben.....	84
16. Biographischer Hintergrund.....	89
17a. Beziehungen: Partnerschaft.....	96
17b. Beziehungen: Partnerschaft.....	100
18. Beziehungen: Kinder.....	107
19. Beziehungen: Freundes- und Bekanntenkreis.....	113
20. Umgang mit Konflikten.....	117
21. Einsamkeit.....	129
22. Selbstaspekte.....	135
23. Wahrnehmen von Gefühlen.....	151
24. Druck.....	156
25. Negative Gedanken.....	162
C. Gruppe.....	166
26. Die Gruppe.....	166
27. Die anderen Gruppenmitglieder.....	173
28. Position und Rolle in der Gruppe.....	178
29. Nähe und Distanz.....	181
30. Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen.....	183
31. Schweigen und Reden.....	185
32. Oberfläche und Tiefe.....	188
33. Konflikte in der Gruppe.....	190
34. Thema Alter in der Gruppe.....	195
35. Thema Alter und Öffentlichkeit.....	198
D. Therapie.....	204
36. Erwartungen an und Vorstellungen über die Therapie.....	204
37. Sich-öffnen können / Sich-öffnen lernen.....	207
38. Äußerungen über die Therapeuten.....	211
39. Wünsche an die Therapeuten.....	217

40. Fortschritte und Nutzen aus der Therapie.....	220
41. Wunsch nach Fortsetzung einer Therapie.....	226

## A. Patienten

### 1. Krankheit und körperlicher Gesundheitszustand

Frau A:

12: ich hab mit'm Herzen Probleme

14: ich hab auch wieder äh also Krebs, wieder Metastasen, bin wieder mitten in der Chemo

17: und hinterher soll ich Bestrahlung bekommen

135: fühl ich mich sehr gut aufgehoben (im Krankenhaus in Gerresheim)

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz JA

Krebs JA

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung JA

Herr B:

12: also vom körperlichen her äh geht's mir relativ gut, Gott sei Dank kann mich also noch bewegen fahr Fahrrad spiel mach andere Sportarten noch

guter Gesundheitszustand JA

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Frau C:

388: nein nein (keine gesundheitlichen Auswirkungen)

guter Gesundheitszustand JA

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Herr D:

106: drei! Polypen die weggenommen worden aber die waren gutartig

430: also körperlich nicht (Frage nach körperlichen Beschwerden)

guter Gesundheitszustand JA

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen JA

Vertrauen in medizinische Versorgung

Frau E:

115: meine Hüfte ist ja nicht so gut

595: mit der Hüfte die Ärzte sagen so schlimm ist das gar nicht mit meine Hüfte auf dem Röntgenbild so schlimm sieht das nicht aus aber wenn ich eine Stunde ein einhalb Stunden gelaufen bin dann kann ich mich in die Ecke werfen oder mit dem Fahrrad fahre auch ne Stunde und wenn es dann so leicht bergauf geht dann kann ich mich auch nicht mehr bewegen

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme JA

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Herr F:

328: nein ich hab sonst sonst keinerlei körperliche Beschwerden

319: hab ich also eigentlich keine äh körperlichen Beschwerden so jetzt ne das das ist aktuell nicht mehr der Fall das war der Fall kurz nach der Operation und und nahm dann sukzessive ab

15: und zwar bin ich also jetzt äh im vergangenen Jahr am koronaren an einer koronaren Krankheit operiert worden (...) und äh das hat mich dann natürlich anschließend wiederum beschäftigt auch von der Psyche her belastet

31: meine Ärzte! ich habe dann also auch zwei unterschiedliche konsultiert die waren auch unterschiedlicher Auffassung ob äh eine Operation überhaupt äh

erforderlich ist 39: dass ich also Bypässe bekommen habe (...) im letzten Jahr im August

45: danach äh haben mich natürlich dann einmal überhaupt Zweifel geplagt ob die Operation richtig war 29: ich hatte im Grunde keinerlei äh Risikofaktoren 223: ich hatte im Grunde überhaupt keinerlei Beschwerden

47: zum anderen hat das natürlich auch anfangs allerhand äh Störungen und Erscheinungen nach sich gezogen rein postoperativ wie zum Beispiel äh habe ich also Atembeschwerden gehabt mit der Lunge habe ich äh Probleme gehabt ich hatte also Wasser in der Lunge nach der Operation dann ähm, na ja gewisse Schwindelerscheinungen äh dann habe ich einen furchtbaren Husten gehabt 59: die Lunge ist wieder okay die Atmungsverhältnisse sind wieder (...) in Ordnung!

87: die Operation als solche machte mich zunächst zum kranken Mann 94: dann dann erscheinen sie plötzlich als als sehr! schwer kranker Mann

319: hab ich also eigentlich keine äh körperlichen Beschwerden so jetzt

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

JA

Krebs

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Frau G:

523: ich hatte zwar so ein paar Eingriffe jetzt im Knie (Operation am Innenmeniskus)

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme

JA

Magen-Darm-Erkrankungen

Vertrauen in medizinische Versorgung

Frau I:

31: die ist ja auch abgenutzt die Wirbelsäule, an verschiedenen, Wirbeln

guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

Krebs

Orthopädische Probleme  
 Magen-Darm-Erkrankungen  
 Vertrauen in medizinische Versorgung

JA

Herr J:

460: die Symptomatik ist zum Beispiel eine eine Sache aus der näheren Vergangenheit äh ich hatte vor, ungefähr zwei Jahren einen Darmverschluss gehabt was ich vorher nicht wusste ich hatte wahnsinnige Krämpfe

505: ich bin dann ganz kurz so eben! noch vor von der von der Operation weg gekommen

630: und jetzt habe ich wohl Gallensteine

645: ich habe auch schon Magenspiegelung da habe ich mir heute noch mal den Bericht geben lassen äh der ist, sechs der ist ein Jahr her erst und eine Darmspiegelung habe ich vor drei Jahren die letzte gemacht

661: da ist eine Reflux-Geschichte! diagnostiziert worden

874: habe ich seit zwei Wochen seit zwei Jahren äh Hautkrebs

879: ich habe schon, ein paar Melanome gehabt und äh die man dann immer rechtzeitig gesehen hat und geschnitten hat  
 guter Gesundheitszustand

Erkrankungen:

Herz

Krebs

JA

Orthopädische Probleme

Magen-Darm-Erkrankungen

JA

Vertrauen in medizinische Versorgung

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
guter Gesundheitszustand		JA	JA	JA		JA			
Erkrankungen:									
Herz	JA					JA			
Krebs	JA								JA
Orthopädische Probleme					JA		JA	JA	
Magen-Darm-Erkrankungen				JA					JA



## 2. Umgang mit körperlichen Veränderungen und Rückschritten

Frau A:

36: was heißt geändert? also ich hab, mein, wenn dann wieder Metastasen auftreten ist das schon ne Änderung ne schwerwiegende und was bei dem Herzen halt ist da bin ich noch nicht fertig mit der Untersuchung

116: ich handarbeite also viel, weil weil ich kann körperlich durch mein Herz darf ich nicht so viel tun

332: es ist halt so (körperlicher Verfall im Alter)

345: man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön wofür? (lachen)

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen

Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen JA

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen JA

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen JA

Herr B:

510: ne nichts das war alles bis jetzt, war alles bis jetzt so in Ordnung also wenn es so bleibt für ein paar Jahre

204: ja (zögerlich) ein klein wenig kann man das auch sagen ja (Nachlassen der Leistungsfähigkeit) es fehlt das merke ich auch es fehlt so ein bisschen äh manchmal die Lust irgendwas zu machen

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen

Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen JA

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen JA

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

Frau C:

Herr D:

135: früher bin ich äh bin ich sehr, aktiv gewesen, aber! es war ja so dass ich dann aufgrund meiner Erkrankung dann ja immer so in die Lethargie fiel

764: dann ist das natürlich so, dass man wenn man körperlich nicht mehr so fit ist sagen wir mal nicht mehr soviel Kondition hat dann macht man auch weniger, so das heißt ich gehe ich ich verabrede mich (Lautes Husten) zum Golfspiel und spiele nicht mehr mein achtzehntes Loch in vier Stunden sondern nur noch neun!

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen JA

Lethargie wird angesprochen JA

Gymnastik/Sport wird angesprochen JA

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen JA

Frau E:

523: ja also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn, aber eigentlich belastet mich das nicht so sonderlich

626: dass man eben mit diesen Einschränkungen auch gut leben kann dass man sich da nicht verrückt machen sollte

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen JA

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen JA

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen JA

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Selbstbewusstsein wird angesprochen

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

Herr F:

87: die Operation als solche machte mich zunächst zum kranken Mann

105: so habe ich das dann auch mir nach und nach auch zu eigen gemacht diese Einstellung dazu und, mit zunehmender Verbesserung insgesamt auch wieder mit zunehmender Leistungsfähigkeit ist das für mich, dann alles auch wieder besser geworden so dass ich äh auch von der Psyche her wieder erheblich stabilisiert bin

558: dass ich zunehmende Leistungsfähigkeit erkenne zunehmend und äh dass die Beschwerden abgenommen! haben und das hat natürlich bei mir äh mein mein Bewusstsein mein Selbstbewusstsein auch jetzt endlich äh wieder erheblich gestärkt

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen JA

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen

Lethargie wird angesprochen

Gymnastik/Sport wird angesprochen

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen JA

Selbstbewusstsein wird angesprochen JA

positive Grundeinstellung

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

Frau G:

564: ich denk mal sonst geht es mir schon so einigermaßen ich sag mal

Rückenschmerzen Sie kennen das so alte\_Frauen\_Leiden

570: jo ich sehe das nicht so also es ist ja nichts Gravierendes ja ich bin ja jetzt nicht irgendwie sterbenskrank! ja ich meine dass ich jetzt den Tod! vor Augen hätte (Lachen) also irgendwas von der schlimmen Botschaft also wenn jetzt die Knie verschlissen sind oder ja das ist ja ganz normal sag ich mal im gewissen Alter sag ich mal ne

1396: und da ist es so schon ganz gut und man muss man muss sich eben engagieren und man muss sich halt sagen dass man eben nicht mehr so jung ist und ja das ist eben so so das Leben das ist der Lebenslauf ne ich vergleiche das immer so mit meiner Mutter was die schon alles in diesem so in meinem Alter jetzt was die schon alles nicht mehr konnte und äh da bin ich doch im Grunde genommen noch ganz gut dabei

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen JA

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen	JA
Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen	
Lethargie wird angesprochen	
Gymnastik/Sport wird angesprochen	
allgemeine Einschränkungen wird angesprochen	
wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen	
Selbstbewusstsein wird angesprochen	
positive Grundeinstellung	JA
Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen	JA

Frau I:

116: die Gesundheit das ist das war halt also da bin ich zufrieden

359: ich komme jetzt ganz gut damit aus ja ja es gab schon schlimmere Zeiten wo ich also wirklich äh das als sehr beschwerlich alles betrachtet hab diese diese körperlichen Beschwerden die die auftreten wenn man älter ist (...) ja ja die Einschränkungen aber das äh ne das hab ich irgendwie ja ich hab's einfach, es ist für mich in Ordnung so wie es ist

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen

körperlicher Verfall wird angesprochen

Akzeptanz der körperlichen Veränderungen	JA
--	----

Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen	
---	--

Lethargie wird angesprochen	
-----------------------------	--

Gymnastik/Sport wird angesprochen	
-----------------------------------	--

allgemeine Einschränkungen wird angesprochen	JA
--	----

wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen	
--	--

Selbstbewusstsein wird angesprochen	
-------------------------------------	--

positive Grundeinstellung	
---------------------------	--

Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen	
--	--

Herr J:

525: auch da denke ich nun sehr, negativ (bezogen auf Erkrankungen) und jetzt in der jüngsten Vergangenheit die letzten Monate wieder verstärkt

893: ja früher ich habe sechzig Jahre keinen Arzt gekannt und dann seit dem prasselt es nur so auf mich nieder

903: dann kommt wieder ein Pflaster drauf und muss heilen dann kann ich wieder nichts anderes machen dann kann ich zum Beispiel wieder häufig kein Tennis spielen je nachdem wo es ist, Golf spielen eben auch nicht

1245: und dann kommt vielleicht auch schon ein bisschen wieder der Hintergedanke 'Mensch jetzt tut es hier weh jetzt hast Du was an der Schulter der Rücken und hier wirst Du geschnitten, bald geht das nicht mehr so'

1302: das weiß man ja nie also Krankheit ist was was ich (...) mh mh ja das wäre gut wenn ich das verdrängen könnte

Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen JA  
 körperlicher Verfall wird angesprochen JA  
 Akzeptanz der körperlichen Veränderungen  
 Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen  
 Lethargie wird angesprochen  
 Gymnastik/Sport wird angesprochen JA  
 allgemeine Einschränkungen wird angesprochen JA  
 wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen  
 Selbstbewusstsein wird angesprochen  
 positive Grundeinstellung  
 Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Zusammenhang zwischen körperlichen Veränderungen und psychischen Beschwerden wird angesprochen						JA			
körperlicher Verfall wird angesprochen	JA						JA		JA
Akzeptanz der körperlichen Veränderungen	JA	JA			JA		JA	JA	
Nachlassen der Leistungsfähigkeit wird angesprochen		JA		JA					
Antriebslosigkeit wird angesprochen				JA					
Gymnastik/Sport wird angesprochen				JA	JA				JA
allgemeine Einschränkungen wird angesprochen					JA		JA	JA	JA
wieder zunehmende Leistungsfähigkeit wird angesprochen						JA			
Selbstbewusstsein durch körperlichen Bezug						JA			
Anpassen des Verhaltens an körperliche Veränderungen	JA			JA		JA			

### 3. Psychischer Gesundheitszustand und Psychosomatik

Frau A:

25: das waren die gleichen (die ursprünglichen Probleme) 29: das war bedingt durch meine Krankheit und an für sich dann auch also, private Probleme, dass man alleine ist, so das, das spielte auch eine Rolle

Innere Unruhe wird angesprochen

Antriebslosigkeit wird angesprochen

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen

Depression wird angesprochen

Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen

Labilität wird angesprochen

Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen

Überlastung wird angesprochen

Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen

Psychosomatische Symptome:

Schwindel

Kopfschmerz

Bewusstlosigkeit

Hyperventilation

Luftnot

Zittern

Taubheitsgefühle

Verspannungen

Übelkeit

Aufstoßen

Herzbeschwerden

Schweißausbrüche

Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit

Mutterbedingt

Berentung

Krankheit

JA

Älterwerden

Alleinsein

JA

Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik

Verschlechterung der Symptomatik

Herr B:

15: von der Psyche her äh geht`s das schwankt das ist mal so und mal so das sind weil ich so verschiedene, Probleme habe (...) ich bin habe den Eindruck dass ich vergesslicher geworden bin, das macht mir sehr zu schaffen

52: das ist meines! Erachtens eine innere Unruhe ist das ja ne innere Unruhe ist das

123: ja (bezogen auf innere Unruhe) und das ist auch äh vermute ich mal weshalb ich überhaupt äh in die Situation jetzt überhaupt in die Psychosomatik gekommen bin dass ich dadurch auch Schlafstörungen hatte

127: damit fing das ja alles an (Schlafstörungen) 129: die Schlafstörungen haben äh nachgelassen

136: nachdem dies da äh in Grafenberg zu Ende war bin ich noch weiter in psychiatrische Behandlung gewesen

294: das ist so geblieben, wie gesagt! diese Antriebslosigkeit kommt eben daher weil ich mir sage 'jetzt es ist so und ich bin zu Hause und gönne mir dann eben halt solche, Bequemlichkeiten'

Innere Unruhe wird angesprochen	JA
Antriebslosigkeit wird angesprochen	JA
Ängste wird angesprochen	
Panik(-attacken) wird angesprochen	
Depression wird angesprochen	
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen	
Labilität wird angesprochen	
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen	
Überlastung wird angesprochen	
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen	

Psychosomatische Symptome:

Schwindel

Kopfschmerz

Bewusstlosigkeit

Hyperventilation

Luftnot

Zittern

Taubheitsgefühle

Verspannungen

Übelkeit

Aufstoßen

Herzbeschwerden

Schweißausbrüche

Schlafstörungen

JA

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit

Mutterbedingt

Berentung  
Krankheit  
Älterwerden  
Alleinsein  
Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik  
Verschlechterung der Symptomatik

JA

Frau C:

23: da flieg ich nach Schanghai (beschwerdefrei) und manchmal weiß ich nicht über die Straße zu kommen vor Angst 29: es ist sehr wechselhaft 41: also vorher vorher! ist es also fast am Ende mit meinen Nerven!

219: wenn die Ängste kommen ja dann sage ich 'gut komm jetzt setz dich hin und du weißt genau es ist nichts'

1126: dass ich eben mein ganzes Leben lang diese Todesängste gehabt habe

1144: da hat schon eine Verschiebung (in Bezug auf die Todesängste) stattgefunden und deshalb denk ich äh, sind die Ängste auch etwas zurück gegangen

Innere Unruhe wird angesprochen  
Antriebslosigkeit wird angesprochen  
Ängste wird angesprochen  
Panik(-attacken) wird angesprochen  
Depression wird angesprochen  
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen  
Labilität wird angesprochen  
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen  
Überlastung wird angesprochen  
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen  
Psychosomatische Symptome:  
Schwindel  
Kopfschmerz  
Bewusstlosigkeit  
Hyperventilation  
Luftnot  
Zittern  
Taubheitsgefühle  
Verspannungen  
Übelkeit  
Aufstoßen  
Herzbeschwerden  
Schweißausbrüche  
Schlafstörungen

JA

Genannte Ursachen/ Anlässe:  
Kindheit



Mutterbedingt  
Berentung  
Krankheit  
Älterwerden  
Alleinsein  
Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik JA  
Verschlechterung der Symptomatik

Herr D:

135: früher bin ich äh bin ich sehr, aktiv gewesen, aber! es war ja so dass ich dann aufgrund meiner Erkrankung dann ja immer so in die Lethargie fiel nicht und dass hat sich in sofern gegeben als dass ich jetzt nicht ich habe so viele also dieser Angespanttheit zeigt sich darin dass ich also äh an alles denken will an alles ich muss alles machen ich meine immer 'ha ist das nicht zu viel?' dabei ist es gar nicht so viel nur ich bin ja aus diesem normalen

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

225: andere lächeln darüber aber das ist für mich manchmal so weil man eben dann so verschiedene viele verschiedene Aufgaben hat

349: ich bin immer noch nicht so äh wie früher

362: wir waren jetzt im Februar vierzehn Tage in Ägypten da wollten wir da wollten wir und das war! zum ersten Mal wieder nach langer Zeit dass ich gesagt habe 'Mensch das würde mich mal interessieren'

496: in dieser Zeit wo das so offen so latent war mit der mit der Verrentung, da war ich ja auch wirklich sehr äh äh ähm ja unruhig ganz unruhig also total unruhig, obwohl ich ja da schon mein mein meine meine ehrenamtliche Tätigkeit ausübte

539: was mich sehr stark auch belastet hat war ja auch das mit meiner Frau mit dieser Brust

1295: dass ich sagt ich bin wegen Depressionen hier (in Therapie)

1418: in meiner Depressionsphase oder während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen

Innere Unruhe wird angesprochen JA

Antriebslosigkeit wird angesprochen

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen

Depression wird angesprochen JA

Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen

Labilität wird angesprochen

Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen JA

Überlastung wird angesprochen  
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen

Psychosomatische Symptome:

Schwindel  
Kopfschmerz  
Bewusstlosigkeit  
Hyperventilation  
Luftnot  
Zittern  
Taubheitsgefühle  
Verspannungen  
Übelkeit  
Aufstoßen  
Herzbeschwerden  
Schweißausbrüche  
Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit  
Mutterbedingt  
Berentung  
Krankheit  
Älterwerden  
Alleinsein  
Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik  
Verschlechterung der Symptomatik

Frau E:

27: ja, es gibt eine Veränderung, und zwar, eigentlich zum Negativen es ist, ich hab ja mal erzählt, also wenn ich mal nur so, bisschen also falsch angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen also das hatte ich ja vorher schon

36: und das war nur, in der Phase wo wir irgendwie einen Streit hatten oder so, und dann hatten wir, hatte ich mich mal fürchterlich aufgeregt und, es äh war sofort wieder in mir, also das! ah! das kann man gar nicht beschreiben das ist so schrecklich! also ähh man möchte, man kann nicht ruhig sitzen man möchte laufen man denkt also, man, es zerspringt in einem

42: das hatte ich nach einem, noch nicht mal Streit das war nur ein Disput, so schlimm, ähm dass es nicht mehr zurück ging also ich war also ich hatte ständig dieses Gefühl nur wenn ich jetzt äh, mit jemand zusammen war mit Freunden oder

so dann merkte ich wie das abfiel aber sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

49: und ich bin dann zu meinem Hausarzt gegangen, und der hatte mir dann Antidepressiva verschrieben (vor zwei Monaten)

56: und stellte fest, also es geht mir besser 91: und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut 118: ich bin froh dass die Antidepressiva geholfen haben nämlich ich hätte hätte sonst nicht gewusst wie es weiter gehen sollte

63: die Tabletten-Unverträglichkeit 67: ich habe dann zwei Aspirin genommen und ich bin dann ins Bett und am nächsten Morgen also als ich dann aufgestanden bin hatte ich also ganz schlimme Schwindelgefühle also ich konnte äh, also ich fühlte mich schon richtig ein bisschen behindert und ich wusste sofort das kommt von den Aspirin, in Verbindung jetzt mit den Antidepressiva

94: ganz gute Vitamintabletten bekommen (...) und die hab ich genommen und nach ähm einer Stunde, wurde mir auf einmal auch wieder schwindlich nicht so stark und ich kriegte fürchterliche Kopfschmerzen

198: dann muss ich mich auch bei schönem Wetter, dann erst mal Anlauf nehmen äh rauszugehen mich auf mein Fahrrad zu setzen aber dann muss ich irgendwie ein Ziel haben, das dauert manchmal eine Stunde ehe ich mich dann wirklich entschlief

239: wenn ich da so mehrere Leute habe und dann die bekochen soll das macht mich schon nervöser als früher, ich bin ein nervöser Mensch ja, obwohl ich so auf andere vielleicht relativ ruhig wirke

582: Muße finden mit dem Älter werden? nein also da ist irgendwie doch so ne Unruhe in mir, selbst wenn ich das eine mache dann? also so ne richtige Ruhe habe ich nicht von mir also ich ruhe nicht so in mir selbst obwohl ich mir immer sage

'Mensch Du hast doch ein schönes Leben'

Innere Unruhe wird angesprochen	JA
Antriebslosigkeit wird angesprochen	JA
Ängste wird angesprochen	
Panik(-attacken) wird angesprochen	JA
Depression wird angesprochen	
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen	JA
Labilität wird angesprochen	
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen	JA
Überlastung wird angesprochen	
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen	JA
Psychosomatische Symptome:	
Schwindel	JA
Kopfschmerz	JA
Bewusstlosigkeit	

Hyperventilation  
Luftnot  
Zittern  
Taubheitsgefühle  
Verspannungen  
Übelkeit  
Aufstoßen  
Herzbeschwerden  
Schweißausbrüche  
Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit  
Mutterbedingt  
Berentung  
Krankheit  
Älterwerden  
Alleinsein  
Auseinandersetzungen mit anderen JA

Verbesserung der Symptomatik  
Verschlechterung der Symptomatik JA

Herr F:

540: dass es mir immer besser geht

15: und zwar bin ich also jetzt äh im vergangenen Jahr am koronaren an einer koronaren Krankheit operiert worden (...) und äh das hat mich dann natürlich anschließend wiederum beschäftigt auch von der Psyche her belastet\_

55: und das ging mir auch wieder auf die Psyche weil das ja nun doch letztendlich schwerwiegende Eingriffe und schwerwiegende! Erscheinungen waren

64: aber letztendlich waren das dann die Dinge (die körperlichen Beschwerden) die mir auf die Psyche gegangen sind

75: Depressionen (während des Aufenthalts in der Reha)

79: weil ich äh schon äh sehr depressiv war ne das war die ersten Tage sehr schlimm dann lag ich dann morgens auf dem Bett und hatte absolut zu nichts Lust, habe dann auch paar Psychologinnen aufgesucht (...) anschließend nachdem ich mich damit intensiv mit beschäftigt habe und vom Bewusstsein her, das ganze dann auch jetzt etwas realistischer sehe wurde das alles wieder besser

106: mit zunehmender (körperlicher) Verbesserung insgesamt auch wieder mit zunehmender Leistungsfähigkeit ist das für mich, dann alles auch wieder besser

geworden so dass ich äh auch von der Psyche her wieder erheblich stabilisiert bin aber äh grundsätzlich besteht bei mir! natürlich eine gewisse Labilität

112: das war ja auch der Grund weshalb ich dann vor drei Jahren oder vor dreieinhalb Jahren an dieser, Psychotherapie teilgenommen habe das ich also unter einer Angststörung im weitesten Sinne leide, und diese Angststörung ist dann auch erneut wieder durch die Operation ausgelöst worden und die ist auch jetzt noch nicht ganz! beseitigt

127: ne grundsätzliche, Angststörung oder auch Befürchtungen äh sind weiterhin vorhanden zwar in abgeschwächtem Maße aber sie sind vorhanden

137: der Grund warum ich diese Therapie damals gemacht habe dass ich grundsätzlich unter Angststörungen leide (...) zum Beispiel Angst vor vor dem Alleinsein

153: bin ich da mal einen Morgen umgefallen bin ich kurz bewusstlos gewesen wobei ich im nachhinein also weiß dass es mit der Medikamenteneinnahme zu tun haben kann ich hab dann mal Psychopharmaka eingenommen

156: ich hab dann mal Psychopharmaka eingenommen relativ hoch dosiert auch so wie mir der Arzt das, der Psychologe damals dann auch vorgegeben hatte

206: weil ich auch leichte äh äh psychisch schon ein bisschen also vegetativ so ein bisschen zur Hyperventilation neige

339: diese depressiven Verstimmungen die ich ja auch früher schon hatte die äußern sich bei mir an und für sich immer in der Form äh dass ich mich dann immer morgens sehr unwohl fühle dass ich also starken Kopfdruck habe dass ich so so Verkrampfungen im Gesichtsbereich habe um die Augen herum, und dass ich unter Schwindel- und Benommenheitsgefühle leide

382: also jetzt, Depressionen und und Angststörungen äh auseinander zu halten das ist für mich sowieso sehr schwierig das kann ich also gar nicht so sagen nur äh im Laufe der Zeit, meine ich! dass das bei mir mehr äh mehr ne Angststörung ist mit mit depressiver Tendenz

388: ich würde auf keinen! Fall von mir aus sagen dass ich grundsätzlich in erster Linie depressiv bin und dass dann äh die die die Ängste irgendwie eine Komponente sind der Erscheinung sondern wenn dann umgekehrt also die Angststörung dominierend! ist bei mir

453: um darauf zu kommen ist es schon so dass ich äh dass ich auch weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause

895: äh im Laufe der Zeit, meine ich! dass das bei mir mehr äh mehr ne Angststörung ist mit mit depressiver Tendenz 393: die Angststörung dominierend! ist bei mir

498: früher (...) in meinem scheinbaren! gesunden Zustand ja mh

504: ich bin bin also gerade jetzt seit ein paar Wochen äh bei uns in Neuss in der äh da in der äh psychologischen Ambulanz (...) die (Ärztin) hat empfohlen wieder mal Psychopharmaka zu nehmen

573: die (Therapie) habe ich also begonnen nachdem ich dann ein Jahr aus dem Berufsleben ausgeschieden bin und äh dann plötzlich in diese Krise kam ich war ja beruflich äh sehr engagiert als Diplom-Ingenieur und äh mit Führungs- die Führungsverantwortung (...) das war natürlich dann ein starker, Abstrich

588: nach einem Jahr stellte ich fest, dass äh da sind doch Leeren und da ist vieles nicht ersetzt worden was vorher für mich bereit halt war im Berufsleben

599: weil ich mich dann plötzlich massiv mit dem Älterwerden beschäftigte und äh dadurch kam ich dann in diese Krise also zu diesen zu dieser Angststörung, die zu Depressionen führte

815: ja ja ja (Frage nach Bewusstsein über größere körperliche Verletzbarkeit im Alter) (...) und das ist ja auch für Sie als äh Psychologe immer wichtig äh wirtschaftliche Ängste oder Ängste im im Familien- und Beziehungskreis äh die spielen dabei keine so große Rolle bei mir

1043: das ist natürlich auch alles für mich mit Ängsten verbunden das, dann kommen manchmal auch äh vegetative Störungen, so, na ja wie soll ich das jetzt so so schildern, auf jeden Fall äh äh körperliche gewisse Symptomatik, die so ohne Grund nicht erklärbar ist ne wie auch große Unruhe und vielleicht auch noch ein bisschen bisschen erhöhte Herzfrequenz und all so Dinge zeitlich also Un-! die Unruhe ist dann vor allen Dingen

1327: also Ausgangspunkt war waren die bei mir damals anstehenden äh psychosomatischen Erscheinungen ne mit den körperlichen Beschwerden die ich schon schilderte insbesondere dem Schwindel die Benommenheit und äh die Ängste auch dazu

Innere Unruhe wird angesprochen  
Antriebslosigkeit wird angesprochen  
Ängste wird angesprochen

JA  
JA  
JA

Panik(-attacken) wird angesprochen  
 Depression wird angesprochen JA  
 Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen JA  
 Labilität wird angesprochen JA  
 Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen  
 Überlastung wird angesprochen  
 Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen

Psychosomatische Symptome:

Schwindel JA  
 Kopfschmerz  
 Bewusstlosigkeit JA  
 Hyperventilation JA  
 Luftnot  
 Zittern  
 Taubheitsgefühle  
 Verspannungen JA  
 Übelkeit  
 Aufstoßen  
 Herzschmerzen  
 Schweißausbrüche  
 Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit  
 Mutterbedingt  
 Berentung JA  
 Krankheit JA  
 Älterwerden JA  
 Alleinsein  
 Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik JA  
 Verschlechterung der Symptomatik

Frau G:

25: ich denk mal meine Beschwerden ich weiß schon woher sie kommen  
 beziehungsweise was der Auslöser dafür ist nur (Lachen) man weiß zwar vieles  
 aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer

92: das ist wie gesagt wenn ich mich ich darf mir nicht körperlich so viel zumuten

95: das ist auch so ein bisschen tagesabhängig (...) dann ist das Mittagessen  
 kochen schon eine Last und das Spülen sowieso schon und oh ja (Stöhnen) und  
 dann gibt's Tage da macht mir das gar nicht aus dann kann ich nachmittags noch  
 was weiß ich machen und dann ist alles okay

105: also wenn ich nicht drauf achte dass ich äh nicht zu viel tue ja das ich nicht zu  
 viel tue dann fängt das an mit ich kriege schlecht Luft ja es fängt an mit ich kriege

schlecht Luft mir geht es nicht gut so allgemein ja ich fühle mich ja schlecht (...) ich habe so den Eindruck ich kippe jeden Moment um das ist so das erste Stadium wenn ich nicht darauf eingehe dann das zweite Stadium ist dann kommt das Zittern der Knie also dann der Beine und ich ich gucke dann schon immer wo ist ein Stuhl wo kann ich mich setzen so gehe ich nicht drauf ein oder mache das dann vielleicht nur zehn Minuten dass ich darauf eingehe dann ist die nächste Station, Moment mal wie war das denn was wurde denn dann eingeschaltet? dann kriegte ich genau dann kamen Herzschmerzen ne Quatsch Herzrhythmusstörungen so

Herzrhythmusstörungen die hatte ich auch schon vor vielen Jahren gehabt aber das sind auch nur so Auslöser wenn ich überfordert bin körperlich

Herzrhythmusstörungen, wenn ich nicht darauf eingehe, dann geht das los mit ja Kribbeln in den Händen in den Beinen dann ist alles stirbt alles ab und Herzschmerzen Herzschmerzen bis zum geht nicht mehr

125: das hab ich jetzt wie gesagt bei diesem Umzug so durchlebt

132: ich sag 'das geht ja gar nicht ja ich kann mich da nicht ausklinken und sagen ich bin jetzt für ne Woche weg nur weil es mir jetzt schlecht geht'

146: mein Mann der schimpft dann immer 'ja dann leg dich doch hin dann setz dich doch hin' ich sag 'ja was nützt mir das denn? wenn ich mich dann fünf oder zehn Minuten lang hinsetze' 151: aber das es es bringt ja nichts das ist für mich nichts ne

154: ich sag das liegt also die ganze Wurzel liegt bei mir in der Kindheit ja ich habe als Kind sehr sehr schwer körperlich arbeiten müssen ja also ich sag jetzt mal ne sieben- achtjährige ein Zentner Weizen auf dem Rücken und je nach jetzt vielleicht noch mal so drei vierhundert Meter zum Opa gebracht das war so nix für mich ne also jeden Tag schwere körperliche Arbeit ja wirklich wir hatten Landwirtschaft und ich habe jeden erwachsenen Mann ersetzt auf dem Feld

165: ich merke das in meinem ganzen Leben wenn's immer sehr sehr viel war dann ja dann kriegte ich Herzrhythmusstörungen

173: ich sagte der Körper ist irgendwo wenn ich das so als Laie beurteilen müsste bin ich irgendwo ausgelaugt schon lange ne nur wie gesagt im Laufe der Jahre gut ich habe geheiratet ich habe Kinder bekommen und da fing das schon an

179: ich konnte mich nicht auf den Beinen halten ich habe gezittert und jeder war immer im Glauben das ist der Kreislauf oder das Herz

192: es war jetzt nichts organisches körperliches sondern ich denke ja so mehr so diese Überanstrengung



202: wenn ich kaum was tue und so weiter dann geht's mir gut wie gesagt wenn ich dann gut geschlafen hab und das Schlafen das ist immer noch ein Problem

219: und bevor das anfing (ihre psychosomatischen Beschwerden) das hat sich ja auch so ganz allmählich aufgebaut

224: ich sitze unten am Wäschezimmer (Situation während der Arbeit) es wird mir ganz komisch ich war richtig weg ja, hatte furchtbare Herzschmerzen, und hinten im Rücken war wie so ein Taubheitsgefühl

231: und ich denke mal vielleicht ist auch so von den Wechseljahren dass die Psyche dann oder vielleicht dass dann die Psyche sich dann irgendwie gemeldet hat 'hallo so geht's nicht mehr' oder ich weiß das nicht

595: das Merkwürdige ist also da wundere ich mich ja sowieso ich bin ja sage ich mal körperlich nicht so belastbar aber! was ich sehr gut kann ich sag mal wenn es mir jetzt sehr schlecht gehen würde mein Fahrrad schnappen und sage ich mal

manchmal drei Stunden durch den Wald fahren das kann ich da hab ich überhaupt keine Beschwerden weder Atembeschwerden noch zittern mir die Knie noch tut mir irgendetwas weh 617: und bin wirklich nur im Wald bin nur mit mir alleine und das kann niemand verstehen 626: ja alleine durch den Wald und dann vor allen Dingen da ist ja nichts! weit und breit kein Haus kein Nichts sondern nur Wald

630: und für mich ist das herrlich ich bin mit mir alleine mit meinem Fahrrad ich brauch mit keinem zu sprechen ich gehe meinen Gedanken nach und es ist einfach nur herrlich und dann tut mir nichts weh ich habe keine weder Rückenschmerzen noch Kopfschmerzen noch tut mir irgend etwas weh, es ist wunderschön

630: und für mich ist das herrlich ich bin mit mir alleine mit meinem Fahrrad ich brauch mit keinem zu sprechen ich gehe meinen Gedanken nach und es ist einfach nur herrlich und dann tut mir nichts weh ich habe keine weder Rückenschmerzen noch Kopfschmerzen noch tut mir irgend etwas weh, es ist wunderschön

Innere Unruhe wird angesprochen

Antriebslosigkeit wird angesprochen JA

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen

Depression wird angesprochen

Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen

Labilität wird angesprochen

Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen JA

Überlastung wird angesprochen JA

Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen JA

Psychosomatische Symptome:

Schwindel

Kopfschmerz

Bewusstlosigkeit

Hyperventilation

Luftnot

JA

Zittern

JA

Taubheitsgefühle	JA
Verspannungen	
Übelkeit	
Aufstoßen	
Herzbeschwerden	JA
Schweißausbrüche	
Schlafstörungen	JA

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit	JA
Mutterbedingt	
Berentung	
Krankheit	
Älterwerden	
Alleinsein	
Auseinandersetzungen mit anderen	

Verbesserung der Symptomatik  
 Verschlechterung der Symptomatik

Frau I:

18: das waren ja meine Schmerzen die ich damals hatte also vom Nacken ausgelöst und das ging also über Monate und bis ich dann schließlich in die Gruppe kam war es schon etwas besser 25: ja das war der äh der Anlass

29: ja mit Verspannungen und Schmerzen vor allen Dingen

52: also ich mache Gymnastik ne gezielte Gymnastik (gegen die Schmerzen)

285: wenn ich also in schlechte Stimmung gerate 293: ja dass gibt's manchmal das passiert halt (...) das passiert mhmh da gibt's jetzt nicht unbedingt so bestimmte

Anlässe

298: na ja wenn's wenn's irgend welche äh äh schlimme Dinge sind also dann äh das ist das muss dann natürlich dann auch wieder runter da bin ich nicht sehr stabil mehr das hab ich also schön öfter mal gemerkt wenn irgend welche Sachen passieren dann ha dann denke ich 'mein Gott das das kannst du kaum mehr aushalten' aber ich fang mich dann auch wieder

Innere Unruhe wird angesprochen

Antriebslosigkeit wird angesprochen

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen

Depression wird angesprochen

Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen

Labilität wird angesprochen JA

Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen

Überlastung wird angesprochen

Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen

Psychosomatische Symptome:

Schwindel

Kopfschmerz

Bewusstlosigkeit

Hyperventilation

Luftnot

Zittern

Taubheitsgefühle

Verspannungen

Übelkeit

Aufstoßen

Herzbeschwerden

Schweißausbrüche

Schlafstörungen

JA

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit

Mutterbedingt

Berentung

Krankheit

Älterwerden

Alleinsein

Auseinandersetzungen mit anderen

Verbesserung der Symptomatik

Verschlechterung der Symptomatik

Herr J:

56: ja bedingt war äh das natürlich äh aufgrund des Aufenthaltes, in der Tagesklinik wo ich taggenau drei Monate war

63: und dann bin ich aber äh auf eigenes Bestreben, äh sage ich mal habe ich da ein bisschen darauf hingearbeitet dass ich dann meinte auch gehen zu können und zu können! weil ich mich A sowieso, in den drei Monaten ganz gut fühlte und äh speziell auf diese Gruppentherapie und dann kämen wir praktisch schon hier zu diesem Kreis

219: ja ich Ängste Panikattacken

221: und ich sage mal im Prinzip auch ein negatives Denken

223: das negative Denken ist ist stärker geworden würde ich würde ich heute sagen so! negativ wie ich zum Teil heute die Sachen, sehe äh habe ich sie auch in der in der Tagesklinikzeit noch nicht gesehen

238: war letztendlich so dass ich vorher schon äh, zwei Jahre oder was zu dem, Professor Odd gegangen bin

251: und dann bin ich irgendwann dadurch auch, zu dem Professor Tress in die Landesklinik gekommen

256: äh und Ursache dieser ganzen Geschichten sind sicher welche auch die weit zurück liegen also mutterbedingt

383: und das alles! zusammen (Insolvenz seiner Firma) äh hat mich dann veranlasst doch irgendwo hierhin zu gehen weil dann ich doch mir sehr viel Gedanken gemacht habe im Vorfeld auch schon, was ja nicht ausbleibt, äh auch finanzieller Art Gedanken mein Gott was wäre wenn?

408: eben wie gesagt dann dann aus ich habe, tausend Gedanken ich wachte morgens um fünf Uhr auf und hatte tausend Gedanken und kam nicht mehr raus ich habe mich versucht zu entspannen und es ging nicht ich ich hatte Schweißausbrüche ich drehte mich rechts drehte mich links es funktionierte nichts

418: vier vier Jahre (ist das jetzt her) die Anfänge liegen wahrscheinlich noch viel weiter zurück

428: also als ich zu Herrn Doktor Odd gegangen bin äh da bin ich bestimmt auch eineinhalb zwei Jahre hin gegangen aber ganz unsystematisch also nicht regelmäßig jede Woche

436: und dann war ich einmal in Italien da hatte ich mal eine ganz schlimme Nacht, äh da hatte ich wieder diese, Panikattacke und ich mir ging es ganz ganz übel und ganz ganz schlecht

599: es ist oft so dass wenn ich dann vom Arzt komme der sagt 'es ist nichts' dann geht es mir besser (Ausatmen)

605: und augenblicklich habe ich sehr sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und äh schlecht

611: auch wenn ich morgens aufwache wieder dann merke ich erst bin ich ganz ruhig, und wenn ich dann einen Moment wach bin dann fängt das Herz wieder mehr an zu schlagen also zu bubbern, und dann fängt es mit den Gedanken an und dann werde ich auch unruhiger 620: am besten würde es immer sein wahrscheinlich ich würde sofort! Aufstehen duschen und irgendetwas machen dann ist das wieder fertig

625: aber das mit der Übelkeit das habe ich schon schon wieder relativ lange

633: ob davon (von den Gallensteinen) diese diese ewige Übelkeit kommt kann ich nicht beurteilen

637: die normale Internistin sagt immer 'psychosomatisch'

663: und dieses dieses leere Aufstoßen äh das habe ich eben auch wenn ich nervös bin wenn ich unter Druck bin

820: ich denke mal vielleicht beim Waldlaufen nicht ganz so doll aber bei allen anderen Dingen äh da konnte ich raus da war ich weg da habe ich keinerlei Belastung gemerkt da konnte der Druck so groß sein wie er wollte, das war weg für mich beim Sport und hinterher ging es mir dann auch immer gut

877: auch wieder eine Geschichte die mich drückt (Hautkrebs)

994: das belastet mich schon 996: nein es sind (...) finanziell äh ist das kein (Problem mit seinen Häusern) sicherlich ist es auch der Gedanke an das Finanzielle

1012: ich könnte die auch leer stehen lassen ich könnte auch zurecht kommen also äh das kann es nicht sein

1305: ich nehme übrigens auch zurzeit jetzt wieder diese diese Refluxgeschichte da nehme ich ein Medikament dagegen und äh nur bei Bedarf und äh da nehme ich, Psycho, eine Tablette eine Insidon fünf fünfzig Milligramm

1324: und für mich ist eine Tablette immer was äh wo ich vielleicht meinem Körper mehr schade als gut tue (...) und deshalb dosiere ich häufig gerne weniger als ich vielleicht sollte nehme 1340: ich nehme jetzt morgens eine wens wenn ich das

Gefühl habe mir ist gar nicht so ganz dann nehme ich vielleicht abends auch noch eine aber nur auf Bedarf ich habe Monate nichts genommen

1377: na gut aber ich nehme es dann doch vorsichtshalber dass ich sage dem Druck muss ich entgehen dann kann ich auch ein bisschen was nehmen und ich weiß auch von mir eigentlich, dass ich wenn ich das Gefühl habe ich brauche es nicht es sofort auch wieder weglasse

Innere Unruhe wird angesprochen

Antriebslosigkeit wird angesprochen

Ängste wird angesprochen

Panik(-attacken) wird angesprochen JA

Depression wird angesprochen

Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen JA

Labilität wird angesprochen

Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen

Überlastung wird angesprochen

Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen JA

Psychosomatische Symptome:

Schwindel

Kopfschmerz

Bewusstlosigkeit

Hyperventilation

Luftnot

Zittern

Taubheitsgefühle

Verspannungen

Übelkeit JA  
 Aufstoßen JA  
 Herzprobleme JA  
 Schweißausbrüche JA  
 Schlafstörungen

Genannte Ursachen/ Anlässe:

Kindheit  
 Mutterbedingt JA  
 Berentung JA  
 Krankheit  
 Älterwerden  
 Alleinsein  
 Auseinandersetzungen mit anderen JA

Verbesserung der Symptomatik  
 Verschlechterung der Symptomatik JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Innere Unruhe wird angesprochen		JA		JA	JA	JA			
Antriebslosigkeit wird angesprochen		JA			JA	JA			
Ängste wird angesprochen			JA			JA			JA
Panik(-attacken) wird angesprochen				JA					JA
Depression wird angesprochen				JA		JA			
Einnahme von Psychopharmaka wird angesprochen					JA	JA			JA
Labilität wird angesprochen						JA		JA	
Empfundene Belastung durch alltägliche Arbeiten wird angesprochen				JA	JA		JA		
Überlastung wird angesprochen							JA		
Beschwerdefreiheit in entlastenden Situationen wird angesprochen					JA		JA		JA
Psychosomatische Symptome:									
Schwindel					JA	JA			
Kopfschmerz					JA				
Bewusstlosigkeit						JA			
Hyperventilation						JA			
Luftnot							JA		
Zittern							JA		
Taubheitsgefühle							JA		
Verspannungen						JA		JA	
Übelkeit									JA
Aufstoßen									JA
Herzbeschwerden							JA		JA
Schweißausbrüche									JA
Schlafstörungen		JA					JA		
Genannte Ursachen/ Anlässe:									
Kindheit							JA		
Mutterbedingt									JA

Berentung						JA			JA
Krankheit	JA					JA			JA
Älterwerden						JA			
Alleinsein	JA								
Auseinandersetzungen mit anderen					JA				
Verbesserung der Symptomatik		JA	JA	JA		JA			
Verschlechterung der Symptomatik					JA				JA

#### 4. Aktuelle Befindlichkeit

Frau A:

10: ja also im Moment geht's mir nicht gut (bedingt durch den aktuellen Gesundheitszustand: Krebs, Metastasen, Herz)

22: na ja man ist schon ein bisschen mehr belastend (durch den aktuellen Gesundheitszustand)

850: das hat meine Umgebung natürlich ein bisschen verschönt und ich muss ganz ehrlich sagen ich fühl mich da drin wohl (in der neu gestalteten Umgebung)

es geht nicht gut

es geht nicht schlecht

es geht besser

im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)

JA

aktuelle Belastungen

Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen

Keine Zufriedenheit

„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

Herr B:

163: es ist nicht so dass wir jetzt am dass es uns schlecht geht oder was oder wir sind also schon ein bisschen versorgt aber es fuchst einen dass man eben halt, nicht mehr so viel Einkommen hat (Arbeitsprozess und Berentung)

177: man schränkt sich dann ein oder oder kann eben halt dann nicht alles machen was man machen möchte

184: ach die (Stimmung) ist an für sich jetzt im Moment nicht so schlecht, die ist nicht nicht sehr schlecht was mich immer wie gesagt ärgert ist wenn ich etwas vergessen

habe ist dann aber wie gesagt im Moment und dann irgendwann ist das dann auch wieder +vorbei

es geht nicht gut  
es geht nicht schlecht JA  
es geht besser  
im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung) JA  
aktuelle Belastungen  
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen  
Keine Zufriedenheit  
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

Frau C:

207: also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die immer nur ja sagt und ich muss sagen damit geht's mir besser ich muss Geduld haben

(Veränderung von alten Verhaltensmustern)

304: und in diesem jetzt, da fühl ich mich wohler

324: ich bemühe mich mehr rauszugehen

es geht nicht gut  
es geht nicht schlecht  
es geht besser JA  
im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)  
aktuelle Belastungen  
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen  
Keine Zufriedenheit  
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

Herr D:

40: im Moment bin ich sehr äh sehr gestresst muss ich sagen, und zwar, kommen da viele Faktoren zusammen (...) am Freitag da habe ich meine Frau ins evangelische Krankenhaus gebracht 82: bin ich also so ein bisschen na ja ich bin immer so ein bisschen dann in Sorge 92: ich bin dann, mit krank und das ging ja schon die ganze Woche man ist dann in Sorge

290: eine Erleichterung nicht mehr diesen Job zu haben

398: ja! (...) und haben da unheimlich nette Leute kennen gelernt (bei der Reise in Ägypten)

422: keine! Lust da habe ich keine Lust zu (in die Stadt zu fahren / Shopping)



425: ich keinen Trieb davon keinen Antrieb dass ich da also so diese Shopping äh Exzesse machen muss

799: ja manchmal fühle ich mich eben auch ein bisschen (Seufzer) ja so ein bisschen zerschlagen

es geht nicht gut JA  
es geht nicht schlecht  
es geht besser  
im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung) JA  
aktuelle Belastungen JA  
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen  
Keine Zufriedenheit  
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

Frau E:

91: und so geht es mir jetzt von der Psyche her, gut (mit Antidepressiva)

118: ich bin froh dass die Antidepressiva geholfen haben nämlich ich hätte hätte sonst nicht gewusst wie es weiter gehen sollte

138: eigentlich ich muss also sagen ich habe ein sehr schönes Leben

146: mein Leben ist eigentlich ausgefüllt

179: ja das, könnte man ist ja, (lachen) eigentlich nie zufrieden (auf die Frage: Sie haben ein schönes Leben?)

es geht nicht gut  
es geht nicht schlecht  
es geht besser  
im Urlaub ging es sehr gut

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)  
aktuelle Belastungen  
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen  
Keine Zufriedenheit  
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage JA

Herr F:

10: ist eine ein erneutes aktuelles Ereignis aufgetreten für mich, was mich äh auch von der Psyche her noch! belastet (Bypass-OP)

64: ansonsten fühle ich mich jetzt wieder ganz wohl aber letztendlich waren das dann die Dinge die mir auf die Psyche gegangen sind

540: dass es mir immer besser geht

es geht nicht gut

es geht nicht schlecht  
es geht besser  
im Urlaub ging es sehr gut

JA

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)  
aktuelle Belastungen  
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen  
Keine Zufriedenheit  
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

Frau G:

20: äh jo gut würde ich sagen (Lachen) (Frage wie es ihr geht)

35: das waren ganz schlimme Wochen die letzten Wochen (kurzes Lachen) ich bin umgezogen also heute vor drei Wochen

368: ja das stimmt ja ja vor allem wo es mir sehr gut ging wir waren ja drei Monate in Thailand wissen Sie (...) das war natürlich eine tolle Zeit da ging's mir super (...) wir haben im Hotel gewohnt und den ganzen Tag halt nur schöne Dinge gemacht die mir uns gerade einfielen nur nicht überanstrengen nur nicht viel gelaufen man fährt ja in Thailand sehr preiswert mit dem Taxi überall hin ach das war herrlich (Lachen) ich brauchte nicht zu kochen nicht zu waschen ach das war richtig toll

385: aber ich kann nicht immer in Thailand bleiben (Lachen)

es geht nicht gut  
es geht nicht schlecht  
es geht besser  
im Urlaub ging es sehr gut

JA

JA

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)  
aktuelle Belastungen  
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen  
Keine Zufriedenheit  
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage

JA

Frau I:

Herr J:

223: das negative Denken ist stärker geworden würde ich heute sagen so! negativ wie ich zum Teil heute die Sachen, sehe

525: auch da denke ich nun sehr, negativ und jetzt in der jüngsten Vergangenheit die letzten Monate wieder verstärkt

605: und augenblicklich habe ich sehr sehr sehr jeden Tag wieder, da ist es mir übel und äh schlecht

682: warum das jetzt wieder, anfängt kann ich eventuell auch begründen weil, ich suche mir ja selber Erklärungen äh ich habe die letzten, zwei Monate ziemlich viel, im privaten Umfeld, also nicht nicht privat jetzt mit meiner Frau oder oder aber äh mit Handwerkern zu tun, wir renovieren ein Bad da das zieht sich jetzt schon sechs Wochen

744: denke ich ist es die Belastung die mich im Moment jetzt ein bisschen sehr runter zieht

971: tja wie zufrieden bin ich denn damit?

975: das ist okay ich, ich habe auch äh im Grunde überhaupt keinen Grund zu klagen nur die Belastung zum Beispiel jetzt aus dieser, Mieterecke und und aus Hauseigentümerecke

1177: ich bin bin zufrieden mit meinem Leben bin auch zufrieden mit meiner, meiner Umwelt und mit meinem Tagesablauf an und für sich

1220: und deshalb muss ich auch mit meinem Leben zufrieden sein was ich im Moment eben nicht bin weil zu viel Unruhe ist und ich gar nicht mehr dazu komme, zu relaxen auszuruhen dann ist schon wieder was Neues dann geht schon wieder das Telefon und schon ein neues Problem und im Moment kann ich nicht mehr, bin ich richtig ein bisschen down

2016: Ihnen auch sagen wollte dass es mir im Moment eben nicht so gut geht weil das eben jetzt der Fall wo es mir im Moment eben ja ich fühl mich nicht so toll jetzt

es geht nicht gut	JA
es geht nicht schlecht	
es geht besser	
im Urlaub ging es sehr gut	

finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)	
aktuelle Belastungen	JA
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen	
Keine Zufriedenheit	JA
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage	JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
es geht nicht gut	JA			JA					JA
es geht nicht schlecht		JA							
es geht besser			JA			JA			
es geht besser mit Antidepressiva					JA				

im Urlaub ging es sehr gut							JA		
finanzielle Einschränkungen (seit Verrentung)		JA							
aktuelle Belastungen				JA			JA		JA
Erleichterung, nicht mehr arbeiten zu müssen				JA					
Keine Zufriedenheit									JA
„Eigentlich“ kein Grund zur Klage					JA				JA

## 5. Altern

(Bedeutung des Themas Alter/Fähigkeiten und Möglichkeiten im Alter)

Frau A:

726: ich hab da noch nie Probleme mit gehabt (mit dem Thema Alter)

728: also ich hab immer in den Zeitungen gelesen wenn die Leute 40 werden oder 50 die Frauen dann drehen die durch, ich hab immer drauf gewartet dass ich durchdreh. tue ich aber nicht

735: ich freue mich dass ich so alt geworden bin

738: das ist jetzt ne andre Lebenseinstellung ich freue mich über jedes Jahr das ich länger lebe

827: oh ich mein ich hab mich früher nie so für Wohnungseinrichtung und schön machen interessiert, eigentlich nicht, da fange ich jetzt sehr stark an

839: den unnützen Kram den fang ich jetzt an zu kaufen und zu dekorieren (lacht)

846: ja. +da ist was zu kurz gekommen (...) das hab ich jetzt entdeckt ja

Annahme des Alters JA

Hadern mit dem Altern

Positive Einstellung zum Alter JA

Negative Einstellung zum Alter

Neue Interessen JA

Neue Lebenseinstellung JA

Altersangepasste Verhaltensumstellung

Empfindlicher werden

Gedanken an Tod

Gedanken an Krankheit

Ängste durch das Alter

Einsamkeit

Vergesslichkeit

Nachlassende Leistungsfähigkeit

Körperlicher Verfall  
Weniger Zeit bleibt  
Mehr Zeit steht zur Verfügung

Herr B:

1090: (P:00:00:04) das Alter mit dem Alter habe ich kein Problem also ich persönlich überhaupt nicht

1280: (p:00:00:05) äh, ich fühle mich noch nicht, in dieser Altersklasse es ist für mich noch kein Thema

1315: wir versuchen von der Ernährung her äh uns ein bisschen äh fit zu halten durch Sport ein bisschen fit zu halten

1320: aber der Gedanke schwebt schon vor es kann schnell zu Ende gehen

Annahme des Alters  
Hadern mit dem Altern  
Positive Einstellung zum Alter  
Negative Einstellung zum Alter

Neue Interessen  
Neue Lebenseinstellung  
Altersangepasste Verhaltensumstellung JA  
Empfindlicher werden  
Gedanken an Tod JA  
Gedanken an Krankheit  
Ängste durch das Alter  
Einsamkeit  
Vergesslichkeit  
Nachlassende Leistungsfähigkeit  
Körperlicher Verfall  
Weniger Zeit bleibt JA  
Mehr Zeit steht zur Verfügung

Frau C:

248: nun bin ich ja siebzig geworden und das war auch ein das ist ein schlimmer Abschnitt (...) also ich hab noch nie Probleme mit dem Alter gehabt noch nie da hab ich überhaupt nicht daran gedacht und wie's jetzt auf die siebzig zugeht (...) da wurde es mir sehr Angst erstensmal die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer

290: als ich sechzig war äh da war ich da hatte hatte ich die Gedanken von heute noch nicht (dass sie im jetzt leben muss)

296: so und jetzt mit siebzig weiß ich nicht was mich da so ein bisschen auch in die in die Enge treibt

780: im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen Jahren

1014: durch diese Enttäuschungen die man eben auch im Laufe seines Lebens äh erlebt hat, ist man vorsichtiger je älter man wird je vorsichtiger wird man und schließt sich eben nicht mehr so schnell anderen an und dann kommt eben erst die Mauer

1033: ja die siebzig die siebzig hart

1122: ja natürlich das Ende das Ende (Ängste und Sorgen vor dem 80. Geburtstag) das Ende

Annahme des Alters

Hadern mit dem Altern

JA

Positive Einstellung zum Alter

Negative Einstellung zum Alter

JA

Neue Interessen

Neue Lebenseinstellung

JA

Altersangepasste Verhaltensumstellung

Empfindlicher werden

Gedanken an Tod

JA

Gedanken an Krankheit

Ängste durch das Alter

JA

Einsamkeit

JA

Vergesslichkeit

Nachlassende Leistungsfähigkeit

Körperlicher Verfall

Weniger Zeit bleibt

JA

Mehr Zeit steht zur Verfügung

Herr D:

553: man wird nicht jünger und jetzt kommen solche Wehwehchen

695: ja doch je älter man wird schon (Sorge um die eigene Gesundheit) 739: man beobachtet sich mehr vielleicht ein bisschen mehr

739: man man beobachtet sich mehr vielleicht

752: manchmal gucke ich in den Spiegel und denke 'mein Gott Du wirst dieses Jahr neunundfünfzig das kann doch wohl nicht wahr sein' manchmal sehe ich aus wie neunundsechzig aber manchmal denke ich 'ah für neunundfünfzig siehst Du auch noch nicht so aus' so und äh aber trotzdem ist man nicht mehr so fit

758: ich merke es daran ich bin ja auch nicht mehr derjenige der jetzt sagen wir mal wie früher weil aufgrund, von ja Faulheit? Lethargie? bin ich nicht mehr so derjenige der jetzt sagt bei so einem Wetter 'zack jetzt das Fahrrad raus und fünfzig Kilometer fahren'

788: man achtet doch mehr auf seine Gesundheit oder man äh man äh verändert sich und äh Haare! werden weniger

794: so nach dem Motto 'och da sind wir ja noch gut dran' in Anführungszeichen (bezogen auf ihr Aussehen im Vergleich zu Jüngeren)

1572: manchmal fühle ich mich eben nicht so, vom Alter her, also da meine ich immer du bist im Kopf noch jung gewesen geblieben andererseits denke ich aber, du hast schon äh Einstellungen äh wie einer äh das entsprechend, als Beispiel jetzt spontan dass ich sage 'Mensch also ich kann nicht mehr diese diese Musik so wahnsinnig laut hören'

1582: dann denke ich 'mein Gott du bist doch noch nicht so alt'

1593: also das Alter ist schon ich hätte nicht gedacht dass es auf einmal so schnell geht

1600: mein Gott das ist also und jetzt ist alles schon vorbei das kann doch nicht wahr sein

1609: Aktivitäten sind's genug nur man meint immer! es ist zu wenig oder ich meine dann immer es wäre zu wenig weil man früher viel mehr gemacht hat aber dann es ist es ist damit und das muss ich akzeptieren es ist und das akzeptier ich mittlerweile auch dass ich sage 'ne Schluss'

Annahme des Alters	JA
Hadern mit dem Altern	
Positive Einstellung zum Alter	
Negative Einstellung zum Alter	

Neue Interessen	
Neue Lebenseinstellung	
Altersangepasste Verhaltensumstellung	JA
Empfindlicher werden	JA
Gedanken an Tod	
Gedanken an Krankheit	
Ängste durch das Alter	
Einsamkeit	
Vergesslichkeit	
Nachlassende Leistungsfähigkeit	JA
Körperlicher Verfall	JA
Weniger Zeit bleibt	JA
Mehr Zeit steht zur Verfügung	

Frau E:

523: also ich merke jetzt trotz aller Gymnastik also der Körper verfällt langsam hier so die Haut wird so dünn, aber eigentlich belastet mich das nicht so sonderlich

543: ja Alter? ich denke da an an Krankheiten und vor allen Dingen was ich festgestellt habe bei mir was so erschreckend ist ist meine Vergesslichkeit ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

566: ja Zeit vor allen Dingen (positives am Alter) dass man mehr Zeit zur Verfügung hat (...) mehr Muße ja

Annahme des Alters	JA
Hadern mit dem Altern	
Positive Einstellung zum Alter	
Negative Einstellung zum Alter	

Neue Interessen	
Neue Lebenseinstellung	
Altersangepasste Verhaltensumstellung	
Empfindlicher werden	
Gedanken an Tod	
Gedanken an Krankheit	JA
Ängste durch das Alter	JA
Einsamkeit	
Vergesslichkeit	JA
Nachlassende Leistungsfähigkeit	
Körperlicher Verfall	JA
Weniger Zeit bleibt	
Mehr Zeit steht zur Verfügung	JA

Herr F:

142: da sind natürlich unterschwellig immer so gewisse gesundheitliche Dinge die da ne Rolle spielen vor allem mit zunehmendem Alter und ähm die hab ich früher nicht so gehabt also als ich meinen als ich meinen Organismus als sehr stabil sah für mich persönlich da habe ich diese Problem nicht gehabt

150: nur mit zunehmendem Alter als ich dann so mal Mitte sechzig so auf die siebzig zunging äh da entstanden diese Dinge, am Anfang nur durch durch, Erscheinungen die mir aber sehr viel Angst einflößten wie zum Beispiel bin ich da mal einen Morgen umgefallen bin ich kurz bewusstlos gewesen

595: es kam auch dann dazu dass als ich dann im Ruhestand war auch irgendwie äh äh eine zweite weitere Phase meines Lebens, begonnen hatte nämlich das Älterwerden weil ich mich dann plötzlich massiv mit dem Älterwerden beschäftigte und äh dadurch kam ich dann in diese Krise also zu diesen zu dieser Angststörung, die zu Depressionen führte



762: dass ich da überall Abstriche machen muss das ist aber bei mir vom Bewusstsein her so angelegt äh das sehe ich auch nicht als Manko an, sondern äh auf der anderen Seite äh sehe ich dann so diesen Bereich des Alterns auch als vorteilhaft an dass du dann einfach dass man viel mehr seinen äh anderen Neigungen nachgehen kann, alles mehr in Ruhe! in Gelassenheit äh wahrnehmen kann äh es bringt also insgesamt alles sehr viel Vorteile dass man sich auch mehr mit geistigen geistigen Dingen beschäftigen beschäftigen kann 776: und das ist mir auch vom Bewusstsein her klar! an für sich, nur das Bewusstsein muss dahingehend noch mehr gestärkt werden ne also äh ich bin jetzt nicht mehr in der Angst dass ich noch ich sag's mal so Bäume ausreißen muss ähnlich wie früher (...) äh sondern äh schon ein bisschen äh mich mehr und mehr nur so mit mit schönem Buschwerk, beschäftige

795: ein bisschen stören mich weiterhin immer noch die, verbleibenden Ängste ne die die also durch Krankheiten wie es ja nun im Alter ist, natürlich immer wieder erneut äh aktualisiert werden

Annahme des Alters

Hadern mit dem Altern

JA

Positive Einstellung zum Alter

Negative Einstellung zum Alter

Neue Interessen

Neue Lebenseinstellung

Altersangepasste Verhaltensumstellung

Empfindlicher werden

Gedanken an Tod

Gedanken an Krankheit

JA

Ängste durch das Alter

JA

Einsamkeit

Vergesslichkeit

Nachlassende Leistungsfähigkeit

JA

Körperlicher Verfall

Weniger Zeit bleibt

Mehr Zeit steht zur Verfügung

Frau G:

325: wenn man so in einem gewissen Alter man kriegt das auch nicht so ganz (verändert)

677: (ich) frage ihn (Ehemann) auch ständig, ob's ihm gut geht (Lachen) (...) warum weiß ich jetzt nicht (Lachen) jo vielleicht so eine gewisse Fürsorge ich denke wenn man mal älter wird verhält man sich auch anders als wenn man jung ist (...) also ich

glaube, das fängt dann an wenn die Kinder aus dem Haus sind sonst spielt sich ja alles um die Kinder

721: wie gesagt in einem gewissen Alter kann man einen Menschen ich denke mal nicht mehr umkrempeln

767: also es ist manchmal schon sehr anstrengend (mit ihrem Mann) also für mich jedenfalls so, vielleicht hat es auch etwas damit zu tun dass man eben auch so kräftemäßig dann dann schon langsam abbaut ne also ich merke schon ich bin halt nicht mehr zwanzig oder nicht mehr vierzig oder fünfzig ne das macht sich sehr stark bemerkbar und ähm ähm wird es schon manchmal ein bisschen schwer

1359: schon so ein bisschen ja aber, ja, es war schwierig, als ich aus dem Berufsleben ausgestiegen bin das war eine schwierige Zeit anfangs

1386: und das sicher so mit dem Alter klar dass man die Falten kriegt und dies und jenes nicht mehr kann und graue Haare hat und jeder guckt so nach dem Motto 'ach Gott was will die Alte?' ist klar ne aber es ist schon manchmal schwierig ein bisschen und manchmal denk ich 'oh Gott ich kann ja noch so vieles

1433: also das ich denk mal das muss man auch man soll das nicht weit voran schieben (...) dieser Wohnungswechsel das war natürlich jetzt auch eben dass wir uns verändert haben ins Positive ja zum Beispiel wir haben jetzt unsere Arbeitsplatten alle höher oder jetzt so so eine Behindertentoilette also die auch höher ist und viele Dinge 1446: da bin ich schon die letzten Jahre die ganze Zeit da dran ja um das Ganze so ein bisschen auf altengerecht zu machen

1480: ja positiv ist dass ich mich nicht mehr wie gesagt im Berufsleben also wie's im Moment draußen aussieht dass ich mich da nicht mehr auseinander setzen muss

1490: und dann finde ich positiv dass man sich den Tag einteilen kann oder reisen kann wo man möchte ne und ja an für sich so ja das ist schon schön wenn man nicht immer auf die Uhr gucken muss 'da musst du jetzt hin'

1498: man kann also vieles selbst gestalten und sagen eben 'das will ich so oder das will ich so'

1506: man kann alles etwas ruhiger angehen lassen

Annahme des Alters	JA
Hadern mit dem Altern	JA
Positive Einstellung zum Alter	
Negative Einstellung zum Alter	

Neue Interessen	
Neue Lebenseinstellung	
Altersangepasste Verhaltensumstellung	JA

Empfindlicher werden	
Gedanken an Tod	
Gedanken an Krankheit	
Ängste durch das Alter	
Einsamkeit	
Vergesslichkeit	
Nachlassende Leistungsfähigkeit	
Körperlicher Verfall	JA
Weniger Zeit bleibt	
Mehr Zeit steht zur Verfügung	JA

Frau I:

314: also im Laufe der Jahre bin ich da empfindlicher geworden

668: (p:00:00:06) mh ja (p:00:00:04) ha das ist schwer zu sagen (Frage nach der Bedeutung des Themas Alter für sie persönlich)

673: nein das sind also eigentlich schon immer also Dinge die ich früher schon immer äh, geschätzt habe (Frage nach neuen Möglichkeiten und Fähigkeiten im Alter)

676: und ich habe eben jetzt ein bisschen mehr Zeit mich auch ein bisschen mit Malerei! zu beschäftigen

680: und äh ja und das ist eigentlich das was ich immer schon, was immer schon Werte für mich hatte das hab ich auch jetzt noch

683: ja und was das Alter anbetrifft muss ich sagen dass ich es soweit geschafft hab

686: ja (Bestätigung, dass sie ganz zufrieden ist) dass ich also so alt geworden bin inzwischen und dann auch noch mich also ganz gut bewegen kann und eben auch noch ein bisschen leben kann was mir Spaß macht

722: und das sind so Dinge die die ja die haben mich dann sehr getroffen (die schweren Krankheiten der anderen in der Gruppe zu sehen)

724: mit Kranksein ja (Frage nach Alter in Verbindung mit Kranksein)

1159: aber die (Herzlichkeit und Spontaneität) hatte meine Frau ??? aber die geht auch was verloren ist das altersbedingt? ich weiß es nicht.

1258: ich weiß nicht, alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst

Annahme des Alters	JA
Hadern mit dem Altern	
Positive Einstellung zum Alter	JA
Negative Einstellung zum Alter	

Neue Interessen  
Neue Lebenseinstellung

Altersangepasste Verhaltensumstellung	
Empfindlicher werden	JA
Gedanken an Tod	
Gedanken an Krankheit	JA
Ängste durch das Alter	
Einsamkeit	
Vergesslichkeit	
Nachlassende Leistungsfähigkeit	
Körperlicher Verfall	
Weniger Zeit bleibt	
Mehr Zeit steht zur Verfügung	JA

Herr J:

1881: älter werden ist nicht grundsätzlich positiv kann ich sagen

1899: also eher schon ein ein bisschen negativer äh weil weil ich oft merke dass dass Dinge die an mich herangetragen werden die mich auch belasten dass ich die nicht mehr so gut verpacke erstmal nehme ich das nicht mehr so so ruhig auf auf wie früher und und reg mich auch schneller auf selbst am Telefon wenn ich meine mein mein Gegenüber hat hier weiß ich nicht redet dummes Zeug oder will mich verschaukeln oder auch im täglichen Alltag passieren solche Dinge ich kann das nicht mehr so gut verpacken ich schliesse das wiederum auf's auf's Alter

1915: ich merke auch dass ich teilweise äh äh Sachen jetzt schon mal irgendwo hinlege oder machen wollte dann gehe ich raus und dann denke ich 'mein Gott Du hast das doch irgendwie Du hast das doch aufgeschrieben'

1930: so dann werde ich richtig krr da werde ich richtig nervös ne also ich schliess' das auf's Alter auch ein bisschen Vergesslichkeit nicht mehr so gut behalten können

1935: äh es ist alles ein bisschen nicht so positiv (...) ne ganz gefällt mir das nicht

1941: im Moment noch (Frage nach Möglichkeit damit umzugehen) ja im Moment schon noch ich hoffe dann immer wieder jetzt auch nach ruhigerer Zeit wird das dann alles besser, auch noch

1955: das betrifft höchstens ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod oder vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein wenn man den Partner nicht mehr hat das sind so die drei Dinge die ich dann die ich dann auf auf auf das Alter projiziere

Annahme des Alters	
Hadern mit dem Altern	
Positive Einstellung zum Alter	
Negative Einstellung zum Alter	JA

Neue Interessen

Neue Lebenseinstellung	
Altersangepasste Verhaltensumstellung	
Empfindlicher werden	JA
Gedanken an Tod	JA
Gedanken an Krankheit	JA
Ängste durch das Alter	
Einsamkeit	JA
Vergesslichkeit	JA
Nachlassende Leistungsfähigkeit	
Körperlicher Verfall	
Weniger Zeit bleibt	
Mehr Zeit steht zur Verfügung	

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Annahme des Alters	JA			JA	JA		JA	JA	
Hadern mit dem Altern			JA			JA	JA		
Positive Einstellung zum Alter	JA							JA	
Negative Einstellung zum Alter			JA						JA
Neue Interessen	JA								
Neue Lebenseinstellung	JA		JA						
Altersangepasste Verhaltensumstellung		JA		JA			JA		
Empfindlicher werden				JA				JA	JA
Gedanken an Tod		JA	JA						JA
Gedanken an Krankheit					JA	JA		JA	JA
Ängste durch das Alter			JA		JA	JA			
Einsamkeit			JA						JA
Vergesslichkeit					JA				JA
Nachlassende Leistungsfähigkeit				JA		JA			
Körperlicher Verfall				JA	JA		JA		
Weniger Zeit bleibt		JA	JA	JA					
Mehr Zeit steht zur Verfügung					JA		JA	JA	

## 6. Körperaspekte

Frau A:

330: eigentlich glaube ich nicht dass ich damit Veränderungen bemerkt habe. ich finde alte Körper überhaupt nicht schön wenn man in den Spiegel guckt. also ein schöner Anblick ist es nicht mehr wenn man älter wird. es ist halt so

334: und ich glaube nicht dass sich da jetzt viel geändert hat, wenigsten nicht bewusst bei mir

337: nein (weder Belastung, noch Wunsch nach Änderung)(...) ich fühl' mich wohl

345: man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön wofür? (lachen)

350: da hab ich keine Probleme. ich bin auch nicht auf der Suche nach nem Mann

Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation	JA
Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit	
Achtung auf körperliche Fitness	
Achtung auf Gewicht	

Herr B:

Frau C:

Herr D:

Frau E:

526: also so lange ich noch meine Figur halte ich finde wenn ich auf einmal, dicker werden würde dann wäre ich nicht so gut mit mir zufrieden

Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation	JA
Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit	
Achtung auf körperliche Fitness	
Achtung auf Gewicht	JA

Herr F:

147: (früher) als ich meinen Organismus als sehr stabil sah

555: dass sich das alles stabilisiert dass ich also auch wieder leistungsfähig! bin

756: und äh diese typischen Leistungsmerkmale früherer Zeiten, wo ich also

stundenlang schwimmen konnte Kilometer weit schwimmen konnte und äh

Radtouren täglich mit über hundert Kilometer machen konnte mit Gruppen das äh da

muss ich auch Abstriche machen

Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation

Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit JA

Achtung auf körperliche Fitness

Achtung auf Gewicht

Frau G:

Frau I:

Herr J:

1228: das sind so die die größten Qualitäten und dass ich auch körperlich bisher

immer sehr sehr fit war (...) und ja und wenn ich was sportlich gemacht habe,

eigentlich auch äh mittelprächtigt erfolgreich

1256: zu meinem Körper (Lachen) ein ganz normal vernünftiges (Verhältnis)

1859: ein bisschen Kraftübungen zu machen (in Zukunft) ich bin ziemlich schlapp

und ich brauch so so für den ganzen Körper jetzt ich bin so ein bisschen zittrig

geworden und ich denk natürlich und dann hab ich abgenommen dann war ich dann

automatisch ein bisschen klappriger

Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation JA

Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit

Achtung auf körperliche Fitness JA

Achtung auf Gewicht

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Akzeptanz der altersbedingten Körpersituation	JA				JA				JA
Wahrnehmung der Reduzierten Leistungsfähigkeit				JA		JA			
Verlust der Schönheit	JA								
Achtung auf körperliche Fitness									JA
Achtung auf Gewicht					JA				

## 7. Sexualität

Frau A:

357: nö (kein Wunsch nach neuer Partnerschaft)

376: das einzige wäre die Zärtlichkeit, auf der andere Seite ist das wieder so dass man dann wieder ne gewisse dass man wieder eng zusammen wohnt

Wunsch nach Partnerschaft

Kein Wunsch nach Partnerschaft JA

Sexuelle Aktivität ist reduziert

Keine sexuelle Aktivität

Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität

Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität

Partner wünscht sich mehr Sexualität

Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität

Zärtlichkeit

Wunsch nach Zärtlichkeit JA

Herr B:

Frau C:

591: da vermisse ich auch was (Partnerschaft) ja (Liebe)

595: genau Sexualität gehört ja alles dazu (...) und ja das vermisse ich schon

599: das vermisse ich schon

Wunsch nach Partnerschaft JA

Kein Wunsch nach Partnerschaft

Sexuelle Aktivität ist reduziert

Keine sexuelle Aktivität

Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität JA

Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität

Partner wünscht sich mehr Sexualität

Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität

Zärtlichkeit

Wunsch nach Zärtlichkeit

Herr D:



1168: ja es (das Sexuelleben) hat sich insofern verändert als als es nicht mehr so intensiv ist, das das das der reine sexuelle äh äh Akt (...) da bin ich aber sind wir beide nicht mehr so ähm so äh nicht mehr so so aktiv im Moment

1177: nein im Moment! bedauere ich das nicht

Wunsch nach Partnerschaft

Kein Wunsch nach Partnerschaft

Sexuelle Aktivität ist reduziert

JA

Keine sexuelle Aktivität

Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität

Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität

JA

Partner wünscht sich mehr Sexualität

Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität

Zärtlichkeit

Wunsch nach Zärtlichkeit

Frau E:

531: ja (p : 00 :00 :09) also es ist eigentlich gleich Null (Sexualität) (...) Zärtlichkeiten gibt es viel aber äh sexueller Art eigentlich weniger

535: also ich eigentlich ja manchmal schon (Wunsch nach Sexualität), aber eigentlich finde ich das okay, ich glaube aber mein Mann der ist da nicht so, ganz so zufrieden

538: nee das ist kein Thema (Sexualität)

540: ja! ja ja in jedem Fall (hat dies mit dem Alter zu tun)

Wunsch nach Partnerschaft

Kein Wunsch nach Partnerschaft

Sexuelle Aktivität ist reduziert

Keine sexuelle Aktivität

JA

Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität

Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität

JA

Partner wünscht sich mehr Sexualität

JA

Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität

Zärtlichkeit

JA

Wunsch nach Zärtlichkeit

Herr F:

1066: dass da im sexuellen Bereich auch alles etwas sparsamer läuft, aber bewusst nicht jetzt als als großer Verlust oder was anzusehen das ist ja ja bei der Partnerin

ähnlich so 1074: aber äh er der ist gering zu bewerten und das belastet mich auch nicht mehr

dass das halt eben alles ein bisschen abnimmt zum einen das die Häufigkeit  
meine ich abnimmt ne

Wunsch nach Partnerschaft  
Kein Wunsch nach Partnerschaft  
Sexuelle Aktivität ist reduziert JA  
Keine sexuelle Aktivität  
Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität  
Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität JA  
Partner wünscht sich mehr Sexualität  
Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität  
Zärtlichkeit  
Wunsch nach Zärtlichkeit

Frau G:

779: mh ja sie war nie ähm tja wie soll ich das sagen so sehr sehr aktiv mein Mann  
aber auch nicht ja jetzt im Alter ist es eben weniger geworden viel weniger

784: also ich weiß nicht mein Mann der sagt an für sich nie was oder so, und für mich  
ist das okay.

Wunsch nach Partnerschaft  
Kein Wunsch nach Partnerschaft  
Sexuelle Aktivität ist reduziert JA  
Keine sexuelle Aktivität  
Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität  
Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität JA  
Partner wünscht sich mehr Sexualität  
Kein Wunsch des Partners nach mehr Sexualität  
Zärtlichkeit  
Wunsch nach Zärtlichkeit

Frau I:

Herr J:

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Wunsch nach Partnerschaft			JA						
Kein Wunsch nach Partnerschaft	JA								
Sexuelle Aktivität ist reduziert				JA		JA	JA		
Keine sexuelle Aktivität					JA				
Wunsch nach Sexualität/gesteigerter Sexualität			JA						
Kein Wunsch nach gesteigerter Sexualität				JA	JA	JA	JA		

Partner wünscht sich mehr Sexualität					JA				
Zärtlichkeit					JA				
Wunsch nach Zärtlichkeit	JA								

## 8. Zeit

Frau A:

167: wahrscheinlich (spielen da Ängste eine Rolle) (...) das hadare das macht mir Spaß, und auch alles andere auch. aber irgendwie mache ich das so als ob heut der letzte Tag wär und ich morgen keine Zeit mehr hätte. (...) vorher (vor der Krebserkrankung) war das eigentlich nicht so.

182: aber um dem entgegen zu wirken. aber irgendwie ich mach unheimlich schnell als ob ich morgen keine Zeit mehr hätte irgend was zu machen.

Mehr Zeit haben

Muße durch mehr Zeit

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben

Die Zeit läuft immer schneller

Wenig Zeit vom Leben bleibt

JA

Vieles ist bereits vorbei

Nutze die verbleibende Zeit

Herr B:

612: jetzt hier zum Beispiel ich fahre nicht mit dem Auto ich fahre mit dem Fahrrad ich habe doch Zeit genug

1256: ja es gibt Dinge die mir die mir davon rennen

Mehr Zeit haben

Muße durch mehr Zeit

JA

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben

Die Zeit läuft immer schneller

JA

Wenig Zeit vom Leben bleibt

Vieles ist bereits vorbei

Nutze die verbleibende Zeit

Frau C:

259: die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer

301: dass ich sage 'also Du musst Dir klar sein also so viel Zeit was Schönes zu erleben was Schönes zu tun ist nicht mehr also mach es jetzt'

430: und dann rufe ich sofort an und dann sage ich 'mein Gott du hast den ganzen Tag Zeit den anzurufen wieso denn jetzt sofort wieder?'

1035: auf alle Fälle nichts mehr zu verschieben

Mehr Zeit haben

Muße durch mehr Zeit

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben

Die Zeit läuft immer schneller

Wenig Zeit vom Leben bleibt

JA

Vieles ist bereits vorbei

Nutze die verbleibende Zeit

JA

Herr D:

1043: weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und der so viel Zeit hat

1143: dann muss das ja alles in Ordnung sein also da hast du ja gar nicht mehr so viel Zeit

1593: ich mache mir schon ich ich ich also das Alter ist schon ich hätte nicht gedacht dass es auf einmal so schnell geht (...) mein Gott das ist also und jetzt ist alles schon vorbei das kann doch nicht wahr sein

1621: was mir immer auffällt obwohl ich mehr Zeit habe hätte habe geht die Zeit viel schneller rum (...) die Zeit rast

1638: die Zeit ist noch schneller geworden

1654: zack es geht rucki es geht rucki de zucki

Mehr Zeit haben

JA

Muße durch mehr Zeit

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben

JA

Die Zeit läuft immer schneller

JA

Wenig Zeit vom Leben bleibt

Vieles ist bereits vorbei

JA

Nutze die verbleibende Zeit

Frau E:

568: dass man mehr Zeit zur Verfügung hat (im Alter)

Mehr Zeit haben

JA

Muße durch mehr Zeit

Leerlauf durch mehr Zeit  
Zu wenig Zeit haben  
Die Zeit läuft immer schneller  
Wenig Zeit vom Leben bleibt  
Vieles ist bereits vorbei  
Nutze die verbleibende Zeit

Herr F:

764: sehe ich dann so diesen Bereich des Alterns auch als vorteilhaft an dass du dann einfach dass man viel mehr seinen äh anderen Neigungen nachgehen kann, alles mehr in Ruhe! in Gelassenheit äh wahrnehmen kann äh es bringt also insgesamt alles sehr viel Vorteile

Mehr Zeit haben JA  
Muße durch mehr Zeit  
Leerlauf durch mehr Zeit  
Zu wenig Zeit haben  
Die Zeit läuft immer schneller  
Wenig Zeit vom Leben bleibt  
Vieles ist bereits vorbei  
Nutze die verbleibende Zeit

Frau G:

1493: das ist schon schön wenn man nicht immer auf die Uhr gucken muss 'da musst du jetzt hin' (als Rentner)

Mehr Zeit haben  
Muße durch mehr Zeit JA  
Leerlauf durch mehr Zeit  
Zu wenig Zeit haben  
Die Zeit läuft immer schneller  
Wenig Zeit vom Leben bleibt  
Vieles ist bereits vorbei  
Nutze die verbleibende Zeit

Frau I:

324: es hat damit zu tun (dass sie empfindlicher geworden ist) dass ich auch dann Zeit! habe viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

676: und ich habe eben jetzt ein bisschen mehr Zeit

Mehr Zeit haben JA  
Muße durch mehr Zeit  
Leerlauf durch mehr Zeit JA  
Zu wenig Zeit haben

Die Zeit läuft immer schneller  
 Wenig Zeit vom Leben bleibt  
 Vieles ist bereits vorbei  
 Nutze die verbleibende Zeit

Herr J:

809: ich will jetzt anfangen, äh was zu machen wo ich vorher keine Zeit hatte

1873: weil ich hab ja eigentlich den ganzen Tag zur Verfügung zwar eigentlich aber

Sie wissen ja selbst, Rentner und Zeit ist (...) ist ein Thema für sich (Lachen) genau

Mehr Zeit haben JA

Muße durch mehr Zeit

Leerlauf durch mehr Zeit

Zu wenig Zeit haben JA

Die Zeit läuft immer schneller

Wenig Zeit vom Leben bleibt

Vieles ist bereits vorbei

Nutze die verbleibende Zeit

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Mehr Zeit haben				JA	JA	JA		JA	JA
Muße durch mehr Zeit		JA					JA		
Leerlauf durch mehr Zeit								JA	
Zu wenig Zeit haben				JA					JA
Die Zeit läuft immer schneller		JA		JA					
Wenig Zeit vom Leben bleibt	JA		JA						
Vieles ist bereits vorbei				JA					
Nutze die verbleibende Zeit			JA						

## 9. Ängste

(Abgrenzung zu zukunftsbezogenen Ängsten)

Frau A:

701: und wenn ein intelligenter Mensch dann so, ne also, des, da kann ich nicht mit umgehen. Ich kann nicht hingehen (zur dementen Schwester im Pflegeheim)

Angst vor dem Tod

Angst vor/wegen Krankheit JA

Angst vor Vergesslichkeit

Angst vor dem Alleinsein

Panik

Sorgen um Angehörige  
Unterstützung durch Angehörige  
Einschränkung durch Ängste  
Verbesserung der Ängste  
Verbesserung der Ängste im Urlaub

Herr B:

73: dass ich eben äh halt oft was vergesse aber immer in einer gewissen Unruhe bin  
(...) ja das macht mir Sorgen ja

78: weil man ja nun oft genug liest und auch hört äh von Demenz ich weiß nicht ob  
das äh der Anfang von Demenz ist oder ob das ich behaupte! immer das wäre  
Unkonzentriertheit

82: das ist mir auch schon früher öfter passiert auch im Berufsleben

99: und das ist das was mir dann zu schaffen macht

102: es+ war! schon immer dass ich Konzentrationsmangel hatte aber das war  
schon in frühester Jugend so

Angst vor dem Tod

Angst vor/wegen Krankheit

Angst vor Vergesslichkeit

JA

Angst vor dem Alleinsein

Panik

Sorgen um Angehörige

Unterstützung durch Angehörige

Einschränkung durch Ängste

Verbesserung der Ängste

Verbesserung der Ängste im Urlaub

Frau C:

39: ja (ohne Ängste) 41: also vorher (vor Antritt der Reise nach Shanghai) vorher! ist  
es also fast am Ende mit meinen Nerven! (lacht nervös) also das schaffe ich alles  
nicht und das geht alles nicht und dann wird das alles auch noch verstärkt aber dem  
geb ich halt nicht nach

80: und da (Schanghai) ist alles so weit weg da ist Düsseldorf weg da sind die  
ganzen Belastungen weg

212: ich bin sehr dankbar dass ich wieder nach Asien reisen konnte und äh dass ich  
wieder gesund zurück gekommen bin und äh die Flugangst die ich ja nun schon mal  
überwunden! habe das ist ja schon mal ganz viel

219: so versuche ich halt äh wenn die Ängste kommen ja dann sage ich 'gut komm jetzt setz dich hin und du weißt genau es ist nichts'

226: so ne+ Person wo ich dann ganz schnell sagen kann 'oh ich bin in einer Panik gleich jetzt sterbe ich' ne also äh das das brauche ich

307: aber dieses dann nächstes Jahr oder dann das kommt ja aus der Angst heraus schaff ich's wieder kann ich's geht's nicht ne die Angst ist dann dominierend und sagt 'ne ne ne komm das klappt gar nicht das machst du nicht und so' ich sag's +jetzt einfach mal so und äh ich denke ich hab die ein bisschen besser im Griff

1102: ich konnte immer sehr sehr schlecht vermitteln ja wie fühlt man sich in der Angst? wenn's einer nicht kennt

1112: denke da kann man auch sehr viel lernen wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch das würde mich also als erstes ganz ganz stark interessieren

1126: dass ich eben mein ganzes Leben lang diese Todesängste gehabt habe

Angst vor dem Tod	JA
Angst vor/wegen Krankheit	
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	JA
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	JA
Verbesserung der Ängste	JA
Verbesserung der Ängste im Urlaub	JA

Herr D:

281: (Seufzer) und dann das war natürlich auch wieder da denken sie ja auch in dem Alter 'wenn das jetzt nicht geklappt hätte (Begutachtung der Rentenversicherung), ich wäre ja äh Hartz\_vier

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

524: da bin ich ja auch immer so einer der immer schon nach worst case annehmen und schon alles durchspielen

719: obwohl ich auch ein bisschen Angst hatte weil ja diese Bereiche, im menschlichen Körper sind ja nicht ähm ähm wie soll ich sagen sind ja nicht äh immer so so relaxed zu sehen wenn da was ist

Angst vor dem Tod	
Angst vor/wegen Krankheit	JA



Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	JA
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	
Verbesserung der Ängste	JA
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Frau E:

81: und auch natürlich äh, die große Angst auf einer Zeitbombe zu sitzen (wegen der Medikamenten-Unverträglichkeit) jeder Mensch braucht irgend wann mal Medikamente

548: ich vergesse so viel und das macht mir schon Angst, Alter an sich nicht, aber Krankheit und was vielleicht noch schlimmer ist dann diese, Vergesslichkeit

551: dass ich, dass ich dann nicht mehr weiß was ich gestern getan habe (Frage nach ihren Befürchtungen)

560: das macht mir schon Angst (...) und auch so die Wortfindung, ich habe oft so Probleme dann die richtigen Wörter zu finden die fehlen mir dann auf einmal

Angst vor dem Tod	
Angst vor/wegen Krankheit	JA
Angst vor Vergesslichkeit	JA
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	
Verbesserung der Ängste	
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Herr F:

119: ich habe schon jetzt noch äh gewisse Ängste, und Befürchtungen also einerseits bezüglich der rein organischen, äh Gesundheitsstatik andererseits auch äh, zum Beispiel psychisch bedingt also dass ich dass ich Ängste davor habe äh ist das so in Ordnung für die Zukunft? kann ich wenn ich alleine bin wenn wieder was passiert, äh was mache ich äh wie kann ich damit umgehen

127: ne grundsätzliche, Angststörung oder auch Befürchtungen äh sind weiterhin vorhanden

141: Angst vor vor dem Alleinsein

167: und das! macht mir natürlich höllische machte mir höllische Angst (Angst vor dem Bewusstlos werden) weil ich an und für sich ein sehr flexibler Mensch bin viel

Auto fahre dann malt man sich ja die Situation aus wie das dann wäre wenn das zum Beispiel beim Autofahren passiert

178: dann kommen natürlich andere Ängste dazu, und das sind dann auch schon Befürchtungen die in die Richtung gehen Herz-Keislauf-System

453: weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause wenn meine Frau also mal so manchmal ist sie so äh zumindest in den letzten letzten Jahren war sie so neben- ehrenamtlich war sie da dann ist sie auch zu Seminaren unterwegs und dann ist sie so zwei drei Tage weg und das macht mir also schon Angst 465: dann hätte ich schon Ängste dass mir irgendwie mit meinem Herzen was mal wieder was passieren kann

483: das kann ich also heute alles noch nicht wieder in der Form so machen weil ich dann Ängste habe (Fahrrad fahren durch die Wälder)

490: aber das bessert! sich alles und so einzelne Tage wenn meine Frau zum Beispiel jetzt morgens losfährt und abends wieder kommt das macht mir alles schon gar nichts mehr ne

824: aber auf jeden Fall Befürchtungen und Ängste bezüglich zunehmender äh gesundheitlicher Störungen ja

841: muss ich insbesondere diese diese Ängste die ich ja immer noch wahrnehme weitgehend äh reduzieren oder beseitigen damit ich meine Persönlichkeitsstruktur wieder so richtig ausleben kann

1008: mit dem Auto zu fahren ne alleine (...) fühle ich mich also unsicher äh längere Strecken mit dem Auto zu fahren

1027: ich weiß der Effekt klingt ein bisschen lächerlich aber ohne meine Frau mach ich nichts so ungefähr (kurzes Lachen)

1290: sie (Ehefrau) berät mich da sehr gut (in Bezug auf seine Ängste) und gibt mir auch immer wieder wichtige Hinweise auch oft beruhigende Hinweise 1308: auch immer auch an Schulungen und Seminaren teilnimmt die sich insbesondere im weitesten Sinne! mit der Psychologie äh der Menschen auch älterer Menschen äh beschäftigen

317: das hilft dass das von ihr auch alles sehr gut verstanden wird und dann für mich auch sehr oft sehr sehr gute Hinweise kommen und und äh Gefühls- Gefühle und auch äh Anregungen kommen

Angst vor dem Tod

Angst vor/wegen Krankheit

Angst vor Vergesslichkeit

JA

Angst vor dem Alleinsein	JA
Panik	
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	JA
Einschränkung durch Ängste	JA
Verbesserung der Ängste	JA
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Frau G:

587: ja! das fängt dann genauso an ne (bei einer Beerdigung) wenn ich dann in der (Lachen) in der Kapelle dann da sitze dann geht das los mit dem Zittern und fängt dann an erst mal ein trockener Hals und dann fang ich an zu schlucken und dann ja, dann gehen diese Beschwerden dann langsam los ne und ich bin dann ganz froh wenn wir dann wieder raus können und ein bisschen laufen und ja

Angst vor dem Tod	JA
Angst vor/wegen Krankheit	
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	
Zukunftsängste	
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	
Verbesserung der Ängste	
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Frau I:

38: als die dann nun sozusagen weg waren (die Schmerzen) nur hin und wieder mal auftraten da war ich doch noch sehr in Spannung also einfach in der Angst es könnte wiederkommen

Angst vor dem Tod	
Angst vor/wegen Krankheit	JA
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	
Panik	
Zukunftsängste	
Sorgen um Angehörige	
Unterstützung durch Angehörige	
Einschränkung durch Ängste	
Verbesserung der Ängste	
Verbesserung der Ängste im Urlaub	

Herr J:

494: und das hängt mir auch so ein bisschen nach (die Gedanken an seinen zuerst nicht diagnostizierter Darmverschluss)

496: immer wenn mir übel ist schlecht ist dann denke ich schon 'wer hat denn Bereitschaft? und, zu welchem Arzt gehst Du denn? ach der Arzt hat jetzt Urlaub dann müsstest Du ja dahin gehen und hoffentlich kommst Du nicht in dieses Krankenhaus und Dir widerfährt wieder diese verfluchte schlechte Geschichte

718: ja und dann hat der Sohn eine Eigentumswohnung in Hannover gekauft da sind wir auch so unglücklich mit, mit dem Bad neuen sind wir unglücklich da mache ich mir auch ein bisschen Gedanken

767: und da waren natürlich auch wieder ein paar Gedanken auch wieder ha weiß ich nicht 'macht er es jetzt wirklich richtig?' oder oder 'steht er jetzt voll dahinter?' oder die Eltern machen sich ja immer Gedanken meine Frau noch viel mehr als ich und belastet mich dann natürlich auch wieder

789: und äh na ja sie ist sowieso nicht die Gesundeste da mache ich mir auch immer Gedanken 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so?

794: ja ich ziehe mir das auch ein bisschen an (Frage, ob er sich viele Sorgen macht)

885: aber es ich bin jeden alle drei Monate zum zur Routineuntersuchung, was mich natürlich auch beschäftigt

1089: das ist schon wieder was was (neue Wohnung von seinem Sohn) ich so wo ich denke 'das kann nicht wahr sein' das belastet mich

1539: und früher war ich immer mit einem Ohr auf und, aus der Angst heraus dieser Migränegeschichten (von seiner Frau)

1551: ja ja auf jeden Fall ja das, das das Problem liegt ganz ganz oben also da komm ich auch nicht raus (Frage, ob er sich schnell Sorgen um seine Frau macht) ich versuch das äh, so ein bisschen, ja zu glätten aber das fällt mir sehr schwer das kann ich nicht so richtig

1955: das betrifft (Thema Sorgen) höchstens ja den Tod die Krankheit oder in umgekehrter Folge die Krankheit den Tod oder vielleicht das äh das Verlieren äh äh oder oder Alleinsein wenn man den Partner nicht mehr hat das sind so die drei Dinge die ich dann die ich dann auf auf auf das Alter projiziere

Angst vor dem Tod	JA
Angst vor/wegen Krankheit	JA
Angst vor Vergesslichkeit	
Angst vor dem Alleinsein	JA
Panik	
Zukunftsängste	

Sorgen um Angehörige  
 Unterstützung durch Angehörige  
 Einschränkung durch Ängste  
 Verbesserung der Ängste  
 Verbesserung der Ängste im Urlaub

JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Angst vor dem Tod			JA				JA		JA
Angst vor/wegen Krankheit	JA			JA	JA	JA		JA	JA
Angst vor Vergesslichkeit		JA			JA				
Angst vor dem Alleinsein						JA			JA
Panik			JA	JA					
Sorgen um Angehörige									JA
Unterstützung durch Angehörige						JA			
Einschränkung durch Ängste			JA			JA			
Verbesserung der Ängste			JA	JA		JA			
Verbesserung der Ängste im Urlaub			JA						

## 10. Äußerungen der Resignation

Frau A:

269: das ist halt so (Freunde blieben nach dem Tod des Ehemannes weg)

332: es ist halt so (körperlicher Verfall im Alter)

345: man ist nicht mehr jung. man ist nicht mehr knackig. man ist nicht mehr schön

wofür? (lachen)

Annahme

JA

Ohnmacht/Machtlosigkeit

Ausgeliefert sein

Wunsch sich zu fügen

Wunsch etwas zu ändern

Trotz

Bezogen auf:

Alter

JA

Körperliche Veränderungen

JA

Leistungsverlust

Statusverlust

Probleme mit Kindern

Probleme in der Partnerschaft

Verlust von Freunden

JA

Sich selbst verändern

Unerfüllte Wünsche  
Psychische Erkrankung  
Kindheit

Herr B:

1106: ich nehme viele Dinge hin es ist so dass ich so alt bin und es ist so dass meine Tochter ihr ihr Medizinstudium gemacht hat und das ist so und es ist so dass meine Frau eben halt äh ich sage es ruhig oder sage es zum einen stärker ist als ich es ist so ich nehme das so hin, aber damit ist das Thema für mich aber auch erledigt jetzt also ich ich versuche dann auch äh das mit meiner Tochter es ist so und ich muss sagen ich ich lebe damit jetzt und versuche das Beste daraus zu machen

1125: ja ändern kann ich nichts daran das das das stimmt ja, ich wüsste nicht wie wie ich das ändern sollte jetzt

1132: ich nehme es hin ja

1256: ja es gibt Dinge die mir die mir davon rennen

Annahme

Ohnmacht/Machtlosigkeit JA

Ausgeliefert sein

Wunsch sich zu fügen JA

Wunsch etwas zu ändern

Trotz

Bezogen auf:

Alter

Körperliche Veränderungen

Leistungsverlust

Statusverlust

Probleme mit Kindern JA

Probleme in der Partnerschaft JA

Verlust von Freunden

Sich selbst verändern

Unerfüllte Wünsche

Psychische Erkrankung

Kindheit

Frau C:

267: obwohl ich's eben vielleicht gekonnt hätte wenn ich ein bisschen anders äh geworden wäre aber das bin ich nun mal nicht

534: ich sag mal so in meinem Leben äh fehlt die Liebe und äh die Liebe die kann ja nichts ersetzen also alles was ich tue was die Defizite sind da Zeit meines Lebens und das kann dir auch nicht gefüllt werden diese Schublade, die ist leer

1147: und deshalb denk ich äh, sind die Ängste auch etwas zurück gegangen (die Todesängste mit dem Alter) weil ich's annehmen muss

Annahme	JA
Ohnmacht/Machtlosigkeit	
Ausgeliefert sein	
Wunsch sich zu fügen	
Wunsch etwas zu ändern	
Trotz	
Bezogen auf:	
Alter	
Körperliche Veränderungen	
Leistungsverlust	
Statusverlust	
Probleme mit Kindern	
Probleme in der Partnerschaft	
Verlust von Freunden	
Sich selbst verändern	JA
Unerfüllte Wünsche	JA
Psychische Erkrankung	JA
Kindheit	

Herr D:

1028: wir haben jetzt leider nur noch eine 2-Zimmer-Wohnung aber gut egal

1609: Aktivitäten sind's genug nur man meint immer! es ist zu wenig oder ich meine dann immer es wäre zu wenig weil man früher viel mehr gemacht hat aber dann es ist es ist damit und das muss ich akzeptieren es ist und das akzeptier ich mittlerweile auch dass ich sage 'ne Schluss'

Annahme	JA
Ohnmacht/Machtlosigkeit	
Ausgeliefert sein	
Wunsch sich zu fügen	JA
Wunsch etwas zu ändern	
Trotz	
Bezogen auf:	
Alter	JA
Körperliche Veränderungen	
Leistungsverlust	
Statusverlust	JA
Probleme mit Kindern	
Probleme in der Partnerschaft	
Verlust von Freunden	
Sich selbst verändern	
Unerfüllte Wünsche	
Psychische Erkrankung	

## Kindheit

Frau E:

272: bin dann auch nicht in der Lage mich dann irgendwie einzubringen, ich merke wie ich vollkommen blockiert bin (wenn sie übergangen wird)

382: ja ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht (Öffnen in der Gruppe)

399: es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können (die Gruppe)

Annahme

Ohnmacht/Machtlosigkeit JA

Ausgeliefert sein JA

Wunsch sich zu fügen

Wunsch etwas zu ändern JA

Trotz

Bezogen auf:

Alter

Körperliche Veränderungen

Leistungsverlust

Statusverlust

Probleme mit Kindern

Probleme in der Partnerschaft

Verlust von Freunden

Sich selbst verändern JA

Unerfüllte Wünsche

Psychische Erkrankung JA

Kindheit

Herr F:

750: diese rein beruflichen äh Qualitätsmerkmale äh da bin ich mir darüber im klaren, die werde ich nicht mehr erreichen können (...) da komm ich also nicht wieder hin da muss ich Abstriche machen da muss ich einfach loslassen können das muss ich abgeben

756: diese typischen Leistungsmerkmale früherer Zeiten, wo ich also stundenlang schwimmen konnte (...) das äh da muss ich auch Abstriche machen so dass mir also und so ist es in manch anderen kleineren Bereichen auch dass ich da überall Abstriche machen muss

Annahme

Ohnmacht/Machtlosigkeit



Ausgeliefert sein	
Wunsch sich zu fügen	JA
Wunsch etwas zu ändern	
Trotz	

Bezogen auf:	
Alter	JA
Körperliche Veränderungen	JA
Leistungsverlust	JA
Statusverlust	
Probleme mit Kindern	
Probleme in der Partnerschaft	
Verlust von Freunden	
Sich selbst verändern	
Unerfüllte Wünsche	
Psychische Erkrankung	
Kindheit	

Frau G:

147: ich sag 'ja was nützt mir das denn? wenn ich mich dann fünf oder zehn Minuten lang hinsetze' (...) aber das es es bringt ja nichts

295: ich weiß das alles aber es sind es gibt Dinge die (Stöhnen) ja da kommt man einfach nicht gegen an auch wenn man von hier oben weiß das ist schädlich (...) tja es ist vielleicht so meine Art, keine Ahnung

325: tja tja machen Sie was gegen (ihren Zwang nach Perfektion)

357: aber na ja gut es ist so (...) wir sind ja schon seit neununddreißig Jahren verheiratet diesen Monat (Lachen) da da ist nichts mehr zu ändern (Lachen)

954: aber mittlerweile habe ich mich schon ein bisschen damit arrangiert obwohl auch immer noch nicht so ganz aber na ja, es ist eben so ne (Lebensführung ihres Sohnes)

1089: nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind gewesen (ihre Kindheitserfahrungen)

1095: es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie

Annahme	
Ohnmacht/Machtlosigkeit	JA
Ausgeliefert sein	JA
Wunsch sich zu fügen	

Wunsch etwas zu ändern JA  
Trotz JA

Bezogen auf:

Alter  
Körperliche Veränderungen  
Leistungsverlust  
Statusverlust  
Probleme mit Kindern JA  
Probleme in der Partnerschaft JA  
Verlust von Freunden  
Sich selbst verändern JA  
Unerfüllte Wünsche  
Psychische Erkrankung JA  
Kindheit JA

Frau I:

293: ja dass gibt's manchmal (schlechte Stimmung) das passiert halt (...) das passiert

710: so ist das wenn wenn man älter wird

Annahme JA  
Ohnmacht/Machtlosigkeit  
Ausgeliefert sein  
Wunsch sich zu fügen  
Wunsch etwas zu ändern  
Trotz

Bezogen auf:

Alter JA  
Körperliche Veränderungen  
Leistungsverlust  
Statusverlust  
Probleme mit Kindern  
Probleme in der Partnerschaft  
Verlust von Freunden  
Sich selbst verändern  
Unerfüllte Wünsche  
Psychische Erkrankung  
Kindheit

Herr J:

1535: ja da lebe ich mit (mit was ihn an seiner Frau stört)

1994: äh äh äh ich ich kann der Sache sowieso nicht ausweichen die auf mich

zukommt die gesetzesmäßig ablaufen die vorbereitet werden äh von daher versuche

ich dann ein bisschen den Verdrängungswettbewerb anzugehen und sag das verdränge ich und das brauche ich nicht da muss ich mich nicht mit belasten

Annahme JA  
 Ohnmacht/Machtlosigkeit JA  
 Ausgeliefert sein  
 Wunsch sich zu fügen  
 Wunsch etwas zu ändern  
 Trotz

Bezogen auf:  
 Alter JA  
 Körperliche Veränderungen  
 Leistungsverlust  
 Statusverlust  
 Probleme mit Kindern  
 Probleme in der Partnerschaft JA  
 Verlust von Freunden  
 Sich selbst verändern  
 Unerfüllte Wünsche  
 Psychische Erkrankung  
 Kindheit

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Annahme	JA		JA	JA				JA	JA
Ohnmacht/Machtlosigkeit		JA			JA		JA		JA
Ausgeliefert sein					JA		JA		
Wunsch sich zu fügen		JA		JA		JA			
Wunsch etwas zu ändern					JA		JA		
Trotz							JA		
Bezogen auf:									
Alter	JA			JA		JA		JA	JA
Körperliche Veränderungen	JA					JA			
Leistungsverlust						JA			
Statusverlust				JA					
Probleme mit Kindern		JA					JA		
Probleme in der Partnerschaft		JA					JA		JA
Verlust von Freunden	JA								
Sich selbst verändern			JA		JA		JA		
Unerfüllte Wünsche			JA						
Psychische Erkrankung			JA		JA		JA		
Kindheit							JA		

## 11. Zukunftsvorstellungen

Frau A:

645: ich hoffe dass ich gesund bleibe 647: und wenn nicht (die Behandlung nicht anschlägt) dann hoffe ich nicht dass ich an Krebs sterbe sondern an meiner Herz-  
an Herzinfarkt dass es schnell geht

652: ansonsten hab ich mir noch gar keine Gedanken drüber gemacht

656: ich glaube nicht dass ich noch soo eine riesen Lebenserwartung hab

658: ich glaube nicht dass sich da in meinem Umfeld viel ändern wird

Wunsch nach Gesundheit JA

Sorge über die Gesundheit

Gedanken an den Tod JA

Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität

Wunsch nach mehr sozialen Kontakten

Wunsch nach Reisen

Wunsch möglichst lange so weiterzuleben

Zukunftsängste

Herr B:

770: angenehmere Beziehungen (Wunsch nach mehr und besseren sozialen Kontakten)

1137: (+p:00:00:08) es gibt Wünsche aber Sorgen?

1151: ich möchte im gesunden Zustand, das hört sich jetzt blöd an den Rest meines Lebens noch bestimmen können

1159: vielleicht eine Eigentumswohnung in einer angenehmen Lage wo man also einigermaßen äh schön lebt also würde dann nicht auf was verzichten

1168: und da mache ich mir nicht Sorgen aber da kommt ab und zu mal 'mein Gott wie geht das weiter'

1234: ich wäre sehr reise- reiselustig das würde mir Spaß machen, auch nur in Deutschland oder Europa manchmal träume ich von einem kleinen Bus wo man auch notfalls mal drin schlafen kann

1264: ich meine wir haben es schön zu Hause aber ich weiß dass irgendwann kommt der Tag wo es nicht mehr geht und das möchte ich wie gesagt möchte ich gerne in körperlichen und geistigem normalen Zustand erleben

Wunsch nach Gesundheit	JA
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	JA
Wunsch nach Reisen	JA
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	JA

Frau C:

373: auf der einen Seite weiß ich's nicht und auf der anderen Seite sind eben ja sehr viele Wünsche offen

1039: zu sagen zwei Mal im Jahr nach Schanghai

1047: mich auch mal aufzuraffen und äh weg zu reisen

1064: meine Kontakte die alten schon zu pflegen aber auch ein bisschen aufgeschlossener, rauszukommen das wäre also so meine Vorstellung

1122: ja natürlich das Ende das Ende (Ängste und Sorgen vor dem 80. Geburtstag) das Ende

Wunsch nach Gesundheit	
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	JA
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	JA
Wunsch nach Reisen	JA
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	

Herr D:

115: und da habe ich ein bisschen Befürchtung (bezogen auf die Bauchschmerzen seiner Frau) es könnte ja und gerade in unserem Alter und was weiß ich nicht ist man etwas äh angespannt!

695: wie soll ich sagen ja doch je älter man wird schon (Antwort auf Frage nach Sorgen über die Gesundheit)

Wunsch nach Gesundheit	
Sorge über die Gesundheit	JA

Gedanken an den Tod  
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität  
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten  
Wunsch nach Reisen  
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben  
Zukunftsängste

Frau E:

590: ja ich hoffe dass das so bleibt wie es ist und, und ja mein Wunsch wäre ja wie ein Wunder dass sich mal meine Tabletten-Unverträglichkeit aufheben würde das ich dann dann wäre ich auch, ich könnte auch lockerer dann sein ich könnte zum Beispiel auch Sachen machen dann mit der Hüfte (...) und wenn ich dann so in dem Fall mal Schmerzmittel nehmen könnte oder wenn wir mal ne schöne Wanderung machen möchten, wir sind früher sehr oft und sehr viel gewandert

607: ja und ansonsten, ich hab keine Lebensplanung nein, ich hoffe nur dass alles so läuft wie bisher

Wunsch nach Gesundheit	JA
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	JA
Zukunftsängste	

Herr F:

121: dass ich Ängste davor habe äh ist das so in Ordnung für die Zukunft?

Wunsch nach Gesundheit	
Sorge über die Gesundheit	
Gedanken an den Tod	
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität	
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten	
Wunsch nach Reisen	
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben	
Zukunftsängste	JA

Frau G:

274: und (Lachen) wir gucken was jetzt erneut auf einen zukommt (Lachen)

425: da fahren wir mit Sicherheit wieder hin (Thailand) nur dieses Jahr geht das nicht da müssen wir einen Haushalt auflösen da im Haus von meinen Eltern

1411: (Frage nach Zukunftsängsten) da überlegt man schon wie lange macht man das noch? ja das ist schon etwas was einen jeden Tag so dass man denkt na ja wer weiß wie lange das noch geht wie lange man noch Autofahren kann wie lange wir das halt noch so machen können wie lange können wir noch den oder den besuchen

1425: da sieht's schon ganz bitter aus (bei einem befreundeten Pärchen) und da denkt man natürlich schon dran ne

Wunsch nach Gesundheit

Sorge über die Gesundheit

Gedanken an den Tod

Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität JA

Wunsch nach mehr sozialen Kontakten

Wunsch nach Reisen JA

Wunsch möglichst lange so weiterzuleben

Zukunftsängste

Frau I:

101: das ist Gott sei Dank und ich hoffe das (ihre Beschwerden) kommt nie wieder das ist mein großer Wunsch (leises Lachen)

662: ja das möchte ich so beibehalten (ihre Lebensgestaltung)

694: ja das macht mir schon manchmal Angst diese Ungewissheit wie wie wie schnell kann kann's passieren dass du dann so gebrechlich wirst

Wunsch nach Gesundheit JA

Sorge über die Gesundheit JA

Gedanken an den Tod

Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität

Wunsch nach mehr sozialen Kontakten

Wunsch nach Reisen

Wunsch möglichst lange so weiterzuleben JA

Zukunftsängste

Herr J:

1844: ich gesund lebenslustig beweglich aktiv (Frage, wie er die nächsten Jahre verbringen möchte) das könnte ich so, alles unterschreiben

1852: nicht im Sessel sitzen nur und nichts tun! weil da weiß ich das bekommt mir nicht! also schon wieder auch dahin kommend noch ein bisschen mehr Sport zu machen zum Beispiel mal wieder ins ins ins Studio zu gehen

1951: Zukunftssorgen habe ich eigentlich keine

Wunsch nach Gesundheit JA  
 Sorge über die Gesundheit  
 Gedanken an den Tod  
 Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität JA  
 Wunsch nach mehr sozialen Kontakten  
 Wunsch nach Reisen  
 Wunsch möglichst lange so weiterzuleben  
 Zukunftsängste

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Wunsch nach Gesundheit	JA	JA			JA			JA	JA
Sorge über die Gesundheit				JA				JA	
Gedanken an den Tod	JA		JA						
Wunsch nach erhaltenbleibender Aktivität							JA		JA
Wunsch nach mehr sozialen Kontakten		JA	JA						
Wunsch nach Reisen		JA	JA				JA		
Wunsch möglichst lange so weiterzuleben					JA			JA	
Zukunftsängste		JA				JA			

## 12. Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit

Frau A:

656: ich glaube nicht dass ich noch soo eine riesen Lebenserwartung hab

660: und ich hoffe ich werde kein Pflegefall

667: mit Müh und Not hab ich ne Patientenverfügung erreicht (gegen den Wunsch des Sohnes) 678: und ich hoffe, dass ich nie ein Pflegefall werd, nie ins Pflegeheim muss (Schwester ist im Pflegeheim)

680: meine Schwester ist im Pflegeheim 697: damit kann ich überhaupt nicht umgehen

701: und wenn ein intelligenter Mensch dann so, ne also, des, da kann ich nicht mit umgehen. Ich kann nicht hingehen

Eigene Sterblichkeit JA  
 Abwehr Tod/Sterblichkeit JA  
 Annahme Tod/Sterblichkeit  
 Angst davor ein Pflegefall zu werden JA  
 Angst vor Pflegeheim  
 Akzeptanz von Pflegeheim  
 Verwandte im Pflegeheim JA  
 Aktive Planung JA



Herr B:

1212: meine Mutter ist im Altenheim äh also im Pflegeheim gelandet wo ich gesagt habe 'also so etwas möchte ich nicht erleben'

Eigene Sterblichkeit	
Abwehr Tod/Sterblichkeit	
Annahme Tod/Sterblichkeit	
Angst davor ein Pflegefall zu werden	JA
Angst vor Pflegeheim	
Akzeptanz von Pflegeheim	
Verwandte im Pflegeheim	JA
Aktive Planung	

Frau C:

259: die Zeit auf dieser Erde wird immer geringer, junge Menschen können auch sterben!

264: aber! äh ich weiß, es kommt! (das Sterben)

1122: ja natürlich (Frage nach Sorgen) das Ende das Ende

1132: obwohl äh ich sage äh, die (Todesängste) kommen äh zwar näher, aber äh sie haben ja auch eine gewisse Stabilität bekommen nämlich jetzt bist du siebzig und irgend wann kommt der Tag aber den bestimmst nicht du, sondern das macht ein anderer und äh bis siebzig bist du gekommen und dafür bin ich dankbar

Eigene Sterblichkeit	JA
Abwehr Tod/Sterblichkeit	
Annahme Tod/Sterblichkeit	JA
Angst davor ein Pflegefall zu werden	
Angst vor Pflegeheim	
Akzeptanz von Pflegeheim	
Verwandte im Pflegeheim	
Aktive Planung	

Herr D:

Frau E:

Frau G:

428: ne da ist eigentlich nichts passiert ähm meine Schwester die geht nach Köln in eine Rila-Heimstätte das sagt Ihnen sicherlich nichts das ist so ein Alten Alten

Altenwohn- wohnungsanlage wo man erst wohnen kann und dann wenn man nicht mehr mehr kann dann wird man in Pflege übernommen

580: so was ist dann das kann ich auch nicht so gut na zu Beerdigungen gehen und dann, also das ist nicht das ist überhaupt nicht mein Part also lieber irgendwo schwer arbeiten den ganzen Tag aber das ist nichts für mich das kann ich auch gar nicht gut ne

1429: dann wird's einem schon anders also ich denke ich würde schon sagen wenn ich ganz ehrlich bin täglich dran also nicht dass ich mir jetzt so sage 'oh Gott oh Gott' aber dass ich denke 'wer weiß wie lange du diesen Weg noch absolvieren kannst'

1449: und da muss man sich auch täglich mit auseinander setzen ne dass man auch sag ich mal zum Beispiel unsere Tochter die hat alle Bankvollmachten und, oder dass man auch äh über Beerdigungen

1455: wissen Sie das kann ja jeden Tag sein ne das kann mich jetzt die nächste Minute hier dass ich einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt kriege und dann muss das ja geregelt sein ne das finde ich als sehr wichtig also wir haben das schon länger gemacht Patientenverfügung dass sie auf alle Bankvollmachten (...) und auch Testament geschrieben und wie die Beerdigung sein soll und das ist ganz wichtig für mich

1467: oder das sind auch so Sachen wo mein Mann sich sagt also wenn ich ihn darauf anspreche dann wird er wild 'was Du schon wieder denkst und Du schon wieder' ich sag 'hier unterschreib jetzt das Testament' ich sag und so weiter (Lachen) da kriegt er zu viel oder jetzt wenn ich sag wie die Beerdigung sein soll ich sag was ich für ein Grab haben möchte und und alle diese Dinge das das muss geklärt sein ja ich kann doch nicht dann die Kinder da stehen lassen und sagen 'ja wie wollen Sie jetzt die Erdbestattung? eine Feuerbestattung? oder ne Seebestattung?' das ist doch wichtig das muss man vorher schriftlich niederlegen

Eigene Sterblichkeit	JA
Abwehr Tod/Sterblichkeit	JA
Annahme Tod/Sterblichkeit	
Angst davor ein Pflegefall zu werden	
Angst vor Pflegeheim	
Akzeptanz von Pflegeheim	
Verwandte im Pflegeheim	JA
Aktive Planung	JA

Frau I:

610: mh ja ich möchte ich hab mich auch eine Weile mal mit diesem Gedanken als es mir damals schlecht ging körperlich schlecht ging da habe ich mir Gedanken gemacht, muss ich mich jetzt nach einem anderen äh, nach einer anderen Wohnung umsehen oder muss ich betreutes Wohnen oder was also diese Dinge muss ich das in Angriff nehmen? 623: und äh ja, und ich habe für mich beschlossen also ich möchte da jetzt nichts machen. (...) ich möchte bleiben so lange es geht 628: und äh dann werde ich sehen falls es dann falls ich dann, äh in die Situation komme wo ich also rein körperlich gesehen, nicht mehr, da leben kann dann würde ich das machen

641: und ich hab mir auch mal Häuser angesehen und hab mir Wohnungen angesehen die also äh nicht betreutes Wohnen aber die schon altengerecht waren ja und das war also alles nicht mein Geschmack und die Vorstellung mich jetzt da schon hinein zu begeben

649: äh ne das wollte ich nicht also das ist jetzt so, wenn's dann soweit ist dann ja

704: also das schlimmste wäre natürlich wenn ich dann also so so ein Pflegefall wäre das wünscht sich natürlich keiner jeder hat Angst davor aber ich denke dass ist halt normal 710: so ist das wenn wenn man älter wird

755: und ich kenne auch noch ein anderes (Altenheim) (...)und äh das fand ich auch sehr! gut also da hätte ich mich wenn! ich dann in so einem Zustand wäre da hätte ich mich dann glaube ich auch wohl gefühlt 764: ich glaube es hat auch was damit zu tun dass auch dann immer noch äh Angehörige äh da mit sind dass die besucht werden und also ich denke das hat viel, das macht viel aus.

Eigene Sterblichkeit

Abwehr Tod/Sterblichkeit

Annahme Tod/Sterblichkeit

Angst davor ein Pflegefall zu werden

JA

Angst vor Pflegeheim

Akzeptanz von Pflegeheim

JA

Verwandte im Pflegeheim

Aktive Planung

JA

Herr J:

1263: ich habe meine Mutter im Altenheim gesehen zwei drei Jahre wo ich jeden Tag manchmal drei mal hin musste oder gegangen bin, äh da muss ich wiederum sagen, mein Kernsatz ist so also hier aus meinem Haus tragt Ihr mich nur heraus wenn es wirklich nicht mehr geht freiwillig in ein Altenheim gehe ich nicht.

1273: nur ja das macht mir schon das macht mir schon Angst (die Vorstellung in ein Altenheim gehen zu müssen) da würde ich äh äh weil ich da mit der Pflege und der der ganzen äh äh Geschichte überhaupt nicht, das fand ich überhaupt nicht gut das war für mich schon schon schlimm schon schlimm so mit dem Gedanken 'da landest Du mal' äh da komm ich weiß Gott nicht klar

1286: äh (Stöhnen) im Moment noch mit Verdrängung (Lachen) (Frage, wie er mit dieser Perspektive umgeht)

1298: das ist noch weit weg (Altenheim) (...) ich hoffe es auch

Eigene Sterblichkeit  
 Abwehr Tod/Sterblichkeit  
 Annahme Tod/Sterblichkeit  
 Angst davor ein Pflegefall zu werden  
 Angst vor Pflegeheim JA  
 Akzeptanz von Pflegeheim  
 Verwandte im Pflegeheim JA  
 Aktive Planung

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Eigene Sterblichkeit	JA		JA				JA		
Ausweichen Tod/Sterblichkeit	JA						JA		
Annahme Tod/Sterblichkeit			JA						
Angst davor ein Pflegefall zu werden	JA	JA						JA	
Angst vor Pflegeheim									JA
Akzeptanz von Pflegeheim								JA	
Verwandte im Pflegeheim	JA	JA					JA		JA
Aktive Planung	JA						JA	JA	

## B. Patienten

### 13. Alltagsgestaltung

Frau A:

84: also ich stehe meistens nicht+ vor 8 Uhr auf dann wird gefrühstückt in Ruhe, sehr in Ruhe

127: ja und die Arztlauferei die nimmt auch viel Zeit +in Anspruch

875: wir gehen auch viel spazieren aber ja

Ruhe/ Genuss JA

Aussagen über festen Zeitplan	
Aussagen über Pflichten	
Positive Bewertung	
Negative Bewertung	
Frühaufsteher	
Langschläfer	JA
Spazieren gehen	JA

Herr B:

591: der typische Tagesablauf ist äh (p:00:00:04) ich lasse es oft drauf ankommen ich mache mir nicht große Gedanken über den morgigen Tag oder übermorgen, sondern äh lasse es drauf ankommen und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat

56: da wir ja beide nicht arbeiten äh brauchen wir auch morgens keinen Wecker und stehen dann auf wenn wir wach werden wir gönnen uns diesen diesen Luxus nicht?

239: aber jetzt so in der in meiner Freizeit äh sag ich mir ich muss mir das nicht mehr antun unangenehme Dinge warum muss ich die noch haben ne?

251: ja mit Ruhe Frühstück die Zeitung lesen+ das sind ja angenehme Dinge

Ruhe/ Genuss	JA
Aussagen über festen Zeitplan	
Aussagen über Pflichten	
Positive Bewertung	JA
Negative Bewertung	
Frühaufsteher	
Langschläfer	JA
Spazieren gehen	

Frau C:

326: ja da ist nichts+ viel aufregendes

Ruhe/ Genuss	
Aussagen über festen Zeitplan	
Aussagen über Pflichten	
Positive Bewertung	
Negative Bewertung	JA
Frühaufsteher	
Langschläfer	
Spazieren gehen	

Herr D:

229: Freitag ist also mein weil ich da immer zuhause bin mein mein mein Putz- und  
und Wischttag

442: ich stehe viertel vor sechs auf, trinke meine Tasse Kaffee lese die Zeitung und  
fange dann an, rum zu krömen was ich zu tun habe

998: ich bin also auch gerne zu Hause

1059: ich mache sonst alles ich mache die Wäsche

Ruhe/ Genuss

Aussagen über festen Zeitplan JA

Aussagen über Pflichten JA

Positive Bewertung JA

Negative Bewertung

Frühaufsteher JA

Langschläfer

Spazieren gehen

Frau E:

144: mein Leben ist eigentlich ausgefüllt.

159: ja wir frühstücken zusammen ich mache meinem Mann dann die Butterbrote  
also wenn er dann so zur Arbeit geht und gebe ihm auch einen Tee mit und ja und  
dann, ist er dann auch bei schlechtem Wetter ist er so um drei Uhr wieder zu Hause

165: ich finde es eigentlich äh für mich ein bisschen eintönig (ihr Leben) weil ich  
möchte gerne mal was anderes machen, ich möchte mal irgendwo hin fahren und so  
und dann hat er (ihr Ehemann) dann keine Lust dazu

577: in jeder freien Minute versuche ich mir die italienischen Vokabeln einzu  
hämmern oder ich sitze mal am Computer also dass ich so sitze, das ist selten  
höchstens mal um die Zeitung zu lesen Zeitung oder ein Buch

Ruhe/ Genuss

Aussagen über festen Zeitplan JA

Aussagen über Pflichten JA

Positive Bewertung

Negative Bewertung JA

Frühaufsteher

Langschläfer

Spazieren gehen

Herr F:

437: ich bin an für sich äh ein sehr aktiver Mensch schon von morgens früh an ich  
muss auch morgens früh aufstehen und alles mögliche unternehmen

550: mit seiner Frau morgens zum Frühstück ne wo man dann schon weil man eigentlich, im Grunde diesen Workaholiker noch abschalten musste sowieso schon früh aufstand und dann das Frühstück machte das machte und die Frau noch so ein bisschen länger schlief

Ruhe/ Genuss

Aussagen über festen Zeitplan

Aussagen über Pflichten

Positive Bewertung

Negative Bewertung

Frühaufsteher

JA

Langschläfer

Spazieren gehen

Frau G:

Frau I:

140: ich äh schlafe zum Beispiel gerne lange (...) und das genieße ich immer wieder dass ich das machen kann

150: also ich bin eher ein Abendmensch als ein Morgenmensch und also das ist da lass ich mir ganz viel Zeit morgens

Ruhe/ Genuss

JA

Aussagen über festen Zeitplan

Aussagen über Pflichten

Positive Bewertung

Negative Bewertung

Frühaufsteher

Langschläfer

JA

Spazieren gehen

Herr J:

802: ja so richtig (Lachen) noch nicht (Frage, ob es einen Tagesablauf gibt)

966: dann gehen wir tagsüber ein bisschen spazieren

1498: bin ich früh aufgestanden also früh früh aber auch nicht mehr so früh wie früher aber ich sag mal um acht stehe ich auf

1512: sicherlich ich mach dann Frühstück, weil ich damit oder ich lese die Zeitung gehe auch schon mal in den Garten oder besorge schon mal was vorher oder hole Brötchen

Ruhe/ Genuss

Aussagen über festen Zeitplan

Aussagen über Pflichten

Positive Bewertung

Negative Bewertung

Frühaufsteher

JA

Langschläfer

Spazieren gehen

JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Ruhe / Genuss	JA	JA						JA	
Aussagen über festen Zeitplan				JA	JA				
Aussagen über Pflichten				JA	JA				
Positive Bewertung		JA		JA					
Negative Bewertung			JA		JA				
Frühaufsteher				JA		JA			JA
Langschläfer	JA	JA						JA	
Spazieren gehen	JA								JA

#### 14. Interessen und Hobbys

Frau A:

94: dann handarbeite ich viel 109: ich ich mach's gerne.

372: ich gehe ins Theater und ich gehe ins Kino und wir gehen essen, ich fahr in Urlaub

869: ich gehe ins Theater ich gehe ins Kino (...) wir gehen essen. in Urlaub fahre ich im Moment eigentlich nicht.

Kino

JA

Theater

JA

Reisen

JA

Handarbeit

JA

Essen gehen

JA

Sport

Stammtisch

Ehrenamtliche Tätigkeit

Kulturelle Interessen

Sprachen

Computer

Vereinsmitgliedschaft

Bekannte/ Freunde treffen

Gartenarbeit



Herr B:

629: direkte oder intensive Hobbys haben wir beide nicht wie gesagt wir spielen beide ein bisschen Tennis ich spiele so sag mal so zweimal die Woche

644: wir haben ein großes Clubhaus da kümmere ich mich drum und Getränkeservice und und so was mache ich dann und kleine Reparaturen 649: ja! ja ich bin also so fast jeden Tag mal so eine halbe Stunde oder eine Stunde mal da

653: aber! da besteht besteht aber keine Pflicht

Kino

Theater

Reisen

Handarbeit

Essen gehen

Sport

JA

Stammtisch

Ehrenamtliche Tätigkeit

Kulturelle Interessen

Sprachen

Computer

Vereinsmitgliedschaft

JA

Bekannte/ Freunde treffen

Gartenarbeit

Frau C:

328: ich gehe wahnsinnig gerne essen (...) wir haben einen Frauenstammtisch da gehe ich hin (...) ich brauch nicht immer Gesellschaft ich geh gerne alleine

Kino

Theater

Reisen

Handarbeit

Essen gehen

JA

Sport

Stammtisch

JA

Ehrenamtliche Tätigkeit

Kulturelle Interessen

Sprachen

Computer

Vereinsmitgliedschaft

Bekannte/ Freunde treffen

Gartenarbeit

Herr D:

144: ich bin ja seit zwei nein drei Jahren schon ehrenamtlich in der Diakonie in Neuss tätig 166: jetzt mache ich zweimal die Woche Hausaufgabenbetreuung, für tamilische Kinder 184: was mir auch sehr viel Spaß macht 385: es gibt mir unheimlich viel weil ich also immer schon mit Kindern gut konnte 395: weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche 471: dann bin ich also auch zufriedener dass ich also, was getan habe

998: ich bin also auch gerne zu Hause 1003: also da bin ich nicht mehr so aktiv wie früher (abends ausgehen)

187: auch in den großen Ferien in in den Sommerferien äh werden drei Wochen lang äh äh äh Aktivitäten äh angeboten für Kinder (...) das sind dann also immer meistens so zwischen fünfundzwanzig und fünfunddreißig Kinder dabei (...) das mache ich also auch jetzt schon seit seit drei Jahren, und habe dann noch nebenbei noch für äh größere Kinder oder auch für kleinere, gebe ich äh Nachhilfeunterricht meistens in Deutsch

303: ich mache es zwei drei Mal die Woche (Golf spielen)

366: weil ich also so ein ein Geschichtsfreak bin und mich interessieren diese Altertümer

877: ich kann auf die Museumsinsel (Lachen) und die ganzen Museen angucken (im Urlaub in Berlin)

Kino

Theater

Reisen

Handarbeit

Essen gehen

Sport

JA

Stammtisch

Ehrenamtliche Tätigkeit

JA

Kulturelle Interessen

JA

Sprachen

Computer

Vereinsmitgliedschaft

Bekannte/ Freunde treffen

Gartenarbeit

Frau E:

140: montags also gehe ich lerne ich Italienisch schon seit langer Zeit und ja und dann jeden Morgen mache ich Sport, das heißt also ich habe einen Ergometer da da fahre ich zwanzig Minuten und mache Gymnastik auch speziell für

die Hüfte und auch so, und ja ich gehe zur Wassergymnastik und treffe mich mit äh, einer Freundin einer Bekannten

Kino	
Theater	
Reisen	
Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	
Sprachen	JA
Computer	
Vereinsmitgliedschaft	
Bekannte/ Freunde treffen	JA
Gartenarbeit	

Herr F:

734: dann bin ich äh in Diskussionskreisen in Düsseldorf und teilweise geh ich auch äh zu politischen Foren

738: und bin mit Gruppierungen zusammen wo wir also gemeinsam Radtouren planen

741: neben zusätzlich zu sportlichen Dingen wie regelmäßig äh schwimmen zu gehen oder auch wieder eben halt Fahrrad zu fahren

900: ich habe auch noch andere Interessen also Bereiche ne zum Beispiel so am am Rechner, da mach ich sehr vieles

Kino	
Theater	
Reisen	
Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	
Sprachen	
Computer	JA
Vereinsmitgliedschaft	JA
Bekannte/ Freunde treffen	
Gartenarbeit	

Frau G:

861: ins Kino sind wir ja ins Theater gehen schon mal wir haben einen großen Bekanntenkreis und da ergibt sich auch sehr viel ja kulturelle Sachen (...) wir sind im Skatclub und dann sind wir mit fünf Ehepaaren im im im äh ja im Kegelclub und dann haben wir noch so einen Spielenachmittag auch noch mal mit drei Ehepaaren

869: wir gehen zum Beispiel ein mal die Woche schwimmen äh immer Donnerstags vormittags aber das ist wieder eine ganz andere Gruppe

Kino	JA
Theater	JA
Reisen	
Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	JA
Sprachen	
Computer	
Vereinsmitgliedschaft	JA
Bekannte/ Freunde treffen	JA
Gartenarbeit	

Frau I:

153: ja und dann äh hab ich so dann mache ich zweimal in der Woche mache meine Gymnastik dann hab ich noch ne andere Gruppe wo so ein bisschen Atemübungen und so was

159: und ja und darüber hinaus das sind also schon drei Termine die in der Woche sind und dann ja dann, irgendwas mh ein Treffen mal mit Freunden und so also ich mache mir mein Leben schön

244: ich reise gerne ich reise gerne (...) dass ich äh dass ich mir, Bauten anschau dass ich mir also dass ich wirklich also das sind jetzt Erlebnisreisen zu Hause kann ich mich ausruhen also da muss ich nicht verreisen (...) also da möchte ich schon was sehen und was erleben

345: also ich gehe immer noch ins Theater ich hab meistens äh kann ich eine Premierenkarte kriegen und äh ich bin da also schon dem Theater noch sehr verbunden

678: mich auch ein bisschen mit Malerei! zu beschäftigen

Kino	
Theater	JA
Reisen	JA

Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	JA
Sprachen	
Computer	
Vereinsmitgliedschaft	
Bekannte/ Freunde treffen	JA
Gartenarbeit	

Herr J:

809: ja gut ich will jetzt anfangen, äh was zu machen wo ich vorher keine Zeit hatte oder auch vielleicht Interesse aber keine Lust irgendwo trotzdem nicht aufgrund der Überbelastung im Beruf

816: und, mir war immer sehr wichtig der Sport weil ich weil ich da ein Ventil habe

828: Sport ist für mich auch immer noch sehr wichtig

832: im Winter spiele ich Tennis

868: und dann spiele ich hauptsächlich Golf

910: und dann gehe ich in den Garten ein bisschen

914: dann habe ich früher immer gesagt 'dann, beginne ich jetzt mit mit äh meinem Englisch mal ein bisschen was äh zu tun' was ich auch vernachlässigt habe äh trotz vieler vieler Reisen die wir eben auch gemacht haben

923: und eigentlich nicht mehr so viel wie wir früher machten eigentlich sollte es umgekehrt sein heute sollten wir mehr reisen als früher aber wir sind früher viel mehr gereist als heute 930: aber Reisen natürlich immer noch (...) also so acht Wochen im Jahr oder sind da schon drin

934: Computer bin ich immer noch nicht zu gekommen (...) immer wenn ich da dran gehe dann ist da irgendein Defekt dran 950: aber das möchte ich! auch eben noch äh ein bisschen perfektionieren

Kino	
Theater	
Reisen	JA
Handarbeit	
Essen gehen	
Sport	JA
Stammtisch	
Ehrenamtliche Tätigkeit	
Kulturelle Interessen	
Sprachen	JA

Computer JA  
 Vereinsmitgliedschaft  
 Bekannte/ Freunde treffen  
 Gartenarbeit JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Kino	JA						JA		
Theater	JA						JA	JA	
Reisen	JA							JA	JA
Handarbeit	JA								
Essen gehen	JA		JA						
Sport		JA		JA	JA	JA	JA	JA	JA
Stammtisch			JA						
Ehrenamtliche Tätigkeit				JA					
Kulturelle Interessen				JA			JA	JA	
Sprachen					JA				JA
Computer						JA			JA
Vereinsmitgliedschaft		JA				JA	JA		
Bekannte/ Freunde treffen					JA		JA	JA	
Gartenarbeit									JA

### 15. Selbst gewählte Aufgaben

Frau A:

761: das nicht mehr Gebraucht werden ich meine das ist manchmal nicht so sehr schön. manchmal denke ich auch wofür lebt man eigentlich? denn man hat ja keine Aufgabe mehr ne?

765: manchmal denke ich auch also, wenn ich mal nicht mehr bin, vermisst mich eigentlich keiner? Ich habe da für niemanden mehr die Verantwortung oder niemand ist also denn, sicher mein Sohn schon aber es ist ja nicht so dass wir täglich zusammen sind und dass, dass irgend was von mir abhängt oder?

775: dass man nicht so nutzlos in den Tag rein lebt

777: es ist eigentlich ein nutzloses in den Tag rein leben

779: wenn man drüber nachdenkt, man macht nichts mehr

Verlust von beruflichen Aufgaben  
 Verlust von privaten Aufgaben JA

Wunsch nach neuen Aufgaben	JA
nicht mehr gebraucht werden	JA
Gefühl der Nutzlosigkeit	JA
Ziellosigkeit	
Fragen nach dem Sinn des Lebens	JA
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	JA
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Neue Aufgaben im Alter	
Befriedigung durch neue Aufgaben	
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben	
Frühere Befriedigung durch den Beruf	

Herr B:

Frau C:

190: aber wenn ich dann so in den Tag hinein ich hab ja nichts vor, ich hab ja nichts ne?

363: ich passe gern mal auf ein Nachbarskind auf das ist überhaupt nicht die Frage, (...) und äh da hast du doch eine Aufgabe und so' ja aber ich möchte mir meine Aufgaben wirklich selber suchen und da mangelt' s halt noch ein bisschen

362: also nicht jetzt aus meiner Not heraus oder aus dem Alleinsein raus vielleicht Kinder hüten oder irgend so was machen nein das möchte ich nicht

365: also da such ich mir dann also nicht die Notlösung mit denen ich auch nicht glücklich bin

373: ich bin mir nicht ganz sicher was will ich denn eigentlich, es sind äh auf der einen Seite weiß ich's nicht und auf der anderen Seite sind eben ja sehr viele Wünsche offen die ich noch gerne machen würde

489: ich bezeichne es jetzt einfach mal so als Faulheit dass ich also wirklich irgendwas äh soziales soziales Engagement machen könnte und irgendwie was aber wie gesagt, äh ich bin noch so ein bisschen in diesem Trott da musst du wieder Verantwortung übernehmen und das willst du ja gar nicht ich habe erst mal mit mir noch zu tun

534: äh ich sag mal so in meinem Leben äh fehlt die Liebe und äh die Liebe die kann ja nichts ersetzen

Verlust von beruflichen Aufgaben	
Verlust von privaten Aufgaben	
Wunsch nach neuen Aufgaben	JA
nicht mehr gebraucht werden	
Gefühl der Nutzlosigkeit	JA
Ziellosigkeit	JA

Fragen nach dem Sinn des Lebens  
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen  
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen JA  
Neue Aufgaben im Alter  
Befriedigung durch neue Aufgaben  
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben  
Frühere Befriedigung durch den Beruf

Herr D:

166: jetzt mache ich zweimal die Woche Hausaufgabenbetreuung, für tamilische Kinder 184: was mir auch sehr viel Spaß macht 385: ja es gibt mir unheimlich viel weil ich also immer schon mit Kindern gut konnte (die ehrenamtliche Tätigkeit) 379: ehrenamtlich absolut stehe ich dahinter ja absoluter Elan (...) oder Lust 387: das ist natürlich auch sehr schön weil ich ja auch ins Gespräch komme wenn ich diese Nachhilfe mache bei den Eltern die dann also manchmal zu Hause sind 392: und das ist also auch was ich nicht äh äh nicht missen möchte 395: weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche 470: und dann bin ich rechtschaffend müde und dann bin ich also auch dann bin ich also auch zufriedener dass ich also, was getan habe

Verlust von beruflichen Aufgaben  
Verlust von privaten Aufgaben  
Wunsch nach neuen Aufgaben  
nicht mehr gebraucht werden  
Gefühl der Nutzlosigkeit  
Ziellosigkeit  
Fragen nach dem Sinn des Lebens  
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen  
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen  
Neue Aufgaben im Alter JA  
Befriedigung durch neue Aufgaben JA  
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben  
Frühere Befriedigung durch den Beruf

Frau E:

Herr F:

666: und dann kam natürlich die Erfüllung! noch dazu ne also vorher war ich natürlich äh äh so aufgefüllt in meinen ganzen Aufgaben im beruflichen Bereich! dass ich dann nicht selbst am Wochenende und auch selbst abends und morgens und sicher meine Zeit kaum die Möglichkeit hatte an was anderes zu denken ne und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere



686: also abends habe ich mir so gedacht 'was war eigentlich heute los Du bist den ganzen Tag beschäftigt gewesen, aber so richtig dieses berühmte Flattern so im Herzen und so das hast du nicht mehr so wie früher ne'

695: aber ich sagte 'das füllt mich nicht aus das ist nicht das ist nicht vergleichbar mit den früheren Dingen' auch die ganze Kommunikation das war nicht, auf dem Level das war alles halt anders

725: und dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht (als sich mit seinen Enkeln zu beschäftigen) die auch äh dann mehr Wert, machten und mehr Qualität hatten also zum Beispiel dass ich mit einem anderen Herrn zusammen äh Reisen organisiere

936: da könnte man nur Arbeiten annehmen aber die sind dann so weit äh unterrangig dass man das nicht will

Verlust von beruflichen Aufgaben	JA
Verlust von privaten Aufgaben	
Wunsch nach neuen Aufgaben nicht mehr gebraucht werden	JA
Gefühl der Nutzlosigkeit	
Ziellosigkeit	
Fragen nach dem Sinn des Lebens	
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Neue Aufgaben im Alter	JA
Befriedigung durch neue Aufgaben	
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben	JA
Frühere Befriedigung durch den Beruf	JA

Frau G:

688: wenn sie reinkommen ja die Kinder kommen einen schon begrüßen begrüßen einen beziehungsweise äh da ist das ja schon anders wenn die Kinder aus dem Haus sind ja wen hat man dann? ja das ist ja dann der Mann dann ja und den versucht man dann natürlich zu betüteln und zu machen und zu tun und jo man freut sich wenn es dem anderen dann gut geht

1362: anfangs als ich jeden Tag merken musste, äh du hast nichts mehr zu bewegen du bist jetzt nur hier zu Hause ja also als ich hier noch Wirtschafterin war in der Klinik das war schon ein ganz anderer Ablauf da ja da habe ich einfach meine Rolle äh eingenommen da habe ich auch meine Rolle ausgefüllt aber zu Hause da ist es ja egal ob ich jetzt die Betten mache ja oder nein wissen Sie das ist total uninteressant

ja das das ist man steht nicht mehr man man hat keine Entscheidung mehr zu treffen  
man ist, total weg!

1381: und hab es viel gemerkt dass ich ja nichts mehr zu bewegen habe, auf dieser  
Welt ja (Lachen)

Verlust von beruflichen Aufgaben	JA
Verlust von privaten Aufgaben	JA
Wunsch nach neuen Aufgaben nicht mehr gebraucht werden	JA
Gefühl der Nutzlosigkeit	JA
Ziellosigkeit	
Fragen nach dem Sinn des Lebens	
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Neue Aufgaben im Alter	
Befriedigung durch neue Aufgaben	
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben	
Frühere Befriedigung durch den Beruf	JA

Frau I:

316: früher als ich noch ähm gearbeitet habe dann war ich natürlich dann äh musste  
ich meinen Einsatz bringen ich war dann abgelenkt und äh man sollte meinen es  
wäre da doppelt! ne Belastung gewesen ne aber es es war eben schon anders also  
ich denke jetzt wo ich, sehr! viel älter bin und äh, denke ich es hat damit zu tun dass  
ich auch dann Zeit! habe viel, mehr manchmal auch so ne Art Leerlauf habe

Verlust von beruflichen Aufgaben	JA
Verlust von privaten Aufgaben	
Wunsch nach neuen Aufgaben nicht mehr gebraucht werden	
Gefühl der Nutzlosigkeit	
Ziellosigkeit	
Fragen nach dem Sinn des Lebens	
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	
Neue Aufgaben im Alter	
Befriedigung durch neue Aufgaben	
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben	
Frühere Befriedigung durch den Beruf	JA

Herr J:

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Verlust von beruflichen Aufgaben						JA	JA	JA	
Verlust von privaten Aufgaben	JA						JA		
Wunsch nach neuen Aufgaben	JA		JA			JA			
nicht mehr gebraucht werden	JA						JA		
Gefühl der Nutzlosigkeit	JA		JA				JA		
Ziellosigkeit			JA						
Fragen nach dem Sinn des Lebens	JA								
Wunsch wieder Verantwortung zu tragen	JA								
Kein Wunsch wieder Verantwortung zu tragen			JA						
Neue Aufgaben im Alter				JA		JA			
Befriedigung durch neue Aufgaben				JA					
Keine Befriedigung durch neue Aufgaben						JA			
Frühere Befriedigung durch den Beruf						JA	JA	JA	

## 16. Biographischer Hintergrund

Frau A:

279: mein Mann hat getrunken (...) ist da dran auch leider gestorben an Bauchspeicheldrüsenkrebs

293: das ist nicht so dass (...) wie ich den Anschein vielleicht unten bei der Therapie erweckt hab dass mein Mann geschlagen hat oder so, so was überhaupt nicht

322: ich hab das zu spät registriert (Mann von Anfang an Trinker)

448: ich bin also meine Mutter ist gestorben bei meiner Geburt, an Krebs, und eigentlich hat meine Schwester mich dann groß gezogen die ist 18 Jahre älter als ich und dann war ich im Internat

Beziehungsprobleme

JA

Probleme im Beruf

Positive Bewertung des Berufs

Positive Bewertung der Pensionierung

Negative Bewertung der Pensionierung

Negative Kindheitserlebnisse

Herr B:

145: ich steh ja jetzt auf dem Scheidepunkt ich bin zur Zeit ja noch arbeitslos

147: ich hatte ja einen Arbeitsprozess

Beziehungsprobleme  
Probleme im Beruf JA  
Positive Bewertung des Berufs  
Positive Bewertung der Pensionierung  
Negative Bewertung der Pensionierung  
Negative Kindheitserlebnisse

Frau C:

267: ich konnte mein Leben nicht so leben wie ich wollte obwohl ich's eben vielleicht gekonnt hätte wenn ich ein bisschen anders äh geworden wäre aber das bin ich nun mal nicht

288: das ist auch da ja (Gefühl, im Leben etwas versäumt zu haben)

709: wir haben ja sechs Jahre Scheidungskrieg gehabt

697: wir (ihr Mann und sie) haben ja zusammen die Geschäfte aufgebaut

726: ich bin ja auch aus dem Geschäft entfernt! worden

Beziehungsprobleme JA  
Probleme im Beruf JA  
Positive Bewertung des Berufs  
Positive Bewertung der Pensionierung  
Negative Bewertung der Pensionierung  
Negative Kindheitserlebnisse

Herr D:

262: ich bin ja seit äh Anfang des Jahres äh unbeschränkt verrentet

291: eine Erleichterung nicht mehr diesen Job zu haben so andererseits ist man natürlich dann wenn wenn diese Situation ein- ein- eintritt, absolut auf dem absteigenden dem äh absteigenden oder auf dem Abstellgleis

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger

Beziehungsprobleme  
Probleme im Beruf  
Positive Bewertung des Berufs  
Positive Bewertung der Pensionierung JA  
Negative Bewertung der Pensionierung JA  
Negative Kindheitserlebnisse

Frau E:

176: ja ich bin ja seit 2005 seit 1. 4. 2005 (in Pension)

Beziehungsprobleme  
Probleme im Beruf  
Positive Bewertung des Berufs  
Positive Bewertung der Pensionierung  
Negative Bewertung der Pensionierung  
Negative Kindheitserlebnisse

Herr F:

573: die (Therapie) habe ich also begonnen nachdem ich dann ein Jahr aus dem Berufsleben ausgeschieden bin und äh dann plötzlich in diese Krise kam

578: ich war ja beruflich äh sehr engagiert als Diplom-Ingenieur mit

Führungsverantwortung 624: ich konnte viel reisen da war immer Kommunikation!

von morgens bis abends auf qualitativ hohem Niveau 638: also sie fliegen erstes

Klasse 643: und morgens die die Damen machten einem Kaffee zum Frühstück und all so solche Sachen ja letztendlich auch noch der Firmenwagen

648: man wurde auch entsprechend hofiert entsprechend behandelt man war wer!

und äh das kam natürlich dann das sah dann plötzlich ganz krass ganz anders aus als man dann als Ruheständler zu Hause dann saß

581: das war natürlich dann ein starker, Abstrich da als ich dann mit dreiundsechzig

Jahren in den Ruhestand ging 588: nach einem Jahr stellte ich fest, dass äh da sind

doch Leeren und da ist vieles nicht ersetzt worden was vorher für mich bereit halt

war im Berufsleben äh die ganze Kommunikationsschiene die ist eingeschränkt und

äh auch in meinen Beziehungen in der Familie muss ich Korrekturen vornehmen, in

der Partnerschaft muss ich Korrekturen vornehmen und dann kam ich also halt in

diese Krise ne wo ich anfangs, dann wieder diese sehr starken Angststörungen

hatte

634: diese ganze Schiene äh war also an für sich äh auf recht, gehobenem Niveau

ne und also so hab hab ich das empfunden einmal so vom von meinem Status auch den ich dann da so hatte

931: ich war ja so im weitesten Sinne Manager in einem großen Konzern

1250: wir sind letztendlich beide ja schon zum zweiten Mal verheiratet ich bin also

zwei mal zwanzig Jahre verheiratet und sie ist also auch schon zwei mal zwanzig

Jahre verheiratet

Beziehungsprobleme

Probleme im Beruf

Positive Bewertung des Berufs

Positive Bewertung der Pensionierung

JA

Negative Bewertung der Pensionierung  
Negative Kindheitserlebnisse

JA

Frau G:

154: ich habe als Kind sehr sehr schwer körperlich arbeiten müssen

161: jeden Tag schwere körperliche Arbeit ja wirklich wir hatten Landwirtschaft und ich habe jeden erwachsenen Mann ersetzt auf dem Feld

435: meine Mutter ist vor drei Jahren verstorben also das ist das ist im Sauerland ist das Haus und äh wir haben schon immer zu ihr (Schwester) gesagt sie sie muss da unbedingt weg

460: ich hänge da (Elternhaus) überhaupt nicht daran nein nein also mir ist das lieber heute lieber gestern schon wie als morgen es war für mich also ich hab mich in diesem Haus nie wohl gefühlt ich muss dazu sagen es ist auch jetzt nicht so von klein auf ich bin aufgewachsen in Ostpreußen und ich bin erst mit vierzehn Jahren hier rüber gekommen, bin dann gleich weg um deutsch zu lernen und äh

477: ich bin ich bin ja gleich weggekommen ich war zwar schon mal in den Ferien mal so vier Wochen da und mich hat dieses Haus also nie ich könnt nie sagen das ist mein Elternhaus sondern die haben zwar dort gewohnt ich war zu Besuch da aber ich hab da keine Beziehung überhaupt nicht zu dem Haus

484: es war eher eine Belastung für uns weil wir immer hin mussten weil da ein großer Garten drum rum ist und mein Vater hatte dann auch noch Obstbäume eingepflanzt und Kartoffeln und weiß der Kuckuck was und Kaninchen und wir mussten natürlich immer dahin zum Arbeiten also wie gesagt, ich war froh als das Ganze zu Ende war (Stöhnen) (leises Lachen)

490: das war schon das Wochenende man wartete darauf dass wir Freitagabend kamen und Sonntagabend setzten wir uns ins Auto und waren alle vier kaputt ne mein Mann und meine Kinder und es war also wirklich also na ja gut na ja es ist jetzt, ein anderes Thema (Lachen) also viel Arbeit

499: und wie gesagt mir ging's nicht gut und ich hab dann auch direkt gesagt 'also Lisa ich werd nicht kommen Lisa (Schwester) ich putze nicht mehr hier und ich mache auch Lisa ich kann das nicht ja und mein Mann der hat auch viele Operationen' (nach dem Tode der Eltern)

503: unsere Kinder die wurden dann natürlich da mit einbezogen

505: da haben die nie Verständnis für gehabt dass man auch selber wenn man am Wochenende frei hat auch mal Ruhe haben möchte oder vielleicht auch mal Bekannte einlädt oder auch mal irgendwo eingeladen wird ne das haben die nie verstanden also es hieß immer nur arbeiten! arbeiten! arbeiten

511: und dann hab ich mir gedacht ne 'bo dieses Haus' also das habe ich eher verwünscht wie sonst was deshalb ist das jetzt für mich also so psychisch wenn Sie das meinen ne kein kein Einschnitt überhaupt nicht also ganz im Gegenteil es fällt eher eine Last ab ja

1040: was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja es war schlimm genug

1107: einmal war auch (bei einem Themenabend bei den Johannitern) jeder schreibt mal auf womit er gerne früher gespielt hat als Kind ja, das war für mich ein großes Problem ich habe nie ein Spielzeug besessen ja äh ja was sollt ich schreiben ich weiß gar nicht was ich geschrieben hab ich weiß gar nicht ob ich gar nichts geschrieben hab oder, doch ich glaube ich hatte ja mit dem Lineal oder da schon mal mit so einem Nähseidenröllchen von meiner Mutter mal wenn wenn die nicht geguckt hat wenn die nicht da war das war ja ganz selten dann hab damit gespielt aber na ja, ja das sind dann so Situationen oder meine schönste äh Kindheitsgeschichte ne ich weiß nicht ob ich eine schönste Kindheitsgeschichte erzählen könnte dann erwisch ich mich dass ich am liebsten raus rennen würde ne aber ich bin dann im großen Kreis und kritzle dann was hin

191: und dann hab ich an der Uniklinik hier angefangen (als Wirtschaftlerin)

661: ich bin jetzt seit drei Jahren in Rente

Beziehungsprobleme

Probleme im Beruf

Positive Bewertung des Berufs

Positive Bewertung der Pensionierung

Negative Bewertung der Pensionierung

Negative Kindheitserlebnisse

JA

Frau I:

330: ich war sehr sehr lang also dreißig Jahre im Schauspielhaus tätig und äh ich

hatte mit Kostümen zu tun in der Kostümabteilung 338: und es war also eine richtig

schöne Zeit 340: ja sehr lebendig war das und äh ja einfach ne wunderbare Zeit

Beziehungsprobleme

Probleme im Beruf

Positive Bewertung des Berufs  
 Positive Bewertung der Pensionierung  
 Negative Bewertung der Pensionierung  
 Negative Kindheitserlebnisse

JA

Herr J:

317: es war so dass meine Firma in der ich neununddreißig Jahre war, äh dann letztendlich in Insolvenz ging was mich aber äh nicht so sehr, getroffen hat zumindest, glaubte ich das aber ich meine es auch zu wissen

351: ich war Geschäftsführer zuletzt kapitalbeteiligt sogar

374: äh keine kranke Geschichte also wir waren, liquide

1185: ich musste früher zwar sehr viel arbeiten für das was ich mir dann geschaffen habe, aber das habe ich auch gerne getan die Arbeit hat mich eigentlich nicht belastet, weil ich auch äh in der Firma eigentlich das Sagen hatte mein Chef der war zwar trug den Namen der Firma aber hat im Prinzip nichts mehr gemacht

1195: ich habe die Firma bestimmt zwanzig Jahre lang alleine geführt deshalb hat er sie mir wohl auch zum Teil testamentarisch dann auch vermacht

1215: Glück und Geschick wie das immer so ist und damit auch sehr viel auch sehr viel Erfolg

1894: äh dann habe ich halt abends lang gearbeitet oder habe mir auch die Arbeit mit nach Hause genommen ja das konnte ich alles alleine bestimmen

Beziehungsprobleme

Probleme im Beruf

JA

Positive Bewertung des Berufs

JA

Positive Bewertung der Pensionierung

Negative Bewertung der Pensionierung

Negative Kindheitserlebnisse

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Beziehungsprobleme	JA		JA						
Probleme im Beruf		JA	JA						JA
Positive Bewertung des Berufs						JA		JA	JA
Positive Bewertung der Pensionierung				JA					
Negative Bewertung der Pensionierung				JA		JA			
Negative Kindheitserlebnisse							JA		





## 17a. Beziehungen: Partnerschaft

Frau A:

279: mein Mann hat getrunken das war ein Streitpunkt. Ist dadran auch leider gestorben an Bauchspeicheldrüsenkrebs

293: das ist nicht so dass er betrunken war oder, wie ich den Anschein vielleicht unten bei der Therapie erweckt hab dass mein Mann geschlagen hat oder so, so was überhaupt nicht

297: ich denke mal war ein sehr schwacher Mensch

301: mein Mann hatte Minderwertigkeitskomplexe glaube ich

314: mein Mann war ein herzenguter Mensch

Ehemann: Alkoholiker

Ehemann: herzengut

Herr B:

40: meine Frau ist ja auch zu Hause und die erinnert mich dann immer dran (seine Vergesslichkeit) und das ärgert mich dann immer so

282: sie (die Ehefrau) sagt immer ich bin ein bisschen pessimistisch

328: äh aber sie bohrt dann doch weiter und möchte das wissen und dann gibt es mal Diskussionen und aber nichts Böses oder was das ist ich bin nun mal so ich bin so und sie ist so

531: sie hat äh seit der Geburt unserer Tochter hat sie äh nicht mehr gearbeitet sie ist dann immer zu Hause geblieben

561: äh sie ist wie ich schon sagte eine ehrgeizige Frau ne ich würde sie auch als stark bezeichnen stärker als ich

Ehefrau bezeichnet ihn als pessimistisch

Ehefrau ist gründlicher

Ehefrau ist ehrgeiziger

Ehefrau ist stärker als er

Frau C:

725: über diese sechs Jahre hinweg da ist natürlich viel viel Böses gesagt worden und und und ich bin ja auch aus dem Geschäft entfernt! worden (...) und da dachte ich schon er hätte was gelernt aber äh er hat daraus nichts gelernt und das zeigt mir

dann auch also es kann passieren was will 732: er wird so bleiben wie er ist und sich nicht so verändern wie ich ihn gerne hätte  
er ändert sich nicht

Herr D:

88: Brustoperation und da ist ihr sind ihr gleich drei glaube ich zwei oder drei Knoten herausgenommen worden die aber gutartig waren

152: meine Frau arbeitet ja im Landesamt für Besoldung und Versorgung in Neuss

805: die ist äh von neunundfünfzig

811: ach ja (Seufzer) also sie ist ein sehr sehr kommunikativer Mensch 819: sie ist also ein Arbeitstier

826: sehr beliebt muss ich sagen und äh sie kocht gerne

933: sie hatte Hepatitis C

Ehefrau kommunikativ

Ehefrau fleißig

Frau E:

146: mein Mann, der ist zwar immer jetzt bei so einem Wetter, ist immer im Garten wir haben einen Schrebergarten hier in Düsseldorf (...) und also das ist so sein ein und alles

172: Schreiner seit 2002 (in Pension)

185: da hat er einfach überhaupt keine Lust zu (mit ihr was zu unternehmen)

291: er ist in der Regel sehr ausgeglichen hat also, er ist kein launischer Mensch aber wenn ihm was nicht passt, dann kann er sehr aufbrausend und zumindest früher, jetzt nimmt er sich ein bisschen zurück sehr aufbrausend und auch verletzend, sein

299: er lacht gerne und viel also ist eigentlich ein positiver Mensch

303: er kann dann sehr barsch in seinem Ton sein wenn ich, wenn ihm etwas nicht passt

322: so, richtig harsche Kritik, hat er nicht so gerne

Ehemann eigenbrödlerisch

Ehemann aufbrausen

Ehemann positiv

Herr F:

1107: sie hat äh vom Temperament her äh ist sie sicherlich spontaner als ich sie ist sehr spontan (...) auf der einen Seite Positives bringt ist natürlich auf der anderen Seite dass sie also äh bezüglich Planungen! Äh da gewisse Defizite hat

1119: sie also auch selbst so Hobby!-Malerin ist

1164: gerade Einladungen zum Beispiel das macht sie sehr gut

1197: dieses Rationale das äh fehlt dann so ne

1243: manchmal auch ein bisschen, zumindest im innern einer! einerseits erfreut andererseits natürlich äh bin ich / weil ich auch so sein möchte so körperlich! und auch psychisch sie ist also sehr körperlich ist sie total gesund

1255: früher ist sie sehr viel hat sie sehr viel Last mit Migräne und mit mit gewissen Symptomatiken gehabt die die sicherlich äh auch psychisch bedingt waren

1294: früher auch öfter in psychologischer Behandlung war wegen ihrer Migräne insbesondere

1301: sie war äh im Bankfachgehilfin (...) (jetzt) als Ehrenamtliche äh zum Beispiel in der Telefonseelsorge (...) im Hospizbereich und im im Seniorenbereich

Ehefrau spontan

Ehefrau künstlerisch

Ehefrau hilfsbereit

Ehefrau nicht planerisch

Frau G:

251: ich bin halt mein Mann der ist so eher der passive, Teil in unserer Ehe (Lachen) mein Mann interessiert sich da nicht so wirklich dafür (...) er würde nie die Initiative ergreifen

302: mein Mann ist ja total, locker ganz gelassen also der sieht so vieles total! anders wie ich

659: weiß ich nicht ich denke mal meinem Mann geht's immer gut (Lachen) 662: och meinem Mann dem geht's immer gut da Sorge ich schon dafür dass es dem gut geht (Lachen)

661: der ist ja schon lange in Rente

668: mein Mann der ist überhaupt nicht so ein bisschen feinfühlig oder oder der kann das nicht so ähm so sagen oder so rüberbringen wie ich das schon mal kann ja

726: er wird jetzt fünfundsechzig

739: mein Mann ist nicht fordernd überhaupt nicht fordernd gar nicht er ist mit allem zufrieden, also er ist nicht der Typ der sagt 'hach wie sieht's denn hier aus guck mal hier der Staub oder wie wie heute schon' ich sag mal 'zwei mal hintereinander Erbsensuppe' oder so er käme gar nicht auf die Idee ne also er nimmt er nimmt alles hin so wie er's dann kriegt so ist es gut

840: das war früher auch anders ich muss auch sagen er ist auch jetzt in den letzten Jahren so geworden er hat ja auch gearbeitet und da war er auch immer sehr fleißig muss ich dazu sagen

Ehemann eher passiv  
wenig feinfühlig  
Ehemann geht es gut

Frau I:

373: nein (Frage, ob sie in einer Partnerschaft lebt)

Herr J:

780: ich meine sie macht sich zu viele Gedanken

782: auch sie ist nicht auch nicht gesund (...) sie hat viel mit Migräne zu tun also mit schlimmster Art Migräne

1123: meine Frau nimmt das noch viel verinnerlicht das noch viel mehr viel mehr die ist noch viel sensibler als ich

1146: oder meine Frau freut sich riesig wenn sie mir eine Kleinigkeit mitbringt sie freut sich mehr als ich

1455: meine Frau äh spricht sehr viel (unterdrücktes Lachen) das sind ein- ganz einfache Dinge (Frage, was seine Frau tut, um ihn „auf die Palme zu bringen“)

1466: äh das ist was öh was mich, äh stört an ihr aber öh, ich sag das ist Null Komma Null eins Prozent an ihrem ganzen Wesen prinzipiell also ne äh sie hat so viele gute und schöne Seiten

Ehefrau sensibel  
Migräne

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Ehemann: Alkoholiker	JA								
Ehemann: herzengut	JA								
Ehefrau bezeichnet ihn als pessimistisch		JA							
Ehefrau ist gründlicher		JA							
Ehefrau ist ehrgeiziger		JA							
Ehefrau ist ehrgeiziger		JA							
Ehemann ändert sich nicht			JA						
Ehefrau kommunikativ				JA					
Ehefrau fleißig				JA					
Ehemann eigenbrödlerisch					JA				
Ehemann aufbrausend					JA				
Ehemann positiv					JA				
Ehefrau spontan						JA			
Ehefrau künstlerisch						JA			
Ehefrau hilfsbereit						JA			
Ehefrau nicht planerisch						JA			
Ehemann eher passiv							JA		
Ehemann wenig feinfühlig							JA		
Ehemann geht es gut							JA		
Ehefrau sensibel									JA
Ehefrau hat Migräne									JA

### 17b. Beziehungen: Partnerschaft

Frau A:

59: ich bin allein. mein Mann ist ja tot

299: nein in der Beziehung überhaupt nicht (sich auf ihren Mann verlassen)

Keine Partnerschaft JA  
 Stabile Partnerschaft  
 Problematische Partnerschaft  
 Abhängigkeit vom Partner  
 Partner unzuverlässig JA  
 Partner dominant  
 Partner trägt Verantwortung  
 Belastung durch den Partner  
 Entlastung durch den Partner  
 Partner nimmt Rücksicht  
 Lob für Partnerschaft

Herr B:

313: die (Ehefrau) hat dann die beiden (und der Anwalt) haben dann den Prozess geführt

520: diese ganzen Formalitäten und alles das das fällt mir schwer so was und Gott sei Dank kümmert sich da meine Frau so ein bisschen mehr drum

545: wir kommen an für sich sehr gut miteinander aus es gibt halt eben nur Reibungspunkte das sind also wenn es da um um Arbeiten geht die ich nicht begreife oder die sie erledigt hauptsächlich also die ganzen Formalitäten und äh da gibt es schon mal Meinungsverschiedenheiten weil ich eben halt dann anders denke und großzügiger und phlegmatischer wäre würde also manche fünf gerade lassen

557: wir sind siebenunddreißig Jahre verheiratet und werden wahrscheinlich auch, so bleiben

569: sie! ist die stärkere! Frau äh die stärkere Person in unserer Partnerschaft das muss ich also sagen

592: sondern äh lasse es drauf ankommen und da ist wiederum meine Frau die also diese Planung fest im Griff hat

617: also sie (die Ehefrau) hat mehr den Terminplan für die Woche oder den Tag

727: wenn mir irgendetwas nicht gefällt an jemanden nicht das könnte ich ihm sagen dann, aber meine Frau ist dann auch wieder die stärkere und sagt 'sei diplomatisch nimm es hin kümmere Dich nicht drum es ist nicht Dein Problem'

Keine Partnerschaft

Stabile Partnerschaft

JA

Problematische Partnerschaft

Abhängigkeit vom Partner

Partner unzuverlässig

Partner dominant

JA

Partner trägt Verantwortung

JA

Belastung durch den Partner

Entlastung durch den Partner

JA

Partner nimmt Rücksicht

Lob für Partnerschaft

Frau C:

550: partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in meinem Leben und das fehlt natürlich

607: ich bin's+ noch (verheiratet) zweiundfünfzig Jahre

613: davon leb ich aber jetzt schon zwanzig Jahre schon allein

616: dass das schon eine große Abhängigkeit meinerseits war zu meinem Mann

620: das waren ja sehr sehr unschöne Geschichten

636: mit meinem Mann ist es ganz komisch äh es war jetzt wieder so wir haben ab und an mal sporadisch Kontakt

644: ich wollte auf ihn zugehen und er blieb stehen und da bin ich auch nicht weiter zugegangen ich hätte ihm gern die Hand gegeben

645: mein Verhältnis zu ihm hat sich Gott sei Dank verändert (...) es hat fünfzig Jahre gedauert bis ich begriffen habe dass er keiner ist er ist kein Strohhalm

658: 'ja gut wenn Du da stehen bleibst ich komm auch nicht auf Dich zu' entweder gehen wir beide aufeinander zu und geben uns die Hand aber ich gehe jetzt nicht zu Dir

685: ne totale Abhängigkeit (von dem Ehemann) 687: und dadurch (durch die Abhängigkeit: finanziell und emotional) hatte er auch die Chance mit mir machen zu können was er wollte

701: aber der ist inzwischen auch so, klein geworden

Keine Partnerschaft	JA
Stabile Partnerschaft	
Problematische Partnerschaft	
Abhängigkeit vom Partner	JA
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	

Herr D:

550: da merkt man eben man ist nicht umsonst schon neunzehn Jahre verheiratet

558: da bin ich derjenige der immer dann sagt okay wenn sie das meint

563: so das ist vielleicht ist es ist es ein Fehler aber ich da bin ich immer sehr äh (Seufzen) äh da bin ich immer sehr einsichtig wenn das wenn das von der anderen Seite von meiner Frau her gesagt wird nee das geht schon noch

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger jetzt sage ich okay wenn sie das sagt

829: ähähäh sie mehr (auf die Frage: wer hat bei Ihnen die Hosen an?)

832: sie ist etwas bestimmender was ich auch gerne habe weil ich also so äh ich war ja auch immer (...) in der letzten Zeit so so äh schwankend und zweifelnd

845: und entscheidet und dann sage ich okay



854: na ja gut ich bin derjenige gewesen der dann immer der zurück gehalten hat (im Urlaub)

903: und versuche ihr natürlich so viel wie möglich abzunehmen

910: am Samstag, dann trennen sich dann unsere Wege dann geht sie gerne selbst mal einkaufen

965: aber wir fahren Fahrrad zusammen und wir treffen uns auch mit Freunden

967: ja! (ein bisschen mehr Zeit auch mit der Frau gemeinsam verbringen zu können)

996: die sind also sehr gering muss ich sagen (Interessenkonflikte)

1006: (Schnaufen) (p:00:00:04) ne das hat sich an sich äh das hat sich an sich äh so ein bisschen äh geglättet (Konflikte/problematische Seiten in der Beziehung) also wir hatten ja glaube ich schon mal wir hatten schon mal so ein bisschen so, Zoff auch (...) sie wollte natürlich ihren Standpunkt vertreten ich meinen und ich hatte mich da ein bisschen zurück gezogen und äh dann war sie dann war ich natürlich auch das hat sie auch ein bisschen sehr, äh äh ähm ähm belastet und auch ärgerlich gemacht weil ich auch in der ersten Zeit (Räuspern) meines meines Rentendaseins Rentnerseins auch so sehr äh ja auch so lethargisch oder antriebslos war-

Keine Partnerschaft

Stabile Partnerschaft

JA

Problematische Partnerschaft

Abhängigkeit vom Partner

Partner unzuverlässig

Partner dominant

JA

Partner trägt Verantwortung

JA

Belastung durch den Partner

Entlastung durch den Partner

Partner nimmt Rücksicht

Lob für Partnerschaft

Frau E:

324: wir können, also ganz nett und zusammen miteinander umgehen also und das ist meistens der Fall ... aber und wenn dann nur ein kleiner Krach ist dann bricht irgendwie das alles diese Harmonie bricht ich weiß nicht ob das bei anderen auch so ist die bricht so auseinander, erstmals geht es mir besonders dreckig dann was ich ihm natürlich dann gar nicht so sage das ist dann so als wenn man sich so vollkommen fremd wäre, wissen Sie wie verkommen das ist? wissen Sie die vollkommene Harmonie! gibt es ja nicht aber dann ist irgendwas und dann, und dann ist der ganze Tag gelaufen (...) ich muss das erst mal, dann kommen immer

die Gedanken, dann muss ich das immer wieder gedanklich verarbeiten und das ist also schlimm

Keine Partnerschaft	
Stabile Partnerschaft	
Problematische Partnerschaft	JA
Abhängigkeit vom Partner	
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	JA
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	

Herr F:

453: weiterhin noch Angst habe äh alleine zu sein zu Hause wenn meine Frau also mal so manchmal ist sie so äh zumindest in den letzten letzten Jahren war sie so neben- ehrenamtlich war sie da dann ist sie auch zu Seminaren unterwegs und dann ist sie so zwei drei Tage weg und das macht mir also schon Angst

460: vor zwei drei Jahren (als ich) diese äh äh Angststörung dann hatte da hat sie dann auch schon mal so was fallen! lassen ne dass ich nicht alleine war alleine war und auch heute ist es noch so

543: die Partnerschaftsverhältnisse, die waren eigentlich stabil die sind sogar äh zum Beispiel durch die Krankheit etwas stabilisiert worden (...) die haben sich alle um mich bemüht meine Frau natürlich auch

550: das war vorher also auch alles in Ordnung also da liegen stabile Verhältnisse vor in der Familie und auch in der Partnerschaft

876: ganz am nächsten steht mir natürlich schon meine meine Ehefrau ne

1181: als Ergänzung ist das ganz gut, nur eben ähm wie gesagt die eine Seite freut mich also diese spontane künstlerische musische äh nur diese diese fehlende äh Planbarkeit da, die, sie äh das Planungsvermögen äh das stört mich manchmal natürlich schon

1248: von ihrer Psyche hat die sich auch so stabilisiert vielleicht natürlich auch durch durch die Ehe mit mir gemeinsam

1259: und ich hatte ja da auch so ne Krise und das war auch ein bisschen der Grund warum! wir uns überhaupt kennen gelernt haben

1263: und da sagt sie mir also heute noch dass sie sich äh jetzt sehr wohl! und glücklich fühlt und äh dass sicherlich ich dazu auch beigetragen! habe ne wobei ich

dann ergänze 'ja aber nicht auf meine Kosten ich Deine, ich sag jetzt einfach mal ein bisschen da Deine Planungs-! Plan- Planungsunfähigkeit! so ein bisschen immer korrigieren muss ne?

Keine Partnerschaft	
Stabile Partnerschaft	JA
Problematische Partnerschaft	
Abhängigkeit vom Partner	JA
Partner unzuverlässig	
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	JA
Lob für Partnerschaft	JA

Frau G:

797: oder jetzt das mit dem Umzug auch bevor wir umgezogen sind also der saß da am Computer machte seine Spielchen interessierte sich für absolut nichts also ich hab mich manchmal immer nur gefragt was ist hier eigentlich los ich hab ihn dann angesprochen sag mal ich hab gesagt 'ziehst du überhaupt nicht mit?'

809: ach und bei jeder und bei jeder Kleinigkeit muss ich dann sagen wie gut er dann war dass er schon alles hach (Stöhnen) (...) ich musste dann immer sagen ja wie toll das alles von ihm ist och (...) immer so das Zückerchen abholen und wenn ich das dann nicht tue wenn ich dann schon mal hingucke und gar nichts sage dann nimmt er das Fahrrad dann fährt er dann fährt er zu Bekannten und erzählt dann bei dem war ich und bei dem war ich und dann weiß ich ganz genau was er denen erzählt ja? dass er schon wieder so viel getan hätte

Keine Partnerschaft	
Stabile Partnerschaft	
Problematische Partnerschaft	JA
Abhängigkeit vom Partner	
Partner unzuverlässig	JA
Partner dominant	
Partner trägt Verantwortung	
Belastung durch den Partner	JA
Entlastung durch den Partner	
Partner nimmt Rücksicht	
Lob für Partnerschaft	

Frau I:

373: nein (Frage, ob sie in einer Partnerschaft lebt)

377: eigentlich nicht so (Frage, ob sie keine Partnerschaft mehr will)

379: ja ich könnte mir schon vorstellen aber so so äh ja mit getrennten Wohnungen und so das könnte ich mir vorstellen (...) mit gemeinsamen Interessen ja zum Beispiel zum Verreisen das wäre natürlich ne wunderbare Sache

390: aber es hat sich nicht ergeben mehr und äh also ich streb das auch nicht an

400: ja ich denke schon ich weiß es gar nicht (Lachen) (Frage, ob sie für eine Partnerschaft offen wär, wenn es einfach passieren würde)

404: ach schon ewige Zeiten (leises Lachen) es ist ganz ganz lange (her, dass sie einen Partner hatte)

411: ja also der äh weiß ich nicht (etwas unwirsch) der wichtigste der äh wichtigste war ja eigentlich mein Ehemann ne, aber ähm danach gab's dann noch mal ne Verbindung und äh das war so auf Distanz und äh ja das war, auch schwierig

439: ja natürlich (Frage, ob ihr dann nur der Rückzug blieb)

Keine Partnerschaft

JA

Stabile Partnerschaft

Problematische Partnerschaft

Abhängigkeit vom Partner

Partner unzuverlässig

Partner dominant

Partner trägt Verantwortung

Belastung durch den Partner

Entlastung durch den Partner

Partner nimmt Rücksicht

Lob für Partnerschaft

Herr J:

1133: wir sind seit wir kennen uns seit über, vierzig Jahren zweiundvierzig Jahre wir sind dieses Jahr vierzig Jahre verheiratet

1136: und ich habe immer, wie wie heißt das so lapidar äh eine ich würde fast sagen perfekte Ehe geführt also perfekt hört sich gelackt an eine schöne Ehe geführt äh sehr äh gefühlsbetont und und auch äh ich sag mal jeder vom anderen, äh äh äh lernt und sieht und hört und bekommt mit und reagiert und agiert und, äh jeder freut sich mit dem anderen

1258: da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein (...) wie kommst Du alleine noch klar

1496: ja ja das ist so etwas das ist so stark geworden (gegensätzlicher Tag-Nacht-Rhythmus und dann haben uns auch die Ärzte gesagt oder mir vor allem 'Mensch lassen Sie Ihre Frau die hat einen ganz anderen Biorhythmus' dann bin ich früh aufgestanden also früh (...) sie kann heute schlafen

Keine Partnerschaft  
 Stabile Partnerschaft JA  
 Problematische Partnerschaft  
 Abhängigkeit vom Partner JA  
 Partner unzuverlässig  
 Partner dominant  
 Partner trägt Verantwortung  
 Belastung durch den Partner  
 Entlastung durch den Partner  
 Partner nimmt Rücksicht  
 Lob für Partnerschaft JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Keine Partnerschaft	JA		JA					JA	
Stabile Partnerschaft		JA		JA		JA			JA
Problematische Partnerschaft					JA		JA		
Abhängigkeit vom Partner			JA			JA			JA
Partner unzuverlässig	JA						JA		
Partner dominant		JA		JA					
Partner trägt Verantwortung		JA		JA					
Belastung durch den Partner					JA		JA		
Entlastung durch den Partner		JA							

### 18. Beziehungen: Kinder

Frau A:

218: doch wir haben ein sehr gutes Verhältnis (zum Sohn)

222: dem geht nichts über Familie

225: er legt viel Wert drauf dass die ganze gesamte Familie Kontakt miteinander hat und guten

Gutes Verhältnis zur Tochter  
 Gutes Verhältnis zum Sohn JA  
 Problematisches Verhältnis zur Tochter  
 Problematisches Verhältnis zum Sohn  
 Enkelkinder  
 Beschäftigung mit Enkelkindern

Kinder als Ratgeber  
Sorge um Kinder

Herr B:

172: mit unserer Tochter da habe ich also auch so ein gewisses Problem

339: meine Tochter ist mir, ja vom Bildungsstand zu weit nach, oben gerutscht sie hat also auch Medizin studiert

342: im Januar ihren Doktor gemacht sie ist bei der Bundeswehr als Anästhesistin tätig und befindet sich zurzeit in Afghanistan

359: das familiäre Verhältnis ist also, bombensicher und wir lieben uns alle drei wir sind wir sagen immer wir sind ein ein ein Trio sind wir es gibt keine Geheimnisse

391: sie ist im Gegensatz zu mir äh sehr lernfreudig

426: ja meine Frau also sie hat die Gene da von meiner Frau die war also auch immer sehr lern- äh begierig und hat also auch immer viel gelernt und früher und ist auch heute an vielem interessiert woran ich weniger interessiert bin

439: das persönliche Verhältnis ist schon da es ist meine Tochter und ich liebe sie über alles und äh tue auch für sie alles sie braucht nur zu zu flöten dann komme ich oder was

Gutes Verhältnis zur Tochter

Gutes Verhältnis zum Sohn

Problematisches Verhältnis zur Tochter

JA

Problematisches Verhältnis zum Sohn

Enkelkinder

Beschäftigung mit Enkelkindern

Kinder als Ratgeber

Sorge um Kinder

Frau C:

545: meine Liebe zu meinen Kindern das ist alles wunderbar und dass ich da äh geliebt werde das ist auch wunderschön aber die haben ja ihre eigene Familie auch

662: ich belästige meine Kinder nicht mehr mit diesen äh Papa-Geschichten Mann-Geschichten 665: was ja auch sehr schwerwiegend ist zumal bei meiner Tochter

669: mein Sohn hat sich das (das Jammern über den Ehemann) ja immer schön angehört und äh ich habe auch sehr viel von ihm dadurch gelernt

672: mit meiner Tochter gab's eben auch dann diese großen Schwierigkeiten und äh das! ist nicht mehr also das brauch ich auch nicht mehr

Gutes Verhältnis zur Tochter

Gutes Verhältnis zum Sohn	JA
Problematisches Verhältnis zur Tochter	JA
Problematisches Verhältnis zum Sohn	
Enkelkinder	
Beschäftigung mit Enkelkindern	
Kinder als Ratgeber	JA
Sorge um Kinder	

Herr D:

Frau E:

620: wenn jetzt irgendwas ist dass ich dann schon mal meine Tochter frage

Gutes Verhältnis zur Tochter	
Gutes Verhältnis zum Sohn	
Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	
Enkelkinder	
Beschäftigung mit Enkelkindern	
Kinder als Ratgeber	JA
Sorge um Kinder	

Herr F:

542: die familiären und die ja die familiären Verhältnisse die

Partnerschaftsverhältnisse, die waren eigentlich stabil die sind sogar äh zum Beispiel durch die Krankheit etwas stabilisiert worden nämlich dadurch dass dann auch meine meine Tochter Schwiegersohn und auch Enkelkinder äh äh zumindest zeitweise dann doch mehr Anteil genommen haben

550: das war vorher also auch alles in Ordnung also da liegen stabile Verhältnisse vor in der Familie und auch in der Partnerschaft

705: wenn man dann mit Kindern dann auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht

712: meine Tochter hat mich dann auch mehr einbezogen da in in die Kindergartengeschichten (...) und dann habe ich mir auch andere Dinge gesucht die auch äh dann mehr Wert, machten und mehr Qualität hatten

875: am nächsten steht mir natürlich schon meine meine Ehefrau ne gefolgt von äh meinen Kindern,

Gutes Verhältnis zur Tochter	JA
Gutes Verhältnis zum Sohn	

Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	
Enkelkinder	JA
Beschäftigung mit Enkelkindern	JA
Kinder als Ratgeber	
Sorge um Kinder	

Frau G:

308: weil die Tochter genauso ist wie ich (...) 'wir gehen dann her wenn's nicht schnell genug gemacht wird und machen es dann selber oder oder wischen noch nach oder tun noch nach'

504: die Tochter ist verheiratet und hat selber einen Haushalt und ein Kind und arbeitet auch selber mein Sohn arbeitet

912: ja zu unserer Tochter sehr gut (der Kontakt) die arbeitet übrigens hier in der MNR-Klinik (...) da ist sie Krankenschwester

916: zu unserem Sohn an und für sich auch (guter Kontakt) aber unser Sohn der ist sehr phlegmatisch ist sehr ähm ja sehr bequem und ja wenn er mal ausgeschlafen hat und dann ja dann ruft er mal an oder ich muss ihn dann anrufen ach ja und alles so ein bisschen so unser Markus der ist total anders ich weiß auch gar nicht nach wem er kommt überhaupt in der Familie der war schon als Kind ganz anders immer sehr ruhig sehr bedacht sehr klug aber nie was damit gemacht 932: der macht gar nichts beziehungsweise er kellnert (...) er hat zwar ne feste Anstellung 938:

hochintelligent das weiß er auch er weiß auch dass er faul ist aber er tut trotzdem nichts ja er hat dann das Abitur nachgemacht das war aber dann seine! Initiative

943: hat dann noch Bäcker gelernt aber Bäcker auch nie ausgeübt weil das war das ist ja ein Beruf so dann hat er Fahrradkurier gemacht sich halt so über Wasser gehalten Vater und Mutter haben dann immer bezahlt, klar, ja

947: und ansonsten lässt er es sich gut gehen er genießt das Leben und, ja

953: es war viele viele Jahre war das schon also für mich war das schon sehr schwer und für meinen Mann natürlich auch

956: er ist sechsunddreißig

962: er hat in der Zwischenzeit auch mal geheiratet mh kam dann mal hat gesagt

'Mutti ich heirate' die kannte er dann gerade vier Wochen oder sechs Wochen, natürlich kein Geld keine Wohnung und nichts aber er heiratet na ja gut dann haben wir natürlich auch die Hochzeit bezahlt es blieb uns ja nicht anderes übrig und ja und dann, und dann sind sie auch zusammen gezogen und das war auch alles



wunderschön und das ging dann zwei Jahre oder zwei ein halb Jahre dann hat die Schwiegertochter zu ihm gesagt 'also hör mal ich hab mir die Ehe anders vorgestellt weißt du ich bin jetzt weg ich lass am Donnerstag meine Sachen abholen' ja dann war es das dann hat er sich scheiden lassen und dann jo mh

974: ne es ärgert mich nur also wir sind schon die ganze Zeit dran, und äh dass er was für seine Altersversorgung tun muss ne also es reicht ja nicht dass diese paar Cent da, in die Altersversicherung gehen sondern dass er auch privat was tun muss und das sieht er nicht ein, und meine Tochter und ich also wir wissen nicht wie wir ihn kriegen können und wir wollen jetzt im Herbst noch mal starten (Stöhnen) soweit ist er sonst wenn man ihn sag ich mal jetzt zu sehr darauf anspricht dann schaltet er sofort auf stur und und ist weg ne

983: schon ein ganz äh schwieriges Kapitel also unser Sohn und es ist wirklich ein ganz lieber also (...) aber irgendwo er weiß das auch alles er sagt auch 'Mutti ich weiß'

992: er hat angefangen zu studieren in der Zeit wo er geheiratet er hat (...) dann hat er nebenher Fahrradkurier gemacht (...) das reichte weder für das eine noch für das andere 1005: dann hat er das wohl an den Nagel gehangen ja, aus welchen Gründen auch immer ich hab nicht mit ihm darüber gesprochen es ist auch sehr schwer an ihn ranzukommen 1009: das ist was was uns ich denke mal mein Mann der spricht da nicht drüber er kann nicht so mit ihm so ja ich bin da schon etwas anders aber unsere Tochter die versucht dann auch schon mal

Gutes Verhältnis zur Tochter	JA
Gutes Verhältnis zum Sohn	
Problematisches Verhältnis zur Tochter	
Problematisches Verhältnis zum Sohn	JA
Enkelkinder	JA
Beschäftigung mit Enkelkindern	
Kinder als Ratgeber	
Sorge um Kinder	JA

Frau I:

118: meine Tochter hat also, mit in ihrer Ehe Probleme mit und äh aber das hat sich jetzt auch etwas gelöst und die beiden haben also für einander eine Form gefunden wie sie miteinander umgehen 123: ja ich fühl mich dadurch natürlich auch entlastet

657: und ich hab das auch mit meiner Tochter besprochen (Wohnungsplanung im Alter) und ich denke, ja so ist es richtig.

702: und auch mit meiner Tochter (redet sie über Ängste im Alter)

Gutes Verhältnis zur Tochter JA  
 Gutes Verhältnis zum Sohn  
 Problematisches Verhältnis zur Tochter  
 Problematisches Verhältnis zum Sohn  
 Enkelkinder  
 Beschäftigung mit Enkelkindern  
 Kinder als Ratgeber JA  
 Sorge um Kinder JA

Herr J:

750: unser äh jüngerer Sohn der ist ist ja immerhin schon vierunddreißig der und der andere ist neununddreißig

755: der jüngere hat jetzt geheiratet der hatte äh während der Studienzeit äh, eine Frau kennen gelernt und hat mit ihr ein Kind unmittelbar so ungefähr dass er gerade mitten im Examen war aber gut das sind Dinge die sind lange vergessen das liegt vier Jahre zurück

1108: vielleicht, weil ich auch sehr viel finanziell, äh Sorge dafür getragen habe dass dass sie auch finanziell ein bisschen schon abgesichert sind

1401: und äh der zweite ist ganz anders, ist eben wie das oft so ist nicht so streng erzogen worden wie der erste und da ist das auch eine Portion anders ist das lockerer und der ist auch äh mehr Sonnyboy mehr kommunikativ äh äh und der kommt überall der kam schon als Kind als kleiner im Sportverein überall an

Gutes Verhältnis zur Tochter  
 Gutes Verhältnis zum Sohn JA  
 Problematisches Verhältnis zur Tochter  
 Problematisches Verhältnis zum Sohn JA  
 Enkelkinder JA  
 Beschäftigung mit Enkelkindern  
 Kinder als Ratgeber  
 Sorge um Kinder JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Gutes Verhältnis zur Tochter						JA	JA	JA	
Gutes Verhältnis zum Sohn	JA		JA						JA
Problematisches Verhältnis zur Tochter		JA	JA						
Problematisches Verhältnis zum Sohn							JA		JA
Enkelkinder						JA	JA		JA
Beschäftigung mit Enkelkindern						JA			
Kinder als Ratgeber			JA		JA			JA	
Sorge um Kinder							JA	JA	JA

## 19. Beziehungen: Freundes- und Bekanntenkreis

Frau A:

72: ich hab einen sehr guten Freundeskreis 77: alles Kindergartenmütter 81: und natürlich auch neue hinzugekommen also neuere als die vom Kindergarten

259: wenn vorher die Freunde fast jeden Tag da waren weil mein Mann sehr hilfsbereit war und vieles konnte und viel geholfen hat und jetzt ist er nicht mehr da und jetzt hört das schlagartig auf

267: das hat am Anfang sehr weh getan aber das ist halt so

276: auf die anderen ja (Konzentration auf die verbliebenen Freunde)

Freundeskreis

JA

Bekanntenkreis

Gutes Verhältnis zu Verwandten

Schlechtes Verhältnis zu Verwandten

Gutes soziales Netz

Viele Kontakte

Probleme Kontakte zu knüpfen

Herr B:

664: Freundeskreis weniger eher Bekanntenkreis

666: Freundeskreis ist nicht sehr groß

670: wenn überhaupt feste Freunde das ist immer so ein heißes Thema Freunde da muss man immer vorsichtig sein

673: wer ist schon Freund? wer Freund ist kann man den nachts aus dem Bett holen oder oder hilft der dann wenn es dir schlecht geht oder ist es nur ein Freund um abends ein Bier trinken zu gehen das unterscheidet also wir haben sehr viele!

Bekannte durch den Verein eben halt äh der hat sich zwar ein bisschen reduziert auf Grund des Alters eben halt

689: meine Frau hat noch einen Bruder mit dem komme ich aber auch bin ich noch nie zurecht gekommen oder mit seiner Frau auch nicht äh, und mit meinen Schwiegereltern klappt es! aber äh die leben noch ich habe keine Eltern mehr

750: Nachbarschaft wir haben also wir sind so sechs Häuser sind das nebeneinander wir wohnen jetzt fünfundzwanzig Jahre zusammen haben alle zur gleichen Zeit gebaut, haben aber fast keinen Kontakt miteinander wir grüßen uns aber ne es war noch nie einer vom Nachbarhaus in dem anderen Haus

Freundeskreis

Bekanntenkreis

JA

Gutes Verhältnis zu Verwandten	
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	JA
Gutes soziales Netz	
Viele Kontakte	
Probleme Kontakte zu knüpfen	JA

Frau C:

330: ich bin ich bei der AWO und wir haben einen Frauenstammtisch (...) da sind auch so was äh von netten Frauen wir sind auch privat zusammen

353: liebe Menschen um mich aber die sind teilweise eben sehr viel jünger als ich die sind noch im Berufsleben haben noch Familie

1025: so habe ich eigentlich auch äh Freundschaften geschlossen, welche abgeschlossen, neue geschlossen äh die auf dieser Basis die Frau interessiert mich

1044: eine Freundin lebt äh schon über fünfundzwanzig Jahre auf Teneriffa

Freundeskreis	JA
Bekanntenkreis	
Gutes Verhältnis zu Verwandten	
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	
Gutes soziales Netz	
Viele Kontakte	JA
Probleme Kontakte zu knüpfen	

Herr D:

184: habe dadurch eben auch sehr viel Kontakt auch zu diesen ganzen ehrenamtlichen Mitarbeitern

817: wir haben ein sehr gutes Verhältnis zu ihrer Schwester und meinem Schwager und meiner Schwägerin

857: das (ehrenamtliche Tätigkeit) ist natürlich auch sehr schön weil ich ja auch ins Gespräch komme wenn ich diese Nachhilfe mache bei den Eltern die dann also manchmal zu Hause sind

Freundeskreis	
Bekanntenkreis	JA
Gutes Verhältnis zu Verwandten	JA
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	
Gutes soziales Netz	
Viele Kontakte	JA
Probleme Kontakte zu knüpfen	

Frau E:

183: man trifft sich so mit Bekannten und so aber auch natürlich nicht immer

Freundeskreis

Bekanntenkreis

JA

Gutes Verhältnis zu Verwandten

Schlechtes Verhältnis zu Verwandten

Gutes soziales Netz

Viele Kontakte

Probleme Kontakte zu knüpfen

Herr F:

861: ja ich sag mal so äh ich behaupte von mir nicht dass ich den und dann betone ich den! guten Freund habe (...) also den! guten Freund habe ich nicht

871: aber ich habe dann gleich dahinter gelagert äh mehrere sehr gute freundschaftliche Beziehungen ähm die schon tragfähig sind

879: wenn man also jetzt äh für die Seele vielleicht die Gespräche sucht, dann hab ich schon Freunde äh und Gesprächskreise

889: dann habe ich meine Familie die Großfamilie noch ich habe also mehrere Geschwister und äh diese Beziehung pflege ich also auch sehr gut, (wenn er praktische Hilfe braucht)

895: aber so das übliche tägliche äh ich sage mal so ein bisschen Luft ablassen äh das mach ich dann schon mit mit äh in in einem Freundeskreis wo dann wozu ich also Leute habe die besuchen ich auch regelmäßig auch zu Hause

1086: Familie Freundeskreis Beziehungen äh da bin ich immer auf der Suche das auch alles immer alles noch zu verbessern

1164: gerade Einladungen zum Beispiel (...) das was ich so überhaupt nicht äh übers Herz bringen kann was mir sehr schwer fällt

1219: und letztendlich kommt das auch uns insgesamt auch zugute weil sie (Ehefrau) auch eine gewisse Kommunikation in der Nachbarschaft pflegt äh das kommt ja auf mich zurück die Leute kennen mich auch viel besser und und wir haben überall gegenseitige äh Kontakte und Einladungen

Freundeskreis

JA

Bekanntenkreis

Gutes Verhältnis zu Verwandten

JA

Schlechtes Verhältnis zu Verwandten

Gutes soziales Netz

Viele Kontakte

Probleme Kontakte zu knüpfen

JA

Frau G:

44: weil wir sehr sehr viele Bekannte haben wir sind da sehr integriert in der in der Kirchengemeinde und äh auch so im wir sind im Netzwerk mein Mann ist da ehrenamtlich tätig und wir haben einen sehr großen Bekanntenkreis

451: mein Mann der der hat auch im Dezember Geburtstag also fünfundsechzig den wollen wir auch ein bisschen feiern mit Bekannten denn sonst sind die uns total! böse (Lachen)

900: und dann ist man zusammen man kennt sich man ist im Stadtteil und man ist eben auch nicht alleine auch ne und das ist auch ganz wichtig dass man sich anruft oder was vorbereitet oder einer hat Karten

905: viele haben auch so Schrebergärten dass wir uns da treffen also letzte Woche mal zum Reibekuchen essen und solche Dinge

Freundeskreis	
Bekanntenkreis	JA
Gutes Verhältnis zu Verwandten	
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	
Gutes soziales Netz	JA
Viele Kontakte	
Probleme Kontakte zu knüpfen	

Frau I:

333: und mein Chef ist hat heute Geburtstag seinen fünfundachtzigsten Geburtstag heute morgen hab ich mit ihm telefoniert

700: ja ich habe Freundinnen also Freundinnen mit denen ich darüber rede (über Sorgen vor dem Gebrechlich werden im Alter)

756: das (Altenheim) ist in in oben in in Norddeutschland und da ist ne, Bekannte die hab ich dann auch öfter mal besucht wenn ich da bin

Freundeskreis	JA
Bekanntenkreis	JA
Gutes Verhältnis zu Verwandten	
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten	
Gutes soziales Netz	
Viele Kontakte	
Probleme Kontakte zu knüpfen	

Herr J:

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Freundeskreis	JA		JA			JA		JA	
Bekanntenkreis		JA		JA	JA		JA	JA	
Gutes Verhältnis zu Verwandten				JA		JA			
Schlechtes Verhältnis zu Verwandten		JA							
Gutes soziales Netz							JA		
Viele Kontakte			JA	JA					
Probleme Kontakte zu knüpfen		JA				JA			

## 20. Umgang mit Konflikten

Frau A:

250: der Mund ist manchmal schneller als (kurzes Lachen) ja? in

Konfliktsituationen? also wenn man alleine lebt und, ich meine dann reduziert sich der Freundeskreis schon

254: da gibt's schon Konfliktsituationen gibt's auch Sachen die mich ärgern die mich kränken (im Freundeskreis)

281: (mein Mann hat getrunken) das war ein Streitpunkt. 286: hab ich geschimpft geweint gebettelt und zum Schluss hab ich gesagt 'leck mich' tat mir leid

547: ich streite+ eigentlich selten. 549: aber so in der Gruppe wenn, wenn das so zur Sprache kommt dann kann man sich nicht immer raushalten

Konfliktpartner:

Partner JA  
 Freunde JA  
 Kinder  
 Mutter  
 Mitmenschen

Konfrontationsbereitschaft JA  
 Konflikte innerlich austragen  
 Verdrängung  
 Rückzug  
 Kompromissbereitschaft  
 Vermeidung  
 Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit  
 Selbstvorwürfe  
 Miteinander Reden JA  
 Nicht miteinander Reden  
 Sucht Grund bei sich selbst  
 Sucht Grund bei anderen  
 Äußern von Gefühlen JA

Konfliktmuster:  
Abhängigkeit vom Partner  
Andere unter Druck setzen  
Rückzug  
Innere Blockade

Herr B:

267: das ärgert mich schon mal dass also der eine oder andere nicht so ist wie ich mir das vorstelle und dann nehme ich so was mit ins Bett und sage 'mein Gott warum macht der das so oder oder warum machen die das so und und warum das muss man doch mal anders regeln' das sind sind so so banale Dinge

718: wenn ich alleine wäre brächte das fertig äh jemandem auf den Kopf zu zu sagen dass er mir unsympathisch ist

727: oder wenn mir irgendetwas nicht gefällt an jemanden nicht das könnte ich ihm sagen

961: ich kann also so was verdrängen dass ich selbst Probleme verdrängen kann

965: zu umgehen ja ich will sie gar nicht erst haben diese Probleme

Konfliktpartner:

Partner  
Freunde  
Kinder  
Mutter  
Mitmenschen JA

Konfrontationsbereitschaft JA

Konflikte innerlich austragen JA

Verdrängung JA

Rückzug

Kompromissbereitschaft

Vermeidung JA

Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit

Selbstvorwürfe

Miteinander Reden

Nicht miteinander Reden

Sucht Grund bei sich selbst

Sucht Grund bei anderen

Äußern von Gefühlen

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner  
Andere unter Druck setzen  
Rückzug  
Innere Blockade



Frau C:

194: und es ist eben diese diese ich hab mir viel zu viel gefallen lassen, ich hab eben immer (hustet) dieses Urübel geliebt zu werden, und wenn du alles tust was der andere möchte dann liebt er dich vielleicht 202: das ist mein Muster

456: hat ich auch mal einen Riesenkrach (wegen ihrer Überpünktlichkeit), sie meinte ich setze sie damit unter Druck

681: (Konfliktmuster mit ihrem Mann) als Abhängigkeit ne totale Abhängigkeit

673: aber ähm, mit meiner Tochter gab's eben auch dann diese großen Schwierigkeiten

749: beim ersten Gespräch hatte ich ja gesagt dass ich mit der Frau Doktor Bergstein nicht so ganz zurecht kam

842: und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen

Konfliktpartner:

Partner	JA
Freunde	
Kinder	JA
Mutter	
Mitmenschen	JA

Konfrontationsbereitschaft	JA
----------------------------	----

Konflikte innerlich austragen

Verdrängung

Rückzug

Kompromissbereitschaft

Vermeidung

Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit

Selbstvorwürfe

Miteinander Reden

Nicht miteinander Reden

Sucht Grund bei sich selbst	JA
-----------------------------	----

Sucht Grund bei anderen

Äußern von Gefühlen

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner	JA
--------------------------	----

Andere unter Druck setzen	JA
---------------------------	----

Rückzug

Innere Blockade

Herr D:

1009: also wir hatten ja glaube ich schon mal wir hatten schon mal so ein bisschen so, Zoff auch vor meiner vor meiner äh äh temporären äh äh oder in dieser Zeit (...) ich hatte mich da ein bisschen zurück gezogen und äh dann war sie dann war ich

natürlich auch das hat sie auch ein bisschen sehr, äh äh ähm ähm belastet und auch ärgerlich gemacht weil ich auch in der ersten Zeit (Räuspern) meines meines Rentendaseins Rentnerseins auch so sehr äh ja auch so lethargisch oder antriebslos war

1041: genau aber das das kann ich nicht! (seiner Frau sagen, dass er nicht putzen will) in dem Sinne weil ich dann dann tue ich ihr weh weil ich ja so derjenige bin der zu Hause ist und der so viel Zeit hat

558: da bin ich derjenige der immer dann sagt okay wenn sie das meint

563: so das ist vielleicht ist es ist es ein Fehler aber ich da bin ich immer sehr äh (Seufzen) äh da bin ich immer sehr einsichtig wenn das wenn das von der anderen Seite von meiner Frau her gesagt wird nee das geht schon noch

568: früher war ich ja wie ich im Berufsleben war viel entscheidungsfreudiger jetzt sage ich okay wenn sie das sagt

845: und dann sage ich okay

854: na ja gut ich bin derjenige gewesen der dann immer der zurück gehalten hat (im Urlaub)

Konfliktpartner:

Partner	JA
Freunde	
Kinder	
Mutter	
Mitmenschen	

Konfrontationsbereitschaft

Konflikte innerlich austragen

Verdrängung

Rückzug	JA
---------	----

Kompromissbereitschaft

Vermeidung

Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit	JA
----------------------------------	----

Selbstvorwürfe

Miteinander Reden

Nicht miteinander Reden	JA
-------------------------	----

Sucht Grund bei sich selbst	JA
-----------------------------	----

Sucht Grund bei anderen

Äußern von Gefühlen	JA
---------------------	----

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner

Andere unter Druck setzen

Rückzug	JA
---------	----

Innere Blockade

Frau E:

36: in der Phase wo wir irgendwie einen Streit hatten oder so, und dann hatten wir, hatte ich mich mal fürchterlich aufgeregt und, es äh war sofort wieder in mir, also das! ah! das kann man gar nicht beschreiben das ist so schrecklich! 42: das hatte ich nach einem, noch nicht mal Streit das war nur ein Disput, so schlimm, ähm dass es nicht mehr zurück ging also ich war also ich hatte ständig dieses Gefühl nur wenn ich jetzt äh, mit jemand zusammen war mit Freunden oder so dann merkte ich wie das abfiel aber sobald ich alleine war ähm, sprang mich das regelrecht wieder an

272: ja und kann, und bin dann auch nicht in der Lage mich dann irgendwie einzubringen, ich merke wie ich vollkommen blockiert bin man könnte das vielleicht irgendwie auflockern aber mir fällt auch nichts ein was ich dann, wie ich mich da einbringen kann

276: das sind so die typischen Punkte die ich habe, dass ich so einfach übergangen werde, das ist nicht nur das eine sondern das habe ich häufiger das bilde ich mir mit Sicherheit nicht ein

281: wenn ich etwas erzähle dann merke ich förmlich, mein Gegenüber, nicht immer aber oft, also dann gehen die Gedanken bei dem schon spazieren und ich merke also, dass die Person mir gar nicht zuhört und das, finde ich schon, also das, ist schon etwas, wo ich auch immer wieder darüber nachdenke.

233: also er kann dann sehr barsch in seinem Ton sein wenn ich, wenn ihm etwas nicht passt, was wenn er etwas gut meint jetzt ich weiß nicht ob ich das schon mal gesagt habe wenn zum Beispiel ist er einmal fürchterlich ausgeflippt (...) mein Mann hatte mir den besten Platz ne? zurecht geschoben, und ich bin weiter gegangen damit die anderen auch gut, ja gut sitzen konnten und über so was kann er sich wahnsinnig aufregen, für mich eigentlich vollkommen grundlos so was.

219: dann sag ich ich sag immer zu ihm ich sage 'wenn ich das jetzt so sagen würde wie Du mir das so sagst, also Du würdest ausflippen', das ist ja nicht so unbedingt aber es ist wirklich so, richtig harsche Kritik, hat er nicht so gerne

324: wir können, also ganz nett und zusammen miteinander umgehen also und das ist meistens der Fall aber und wenn dann nur ein kleiner Krach ist dann bricht irgendwie das alles diese Harmonie bricht ich weiß nicht ob das bei anderen auch so ist die bricht so auseinander, erstmals geht es mir besonders dreckig dann was ich ihm natürlich dann gar nicht so sage das ist dann so als wenn man sich so vollkommen fremd wäre, wissen Sie wie verkommen das ist? 341: und das dauert

erst mal, langsam langsam 343: bei mir natürlich, bei meinem Mann nicht, ich muss das erst mal, dann kommen immer die Gedanken, dann muss ich das immer wieder gedanklich verarbeiten und das ist also schlimm

353: ich denke mir wenn jemand ne andere Person wäre die mehr

Selbstbewusstsein hätte, die könnte sich eher dagegen wehren dass das nicht bis ins Innerste geht dass das vorher so ein bisschen, abprallt

Konfliktpartner:

Partner JA

Freunde

Kinder

Mutter

Mitmenschen JA

Konfrontationsbereitschaft

Konflikte innerlich austragen JA

Verdrängung

Rückzug JA

Kompromissbereitschaft

Vermeidung

Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit JA

Selbstvorwürfe

Miteinander Reden

Nicht miteinander Reden JA

Sucht Grund bei sich selbst JA

Sucht Grund bei anderen

Äußern von Gefühlen JA

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner JA

Andere unter Druck setzen

Rückzug

Innere Blockade JA

Herr F:

1186: also das (das mangelnde Planungsvermögen seiner Frau) bringt bei mir mir manchmal Stress und äh das gibt auch manchmal ein bisschen

Auseinandersetzungen, Meinungsverschiedenheiten aber okay da damit kann ich also leben

1227: dann vielleicht für mich noch störend dass sie mir abends dann sagt 'ja da bin ich heute immer noch nicht weiter gekommen kannst Du mir nicht mal helfen dass wir da weiter kommen' und dann sag ich ihr das natürlich ja ich sag 'wenn Du da nicht wieder den ganzen Morgen mit Frau soundso oder mit Frau soundso

gesprächen hättest dann wärst du sicherlich schon gestern morgen damit fertig geworden mit dem ganzen'

Konfliktpartner:

Partner

JA

Freunde

Kinder

Mutter

Mitmenschen

Konfrontationsbereitschaft

Konflikte innerlich austragen

Verdrängung

Rückzug

Kompromissbereitschaft

Vermeidung

Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit

Selbstvorwürfe

Miteinander Reden

Nicht miteinander Reden

Sucht Grund bei sich selbst

Sucht Grund bei anderen

JA

Äußern von Gefühlen

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner

Andere unter Druck setzen

Rückzug

Innere Blockade

Frau G:

345: vor allem mich stört das dann immer wenn er dann zu unseren Bekannten geht und sagt 'hach ja und das hab ich gemacht und das hab ich noch und' und dann denke ich 'ganz ruhig bleiben ganz! ruhig nur jetzt nicht sagen'

716: ich sag ihm das auch schon mal ich meine es dauert immer sehr sehr sehr lange also es brodelt dann sehr lange bis ich das auch schon mal sage, äh dann geht es auch mal ne kurze Zeit gut oder andersrum, ja und dann ist alles bald wieder in alten Bahnen ne

797: oder jetzt das mit dem Umzug auch bevor wir umgezogen sind also der saß da am Computer machte seine Spielchen interessierte sich für absolut nichts also ich hab mich manchmal immer nur gefragt was ist hier eigentlich los ich hab ihn dann angesprochen sag mal ich hab gesagt 'ziehst du überhaupt nicht mit?' 'wieso?' ja ich sag 'du sitzt hier tatenlos' ich sagte 'du könntest doch schon mal' ich sage 'dein dein Werkzeug mal aufräumen mal gucken was du überhaupt mitnimmst und was weg

kann' mh das ist dann soweit weg jedenfalls so eines Tages eines Tages ist mir wirklich der Kragen geplatzt also er merkte das dann auch ja also ich war oh ich war geladen ich hab ich hab so gut wie nichts mehr gesagt ich hab ich hab ihn nur angeguckt ich sag und dann merkte er also dass es wirklich an der Zeit war aufzustehen und in den Keller zu gehen oder was zu tun ja

952: viele Jahre war das schon also für mich war das schon sehr schwer und für meinen Mann natürlich auch (die Lebensgestaltung ihres Sohnes) das war immer ein Thema wo wir, lieber nicht miteinander darüber sprachen aber mittlerweile habe ich mich schon ein bisschen damit arrangiert

Konfliktpartner:

Partner	JA
Freunde	
Kinder	JA
Mutter	
Mitmenschen	

Konfrontationsbereitschaft	JA
Konflikte innerlich austragen	
Verdrängung	
Rückzug	
Kompromissbereitschaft	
Vermeidung	
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit	
Selbstvorwürfe	
Miteinander Reden	
Nicht miteinander Reden	JA
Sucht Grund bei sich selbst	
Sucht Grund bei anderen	JA
Äußern von Gefühlen	

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner  
Andere unter Druck setzen  
Rückzug  
Innere Blockade

Frau I:

276: ja (Frage nach einem Konfliktmuster) das ich mich immer wieder zurückziehe dann dann ziehe ich mich zurück und dann (...) (p:00:00:05) ja also wenn ich zum Beispiel in in schlechte Stimmung gerate

285: ich meine wenn ich also in schlechte Stimmung gerate zum Beispiel dass ich dann nicht äh unbedingt äh ja irgend jemand treffen will oder oder Ablenkung suche sondern sondern dass ich mich dann zurückziehe

420: ich denke dass war so dass wir beide aus ner aus ner Partnerschaft kamen und äh zunächst mal so äh auf Distanz waren

423: also es es ist es war so dass äh dass wir uns beide einig waren oder jedenfalls sah das so aus also, so wie es jetzt ist ist es schön und und so soll's bleiben und auf Distanz und äh ja und dann war es so dass also, mein Partner das dann nicht mehr so eingehalten hat sondern äh, dann hatte er ne andere Verbindung

433: das war insofern so enttäuschend weil nun eben also die andere äh Verbindung da die da bestand äh dass die Frau dann da einzog und äh, dann auch da blieb

Konfliktpartner:

Partner

JA

Freunde

Kinder

Mutter

Mitmenschen

Konfrontationsbereitschaft

Konflikte innerlich austragen

Verdrängung

Rückzug

JA

Kompromissbereitschaft

Vermeidung

Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit

Selbstvorwürfe

Miteinander Reden

Nicht miteinander Reden

JA

Sucht Grund bei sich selbst

Sucht Grund bei anderen

Äußern von Gefühlen

Konfliktmuster:

Abhängigkeit vom Partner

Andere unter Druck setzen

Rückzug

JA

Innere Blockade

Herr J:

256: äh und Ursache dieser ganzen Geschichten sind sicher welche auch die weit zurück liegen also mutterbedingt

261: ziemlich, energische Frau äh, die auch schon sehr viel Arbeit hatte und immer für mich gesorgt hat et cetera aber mich dann auch geklammert hat irgendwo

266: äh das ging so weit dass dass äh sie vor allen Dingen irgendwann nach nicht so langer Zeit der Ehe äh dann auch gegen meine Frau ständig wettelte alles war falsch und und auf jeden Fall ich hatte dann dann zogen wir aus und ich ich hatte dann gebaut, ungefähr eineinhalb Kilometer entfernt von meinem Elternhaus

273: und man hat mir und sie hat mir immer Vorwürfe gemacht und wo ich sowieso schon alles gemacht habe

278: aber ja und so und dies und dieser dieser ständige Druck (gepresste Stimme) von ihr war ging nachher soweit wenn das Ge- das Telefon klingelte habe ich gesagt 'da gehe ich nicht mehr dran das ist meine Mutter' äh und das übertrug sich auch irgendwann auf meine Frau sogar so ein bisschen

287: also es war kein schönes Verhältnis mehr

293: und obwohl wir jetzt nun schon dann eigentlich äh so wenig Kontakt hatten und auch absichtlich gebrochen haben äh äh ist es eben nicht zu vermeiden, und und ganz wollte ich es natürlich auch nicht vermeiden

302: aber es belastete mich unglaublich

308: und dann ich wusste es kommt irgendwie ich bin dann +auch aufgedreht dann kommt es ruck zuck schon wieder zu einem Wortgefecht und dann et cetera PP

1061: ne heile Welt, in dem Fall aber aber nicht die Konfrontation dann versuche ich eher Kompromisse zu machen und versuche, und versuche nach Wegen wie man das denn wieder hinkriegen könnte auch zum Beispiel für unsere Kinder also dass ich sage 'hör mal Junge komm wir müssen mal reden da da stimmt etwas jetzt nicht ne'

1075: äh ja gut dann habe ich mit ihm gesprochen und dann war das eigentlich auch für mich wieder erledigt

1391: vielleicht dass ich zu meinen Kindern auch ein bisschen bestimmend, war (Frage nach Konfliktmustern) in der Erziehung, vor allem bei dem Älteren der ja auch nicht mehr ganz so klar und gut zurecht kommt weil er selbst auch wieder so vor allen Dingen zu meiner Frau ist der manchmal sehr, ruppig sag ich jetzt mal vom vom Wort her

1417: vielleicht habe ich die insgesamt in der Erziehung etwas härter angefasst vor allem den ersten das ist was was ich dann vielleicht auch von meiner Mutter hatte die so ein bisschen (...) ein bisschen bestimmt war ja bestimmt und streng war



1426: sie meinte sie wollte immer das Beste und Gute und ich kann ihr eigentlich gar nicht so groß viel vorwerfen aber viele Dinge die mich, äh belastet haben in den letzten zehn Jahren sie ist dreiundneunzig geworden äh, die haben mich schon richtig belastet da habe ich immer gesagt, 'ganz schlimm! ganz schlimm also irgendwann bringe ich meine Mutter um ich halte das nicht mehr aus so' so so emotional äh und wenn man das sagt das kommt bei mir auch emotional manchmal schneller was raus und und wissen Sie wenn irgend was wenn ich vor der Situation stehen, würde dann könnte ich das sowieso nicht weil Gewalt kann ich überhaupt nicht ab das käme vielleicht aus der Emotion dass ich sage 'verdammt noch mal'

1446: ja ja (Frage, ob er Wut empfunden hat)

1471: da tut es nur weh äh wenn ich eben auch sehe, dass ihr (Ehefrau) das alles sehr viel Kummer macht und und sich das und sich das ja so richtig da richtig reinbeißt und helfen will und kann nicht helfen und wenn Hilfe angeboten wird und dann wird es äh und dann falsch ist und und ne sie hat meistens recht zu neunzig Prozent aber, immer erst mal Konfrontation das tut mir insgesamt dann auch weh das ist

1516: aber dieser dieser dieser Rhythmusunterschied der stört mich natürlich auch wenn ich ehrlich bin stört mich das natürlich ich lasse sie jetzt gewähren weil das vernünftiger ist für beide aber schön ist das natürlich nicht

1524: dann hängt sie noch am Computer äh äh von der Hochzeit äh anderthalb Wochen jede Nacht um da was weiß ich nicht was auszuarbeiten und so das sind Dinge die die stören mich ne obwohl es für unseren Sohn dann war dann habe ich gesagt 'mein Gott das kann doch alles nicht wahr sein (...) denk doch mal an Dich!'

Konfliktpartner:

Partner	JA
Freunde	
Kinder	JA
Mutter	JA
Mitmenschen	

Konfrontationsbereitschaft

Konflikte innerlich austragen

Verdrängung

Rückzug	JA
---------	----

Kompromissbereitschaft	JA
------------------------	----

Vermeidung	JA
------------	----

Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit

Selbstvorwürfe

Miteinander Reden	JA
-------------------	----

Nicht miteinander Reden	
-------------------------	--

Sucht Grund bei sich selbst  
Sucht Grund bei anderen  
Äußern von Gefühlen

JA  
JA  
JA

Konfliktmuster:  
Abhängigkeit vom Partner  
Andere unter Druck setzen  
Rückzug  
Innere Blockade

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Konfliktpartner:									
Partner	JA		JA	JA	JA	JA	JA	JA	JA
Freunde	JA								
Kinder		JA	JA				JA		JA
Mutter									JA
Mitmenschen		JA	JA		JA				
Konfrontationsbereitschaft	JA	JA	JA				JA		
Konflikte innerlich austragen		JA			JA				
Verdrängung		JA??							
Rückzug				JA	JA			JA	JA
Kompromissbereitschaft									JA
Vermeidung		JA							JA
Mangelnde Durchsetzungsfähigkeit				JA	JA				
Selbstvorwürfe									
Miteinander Reden	JA								JA
Nicht miteinander Reden				JA	JA		JA	JA	
Sucht Grund bei sich selbst			JA	JA	JA				JA
Sucht Grund bei anderen						JA	JA		JA
Äußern von Gefühlen	JA			JA	JA				JA
Konfliktmuster:									
Abhängigkeit vom Partner			JA		JA				
Andere unter Druck setzen			JA						
Rückzug				JA				JA	
Innere Blockade					JA				

## 21. Einsamkeit

Frau A:

29: das war bedingt durch meine Krankheit und an für sich dann auch also, private Probleme, dass man alleine ist, so das, das spielte auch eine Rolle

59: ich bin allein. mein Man ist ja tot

61: mein Sohn ist jetzt wieder in Deutschland gottseidank der war drei Jahre in

Mexiko 64: aber er wohnt in Stuttgart

251: also wenn man alleine lebt und, ich meine dann reduziert sich der Freundeskreis schon

261: nö also ich mein ich war mein Leben lang nicht allein jetzt bin ich allein und ich genieß das auch auf der einen Seite. auf der anderen Seite fehlt's mir natürlich mein Mann

366: die eine Seite vermisst natürlich das und die andere Seite sagt 'schön, jetzt mache ich endlich mal was ich will'

383: auf der einen Seite. ich mein' es gibt natürlich Tage wo ich nicht gerne alleine bin

Tod des Partners	JA	
Trennung vom Partner		
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners		
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner		
Angst vor Verlust des Partners		
Angst vor der Einsamkeit		
Belastung durch Einsamkeit		
Kinder leben weit weg	JA	
Distanz zu Kindern		
Reduzierter Freundeskreis	JA	
Keinen engen Freund		
Ambivalenz des Alleinseins		JA
Freiräume	JA	
Verlust von Gemeinschaft im Beruf		
Verlust von Ansehen im Beruf		

Herr B:

343: (die Tochter ) befindet sich zurzeit in Afghanistan

345: das Afghanistan ist nicht das Schlimme weil sie ruft jede Woche einmal an (...) wo ich ein Problem mit habe ist mich mit ihr noch zu unterhalten

362: wie gesagt wenn es um gewisse Dinge geht also um Diskussionen und und äh äh da merke ich dass sie (die Tochter) weiter weg ist

711: dann kommt aber sofort bei mir wieder äh die Minderwertigkeit raus und dass ich sage 'oder bin ich das schuld? oder ist es meine Schuld dass ich keinen Freund habe jetzt'

Tod des Partners

Trennung vom Partner

Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners

Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner

Angst vor Verlust des Partners

Angst vor der Einsamkeit

Belastung durch Einsamkeit

Kinder leben weit weg

JA

Reduzierter Freundeskreis

Keinen engen Freund

JA

Ambivalenz des Alleinseins

Freiräume

Verlust von Gemeinschaft im Beruf

Verlust von Ansehen im Beruf

Frau C:

338: äh ich geh nach wie vor gerne alleine, also ich brauch nicht immer Gesellschaft ich geh gerne alleine nur es ist mir jetzt sehr schwer gefallen aus diesem vollen Lebenshaus! jetzt wieder in in mein, in meine Wohnung zu kommen alleine zu sein äh ja das hat also eine ganze Weile gedauert

347: ich hab zwar einen Miezekater aber! (lacht) der ersetzt ja nun nicht (lacht) (die Familie)

362: also nicht jetzt aus meiner Not heraus oder aus dem Alleinsein raus vielleicht Kinder hüten oder irgend so was machen nein das möchte ich nicht

538: also alles was ich tue was die Defizite (Fehlen der Liebe) sind da Zeit meines Lebens und das kann dir auch nicht gefüllt werden diese Schublade, die ist leer

559: es ist natürlich auch so nicht dass ich keine Männer kennen würde aber äh ich sag mal so, ich könnte mich damit nicht arrangieren, weil ich schon ein bisschen ja es soll nicht hochtrabend klingen aber äh äh ein paar Ansprüche hätte ich schon zum Beispiel mit keinem Mann mehr zusammen leben +mit niemanden zusammen leben

562: also ich fänd es wunderbar! mal ins Kino zu gehen mal ins Theater zu gehen mal einfach anzurufen 'Du hast Du Lust komm machen wir mal irgendwas zusammen'

583: ich gehe natürlich nicht alleine ins Konzert ich gehe nicht alleine ins Theater  
gehe nicht alleine ins Kino und äh wo ich vielleicht mal jemand kennen lernen  
könnte

591: da vermisste ich auch was (Partnerschaft) ja (Liebe) genau Sexualität+ gehört ja  
alles dazu (...) und ja das vermisste ich schon

1014: durch diese Enttäuschungen die man eben auch im Laufe seines Lebens äh  
erlebt hat, ist man vorsichtiger je älter man wird je vorsichtiger wird man und schließt  
sich eben nicht mehr so schnell anderen an und dann kommt eben erst die Mauer  
da kommt erst ein bisschen die Arroganz und dann äh die das ist ja alles nicht  
absichtlich das ist einfach ein Schutz! und äh äh dann hab ich so immer gedacht ja  
wer sich für mich interessiert äh der kann sich ja ein bisschen näher mit mir  
befassen und der wird dann sehen was für ein Kern drin steckt

1090: dieses mit mir alleine zu sein äh das brauch ich aber mh das brauch ich aber!

Tod des Partners

Trennung vom Partner

Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners

Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner

Angst vor Verlust des Partners

Angst vor der Einsamkeit

Belastung durch Einsamkeit

JA

Kinder leben weit weg

Reduzierter Freundeskreis

Keinen engen Freund

Ambivalenz des Alleinseins

JA

Freiräume

JA

Verlust von Gemeinschaft im Beruf

Verlust von Ansehen im Beruf

Herr D:

813: meine Schwiegermutter ist letztes Jahr gestorben vorletztes Jahr gestorben  
und das hat sie (seine Ehefrau) also sehr weil sie äh quasi ohne Vater  
aufgewachsen ist der ist sehr früh gestorben

Tod des Partners

Trennung vom Partner

Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners

Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner

Angst vor Verlust des Partners

Angst vor der Einsamkeit

Belastung durch Einsamkeit

Kinder leben weit weg

Reduzierter Freundeskreis

Keinen engen Freund  
Ambivalenz des Alleinseins  
Freiräume  
Verlust von Gemeinschaft im Beruf  
Verlust von Ansehen im Beruf

Frau E:

151: manchmal hätte ich dann schon gerne, wenn wir (mit dem Ehemann) dann mal ein bisschen was gemeinsam unternehmen,

181: wenn mein Mann ein bisschen mehr, was soll ich sagen so zwei drei bei schönem Wetter ein zwei Tage in der Woche dann für mich hätte das wäre schön

184: nicht so als wenn man jetzt zusammen was unternimmt da hat er einfach überhaupt keine Lust zu

269: ich, stehe dann so eigentlich alleine da

633: und da war man auch immer im Team man war nicht alleine! man war immer im Team (im Beruf)

Tod des Partners

Trennung vom Partner

Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners JA

Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner

Angst vor Verlust des Partners

Angst vor der Einsamkeit

Belastung durch Einsamkeit

Kinder leben weit weg

Reduzierter Freundeskreis

Keinen engen Freund

Ambivalenz des Alleinseins

Freiräume

Verlust von Gemeinschaft im Beruf JA

Verlust von Ansehen im Beruf

Herr F:

472: meine Tochter die wohnt also in Köln das ist schon weiter weg

547: man man man wurde auch entsprechend hofiert entsprechend behandelt man war wer!

837: sage ich mir das was ich früher gemacht habe muss ich loslassen können, und muss nach Neuem suchen (p:00:00:05) andererseits äh muss ich von vornherein gewisse Abstriche machen

1088: natürlich muss man hie und da auch mal wieder Verluste in  
Anführungsstrichen in Kauf nehmen wo also eine Beziehung abgekühlt ist

Tod des Partners	
Trennung vom Partner	
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners	
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner	
Angst vor Verlust des Partners	
Angst vor der Einsamkeit	
Belastung durch Einsamkeit	
Kinder leben weit weg	JA
Reduzierter Freundeskreis	JA
Keinen engen Freund	
Ambivalenz des Alleinseins	
Freiräume	
Verlust von Gemeinschaft im Beruf	
Verlust von Ansehen im Beruf	JA

Frau G:

711: ja ja ja das stimmt schon (dass ihr Mann sich ein bisschen zu wenig um sie  
kümmert)

1125: ja ja ja weil das hab ich nie gehabt (ein Spielzeug oder ein schönes  
Kindheitserlebnis)

756: wie gesagt das hat immer etwas mit der Tagesform zu tun wie ich dann gerade  
drauf bin, also manchmal ist es schon anstrengend, manchmal dann denke ich schon  
danach daran, vielleicht hätte ich es einfacher wenn ich alleine wäre (...) ja doch  
doch ja ist schon äh öfters der Fall (das solche Gedanken kommen) weil ich auch  
einige kenne die alleine sind und, tja aber ich weiß ja nicht wie's dann wäre also  
wenn ich alleine wäre (Lachen) also ob ich dann auch zufrieden wäre ne

793: ne so ernsthaft (Trennung von ihrem Mann) aber wie gesagt eher so ein Gefühl  
schon ne dass ich sage ach ne also oder irgendwie ich sag ja es hat immer so etwas  
mit der Tagesform zu tun oder vielleicht was jetzt gerade so war

Tod des Partners	
Trennung vom Partner	
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners	JA
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner	JA
Angst vor Verlust des Partners	
Angst vor der Einsamkeit	
Belastung durch Einsamkeit	
Kinder leben weit weg	
Reduzierter Freundeskreis	
Keinen engen Freund	
Ambivalenz des Alleinseins	

Freiräume  
Verlust von Gemeinschaft im Beruf  
Verlust von Ansehen im Beruf

Frau I:

261: äh meistens also solche Reisen die mach ich meistens alleine weil ich da nicht so äh äh Partner habe der da mitreist weder einer Freundin noch äh äh so aber man kann es mit einer Gruppe ja mit so einer Gruppe so ne Führung machen 269: natürlich wäre das schöner wenn man das äh so individuell machen kann sich so selbst einen Plan erstellen und dann aber äh ja so alleine ist das äh macht das keinen Spaß

433: das war insofern so enttäuschend weil nun eben also die andere äh Verbindung da die da bestand äh dass die Frau dann da einzog und äh, dann auch da blieb

Tod des Partners  
Trennung vom Partner JA  
Vermissen der Aufmerksamkeit des Partners  
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner  
Angst vor Verlust des Partners  
Angst vor der Einsamkeit  
Belastung durch Einsamkeit  
Kinder leben weit weg  
Reduzierter Freundeskreis  
Keinen engen Freund JA  
Ambivalenz des Alleinseins  
Freiräume  
Verlust von Gemeinschaft im Beruf  
Verlust von Ansehen im Beruf

Herr J:

789: da mache ich mir auch immer Gedanken 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so?

1258: ich weiß nicht, alt älter werden, äh da spielt dann wieder mehr die Sorge, hinein was ist wenn Du den Partner verlierst

Tod des Partners  
Trennung vom Partner  
Vermissen der Aufmerksamkeit des Partners  
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner  
Angst vor Verlust des Partners JA  
Angst vor der Einsamkeit JA  
Belastung durch Einsamkeit



Kinder leben weit weg  
 Reduzierter Freundeskreis  
 Keinen engen Freund  
 Ambivalenz des Alleinseins  
 Freiräume  
 Verlust von Gemeinschaft im Beruf  
 Verlust von Ansehen im Beruf

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Tod des Partners	JA								
Trennung vom Partner			JA					JA	
Vermissten der Aufmerksamkeit des Partners					JA		JA		
Wunsch nach Alleinsein/ Trennung vom Partner							JA		
Angst vor Verlust des Partners									JA
Angst vor der Einsamkeit									JA
Belastung durch Einsamkeit	JA		JA						
Kinder leben weit weg	JA	JA	JA			JA			
Reduzierter Freundeskreis	JA					JA			
Keinen engen Freund		JA						JA	
Ambivalenz des Alleinseins	JA		JA						
Freiräume durch Verlust	JA		JA						
Verlust von Gemeinschaft im Beruf					JA				
Verlust von Ansehen im Beruf						JA			

## 22. Selbstaspekte

Frau A:

140: ich weiß es nicht (Frage nach Selbstaspekten)

142: ich hab mich dabei erwischst+, dass ich meistens auf irgend etwas erst mal mit 'nein' reagiere 158: nee das finde ich nicht gut+

188: ich weiß nicht was Sie jetzt meinen. ich meine ich kann gut handarbeiten kann gut basteln

196: ordentlich bin ich +eigentlich nicht

198: also sauber schon aber ordentlich nicht also ich lass schon mal gern was liegen

202: also ich mein ich komm mit vielen Leuten sehr gut aus und streite eigentlich sehr selten

216: ja. das kann ich nicht anders sagen (gut in Kontakt mit Menschen).

213: und ich glaube dass ist auch ein bisschen anerzogen denk ich mal (Sohn als Familienmensch) 234: dass mein Mann und ich das ganz gut gemacht haben  
 835: also ich meine ich war immer immer ein sehr praktisch denkender Mensch.

Positive Einschätzung von sich selbst  
 Negative Einschätzung von sich selbst  
 Mangelndes Selbstbewusstsein  
 Selbstbewusst  
 Minderwertigkeitsgefühle  
 Selbstkritik  
 Selbstlob  
 Bescheidenheit  
 Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit	
Verlässlich	
Empathisch	
Gut im Kontakt mit Menschen	JA
Verträglich	JA
Hartnäckig	
Einsatz für andere	
Kinder gut erzogen	JA
Pflichtbewusst	
Haushalt	JA
Handarbeitlich begabt	JA
Praktisch denkend	JA
Rational	
multitasking	
Leistungsbezogen	
Impulsiv	
Harmoniebedürftig	
Kompromissbereit	
Gut im Beruf	
Sportlich	
Pünktlich	

Negative:

Ablehnend	JA
Immer den leichtesten Weg wählen	
Pessimistische Lebenseinstellung	
Aufopfernd	
Dominant	
Unordentlich	JA
Unsicher	
Hektisch	
Nervös	
Langsam im Denken	
Künstlerisch unbegabt	

Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

Herr B:

191: ja ja Selbstvorwürfe ja ja (wegen Vergesslichkeit und Ärger darüber)

193: auch Selbstbewusstsein geht dadurch ein bisschen verloren

198: ja ja (Wahrnehmung als eigene Schwäche)

199: ja ja (oder Unfähigkeit)

210: ich verdränge also unangenehme Dinge wenn es geht und suche nur die angenehmen Sachen raus ja

217: ich gebe mich in vielen Dingen dann zufrieden und äh aber! auf der anderen Seite fehlt dann das Selbstbewusstsein zu sagen 'so jetzt jetzt wird gekämpft jetzt' ne

226: ich ärgere! mich über meine Fehler

284: ich gehe also pessimistisch an Dinge ran

347: wo ich ein Problem mit habe ist mich mit ihr (Tochter) noch zu unterhalten weil sie eben halt auf Grund ihrer (Tätigkeit) da ist jetzt für mich so eine

Minderwertigkeits-Problematik dabei 355: wenn wir zusammen sind dann äh kann ich da nicht mehr so mithalten so wie sie diskutiert also sie das hört sich jetzt blöd an sie ist mir geistig halt, davon gelaufen ich komm nicht mehr ganz mit

416: also das war! ein Problem als sie da immer höher stieg dann aber das ist nur mein das ist die Minderwertigkeit da bei mir

527: auch da komme ich nicht mehr ganz hinter

711: ja ja dann kommt aber sofort bei mir wieder äh die Minderwertigkeit raus und dass ich sage 'oder bin ich das schuld? oder ist es meine Schuld dass ich keinen Freund habe jetzt'

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik

Selbstlob

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

JA

JA

JA

JA

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:  
 Hilfsbereit  
 Verlässlich  
 Empathisch  
 Gut im Kontakt mit Menschen  
 Verträglich  
 Hartnäckig  
 Einsatz für andere  
 Kinder gut erzogen  
 Pflichtbewusst  
 Haushalt  
 Handarbeitlich begabt  
 Praktisch denkend  
 Rational  
 multitasking  
 Leistungsbezogen  
 Impulsiv  
 Harmoniebedürftig  
 Kompromissbereit  
 Gut im Beruf  
 Sportlich  
 Pünktlich

Negative:

Ablehnend	
Immer den leichtesten Weg wählen	JA
Pessimistische Lebenseinstellung	JA
Aufopfernd	
Dominant	
Unordentlich	
Unsicher	
Hektisch	
Nervös	
Langsam im Denken	JA
Künstlerisch unbegabt	
Ungeduldig	
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität	
Keine Fähigkeiten haben	

Frau C:

397: (lachen) tausend prozentig verlässlich (...) aber das sehe ich nicht unbedingt als was ganz positives an

454: und äh dann bin ich auch überpünktlich

470: ich bin hilfsbereit (...) also man kann mich schon noch immer Tag und Nacht anrufen (lachen)

479: aber ich spüre ganz einfach ist jemand krank oder ist auch alleine  
 501: ich bin sehr kreativ  
 515: ganz! hartnäckig ja ganz hartnäckig  
 519: ich setz mich wieder für andere ein 528: aber ich vergeß mich dabei manchmal selber  
 630: die die die Funktionen sind ja noch da! aber sie sind sie werden anders eingesetzt also nicht für mich sondern eben für die anderen  
 768: da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft  
 827: dass man also völlig anders wird als man eigentlich ist  
 841: dass ich eben dominant dominant bin  
 980: ich bin ja auch etwas zurückhaltend und wirke dadurch auch wieder etwas arrogant (...) das ist ja meine Mauer! (Lachen) damit nicht gleich jeder da rein guckt  
 992: ich sehe mich also nicht so sehr positiv ne und dann hat sie (Frau Dokter Bergstein) da eine Lobeshymne über mich geschüttet (Lachen) wo ich sehr! sehr erstaunt war und wie ich wirke wie ich auftrete wie wie ich rede sagt sie also es ist äh und ja ich sag aber ich mein das hat mir auch sehr geholfen und hat mit Sicherheit auch sehr nachdenkenswert mich gemacht äh dass ich sage 'guck mal Du siehst Dich so klein und hilflos und manchmal und und so und so ja, und da sehen Dich die anderen ganz anders' und das ist ja auch meine meine Schwierigkeit dann manchmal draußen ne die sehen mich ja wie ich, vielleicht bin denn das muss ja irgendwo auch herkommen dass ich so wirke aber im Grund meines Herzens bin ich eben nicht so  
 1020: dann hab ich so immer gedacht ja wer sich für mich interessiert äh der kann sich ja ein bisschen näher mit mir befassen und der wird dann sehen was für ein Kern drin steckt

Positive Einschätzung von sich selbst	JA
Negative Einschätzung von sich selbst	
Mangelndes Selbstbewusstsein	
Selbstbewusst	JA
Minderwertigkeitsgefühle	JA
Selbstkritik	
Selbstlob	JA
Bescheidenheit	
Sich verkannt fühlen	JA

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:	
Hilfsbereit	JA

Verlässlich	JA
Empathisch	JA
Gut im Kontakt mit Menschen	
Verträglich	
Hartnäckig	JA
Einsatz für andere	JA
Kinder gut erzogen	
Pflichtbewusst	
Haushalt	
Handarbeitlich begabt	
Praktisch denkend	
Rational	
multitasking	
Leistungsbezogen	
Impulsiv	
Harmoniebedürftig	
Kompromissbereit	
Gut im Beruf	
Sportlich	
Pünktlich	JA

Negative:

Ablehnend	
Immer den leichtesten Weg wählen	
Pessimistische Lebenseinstellung	
Aufopfernd	JA
Dominant	JA
Unordentlich	
Unsicher	
Hektisch	
Nervös	
Langsam im Denken	
Künstlerisch unbegabt	
Ungeduldig	
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität	
Keine Fähigkeiten haben	

Herr D:

920: ne (nicht einfach Hausmann zu sein - Selbstwerterleben)

1056: da bin ich also auch da gebe ich zu da bin ich auch äh faul da bin ich faul weil ich's ungern mache (putzen) 1099: da bin ich sehr nachlässig (putzen)

1348: da konnte ich mich immer sehr gut einbringen weil ich dann immer sofort meine, meine ich so äh darauf eingehen konnte (in der Gruppe)

Positive Einschätzung von sich selbst  
 Negative Einschätzung von sich selbst  
 Mangelndes Selbstbewusstsein

JA

Selbstbewusst  
Minderwertigkeitsgefühle  
Selbstkritik  
Selbstlob  
Bescheidenheit  
Sich verkannt fühlen

JA

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit  
Verlässlich  
Empathisch  
Gut im Kontakt mit Menschen  
Verträglich  
Hartnäckig  
Einsatz für andere  
Kinder gut erzogen  
Pflichtbewusst  
Haushalt  
Handarbeitlich begabt  
Praktisch denkend  
Rational  
multitasking  
Leistungsbezogen  
Impulsiv  
Harmoniebedürftig  
Kompromissbereit  
Gut im Beruf  
Sportlich  
Pünktlich

JA

Negative:

Ablehnend  
Immer den leichtesten Weg wählen  
Pessimistische Lebenseinstellung  
Aufopfernd  
Dominant  
Unordentlich  
Unsicher  
Hektisch  
Nervös  
Langsam im Denken  
Künstlerisch unbegabt  
Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

Frau E:

195: tja ach ja (p: 00:00:08) eigentlich sehr unsicher 206: ja wie beschreibe ich mich? ja sehr sehr unsicher

208: (p: 00:00:17) ich bin ziemlich ziemlich hektisch, möchte so meine, meine Hausarbeit also schnell wie möglich geschafft kriegen das muss zuerst sein, also, relativ ja, pflichtbewusst, ja

216: ja mir fällt nichts ein wie ich mich beschreiben könnte

219: besondere Fähigkeiten? ach eigentlich kann ich gar nichts gut

221: das ist auch so eine eine Schwäche von mir ja ich mach alles was gemacht werden muss aber das ich jetzt was besonders, äh gut kann? ich habe also keine Spezialitäten

228: (p: 00:00:10) ja eigentlich ich kann nichts gut

232: ja vielleicht kann ich ganz gut kochen

236: mh Gäste vielleicht gut bewirten, obwohl ich merke da auch da bin ich schon, ähm eigentlich doch schon mehr verunsichert als früher

240: ich bin ein nervöser Mensch ja, obwohl ich so auf andere vielleicht relativ ruhig wirke

243: ich bin sehr langsam im Denken, stelle ich immer wieder fest

246: ich bin kein künstlerischer Mensch

267: ich habe immer so das Gefühl, dass ich dann so hinten angestellt werde, dass ich gar! nicht vorhanden bin

572: ich mache eigentlich immer so drei Sachen sagt mein Mann immer also drei Sachen auf einmal ich kann also Fernsehgucken und dabei noch durch die Zeitschrift blättern

583: also so ne richtige Ruhe habe ich nicht von mir also ich ruhe nicht so in mir selbst obwohl ich mir immer sage 'Mensch Du hast doch ein schönes Leben'

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik

Selbstlob

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

JA

JA

JA

JA

Fähigkeiten/ Einstellungen:



Positive:

Hilfsbereit

Verlässlich

Empathisch

Gut im Kontakt mit Menschen

Verträglich

Hartnäckig

Einsatz für andere

Kinder gut erzogen

Pflichtbewusst

JA

Haushalt

JA

Handarbeitlich begabt

Praktisch denkend

Rational

Multitasking

JA

Leistungsbezogen

Impulsiv

Harmoniebedürftig

Kompromissbereit

Gut im Beruf

Sportlich

Pünktlich

Negative:

Ablehnend

Immer den leichtesten Weg wählen

Pessimistische Lebenseinstellung

Aufopfernd

Dominant

Unordentlich

Unsicher

JA

Hektisch

JA

Nervös

JA

Langsam im Denken

JA

Künstlerisch unbegabt

JA

Ungeduldig

Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität

Keine Fähigkeiten haben

JA

Herr F:

839: dass ich diese Leistungsbezogenheit (habe)

1175: planerisch denkende oder rational

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik

Selbstlob  
Bescheidenheit  
Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit  
Verlässlich  
Empathisch  
Gut im Kontakt mit Menschen  
Verträglich  
Hartnäckig  
Einsatz für andere  
Kinder gut erzogen  
Pflichtbewusst  
Haushalt  
Handarbeitlich begabt  
Praktisch denkend  
Rational  
multitasking  
Leistungsbezogen  
Impulsiv  
Harmoniebedürftig  
Kompromissbereit  
Gut im Beruf  
Sportlich  
Pünktlich

JA

JA

Negative:

Ablehnend  
Immer den leichtesten Weg wählen  
Pessimistische Lebenseinstellung  
Aufopfernd  
Dominant  
Unordentlich  
Unsicher  
Hektisch  
Nervös  
Langsam im Denken  
Künstlerisch unbegabt  
Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

Frau G:

651: also ich verstehe mich ja manchmal selber nicht ich meine! mich ja schon einigermaßen zu kennen aber also manchmal da denke ich auch 'oh Gott oh Gott was ist denn das für eine komische Erscheinung' (Lachen) na ja

1378: ich bin jetzt nicht der der sagt 'och jetzt bin fertig jetzt bin ich in Rente jetzt tu ich gar nichts' ja sondern ich bin mehr so der sehr impulsive Mensch

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein

JA

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik

JA

Selbstlob

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit

Verlässlich

Empathisch

Gut im Kontakt mit Menschen

Verträglich

Hartnäckig

Einsatz für andere

Kinder gut erzogen

Pflichtbewusst

Haushalt

Handarbeitlich begabt

Praktisch denkend

Rational

multitasking

Leistungsbezogen

Impulsiv

JA

Harmoniebedürftig

Kompromissbereit

Gut im Beruf

Sportlich

Pünktlich

Negative:

Ablehnend

Immer den leichtesten Weg wählen

Pessimistische Lebenseinstellung

Aufopfernd

Dominant

Unordentlich

Unsicher  
Hektisch  
Nervös  
Langsam im Denken  
Künstlerisch unbegabt  
Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

Frau I:

214: ja das ist natürlich schwer sich selbst zu beschreiben

216: ja nicht so positive die nicht so positiven äh sind einmal dass ich nicht so sehr geduldig bin

221: und mein Selbstbewusstsein das ist nicht so sehr stabil für mich (...) ja das könnte besser sein

225: wenn ich gebraucht werde ich kann zum Beispiel sehr gut zuhören

227: ich kann mich einstimmen auf mh den Menschen das ja das kann ich

232: (lachen) weiß ich nicht ich bin immer letztlich bin ich nie ganz zufrieden mit mir

351: da hab ich's nicht erwähnt (ihre Verbundenheit zum Theater bei Interessen, Fähigkeiten) ja das ist so selbstverständlich

460: ja das ist immer so gewesen eigentlich dass ich mich nie! in den Vordergrund gestellt habe sondern lieber mich etwas zurücknehme

466: ja das hab ich so das ist in mir so sicherlich ist es anerzogen ne, aber es ist einfach immer geblieben

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein JA

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik JA

Selbstlob

Bescheidenheit JA

Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit JA

Verlässlich

Empathisch JA

Gut im Kontakt mit Menschen

Verträglich

Hartnäckig  
Einsatz für andere  
Kinder gut erzogen  
Pflichtbewusst  
Haushalt  
Handarbeitlich begabt  
Praktisch denkend  
Rational  
multitasking  
Leistungsbezogen  
Impulsiv  
Harmoniebedürftig  
Kompromissbereit  
Gut im Beruf  
Sportlich  
Pünktlich

Negative:  
Ablehnend  
Immer den leichtesten Weg wählen  
Pessimistische Lebenseinstellung  
Aufopfernd  
Dominant  
Unordentlich  
Unsicher  
Hektisch  
Nervös  
Langsam im Denken  
Künstlerisch unbegabt  
Ungeduldig  
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität  
Keine Fähigkeiten haben

JA

Herr J:

1029: früher habe ich immer geglaubt ich bin ein sehr, einfacher Mensch, also einfach in dem Fall dass man mit mir eigentlich, prima zurecht kommen kann oder auch kommt und ich kenne aus, eigentlich, bis auf ein zwei Auf- Ausnahmen in meine Leben, äh wo ich wo ich mit irgend jemand nicht auskam

1042: aber ich habe sonst (bezogen auf einen Nachbarn), eigentlich kein Problem, kommunikativ oder emotional irgendwo mit mit Leuten um zu gehen

1047: ich bin sicherlich immer, harmoniebedürftig auch innerhalb innerhalb der Familie sehr stark 1055: und äh wenn da irgend etwas ist dann belastet das mich auch

1059: also irgendwo bin ich schon suche schon die heile Welt oder oder oder äh äh ne heile Welt, in dem Fall aber aber nicht die Konfrontation dann versuche ich eher Kompromisse zu machen und versuche, und versuche nach Wegen wie man das denn wieder hinkriegen könnte auch zum Beispiel für unsere Kinder

1149: aber ich freue mich eben auch wenn ich irgend jemanden was schenke freue ich mich fast mehr, das ist auch was was mir verloren gegangen ist

1155: ich kann mich nicht mehr richtig freuen vielleicht weil ich alles habe, mag ja sein aber diese diese Herzlichkeit und diese Spontaneität die die hatte ich noch nie, ich sowieso nicht

1172: ja ich bin immer mit dem Eigenlob so schlecht

1177: und äh, was soll ich sagen? (+p:00:00:08) also ich ich ich stelle keine besonderen Ansprüche ich bin bin zufrieden mit meinem Leben

1202: also da liegen sicherlich Qualitäten im kaufmännischen Bereich sicherlich sehr stark

1208: äh ich bin eigentlich immer sehr gut äh auch mit dem entsprechenden Wissen und und und einer gewissen, Skepsis an Dinge rangegangen die Geld betrafen

1228: das sind so die die größten Qualitäten und dass ich auch körperlich bisher immer sehr sehr fit war (...) und ja und wenn ich was sportlich gemacht habe, eigentlich auch äh mittelprächtigt erfolgreich

1238: also altersbedingt jetzt sowieso ich spiele ganz gut Golf ich spiele auch ganz gut Tennis äh macht mir natürlich auch Freude und ist für mich eine innere Genugtuung, dass es so ist

1757: mit mit Vorbehalten an jemand rangehen versuche ich sowieso äh zu unterdrücken, weil es, äh ja man schon oft die Erfahrung gemacht hat, dass das was du vorher gedacht hast ist ja gar nicht so, sondern ist ja prima Kerl ja

Positive Einschätzung von sich selbst

Negative Einschätzung von sich selbst

Mangelndes Selbstbewusstsein

Selbstbewusst

Minderwertigkeitsgefühle

Selbstkritik

JA

Selbstlob

JA

Bescheidenheit

Sich verkannt fühlen

Fähigkeiten/ Einstellungen:

Positive:

Hilfsbereit

Verlässlich  
 Empathisch  
 Gut im Kontakt mit Menschen JA  
 Verträglich JA  
 Hartnäckig  
 Einsatz für andere  
 Kinder gut erzogen  
 Pflichtbewusst  
 Haushalt  
 Handarbeitlich begabt  
 Praktisch denkend  
 Rational  
 multitasking  
 Leistungsbezogen  
 Impulsiv  
 Harmoniebedürftig JA  
 Kompromissbereit JA  
 Gut im Beruf JA  
 Sportlich JA  
 Pünktlich

Negative:  
 Ablehnend  
 Immer den leichtesten Weg wählen  
 Pessimistische Lebenseinstellung  
 Aufopfernd  
 Dominant  
 Unordentlich  
 Unsicher  
 Hektisch  
 Nervös  
 Langsam im Denken  
 Künstlerisch unbegabt  
 Ungeduldig  
 Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität JA  
 Keine Fähigkeiten haben

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Positive Einschätzung von sich selbst			JA						
Negative Einschätzung von sich selbst		JA			JA				
Mangelndes Selbstbewusstsein		JA		JA	JA		JA	JA	
Selbstbewusst			JA						
Minderwertigkeitsgefühle		JA	JA		JA				
Selbstkritik		JA		JA	JA		JA	JA	JA
Selbstlob			JA						JA
Bescheidenheit								JA	
Sich verkannt fühlen			JA						
Fähigkeiten/ Einstellungen:									

Positive:									
Hilfsbereit			JA					JA	
Verlässlich			JA						
Empathisch			JA	JA				JA	
Gut im Kontakt mit Menschen	JA								JA
Verträglich	JA								JA
Hartnäckig			JA						
Einsatz für andere			JA						
Kinder gut erzogen	JA								
Pflichtbewusst					JA				
Haushalt	JA				JA				
Handarbeitlich begabt	JA								
Praktisch denkend	JA								
Rational						JA			
Mehrere Dinge gleichzeitig machen					JA				
Leistungsbezogen						JA			
Impulsiv							JA		
Harmoniebedürftig									JA
Kompromissbereit									JA
Gut im Beruf									JA
Sportlich									JA
Pünktlich			JA						
Negative:									
Ablehnend	JA								
Immer den leichtesten Weg wählen		JA							
Pessimistische Lebenseinstellung		JA							
Aufopfernd			JA						
Dominant			JA						
Unordentlich	JA								
Unsicher					JA				
Hektisch					JA				
Nervös					JA				
Langsam im Denken		JA			JA				
Künstlerisch unbegabt					JA				
Ungeduldig								JA	
Mangel an Herzlichkeit und Spontaneität									JA
Keine Fähigkeiten haben					JA				



### 23. Wahrnehmen von Gefühlen

Frau A:

254: da gibt's schon Konfliktsituationen gibt's auch Sachen die mich ärgern die mich kränken (im Freundeskreis)

267: das hat am Anfang sehr weh getan aber (Verlust von Freunden)

367: die eine Seite vermisst natürlich das und die andere Seite sagt 'schön, jetzt mache ich endlich mal was ich will' (Ambivalenz seit dem Tod ihres Mannes)

Gefühle äußern:

Ärger	JA
Schmerz	JA
Sich ungerecht behandelt fühlen	
Sich belastet fühlen	
Liebe	
Lust/ keine Lust etwas zu tun	

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten  
Eigene Bedürfnisse ignorieren  
Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz  
Unerfüllte Bedürfnisse

Herr B:

24: dann ärgere ich mich dermaßen

305: ich fühlte mich ungerecht behandelt (durch Ergebnis des Arbeitsprozesses)

440: meine Tochter und ich liebe sie über alles

Gefühle äußern:

Ärger	JA
Schmerz	
Sich ungerecht behandelt fühlen	JA
Sich belastet fühlen	
Liebe	JA
Lust/ keine Lust etwas zu tun	

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten  
Eigene Bedürfnisse ignorieren  
Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz  
Unerfüllte Bedürfnisse

Frau C:

345: ich muss sagen also ich knappe da immer noch daran (Abreise von ihrer Familie in Shanghai)

360: und dann äh so merke ich auch was ich nicht will

421: und heute kann ich dann schon mal drei vier Tage sagen ich hab ich also keine Lust ich sage mal ich gehe eher meinen Bedürfnissen nach (bei E-mail-Antwort)

489: soziales Engagement (...) da musst du wieder Verantwortung übernehmen und das willst du ja gar nicht, ich habe erst mal mit mir noch zu tun

496: und bin mit mir! noch nicht so weit dass ich wieder für was anderes wofür ich ja dann ja auch wieder gerade stehen muss äh Verantwortung übernehmen kann

528: aber ich vergeß mich dabei manchmal selber (...) meine Bedürfnisse kommen zu kurz

544: das ist schon für mich ein ein großes Defizit und Bedürfnis und ich weiß nicht also ich habe noch nichts! gefunden was annähernd (...) ne also so äh partnerschaftlich sage ich mal so war das ein völliger Fehlschlag! in meinem Leben und das fehlt natürlich

591: da vermisse ich auch was (Partnerschaft) ja (Liebe) genau Sexualität+ gehört ja alles dazu

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten

JA

Eigene Bedürfnisse ignorieren

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

JA

Unerfüllte Bedürfnisse

JA

Herr D:

395: weil ich das auch für mein Wohlbefinden brauche (die ehrenamtliche Tätigkeit)

418: da hatte ich auch mal wieder richtig Lust (im Urlaub)

471: dann bin ich also auch zufriedener dass ich also, was getan habe (wenn er nachmittags von der Hausaufgabenbetreuung nach Hause kommt)

1116: aber ich habe keine Lust wenn ich jetzt nach Hause komme (zu putzen)

1119: da könnte ich ja in der Zeit könnte ich ja mal durchsaugen, ne? so da habe ich keine Lust! ich habe keine Lust

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Lust/ keine Lust etwas zu tun

JA

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten

Eigene Bedürfnisse ignorieren

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

Unerfüllte Bedürfnisse

Frau E:

361: verletzt ja (durch Kritik in der Tagesklinik, sie bringe sich zu wenig in die Gruppe ein) 379: ja da war ich schon ziemlich, verletzt

285: und das, finde ich schon, also das, ist schon etwas, wo ich auch immer wieder darüber nachdenke (das nicht beachtet werden)

379: ja da habe ich mich schon ja da war ich schon ziemlich, verletzt

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

JA

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten

Eigene Bedürfnisse ignorieren

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

Unerfüllte Bedürfnisse

JA

Herr F:

671: und dann plötzlich im Ruhestand, und dann war da irgendwie wo äh äh eine große Leere,

686: abends habe ich mir so gedacht 'was war eigentlich heute los Du bist den ganzen Tag beschäftigt gewesen, aber so richtig dieses berühmte Flattern so im Herzen und so das hast du nicht mehr so wie früher ne'

Gefühle äußern:

Ärger  
Schmerz  
Sich ungerecht behandelt fühlen  
Sich belastet fühlen  
Liebe  
Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten  
Eigene Bedürfnisse ignorieren  
Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz  
Unerfüllte Bedürfnisse

JA

Frau G:

26: man weiß zwar vieles aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer ja weil man wie gesagt auch so geprägt ist vom Umfeld ich sage wir leben ja nicht alleine dass ich immer sagen kann so das ist jetzt zu viel also jetzt legst du dich mal zehn Minuten hin (...) das das geht ja irgendwie gar nicht

187: ich sag 'Freizeit ja wann hab ich denn Freizeit?' ich sag 'nöö wie kommen Sie denn dadrauf?'

226: ich habe dann natürlich meinem Mann nichts gesagt denn sonst hätte der gleich geschimpft nach dem Motto ja dann geht'ste mal zum Arzt ne und so geht das nicht und du musst jetzt was für dich tun und und so das übliche

596: was ich sehr gut kann ich sag mal wenn es mir jetzt sehr schlecht gehen würde mein Fahrrad schnappen und sage ich mal manchmal drei Stunden durch den Wald fahren das kann ich da hab ich überhaupt keine Beschwerden weder

Atembeschwerden noch zittern mir die Knie noch tut mir irgendetwas weh

609: ja das weiß ich nicht das kann ich Ihnen wirklich nicht sagen (warum das so ist)

874: da geh ich mit wie gesagt für ihn für mich würde ich das für mich würde ich nie in so was eintreten weil mich das gar nicht interessiert (ihre Freizeitaktivitäten)

879: und beim Kegeln also Kegeln interessiert mich überhaupt! nicht aber da mein Mann gerne kegelt gehe ich natürlich dahin

885: das ist mein Mann also ich gehe also wirklich mich interessieren diese Spiele also jedes Mal wenn wir anfangen spielen wir also die hohen Hausnummern? oder die niedrigen Hausnummern? und jeder sagt zu mir 'hör mal seit Jahren spielen wir doch zuerst die hohen Hausnummern' aber das interessiert mich gar nicht ja Sie können mich totschlagen es interessiert mich einfach gar nicht ich ich spiele weil wir halt da sind

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten

Eigene Bedürfnisse ignorieren

JA

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

Unerfüllte Bedürfnisse

JA

Frau I:

91: ja und dann bin ich also auch besonders achtsam mit mir (wenn die Schmerzen

wieder kommen) 95: und dass ich dann also richte ich mich dann, ja ich werd

achtsam wieder

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

Liebe

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten

JA

Eigene Bedürfnisse ignorieren

Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz

Unerfüllte Bedürfnisse

Herr J:

320: was mich aber äh nicht so sehr, getroffen hat zumindest, glaubte ich das aber

ich meine es auch zu wissen

1055: und äh wenn da irgend etwas ist (in der Familie) dann belastet das mich auch

Gefühle äußern:

Ärger

Schmerz

Sich ungerecht behandelt fühlen

Sich belastet fühlen

JA

Liebe

Lust/ keine Lust etwas zu tun

Bedürfnisse:

Eigene Bedürfnisse beachten  
 Eigene Bedürfnisse ignorieren  
 Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz  
 Unerfüllte Bedürfnisse

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Gefühle äußern:									
Ärger	JA	JA							
Schmerz	JA				JA				
Sich ungerecht behandelt fühlen		JA							
Sich belastet fühlen									JA
Liebe		JA							
Lust/ keine Lust etwas zu tun				JA					
Bedürfnisse:									
Eigene Bedürfnisse beachten			JA					JA	
Eigene Bedürfnisse ignorieren							JA		
Eigene Bedürfnisse kommen zu kurz			JA						
Unerfüllte Bedürfnisse			JA		JA	JA	JA		

## 24. Druck

Frau A:

175: ja! ich setz mich selber unter Druck obwohl das überhaupt blödsinnig ist, ich hab da überhaupt gar keinen Druck

182: aber irgendwie ich mach unheimlich schnell als ob ich morgen keine Zeit mehr hätte irgend was zu machen

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	JA
Generell empfundener Druck	JA
Druck durch alltägliche Aufgaben	
Ärger über sich selbst	JA
Strenge gegenüber sich selbst	
Perfektionismus	

Herr B:

24: das sind Dinge und wenn man dann hinterher darüber nachdenkt dann dann ärgere ich mich dermaßen und das zieht mich dann immer wieder so ein bisschen runter dann äh sag ich mir 'mein Gott dann versuch doch mal in Ruhe wenn Du in den Keller gehst hoch zu kommen und dran zu denken das Licht aus zu machen'

66: und dann wurde es auf einmal jetzt nach dem Frühstück hektisch jetzt jetzt auf dem Weg hierhin hab ich gesagt 'hättest du noch das ein oder andere mitmachen können' oder ich hätte noch durchfahren können in die Stadt noch was zu erledigen das ist dann weg und das ärgert mich dann im nach hinein

88: und dann kommt ein Ball und den krieg ich nicht und dann sag ich 'siehst du hast du wieder nicht aufgepasst' warum? weil ich mich nicht konzentriert habe

191: ja ja Selbstvorwürfe ja ja

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	
Druck durch alltägliche Aufgaben	JA
Ärger über sich selbst	JA
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	

Frau C:

406: ich muss irgendwas was tun ich muss verlässlich sein ich muss wenn mir einer was aufträgt muss ich das sofort erledigen da ist schon ein gewisser Druck dahinter

439: weil ich äh äh also dann wieder sofort! muss das erledigen

454: und äh dann bin ich auch überpünktlich hat ich auch mal einen Riesenkrach, sie meinte ich setze sie damit unter Druck mit dieser Über-Pünktlichkeit

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	JA
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	JA
Druck durch alltägliche Aufgaben	
Ärger über sich selbst	
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	JA

Herr D:

138: Angespanntheit zeigt sich darin dass ich also äh an alles denken will an alles ich muss alles machen

229: und Freitag ist also mein weil ich da immer zuhause bin mein mein mein Putz- und und Wischtage 1025: was ich also wirklich nicht gerne mache ist zu putzen

256: ich setze mich ja gerne selbst unter Druck

305: ich denke immer 'Mensch was hast Du alles noch zu tun?' vielleicht setze ich mich selbst unter Druck!

328: aber das ist mein Naturell wissen sie ich bin nicht der derjenige der der sich so zurücklehnen kann und sagen kann 'ach, das interessiert mich gar nicht und lass mal auf Dich zukommen' sondern ich möchte das alles äh gleich erledigen oder ich möchte das gut erledigen gut erledigt haben und dann mache ich mir Gedanken wie der morgige Tag zum Beispiel aussieht

433: weil ich mich so konzentriere auf die Dinge die ich zu tun habe und dann immer so denke oh jetzt musst du noch einkaufen denk daran was du einkaufen musst dann musst du nach Hause fahren dann musst du das einräumen dann musst du noch saugen

1035: jaja! ja ja mach ich (auf Vorwürfe seiner Frau, nicht gut genug zu putzen)

1086: dann denke ich 'verdammt Du müsstest ja mal das das putzen oder das'

1089: dann meldet sich mein Gewissen (...) mein Gewissen ist streng! (...) und (Husten) mein Willen ist dann sehr äh sehr äh marginal ausgebildet

1111: 'ja dann hättest Du doch mal, den Eisschrank machen können' (Vorwurf seiner Frau) hach denke ich erwischt

1114: wo sie da setze ich mich natürlich jetzt auch unter Druck wo sie jetzt im Krankenhaus ist und wo ich natürlich auch Zeit hätte aber ich habe keine Lust wenn ich jetzt nach Hause komme

1656: dass ich also immer denke 'mein Gott du hast noch du musst noch da hin fahren dann musst du spielen dann musst du zurück fahren dann musst du das Auto wieder abstellen und dann musst du nach der Post gucken und dann musst du Wäsche machen' (Stöhnen) das ist dies unter Druck setzen oder dieses dieses vermeintliche obwohl ich auch sagen könnte 'nein' oder 'wie schön'

241: ich zähle das jetzt mal so auf damit Sie so so äh so eine Idee kriegen warum (leises Lachen) das ist einfach lächerlich dann wird die Heizung abgelesen dieser Heizungsdinges der kommt dann muss ich um halb drei im im bei der Nachhilfe sein



dann fahr ich zu meiner Frau, so dann hab ich morgen äh einen TÜV-Termin da muss ich erst mal nein Mittwoch einen TÜV-Termin da muss ich morgen den Wagen erst mal ein bisschen in Schuss bringen den Wagen meiner Frau so ein kleiner Punto und so so eine Dreckmöhre weil bei uns die Straße gemacht wird hier sieht es aus wie nichts und äh dann muss ich den am Mittwoch morgen dahin fahren wir haben so so eine kleine Werkstatt aber doch eine Werkstatt doch keine Vertragswerkstatt von Fiat jetzt als Beispiel doch da ist so ein Checkpoint da in der Nähe, und so kommt das eine zum anderen und dann denkste 'oh das musst Du noch machen das musst Du noch machen und und und und' so ein bisschen ich setze mich ja gerne selbst unter Druck

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	JA
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	JA
Druck durch alltägliche Aufgaben	JA
Ärger über sich selbst	JA
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	JA

Frau E:

29: wenn ich mal nur so, bisschen also falsch angesprochen werde, jetzt da fällt mir nur wieder mal mein Mann ein durch meinen Mann, dann habe ich sofort einen fürchterlichen Druck und meine ich müsste zerspringen

Sich selbst unter Druck setzen	
Durch andere unter Druck gesetzt werden	JA
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	
Druck durch alltägliche Aufgaben	
Ärger über sich selbst	
Strenge gegenüber sich selbst	
Perfektionismus	

Frau G:

26: man weiß zwar vieles aber wie gesagt sich daran danach zu richten äh ist sehr sehr schwer ja weil man wie gesagt auch so geprägt ist vom Umfeld ich sage wir

leben ja nicht alleine dass ich immer sagen kann so das ist jetzt zu viel also jetzt legst du dich mal zehn Minuten hin (...) das das geht ja irgendwie gar nicht

182: das war meine erste Stelle nach der Ausbildung und meinte noch alles hundertprozentig zu machen

213: man setzt sich ja auch selber irgendwo unter Druck ne dann dann muss das Mittagessen fertig sein weil der Mann ja dann da und da hin will oder ja ne jetzt musst du noch eben die Wäsche wegbügeln

229: und ich ich hab nur gedacht ne du darfst ja alles nur hier nicht fehlen (bei der Arbeit trotz starken Beschwerden) das geht ja schon gar nicht

290: aber die Gläser sind noch nicht gespült ne, ja, das ist auch so was wo ich genau weiß im Hinterkopf du musst noch die Gläser spülen ne

326: ich hab mich schon vieles geändert also ich hab mich ich meine schon um hundertfünfzig Grad geändert wie ich noch so jung war da war ich total extrem noch viel extremer aber ich hab schon vieles gelernt durch die Kinder auch alleine da kann man nicht immer alles hundertfünfzig prozentig haben

Sich selbst unter Druck setzen	JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	
Druck durch alltägliche Aufgaben	JA
Ärger über sich selbst	
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	JA

Frau I:

236: was immer ich so mache dann äh denke ich 'hei ja es hätte noch besser sein können und so toll ist es nicht'

Sich selbst unter Druck setzen	
Durch andere unter Druck gesetzt werden	
Andere unter Druck setzen	
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	
Generell empfundener Druck	
Druck durch alltägliche Aufgaben	
Ärger über sich selbst	JA
Strenge gegenüber sich selbst	JA
Perfektionismus	

Herr J:

663: und dieses dieses leere Aufstoßen äh das habe ich eben auch wenn ich nervös bin wenn ich unter Druck bin

700: äh es ist auch Druck dann mit dem Bad hängt wieder das Schlafzimmer zusammen das muss gemacht werden jetzt der Teppichboden wieder jetzt habe ich in der Einliegerwohnung die Fenster machen müssen neue Vermietungen dann sind die Wohnungen leer ich will nur aufzeichnen es ist ziemlich viel was, und dann meine ich im Moment mir ich mir reicht es mir reicht es absolut

825: da konnte der Druck so groß sein wie er wollte, das war weg für mich beim Sport und hinterher ging es mir dann auch immer gut

1115: trotzdem, ziehe ich mir es an versuche es weg zu drücken, mir gelingt es auch einigermaßen aber nach, nachdem man gerade wieder da war und und ich habe da so einiges mit bekommen da ist der Druck dann schon wieder höher ne der sich allerdings auch wieder verflüchtigt

1377: na gut aber ich nehme es dann doch vorsichtshalber dass ich sage dem Druck muss ich entgehen dann kann ich auch ein bisschen was nehmen

Sich selbst unter Druck setzen

Durch andere unter Druck gesetzt werden

Andere unter Druck setzen

Als ungerechtfertigt empfundener Druck

Generell empfundener Druck

Druck durch alltägliche Aufgaben

JA

Ärger über sich selbst

Strenge gegenüber sich selbst

Perfektionismus

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Sich selbst unter Druck setzen	JA	JA	JA	JA			JA		JA
Durch andere unter Druck gesetzt werden				JA	JA				
Andere unter Druck setzen			JA						
Als ungerechtfertigt empfundener Druck	JA								
Generell empfundener Druck	JA		JA	JA					
Druck durch alltägliche Aufgaben		JA		JA			JA		
Ärger über sich selbst	JA	JA		JA				JA	
Strenge gegenüber sich selbst		JA	JA	JA			JA	JA	
Perfektionismus			JA	JA			JA		

## 25. Negative Gedanken

Frau A:

Herr B:

272: wo andere sagen 'das interessiert mich überhaupt nicht' 274: ja ja das sind Kleinheiten+ (die er hin- und herdreht im Kopf)

Grübeln über Kleinigkeiten  
Streng gegenüber sich selbst sein  
Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen  
„worst case“ annehmen  
Selbstabwertung  
Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem  
An Unerledigtes denken

JA

Frau C:

Herr D:

315: nehmen wir das mal morgen an dass ich also dann wir haben also so einen Carport da kann man so runterfahren da kann man jetzt nicht rein weil da gepflastert wird diese Strasse auf dem Dorf da da musste ich meinen Wagen weiter wegstellen und der andere steht schon seit Samstag da den muss ich mir dann morgen holen, dann wird es in die Waschanlage gefahren dann muss ich den mal innen sauber machen damit das ist es ja immer so ein bisschen psychologisch, dass der Prüfer der ja nicht beim TÜV ist sondern der kommt ja da zu dieser Werkstatt dass der nicht denkt 'oh mein Gott was ist das denn für ne für ne Dreckschleuder innen kannste ja gar nicht durchgucken' weil auch das Standlicht tut's nicht und was weiß ich nicht alles und meistens hat er es hingekriegt und dann muss ich einkaufen dann muss ich dann habe ich Nachhilfe dann muss ich zu meiner Frau da kommt alles so zusammen

447: drei oder vier mal oder mehr oder mehrfach was was mir sehr gut tut Treppe runter Zeitung holen Treppe hoch Treppe runter erste Waschmaschine anschmeißen Treppe hoch Treppe runter in den Trockner Treppe runter Briefkasten

524: da bin ich ja auch immer so einer der immer schon nach worst case annehmen und schon alles durchspielen

Grübeln über Kleinigkeiten  
Streng gegenüber sich selbst sein

JA

Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen	JA
„worst case“ annehmen	JA
Selbstabwertung	
Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem	
An Unerledigtes denken	JA

Frau E:

280: es liegt sicher auch daran dass ich mir sage 'mein Gott Du hast ja, Du hast ja nichts zu sagen'

Grübeln über Kleinigkeiten	
Streng gegenüber sich selbst sein	JA
Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen	
„worst case“ annehmen	
Selbstabwertung	JA
Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem	
An Unerledigtes denken	

Herr F:

697: ich meine das ist dann eine Frage vom Bewusstsein her wenn man sich mit mit Kindern unterhält das ist natürlich ne ganz andere Kommunikation als jetzt äh zum Beispiel früher im Berufsbereich aber man muss erst erkennen dass die genauso viel Niveau haben kann wie zum Beispiel im Berufsbereich ne also äh man muss das ich hab das früher vielleicht etwas ab- abwertend gesehen ja also wenn man dann mit Kindern dann auf dem Spielplatz ist oder mit denen irgendwo in den Zoo geht oder irgendwo was macht das ist na ja ist so'ne Blamage aus meiner Sicht so hab ich das früher gesehen und dieses Bewusstsein muss erst erneut äh gestärkt werden und geschaffen werden dass also der Umgang mit Kindern sehr wohl äh von großer Qualität sein kann, na ja und das hab ich dann auch mehr und mehr auch erfahren

934: da ist einfach im Ruhestand ist da nichts zu machen da könnte man nur Arbeiten annehmen aber die sind dann so weit äh unterrangig dass man das nicht will (frühere berufliche Tätigkeiten)

Grübeln über Kleinigkeiten	
Streng gegenüber sich selbst sein	
Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen	
„worst case“ annehmen	
Selbstabwertung	
Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem	JA
An Unerledigtes denken	

Frau G:

316: weil ich dann mir wie gesagt mir selber so einen Zwang mir auferlege tja (Stöhnen) also wenn ich dann meine ich hab alles gemacht ja dann fällt mir ein da im Schrank da ist noch ein Tuch und du wolltest das ja immer ausmessen daraus wolltest du noch irgendwas nähen und dann immer so dieses 'nein das musst du noch machen' und dann denke ich 'warum du musst das gar nicht machen und immer wieder fällt's mir ein nein in diesem Fach ist noch irgendwas nicht in Ordnung' furchtbar also mir geht das manchmal selbst auf den also auf den Geist

Grübeln über Kleinigkeiten

Streng gegenüber sich selbst sein JA

Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen

„worst case“ annehmen

Selbstabwertung

Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem

An Unerledigtes denken JA

Frau I:

Herr J:

221: und ich sage mal im Prinzip auch ein negatives Denken

223: das negative Denken ist ist stärker geworden

383: (die Insolvenz seiner Firma) hat mich dann veranlasst doch irgendwo hierhin zu gehen weil dann ich doch mir sehr viel Gedanken gemacht habe im Vorfeld auch schon, was ja nicht ausbleibt, äh auch finanzieller Art Gedanken 390: mein Gott was wäre wenn? obwohl ich da eigentlich die wenigsten Sorgen haben musste

406: es es brach eben wie gesagt dann dann aus ich habe, tausend Gedanken ich wachte morgens um fünf Uhr auf und hatte tausend Gedanken und kam nicht mehr raus

445: und und dann kommen eben solche Gedanken auf 'was mache ich denn wenn jetzt wenn jetzt etwas ist? wo bringen wo bringen die mich hin? wo komme ich hin? wie gut bin ich da aufgehoben? können die mir überhaupt helfen? wie komme ich dann wieder nach Hause?' und äh äh Tausende von Gedanken

612: und wenn ich dann einen Moment wach bin dann fängt das Herz wieder mehr an zu schlagen also zu bubbern, und dann fängt es mit den Gedanken an

1098: aber ich leide dann (bezogen auf Wohnungsprobleme des Sohnes) genau das ist auch ein Punkt das man mir auch in der Gruppe jetzt fünfzig plus schon mal

gesagt hat äh äh, wieso regst Du Dich eigentlich auf? wieso machst Du Dir Gedanken das ist doch nicht Deine Sache, haben sie recht aber es geht nicht

Grübeln über Kleinigkeiten

Streng gegenüber sich selbst sein

Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen JA

„worst case“ annehmen

Selbstabwertung

Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem

An Unerledigtes denken

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Grübeln über Kleinigkeiten		JA							
Streng gegenüber sich selbst sein				JA	JA				
Belastendes im Vorfeld gedanklich durchspielen				JA					JA
Den schlimmsten Fall annehmen				JA					
Selbstabwertung					JA				
Abwertung von Zwischenmenschlichen gegenüber Beruflichem						JA			
An Unerledigtes denken				JA			JA		

## C. Gruppe

### 26. Die Gruppe

Frau A:

391: wir haben sehr lange gebraucht um aus ner Abwehrgruppe ne richtige Gruppe zu machen ich weiß nicht woran das liegt, ob dass das Alter ist oder so, ich weiß es nicht bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen' und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

407: man redet mit anderen. man kriegt mit dass andere auch schlimme

Sorgen haben und ein bisschen sind ja alle gleich?

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	JA
Viel Anleitung wurde gebraucht	
Alter als Hindernis	JA
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	JA
Unterschiede in der Gruppe	
Austausch von Sorgen	JA
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Herr B:

972: ähnlich waren wir uns also auf gar keinen Fall weil ja jeder sein sein ein anderes Problem hatte also ich für mich sage jetzt die anderen hatten mehr Probleme als ich habe ich den Eindruck die waren auch überwiegend alle in der Tagesklinik vorher und daraus schließe ich dass die also auch weitaus größere Probleme hatten

981: es war ja bunt gemischt die Leute die da waren

996: es (das Umgehen miteinander) war überwiegend harmonisch ja ja es wurden zwar mal bei anderen wurden mal äh ein paar Worte äh sehr zu Herzen genommen die aber Missverständnisse letztendlich waren

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	
Viel Anleitung wurde gebraucht	



Alter als Hindernis	
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	
Unterschiede in der Gruppe	JA
Austausch von Sorgen	
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Frau C:

754: mein Fazit dieser Gruppe sieht so aus dass ich mir sage es ist sehr sehr schwierig mit älteren Menschen die noch nie mit einer psychotherapeutischen äh Geschichte in Verbindung gekommen sind zu arbeiten

791: zum Schluss ist also alles auch äh sehr gut gelaufen wir hatten ja auch welche aus der Tagesklinik und das merkte man eben

928: die waren doch alle sehr sehr anders gelagert (die Lebensgeschichten der einzelnen)

930: und es spielten sich sehr viel in der Jetztzeit ab

937: die Gruppe ist ganz ganz ganz ganz schwer angelaufen wir haben ja ein ganzes Jahr vertrödelt 947: das war besser ja (das zweite Jahr)

961: das meine ich auch damit es wurde eben sehr viel Anleitung gebraucht damit (die) überhaupt begriffen 'warum bin ich denn hier?'

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	JA
Viel Anleitung wurde gebraucht	JA
Alter als Hindernis	JA
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	
Unterschiede in der Gruppe	JA
Austausch von Sorgen	
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Herr D:

1373: wir haben uns an sich, eher gleich gesehen, also da waren wir doch sehr homogen muss ich sagen

1391: ja ja also wir haben uns sehr homogen erlebt

1393: eine Dame die kam später dazu (Räuspern) und äh ist dann nach zwei oder drei Sitzungen hat sie die Gruppe wieder verlassen weil sie das glaube ich aus, aus ihrer Sicht äh nicht äh durchhalten konnte das war ihr einfach zu viel und äh da

waren wir dann das hätte ich nicht geglaubt weil wir aufgrund der Homogenität und auch der der der der äh Unterstützung äh da bestimmt was hätten machen können  
1523: aber normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	JA
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	
Viel Anleitung wurde gebraucht	
Alter als Hindernis	
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	JA
Unterschiede in der Gruppe	
Austausch von Sorgen	
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Frau E:

402: in dieser Gruppe, wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen

617: ja Alter in der Gruppe eben, dass man so schlecht neue Freundschaften schließen kann, und dass man so auch irgendwo unselbständiger wird

Lob für die Gruppe	JA
Belastung durch die Gruppe	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	
Viel Anleitung wurde gebraucht	
Alter als Hindernis	
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	
Unterschiede in der Gruppe	
Austausch von Sorgen	
Positive Bewertung der Altershomogenität	
Negative Bewertung der Altershomogenität	

Herr F:

1346: na ja und dann zu der Gruppe selbst war es so dass die ja damals, so aus circa acht bis zehn Personen bestand das war auch meines Erachtens nach eine äh recht gute Größenordnung äh zwecks, vernünftigen optimalen

1398: die Gruppe selbst bestand aus (...) Leuten die so etwa meines Alters waren, plus minus nachher gab es dann einige jüngere, und das das empfand ich zum Beispiel als sehr wichtig äh denn von Anfang an wollte ich also niemals in eine Gruppe äh die jetzt erheblich! jünger war von der Struktur her

1408: für mich war das sehr wichtig dass das eine altershomogene Gruppe war (...) einmal deshalb weil weil man vor allem wenn man älter wird, das ganze doch sehr schon auf gewisse Krankheiten und gewisse Störungen beziehen muss und auch bezieht

1420: aber äh Befür- Befür- Befürchtungen in diese Richtung (körperliche Beschwerden) äh gingen ne also anders! als zum Beispiel bei bei sehr jungen Leuten, wie ich das ja eigentlich auch von früher her kenne wo man jetzt ganz klar! äh nur schon schon das war schon offensichtlich! nur von von äh psychosomatischen Dingen sprechen konnte

1438: es gab äh eine zeitliche Entwicklung (hin zu besserem Verständnis der anderen Teilnehmer)

Lob für die Gruppe

Belastung durch die Gruppe

Prozess der Verbesserung in der Gruppe JA

Viel Anleitung wurde gebraucht

Alter als Hindernis

Gemeinsamkeiten in der Gruppe

Unterschiede in der Gruppe

Austausch von Sorgen

Positive Bewertung der Altershomogenität JA

Negative Bewertung der Altershomogenität

Frau G:

1026: ich habe gemerkt in der Gruppe es ist ja alles schön und gut man kann ja viele Dinge miteinander auch vergleichen dass man sagt 'ach mir ist es ähnlich gegangen' und so weiter aber ich habe immer nach dieser Gruppe immer ziemlich fertig und zwar von dem Zuhören was andere haben, mich hat das dermaßen belastet ich war immer ich sag mal, zwei drei Tage also immer irgendwo total daneben

1078: irgendwo man hatte sich dann oft an so Dingen festgehalten wo ich gedacht hab 'mein Gott das ist doch jetzt egal oder' mh also

1133: ja ja da waren schon so verschiedene Sachen wo ich dann gedacht habe 'ne das musst du jetzt nicht noch mal erleben' ne denn das hat manchmal so weh getan auch so so äußerlich also dass ich gedacht hab ne also jetzt (Lachen) ich war immer ganz froh wenn die Stunde dann vorbei war

1144: für mich war das eher sag ich mal erzählen Sie das bloß nicht der Frau Doktor Bergstein um Himmels Willen (...) (Lachen) ja also eher so so ein Martyrium also praktisch so so jede Woche wieder da hin

1278: ne! (Frage ob sie die altershomogene Gruppe als angenehm erlebt hat) also ich war in der ersten Gruppe (...) da waren sehr viele Junge ich sag jetzt mal zwanzig bis dreißig oder so nö wenn ich da was zu sagen hatte da hab ich immer so meine Geschichte dann dann haben die anderen zugehört und da hat auch keiner gelacht oder oder irgendwie und ich hatte also ich meine ich konnte mich auch gut hineinversetzen wenn jemand eine junge Dame erzählt dass ihr Freund sie verlassen hätte

1295: ob besser zurecht weiß ich jetzt gar nicht mal, ich denke mal nicht es hat vielleicht auch immer mit der Zusammensetzung mit den Personen zu tun (...) das lag jetzt nicht so sehr am Alter sondern an anderem an

Lob für die Gruppe

Belastung durch die Gruppe

JA

Prozess der Verbesserung in der Gruppe

Viel Anleitung wurde gebraucht

Alter als Hindernis

Gemeinsamkeiten in der Gruppe

Unterschiede in der Gruppe

Austausch von Sorgen

Positive Bewertung der Altershomogenität

Negative Bewertung der Altershomogenität

JA

Frau I:

169: es war manchmal sehr strapaziös und ich hatte auch manchmal gar nicht so das Gefühl dass die Gruppe äh das unbedingt richtige ist ich hätte manchmal gerne auch so ein Einzelgespräch gehabt aber im großen und ganzen äh so im Rückblick kann ich dann schon sagen also ich habe vieles, gelernt gar nicht so mit dem großen Aha-Erlebnis sondern es es es ist einfach ja

188: ja manchmal war es schon ein Prozess zum Beispiel auch dieses Erkennen äh meine Mängel die mir ja auch dann aufgezeigt wurden und das ist ja das war ein bisschen, unangenehm

194: und ich bin oft aus der Gruppe gegangen also ich war sehr aufgewühlt und war äh ja, weiß ich nicht manchmal hatte ich das Gefühl ich will gar nicht mehr hingehen (...) ja es war schon belastend

203: ich hab mich dann zu Hause damit beschäftigt also ich muss sagen also dass es ist nicht nur die Gruppe war die Stunde war sondern auch das zog sich dann auch also fast durch die ganze Woche wo ich immer wieder mit den äh Themen oder mit den Gedanken, dann beschäftigt war

517: nein nein es war ja nun also alle Welt sieht mich ne (...) das war immer so ein Punkt der mich also manchmal manchmal! war das so strapaziös für mich wenn ich dann rauskam, dann war ich ich fühlte mich ganz ganz schlecht und

537: ich bin manchmal mit einem schlechten! Gefühl gegangen manchmal bin ich, ähm lustlos gegangen aber so nicht hingehen das wäre mir jetzt nicht in den Sinn gekommen

Lob für die Gruppe

Belastung durch die Gruppe

JA

Prozess der Verbesserung in der Gruppe

Viel Anleitung wurde gebraucht

Alter als Hindernis

Gemeinsamkeiten in der Gruppe

Unterschiede in der Gruppe

Austausch von Sorgen

Positive Bewertung der Altershomogenität

Negative Bewertung der Altershomogenität

Herr J:

40: ja da bin ich später ja (in die Gruppe gekommen)

43: ich hatte ihr vorher schon gesagt dass ich, äh zu dem Beginn nicht da sein könnte weil wir dann glaube ich vier Wochen in Urlaub waren oder was deshalb bin ich da später rein gerutscht

76: äh fand aber, im Kern, die Gruppe oder die Gruppen die ich mit Frau Doktor Bergstein während des Tagesklinik-Aufenthaltes gemacht habe irgendwo, ja lebhafter äh interessanter weil, für mein Dafürhalten so war hatte ich die Meinung äh da Jung und Alt, und und bei diesen Gruppen mit Frau Doktor Bergstein war ich war ich der Älteste war also so fast so, ich sage mal Vater Figur in Anführungsstrichen

90: äh und das war für mich also schon sehr interessant äh auf der aufgrund der ganzen Thematik die auch von den Jugendlichen oder jüngeren Leuten kam weil ich jetzt wieder Söhne habe die zum Teil so alt waren wie zum Teil diese Mitpatienten, also ich ich fand das gut und und äh hatte eigentlich auch keinerlei Probleme mich da irgendwo äh, zu öffnen oder oder

595: (die Gruppe) als Ventil

1564: ich war ja der der am kürzesten drin war und dann zwischendurch auch mal noch nicht, nochmal nicht da war (...) und ich dadurch auch ein bisschen, äh nicht immer hundertprozentig so den den den Anschluss hatte vom Thema aber äh ich meinte das war kein Problem

1577: aber wenn ich zu der Gruppe so ja was soll ich dazu sagen? auch, äh für mich war es einfach wichtig oder oder oder, gut zu hören was so andere für Probleme haben und und damit zurecht kamen, und dann hab ich wieder für mich zum Teil gedacht 'mein Gott, so schlecht geht es Dir doch eigentlich gar nicht' 1588: gut aber ganz so gut geht's mir scheinbar auch nicht wie ich jetzt so immer feststelle  
 1591: das macht mir auch Sorge, und deshalb meine ich dass so eine Gruppe sicherlich ganz gut sein könnte, äh um da eben auch drüber zu sprechen und um um dann auch ein bisschen entlastet zu werden (...) ja so im Austausch weil ich das wie gesagt immer gut fand

Lob für die Gruppe JA  
 Belastung durch die Gruppe  
 Prozess der Verbesserung in der Gruppe  
 Viel Anleitung wurde gebraucht  
 Alter als Hindernis  
 Gemeinsamkeiten in der Gruppe  
 Unterschiede in der Gruppe  
 Austausch von Sorgen JA  
 Positive Bewertung der Altershomogenität  
 Negative Bewertung der Altershomogenität JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Lob für die Gruppe	JA	JA	JA	JA	JA				JA
Belastung durch die Gruppe				JA			JA	JA	
Prozess der Verbesserung in der Gruppe	JA		JA			JA			
Viel Anleitung wurde gebraucht			JA						
Alter als Hindernis	JA		JA						
Gemeinsamkeiten in der Gruppe	JA			JA					
Unterschiede in der Gruppe		JA	JA						
Austausch von Sorgen	JA								JA
Positive Bewertung der Altershomogenität						JA			
Negative Bewertung der Altershomogenität							JA		JA

## 47. Die anderen Gruppenmitglieder

Frau A:

425: ja habe ich noch (zu einigen immer noch einen intensiveren Kontakt als zu anderen Gruppenmitgliedern)

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie JA

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Herr B:

881: ich hatte den Eindruck dass die anderen die da saßen waren schlimmer dran als ich

976: und daraus schließe ich dass die also auch weitaus größere Probleme hatten

1034: ja und wir drei haben uns an für sich ganz gut verstanden die drei Männer ja ach mit den Frauen habe ich mich auch gut verstanden das war nicht so dass wir da das waren keine Probleme

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

JA

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Frau C:

768: ich habe festgestellt und da habe ich mich auch wieder auf die Schulter geklopft dass sie sich auch dass sie sich eben sehr schwer tun (...) einige sind ja auch ausgestiegen die also wohl den Druck oder das Erzählen oder was nicht nicht äh verkraftet haben geweint und dann dann nie wieder erschienen

786: in diese Gruppen- äh dynamik reingeworfen werden und wissen überhaupt und haben keine Ahnung

828: ich habe gesehen dass wenn eben jemand mal wirklich gesprochen hat der noch nie in dieser Form konfrontiert worden ist ja völlig aufgelöst weint fix und fertig war und einfach nicht wieder erschien

862: dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen'

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie	JA
Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.	
Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied	
Mit allen gut verstanden	
Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen	JA
Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern	

Herr D:

1240: äh war ja auch äh fruchtete ja auch nur es war so wenn ich im nachhinein oder in der in der Rückschau überlege war es auch immer so dass ich äh äh dass ich sagte 'hach es ist auch froh ich bin auch froh wenn ich also mal nicht diese Leute sehen muss' obwohl sie mir ja gar nicht getan haben obwohl sie auch vieles, mit was gegeben haben aber hach dann sag ich Ferien ich will einfach mal Ferien

1257: nach einem Jahr äh äh hat man dann also wirklich auch dann von jedem einzelnen Teilnehmer äh so seine Probleme die die Problematik äh äh äh gesehen oder gelernt oder erfahren

1344: das konnte ich also äh immer so gut nachvollziehen wenn ein Gruppenmitglied irgend ein Problem hatte

1375: es es es gab bei manchen bei manchen äh äh dann eben auch mal vielleicht äh während einer Sitzung äh zum Ausdruck dass der, aufgrund seines Themas oder aufgrund seiner Problematik, das Gespräch äh leitete nicht aber äh mehr gestaltete weil eben eher, die Probleme zur Sprache brachte

1382: das kam das kam also auch schon mal vor dass also dann eine Person dann mehr äh äh äh im Mittelpunkt stand oder das Thema dieser Person

1406: ja zum Teil (Themen mit Bezug zur eigenen Lebensgeschichte)

1475: bei Gruppenmitgliedern gab es also dieses Anspruchsverhalten auf jeden Fall

1485: da war so ein älterer Herr (...) ein bisschen hypochondrisch angehaucht und guckte also überall nur was er haben könnte und äh äh äh setzte sich somit unter Druck dann bis er dann hier in der Uniklinik und was weiß ich dann überall war und dann haben sie gesagt so nun musst du aber zwei Bypässe haben

1506: dann wurde das also auch durchgespielt als Rollenspiel wie er dann mit wie er dann mit dem Anwalt vor dem Arbeitsgericht in Stuttgart da agieren musste!

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie



Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.  
 Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied  
 Mit allen gut verstanden  
 Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA  
 Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern JA

Frau E:

452: die eine, die in den Konflikt auch involviert war, die fand sich genau so wie ich mich am Rande stehend obwohl ich das von ihr gar nicht sagen konnte also sie hat ich fand eigentlich immer, gut was sie so gesagt hat

469: nein ich habe mich eigentlich, mit niemandem angefreundet, ich habe auch mit niemanden telefoniert, verschiedene andere da waren zwei Damen die haben schon mal miteinander telefoniert, nee angefreundet sicher nicht auch die eine Dame die auch so meinte sie würde am Rande stehen also die fand ich schon sehr sympathisch war auch eher ein verschlossener Mensch aber man bezog das erst nur auf sich

476: ja so richtig warm geworden bin ich eigentlich mit niemandem in der Gruppe, aber vielleicht das lag sicher auch an mir

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie  
 Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T. JA  
 Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied JA  
 Mit allen gut verstanden  
 Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen  
 Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Herr F:

1367: am Anfang äh waren da unterschiedliche Personen in dieser Gruppe und äh die kamen also äh die brachten ganz unterschiedliche Beschwerden vor

1415: die eine hatte also jetzt äh Herzprobleme Herzrasen äh und und äh eine andere Dame da die hatte also Krebs, und und eine weitere andere hatte ebenfalls mit dem Herzen Probleme und dann auch entsprechende äh vegetative Störungen, und äh also es war es waren schon sehr viel äh Symptome die auch, zumindest äh in Richtung organische Beschwerden äh gingen

1523: dass in einem Falle, zum Beispiel das ganz miserable Elternhaus mit dem mit dem überstrengen Vater mit mit Bestrafungen! die vollkommen ungerecht waren (...) und dass der auch dann, in dieser in der Therapie ganz klar sagte 'ich habe also heute immer noch Ängste und ich bin auch ein Angsttyp'

1572: so nachher haben wir noch ein bisschen mal zusammen gestanden oder vorher

1566: da war jemand da mit seinem mit seinem Tinnitus, der sich immer wieder! über seinen Chef beschwerte (...) dann könne er nachts nicht schlafen und dann

hätte er seinen Tinnitus 1588: stellte sich also heraus dass sowohl die Ehefrau, wie letztendlich auch die Tochter, für ihn schon äh äh gewaltige! Probleme darstellten

1598: aber ne er schob das immer auf seinem Chef er wollte einfach aus im Grunde wollte er aus der Firma raus

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Frau G:

1033: ich weiß da saß ich mal da spielt der Name ja jetzt keine Rolle mehr neben einer Dame die erzählte aus ihrer Kindheit da Schläge vom Vater und und dass sie da eben so ungerecht behandelt worden ist, also glauben Sie ich kann's bis heute nicht verstehen dass ich nicht raus gerannt bin ja das war so belastend für mich wissen Sie da wird alles so so aufgewühlt so ich meine jeder hat ja so das alles erlebt und ich möchte das auch nicht jede Woche wissen Sie so wieder auffrischen

1171: also Beziehung hatte ich zu keinem

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T. JA

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

Frau I:

715: eine eine war ist sehr krank und äh einer von den Männern auch der war auch dann sehr krank und ich äh er war allerdings in der letzten Stunde die wir hatten war er wieder da und da ging's ihm auch ganz gut ja 722: und das sind so Dinge die die ja die haben mich dann sehr getroffen auch ja 728: mhmh ja und ich hab's dann auch bewundert wie dann also, wie Krebskranke dann damit umgingen mit ihrer Krankheit.

733: also das fand ich schon, ja das ist schon bewundernswert.

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern JA

Herr J:

1685: äh und die sich dann irgendwie zwangsläufig auch in dieser Gruppe dann mal ergaben weil die Situation so war dass man da drauf zu sprechen kam wie zum

Beispiel so ein, so ein Vaterverhältnis äh da war dann eine Dame äh ich weiß schon gar nicht mehr wie die hieß die hat glaube ich in Hongkong gelebt ich weiß nicht

mehr also da dann gab es dann schon einige Berührungspunkte die dann eben auch gleich waren

1742: ne (Frage nach wichtigem Gruppenmitglied)

1744: ne ne man findet den einen oder anderen (leichtes Stöhnen) auch weiß ich

jetzt mal spontan sympathischer oder unsympathischer aber nicht unsympathisch

das ist viel zu hart gesagt

Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie

Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.

Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied

Mit allen gut verstanden

Probleme/ Beschwerden von anderen angesprochen JA

Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Kontakte zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb der Therapie	JA		JA						
Keinen Kontakt zu anderen Gruppenmitgliedern außerhalb d.T.					JA		JA		
Besonderen Bezug zu einem Gruppenmitglied					JA				
Mit allen gut verstanden		JA							
Probleme / Beschwerden von anderen angesprochen			JA	JA		JA	JA	JA	JA
Mitgefühl mit anderen Gruppenmitgliedern				JA				JA	

## 48. Position und Rolle in der Gruppe

Frau A:

420: ne tonangebend war ich bestimmt nicht 422: aber ich meine ich war schon mittendrin

Nicht Bestimmend	JA
Beteiligt	JA
Gute Beiträge leisten	
Keine Position	
Schwierige Position	
Aufmerksamer Zuhörer	
Position: am Rande/ganz Hinten	
Keine guten Beiträge leisten	

Herr B:

878: das fanden andere ganz interessant oder haben mich bewundert dass ich das so erzählte (seine Probleme in der Familie)

968: ne ne (Frage nach Gruppenanführer)

986: ich war der Verdränger (Frage nach Status in der Gruppe)

1084: deswegen (weil ihn die Probleme der anderen nicht so betrafen) habe ich mich auch hier und da an verschiedenen Diskussionen gar nicht gar nicht teilgenommen

Nicht Bestimmend	JA
Beteiligt	
Gute Beiträge leisten	JA
Keine Position	
Schwierige Position	
Aufmerksamer Zuhörer	
Position: am Rande/ganz Hinten	
Keine guten Beiträge leisten	

Frau C:

839: teilweise ja (schwierige Position in der Gruppe)

841: dass ich eben dominant dominant bin und (...) dass ich anders etwas anders sehe und eben die Dominanz hat da eine große Rolle gespielt bei manchen Frauen die also meinten, äh ja ich wüsste ja alles

Nicht Bestimmend	
Beteiligt	
Gute Beiträge leisten	
Keine Position	
Schwierige Position	JA

Aufmerksamer Zuhörer  
Position: am Rande/ganz Hinten  
Keine guten Beiträge leisten

Herr D:

1334: also ich äh sah mich also immer so dass ich sehr gute Beiträge leisten konnte wenn äh eine ein Gruppenmitglied äh irgend ein Problem äh andiskutieren wollte und äh das finde ich ja daran so interessant dass einem dann so viele Ideen kommen und Einfälle oder gar Einwürfe die man dann dazu beitragen möchte (...) da habe ich mich dann also immer sehr, stark äh konzentriert

1348: da konnte ich mich immer sehr gut einbringen weil ich dann immer sofort meine, meine ich so äh darauf eingehen konnte

1355: da konnte ich mich also sehr gut mit einbringen also ich war nicht derjenige der da nur äh stumm gesessen hat

1360: ja doch halb und halb (auf die Frage: eher ein aktives Mitglied?)

1444: wenn ich dann also da reagiert habe und gefragt habe 'ist das denn so?' und 'das verstehe ich aber' 'verstehe ich sehr gut' oder 'das verstehe ich nicht so gut' da habe ich mich dann wieder eingebracht weil ich mich da rein versetzt habe in die Problematik meiner meiner Gruppenmitglieder

Nicht Bestimmend

Beteiligt

JA

Gute Beiträge leisten

JA

Keine Position

Schwierige Position

Aufmerksamer Zuhörer

Position: am Rande/ganz Hinten

Keine guten Beiträge leisten

Frau E:

413: ich würde die Position so als, ja aufmerksamer Zuhörer (...) mehr ja ja mehr am Rande ja

417: aber ich habe mich doch am Rande gefühlt und war es auch also ich war niemand der jetzt so die Gruppe der da irgendwelche Impulse geben konnte

433: ja aber wenn wir alle aktiv zuhören dann bewegt sich ja nichts in der Gruppe

436: ja das hätte ich mir sehr von mir gewünscht ja (aktiver in der Gruppe zu sein)

Nicht Bestimmend

Beteiligt

Gute Beiträge leisten

Keine Position

Schwierige Position  
Aufmerksamer Zuhörer  
Position: am Rande/ganz Hinten  
Keine guten Beiträge leisten

JA  
JA  
JA

Herr F:

Frau G:

1227: ich hab gedacht 'du gehst dahin um jetzt deine Probleme darzulegen oder vielleicht auch mal was zuzutun wenn andere wenn jemand anderes was vorträgt'

Nicht Bestimmend  
Beteiligt  
Gute Beiträge leisten  
Keine Position  
Schwierige Position  
Aufmerksamer Zuhörer  
Position: am Rande/ganz Hinten  
Keine guten Beiträge leisten

JA

Frau I:

446: äh in der Gruppe war das für mich so also ich wollte nie gern im Mittelpunkt stehen ich wollte nicht gerne reden, nicht weil ich so mundfaul war oder weil ich nicht mitmachte ich war da schon also in Gedanken sehr aktiv

504: ja es war es war manchmal sehr, ach ja und das hat mich dann dann! hat mich auch diese Gruppe gestört insofern gestört dass äh also, ich fühlte mich vollkommen! klein, und fühlte mich ja ja in der Gruppe, so ganz hinten

Nicht Bestimmend  
Beteiligt  
Gute Beiträge leisten  
Keine Position  
Schwierige Position  
Aufmerksamer Zuhörer  
Position: am Rande/ ganz Hinten  
Keine guten Beiträge leisten

JA  
JA  
JA

Herr J:

1640: da wüsst ich keine, da wüsst ich einfach keine, Positionierung oder oder oder Bewertung zu geben

1658: aber das kann ich zu dieser Gruppe nicht sagen ich denke das war einfach zu kurz und da

1665: eher so beobachtend

1670: so ja abwertend abwartend bewertend beobachtend

1731: kann kann schon sein ja (dass er ein Vermittler war)

Nicht Bestimmend

Beteiligt

Gute Beiträge leisten

Keine Position

JA

Schwierige Position

Aufmerksamer Zuhörer

JA

Position: am Rande/ganz Hinten

Keine guten Beiträge leisten

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Nicht Bestimmend	JA	JA						JA	
Beteiligt	JA			JA			JA		
Gute Beiträge leisten		JA		JA					
Keine Position									JA
Schwierige Position			JA						
Aufmerksamer Zuhörer					JA			JA	JA
Position: am Rande/ ganz Hinten					JA			JA	
Keine guten Beiträge leisten					JA				

#### 49. Nähe und Distanz

Frau A:

478: ich hab mich mit einer Frau also ein bisschen mehr zusammen getan

425: ja habe ich noch (zu einigen immer noch einen intensiveren Kontakt als zu anderen Gruppenmitgliedern)

Nähe

JA

Distanz

Herr B:

917: ja das schon man ist sich schon ein bisschen näher gekommen aber wie gesagt das das es fing das kam ganz darauf an wie äh die Diskussion anfing

1036: zu den Frauen weniger (Kontakt), ja und wir drei (Männer) haben uns an für sich ganz gut verstanden (...) die drei Männer ja ach mit den Frauen habe ich mich auch gut verstanden das war nicht so dass wir da das waren keine Probleme nur eben halt äh das waren verschiedene Lebensansichten

Nähe

JA

Distanz  
Frau C:

862: dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen'

980: ich bin ja auch etwas zurückhaltend und wirke dadurch auch wieder etwas arrogant (...) das ist ja meine Mauer! (Lachen) damit nicht gleich jeder da rein guckt

Nähe  
Distanz

Frau E:

476: so richtig warm geworden bin ich eigentlich mit niemandem in der Gruppe, aber vielleicht das lag sicher auch an mir

Nähe  
Distanz

JA

Herr F:

1668: da waren dann zwei drei Leute die wollten weiterhin gesiezt werden die wollten die Duzform nicht dann haben wir das so akzeptiert in der Besprechung haben gesagt okay wer hier gesiezt werden möchte der kann das äh weiterhin so für sich so in Anspruch nehmen

Nähe  
Distanz

JA

Frau G:

1064: dann warf sich dann irgendwann die Frage auf wie wir uns denn ansprechen mit Vornamen mit Sie oder du und ich hab dann gleich gesagt ich möchte gerne gesiezt werden ne und das fanden alle ganz schlimm ganz furchtbar und, äh ja gut man ist dann darüber hinweg gegangen das war auch okay und dann irgendwann mal jetzt so zum Schluss hieß es ja man könnte ja auch gar nicht so in die Tiefe das Gespräch machen weil wir uns ja noch nicht alle duzen und ich meine ich wusste ja genau dass ich damit gemeint war

1076: und ich hätte ich könnte Ihnen noch nicht mal einen Grund sagen warum ich jetzt gesiezt werden möchte oder warum ich geduzt werden möchte das könnte ich Ihnen gar nicht mal sagen

1220: ja auf Distanz ja ja das war für mich also klar und von Anfang an vor allem deshalb ich wollte deshalb auch nicht mehr groß geduzt werden



Nähe  
Distanz

JA

Herr J:

1661: dass dass die Bindung da so nicht war wir hatten ja auch, sonst äh irgendwie  
keinerlei keinerlei Verbindung

Nähe  
Distanz

JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Nähe	JA	JA							
Distanz					JA	JA	JA		JA

### 30. Unterschiede zwischen den Männern und den Frauen

Frau A:

598: ne eigentlich nicht (Unterschiede zwischen Männern und Frauen in der Gruppe)

747: ich hab das bei den Männern viel stärker bemerkt als bei den Frauen

das Altern und das im Alter nicht mehr gebraucht werden, das war also bei den  
Männern schon ein Thema (...) bei den Frauen war das eigentlich nie, kam es nie  
zur Sprache

Thema Alter bei den Männern

JA

Thema Ausscheiden aus dem Beruf bei den Männern

Thema Loslassen von der Familie bei den Frauen

Telephonische Kontakte zwischen den Frauen

Herr B:

1004: da waren ja, drei Männer und vier Frauen waren das ne? und die Frauen  
hatten glaube ich untereinander so ein bisschen auch privat Kontakt die haben sich  
auch dann irgendwo mal telefonisch mal und äh aber mit den Männern wir hatten  
also so privat keinen keinen Kontakt

1014: woran lag es? das ist eine gute Frage, es bestand scheinbar von allen Seiten  
kein Interesse daran

1071: (+p:00:00:06) ja wir drei waren irgendwie anders als die Frauen also aber wie soll ich Ihnen das erklären

Thema Alter bei den Männern

Thema Ausscheiden aus dem Beruf bei den Männern

Thema Loslassen von der Familie bei den Frauen

Telephonische Kontakte zwischen den Frauen JA

Frau C:

Herr D:

Frau E:

Herr F:

1725: ja das war auch ein wichtiges Thema (das Ausscheiden aus dem Beruf) also nicht nur bei den Männern sondern und auch bei den Frauen äh da kam ja dann diese Geschichte loslassen von der Familie, von den mittlerweile äh erwachsenen und auch zum Teil schon äh verheirateten und mit äh Kindern verhafteten äh Kindern und Enkelkindern mein ich das war ja ähnlich so zu sehen also da da haben wir eine gewisse, Gleichwertigkeit festgestellt äh das Thema haben wir dann insgesamt so gesehen als, ja

Thema Alter bei den Männern

Thema Ausscheiden aus dem Beruf bei den Männern JA

Thema Loslassen von der Familie bei den Frauen JA

Telephonische Kontakte zwischen den Frauen

Frau G:

Frau I:

Herr J:

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Thema Alter bei den Männern	JA								
Thema Ausscheiden aus dem Beruf bei						JA			

den Männern									
Thema Loslassen von der Familie bei den Frauen						JA			
Telephonische Kontakte zwischen den Frauen		JA							

### 31. Schweigen und Reden

Frau A:

622: aber sie (die Therapeuten) sagten dass wär nicht ihre Sache dass wäre unsere Sache zu reden

Schweigen am Anfang der Sitzung

Schweigen als Belastung

Therapeuten haben nicht eingegriffen

JA

Reden als Überwindung

Über Probleme schweigen

Schweigen als Teilnahme

Generelles Schweigen

Herr B:

859: für mich persönlich äh war das Schwierigste, an der Gruppe dass wir immer wenn wir uns trafen wir haben Frau Bergstein Frau äh Herr Stratkötter warteten bis wir das Thema anfangen bis wir unsere Probleme und, und das war manchmal sehr schwierig bis da jemand angefangen hat\_

928: ja die Therapeuten haben ja nur abgewartet die Therapeuten haben ja äh gewartet bis einer von uns anfing solange war ja immer das große Schweigen

Schweigen am Anfang der Sitzung

JA

Schweigen als Belastung

JA

Therapeuten haben nicht eingegriffen

JA

Reden als Überwindung

Über Probleme schweigen

Schweigen als Teilnahme

Generelles Schweigen

Frau C:

Herr D:

1221: und manchmal krieg ich kein kein kein äh äh kein will ich gar nicht über irgend etwas reden so dann höre ich nur zu

Schweigen am Anfang der Sitzung  
Schweigen als Belastung  
Therapeuten haben nicht eingegriffen  
Reden als Überwindung  
Über Probleme schweigen  
Schweigen als Teilnahme  
Generelles Schweigen

JA

Frau E:

420: wenn ich, wenn ich! dann mal wirklich über meinen Schatten gesprungen bin und dann hab ich was gesagt und so, dann ging's mir richtig gut danach und dann fand ich es auch gar nicht schlimm, aber so dass den ersten Satz die ersten zwei Sätze das hat mir immer große Probleme der Riesensprung dann einzusteigen aber wenn ich dann mal drin war dann war es okay ja

512: für diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gesessen und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann dann doch jemand was rausgebracht hat

Schweigen am Anfang der Sitzung  
Schweigen als Belastung  
Therapeuten haben nicht eingegriffen  
Reden als Überwindung  
Über Probleme schweigen  
Schweigen als Teilnahme  
Generelles Schweigen

JA

JA

JA

Herr F:

Frau G:

1061: nein wem soll ich das da sagen? (ihre Probleme in der Gruppe) also nein nein also ich denk mal das war auch nicht der richtige Ort

Schweigen am Anfang der Sitzung  
Schweigen als Belastung  
Therapeuten haben nicht eingegriffen  
Reden als Überwindung  
Über Probleme schweigen  
Schweigen als Teilnahme  
Generelles Schweigen

JA

Frau I:

566: es war immer am Anfang war es immer so, eine Stimmung mit der ich nie so ganz klar gekommen bin, äh es war ein Schweigen und dieses Schweigen das war so belastend und das war für mich auch manchmal ganz am Anfang war es wie wie ein Fragezeichen ich fühlte mich irgendwie muss ich jetzt was tun? muss ich jetzt was machen? also es war es war ganz ganz hart

575: wir haben später mehrmals darüber gesprochen und äh na ja, es soll uns na ja es sollte uns aktivieren und es war es ist aber vielen so gegangen den meisten glaube ich ging es so dass also dieser Anfang war so schwer immer wenn's dann einmal im Fluss war dann ging es dann dann war es nicht so schwierig

584: und da ich! ja nie die erste bin habe ich mich auch nie getraut da den Reigen (das Gespräch am Anfang) zu eröffnen (Lachen)

600: ja doch ja ich denke ja dass ich mich da auch irgendwie mh verantwortlich fühlte letztlich! ja nur für mich selber aber da hab ich mich nicht getraut

Schweigen am Anfang der Sitzung	JA
Schweigen als Belastung	JA
Therapeuten haben nicht eingegriffen	
Reden als Überwindung	JA
Über Probleme schweigen	
Schweigen als Teilnahme	
Generelles Schweigen	

Herr J:

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Schweigen am Anfang der Sitzung		JA						JA	
Schweigen als Belastung		JA			JA			JA	
Therapeuten haben nicht eingegriffen	JA	JA							
Reden als Überwindung					JA			JA	
Über Probleme schweigen							JA		
Schweigen als Teilnahme				JA					
Generelles Schweigen					JA				

### 34. Oberfläche und Tiefe

Frau A:

399: bis uns dann eines Tages selber haben wir gemerkt also dass wir da an für sich nur ne Kaffeeklatschgruppe haben dass wir dann gesagt haben 'so jetzt wollen wir ein bisschen tiefer gehen' und dann war die Arbeit an für sich sehr gut und hat mir also wirklich gut getan

Oberfläche  
Tiefe

JA

Herr B:

846: wo wir uns, fast alle einig waren war trotzdem obwohl wir zwei Jahre zusammen gesessen haben, war die Meinung dass keiner im Prinzip richtig aus sich heraus gekommen ist

864: es fing ja meistens damit an das irgendjemand irgendetwas erlebt hat, und hat das dann erzählt aber es ist wie ich am Anfang gesagt habe letztendlich nicht, die innere, äh Seele rausgekommen sondern es wurde meines Erachtens viel drum herum gesprochen immer es ging mal hier und da mal bei einer Diskussion je nachdem wie weit das Thema ging mal ein bisschen tiefer aber so richtig aus der Seele heraus glaube ich nicht das da viele waren

907: und auch (ich ) bin ein bisschen tiefer gegangen

920: es waren also viele banale Diskussionen dabei wo man also wirklich nur versucht hat die eineinhalb Stunden herum zu bringen es ist ja keiner keiner richtig auf den Punkt gekommen

Oberfläche  
Tiefe

JA

Frau C:

828: dass wenn eben jemand mal wirklich gesprochen hat der noch nie in dieser Form konfrontiert worden ist ja völlig aufgelöst weint fix und fertig war

Oberfläche  
Tiefe

JA

Herr D:

1253: ja! und es wurde so vielfach wurde ja dann auch nicht mehr, wurde dann auch äh äh nicht mehr äh äh äh wurde nichts Neues mehr erzählt

1475: aber es gab bei Gruppenmitgliedern gab es also dieses Anspruchsverhalten auf jeden Fall also jetzt bei mir speziell äh wie soll ich äh das ausdrücken äh äh könnte ich's jetzt dass dieser Druck da war dass ich da hingehen musste und dass man also seine sein sein Innerstes offenlegt äh aber es gab auch andere die, auch und das verstand ich dann sehr gut äh wie ich auch diesen Druck hatten

Oberfläche  
Tiefe

JA

Frau E:

402: wir sind eigentlich in der Gruppe so mehr oder weniger alle sehr nett miteinander umgegangen und so richtig in die Tiefe, ist da selten jemand gegangen obwohl wir ja fast zwei Jahre zusammen waren

Oberfläche  
Tiefe

JA

Herr F:

1442: erschienen alle Gruppenteilnehmer am Anfang äh relativ äh neutral äh bezüglich ihrer eigentlichen Beschwerden, und am Anfang erschienen alle Gruppenteilnehmer auch bezüglich ihrer Persönlichkeitsstruktur relativ neutral

1557: und ja also das war sehr vielschichtig und viel- seitig äh äh warum Menschen Ängste äh äh beschrieben und und und zum Ausdruck brachten.

Oberfläche  
Tiefe

JA

Frau G:

1239: nein wir sind uns zwar alle so ein bisschen einig gewesen oder jemand eine Dame hat die Initiative ergriffen mal zu sagen (...) wir sind nicht genügend in die Tiefe gegangen wir haben zwar über so belanglose Dinge gesprochen ja so Tagesablauf oder so bla bla

1249: wir haben über alles gesprochen und haben nur nicht über das was uns tatsächlich bedrückt hat

1257: weil wir gar nicht in der Lage waren so in der Gruppe auch mal in die Tiefe zu gehen

1262: ich denke die Gruppe begann dann erst als ich ausgestiegen ist so ein bisschen auch mal hier und da was anzutasten ja was vielleicht sehr unangenehm war aber im Grunde genommen sprachen wir wirklich halt nur so über oberflächliche Dinge

1273: ich weiß es nicht ich kann da gar nichts dazu sagen (woran es gelegen hat, dass es nicht mehr in die Tiefe ging) ich weiß nicht ob es daran gelegen hat dass wir Herren und Damen waren oder wie ich weiß nicht ich weiß es wirklich nicht ich kann dazu nichts sagen

Oberfläche  
Tiefe

JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Oberfläche		JA			JA	JA	JA		
Tiefe	JA		JA	JA					

### 33. Konflikte in der Gruppe

Frau A:

480: die ist also auch sehr hilfsbereit (...) und eine andere Dame, die hat das dann als Belästigung empfunden. 506: denn ich hab das nicht als Belästigung empfunden

521: sehr böse (ihre Reaktion) 525: ja vor allen Dingen weil sie mich als Sprungbrett benutzt hat

539: das+ wurde besprochen aber ich glaube nicht dass wir uns da geeinigt haben

547: ich streite+ eigentlich selten aber so in der Gruppe wenn, wenn das so zur Sprache kommt dann kann man sich nicht immer raushalten

585: das war also der einzige Konflikt

587: und eine Dame die dann weggegangen ist weil sie sich geöffnet hat und hat sich dann so geschämt dass sie dann nicht mehr gekommen ist. also das, war eigentlich das einzige

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe

JA  
JA



## Lob für Konfliktlösung

Herr B:

996: es war überwiegend harmonisch ja ja es wurden zwar mal bei anderen wurden mal äh ein paar Worte äh sehr zu Herzen genommen die aber Missverständnisse letztendlich waren oder Telefongespräche da gab es mal eine Zwistigkeit zwischen zwei Damen die haben sich irgendwie missverstanden, aber das betraf jetzt wieder immer nur die zwei Leute und das betraf also nicht die ganze Gruppe da

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern	JA
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen	
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern	
Harmonie in der Gruppe	JA
Lob für Konfliktlösung	

Frau C:

845: die hatten da auch einen Disput mal das zog sich über zwei oder drei Stunden hin (leises Lachen) äh das das war sehr, sehr merkwürdig

859: sie war einfach so fertig und natürlich wenn man so was ausspricht (Selbstmord ihres drogenabhängigen Sohnes) dann und äh und dann hab ich ihr gesagt und wir haben ab und zu mal telefoniert dann hab ich ihr dann nach der Gruppe äh habe ich so gesagt äh 'Du kannst ja wenn Du willst mich mal anrufen' ich hab es also schon gelassen Sie anzurufen weil ich spürte, da ist Abwehr ja und dann hat sie in der Gruppe dann vorgebracht, also ich hätte sie äh ich hätte zu ihr gesagt sie sollte mich anrufen und und das wollte sie nicht und sie fühlte sich also von mir da unter Druck gesetzt und und und und und aber das ist also wirklich äh äh wunderbar geklärt worden und ich muss sagen ich hatte die andere Gruppe und hatte auch äh die Frau Doktor Bergstein hinter mir

873: das schon richtig alle alle eigentlich erkannt haben, äh thh das war nicht so das waren zwar ihre Empfindungen aber es war! nicht so

884: ne ich sah nur ihre große Not und da kommt's ja wieder bei mir!

888: also den Strohhalm dahin gereicht! aber dieser Strohhalm der wurde nicht als Strohhalm aufgefasst sondern als Druck und das muss ich eben auch lernen und das waren also so auch Ereignisse die ich mir sehr zu Herzen hab gehen lassen wo ich sehr viel drüber nachgedacht habe und äh durchaus auch was gelernt habe

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern	JA
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen	
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern	

Harmonie in der Gruppe  
Lob für Konfliktlösung

JA

Herr D:

1391: bis auf einen Fall äh was uns dann äh wenn ich das äh äh äh wenn ich mich noch recht erinnere das war eine Dame die kam später dazu (Räuspern) und äh ist dann nach zwei oder drei Sitzungen hat sie die Gruppe wieder verlassen weil sie das glaube ich aus, aus aus ihrer Sicht äh nicht äh durchhalten konnte das war ihr einfach zu viel

1521: also das war eine Dame die dann immer so ein bisschen sehr äh äh sich exponierte nicht das will ich gar nicht sagen aber doch sehr viel erzählte und und auch sehr interessant und darum das kam auch gar nicht böse aber normalerweise waren wir, eine gute ne gute Gemeinschaft das fand ich also immer

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern

Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen

JA

Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern

JA

Harmonie in der Gruppe

Lob für Konfliktlösung

Frau E:

438: ja da war ein Konflikt (p:00:00:05) mh das ging dann so doch, so über mehrere Sitzungen, das war schon, aber das wurde dann auch beigelegt

441: es ging da um das Verhalten, von zwei Teilnehmerinnen, die eine fühlte sich von der anderen bedrängt, so dass sie die eine sie immer hätte anrufen müssen und sie hatte keine Lust dazu und also solche Sachen, und die eine die wollte das nicht und hat dann auch nicht angerufen und die andere Dame hat das nicht erwartet eigentlich das war so, die haben sich falsch verstanden nicht und das war ziemlich heftig aber es war sehr interessant, das fand ich toll dass das zur Sprache gekommen ist

459: ja ich fand das toll dass das alles (der Konflikt) auf den Tisch gekommen ist

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern

JA

Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen

Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern

Harmonie in der Gruppe

Lob für Konfliktlösung

JA

Herr F:

1563: Konflikte gab's also in, in der Form dass äh am Anfang war das dann der Fall dass zum Beispiel äh bestimmte Leute einfach nicht einsehen wollten dass ihre, Symptomatik äh etwas anders angegangen werden musste, also auch als Beispiel jetzt äh da war jemand da mit seinem mit seinem Tinnitus, der sich immer wieder! über seinen Chef beschwerte (...) das war uns natürlich insgesamt in der Gruppe (...) das ging uns also dermaßen auf den Senkel wenn der immer wieder! seine Ängste mit seinem Chef anführte

1623: und äh na ja und dann kam es schon zu zu Auseinandersetzungen ne das wurde nicht so einfach hingenommen, das wollte der auch nicht wahrhaben erst am Anfang und immer wieder kam er mit seinem Chef, und äh da gab's schon ein bisschen Konflikte auch die anderen, denen war das auch die konnten das nicht mehr hören

1630: und da war auch noch noch ein anderer da der hatte ähnliches, der auch äh einfach nicht bereit war einzusehen, dass äh ein bisschen andere Faktoren in seinem Leben die auch mal beleuchtet werden müssen die aufgearbeitet werden mussten, sondern immer! war seine frühere Ex war immer der Buhmann die hat hin und wieder neue Schreiben geschickt neue Rechnungen geschickt und das war immer der Buhmann ne und das erkannten wir natürlich in der Gruppe äh und dann kommt's irgendwie äh kommt's zum Konflikt dass man diese Person gar nicht mehr so haben möchte ne

1643: und wenn die dann da drei viertel der Zeit äh verplempern mit ihren ständigen Anschuldigungen auf auf diese eine Person auf die sie dann alles beziehen der eine auf seinen Chef, die andere oder der was weiß ich auf die frühere Partnerin äh das machen die anderen dann nicht mehr mit

1656: und dann sind die auch ausgeschieden diese Leute aus der Gruppe die sind ausgeschieden das waren also dann die Konflikte

1661: ansonsten hatten wir keine Konflikte

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe  
Lob für Konfliktlösung

JA

Frau I:

473: ne ne gab es da nicht

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe  
Lob für Konfliktlösung

JA

Herr J:

170: und dann waren da innerhalb der der Gruppe auch noch äh hauptsächlich zwischen zwei Frauen oder, oder zwei Gruppen von Frauen da waren ja vier oder fünf äh waren da auch noch so ein bisschen, würde ich so heute sagen so Animositäten da da merkte man, knisterte da

177: die eine wollte nicht verstehen und die andere wollte auch nicht verstehen dass sie vielleicht ein bisschen was umdrehen wollte von der Thematik her oder oder oder von der Vorgehensweise oder das gar nicht so war wie die andere gesagt hatte und das fand ich dann irgendwann äh fand ich das so, überspitzt äh dass es mich fast langweilte

187: oder nicht fast das hat mich dann schon, gelangweilt ich habe gedacht 'mein Gott das kann doch wohl nicht wahr sein' schon wieder das gleiche Thema und schon wieder die gleichen! Argumente von beiden Seiten

1701: das war eigentlich das waren eigentlich banale Sachen, ich meine dass jemand äh äh äh der anderen Patientin dann Hilfe angeboten hat und die wollte sie nicht und sie meinte, äh sie würde ihr aufgedrängt wiederum von der anderen und dann hat sie wiederum gesagt 'das war gar nicht so gemeint und das habe ich gar nicht gesagt' und so und um diesen Disput ging es da aber aber über über über zwei Sitzungsstunden

1716: ich hab dann nur einfach, eben spontan mal mich vielleicht mich mal eingemischt indem ich gesagt habe 'also ich verstehe eigentlich die ganze Aufregung nicht' also also wenn dann jeder ein kleines bisschen vorher darüber nachdenkt bevor er emotional da, oder auch ein bisschen zurücknimmt und das dann abhakt das war so und hier nicht immer wieder herkommt und sagt 'das war nicht so oder es war doch so also ich sage bis hierhin und jetzt ist Punkt und jetzt ist der Fall erledigt'

Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern  
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen  
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern  
Harmonie in der Gruppe  
Lob für Konfliktlösung

JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Konflikt zwischen zwei Gruppenmitgliedern	JA	JA	JA		JA				JA
Ausscheiden einer Patientin nach Öffnen	JA			JA					
Kritik an einzelnen Gruppenmitgliedern				JA		JA			
Harmonie in der Gruppe		JA						JA	
Lob für Konfliktlösung			JA		JA				

### 34. Thema Alter in der Gruppe

Frau A:

747: ich hab das bei den Männern viel stärker bemerkt als bei den Frauen das Altern und das im Alter nicht mehr gebraucht werden, das war also bei den Männern schon ein Thema 752: bei den Frauen war das eigentlich nie, kam es nie zur Sprache

757: mit dem Alter hatten die Probleme glaub ich zwei auf jeden Fall ganz ganz konkret

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe JA  
Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden JA  
Alleinsein  
Kontaktschwierigkeiten im Alter  
Altersbedingte Krankheiten

Herr B:

Frau C:

Herr D:

Frau E:

617: ja Alter in der Gruppe eben, dass man so schlecht neue Freundschaften schließen kann, und dass man so auch irgendwo unselbständiger wird 623: und dann natürlich auch die Krankheiten die ja auch die anderen, reichlich hatten

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe JA

Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

JA

Altersbedingte Krankheiten

JA

Herr F:

1691: ja das Thema das Thema Alter! Altern spielt schon insofern eine Rolle weil eben halt diese begleitende äh Gesundheitserscheinungen äh doch schon bedeutend sind ne also zum Beispiel die Krebspatientin äh die hat schon ein Großteil ihrer ganzen Befürchtungen und ihrer ganzen Argumente, auf ihre Krebserkrankung bezogen

1706: also das äh das Alter an sich äh ist vielleicht nicht äh so dass man das in so einer Therapiegruppe als solche als als Hauptkriterium sehen muss sondern die altersbegleitenden! Erscheinungen der älteren Menschen wie die zunehmenden gesundheitlichen Störungen

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

JA

Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

JA

Altersbedingte Krankheiten

Frau G:

1356: also in der Gruppe nicht hatte es keine Bedeutung (das Thema Alter)

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

JA

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

Altersbedingte Krankheiten

Frau I:

713: nicht so sehr (...) nicht so sehr in der Gruppe (Frage, ob in der Gruppe das Thema Alter eine besondere Bedeutung gespielt hat)

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe JA

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

Altersbedingte Krankheiten

Herr J:

792: 'was ist, wenn du mal ne, alleine bist?' und so? aber das sind schon Dinge die auch in die Gruppe jetzt hinein flossen und besprochen wurden

1964: glaub ich nicht ne glaube ich nicht (besondere Bedeutung des Thema Alter in der Gruppe)

Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe

Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe JA

Besprochene Inhalte des Themas Alter:

Nicht mehr gebraucht werden

Alleinsein

Kontaktschwierigkeiten im Alter

Altersbedingte Krankheiten

JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe	JA				JA	JA			
Keine Bedeutung des Themas Alter in der Gruppe							JA	JA	JA
Besprochene Inhalte des Themas Alter:									
Nicht mehr gebraucht werden	JA								
Alleinsein									JA
Kontaktschwierigkeiten im Alter					JA				
Altersbedingte Krankheiten					JA	JA			

### 35. Thema Alter und Öffentlichkeit

Frau A:

787: find ich nicht sehr gut (...) ne, alles ist auf junge Leute gemünzt

805: dass ein bisschen mehr auch das gewürdigt wird was das Alter gemacht hat  
(würde sie sich wünschen) dass man nicht anfängt an den alten Leuten zu sparen in  
Punkto Rente und so weiter 810: man wird ja richtig außen vor geschoben

814: und die Leute haben Deutschland aufgebaut

Negativ besetztes Thema

JA

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

JA

Kritik an Einsparungen bei der Rente

JA

Isolation von alten Menschen

JA

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Potential von alten Menschen

Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von  
alten Menschen

Herr B:

1280: (p:00:00:05) äh, ich fühle mich noch nicht, in dieser Altersklasse

1284: ist für mich noch kein Thema

Negativ besetztes Thema

Kein Bezug zum Thema

JA

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Potential von alten Menschen

Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von  
alten Menschen

Frau C:

1154: also teils sehr schrecklich

1160: für mich findet da eine Isolation statt die ich eigentlich gar nicht will

1171: die werden geistig überhaupt nicht gefordert



1179: wer eben als Senior wozu ich ja nun auch gehöre äh was für sich tun will der muss sich selbst engagieren also denn die Hilfen die ich von der Öffentlichkeit oder von den Medien bekomme die gehen so weit in in das Alter! hinein in dieses Seniorenssein! hinein dass ich manchmal frage was denkt Ihr denn eigentlich was wir im Kopf haben?

1198: das sind alles Menschen die fünfundsiebzig achtzig oder teilweise älter sind die ein Leben hinter sich haben die Kinder groß gezogen haben die gearbeitet haben die geistig fit waren die da waren und die Kapazitäten die sind auch nicht alle verloren das sind ja gesunde! Menschen eigentlich noch nur sie werden nicht mehr gefordert

1201: die Kinder gucken nicht mehr richtig nach ihnen, ja und dann rennen sie eben dahin und und und erhoffen sich vielleicht auch aus der Einsamkeit heraus und da find ich sehr schön wenn also ein Angebot da wäre das nicht so „kieplich“ wäre

1220: die Leute bekommen ja auch gar keine Anerkennung mehr für das was was ihr Leben war

1231: die einen reden dann wieder von der äh Kukident-Generation so herabwürdigend (...) ich zieh es mir nicht an! an aber ich müsste es mir ja anziehen und da fühl ich mich beleidigt

Negativ besetztes Thema	JA
Kein Bezug zum Thema	
Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	
Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren	
Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen	JA
Kritik an Einsparungen bei der Rente	
Isolation von alten Menschen	JA
Mangelnde Fürsorge durch Angehörige	JA
Potential von alten Menschen	JA
Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor	
Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen	

Herr D:

1672: vordergründig gesagt hätte ich ja nie gedacht dass das mich so betrifft

1684: man merkt! oder ich merke ich merke dass es also dieses Thema ähm, oder das macht mich sagen wir mal so äh nicht mehr so, sehr erstaunt in der Situation in der ich bin

1701: ich würde mit meinen neunundfünfzig würde eine Bewerbung schreiben da würden sie sich kaputt lachen

1693: das Thema, Alter wird ja immer vordergründiger 1703: es ist ja so dass dieser Jugend Jugendwahn! sag ich mal wenn Sie die die Zeitungs äh die Stellenangebote aufschlagen in der Zeitung oder fünfund- fünfund- fünfunddreißig Schluss das macht einem zu schaffen das macht der ganzen Gesellschaft zu schaffen meiner Ansicht nach dieses ich sag's jetzt mal so wie ich es kenne dass dieser dass dieser dass das das Alter immer wichtiger wird oder immer unwichtiger das heißt die Alten werden immer, werden schneller abgeschoben und das Alter also die Jugend wird immer wichtiger so sehe ich es vielleicht

1726: andererseits kann man aber wieder sagen die Alten sind heutzutage so fit wie nie haben so viel Geld wie nie können so viel reisen wie nie äh aber das sind auch immer nur so ähm Ausschnitte von manchem das sind so Ideal- Ideal- Idealfälle

Negativ besetztes Thema

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren JA

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen JA

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Potential von alten Menschen JA

Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor JA

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen

Frau E:

631: ja also ich fühle jetzt fühle mich jetzt noch nicht so in keiner Weise diskriminiert weil ich jetzt schon älter bin, und auch wenn ich jetzt sagen wir mal wenn meine Tochter ihren Geburtstag feiert und da kommen ja auch viele junge Leute also es ist nicht so dass ich dann das Gefühl habe 'oh Gott Du bist ja hier so alt hier gehörst Du gar nicht mehr hin' also ich habe da noch keine negativen Erfahrungen gemacht

638: und es ist ja so dass jetzt, auch die Konsumbereitschaft der alten Menschen immer mehr jetzt in den Vordergrund kommt dass ich denke dass da doch noch einiges getan wird,

Negativ besetztes Thema

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren JA

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Potential von alten Menschen

Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor JA

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen

Herr F:

1809: mit der Öffentlichkeit, ja das sehe ich einfach so äh dass äh die älteren Menschen äh also eine einen erheblichen eine erhebliche Interessengruppe darstellen für viele! viele Bereiche unseres Lebens einmal als Wirtschaftsfaktor sind sie ja schon wohl weitgehend mittlerweile bekannt das das das das ein enormer! Wirtschaftsfaktor ist denn weil die älteren Menschen sind im Besitz von viel viel Kapital

1823: aber ein weiterer Faktor ist dann halt diese Möglichkeit gesellschaftlich kulturell äh im Alter vieles ganz anders ausleben zu können als in jungen Jahren

1826: auch sportlich ist ein weiterer wichtiger Faktor äh der meines Erachtens nach weitgehend! nicht berücksichtigt wird das ist also äh gerade für Kultureinrichtungen für Sporteinrichtungen für, irgend welche sonstigen gesellschaftlichen Einrichtungen auch selbst zum Beispiel Volkshochschulen oder Universitäten bieten da nicht unbedingt jetzt äh äh altersgerechte Studienprogramme und Möglichkeiten an (...) und äh die älteren Menschen würden sich auch nicht dagegen sträuben wenn das mit Ge- mit erheblichen Gebühren verbunden wäre wenn sie zum Beispiel an Studiengängen teilnehmen könnten

1846: um die die Lebensqualität, älterer Menschen insbesondere zu verbessern und auch denen die Ängste zu nehmen wie ich das auch von mir persönlich ja so schildere, bin ich der Ansicht dass also insbesondere! äh reine Gesprächs- äh -therapien sowohl jetzt im im im allgemeinen medizinischen Bereich wie auch im psychologischen Bereich erheblich verbessert werden müssen

1854: also der ältere Mensch sucht meistens nicht mehr den Operateur sondern der ältere Mensch sucht den Gesprächspartner

1865: aber dafür braucht es bedarf es umfangreicher, Abklärungs- und Gesprächsmöglichkeiten also sowohl im medizinischen Bereich wie wie auf jeden Fall! ergänzend und weiter ausgebaut im psychologischen Bereich ne

1875: das ist alles! ist auf junge Leute ausgerichtet (in der Psychologie und in der Schulmedizin) 1884: aber da müsste dann halt von Seiten des Gesetzgebers vielleicht auch, und seitens anderer Organisationen äh müsste das halt äh optimaler ausgelegt werden besser ausgelegt werden

1935: ich finde äh so etwas wie Sie das hier betreiben äh sehr gut und nützlich obwohl ich weiß dass viele ältere Menschen dafür nicht zugänglich sind aber das mögen äh auch, vielleicht Komplexe sein an diese Sache heran zu gehen äh aber der Bedarf ist meines Erachtens nach auf jeden Fall da man hört das überall äh und äh es müsste auch vielleicht ein bisschen mehr publik gemacht werden

Negativ besetztes Thema

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Potential von alten Menschen

JA

Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor

JA

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen

JA

Frau G:

Frau I:

737: ha manchmal guck ich da gar nicht hin also das ist manchmal

744: ja viel ist doch negativ also äh dargestellt also, auch was Altenheime und so was anbetrifft das das ist ja nun also fast beängstigend

Negativ besetztes Thema

JA

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Potential von alten Menschen

Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen

Herr J:

1976: viel viel mehr als früher natürlich weil früher habe ich das ja weg geschoben weil es berührte mich ja auch gar nicht warum auch? da waren auch noch ich weiß nicht wie viele Jahre dazwischen

1983: heute äh zwangsläufig als Rentner und eben auch, mit Altersproblemen auch äh konfrontiert äh, nimmt man das liest man eben auch schon mal was äh wo ich früher einfach darüber hinweg gegangen wäre und wo ich auch sagen muss, es belastet ist vielleicht ein bisschen zu viel aber es regt mich schon auf und und bevor ich mich dann aufrege sag ich dann äh 'das lese ich überhaupt nicht durch ändere ich sowieso nicht'

Negativ besetztes Thema

JA

Kein Bezug zum Thema

Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren

Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen

Kritik an Einsparungen bei der Rente

Isolation von alten Menschen

Mangelnde Fürsorge durch Angehörige

Potential von alten Menschen

Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor

Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Negativ besetztes Thema	JA		JA					JA	JA
Kein Bezug zum Thema		JA							
Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren				JA					
Keine Diskriminierung auf Grund des Alters erfahren					JA				
Wunsch nach Anerkennung von alten Menschen	JA		JA						
Kritik an Einsparungen bei der Rente	JA								
Isolation von alten Menschen	JA		JA	JA					
Mangelnde Fürsorge durch Angehörige			JA						
Potential von alten Menschen			JA			JA			
Alte Menschen als Konsumenten / Wirtschaftsfaktor				JA	JA	JA			
Wunsch nach Ausrichtung von Psychologie und Medizin nach den Bedürfnissen von alten Menschen						JA			

## D. Therapie

### 36. Erwartungen an und Vorstellungen über die Therapie

Frau A:

626: ich mein man geht ja dahin ganz blauäugig das ist der Arzt das ist der Patient und dann hilft der

631: aber das ist ja ein bisschen anders 635: man bekommt also kein Rezept

Therapie als Rezept	JA	
Therapeut als Helfer	JA	
Therapeut als Experte		
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten		JA
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern		
Wunsch gefordert zu werden		
Mangel an Vertrauen in Therapien		
Differenziertes Verständnis von Therapie		

Herr B:

932: ja! ich glaube der Wunsch war vielleicht da (aktivere Therapeuten) äh äh dass man therapeutisch, oder man hat vielleicht gehofft dass einem geholfen wird oder dass dass man äh, was aber glaube ich nicht üblich ist im nachhinein äh dass man Tipps mit auf dem Weg bekommt

937: konkrete Sachen ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten gehe und der verschreibt mir Tabletten aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

948: ja! (Tipps gewünscht)

Therapie als Rezept	JA	
Therapeut als Helfer	JA	
Therapeut als Experte		
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten		JA
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern		
Wunsch gefordert zu werden		
Mangel an Vertrauen in Therapien		
Differenziertes Verständnis von Therapie		

Frau C:

870: ich finde das Fordern sehr wichtig

1112: denke da kann man auch sehr viel lernen (in einer Gruppe) wie geht der andere mit seiner Angst um was fühlt der andere um aus dieser Angst raus zu kommen was lernt er dabei was tut er dabei also ein Austausch

Therapie als Rezept

Therapeut als Helfer

Therapeut als Experte

Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten

Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern JA

Wunsch gefordert zu werden JA

Mangel an Vertrauen in Therapien

Differenziertes Verständnis von Therapie

Herr D:

1549: aber ich ich ich schätze das auch, weil wie äh die Experten äh dann dieser, diese Blickrichtung äh aufbauen können die man dann vielleicht gar nicht hat die dann sagen 'könnte das nicht sein, dass!?' 'oder verstehen Sie das etwa so!?'

Therapie als Rezept

Therapeut als Helfer

Therapeut als Experte JA

Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten

Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern

Wunsch gefordert zu werden

Mangel an Vertrauen in Therapien

Differenziertes Verständnis von Therapie

Herr F:

1471: warum der einzelne Teilnehmer a aufgrund seiner Persönlichkeitsstruktur b aufgrund seiner seiner äh seines Verhaltens seiner äußeren Dinge und c aufgrund seiner angegebenen Psychosomatik jetzt dann so und so war

1481: dass die Frau X zum Beispiel, aufgrund ihrer äußeren Erscheinung ich sage mal zusammen fügen das passt hinterher irgendwie zusammen ihre

Persönlichkeitsstruktur äh und ihre dann erkannten organischen Beschwerden es war ne / organischen Beschwerden oder dahin gehenden tangierenden und ihrer Psychosomatik äh äh dann halt, zu diesem Produkt führt

1497: letztendlich ging es mir ja nur darum dass dass ich ja einen Weg suche wie ich mit meinen Beschwerden äh äh leben kann also äh äh ich gehe nicht direkt davon aus dass ich in allem geheilt werde sondern dass ich nur einen Weg finde wie ich mit meinen Beschwerden zufriedenstellend und glücklich leben kann

Therapie als Rezept

Therapeut als Helfer  
Therapeut als Experte  
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten  
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern  
Wunsch gefordert zu werden  
Mangel an Vertrauen in Therapien  
Differenziertes Verständnis von Therapie JA

Frau G:

ja ich denke mal in dem Moment man wird ja gezwungen ähm an diesem Nachmittag oder in diesen Stunden äh ja doch darüber nachzudenken was, wie's denn mal gewesen ist sag ich mal in der Kindheit meistens oder viel rührt es ja auch von der Kindheit her oder klar man denkt schon darüber nach 'wie war's bei dir' oder 'ja wie ist es', oder äh nur man kann diese Dinge ja nicht mehr verändern die sind gewesen 1095: es ändert nichts da dran wenn ich zum Beispiel mit Ihnen Ihnen das schildere wie meine Kindheit gewesen ist ändert das ja nicht da dran ja sondern die Narben die ich hab sei es hier im Kopf oder wo ich sie überall hab oder sonst wo oder in der Seele die gehen ja dadurch nicht weg wissen Sie das kann man a nicht ungeschehen machen

1181: dass man sich irgendwie sich mit anderen vielleicht austauscht oder was auch immer ich hab ja keine Vorstellung davon

Therapie als Rezept  
Therapeut als Helfer  
Therapeut als Experte  
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten  
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern  
Wunsch gefordert zu werden  
Mangel an Vertrauen in Therapien JA  
Differenziertes Verständnis von Therapie

Herr J:

1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte der mir dann auch geholfen hat ne die Dinge anzugehen anders anzugehen

Therapie als Rezept  
Therapeut als Helfer  
Therapeut als Experte JA  
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten  
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern  
Wunsch gefordert zu werden  
Mangel an Vertrauen in Therapien  
Differenziertes Verständnis von Therapie



	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Therapie als Rezept	JA	JA				JA			
Therapeut als Helfer		JA							JA
Therapeut als Experte				JA					JA
Wunsch nach konkreten Ratschlägen durch den Therapeuten	JA	JA							
Wunsch nach Austausch mit anderen Gruppenmitgliedern			JA						
Wunsch gefordert zu werden			JA						
Mangel an Vertrauen in Therapien							JA		
Differenziertes Verständnis von Therapie						JA			

### 37. Sich-öffnen können / Sich-öffnen lernen

Frau A:

552: ich hatte mich auch geärgert, ich hatte dann angefangen zu erzählen und das hat sie! dann als Sprungbrett benutzt und, dann war ich ausgeschaltet und sie hat ihre Probleme erzählt und und und ich hatte mir gerade mein Herz gefasst und das fand ich 557: dann auch nicht so richtig

563: für mich war's sehr schwer mich zu öffnen muss ich sagen, ich hab das eigentlich erst in der Gruppe ein bisschen gelernt

567: ja (wesentliche Veränderung über Gefühle und Hilfsbedürftigkeit zu reden)

591: ja also ich meine das war der Sinn der Gruppe doch eigentlich (sich zu öffnen)

Sich öffnen	JA
Lernen sich zu öffnen	JA
Sich selbst zurück nehmen	
Probleme sich zu öffnen	JA
Entscheidende Dinge verschweigen	
Sich nicht öffnen	

Herr B:

872: mich hat man mal angesprochen und hat gesagt mit meinem Prozess und auch mit meiner Frau habe ich das auch erzählt da waren also ein Teil überrascht sagten die fanden das toll dass ich so weit über meine Familie gesprochen habe auch das mit der das Verhältnis mit meiner Tochter erzählt

892: zum Teil! ich habe mich nur mit diesen über diese Situation geöffnet mal hier über meine Familie so sonst hatte ich nichts zu öffnen da nicht und äh äh meine Prozesssache habe ich dann mal erklärt das weiß ich nicht ob das Öffnen ist da ist ja nichts passiert im Prinzip

901: ja gut ich habe meine Erziehung noch von früher dass ich da eben halt doch doch sehr geprägt bin und äh das meine Frau eben halt sehr stark ist und und das da habe ich mich schon geäußert und auch bin ein bisschen tiefer gegangen

Sich öffnen

JA

Lernen sich zu öffnen

Sich selbst zurück nehmen

Probleme sich zu öffnen

Entscheidende Dinge verschweigen

Sich nicht öffnen

Frau C:

1102: ich konnte immer sehr sehr schlecht vermitteln ja wie fühlt man sich in der Angst?

912: ich hab mich sehr zurück genommen äh weil ich gedacht habe 'mein Gott Du hast in dieser Richtung schon sehr viel Erfahrung' und äh es ist ja auch nicht so dass man aus den Geschichten der anderen nicht auch lernen kann

804: so blieben für mich! blieb ich so ein bisschen auf der Strecke für mich selber weil! das was die! begonnen haben ich schon sehr lange hinter mir hab (...) durch meine psychotherapeutischen Vorerfahrungen

918: und äh so habe ich mich schon also mit meinen äh, Ängsten oder was auch da so gerade war, äh doch ein ganzes Stück zurück genommen und bin also mehr ich habe mitgemacht so nicht aber für die anderen! wieder

Sich öffnen

Lernen sich zu öffnen

Sich selbst zurück nehmen

JA

Probleme sich zu öffnen

Entscheidende Dinge verschweigen

Sich nicht öffnen

Herr D:

1292: ich musste da ja auch hin das sage ich mir weil ich diesen Mut aufbringen musste, für mich mich der Gruppe zu stellen dass ich darüber rede wie es mir ging

das liegt ja damals das hätte ich ja nie gedacht bei der stationären Behandlung dass ich sagte ich bin wegen Depressionen hier und

1307: ich habe auch keinen Mut gefunden was das über mein mein meinen

Suizidversuch zu sagen 1310: das hab ich äh das habe ich also auch mit nach der

Zeit nicht fertig gebracht 1322: aber jedenfalls habe ich da nicht den Mut aufgebracht

Sich öffnen

Lernen sich zu öffnen

JA

Sich selbst zurück nehmen

Probleme sich zu öffnen

JA

Entscheidende Dinge verschweigen

JA

Sich nicht öffnen

Frau E:

352: ich hab's schon mal angesprochen in der Gruppe, ich denke mir wenn jemand ne andere Person wäre die mehr Selbstbewusstsein hätte, die könnte sich eher dagegen wehren dass das nicht bis ins Innerste geht dass das vorher so ein bisschen, abprallt

382: (in der Gruppe in der Tagesklinik) ich hab habe ja gesagt also ich möchte das ja gerne (sich einbringen) aber ich kann es nicht ich komme nicht aus meiner Haut ich kann es einfach nicht

389: ich hab wohl einiges, wohl einiges erzählt aus meiner Kindheit, wie das alles gelaufen ist

396: obwohl eigentlich nicht so, so richtig geöffnet, habe ich mich eigentlich nicht ich habe die Gruppe das muss ich leider Gottes sagen für mich nicht genutzt es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können

486: ja auch aus mir (konnten die Therapeuten „etwas rausholen“)

Sich öffnen

Lernen sich zu öffnen

Sich selbst zurück nehmen

Probleme sich zu öffnen

JA

Entscheidende Dinge verschweigen

Sich nicht öffnen

JA

Herr F:

Frau G:

1040: was ich mal erlebt habe in meiner Kindheit ja es war schlimm genug und ich also ich möchte da nicht immer rumrühren, also selbst wenn andere erzählen ja man man findet sich ja in irgend einer Geschichte wieder

1092: und versuche für mich die äh weg zu schieben (ihre Kindheitserinnerungen) das ist vielleicht nicht richtig ja aber

1127: ja und dann merk ich erst mal so tja, lassen Sie uns lieber mal ein anderes Thema machen das ist nicht so gut jetzt

1184: und nach der ersten Gruppe hatten wir dann auch beschlossen oder einmal war die Gruppe zu Ende wir treffen uns dann nach nach vier fünf Wochen wollten wir uns dann einfach irgendwo mal treffen was trinken was essen oder was auch immer, und ähm da ist nie was zustande gekommen 1202: und dann war ich eigentlich sehr enttäuscht darüber und dann hab ich gedacht 'komm das hat gar keinen Sinn da groß' ähm wissen Sie ich weiß nicht wie ich das sagen soll jeder hat ja quasi so sein Päckchen und äh und da hab ich gesagt 'komm wenn ich jetzt so so äh groß Kontakte' und wie ich auch weiß ist man ja auch gar nicht so dafür dass man untereinander Kontakte pflegt

Sich öffnen

Lernen sich zu öffnen

Sich selbst zurück nehmen

Probleme sich zu öffnen

Entscheidende Dinge verschweigen

Sich nicht öffnen

JA

Frau I:

450: aber ich hatte einfach Schwierigkeiten in der Gruppe mich so zu äh, zu öffnen und äh so vieles darzustellen ich

457: das ist mir in der Gruppe schwer gefallen

798: ich weiß nicht wie das wie es angekommen ist weil, in der Gruppe wie weit man hat mir manchmal gesagt 'ach Du machst auch nicht richtig mit Du machst auch nicht äh Du öffnest Dich nicht' und das Gefühl hatte ich für mich nicht aber es kam eben wohl anders rüber

Sich öffnen

Lernen sich zu öffnen

Sich selbst zurück nehmen

Probleme sich zu öffnen  
 Entscheidende Dinge verschweigen  
 Sich nicht öffnen

JA

Herr J:

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Sich öffnen	JA	JA							
Lernen sich zu öffnen	JA			JA					
Sich selbst zurück nehmen			JA						
Probleme sich zu öffnen	JA			JA	JA			JA	
Entscheidende Dinge verschweigen				JA					
Sich nicht öffnen					JA		JA		

### 38. Äußerungen über die Therapeuten

Frau A:

607: ich fand sie also sehr gut sonst würd ich ja nicht die Gruppe sagen ich würde weiter machen, also beide sehr gut

614: also ich fand das also schon sehr gut wie sie's gemacht haben

637: sie waren beide sehr gut auf ihre Art, jeder ein bisschen anders

Lob für Frau Dr. Bergstein JA

Lob für Herrn Dr. Stratkötter JA

Gutes Verhältnis zu den Therapeuten

Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten

Sich verstanden fühlen

Hilfreiche Ratschläge

Hilfreiches Rollenspiel

Kritik

Herr B:

150: die haben mir also beide sehr geholfen dabei (beim Arbeitsprozess)

Lob für Frau Dr. Bergstein JA

Lob für Herrn Dr. Stratkötter JA

Gutes Verhältnis zu den Therapeuten

Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten

Sich verstanden fühlen

Hilfreiche Ratschläge JA

Hilfreiches Rollenspiel  
Kritik

Frau C:

749: beim ersten Gespräch hatte ich ja gesagt dass ich mit der Frau Doktor Bergstein nicht so ganz zurecht kam und das hat sich sehr sehr viel gebessert

798: die beiden Ärzte wollten ja auch dass die äh die jetzt da waren mit ihrer Problematik ob das Krankheit ist oder sonstige Dinge äh dass die ein bisschen aus sich rauskamen

823: die beiden Ärzte, das kann ich sehr sehr gut verstehen die gehen ja ganz vorsichtig damit um (mit dem Fordern der Ungeübten) das muss ja auch sein

976: ich denke äh die Frau Doktor Bergstein die hat mich also dann schon aufrichtiger gesehen

988: wir hatten eine wunderschöne Stunde für mich äh wo sie (Frau Doktor Bergstein) mich fragte wie ich mich denn sehe jo und da habe ich gesagt ja ich sehe mich also nicht so sehr positiv ne und dann hat sie da eine Lobeshymne über mich geschüttet (Lachen) wo ich sehr! sehr erstaunt war und wie ich wirke wie ich auftrete wie wie ich rede sagt sie also es ist äh und ja ich sag aber ich mein das hat mir auch sehr geholfen und hat mit Sicherheit auch sehr nachdenkenswert mich gemacht äh dass ich sage 'guck mal Du siehst Dich so klein und hilflos und manchmal und und so und so ja, und da sehen Dich die anderen ganz anders' und das ist ja auch meine meine Schwierigkeit dann manchmal draußen ne die sehen mich ja wie ich, vielleicht bin denn das muss ja irgendwo auch herkommen dass ich so wirke aber im Grund meines Herzens bin ich eben nicht so

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herrn Dr. Stratkötter	
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten	JA
Sich verstanden fühlen	JA
Hilfreiche Ratschläge	
Hilfreiches Rollenspiel	
Kritik	

Herr D:

1275: nein! an der Leitung auf keinen Fall (Verantwortung für zu wenig Veränderung)

1528: sehr gut also die Frau Doktor Bergstein kannte ich ja nun von von früher schon (...)

(...) von der Tagesklinik aber da war sie nie meine, direkte Ansprechpartnerin (Räuspern) sondern nur mal vertretungsweise aber sie war ja immer präsent

1535: der Doktor Stratkötter äh auch, kenne kenne ich ja auch schon länger der hat mit mir damals dieses Aufnahmegespräch geführt

1540: manchmal waren sie zu zweit manchmal eben nur einer je nach Urlaubssituation, öder äh äh anderen anfallenden Sachen und das ging also reibungslos

1545: sehr! äh ich würde sagen sehr (p:00:00:05) gesch- gelöst und trotzdem respektvoll, also ich hab da ja immer, sehr, äh immer sehr äh ein sehr, gutes Verhältnis (Frage nach der Beziehung zu den Therapeuten)

1549: ich schätze das auch, weil wie äh die Experten äh dann dieser, diese Blickrichtung äh aufbauen können die man dann vielleicht gar nicht hat die dann sagen 'könnte das nicht sein, dass!?' 'oder verstehen Sie das etwa so!?'

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herrn Dr. Stratkötter	JA
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	JA
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten	
Sich verstanden fühlen	
Hilfreiche Ratschläge	
Hilfreiches Rollenspiel	
Kritik	

Frau E:

480: ja ich fand die Frau Doktor Bergstein, ganz toll und auch, Herr wie heißt er noch mal? (...) und auch Herrn Stratkötter auch, ich fand das schon also wie die die Gruppe geleitet haben fand ich schon in Ordnung

486: (p:00:00:05) ähm wie sie ja in der Lage waren so aus manchen noch was rauszuholen (...) ja auch aus mir

493: also der Herr Stratkötter der hatte mal ein, so ein Spiel gemacht das weiß ich nicht mehr wie das so zusammen hing, und zwar wen man gut leiden kann und wen man nicht so gut leiden kann dem sollte man dann die Hand auf die Schulter legen und eine, Kursteilnehmerin also die hatte so ein lautes Wesen, und also das war auch wieder so ein Gefühl, sie sah mich nicht das war so mein Gefühl und als es dann hieß dann wen man jetzt nicht so gut leiden kann dann habe ich dann meine Hand auf ihre Schulter gelegt, und dann hatten wir so ein kleines Rollenspiel, und da habe ich festgestellt dass die andere das ganz anders gesehen hat als ich, und

seitdem haben wir uns eigentlich gut verstanden (...) dann haben wir uns schon mal unterhalten und so, das fand ich auch eigentlich sehr positiv\_

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herrn Dr. Stratkötter	JA
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten	
Sich verstanden fühlen	
Hilfreiche Ratschläge	
Hilfreiches Rollenspiel	JA
Kritik	

Herr F:

1352: und äh also beiden beiden Therapeuten kann ich an und für sich ein gutes Zeugnis ausstellen äh die haben sich meines Erachtens nach weil ich ja schon ein bisschen Vorkenntnisse hatte haben die sich also äh sachlich äh als Therapeuten äh sehr gut und sehr richtig verhalten, das war äh eben halt immer dieses dieses begleitende! ne nich nich dieses dieses überstehende sondern dieses begleitende! Verhalten das war äh meines Erachtens nach sehr gut

1393: grundsätzlich waren also diese Therapeuten insgesamt während der gesamten Therapie über die zwei Jahre äh meines Erachtens nach also hervorragende äh Leiter der Gruppe, und Begleiter Begleiter ist vielleicht das richtigere Wort der Gruppe

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herrn Dr. Stratkötter	JA
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten	
Sich verstanden fühlen	
Hilfreiche Ratschläge	
Hilfreiches Rollenspiel	
Kritik	

Frau G:

1309: mh (Pause: 00:00:06) ja ähm das kann kann man so nicht sagen Sie waren bestimmt nicht schlecht nur wie wie ich schon eben sagte man hat vielleicht zu viel Zeit vertan um die Gruppe vielleicht auch dahin zu bringen wo man sie vielleicht gerne gehabt hätte

1315: ja ich meine ich weiß jetzt nicht welche Rolle äh die beiden gespielt haben oder spielen sollten



1318: aber ich denke mal ja wir waren ja quasi die die Akteure ne oder das war sicherlich so gemeint aber, es ist ist so schwierig zu sagen also jetzt nichts gegen gegen die beiden (...) sie hat nur wenn sie dann gemerkt hat dass wir eben lange da saßen und und nichts sagten das war dann immer so am Anfang der Stunde dann hat sie schon was gesagt oder ich ich weiß nicht ich denke es hat halt was mit der Zusammensetzung der Gruppe zu tun gehabt

Lob für Frau Dr. Bergstein  
Lob für Herrn Dr. Stratkötter  
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten  
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten  
Sich verstanden fühlen  
Hilfreiche Ratschläge  
Hilfreiches Rollenspiel  
Kritik

JA

Frau I:

487: ja mit Frau Doktor Bergstein also das war immer sehr äh, ja hilfreich einfach äh sie hat ja was sie mir sagte war immer genau! auf den Punkt und es war natürlich auch für mich manchmal äh äh es war dann manchmal unangenehm es war schmerzlich es war äh ich fühlte mich äh, ja schon wieder erkannt, oder es passiert schon wieder mh aber sie hat mich nie! so in in eine Situation gebracht wo wo sie wo ich mich so klein gemacht bewusst klein gemacht fühlte

498: sie hat einfach mich verstanden und das war, das war ganz ganz großartig

589: und äh Herr Doktor Stratkötter der auch manchmal die Gruppe allein geführt hat äh der hat das dann wenn er das allein machte dann hat er das gemacht mit so mit einem Wort 'na was haben Sie heute mitgebracht' (...) es war ein! Wort und das genügte dann

Lob für Frau Dr. Bergstein  
Lob für Herrn Dr. Stratkötter  
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten  
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten  
Sich verstanden fühlen  
Hilfreiche Ratschläge  
Hilfreiches Rollenspiel  
Kritik

JA

JA

JA

Herr J:

584: und ich hatte, auch so habe ich gedacht äh äh ein sehr gutes Verhältnis also sie (Frau Dr. Bergstein) hat ist sehr gut auf meine Dinge eingegangen und ich war der Überzeugung dass sie mir auch, sehr viel gegeben hat da

1600: weil ich denke das hilft mir schon sehr (Gespräche mit Frau Dr. Bergstein) ja weil sie mich auch kennt und sie kennt ja nun sie kennt ja die ganzen Storys und ich war auch mal mit meiner Frau hier und ich höre immer ihren Satz 'Ihre Frau ist eine ganz starke Frau' sagt sie mir das höre ich die ganze Zeit (unterdrücktes Lachen) sie hat gesagt 'sie ist ganz stark lass sie lieber, lass sie lieber machen kümmere Dich nicht drum reg Dich nicht auf ne lass sie es so machen wie sie es macht ne'

1773: äh Frau Doktor Bergstein kannte ich sie macht das macht das ja, sowieso sehr souverän und ich ja von ihr war ich einfach begeistert und ich weiß auch dass dass, äh andere Kursteilnehmer wie gesagt noch mal zurückgehend auf die Tagesklinik auch eigentlich sehr begeistert von ihr waren, sie war für mich eine Ansprechpartnerin äh der ich auch absolut alles sagen konnte

1783: und äh, ja weiß nicht, Mutter- Mutter- äh (Lachen) äh wie sagt man äh? (Übertragung) das das war sicherlich nicht aber äh sie hat ja äh selbst Familie und Kinder und und ich hatte das Gefühl die Problematik die ich ihr gegeben habe, oder die ich für mich erkannt hatte oder nicht wusste, ob ob es relevant war dass diese Dinge bei ihr gut aufgehoben waren

1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte der mir dann auch geholfen hat ne die Dinge anzugehen anders anzugehen, wie 'lassen Sie doch Ihre Frau schlafen' so

1798: hatte ich ja wenig zu tun (mit dem Therapeuten der Gruppe) (...) ja ja der saß im Prinzip ja mehr, mehr dabei und hat vielleicht nicht so viel gesagt ich sag ich mal wenn er angesprochen wurde oder die Frau Bergstein hat sich zurück genommen und er hat das dann ein bisschen gemacht

1804: aber da hab ich genauso keine Probleme gehabt nur (Husten) den hatte ich hatte ich dann auch (...) wie heißt er? Strotkötter? (...) Stratkötter ja äh ne äh da eigentlich habe ich auch keine Probleme mit gehabt, er hat nur ein bisschen provokativer gefragt

1828: Herrn Stratkötter kannte ich vorher nicht

Lob für Frau Dr. Bergstein	JA
Lob für Herr Dr. Stratkötter	
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten	JA

Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten  
 Sich verstanden fühlen  
 Hilfreiche Ratschläge  
 Hilfreiches Rollenspiel  
 Kritik

JA  
 JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Lob für Frau Dr. Bergstein	JA	JA	JA	JA	JA	JA		JA	JA
Lob für Herrn Dr. Stratkötter	JA	JA		JA	JA	JA		JA	
Gutes Verhältnis zu den Therapeuten				JA					JA
Zunehmend besserer Kontakt zum Therapeuten			JA						
Sich verstanden fühlen			JA					JA	JA
Hilfreiche Ratschläge		JA							JA
Hilfreiches Rollenspiel					JA				
Kritik							JA		

### 39. Wünsche an die Therapeuten

Frau A:

617: das einzige was ich sag vielleicht am Anfang wenn man gemerkt hat dass wer so schwerfällig war und sich nicht geöffnet haben

620: vielleicht hätte man uns nen Stups geben können (beim schwerfälligen Anfang) aber sie sagten dass wär nicht ihre Sache dass wäre unsere Sache zu reden

624: das hätte ich mir gewünscht

626: ich mein man geht ja dahin ganz blauäugig das ist der Arzt das ist der Patient und dann hilft der

635: man bekommt also kein Rezept

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt JA

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten

Herr B:

932: ja! (Wunsch nach aktiveren Therapeuten) ich glaube der Wunsch war vielleicht da äh äh dass man therapeutisch, oder man hat vielleicht gehofft dass einem

geholfen wird oder dass dass man äh, was aber glaube ich nicht üblich ist im nachhinein äh dass man Tipps mit auf dem Weg bekommt

937: konkrete Sachen+ ja so was wenn ich jetzt mit Magenschmerzen zum Internisten gehe und der verschreibt mir Tabletten aber das scheint ja wohl in der Psychiatrie glaub ich nicht so einfach zu sein einfach zu sagen jetzt gehst du nach Hause und machst dieses und jenes

948: ja eine beruhigende Empfehlung so zusagen 'hören Sie mal jetzt machen Sie das mal ruhiger und gehen das mal alles ruhiger an und, mit dem Arbeitsprozess äh das das müssen Sie sich mal eben mit beschäftigen und dann wird das auch gut gehen und so' also also diese, ich weiß nicht wie ich das nennen soll jetzt in irgendeiner so wie die Mutter ein Kind tröstet jetzt ne? (leises Lachen)

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet JA

Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert  
Keine Wünsche an die Therapeuten

Frau C:

821: ich finde das Fordern sehr wichtig und äh die beiden Ärzte, das kann ich sehr sehr gut verstehen die gehen ja ganz vorsichtig damit um das muss ja auch sein

951: wir haben das auch der Frau Doktor Bergstein und Doktor Stratkötter gesagt (...) wir wollen also auch ein bisschen härter angefasst werden von den Ärzten also dass die mal so ein bisschen ne sagen so also 'Kinder Ihr sitzt hier äh nicht zum Kaffee zu trinken äh sondern auch ein bisschen äh zu arbeiten'

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt JA

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert  
Keine Wünsche an die Therapeuten

Frau E:

509: es wurde mal in der Gruppe bemängelt also dass die Therapeuten, nicht so den Anfang gemacht haben wenn da so eine Stille war und, das wurde mal bemängelt, aber man weiß ja dass die dafür nicht da sind dafür nicht da sind für diese Pause was ja auch vorkam dann haben sie die ganze Zeit da so gesessen und kein Wort gesagt und jeder fühlte sich immer unwohler bis dann irgendwann dann doch jemand was rausgebracht hat

516: ja ja (das war manchmal ein bisschen schwierig für sie)

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt JA

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten

Herr F:

1360: es hätte manchmal etwas mehr äh gesteuert werden können äh es war

manchmal etwas zu fein 1362: in Bezug auf auf ne gewisse äh Thematik und auch!

auf gewisse Analyse vielleicht ne

1375: dass da auch äh gewisse organische Dinge eine Rolle spielen können wie

Durchblutungsstörungen und so weiter ne und äh da! wäre es vielleicht meines

Erachtens! nach noch mal ein bisschen besser gewesen wenn man da innerhalb der

Gruppe zumindest so diese Beschwerdebilder etwas mehr klassifizieren würde wo

man die aber auch! zuordnen könnte

1383: ich meine jetzt so in meinem Fall! wo ich äh so diese diese morgens zum

Beispiel diesen Schwindel so habe, und diese Benommenheit habe, dass man da

vielleicht auch mehr akzeptiert hätte oder gesagt hätte dass das auch organisch

bedingt sein kann dass das zum Beispiel neurologisch oder auch jetzt kardiologisch

bedingt sein könnte ne äh also dass ist das was ich so ein bisschen vermisse

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt JA

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert JA

Keine Wünsche an die Therapeuten

Frau G:

1252: dann hat die Dame dann zum Glück dann auch gesagt zu Frau Doktor

Bergstein ob sie denn nicht von sich aus auch mal so, uns vielleicht auch mal ein

bisschen so uns dahin bringen könnte so im Gespräch oder oder vielleicht mal

nachhakt ja?

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt JA

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten

Frau I:

575: also das hätte ich mir also ne Hilfe gewünscht (bei dem Schweigen am Anfang)

588: aber äh manchmal habe ich gedacht ja es wäre hilfreich so ein Wort so

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt JA

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten

Herr J:

1824: ne eigentlich nicht (Frage, ob er sich etwas anders gewünscht hätte)

Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt

Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt

Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet

Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert

Keine Wünsche an die Therapeuten JA

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Wunsch, dass der Therapeut das Schweigen überbrückt	JA				JA			JA	
Wunsch, dass der Therapeut die Therapie stärker führt			JA			JA	JA		
Wunsch, dass der Therapeut Trost spendet		JA							
Wunsch, dass der Therapeut Symptome auch als organisch bedingt akzeptiert						JA			
Keine Wünsche an die Therapeuten									JA

#### 40. Fortschritte und Nutzen aus der Therapie

Frau A:

402: und hat mir also wirklich gut getan

404: man merkt auch dass ich nicht der einzige Mensch bin der Kummer hat und sich Sorgen macht

407: man redet mit anderen. man kriegt mit dass andere auch schlimme Sorgen haben und

412: ja. das hilft einem genauso wenn man über andere redet als wenn man über sich selbst redet meine ich

569: reden können (über Gefühle und Hilfsbedürftigkeit)

Therapie hat geholfen JA

Kein Unterschied mit oder ohne Therapie

Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis

Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie

Lernen durch Austausch JA

Lernen durch Beobachtung

Erworbene Kompetenzen:

Sich zurücknehmen

Mit eigenen Fehlern umgehen

Auf andere eingehen

Herr B:

129: die Schlafstörungen haben äh nachgelassen (...) das muss ich sagen ich hab also da bin ich jetzt etwas gelassener

290: ist an für sich+ gleich geblieben (sein Problem)

733: da habe ich äh so ein bisschen von Frau Bergstein äh mitbekommen dass sie sagt 'das Wichtigste ist, Deine Persönlichkeit nicht was der andere macht sondern

Du muss damit zurecht kommen' 743: das habe ich ein bisschen von Frau Bergstein mitbekommen und auf dem Weg möchte ich gerne bleiben

Therapie hat geholfen

Kein Unterschied mit oder ohne Therapie JA

Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis

Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie

Lernen durch Austausch

Lernen durch Beobachtung

Erworbene Kompetenzen:

Sich zurücknehmen

Mit eigenen Fehlern umgehen

Auf andere eingehen

Frau C:

204: ja ja und äh von diesem Muster oder aus diesem Muster bin ich ganz stark dabei mich zu befreien und äh also ich bin nicht mehr die diese ganz liebe und und die nun alles die immer nur ja sagt und ich muss sagen damit geht's mir besser

245: es geht so ein bisschen in eine andere in eine andere Schiene (andere

Wertung ihrer Beschwerden)

304: und in diesem jetzt, da fühl ich mich wohler

315: und äh ich denke ich hab die ein bisschen besser im Griff, so dass ich ihr auch was widersetzen kann und sage 'ne meine Gute, komm'

383: ich habe immer sehr sehr viel aus dem Austausch gelernt.

413: ich habe inzwischen gelernt (...) heute kann ich dann schon mal drei vier Tage sagen ich hab ich also keine Lust ich sage mal ich gehe eher meinen Bedürfnissen nach (zu E-mail-Antworten)

465: und wenn's dann eben zwei Minuten nach ist ist ja gut dann ist es eben auch in Ordnung (zu Überpünktlichkeit) 468: also ich habe! das Maß! äh besser gefunden

906: also ich muss sagen ich hab mich sehr zurück genommen das hab ich auch gelernt (lautes Lachen) im nachhinein

Therapie hat geholfen	JA
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie	
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis	
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie	JA
Lernen durch Austausch	JA
Lernen durch Beobachtung	

Erworbene Kompetenzen:

Sich zurücknehmen	JA
-------------------	----

Mit eigenen Fehlern umgehen	JA
-----------------------------	----

Auf andere eingehen	
---------------------	--

Herr D:

314: ich habe also nicht mehr diese diese diese extreme äh Panik

1155: und heute kann ich also mal dagegen gucken und sagen 'Mensch Meyer, es gibt wichtigere Dinge' Du kannst auch mal äh äh durch ein schmutziges Fenster gucken

1212: es geht mir nicht schlechter dadurch dass ich jetzt etwa im Moment nicht in einer Gruppe bin

1263: das also für mich auch immer sehr interessant so andere, Blickrichtungen zu sehen oder warum die da sind

1293: weil ich diesen Mut aufbringen musste, für mich mich der Gruppe zu stellen dass ich darüber rede wie es mir ging (...) das hätte ich ja nie gedacht bei der stationären Behandlung dass ich sagte ich bin wegen Depressionen hier und äh äh äh und was auch immer, und das! war auf alle Fälle gut

1418: in meiner Depressionsphase oder während meiner Depressionsphase äh da konnte ich nicht so gut auf äh Menschen, eingehen aber das das habe ich jetzt in der Gruppe habe ich das also fällt mir jetzt spontan ein gelernt dass ich also wieder mich



mit Problemen anderer äh beschäftigen kann und darüber nachdenken kann und während meiner (depressiven) Phasen, war es ja so das war mir ganz, egal! sag ich's mal so 1453: das war das das ist also sehr gut gewesen für mich meiner Ansicht nach wo Sie das jetzt ansprechen weil ich das auch so ein bisschen verlernt hatte.

Therapie hat geholfen	
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie	JA
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis	
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie	
Lernen durch Austausch	
Lernen durch Beobachtung	JA
Erworbene Kompetenzen:	
Sich zurücknehmen	
Mit eigenen Fehlern umgehen	JA
Auf andere eingehen	JA

Frau E:

426: ja ja natürlich ich habe schon einiges für mich, versucht also was ich anwenden kann, aber Theorie und Praxis (die klaffen noch auseinander)

Therapie hat geholfen	
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie	
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis	JA
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie	
Lernen durch Austausch	
Lernen durch Beobachtung	

Erworbene Kompetenzen:	
Sich zurücknehmen	
Mit eigenen Fehlern umgehen	
Auf andere eingehen	

Herr F:

20: wenn ich mich jetzt auf den Zustand beziehe nach der nach der Therapie dann äh muss ich sagen dass es mir da eigentlich recht gut ging dass ich da also, auch bedingt teilweise durch die Therapie Fortschritte gemacht habe und meine Psyche stabilisieren konnte

1500: und wenn ich dann dieses dieses Produkt der Einzelnen das sich aus den unterschiedlichen äh Kriterien ergibt sehe, also insbesondere wie zum Beispiel derjenige damit umgeht dann ist das für mich eine Hilfe, kann das für mich eine Hilfe sein

1760: anfangs war ich schwer krank hatte eine starke Krise und während der Zeit, bin ich äh so meine ich fast äh wieder vollkommen gesundet ne wobei ich also diesem Kurs sehr viel Bedeutung beimesse

1798: hinsichtlich dieses wohltuenden! Effektes auch des wie halt der Gesundheit des Gesundheitseffektes der erkannt wurde von mir eindeutig!

Therapie hat geholfen JA  
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie  
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis  
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie  
Lernen durch Austausch  
Lernen durch Beobachtung

Erworbene Kompetenzen:  
Sich zurücknehmen  
Mit eigenen Fehlern umgehen  
Auf andere eingehen

Frau G:

22: also jetzt nach der Gruppe äh ist es mir nicht anders gegangen wie während der Gruppenzeit

Therapie hat geholfen  
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie JA  
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis  
Lernen durch Austausch  
Lernen durch Beobachtung  
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie

Erworbene Kompetenzen:  
Sich zurücknehmen  
Mit eigenen Fehlern umgehen  
Auf andere eingehen

Frau I:

44: und das hat sich ja dann so ganz allmählich hat sich das dann so gegeben (...) hat sich dann gelöst (die Schmerzen und die Ängste vor den Schmerzen)

66: ja das macht natürlich sehr viel aus für für's ganze Leben ich kann mich wieder bewegen ich kann was unternehmen ich kann verreisen was ich damals alles nicht konnte also das hat sich dann schon aber es ist jetzt schon so normal für mich schon seit langem

75: ja es ist schon also es ist schon+ so in Vergessenheit geraten die Gedanken die ich sonst damals hatte immer so ne Angst innerlich also es könnte wieder kommen also das ist weg

84: ja hin und wieder merke ich das und das ist so dass ich das dann im Auge behalten muss also die Schmerzen und ich weiß genau woher die kommen

125: und ich hab damals immer gedacht ich kann irgendwie noch helfen (ihrer Tochter mit ihren Eheproblemen) aber das war nicht so also das hab ich wirklich gelernt, auch in der Gruppe gelernt dass ich da nicht helfen kann ich kann bereit sein immer bereit sein wenn sie mich braucht aber von mir aus kann ich da nicht, viel machen

166: ja sicher auch durch die Gruppe (hat sich etwas verändert) natürlich es waren immer es bleibt immer was hängen

782: ich bin froh dass ich das gemacht habe dass ich die Erfahrung gemacht habe, in der Gruppe

787: natürlich hab ich das (die Gruppe nutzen können)

791: ich hab Ihnen ja meine Schwierigkeiten geschildert aber dennoch, äh hat mir das also schon einiges gebracht.

Therapie hat geholfen	JA
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie	
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis	
Lernen durch Austausch	
Lernen durch Beobachtung	
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie	

Erworbene Kompetenzen:

Sich zurücknehmen	
Mit eigenen Fehlern umgehen	JA
Auf andere eingehen	

Herr J:

204: das war aber erst so zum Schluss als ich das dann so bemerkte, äh weil ich es grundsätzlich nicht schlecht für mich fand es kommen überall äh äh Dinge auf wo man denkt 'ah ha, die machen das so oder oder sind da so mit umgegangen et cetera'

678: nö da ging es mir eigentlich in der ganzen Zeit ging es mir eigentlich relativ gut (während der Gruppenzeit bezogen auf seine körperlichen Beschwerden)

1791: und dass sie mir dann auch, fachlich einen guten Rat geben konnte (Frau Dr. Bergstein) der mir dann auch geholfen hat ne

Therapie hat geholfen	JA
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie	
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis	
Lernen durch Austausch	

Lernen durch Beobachtung JA  
 Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie

Erworbene Kompetenzen:  
 Sich zurücknehmen  
 Mit eigenen Fehlern umgehen  
 Auf andere eingehen

	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Therapie hat geholfen	JA		JA			JA		JA	JA
Kein Unterschied mit oder ohne Therapie		JA		JA			JA		
Fehlende Umsetzung von theoretischem Wissen in Praxis					JA				
Lernen durch Austausch	JA		JA						
Lernen durch Beobachtung				JA					JA
Veränderungen im praktischen Leben durch Therapie			JA						
Erworbene Kompetenzen:									
Sich zurücknehmen			JA						
Mit eigenen Fehlern umgehen			JA	JA				JA	
Auf andere eingehen				JA					

### 41. Wunsch nach Fortsetzung einer Therapie

Frau A:

19: also im Moment könnte ich's gut gebrauchen (die Gruppe)

Aktueller Wunsch nach Hilfe JA  
 Wunsch nach neuer Gruppentherapie JA  
 Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie  
 Ablehnen einer neuen Gruppentherapie  
 Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend  
 Ausscheiden aus der Gruppentherapie  
 Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
 Wunsch nach Einzelgesprächen

Herr B:

857: äh hätte mich aber jetzt wieder angemeldet

Aktueller Wunsch nach Hilfe  
 Wunsch nach neuer Gruppentherapie JA

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie  
Ablehnen einer neuen Gruppentherapie  
Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend  
Ausscheiden aus der Gruppentherapie  
Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
Wunsch nach Einzelgesprächen

Frau C:

380: also ich würde wahnsinnig gerne eben wieder in in eine Gruppe gehen äh oder eine Selbsthilfegruppe gründen mit Menschen die ähnliche Schwierigkeiten +haben

780: gerade im Alter ist man ja auch äh mit sich ein bisschen mehr alleine als in jungen Jahren und da fänd ich's nun wieder schön wenn eine Gruppe zustande kommen würde, die eben sag ich mal schon ein bisschen Vorkenntnisse hätte

814: ich fänd es sehr sehr schön wenn also noch mal irgendwie was zustande kommen würde äh wo eben schon ein bisschen Vorkenntnisse da sind

886: und äh äh weil ich selber dankbar bin wenn in großer Not jemand da ist

1116: das würde mich also als erstes ganz ganz stark interessieren (neue Gruppe)

1241: ich würde mich nur freuen wenn noch mal so eine Gruppe entstehen würde da würde ich mich sehr freuen

Aktueller Wunsch nach Hilfe

Wunsch nach neuer Gruppentherapie JA

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend

Ausscheiden aus der Gruppentherapie

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

Wunsch nach Einzelgesprächen

Herr D:

20: 'wer möchte denn weitermachen?' (neue Gruppe) und dann habe ich das auch überlegt und habe gesagt ja ich hätte auch schon Interesse dran

28: ich wollte mich da nicht selbst so pushen und sagen 'ja wann geht das denn jetzt wieder los ich brauche es' (neue Gruppe)

1201: und jetzt äh äh merk ich so an mir, es war auch bei der Gruppe immer so ein bisschen ein Druck da also ich hab mich also auch da! so ein bisschen unter Druck gesetzt da musst du da hinfahren dann musst du da präsent sein dann musst du über dich erzählen dann musst du zuhören und das war also jetzt mal so das klingt jetzt zwar auch sehr sehr äh äh faul oder sehr ich war sehr äh ich war mal ganz froh, damit nichts zu tun zu haben

1212: es geht mir nicht schlechter dadurch dass ich jetzt etwa im Moment nicht in einer Gruppe bin

1266: im Moment bin ich äh wüsste ich nicht wie ich reagieren sollte wenn ich gefragt werde

Aktueller Wunsch nach Hilfe  
Wunsch nach neuer Gruppentherapie  
Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie           JA  
Ablehnen einer neuen Gruppentherapie  
Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend  
Ausscheiden aus der Gruppentherapie  
Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
Wunsch nach Einzelgesprächen

Frau E:

399: es war wirklich eine einmalige Chance aber ich weiß wenn es nochmal, wäre ich würde es wahrscheinlich wieder nicht nutzen können zu 28

Aktueller Wunsch nach Hilfe  
Wunsch nach neuer Gruppentherapie  
Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie  
Ablehnen einer neuen Gruppentherapie  
Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend  
Ausscheiden aus der Gruppentherapie  
Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
Wunsch nach Einzelgesprächen

Herr F:

1333: die (seine psychosomatischen Beschwerden) mir einfach fast keine andere Wahl! ließen als mir Hilfe von außen zu holen

1772: ich hätte normalerweise noch weiter machen können

1800: sonst hätte ich das auf jeden Fall noch weiter gemacht und ich wäre sehr glücklich wenn eine ähnliche Einrichtung hier im Bereich der Uni wäre ne

1946: und ich persönlich äh bin wieder auf der Suche, nach so einer Gesprächsgruppe wie es da oben halt der Fall war

Aktueller Wunsch nach Hilfe  
Wunsch nach neuer Gruppentherapie           JA  
Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie  
Ablehnen einer neuen Gruppentherapie  
Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend  
Ausscheiden aus der Gruppentherapie  
Bei erneuter Wahl Einzeltherapie  
Wunsch nach Einzelgesprächen

Frau G:

5: ich hab das ja abgebrochen

1055: also ich wie gesagt ich hab dann halt gedacht komm warum musste Dir das jede Woche antun und man ist da schon hingefahren so nach dem Motto 'oh Gott wer weiß was es diese Woche wieder gibt' ja

1072: und da hab ich gedacht 'musst du dir das eigentlich alles antun? musst du eigentlich hier eigentlich Rede und Antwort stehen warum und wieso? das willst du doch alles gar nicht'

1100: das ist gewesen und äh ich versuche das weit weg zu tun in die hinterste Schublade am besten spricht mich da niemand drauf an

1176: in der ersten Woche das war direkt nach dem stationären Aufenthalt hab ich ja darum gebeten dass ich irgendwie in eine Gruppe rein könnte das war mir ganz wichtig nicht nach Hause zu gehen und wieder in den alten Sumpf zu verfallen sondern dass man sich irgendwie sich mit anderen vielleicht austauscht oder was auch immer ich hab ja keine Vorstellung davon

1329: also ich denk mal wenn ich noch mal wählen dürfte oder sollte ich würde mich natürlich dann eher für ein Einzel- eine Einzeltherapie entscheiden ja ich weiß jetzt auch nicht ob das was bringt

1337: aber ich denke mal nicht mehr in einer Gruppe das ist vertane Zeit ja

1339: also für mich vielleicht hätte ich dann lieber äh sage ich mal so Stunde zwei geballt und dann vielleicht vier fünf mal hinter einander und dann ist es erst mal gut

Aktueller Wunsch nach Hilfe

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

JA

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend

Ausscheiden aus der Gruppentherapie

JA

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

JA

Wunsch nach Einzelgesprächen

Frau I:

172: ich hätte manchmal gerne auch so ein Einzelgespräch gehabt

534: nun ja also da auszusteigen das hätte ich da bin ich eigentlich nie auf die Idee gekommen

544: ich würde es auch noch mal machen denn ich setz mal voraus alles wäre so wie es auch damals war

549: aber, äh es war auch für mich dann abgelaufen es war auch für mich die Zeit war dann auch zu Ende also ich hätte nicht weitermachen wollen

Aktueller Wunsch nach Hilfe

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend JA

Ausscheiden aus der Gruppentherapie

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

Wunsch nach Einzelgesprächen JA

Herr J:

73: warum ich das dann noch mal aufgenommen habe (nach dem Stationären Aufenthalt) weil ich glaubte es könnte mir nicht schaden

533: und dann habe ich die Frau Doktor, Joksimovic (...) angerufen am Telefon und das war am Wochenende ob ich, mal kurz zu ihr kommen könnte oder so um einfach kopfmäßig klar zu kommen 543: hatte sich aber dann nicht gemeldet hat sich aber dann, Tag Montag oder Dienstag irgendwann wieder gemeldet da habe ich dann aber wieder nichts mehr mit anfangen können weil ich die Telefonnummer sah und dachte 'die hat sich nicht gemeldet'

558: und das gleiche habe ich vor vor ein paar Wochen jetzt, vor vor ne vor eineinhalb Wochen war das da habe ich versucht die Frau Doktor Bergstein anzurufen am nächsten Morgen 566: war nicht so dramatisch wie wie da aber ich hatte aber ich wollte das nicht nicht eskalieren! lassen

1598: und die Frau Doktor Bergstein hatte mir ja auch mal angeboten (Einzelgespräche) äh, mal! wäre das kein Problem so aber äh auf das mal werde ich sicherlich noch mal versuchen zurück zu kommen und ich würde das schon gerne haben weil ich denke das hilft mir schon sehr

1622: anfangs habe ich gedacht ich brauche das nicht aber ich denke das wäre, wäre ganz gut gewesen wenn da noch mal wieder was, gekommen wäre

Aktueller Wunsch nach Hilfe

JA

Wunsch nach neuer Gruppentherapie

Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie

Ablehnen einer neuen Gruppentherapie

Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend

Ausscheiden aus der Gruppentherapie

Bei erneuter Wahl Einzeltherapie

Wunsch nach Einzelgesprächen JA



	A	B	C	D	E	F	G	I	J
Aktueller Wunsch nach Hilfe	JA								JA
Wunsch nach neuer Gruppentherapie	JA	JA	JA			JA			
Unentschiedenheit bezüglich neuer Gruppentherapie				JA					
Ablehnen einer neuen Gruppentherapie							JA		
Gruppentherapie war erfolgreich und damit ausreichend								JA	
Ausscheiden aus der Gruppentherapie							JA		
Bei erneuter Wahl Einzeltherapie							JA		
Wunsch nach Einzelgesprächen								JA	JA