



Freigesetzt und doch verbunden – die große Kraft des »In-Between«

Ambivalenz bedeutet Mehrdeutigkeit, Widersprüchlichkeit,
Ungewissheit – gerade auch in Übergangsphasen des Lebens.
Liegt darin eine besondere Chance?

von Insa Fooker

Er ist ein wenig Mode geworden in der Alltagssprache: der Begriff der Ambivalenz. In Psychologie und Soziologie gilt er als ein hilfreiches Konzept für die Betrachtung von Übergangphasen in Leben und Gesellschaft. Das Pilotprojekt ALMA an der Goethe-Universität greift darauf zurück, um die Situation alleinlebender Männer im Alter besser verstehen zu können.

Gerne wird in unseren postmodernen Zeiten die Gesellschaftsdiagnose Ambivalenz gestellt – insbesondere in Zusammenhang mit Prozessen globalisierter Verunsicherung und dem Verlust von Eindeutigkeit (Bauman, 1995). Der alltagsprachliche Gebrauch des Begriffs der Ambivalenz betont vor allem die belastenden Begleiterscheinungen des Phänomens. Bei Menschen, die Ambivalenz erleben, wird fast automatisch unterstellt, dass sie das als unbehagliche Zwiespältigkeit, also negativ empfinden. Menschen wiederum, die sich selbst ambivalent verhalten, stehen stets im Verdacht, dass das für das soziale Umfeld oft Unzuverlässigkeit bedeutet. Ambivalenz scheint für Betroffene eine Form psychischer Zerrissenheit mit sich zu bringen: Sie schwanken zwischen verschiedenen Bedürfnissen (motivationale Ebene), wissen nicht, was sie wollen (volitionale Ebene), haben keine klaren Meinungen und Überzeugungen (kognitive Ebene), sind hin- und hergerissen zwischen positiven und negativen Gefühlen (affektiv-emotionale Ebene), sind entscheidungsschwach und handlungsunfähig (Verhaltensebene), kurzum: Wetterfähnchen oder Wackelpudding.

Ambiguität gehört zum Leben

Das Entstehungs- und Wirkungsfeld der Ambivalenz kann auch anders beschrieben werden.

Lebensverhältnisse sind in der Tat – mal mehr, mal weniger – von Ambiguität bestimmt, das heißt, sie sind nicht selten vieldeutig und widersprüchlich. Die meisten Menschen machen immer mal wieder die Erfahrung von Ambivalenz. Bereitschaft und Fähigkeit, damit umzugehen, sind jedoch durchaus unterschiedlich ausgeprägt.

Ein besonders ambivalenzträchtiges Feld hat der Schweizer Soziologe Kurt Lüscher am Beispiel der komplexen Dynamik von Beziehungen zwischen den Generationen untersucht. Sein Resümee: Statt sich auf den normativen Aspekt der Generationensolidarität zu fixieren – nach dem Prinzip, der Starke möge dem Schwachen helfen –, sei es lohnender, die diesen Beziehungsstrukturen innewohnende Ambivalenz auszuloten und sie als Potenzial zu verstehen. Das Bewusstsein, dass Ambivalenz die gleichzeitige Ausprägung von Gegensätzen (beispielsweise Bedürfnisse nach Nähe *und* Distanz, nach Beibehaltung *und* Veränderung) ist, kann eine Chance darstellen. Die Chance, mit Zwiespalt oder Widersprüchlichkeit umzugehen, ohne eine Seite (dauerhaft) abzuspalten oder beide Möglichkeiten (vorschnell) zu »vereindeutigen«. Nach Lüscher (2012) sind Menschen als »homines ambivalentes« prinzipiell ambivalenzfähig. So scheint es gerade nicht die Abwehr der Ambivalenz zu sein, die Menschen befähigt, mit Unwägbarkeiten umzugehen, sondern die *Sensibilität* und auch in gewisser Weise die Toleranz gegenüber dem Ambivalenten. Hier lässt sich auch eine Verbindung ziehen zu einer Definition des Konzepts der *Resilienz* als Regulationsfähigkeit (Fookan, 2016).

Annäherungen an eine wissenschaftliche Definition

Im wissenschaftlichen Kontext stellt Ambivalenz ein eher junges Konzept dar, das erst Anfang des 20. Jahrhunderts Eingang in die Diskurse von Psychiatrie und Psychoanalyse fand und später



Die Autorin

Prof. Dr. Insa Fooker, 70, hat an der Universität Bonn Psychologie, Soziologie, Ethologie und Psychopathologie studiert. Nach dem Diplom folgten eine Therapieausbildung und eine praktische klinisch-psychologische Tätigkeit, bevor sie an die Universität zurückkehrte, um an einem gerontologischen Längsschnittprojekt mitzuwirken. Für ihre Arbeiten zum Thema »Frauen und weibliche Entwicklung im Alter« erhielt sie mehrere Preise. 1992 bis 2013 war Fooker Professorin für Entwicklungspsychologie (der Lebensspanne) an der Universität Siegen, seit 2015/16 arbeitet sie als Seniorprofessorin im Fachbereich Erziehungswissenschaften an der Goethe-Universität. Ihre Forschungsschwerpunkte sind u. a. Altern und Gender, Kriegskinder im Alter, »spätere« Scheidungen, soziale Beziehungen, Resilienz, Ambivalenz, Bedeutung von Puppen in Kultur und Lebensverlauf.

fooker@psychologie.uni-siegen.de

dann in der Soziologie und in gesellschaftsanalytischen Arbeiten aufgegriffen wurde. In einer aktuellen Standortbestimmung würdigt Lüscher Ambivalenz als ein »sensibilisierendes Konstrukt«, das latente Zusammenhänge zwischen unterschiedlichen Forschungszugängen aufzeigen und zudem gut für Reanalysen von bereits vorliegenden Forschungsergebnissen genutzt werden könne. Er hat ein heuristisches Modell entwickelt, in dem vor allem der Prozess des »Vaszillierens« eine zentrale Rolle spielt (Lüscher, 2016). Mit diesem aus dem Englischen abgeleiteten Begriff sind oszillierende, hin- und herwechselnde Suchbewegungen genauso gemeint wie solche der zeitlichen Verlangsamung oder Beschleunigung in Form von Zweifeln, Zaudern oder sprunghaften Schüben. Pragmatisch wird Ambivalenz und der Umgang damit definiert als die »Erfahrungen des Vaszillierens zwischen entgegengesetzten

Polen des Fühlens, Denkens, Wollens und sozialer Strukturen in der handlungsrelevanten Suche nach dem Sinn sozialer Beziehungen, [...] die für Entfaltung und Veränderung von Facetten persönlicher und kollektiver Identitäten bedeutsam sind« (Lüscher, 2016, S. 124).

Die Idee der Ambivalenz ermöglicht ein besseres Verständnis verschiedener Lebensphasen, da sie eine Betrachtungsweise darstellt, die nicht in der Einseitigkeit eines Entweder-oder stecken bleibt, sondern auf ein mehrdeutiges Dazwischen verweist. Wendet man das Ambivalenzkonzept auf bereits vorhandene Erkenntnisse an, können neue Einblicke gewonnen werden. So schärfte die Einbeziehung der Ambivalenzperspektive den Blick für »vaszillierende« Suchbewegungen nach »Zwischen-Lösungen« bei Scheidungen nach langjährigen Ehen (Fooker, 2014). Selbst so unterschiedliche Forschungsthemen wie »Puppen in der Entwicklung von Kindern«, »Persönliche Dinge beim Umzug ins Altenheim« und »Dinge auf ihrem Weg zum Erbstück« erwiesen sich unter Rückgriff auf das Ambivalenzkonzept als strukturell ähnlich – es sind Mensch-Ding-Beziehungen in Übergangskontexten, es sind damit »Spielräume«, denen die besondere Qualität eines offenen, aber ungewissen »Dazwischen« zu eigen ist (Fooker, Depner u. Pietsch-Lindt, 2016).

Ambivalenz und Alter(n)sthemen

Die Idee der Ambivalenz ermöglicht auch ein besonderes Verständnis vom Alter(n) als Spannungsfeld zwischen Produktivitäts- und

Belastungsperspektiven (Aner & Fooker, 2016). Als der 2011 gegründete Interdisziplinäre Arbeitskreis Ambivalenz (IAA) beim Arbeitsbereich Interdisziplinäre Alternswissenschaft (IAW) am Fachbereich Erziehungswissenschaften der Goethe-Universität anfragte, ob man nicht gemeinsam ein Symposium zum Thema »Ambivalenzen: Altern und biographische Übergänge« ausrichten wolle, haben Frank Oswald als Leiter des IAW und Vertreter einer Ökologischen Gerontologie, Miranda Leontowitsch als Soziologin und Insa Fooker als Seniorprofessorin und Entwicklungspsychologin der Lebensspanne im Februar 2018 spontan zugesagt.

Das IAW repräsentiert eine Vielzahl unterschiedlicher disziplinärer Kompetenzen, die eine gemeinsame Klammer haben: Alternsprozesse werden als Formen und Varianten des dynamischen Wechselspiels und Austausches zwischen Person und Umwelt betrachtet (Oswald, Himmelsbach u. Kaspar, 2012). Dieser Blick auf die Lebensphase des (höheren) Erwachsenenalters bringt Aspekte zutage, die oft im Kontext von (ambivalenzträchtigen) Übergängen und Austauschprozessen stehen: auf der einen Seite Brüche, Ungewissheit, Verletzlichkeit, Risiken, auf der anderen Seite das menschliche Bedürfnis nach Verlässlichkeit, Vertrauen, Wohlbefinden, Kontinuität, gerade angesichts des allgegenwärtigen Wandels in den institutionellen und sozialen Rahmenbedingungen und Ökologien menschlicher Entwicklungsprozesse.

Ambivalenzen alleinlebender Männer

Das Pilotprojekt ALMA (»Alleinlebende Männer im Alter«), initiiert von Miranda Leontowitsch unter Beteiligung von Frank Oswald und Insa Fooker, hat 2016 zunächst nicht unter dem Vorzeichen des Ambivalenzkonzepts begonnen. Zentraler Fokus des vom Hessischen Ministerium für Wissenschaft und Kunst geförderten Projekts war die Frage nach »neuen Geschlechterverhältnissen im Alter«, insbesondere nach möglichen »neuen Männlichkeiten« (Leontowitsch, 2017). Grundlage der Studie sind neben statistischen Daten zu alleinlebenden Männern in Frankfurt am Main sowohl Experten-Interviews als auch narrative Interviews mit älteren alleinlebenden Männern aus unterschiedlichen Milieus.

Drei Betrachtungsaspekte werden im Folgenden herausgegriffen, die deutlich machen, wie der Forschungsblick auf Alternsprozesse und Transitionen unter

Rückgriff auf das Ambivalenzkonzept in einer besonderen Weise erweitert und geschärft wird:

1. Unübersichtliche, widersprüchliche, ambivalenzträchtige Ausgangslagen:

Sowohl für Professionelle in den Bereichen von Altenarbeit und Altenbildung als auch für die Betroffenen selber sorgt die neue Heterogenität in der stark wachsenden Gruppe alleinlebender älterer Männer für eine uneinheitliche, ambivalenzträchtige Ausgangslage.

Lange Zeit galten alleinlebende Männer als eine (zahlenmäßig kleine) gesellschaftliche Problemgruppe, gekennzeichnet durch körperliche und psychische Gefährdung, hohe Suizidraten, geringe soziale und emotionale Kompetenzen, soziale Isolation. Dieses defizitäre Profil hat durchaus noch seine Berechtigung, daneben gibt es mittlerweile aber viele Varianten und Bilder neuer und alternativer Männlichkeiten: mehr Wohlbefinden; mehr Freundschaften; bessere Kompetenzen, mit sozialem Verlust und Trauer umzugehen; mehr Pflege-tätigkeit von Männern; partielle Wahrnehmung schwuler Männer im Alter. Die neuen Diskurse, »anders« zu altern, fordern aber eine bewusstere Selbst-Verortung.

Nicht zu unterschätzen ist ein anderes ambivalenzträchtiges Problem: Gemäß der These der Geschlechter-Hierarchisierung geht man davon aus, dass Männer durch ihre Geschlechtszugehörigkeit im Vergleich zu Frauen tendenziell immer noch mehr Privilegien erfahren. Das gilt besonders für die Berufswelt als einen zentralen Ort traditionell männlich bestimmter Lebenswelten. Mit dem Übergang in den Ruhestand erfahren Männer somit eine »Ausgliederung« aus dem Bereich, der für männliche Identität



In dieser Comicserie sind mal nicht die Jungen, Schönen und Dynamischen die Protagonisten, sondern etwas kauzige alte Herren.

Wilfrid Lupano (Autor), Paul Cauuet (Zeichner): Die alten Knacker. Band 1: Die übrig bleiben, erschienen im Splitter-Verlag 2015.



Das ALMA-Team forscht über alleinlebende Männer im Alter. v. l.: Rafaela Werny (Promotionsstipendiatin am Frankfurter Forum für interdisziplinäre Alternsforschung – FFIA), Dr. Miranda Leontowitsch, Prof. Insa Fooker, und Prof. Frank Oswald

Literatur

Aner, K., Fookan, I.: *Alter(n) und Ambivalenz*, Editorial, Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 49 (1), 2016, S. 1-2.

Bauman, Z.: *Moderne und Ambivalenz. Das Ende der Eindeutigkeit*, Frankfurt am Main, Fischer, 1995.

Fookan, I.,: *Lähmend oder sinnstiftend? Ambivalenzerfahrungen bei »späten Scheidungen« und Trennungsvorstellungen in langjährigen Beziehungen*, Familiendynamik, 39 (2), 2014, S. 96-105.

Fookan, I.: *Psychologische Perspektiven der Resilienzforschung*, in: R. Wink (Hrsg.), *Multi-disziplinäre Perspektiven der Resilienzforschung*, Wiesbaden: Springer, 2016, S. 13-45.

Fookan, I., Depner, A., Pietsch-Lindt, U.: *»Betwixt things« – Das Ambivalente der Dinge in Übergangskontexten*, Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation, 36 (2), 2016, S. 149-163.

Leontowitsch, M.: *Altern ist nicht nur weiblich. Das Alter als Feld neuer Männlichkeiten*, in: T. Denninger, L. Schütz (Hrsg.), *Alter(n) und Geschlecht. Neuverhandlungen eines sozialen Zusammenhangs*, Münster: Westfälisches Dampfboot, 2017, S. 108-130.

Lüscher, K.: *Menschen als »homines ambivalentes«*, in: D. Korczak (Hrsg.), *Ambivalenzerfahrungen*, Kröning: Asanger, 2012, S. 11-32.

Lüscher, K.: *Sozialisation und Ambivalenzen. Bausteine eines Vademekums*, Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation, 36 (2), 2016, S. 118-136.

Oswald, F., Himmelsbach, I., Kaspar, R.: *Der Arbeitsbereich Interdisziplinäre Alterswissenschaft am Fachbereich Erziehungswissenschaften der Goethe-Universität Frankfurt am Main*, Psychotherapie im Alter, 9(3), 2012, S. 407-412.

Schlingensief, C.: *Deutscher Pavillon*, 54, in: S. Gaensheimer (Hrsg.), *Internationale Kunstausstellung, La Biennale Di Venezia*, Köln: KiWi., 2011, S. 328.

besonders wichtig ist. Sie werden damit nicht nur in die für sie neue Gruppe »der Alten« eingegliedert, sondern sie erfahren diese Transition als eine beginnende Randständigkeit und erleben zuweilen das Gefühl einer »Depotenzierung«. Dabei sind sich viele Männer gleichzeitig mehr oder weniger darüber im Klaren, dass das auch eine Freisetzung aus bisherigen Zwängen bedeuten kann. Dadurch entsteht eine Art Zwickmühle: So findet sich einerseits das Altersbild einer

AUF DEN PUNKT GEBRACHT

- In der Alltagssprache ist Ambivalenz oft negativ getönt: Wer Ambivalenz erlebt, ist hin- und hergerissen. Wer sich ambivalent verhält, gilt leicht als entscheidungsunfähig.
- Nach dem Schweizer Soziologen Kurt Lüscher sind Menschen grundsätzlich ambivalenzfähig. Wer Widersprüchlichkeit zulassen und damit umgehen kann, ist offener.
- In der Psychologie erlaubt das Konzept der Ambivalenz, menschliche Vielschichtigkeit in allen Lebensphasen besser zu verstehen. Bereits vorhandene Forschungserkenntnisse können mit der „Ambivalenzbrille“ neu präzisiert werden.
- Der interdisziplinäre Arbeitskreis „Alleinlebende Männer im Alter“ am Fachbereich Erziehungswissenschaften hat gezeigt: Die Abwehr von Ambivalenz bietet nur kurzfristig Sicherheit, unrealistische Eindeutigkeit erweist sich oft als Illusion, die Menschen schwächt.

»bedrohten Männlichkeit« (alt; allein; körperlicher Abbau; Adressat von Hilfeleistungen und Pflege; sexuelle Beeinträchtigung) wie andererseits auch das Bild der Herausforderung angesichts des Wandels traditioneller Männlichkeit (Reflexion von Alternsprozessen und Bewusstsein eines »neuen, anderen Alters«; gelingendes Alleinleben; neue Beziehungsmöglichkeiten; stärkere Akzeptanz von Beratung und Therapie).

2. Spezifische Formen und Konstellationen »des Ambivalenten« im subjektiven Erleben des Einzelnen: Obgleich Ambivalenzerleben als solches von den Befragten nicht explizit genannt wird, scheinen durch das Gewährwerden des eigenen Alters lebensgeschichtlich eingebettete Ambivalenz-Narrative im Alter wieder »aufzuwachen«, die zu Beginn des frühen Erwachsenenalters eine

Rolle spielten, dann aber in der »Rushhour« der mittleren Jahre durch andere Themen überdeckt waren. Diese Narrative haben alle etwas mit subjektiven Konstruktionen von Männlichkeit zu tun, die »vaszillierend« neu aufgerollt werden. So ließ sich beispielsweise erkennen, dass mit dem »Dilemma der Generativität«, also der abgewehrten oder hinausgeschobenen Kinderfrage einerseits und des Gewährwerdens der Kinderlosigkeit im Alter andererseits, neu umgegangen wird. Ein anderes wichtiges Thema war der mit der Realisierung von Altersanzeichen wieder einsetzende »Intimitäts-Konflikt« zwischen der Sehnsucht nach gleichberechtigter Liebe und dem Wunsch nach Unterordnung der Frau. Ein weiteres Beispiel verwies auf die Wiederkehr einer sich selbst gestellten »Verantwortlichkeitsfalle« im Sinne überhöhter Pflichtgefühle und daraus resultierender Überforderung durch ständiges Sich-Kümmern um andere.

3. Der unterschiedliche Umgang mit »dem Ambivalenten«:

Werden Ambivalenzen als Chance oder Risiko empfunden? Welche Konsequenzen hat möglicherweise die Abwehr von Ambivalenz? Berichte über die eigene Lebensgeschichte sind nur selten in sich völlig stimmig, sondern verweisen auf Widersprüche in der Alltagsgestaltung, in den sozialen Beziehungen, den Bedürfnissen, Plänen, Befürchtungen und Bilanzierungen. Bewertet man diese narrative Unstimmigkeit als »vaszillierende« Suchbewegungen, dann drückt sich genau hier eine Sensibilität gegenüber »dem Ambivalenten« in den eigenen Lebenszusammenhängen aus. Diese erweist sich deutlich stärker als Chance denn als Risiko. So fällt auf, dass wahrgenommene und kommunizierte Verletzlichkeit sowohl bei sich als auch bei anderen Menschen (beispielsweise sich andeutende Pflegebedürftigkeit) die Grundlage für eine neue Definition von Maskulinität darstellen kann. Insofern scheint eher die Abwehr von Ambivalenzen – oder anders gesagt: die »Illusion von Eindeutigkeit und Gewissheit« – eine spezifische Form von Verletzlichkeit im Alternsprozess anzudeuten.

In der Kunst gilt Ambivalenz schließlich vor allem als inspirierende Quelle – sei es in der Musik, in der Literatur, in den Bildenden Künsten, im Theater, im Tanz oder im Film. Oder wie das 2010 verstorbene Allroundkünstler Christoph Schlingensief in einem Interview bekannte: »Die große Kraft aber liegt in der Unklarheit, in der Gewissheit, dass es keine Lösung gibt, sondern Transformationen und Formveränderungen. [...] Das ist für mich nicht fatalistisch, das ist ein ganz großes Ja zum Leben.« (FAZ vom 14. Januar 2006) ●