

## **LEBENSKUNST – Wovon leben wir?**

Fachtag für Multiplikatorinnen in der Bildungsarbeit  
Fachbereich Erwachsenenbildung und Familienbildung  
Zentrum Bildung der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau  
Frankfurt, 17.2.2011

### **Lebenskunst - Soziologische Impulse**

Kurzfassung des Vortrags am 17.2.2011

Dr. Christiane Wessels

#### **Einige Überlegungen zum Einstieg**

Sein Leben selbstverantwortlich zu gestalten - das ist eine große Herausforderung. In Zeiten von Unübersichtlichkeit und fehlender Orientierung wird diese Aufgabe noch schwieriger. Es überrascht daher auch nicht, dass der Markt der Lebensberatung und Lebenshilfe ständig wächst. Und die Versprechen, die hier gemacht werden, sind mitunter gewaltig: da geht es um das Finden von Lebenssinn und Glück, um Wege zu mehr Gelassenheit und Zufriedenheit, ein Leben in Balance: um ein gelingendes Leben.

Ein Blick in die zahlreichen Veröffentlichungen zum Thema Lebenskunst zeigt, dass es sich um einen bislang klar männlich dominierten Diskurs handelt. Eine Idealvorstellung findet sich in Überlegungen zur Lebenskunst immer wieder: das unabhängige, autonome Individuum, das planvoll, vernunftgeleitet und zielgerichtet handelt. So heißt es etwa beim Soziologen Zygmunt Baumann:

*„Wer sein Leben nach den Regeln der Lebenskunst führen will, muss sich wie ein Maler oder Bildhauer Aufgaben stellen, die er - zumindest zunächst – kaum bewältigen kann (...). (Bauman 2010, S. 38)*

Die Herausforderung, das Außergewöhnliche und die Vorstellung von einem selbstmächtigen Subjekt bestimmen diese Sicht auf Lebenskunst. Aber ist diese totale Verantwortlichkeit für das eigene Leben, die dem Individuum aufgebürdet wird, nicht letztlich eine Überforderung? Und blendet diese Sichtweise nicht die Bedeutung des Alltäglichen, die Abhängigkeit und Bedürftigkeit und die Verletzlichkeit des Menschen aus? Das sind nur einige der Fragen, die sich aus meiner Sicht an dieser Stelle auftun. Meine Hypothese ist, dass diese Interpretation von Lebenskunst einer der Gründe für die weitgehende weibliche Abstinenz unter den Autoren der Lebenskunst ist.

Während Bauman das Außergewöhnliche und die Herausforderung unterstreicht, betonen Vertreterinnen einer feministischen Sichtweise gerade die Bedeutung des Alltäglichen für die Lebenskunst. Der Begriff Lebenskunst wird hier ohnehin kaum verwendet. Die Schweizer

Theologin Ina Praetorius beispielsweise benutzt stattdessen lieber den Begriff der „Daseinskompetenz“. Daseinskompetenz meint all die Fähigkeiten, die Menschen brauchen, um ihr alltägliches Dasein sinnvoll gestalten zu können. (Praetorius 2002). Im Grunde genommen beschreibt Ina Praetorius hier etwas, das man auch mit Lebenskunst umschreiben könnte.

Es stellt sich meines Erachtens ohnehin die Frage, ob nicht gerade die spezifischen weiblichen Lebensentwürfe und Lebensverläufe mit all ihren Brüchen und Neuorientierungen, sowie das alltägliche Vereinbaren widersprüchlicher Anforderungen aus Familie und Beruf genau dem entsprechen, was sich unter Lebenskunst zusammenfassen ließe. Frauen haben in den letzten Jahrzehnten ein großes Maß an Veränderungsbereitschaft gezeigt. Sie mussten sich immer wieder neu orientieren, Perspektiven wechseln und pragmatisch handeln. Ein Blick auf die Veränderungen der Geschlechterrollen lässt dies jedenfalls deutlich werden. Mit anderen Worten: Womöglich sind Frauen sogar besser auf die Herausforderungen der modernen Gesellschaft vorbereitet als Männer. Womöglich sind sie die wahren Lebenskünstlerinnen. *„Mit Unklarheiten, wie sie das Leben liebt, kommt die weibliche Lebenskunst besser zurecht.“* Zu diesem Schluss kommt jedenfalls der Philosoph Wilhelm Schmid. (Schmid 2008)

Im Folgenden werde ich mich nun mit der Frage beschäftigen, warum die Frage der Lebenskunst, vor allem die eigenständige Gestaltung des Lebenslaufs, so sehr an Bedeutung gewonnen hat und quasi zu einer Notwendigkeit geworden ist. Dann werde ich den Hintergrund ausleuchten, vor dem sich Lebenskunst ausformen kann und muss, also gewissermaßen die Rahmenbedingungen für die Gestaltung des Lebens in den Blick nehmen. Dabei werde ich mich auf die beiden Bereiche Arbeit/Erwerbsarbeit und Familie, insbesondere die Frage der Entgrenzung innerhalb und zwischen den beiden Bereichen beschäftigen. Auf dieser Grundlage will ich mich dann abschließend mit der Rolle von Erwachsenenbildung im Kontext des so genannten Lebenslangen Lernens befassen.

### **Die eigene Lebensgeschichte schreiben**

Ganz offensichtlich ist es so, dass die einzelne bzw. der einzelne immer weniger auf gewohnheitsmäßige Bindungen und unhinterfragte Traditionen zurückgreifen kann. Zum einen werden Menschen damit von früheren Kontrollen befreit, zum anderen verschwinden aber auch Orientierungsmuster und Stabilität. Fragmentarität und Vorläufigkeit sind die Charakteristika unserer Zeit. Entscheidungen, wenn auch häufig nur vorläufige - sind gefragt: ob es nun um die Fragen der alltäglichen Lebensführung, der Ethik und Moral oder der

Erziehung geht. Immer mehr Fragen, die die menschliche Existenz betreffen, müssen von den Individuen selbst entschieden und verantwortet werden.

Am deutlichsten wird diese Freisetzung aus Traditionen und vorgegebenen Bahnen bei den Lebensverläufen und deren Gestaltung. Noch vor etwa hundert Jahren war der Lebensverlauf, die Partner- und Berufswahl weitgehend durch die eigene soziale Herkunft und die lokale Gemeinschaft mit ihren Sitten und Gebräuchen bestimmt. Sie gaben das Grundmuster für den Lebenslauf vor. Dass sich insbesondere bei den Frauen die Lebensläufe aus diesen vorgegebenen Mustern lösen konnten, ist nicht zuletzt eine Folge der Bildungsexpansion, von der besonders Frauen profitierten. Neue Chancen der Gestaltung ergaben sich aber auch durch die Möglichkeiten der Empfängnisverhütung. Die Bestimmung des Zeitpunkts der Schwangerschaft und die gewünschte Zahl der Kinder ermöglichte eine Familienplanung und ließ für Frauen neue Freiräume entstehen.

Individualisierung geht einher mit einer Erweiterung des Handlungsspielraums und einem höheren Maß an Selbstkontrolle und Selbstverantwortung. Ganz offensichtlich gehört es zu den wesentlichen Kennzeichen der modernen Gesellschaft, dass Menschen aufgefordert sind, selbst zu gestalten, zu wählen, Entscheidungen für ihr Leben zu treffen – ihr Leben ähnlich wie ein Kunstwerk selbst zu gestalten. Wie sehr sich die Gestaltung des Lebens dem Bild von der Lebenskunst nähert, wird deutlich bei der Analyse der biographischen Veränderungen in den letzten Jahrzehnten. Man spricht hier von der Erosion der Normalbiographie. Begriffe, die für diese veränderte Situation gewählt werden, sind beispielsweise „Bastelbiographie“ oder auch „Wahlbiographie“, was deutlich machen soll, dass Menschen zunehmend gefordert sind, ihre Biographie selbst zusammensetzen. Der Mensch wird als „Planungsbüro“ in Bezug auf seinen Lebenslauf beschrieben (U. Beck 1987, S. 217). Menschen planen ihr Leben. Eine Reihe von weit reichenden Entscheidungen sind zu treffen. Der moderne Lebenslauf folgt weniger einem Lebenszyklus, sondern gleicht einem Patchwork von Zeiten von Ausbildung, Praktika und Jobs, Erwerbstätigkeit, Elternzeiten, Weiterbildung, Arbeitslosigkeit etc., wobei die Abgrenzung von Alterphasen mehr und mehr erodiert.

Insbesondere für Frauen sind aber nach wie vor all die Fragen, die mit der Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu tun haben, vor allem mit der Sorge und Pflege anderer Menschen, von großer Bedeutung. Typische Fragestellungen sind: Werde ich in dem von mir gewählten Beruf die Möglichkeit haben, Beruf und Familie zu verbinden? Was soll Priorität haben in meinem Leben: Beruf oder Familie? Wie kann ich mir ein soziales Netz schaffen, das mich stützt? Was mache ich im Fall der Pflegebedürftigkeit der Eltern? Das sind einige der Fragen,

die bislang vor allem Frauen bewegen. Aber in dem Maße, in dem sich das Geschlechterverhältnis ändert, gewinnen sie auch für immer mehr Männer an Bedeutung. Die Wahlmöglichkeiten nehmen zu, aber gleichzeitig auch Wahlzwänge. Entscheidungen müssen getroffen werden, möglicherweise auch wieder revidiert werden. All das setzt eine Menge von Kompetenzen voraus. Nicht jede, jeder ist gleichermaßen in der Lage, kompetent Entscheidungen zu fällen. Und was ist im Falle des Scheiterns? Schnell werden die neuen Freiheiten zu riskanten Freiheiten. Dann wird das Scheitern, beispielsweise die Betroffenheit von Arbeitslosigkeit und die Bedrohung von Armut, als das eigene, ganz individuelle Scheitern empfunden.

### **Der Rahmen für das „Lebenskunstwerk“ – die Rolle der Erwerbsarbeit**

Entscheidungen finden natürlich nicht in einem luftleeren Raum statt und sie sind nicht beliebig. Man könnte auch von einem Netz von Vorgaben oder Rahmenbedingungen sprechen, die Ansprüchen und Gestaltungsspielräumen Grenzen setzen. Waren Menschen früher von Traditionen abhängig, so sind sie es heute von Institutionen wie Schule, Beruf, Arbeitsmarkt oder sozialem Sicherungssystem. Besonders der Faktor Zeit hat für die Gestaltung des Alltags, oder mit anderen Worten für die alltägliche Lebensführung, an Bedeutung gewonnen. Öffnungszeiten von Kindergärten und Schulen, Ladenöffnungszeiten, Arbeitszeitgestaltung, Zeittakte im öffentlichem Personennahverkehr bestimmen das so genannte Zeitmanagement.

Zu den wichtigen Strukturgebern im Lebenslauf gehört nach wie vor die Erwerbsarbeit. Sie ist nicht nur Mittel der Existenzsicherung und ordnende Struktur des Alltags, ihr kommt auch große Bedeutung in Bezug auf Sinnstiftung zu. Das Bedürfnis nach Selbstentfaltung und Selbstverwirklichung durch die Arbeitstätigkeit spielt heute eine größere Rolle für die Arbeitsmotivation als früher. Aber die Organisation der Erwerbsarbeit, ihre Form, ihre zeitliche und räumliche Gestaltung haben sich gewandelt, so dass von einem Prozess der Entgrenzung gesprochen wird. (Metzger 2001)

Lange Zeit bestimmte das Bild vom so genannten Normalarbeitsverhältnis das Denken über Arbeit. Das Typische für dieses Normalarbeitsverhältnis ist: ein männlicher Erwerbstätiger, eine 40-jährige, ununterbrochene existenzsichernde Erwerbstätigkeit in einer Vollzeitstelle, oftmals mit starker Bindung an einen Betrieb. Funktionieren konnte dieses Normalarbeitsverhältnis nur, solange jemand vollständig entlastet war von der so genannten Reproduktionsarbeit: die gesamte Hausarbeit, Pflegearbeit, Sorgearbeit, Erziehungsarbeit. Das

sind alles Tätigkeiten, die bislang überwiegend von Frauen ausgeübt wurden. Mit anderen Worten: ohne geschlechtsspezifische Arbeitsteilung auch kein Normalarbeitsverhältnis.

Die heute immer häufiger auftretenden gebrochenen Erwerbsbiographien waren in der Vergangenheit ein typisches Kennzeichen weiblicher Biographien. Das hat sich verändert, seitdem auch immer mehr Männer eine Erwerbsbiographie haben, die deutliche Brüche aufweist: Unterbrechungen, Wiedereinstiege, Überbrückungen, Umorientierungen etc. Solche Veränderungen haben auch Auswirkungen auf das Konzept des männlichen Familienernährers. Es wird brüchig. Das führt bei vielen Männern zu Verunsicherungen. Letztlich wirkt sich das natürlich auch auf das Geschlechterverhältnis aus. Rollen müssen neu ausgehandelt werden.

Eine wichtige Grundlage der Entgrenzung von Arbeit waren Entwicklungen in der Informations- und Kommunikationstechnologie, die die zeitliche und räumliche Verfügbarkeit von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern erheblich ausweiteten. Im Zeitalter von Handys, und Laptops sind Menschen jederzeit erreichbar. Es ist kaum noch möglich, sich der Kontaktaufnahme zu entziehen, sei es durch Familienmitglieder, Freundinnen und Freunde oder Arbeitgeber und Kundinnen und Kunden. Ständiges Verfügbarsein schafft nicht nur neue Möglichkeiten, sondern auch Verpflichtungen und Zwänge. Die größte Schwierigkeit ist oft die Grenzziehung zwischen Berufsarbeit, Hausarbeit und Freizeit - auch für Familienmitglieder.

### **Lebenskunst: „Familie-leben“ in Zeiten von Entgrenzungen**

Gestiegene berufliche Mobilitätsanforderungen sowie die steigende Zahl von Trennungen und Scheidungen wirken sich auch auf die familiären Beziehungen aus. „Multilokalität von Familien“ ist der Begriff, mit dem man dieses Phänomen versucht zu beschreiben. „Familien leben zunehmend als haushaltsübergreifende soziale Netzwerke, verteilt an mehreren Orten.“ (Schier 2009, S. 55) Dass Familienmitglieder beruflich bedingt an unterschiedlichen Orten leben und regelmäßig längere Zeit abwesend von der Familie sind, ist zwar historisch betrachtet kein neues Phänomen, betraf aber bislang bestimmte Bevölkerungs- und Berufsgruppen oder war auf bestimmte krisenhafte Situationen beschränkt. Heute ist berufliche Mobilität zur zwangsläufigen Bedingung von Erwerbsarbeit geworden. (Schier 2009, S. 57). Gerade für die Situation von Familien könnte man von „Fluch und Segen“ dieser Entwicklungen in der Arbeitswelt sprechen. Zum einen erhöht sich das Maß der flexiblen Gestaltung von Arbeitszeit und damit auch die Chance zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Zum anderen entstehen aber mit der größeren räumlichen und zeitlichen

Verfügbarkeit neue Herausforderungen, aus denen sich ein hohes Belastungspotential für Familien ergibt.

Immer noch lässt sich Familie als ein Netzwerk ganz besonderer Art beschreiben, bei dem verlässliche persönliche Fürsorgebeziehungen im Zentrum stehen. Aber Familie verändert sich aufgrund des gesellschaftlichen Wandels, sie ist weder selbstverständlich noch naturgegeben. Die gemeinsame Lebensführung in der Familie ergibt sich immer weniger von selbst, sondern muss entschieden werden und gewollt sein – von Frauen, Männern, Kindern, Jugendlichen und älteren Menschen, die in Familien leben wollen. In der Familiensoziologie ist daher auch von „Familie als Herstellungsleistung“ die Rede. (Schier/Jurczyk 2007)

Familie ist zu einem Ort geworden, an dem permanent unterschiedliche Bedürfnisse und Interessen ausbalanciert werden müssen und Entscheidungen getroffen oder ausgehandelt werden müssen, oft auch über große räumliche Distanzen. Kreative Eigenleistung ist gefordert - eben Lebenskunst!

Eine Untersuchung des Deutschen Jugendinstituts hat gezeigt, dass Eltern häufig an oder über der Belastungsgrenze leben. Sie reduzieren weniger die Sorge um die Kinder als die Sorge um sich selbst und ihre Partnerschaft. Zur Entlastung sind sozial-, arbeits- und familienpolitische Unterstützungen notwendig. Gerade berufstätige Eltern haben einen sehr hohen, äußerst differenzierten und komplexen Bedarf an Betreuungsangeboten für Kinder. (Jurczyk et al. 2009)

Ein Balanceakt bleibt das Familienleben auch trotz vielfältiger Unterstützungsleistungen von außen. Denn die zeitliche und räumliche Entgrenzung erschweren vor allem das Aufbauen von emotionalen Beziehungen und das Erbringen von Fürsorgeleistungen, für die die körperliche Präsenz von Personen unabdingbar ist. Bei allem Planen und Gestalten von Familie droht letztlich die Möglichkeit der Beiläufigkeit von sozialen Interaktionen verloren zu gehen. Denn vieles geschieht in Familien eben doch ungeplant, quasi „nebenher“ und ist gerade deswegen von großer Bedeutung für die einzelnen Familienmitglieder.

Dauerhafte Beziehungen zu pflegen und insbesondere „Familie-leben“ werden zu einer Kunst im Zeitalter der Moderne. Allein schon die Phase der Familiengründung findet in Deutschland unter nicht gerade leichten Bedingungen statt. In der so genannten Rush Hour des Lebens, etwa zwischen dem 27. bis 35. Lebensjahr, sind sowohl der Berufseinstieg, der Karrierebeginn als auch die Familiengründung zu bewältigen. In dieser bezogen auf den gesamten Lebenslauf recht kurzen Phase findet eine zeitliche Verdichtung der Lebensereignisse junger Erwachsener statt, die diese häufig unter enormen Druck setzt. Es

müssen Entscheidungen getroffen und realisiert werden, „die mehr oder minder das ganze Leben bestimmen“. (Siebter Familienbericht 2006, S. 33 ff.).

Eine hilfreiche Perspektive könnte ein Lebenslauf sein, der immer wieder Unterbrechungen ermöglicht. Die so genannte Patchworkbiografie als Normalbiografie. Man könnte auch sagen, es bedeutet, sich stärker an dem zu orientieren, was bisher als typisch weibliches Biographiemuster galt. Das aber setzt nicht nur einen Bewusstseinswandel, sondern auch einen Wandel der Strukturen voraus. Unterbrechungen der Erwerbsarbeit müssen für Frauen und Männer lebbar werden. „Das schließt die verstärkte Förderung von Übergängen aus Phasen der Erwerbsarbeit, der Qualifizierung oder der Arbeitslosigkeit in die Erwerbsarbeit und umgekehrt ein.“ (Meier-Gräwe, 2010) Dazu gehört dann auch die Möglichkeit und Bereitschaft zu einem lebenslangen bzw. lebensbegleitenden Lernen.

### **Lebenskunst und Lebenslanges Lernen**

Lebenslanges Lernen ist in den Bildungsdebatten, der wissenschaftlichen Forschung und den pädagogischen Programmen der letzten Jahre einer der am häufigsten benutzten Begriffe. Bisher dominiert bei dem Konzept des Lebenslangen Lernens die Vorstellung vom Lernen als Anpassungsleistung an die Erfordernisse der Arbeitswelt. Die normative Erwartung an Lebenslanges Lernen besteht in der Verpflichtung zum permanenten Umlernen und Weiterlernen. „Selbstmanagement“ oder auch „Selbstoptimierung“ sind die Stichworte in dieser ökonomisch dominierten Lesart vom Lebenslangen Lernen.

Was passiert nun, wenn wir den Begriff der Lebenskunst in die Debatte um das Lebenslange Lernen einführen? Ich gehe davon aus, dass Lebenskunst dazu beiträgt, das reflektiert handelnde Subjekt und somit die Subjektorientierung in der Erwachsenenbildung wieder mehr in das Zentrum zu stellen. Lebenskunst wird somit zum wesentlichen Moment einer Rückgewinnung des Subjektstandpunkts (Lerch, 2010)

Schließlich ist es ja eine der wesentlichen Aufgaben der Erwachsenenbildung, einen Möglichkeitsraum zur Orientierung anzubieten. Sie soll Menschen dabei unterstützen, Handlungskompetenz zu gewinnen, ihr Leben reflektiert zu führen und Verantwortung zu übernehmen. Mit der Aufnahme von Lebenskunst, insbesondere in die politische Erwachsenenbildung, besteht die Chance, die aktive, verantwortliche Umgestaltung von gesellschaftlichen Rahmenbedingungen in den Blick zu nehmen. Das bringt eine andere Qualität in die Debatte um Lebenslanges Lernen. Denn eigentlich meint Bildung doch viel mehr als die eingangs skizzierte ökonomisch verkürzte Sicht. Gesine Schwan fasste dies im

vergangenen Jahr in einem Vortrag zum Thema „Talentförderung oder Elitebildung“ wie folgt zusammen: „geduldiges Nachdenken ohne verwertbares Ergebnis, überhaupt komplizierte Zusammenhänge ergründen, die sich nicht in zwei Sätzen zusammenfassen lassen, Umwege gehen, Scheitern zugeben und verarbeiten (...)“. (Schwan, 2010) So umfassend ist allgemeine Bildung zu verstehen und auch so frei von jeder Zweckorientierung.

Wenn ich noch einmal auf die in den voran gegangenen Abschnitten skizzierten Veränderungen schaue – Verlust von Orientierungsmustern, biographische Freisetzungen, Entgrenzungen von Arbeit und Familie – dann ergibt sich daraus ein interessantes Themenfeld für die Erwachsenenbildung. Interessant ist es auch deshalb, weil es die klassischen Trennungen zwischen allgemeiner, politischer und beruflicher Bildung überwindet. Eine subjektorientierte Erwachsenenbildung orientiert sich an der Alltagswelt der Individuen, unterstützt deren Suchbewegungen im Lebenslauf und berücksichtigt dabei die strukturellen Bedingungen, die den Rahmen abgeben. Erwachsenenbildung kann dazu beitragen, das Leben als Kunstwerk zu verstehen und zu gestalten. Sie kann deutlich machen, dass Lebenskunst nicht bei der Sorge um selbst endet, sondern den Mitmenschen und die Gesellschaft ebenso einbezieht.

#### **Literatur:**

**Bauman, Zygmunt:** Wir Lebenskünstler, Berlin 2010

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:** Siebter Familienbericht, Familie zwischen Flexibilität und Verlässlichkeit. 2006.

**Beck, Ulrich:** die Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne, Frankfurt 1987

**Jurczyk, Karin et al.:** Entgrenzte Arbeit – entgrenzte Familie. Grenzmanagement im Alltag als neue Herausforderung. Berlin 2009.

**Lerch, Sebastian:** Lebenskunst lernen? Lebenslanges Lernen aus subjektwissenschaftlicher Sicht, Bielefeld 2010

**Meier-Gräwe, Uta:** Auch Unterbrechungen der Erwerbsverläufe müssen lebbar werden, in: Zweiwochendienst – Frauen Gesellschaft und Politik, Nr 285, 2010)

**Metzger, Jutta Anna:** Arbeit und Familie – Individualisierung im Quadrat, in: Familiendynamik, Heft 3 Juli 2001

**Praetorius, Ina:** Die Vernunft der Frau Hediger. Zur Philosophie der Daseinskompetenz. In: dies.: Die Welt: Ein Haushalt, Mainz 2002.

**Schmid, Wilhelm:** Frauen sind (Lebens)Künstler, in: Psychologie heute 2008, Heft 4.

**Schier, Michaela;** Räumliche Entgrenzung von Arbeit und Familie: Die Herstellung von Familie unter Bedingungen von Multilokalität, in: Informationen zur Raumentwicklung 2009, Heft 1, S. 55-65.

**Schier, Michaela / Jurczyk, Karin:** Familie als „Herstellungsleistung“ in der Zeiten der Entgrenzung, in: Aus Politik und Zeitgeschichte 2007, Heft 34.

**Schwan, Gesine:** Talentförderung oder Elitebildung – eine Frage der Bildungsgerechtigkeit. Vortrag auf Einladung des Fachbereichs Erwachsenenbildung und Familienbildung im Zentrum Bildung der EKHN, Frankfurt Ev. Stadtakademie, 27.10.2010.