

DAS KONZEPT DER ALLTÄGLICHEN LEBENSFÜHRUNG

G. Günter Voß und Margit Wehrich

„Tag für Tag sehen sich Personen ganz unterschiedlichen und zum Teil widersprüchlichen Anforderungen ausgesetzt: Arbeit und Alltag wollen organisiert, eigene Wünsche und Erwartungen anderer aufeinander abgestimmt werden; man muss mit unerwarteten Lebenssituationen und neuen Aufgaben zurechtkommen und will am Ende noch der eigenen Biografie einen Sinn verleihen. All dieses ‚auf die Reihe zu kriegen‘, geschieht keinesfalls von selbst. Das Leben zu führen ist vielmehr eine aktive Leistung der Person und wird immer mehr zu einer ‚Arbeit‘ eigener Art“ (Voß/Wehrich 2001).

Das Konzept der alltäglichen Lebensführung, das Ende der 80er Jahre entstanden ist (siehe Projektgruppe „Alltägliche Lebensführung“ 1995) und seither eine Vielzahl von Forschungen angeleitet hat, nimmt diese „Arbeit des Alltags“ (Jurcyk/Rerrich 1993) in den Blick.

„Alltägliche Lebensführung“ bezeichnet zum einen all das, was Menschen in den verschiedenen Sphären des Alltag tagaus tagein tun: in der Erwerbsarbeit und in der Familie, in Freundschaftsbeziehungen und in der Freizeit, in ihrem Engagement für eigene und fremde Belange. Zum anderen bezeichnet die „alltägliche Lebensführung“ aber auch den Zusammenhang, der hinter all diesen Handlungen steht: Denn Personen verbinden all das, was in den unterschiedlichen Sphären des Alltags zu tun ist, zu einem Arrangement, einem individuellen System, um „alles unter einen Hut zu kriegen“ und „mit ihrem Leben klarzukommen“. Ein solches Arrangement entsteht keinesfalls von selbst. Seine Herstellung ist eine aktive Leistung der Person: ein aktives Konstrukt und etwas Selbstgemachtes – und gleichzeitig so etwas wie ein roter Faden, an dem man sich bei all den Entscheidungen, die Tag für Tag zu treffen sind, orientieren kann.

Forschungsschwerpunkt Lebensarrangement

Unser Forschungsinteresse gilt diesem Konstrukt, dem Handlungssystem der Person. Dabei geht es weder um Zeitbudgetforschung, noch um Biografieforschung, sondern um die „Synchronie des Alltags“: Der gesamte Tätigkeitszusammenhang gerät in den Blick. „Alltägliche Lebensführung“ ist ein „Arrangement der Arrangements“, muss doch die Person vieles zusammenbringen, was im jeweiligen Bereich auch schon arrangiert werden muss: die Partnerschaft, die Familie, den Betrieb, die Verwandtschaft, die Freundschaften, die Hobbies, das politische oder soziale Engagement, die eigenen Pläne, Wünsche und Überzeugungen. In ihrer alltäglichen Lebensführung bindet die Person all diese Arrangements zu einem System, das eine bestimmte Form annimmt – und eine Eigenlogik hat. Eine Pointe des Konzepts besteht darin, dass der Person oft gar nicht bewusst ist, was sie da macht, wie sie es macht und welches Organisationstalent in ihr steckt. Dass da so etwas wie ein Arrangement ist, merkt man meist erst, wenn es nicht mehr funktioniert.

Wir hatten oben erwähnt, dass man mit der „alltäglichen Lebensführung“ einen roten Faden in der Hand hat, an dem man sich bei seinen alltäglichen Entscheidungen orientieren kann. Die alltägliche Lebensführung hat also eine Funktion für die Person: Sie entlastet, weil man nicht in jeder Situation überlegen muss, was zu tun ist. Wenn das Arrangement auf einmal nicht mehr funktioniert, fühlt sich der Mensch überfordert. Er weiß gar nicht mehr, wie er das alles geschafft hat oder noch schaffen soll – ein Gefühl, das immer mehr Menschen in unserer komplexer werdenden Welt haben.

Einzigartigkeit der Alltäglichen Lebensführung

So einzigartig wie jeder Mensch, so individuell ist das System, mit dem jeder für sich sein alltägliches Leben organisiert. Auch wenn die Bedingungen, unter denen man lebt und die Herausforderungen, mit denen man sich auseinandersetzen muss, oft nicht veränderbar sind – wie man sich mit ihnen arrangiert, ist immer auch eine individuelle Angelegenheit.

Einmal etabliert, verfügt das System „alltägliche Lebensführung“ aber auch über eine gewisse Eigenlogik: Obschon von der Person hergestellt, hat die Lebensführung die Person auch „im Griff“. Ihre Eigenlogik schlägt bisweilen auch zurück: Was im Alltag entlastet, kann auch zur Belastung werden, wenn der rote Faden in die falsche Richtung führt. Denn man kann seine Lebensführung nicht ohne weiteres ändern, auch wenn man das möchte.

Was eine gelungene Lebensführung ausmacht, ist schwierig zu beantworten – und so ist es auch schwierig, festzustellen, welche Kompetenzen man hierfür braucht.

Was sind Lebensführungskompetenzen?

Lebensführungskompetenzen sind zum einen Techniken, Methoden und Verfahren. Sie beziehen sich auf die Zeit, den Raum, das Soziale, die Emotionen, das Wissen, die Motivationen, den Körper und Gender. Dass viele dieser Techniken mit der Vorsilbe „Selbst“ anfangen (wie etwa Selbstbewusstsein, Selbstsorge, Selbstführung), weist darauf hin, dass diese Kompetenzen – wie die Lebensführung auch – etwas sind, was man (immer mehr) selbst entwickeln muss. Zum anderen lassen sich Lebensführungskompetenzen auch als „Alltagskunst“ verstehen: Sie machen Lebensführung zu etwas, was eine Gestalt hat und in sich ruht und eine ästhetische Form annimmt, so dass man von einer „Ästhetik des Alltags“ sprechen kann. So entsteht – wie in der Kunst auch – etwas Einzigartiges, das gleichzeitig aber auch auf die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verweist, unter denen es hergestellt worden ist.

Literatur:

Voß, G. Günter; Wehrich, Margit (Hrsg.) (2001): tagaus – tagein. Neue Beiträge zur Soziologie Alltäglicher Lebensführung. München, Mering: Rainer Hampp.

Jurczyk, Karin; Rerrich, Maria S. (Hrsg.) (1993): Die Arbeit des Alltags. Beiträge zu einer Soziologie der alltäglichen Lebensführung. Freiburg: Lambertus.

Projektgruppe „Alltägliche Lebensführung“ (Hrsg.) (1995): Arrangements zwischen Traditionalität und Modernisierung. Opladen: Leske+Budrich.