

Alltägliche Lebensführung, Alltagspraktiken und Technik

Zur Materialität der Lebensführung und deren
Bedeutung für die Entwicklung technischer
Unterstützungssysteme für ältere Menschen

Thomas Birken, Helga Pelizäus, Petra Schweiger

1 Alltägliche Lebensführung und ihre Alltagspraktiken

Der Fokus der Forschung zur Alltäglichen Lebensführung liegt traditionell auf der Frage, in welcher Weise es den Einzelnen in modernen, ausdifferenzierten Gesellschaften gelingt, die multiple Einbindung in unterschiedliche Lebensbereiche in ein funktionierendes Ganzes zu integrieren und dabei ein mehr oder weniger dauerhaftes und tragfähiges Gesamtarrangement der Lebensführung zu kreieren. Das Subjekt der Lebensführungsforschung wird in dieser Perspektive folglich als eines gedacht, das in der steten Auseinandersetzung mit den impliziten wie expliziten Anforderungen, die sich aus den jeweiligen historischen wie milieuspezifischen gesellschaftlichen Lebensbedingungen ergeben, zurechtzukommen hat.

Im Rahmen unseres Beitrags wollen wir zum einen entgegen der gängigen Forschung zur Alltäglichen Lebensführung, die ihren Fokus vor allem auf das „wie“ des Gelingens alltäglicher Lebensführung richtet, darauf hinweisen, dass dieses zugleich besser oder schlechter gelingen kann. Zum anderen wollen wir die Forschungsperspektive etwas verschieben, indem wir am Beispiel der alltäglichen Lebensführung älterer Menschen den Schwerpunkt weniger auf das Gesamtgefüge der gesellschaftlichen Einbindungen legen, sondern auf die Einzelpraktiken, aus denen sich die Herstellung von Alltag als kontinuierliches Vollzugsgeschehen zusammensetzt.

Den Hintergrund für die Entwicklung dieser Perspektive bildet ein Forschungsprojekt, in dem wir uns mit der Frage beschäftigt haben, in welchen Bereichen des Alltags technische Unterstützungssysteme einen sinnvollen Beitrag leisten könnten, um selbständige Lebensführung auch im weit fortgeschrittenen Alter möglichst lange aufrechterhalten zu können.

Nähert man sich dem Gegenstand der Lebensführung auf der Ebene von Alltagspraktiken, so wird deutlich, dass sich die Herstellung von Alltag immer auch als eine körpergebundene Praxis in Auseinandersetzung mit der materialen Um-

welt als dem Habitat der Lebensführung vollzieht – und dass auch auf dieser Ebene Lebensführung besser oder schlechter gelingen kann.

Im Folgenden werden wir zunächst das Forschungsprojekt vorstellen, das den Ausgangspunkt für unsere Ausführungen bildet. Dabei beschreiben wir sowohl unser praxistheoretisch inspiriertes Verständnis des Vollzugs von Alltag als auch die von uns auf dieser Basis entwickelte Erhebungsmethodik zur Analyse von Alltagspraktiken.

Im zweiten Teil präsentieren wir als Ergebnis unserer bisherigen empirischen Untersuchungen eine Typologie von *Varianten der Problembewältigung* zur Aufrechterhaltung selbständiger Lebensführung im Alter.

Den Abschluss unseres Beitrags bilden einerseits erste Überlegungen zur Bedeutung materialer Aspekte für die Alltägliche Lebensführung und ihre Erforschung und andererseits Überlegungen zur Relevanz des Konzepts der Alltäglichen Lebensführung und der systematischen Analyse der darin eingelassenen Alltagspraktiken für die erfolgreiche Entwicklung von technischen Unterstützungssystemen für ein selbständiges Leben im Alter.

2 Alltagspraktiken als Ansatzpunkt für Technikentwicklung¹

2.1 Ausgangspunkt und Zielsetzung des Forschungsprojekts „ATASeN“

Ausgangspunkt des Forschungsprojekts „ATASeN – Anwendungsfelder für Technik im Alltag von Senioren aus Nutzersicht“², das den Hintergrund für diesen Beitrag bildet, war die Zielsetzung, Menschen auch in höherem und hohem Alter zu ermöglichen, ihren Alltag mit Hilfe technischer Unterstützung (weiterhin) selbstbestimmt und unabhängig bewältigen zu können. Dahinter stand die Überlegung, dass die intensive Beschäftigung mit der Praxis der alltäglichen Lebensführung älterer Menschen eine notwendige Voraussetzung dafür darstellt, valide Einblicke in die Herausforderungen und Probleme ihrer konkreten Alltagsbewältigung zu erhalten.

Hintergrund hierfür war wiederum ein im Bereich der Technikentwicklung für ältere Menschen inzwischen viel diskutiertes Missverhältnis zwischen Aufwand und Ertrag. Die Entwicklung technischer Unterstützungssysteme für ein

1 Der Abschnitt stellt eine pointierte Zusammenfassung der Darstellungen in Birken et al. (2018) dar.

2 Das Forschungsprojekt „ATASeN – Anwendungsfelder für Technik im Alltag von Senioren aus Nutzersicht“ wurde mit Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung finanziert und vom Projektträger VDI/VDE-IT betreut.

selbstbestimmtes Leben im Alter schreitet in beachtlichem Tempo voran. Gleichzeitig zeigen sich aber nach wie vor gravierende Implementierungsprobleme, was zur Folge hat, dass die Innovationen bisher nicht in ausreichendem Maße bei den älteren Menschen ankommen.

Als Gründe hierfür werden angeführt, dass zu wenige der Innovationen die Marktreife erlangen (vgl. z. B. Heinze 2018), dass der konkrete Nutzen der Innovationen zu wenig gesehen wird bzw. zu wenig nachgewiesen werden kann (vgl. z. B. Meyer 2018), oder dass es den potenziellen Nutzern an Information, Beratung und Kaufmöglichkeiten für assistive Technologien mangelt.

Bislang verläuft Technikentwicklung für ältere Menschen zudem noch vielfach eher technologiegetrieben (vgl. z. B. Paetzold/Nitsch 2015). Bei konkreten Entwicklungsprojekten steht allzu oft die Frage nach dem technisch Machbaren im Vordergrund, anstatt die Frage nach den konkreten Bedürfnissen der potenziellen Adressaten konsequent ins Zentrum zu rücken. Eine systematische Analyse der Bedürfnisse und Wünsche der (späteren) Nutzer*innen kommt im Rahmen von Entwicklungsprozessen häufig zu kurz oder erfolgt erst, wenn wesentliche Entscheidungen schon getroffen sind und die Systeme nur noch oberflächlich umgestaltet und angepasst werden können.

Pointiert könnte man den *status quo* so zusammenfassen, dass im Rahmen der Produktentwicklung häufig schlicht nicht geprüft wird, ob sich im Leben der älteren Menschen überhaupt relevante Probleme finden lassen, für die die entwickelten Produkte und Unterstützungssysteme tatsächlich alltagstaugliche Lösungen darstellen könnten³. Auch wenn Förderinstitutionen bei der Vergabe von Projektgeldern zunehmend eine nutzerorientierte Technikentwicklung einfordern, so zeigt sich in der Realisierung der Projekte dennoch, dass die tatsächlichen Bedarfe mit dem eingesetzten Methodeninstrumentarium häufig nicht hinreichend ermittelt werden können (vgl. Compagna 2018; Endter 2018; Merkel/Kucharski 2018).

Vor diesem Hintergrund bestand das grundlegende Ziel des Projekts „ATA-Sen“ darin, eine Methodik zu entwickeln, um auf der Basis systematischer empirischer Erhebungen zu eruieren, mit welchen Herausforderungen und Problemen sich ältere Menschen bei der Bewältigung ihres Alltags tatsächlich konfrontiert sehen, und welche Relevanz diesen jeweils im Hinblick auf die Aufrechterhaltung einer möglichst selbständigen Form der Lebensführung zukommt.

3 Am Beispiel des Toilettenstuhls demonstrieren Astrid Elsbernd, Sonja Lehmeyer und Ulrike Schilling (2014, S. 301), dass sich ältere Menschen im Fall von Pflegebedürftigkeit teilweise mit völlig unzureichenden Produkten konfrontiert sehen: Diese seien zwar im Zweifel mit modernen sensorgestützten Zusatzfunktionen ausgestattet, würden aber gleichzeitig grundlegendsten Nutzungsanforderungen im Hinblick auf Sicherheit und Komfort nicht genügen.

2.2 Alltägliche Lebensführung als theoretisch-konzeptionelles Fundament

Die theoretisch-konzeptionelle Basis für die Entwicklung unserer Erhebungsmethodik bildet das Konzept der *Alltäglichen Lebensführung* (vgl. Projektgruppe „Alltägliche Lebensführung“ 1995). Dem darin angelegten Grundverständnis entsprechend begreifen wir die Herstellung von Alltag als spezifische Leistung einer Person und damit als einen Prozess, der aktiv vollzogen, gelenkt und gestaltet werden muss. Daraus folgt im Umkehrschluss aber nicht, dass die Person zu jedem Zeitpunkt bewusst damit beschäftigt wäre, Lebensführung zu betreiben: „Auch wenn es die Betroffenen vielleicht nicht wissen, sie ‚führen‘ ihr Leben selten hoch reflexiv oder gar gezielt strategisch, sondern eher im Sinne einer punktuell und nur phasenweise bewußt und im Übrigen routinisierten, aber trotz allem immer aktiven Tätigkeit“ (Voß 1995, S. 34). Gleichzeitig weist Lebensführung die Tendenz auf, sich als eine Art geronnene Struktur zu verselbstständigen: „Alltägliche Lebensführung [...] entwickelt nicht selten [...] ein regelrechtes *Eigenleben*“ (Voß 2001, S. 211, Herv. im Orig.).

In Vorwegnahme aktueller praxistheoretischer Ansätze (vgl. z. B. Reckwitz 2003; Schmidt 2012) wird Lebensführung aus dieser Perspektive also schon früh als eine *emergente Ebene* beschrieben, die zwar kaum ohne ihre personalen Träger gedacht, aber dennoch als ein eigenständiger Untersuchungsgegenstand verstanden werden kann (vgl. dazu auch Pongratz/Birken 2015, Abs. 16 ff.).

Die ursprüngliche Forschung zur Alltäglichen Lebensführung war, wie schon in der Einleitung zu diesem Beitrag angeschnitten, schwerpunktmäßig auf die Frage gerichtet, auf welche Weise es dem Einzelnen in modernen, ausdifferenzierten Gesellschaften gelingen kann, eigene Vorstellungen im Hinblick auf das eigene Leben mit externen Erwartungen und faktischen Notwendigkeiten in Einklang zu bringen (vgl. Kudera 1995). Im Fokus steht also „die Art und Weise, wie Personen die ganz unterschiedlichen und zum Teil widersprüchlichen Anforderungen, denen sie tagaus tagein ausgesetzt sind, zu einem Arrangement binden“ (Jurczyk/Voß/Wehrich 2016, S. 55).

Im Gegensatz dazu haben wir uns vor dem Hintergrund der Zielsetzung unseres Projekts stärker auf die Frage konzentriert, welche *Einzelherausforderungen* erfolgreich bewältigt werden müssen, damit eine selbstbestimmte Form der Lebensführung auch in hohem Alter im eigenen Zuhause aufrechterhalten werden kann. Gemäß der grundlegenden Konzeptualisierung Alltäglicher Lebensführung als eines *Gesamtarrangements* sind wir dabei davon ausgegangen, dass auch auf der Ebene der Alltagspraktiken der Lebensführung die unterschiedlichen Einzelanforderungen des Alltags immer in Hinblick auf ihre Bedeutung und ihre systematische Stellung innerhalb des Gesamtsystems der Lebensführung betrachtet werden müssen. Ein Verständnis der Bedeutung, des Sinns und der Relevanz der einzelnen Elemente der Lebensführung setzt aus

dieser Perspektive also immer ein breiteres Wissen über das gesamte Arrangement voraus.

2.3 Erhebungsmethodik

Die eigentliche empirische Annäherung an den Forschungsgegenstand der Alltäglichen Lebensführung älterer Menschen erfolgte im Rahmen des Projekts „ATASen“ in Form einer zweistufigen Erhebungsmethodik, das sich in Anlehnung an Pflüger (2012) als eine *Forschungsstrategie* im Sinne der Verknüpfung unterschiedlicher Erhebungs- und Auswertungsinstrumente verstehen lässt.

Im Rahmen eines ersten Besuches bei unseren *Forschungspartner*innen* (siehe unten) ging es zunächst darum, uns ein übergreifendes Bild von deren Lebenssituation zu verschaffen. Dazu wurde jeweils ein leitfadengestütztes Interview geführt, dessen Inhalte am Lebenslageansatz bzw. dessen Adaption auf die speziellen Lebenslagen älterer Menschen orientiert sind (vgl. Clemens 2004, Elsbernd/Lehmeyer/Schilling 2014). Im Zentrum standen dabei Fragen zur materiellen Ausstattung, zum Wohnumfeld, der gesundheitlichen Lage, zum Bildungshintergrund, der Erwerbsbiografie und zur familiären bzw. sozialen Einbindung unserer Forschungspartner*innen.

Das zweite Ziel des ersten Besuchs bestand darin, systematisch diejenigen Alltagspraxen innerhalb des Gesamtarrangements der Alltäglichen Lebensführung zu erfassen, die sich aus der Sicht unserer Forschungspartner*innen als problematisch darstellten. Da sich der Alltag zu einem nicht unerheblichen Maß eher unbewusst in Form von Routinen und Gewohnheiten⁴ vollzieht, war die besondere Herausforderung dabei, die Praxis der Lebensführung und die darin eingelassenen Alltagspraktiken im Rahmen des Interviewgesprächs zum Gegenstand einer bewussten und aktiven Reflexion zu machen.

Beim zweiten Besuch stand die Feinanalyse der von den Forschungspartner*innen als problematisch definierten Alltagspraktiken im Zentrum. Im Rahmen von Praxisdemonstrationen haben wir dabei eruiert, welche Schwierigkeiten sich genau bei der Durchführung bestimmter Praktiken im Rahmen der

4 Die Begriffe *Routine* und *Gewohnheit* werden in der Literatur häufig synonym verwendet. Jan Bongaerts (2007) unterscheidet sie dagegen nach Art ihrer Entstehung: Routinen bezeichnet er als Verhaltensweisen, die ursprünglich in Form bewussten Handelns eingeübt wurden. Gewohnheiten hingegen beruhen „ihrem Bedeutungsgehalt nach auch und gerade auf der Aneignung von Verhaltensweisen [...], die nicht das Bewusstsein im Sinne eines Entwurfs, Ziels oder Plans durchlaufen haben müssen, die also auch nicht die Form propositionalen Wissens annehmen müssen“ (ebd., S. 256). Einmal etabliert werden dann jedoch sowohl Routinen als auch Gewohnheiten in der Regel unterhalb des „Radars“ eines „hoch reflexiv[en] oder gar gezielt strategisch[en]“ (Voß 1995, S. 34) Bewusstseins vollzogen.

alltäglichen Lebensführung ergeben und auf welchen Rahmenbedingungen diese beruhen. Auf diese Weise sollte das Verständnis der Problemlagen auf Seiten der Forscher*innen vertieft werden, um so perspektivisch die Basis für eine genauere Bestimmung der Anforderungen an eine adäquate Form technischer Unterstützung zu legen.

Nach diesem knappen Überblick über das empirische Vorgehen werden zwei zentrale methodische Merkmale – die Feldforschung und der partizipative Einbezug unserer Forschungspartner*innen – genauer reflektiert. Im Anschluss wird auf das besondere Verhältnis zwischen Forschungsobjekt(en) und Forschungssubjekt(en) im Rahmen unserer Erhebungsmethodik eingegangen.

Feldforschung

In Anlehnung an konzeptionelle Überlegungen zur Bedeutung des Habitats für das Verständnis sozialer Praktiken von Robert Schmidt (2008, 2012) begreifen wir die eigene Häuslichkeit als das zentrale *Habitat der Lebensführung* unserer Forschungspartner*innen und unsere Besuche dort gleichzeitig als eine Form der Feldforschung (vgl. Birken et al. 2018, Abs. 64 ff.). Grundlegend für unsere Erhebungsmethodik war es entsprechend, die verbalen Rekonstruktionen von problematischen Alltagspraktiken um die oben erwähnten Praxisdemonstrationen zu ergänzen. Den zentralen Vorteil der Datenerhebung „im Feld“ sehen wir dabei in der Möglichkeit des systematischen Einbezugs des materialen Kontextes: Die mentale Reise durch den Alltag im Rahmen des Interviewgesprächs bekommt durch die analoge faktische Wanderung durch die entsprechenden Räume sowohl Struktur als auch zusätzliche Inspiration. Die Praxisdemonstrationen erlauben zudem einen sehr direkten und differenzierten Zugang zu den interessierenden Praktiken in Form von Beobachtungen und damit einen erheblich unmittelbareren und umfassenderen Eindruck, als dies bei einer Rekonstruktion ausschließlich auf der Basis von „erzähltem Tun“ möglich wäre.

Partizipative Einbindung der Forschungspartner*innen

Wie beschrieben weist unsere Forschungsstrategie den älteren Menschen, deren alltägliche Lebensführung wir untersucht haben, eine aktive Rolle im Forschungsprozess zu. Entsprechend verorten wir unseren Ansatz im Feld der Partizipativen Forschungsmethoden (vgl. Bergold/Thomas 2012) und begreifen die älteren Menschen aus unserem Sample als *Forschungspartner*innen*. So wird ihnen z. B. im Rahmen der offenen narrativen Interviews die Möglichkeit gegeben, zu bestimmen, über welche Aspekte ihrer Lebenslage sie berichten wollen und über welche nicht. Durch einen flexiblen Umgang mit dem Interviewleitfaden wird ihren subjektiven Relevanzsetzungen der entsprechende quantitative Raum gegeben. Grundlegend für unseren Ansatz ist es zudem, den subjektiven

Relevanzsetzungen auch im Hinblick auf die Definition der zentralen Problem-
lagen im Rahmen der alltäglichen Lebensführung konsequent zu folgen: Die For-
schungspartner*innen entschieden und definierten, was als problematische
Praktik erachtet werden soll und was nicht.

Von der Forschungssubjekt-Forschungsobjekt-Dyade zum Dreiecksverhältnis

Einen wesentlichen Unterschied unseres Ansatzes zu anderen Partizipativen
Forschungsmethoden sehen wir in einer grundsätzlichen Perspektivenverschie-
bung, die sich wiederum aus den Herausforderungen der Erfassung alltäglicher
Lebensführung ergibt: Im Gegensatz zur Forschungssubjekt-Forschungsobjekt-
Dyade eines objektivistischen Wissenschaftsverständnisses, das im Kern auf ei-
ner strikten Rollentrennung zwischen dem Subjekt der Forschung (dem For-
schenden) und dem Objekt der Forschung (den „Beforschten“) basiert, lebt un-
sere Forschungsstrategie von der Grundidee der Etablierung eines *Dreiecks-
verhältnisses* zwischen den Forscher*innen, den Forschungspartner*innen und
dem gemeinsamen Forschungsgegenstand, der alltäglichen Lebensführung der
Forschungspartner*innen und der darin eingelassenen Alltagspraktiken.

Die Notwendigkeit eines triangularen Verhältnisses zwischen partnerschaft-
lich Forschenden und Beforschten ergibt sich aus der besonderen „Natur“ unse-
res Forschungsgegenstandes: Aufgrund ihrer Routinisierung lassen sich All-
tagspraktiken in der Regel nicht abstrakt in Form unmittelbar explizierbarer und
verbalisierbarer Wissensinhalte zum Gegenstand machen. Da ihr Vollzug auf
Formen impliziten (vgl. Polanyi 1985) oder „eingefleischten“ (vgl. Wacquant
2013) Wissens basiert, bedarf ihre Erschließung vielmehr eines gemeinsamen ex-
plorativen Prozesses und einer aktiven Form der Bewusstmachung, um sie der
(in unserem Fall: gemeinsamen) reflexiven Betrachtung und Analyse zugänglich
zu machen⁵. Dies kann durch eine dialogische Annäherung erreicht werden:
Während die Forschungspartner*innen – als Expert*innen ihrer eigenen Routi-
nen und Gewohnheiten – ihre Alltagspraktiken verbal und in Form konkreter
Demonstrationen rekonstruieren, kommt den Forscher*innen die Rolle zu, das
Erzählte und Demonstrierte sinnhaft nachzuvollziehen, um auf diese Weise zu
einem vertieften gemeinsamen Verständnis zu gelangen⁶. Im dialogischen Zu-

5 In Anschluss an Schindler und Liegl (2013) könnte man davon sprechen, dass es sowohl auf der
Seite der Forscher*innen als auch auf der Seite der Forschungspartner*innen besonderer praxis-
geschulter Sehfertigkeiten bedarf, um die Alltagspraktiken der Lebensführung erkenn- und ana-
lysierbar zu machen.

6 Auch ein körperlich-sinnliches Nachvollziehen der Alltagspraxen durch die Forscher*innen ist
teilweise nötig, um das subjektive Erleben der Alltagspraxen auf der Seite der Forschungs-
partner*innen besser verstehen zu können.

sammenspiel können dabei auch die eher unbewussten Routinen und Gewohnheiten der alltäglichen Lebensführung aufgedeckt und einer gemeinsamen Analyse zugänglich gemacht werden.

3 Alltag schaffen als alltägliche Praxis der Problembewältigung

Nachdem im vorangegangenen Abschnitt dargestellt wurde, auf welcher konzeptuellen Basis unser Ansatz fußt und welche Forschungsmethodik wir vor diesem Hintergrund entwickelt haben, präsentieren wir nun empirische Ergebnisse unserer Erhebungen. Der Fokus ist dabei auf unterschiedliche Formen der Problembearbeitung im Rahmen der Herstellung von Alltag gerichtet.

Zunächst hat sich im Rahmen unserer Erhebungen gezeigt, dass sich das grundsätzliche Anliegen, Problemlagen im Rahmen der alltäglichen Lebensführung älterer Menschen zu identifizieren, nur indirekt erfüllen ließ. Pointiert könnte man die wesentliche Erkenntnis so zusammenfassen: Wir haben Probleme gesucht und Lösungen gefunden.

Bei genauerer Betrachtung korrespondiert dieses empirische Ergebnis jedoch in hohem Maße mit dem praxistheoretischen Alltagsverständnis, das unserem Projekt zugrunde liegt: Begreift man alltägliche Lebensführung als aktive Herstellungsleistung eines Subjekts, lassen sich empirisch folgerichtig auch keine abstrakten Probleme „an sich“ rekonstruieren, sondern immer nur die konkreten Arten und Weisen, wie die Subjekte des Alltags versuchen, mit eben jenen Problemlagen im Rahmen ihrer Lebensführung zurecht zu kommen, also *Praktiken der Problembewältigung*⁷ vollziehen.

Die Erkenntnis, dass ältere Menschen versuchen, aktiv und selbstbestimmt mit ihren altersbedingten Einschränkungen zurecht zu kommen, ist dabei allerdings alles andere als neu. So haben Baltes und Baltes (1990) in der gerontologischen Forschung mit ihrem sogenannten SOK-Modell schon früh darauf verwiesen, dass ältere Menschen Funktionseinbußen nicht nur passiv ertragen, sondern bestrebt sind, diese aktiv auszugleichen. Zur Erhaltung ihrer Handlungskompetenz und ihrer Lebensqualität initiieren sie Prozesse der *Selektion*, der *Optimierung* und der *Kompensation*. Als *Selektion* definieren Baltes und Baltes die Auswahl von Zielen, die sich an den eigenen Rollen und dem eigenen Lebenskontext orientiert, wodurch sich gleichzeitig auch neue Entwicklungsmöglichkeiten ergeben können. Unter *Optimierung* verstehen sie eine Verbesserung von Mitteln zur Zielerreichung, z. B. durch das Üben von Fertigkeiten oder die verbesserte

7 Ausführlichere Überlegungen hierzu finden sich in Birken/Pelizäus-Hoffmeister/Schweiger (2016) und Birken et al. (2018).

Nutzung von Ressourcen. Und die *Kompensation* findet ihren Ausdruck in einer Aktivierung, dem Einsatz oder dem Erwerb geeigneter alternativer Mittel und Techniken zum Ausgleich von Funktionsverlusten.

Unsere empirischen Befunde bestätigen wesentliche Annahmen des SOK-Modells, das jedoch in seiner Grundanlage eher auf einer abstrakten Ebene angesiedelt ist und auf die inhaltlichen Zielsetzungen der jeweiligen Prozesse rekurriert.

Im Hinblick auf die praxistheoretische Fundierung unseres Ansatzes setzen wir an dieser Stelle einen anderen Schwerpunkt: Nähert man sich dem Gegenstand der Lebensführung auf der Ebene von Alltagspraktiken, lassen sich in der Lebensführung Älterer eine Vielzahl an unterschiedlichen Aktivitäten identifizieren, die praktisch zur Anwendung gebracht werden, um den Alltag trotz altersbedingter Einschränkungen zu bewältigen. Diese Praktiken der Problembewältigung sind zunächst einmal jeweils idiosynkratisch, sie lassen sich im Rahmen eines Quervergleichs aber gleichzeitig zu verschiedenen Typen zusammenfassen.

In der Zusammenschau unserer bisherigen empirischen Erhebungen schlagen wir eine Typologie mit folgenden vier Varianten der „Problembearbeitung“ vor⁸: *körperbezogene Strategien*, die *Veränderung der materialen Umwelt*, der *Rückgriff auf soziale Unterstützung* und den *Einsatz technischer Artefakte bzw. assistiver Technologien*.

In den folgenden Abschnitten werden die einzelnen Varianten jeweils inhaltlich beschrieben und anhand konkreter Beispiele aus unserer Empirie illustriert.

3.1 Körperbezogene Strategien⁹

Eine allgegenwärtige und vielleicht gerade darum auch im Rahmen einer systematischen empirischen Erhebung nicht immer auf den ersten Blick sichtbare Form des Umgangs mit körperlichen Einschränkungen bei der Bewältigung des Alltags stellen die im engeren Sinne körperbezogenen Strategien dar.

Diese zielen entweder direkt darauf ab, der Abnahme bestimmter körperlicher Ressourcen – wie Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit – durch gezielte In-

8 Die Darstellung der vier Problembearbeitungsvarianten muss an dieser Stelle nicht zuletzt auch im Hinblick auf den beschränkten Umfang unserer bisherigen Forschungsarbeiten skizzenhaft und kursorisch bleiben. Wir verstehen die dargestellte Typologie entsprechend als einen ersten Vorschlag zur Ordnung empirischer Phänomene im Sinne der Weber'schen Idealtypen (vgl. auch Birken/Pelizäus-Hoffmeister/Schweiger 2016).

9 Den Begriff der *Strategie* verwenden wir hier in einem eher metaphorischen Sinne und subsumieren dabei in Anlehnung an die weiter oben erwähnte Unterscheidung von Jan Bongaerts auch körperbezogene bzw. körpergebundene *Routinen* und *Gewohnheiten*.

terventionen entgegenzuwirken oder durch den Ausbau von Ressourcen in bestimmten Teilbereichen eine Kompensation für den Abbau in anderen Bereich zu schaffen. Gemeint sind hier alle Formen des gezielten Trainings körperlicher Fähigkeiten und Fertigkeiten, was ganz unterschiedliche Formen annehmen kann: Kurse in der Volkshochschule oder im Sportverein gehören dazu, ebenso wie die Nutzung von Trainingsgeräten im häuslichen Umfeld oder das bewusste tägliche Treppensteigen als wahrscheinlich häufigste Form der alltagsintegrierten physischen Stärkungsmaßnahme im höheren Alter.

Körperbezogene Strategien können aber auch indirekt darauf abzielen, der Abnahme körperlicher Ressourcen durch die Herausbildung bestimmter *Körpertechniken* (vgl. zum Begriff Mauss 1975) zu begegnen. In diesen Fällen wird eine bestimmte körpergebundene Alltagspraxis, deren praktischer Vollzug aufgrund sich verändernder körperlicher Voraussetzungen nicht mehr realisiert werden kann, durch eine alternative aber ebenso körpergebundene Praxis ersetzt. In vielen Fällen reicht dabei auch schon eine Umstellung *innerhalb* des physischen Handlungsvollzugs, um auf veränderte Weise zu einem Ergebnis zu gelangen, das im Hinblick auf die Aufrechterhaltung des Gesamtarrangements der Lebensführung als zumindest ausreichend erscheint.

Im konkreten Beispiel nutzten viele unserer Forschungspartner*innen das tägliche Treppensteigen im Sinne der Schaffung eines Sekundärnutzens bewusst als Möglichkeit des alltagsintegrierten körperlichen Trainings – auch unabhängig davon, ob das Treppensteigen notwendig war, um bestimmte Erledigungen ausführen zu können¹⁰. In anderen Fällen, in denen unsere Forschungspartner*innen aufgrund körperlicher Einschränkungen nicht mehr in der Lage waren, die Treppenstufen auf „normale“ Weise, also alternierend reziprok, zu überwinden, wurden alternative Körpertechniken entwickelt. Diese reichten von speziellen Varianten des Bein-Setzens zwischen den einzelnen Schritten über die Sequenzierung von Bewegungsabläufen unter Einbezug bestimmter Pausen zwischen den Teilbewegungen bis hin zu speziellen Techniken, bei denen die Stufen treppab auf dem Gesäß sitzend überwunden wurden. Treppauf kamen im Gegenzug spezielle Klammertechniken am Treppengeländer zum Einsatz, um den Rumpf in den dynamischen Phasen des Gesamtbewegungsablaufs zu stabilisieren und gleichzeitig zu sichern¹¹.

10 Vor diesem Hintergrund erschließt sich auch, warum viele unserer Forschungspartner*innen auch bei fortgeschrittenen Mobilitätseinschränkungen den Einbau eines Aufzugs oder Treppenlifts ablehnten: Sie fürchteten, auf diese Weise einer Trainingsmöglichkeit beraubt zu werden und damit Gefahr zu laufen, ihre verbliebenen körperlichen Ressourcen noch schneller zu verlieren.

11 Die Beschreibung der unterschiedlichen Körpertechniken, die von unseren Forschungspartner*innen in den verschiedenen Kontexten der Alltagsbewältigung entwickelt worden waren, ließe sich noch lange fortsetzen und stellt aus unserer Perspektive gleichzeitig einen beson-

3.2 Veränderung der materialen Umwelt

Ebenso wie die Körperstrategien sind auch bewusste Veränderungen der materialen Umwelt – als zweite Variante der Problembearbeitung – oft nicht auf den ersten Blick zu erkennen. Diese können ganz unterschiedliche Formen und Ausmaße annehmen, zielen aber ihrem Wesen nach immer darauf ab, Veränderungen auf Seite des Subjekts der Lebensführung – dem älteren Menschen –, die sich im Alltag negativ auswirken, durch Veränderungen auf Seite der Wohnumgebung – des „Habitats“ der Lebensführung – kompensatorisch entgegenzuwirken (vgl. auch dazu ausführlicher Birken et al. 2018).

Zu den bewussten Veränderungen der materialen Umwelt zählen kleinere Umgestaltungsmaßnahmen, wie die Beseitigung von Stolperschwellen oder das Umarrangieren von Möbeln und anderen Ausstattungsgegenständen, genauso wie größere Umbaumaßnahmen, z. B. die Schaffung barrierefreier Wohneingänge und Badumbauten.

Eine in der gerontologischen Literatur beschriebene und von uns ebenfalls identifizierte Strategie ist in diesem Zusammenhang die Umgestaltung bestimmter Areale der Wohnumgebung zu *Wohninseln*, die gleichzeitig als „Kontroll- und Lebenszentren“ (Claßen et al. 2014, S. 30) fungieren. Auf diesen „Inseln“ innerhalb der eigenen Häuslichkeit verbringen viele ältere Menschen einen Großteil ihres Tages und manche auch die Nächte.

In einem Beispiel aus unserer Empirie hat sich eine stark mobilitätseingeschränkte ältere Dame in ihrem Wohnzimmer eine Wohninsel rund um eine zentrale Liegestätte auf ihrem Sofa arrangiert. Die Liegestätte selbst ist dabei aus insgesamt sieben Kissen und zwei Decken aufgebaut und so angelegt, dass unsere Forschungspartnerin schmerzfrei und mit bequem hochgelagerten Beinen sitzen kann. Dinge, die sie häufig braucht, hat sie dabei in ihrer direkten Nähe angeordnet: An der Seite des Sofas lehnt der Gehstock; dort befinden sich auch die Fernbedienung des Fernsehers und ein portables Telefon. Medikamente und ein Wasserglas stehen auf dem angrenzenden Tisch bereit. Wichtige Fotografien von Angehörigen, Bilder und Erinnerungsstücke sind auf den umliegenden Regalen so drapiert, dass sie von der Liegestätte aus gut gesehen werden können und bilden auf diese Weise die sozial-emotionale Einfassung des Gesamtarrangements.

Viele Ältere in unserem Sample nutzen in vergleichbarer Weise Teile des vorhandenen Inventars, um ihre Wohnumgebung an sich verändernde Bedürfnisse anzupassen. Diese Umgestaltungsmaßnahmen lassen sich als jeweils spezifische Reaktionen auf spezielle Problemlagen verstehen, die unsere Forschungspartner*innen sukzessive – und oft im Rahmen eines lang andauernden Prozes-

ders spannenden Gegenstand im Hinblick auf die Entwicklung technischer Unterstützungssysteme dar (vgl. Kap. 4).

ses – unternommen haben, um trotz fortschreitender Einschränkungen in ihrem Alltag zurechtzukommen.

Eine besonders konsequente und im Hinblick auf das Gesamtarrangement der Lebensführung gleichzeitig einschneidende Variante der Veränderung der materialen Umwelt wäre in diesem Zusammenhang der Umzug in ein neues Zuhause. Nachdem der überwiegende Teil älterer Menschen den Verbleib im gewohnten Wohn- und Lebensumfeld aber nach wie vor präferiert (vgl. BMFJFS 2018, S. 8), stellt eine mehr oder weniger umfangreiche Anpassung der vorhandenen Wohnumgebung den weitaus häufigeren Fall dar.

3.3 Organisation sozialer Unterstützung

Eine dritte Variante des Umgangs mit altersbedingten Problemen bei der Aufrechterhaltung der alltäglichen Lebensführung stellt der Rückgriff auf soziale Unterstützung dar. Traditionell wurde und wird diese im Rahmen der geschlechter-spezifischen Arbeitsteilung zu einem überwiegenden Teil in Form unbezahlter Fürsorgearbeit von weiblichen Familienangehörigen erbracht (vgl. Beck/Beck-Gernsheim 1990). Zunehmende Bedeutung gewinnen dabei aber auch soziale Unterstützungsleistungen, die von Freund*innen, im Rahmen der Nachbarschaftshilfe und insbesondere in Form von bezahlten Dienstleistungen erbracht werden.

Praxistheoretisch betrachtet bedeuten alle Formen sozialer Unterstützung, dass die Alltägliche Lebensführung nur noch zum Teil als die Leistung einer einzelnen Person gedacht werden kann. Sie entwickelt sich hier abstrakt betrachtet zu einer Form der Kollektivleistung von mindestens zwei personalen *Partizipanden des Tuns* (vgl. Hirschauer 2004). Diese fusionieren vielleicht nicht gleich zu einem „funktionell ausgedehnte[n] [...] Megaorganismus“ (ebd., S. 87), begegnen sich im gemeinsamen Handlungsvollzug aber immer auch als konkrete Körper und sehen sich somit gleichzeitig mit der Körperlichkeit des jeweils anderen konfrontiert (vgl. hierzu auch Birken 2012).

Dieser Aspekt ist vor allem deswegen von Bedeutung, weil soziale Unterstützung häufig im Bereich der Körperpflege geleistet wird. Die Präferenzen und Akzeptanzgrade im Hinblick darauf, wieviel Konfrontation dem älteren Menschen und den Unterstützungsleistenden mit dem jeweils anderen zugemutet werden kann und soll, gingen in unserem Sample sehr weit auseinander. Einen perspektivischen Pol bildet dabei die Überzeugung, dass Hilfe und Pflege älterer Menschen eindeutig die Aufgabe der Familie sei und die Älteren ein quasi-natürliches Anrecht darauf haben, von den Angehörigen bis zum Tode gepflegt zu werden. Dass die Beteiligten dabei jeweils mit der Körperlichkeit des anderen konfrontiert werden, erscheint dabei als Selbstverständlichkeit und tritt somit nicht als Problem in Erscheinung. Den Gegenpol bildet eine Sichtweise, in der es sich schlicht nicht gehört, Angehörige oder Freund*innen mit der Bitte um Unter-

stützungsleistungen im Bereich „banaler“ Alltagsunterstützung und erst recht nicht mit der Pflege des eigenen Körpers zu behelligen. Wenn überhaupt, dann sei dies höchstens bezahlten Dienstleistern zuzumuten.

Es liegt die Vermutung nahe, dass hier milieu- und kohortenspezifische Prägnungen eine wichtige Rolle spielen, und dass sich diese auch insbesondere auf die Einschätzung auswirken, welche Formen des konkreten körperlichen Aufeinandertreffens mit welchen Anderen und in welchen Situationen als schamhaft empfunden werden oder nicht.

Wie kreativ und einfallsreich die Organisation sozialer Unterstützung in der Praxis grundsätzlich organisiert werden kann, zeigt das Beispiel einer Forschungspartnerin mit Migrationshintergrund, die äußerst geschickt darin ist, ein ganzes Netzwerk an Helfer*innen bei der Stange zu halten. So lädt sie in regelmäßigen Abständen Freundinnen aus ihrem Herkunftsland ein, die im Rahmen längerer Besuche gleichzeitig für die Grundreinigung ihrer Wohnung sorgen. Fahrten zum Arzt übernimmt die Nichte, die vor Ort lebt oder alternativ ein Nachbar aus dem Erdgeschoss. Auf dem regelmäßigen Weg zur Physiotherapiepraxis wird ihr auf der Basis einer impliziten Abmachung vom Besitzer eines auf halbem Wege gelegenen Back-Shops ein Stuhl für die dringend benötigte Sitzpause bereitgestellt. Und ihre behandelnde Physiotherapeutin bittet sie gelegentlich, ihr unverständliche Arztbriefe zu „übersetzen“.

Besonders wichtig ist der betreffenden Forschungspartnerin dabei ein adäquater Ausgleich für die erbrachten Unterstützungsleistungen. Als Formen der Gegenleistung dienen zum Beispiel Geldgeschenke für die Freundinnen, die Betreuung der Kinder ihrer Nichte und kleine Präsente aus dem Back-Shop für den Nachbarn oder die Physiotherapeutin. In der Summe ermöglichen es die ausdifferenzierten Unterstützungsleistungen aus dem gleichzeitig lokal verorteten und transnational gespeisten sozialen Netzwerk unserer Forschungspartnerin, ihre alltägliche Lebensführung trotz schwerwiegender körperlicher Beeinträchtigungen in einem hohen Maße selbstbestimmt aufrechtzuerhalten.

Die Bewältigung des Alltags stellt sich in diesem Beispiel tatsächlich als eine Kollektivleistung dar – wobei die konkrete Ausgestaltung der unterschiedlichen Alltagspraktiken wiederum maßgeblich davon abhängt, welche konkreten Herausforderungen sich aus der materialen Verfasstheit der Lebensumwelt ergeben, welche Ressourcen der Person selbst noch zur Verfügung stehen und welche Beiträge von anderen personalen *Partizipanden des Tuns* notwendig sind, um diese zu meistern.

3.4 Einsatz technischer Artefakte und assistiver Technologien

Wenn es in aktuellen Debatten um die Frage geht, ob die Substitution von Menschen erbrachter Unterstützungsleistungen im Alltag älterer Menschen durch

technische Artefakte und assistive Technologien befördert werden soll, gerät häufig aus dem Blick, dass die alltägliche Lebensführung in einer technisch hochentwickelten Gesellschaft wie der unseren generell – und nicht nur bei älteren Menschen – in hohem Maße durch technische Artefakte¹² geprägt ist. Das Spektrum reicht von elektronischen und zunehmend digitalen Haushaltsgeräten über Informations- und Kommunikationsmedien bis hin zu den diversen Transportmedien multimodaler Mobilitätsketten.

Die Frage, *ob* technische Artefakte und assistive Technologien für die alltägliche Lebensführung älterer Menschen eine zentrale Rolle spielen sollen, erscheint aus dieser Perspektive in gewisser Weise obsolet. Vielmehr sollte es im Kern um die Frage gehen, *wie* technische Systeme gestaltet sein müssen, damit sie einen positiven Beitrag dazu leisten können, dass ältere Menschen ihren Alltag auch tatsächlich möglichst lange selbstständig aufrechterhalten können. Dass ethischen Aspekten und Erwägungen dabei eine zentrale Rolle zukommt, versteht sich von selbst, stellt aber die Sinnhaftigkeit der generellen Beschäftigung mit der Frage, was Technik leisten *könnte*, keineswegs in Frage.

In der Praxis haben bis dato ohnehin nur wenige speziell für ältere Menschen entwickelte assistive Produkte und Technologien in der Breite Einzug in das häusliche Wohnumfeld gehalten¹³. Ein wichtiger Grund hierfür dürfte, wie schon angesprochen, sein, dass sich das Wissen um die realen Herausforderungen bei der Aufrechterhaltung einer selbstständigen Form der Lebensführung im Alter auf der Seite der Technikentwickler nach wie vor in Grenzen hält. Die relativ geringe Verbreitung von technischen Produkten und Unterstützungssystemen, die sich explizit an die Zielgruppe der Älteren richten, als Indiz für eine generelle Technikaversion in dieser Altersgruppe zu deuten, stellt aus unserer Sicht indes einen Fehlschluss dar.

Entgegen der These einer universellen Technikskepsis bei den älteren Generationen zeigen unsere Befunde, dass eine grundlegende Bereitschaft zur Techniknutzung besteht, wenn mit der Nutzung bestimmter Technologien und Systeme tatsächlich ein echter Mehrwert im Rahmen der alltäglichen Lebensführung verbunden ist und sich die Techniknutzungsbarrieren gleichzeitig in Grenzen halten.

So bedienen sich viele unserer Forschungspartner*innen schon jetzt aktueller Kommunikationsformen wie Videotelefonie oder Gruppenkommunikationsan-

12 Wir orientieren uns an dieser Stelle an einem weiten Technikbegriff im Sinne Rammerts. Dieser umfasst „die Gesamtheit derjenigen kreativ und kunstfertig hervorgebrachten Verfahren und Einrichtungen, [...] die in Handlungszusammenhängen als Mittler eingebaut werden, um Tätigkeiten in ihrer Wirksamkeit zu steigern, um Wahrnehmungen in ihrer Intensität zu stärken und um Abläufe in ihrer Verlässlichkeit zu sichern“ (Rammert 2002, S. 595).

13 Eine Ausnahme bilden dabei sog. Hausnotrufsysteme, die mittlerweile fast flächendeckend zur Verfügung stehen und breit genutzt werden.

wendungen auf Smartphones und Tablets – und dies selbst dann, wenn sie im Rahmen ihrer individuellen Technikbiographien erst sehr spät mit digitaler Technik in Berührung gekommen sind. Hierbei bieten moderne Bedienungsflächen, die auf eine intuitive Handhabung und spielerische Erschließung angelegt sind, besonders auch für diejenigen Nutzer neue Möglichkeiten, die im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit nicht oder nicht mehr mit der Einführung von PCs und der entsprechenden Programme in Berührung gekommen sind und die entsprechenden Einstiegshürden auch in ihrem späteren Leben nicht mehr bewältigen konnten oder wollten (vgl. dazu auch ausführlich Pelizäus-Hoffmeister 2013a; Pelizäus-Hoffmeister 2013b).

4 Fazit und Ausblick

4.1 Alltägliche Lebensführung als (doppelt) materiale Praxis

Das Beispiel der unterschiedlichen *Praktiken der Problembewältigung*, die unsere Forschungspartner*innen zum Einsatz gebracht haben, um ihre jeweils individuellen Arrangements Alltäglicher Lebensführung in der eigenen Häuslichkeit aufrechterhalten zu können, macht aus unserer Sicht deutlich, dass Lebensführung konzeptionell – zumindest auch – als eine Form der *Auseinandersetzung von Körpern und materialer Umwelt* begriffen werden sollte.

Versteht man die Herstellung von Alltag als Zielsetzung und das herstellende Subjekt als den zentralen Motor dieses jeden Tag aufs Neue aktiv zu gestaltenden Vollzugsgeschehens, dann lässt sich die Praxis der Alltagsgenerierung gleichzeitig in doppelter Weise als material begreifen: einerseits, weil das Subjekt der Lebensführung nicht nur abstrakter Handlungsträger ist, sondern immer auch konkreter Akteur, dessen Herstellungsleistung an einen Körper rückgebunden ist, der eben jene Herstellung praktisch vollziehen muss. Als agierender Körper bewegt sich das seinen Alltag herstellende Subjekt andererseits nicht nur in einem Feld mehr oder weniger abstrakter gesellschaftlicher Anforderungen, die in ein Gesamtarrangement der Lebensführung integriert werden müssen. Es bewegt sich immer auch in einer ganz konkreten materialen Umwelt, deren faktisches Sosein der Herstellung von Alltag mehr oder weniger zuträglich sein kann. Die doppelte Materialität der Lebensführung besteht entsprechend darin, dass ihr praktischer Vollzug immer von materialen Körpern in einer ebenso materialen Umwelt geleistet werden muss.

In Hinblick auf die Weiterentwicklung des Konzepts der Alltäglichen Lebensführung wäre in diesem Zusammenhang zu diskutieren, ob die systematische Beschäftigung mit dem konkreten Vollzugsgeschehen der Herstellung von Alltag und den darin eingelassenen Alltagspraktiken mit all ihren materialen Aspekten analytisch betrachtet als eigene Untersuchungsebene „unterhalb“ der Ebene der

Integration unterschiedlicher gesellschaftlicher Anforderungen und Einbindungen in ein Gesamtarrangement der Lebensführung zu begreifen ist, oder ob Lebensführung als „eine vermittelnde Kategorie zwischen gesellschaftlichen Bedingungen und individuellem Verhalten“ (Müller/Wehrich 1990, S. 45) ihrem Begriff und Anspruch nach immer schon beide Ebenen umfasst.

Auch wenn man von letzterem ausgeht, wäre nach unserer Einschätzung zumindest zu konstatieren, dass der praktische Vollzug von Alltag in der bisherigen Forschungstradition zur Alltäglichen Lebensführung nur eine sehr untergeordnete Rolle gespielt hat.

Eine intensivere Beschäftigung mit den Alltagspraktiken und der (doppelten) Materialität der Lebensführung böte unseres Erachtens hingegen nicht zuletzt interessante Ansatzpunkte für eine weitere Intensivierung des Austausches zwischen der Lebensführungsforschung und thematisch benachbarten Forschungstraditionen:

So wird beispielsweise in der *Gerontologie* seit den 1990er Jahren das Zusammenspiel zwischen Person und Umwelt als eine entscheidende Variable für gelingendes Altern in den Mittelpunkt gerückt¹⁴ (vgl. Saup 1993; Wahl/Oswald 1998; Mollenkopf et al. 2004). In diesem Zusammenhang wird die Forderung erhoben, „das Altern nicht allein in der Verantwortung des alten Menschen zu belassen“ (Wozniak 2010, S. 29), sondern die Umwelt so zu gestalten, dass sie anregend, fördernd und unterstützend wirkt.

Die Perspektive eines mehr oder weniger gut funktionierenden „Matchings“ zwischen Subjekt- und Umwelteigenschaften als Voraussetzung für ein selbständiges Leben wird auch in den *Disability Studies* schon seit längerem intensiv diskutiert. Ihren Niederschlag hat sie nicht zuletzt in einem veränderten Behinderebegriff gefunden, dem zufolge „Behinderung durch die gesellschaftlichen Umstände entsteht, die eine gleichberechtigte Teilhabe und ein selbstbestimmtes Leben erschweren: Behindert ist man nicht, behindert wird man“ (Achtelik 2019, S. 34).

Eine intensivere Auseinandersetzung mit den benannten Forschungslinien in der Gerontologie und den Disability Studies könnte vor allem im Hinblick auf die Frage interessant sein, welche Voraussetzungen es auf der Ebene der materialen Ausgestaltung des gesamtgesellschaftlichen Habitats braucht, um gelingende Lebensführung auch für diejenigen möglich zu machen, die nicht das Privileg genießen, mit einer ressourcentechnischen „Vollausstattung“ durchs Leben gehen zu können.

Ein grundlegender Beitrag des Konzepts der Alltäglichen Lebensführung könnte dabei darin bestehen, ein Verständnis dafür zu wecken, dass der erfolg-

14 Programmatisch formuliert dazu Winfried Saup schon 1993: „Die menschliche Existenz ist raumgebunden und braucht zur Entfaltung die konkrete alltägliche Umwelt“ (Saup 1993, S. 10).

reiche Vollzug der eigenen Lebensführung für niemanden selbstverständlich ist, sondern immer eine spezifische Leistung darstellt, zu der das Subjekt durch und in Gesellschaft ermächtigt werden muss.

4.2 Problembearbeitungspraxen als Anknüpfungspunkte für Technikentwicklung

Neben den vorangegangenen Überlegungen bieten ein praxistheoretisch inspiriertes Verständnis der Herstellung von Alltag und die systematische Analyse der darin eingelassenen Alltagspraktiken unserer Einschätzung nach auch erhebliche Potenziale für die konkrete Entwicklung technischer Unterstützungssysteme für ein möglichst selbstständiges Leben im höheren Alter.

Zunächst plädieren wir dafür, die *älteren Menschen selbst als Expert*innen ihres Alltags* und ihrer Bedürfnisse ernst zu nehmen und sie als gleichberechtigte Forschungspartner*innen partizipativ an der Produktentwicklung zu beteiligen. Die Entwicklung technischer Unterstützungssysteme macht unserer Überzeugung primär in Bereichen der Alltagsgenerierung Sinn, die *erstens* von den Älteren selbst als problematisch erlebt werden und die *zweitens* im Hinblick auf das Gesamtarrangement der Lebensführung relevant genug sind, um den mit der Implementation von Technik immer verbundenen Aufwand (vgl. dazu ausführlicher Pongratz/Birken 2015) auch zu rechtfertigen. Darüber hinaus darf der ganz konkrete *materiale Kontext der Alltäglichen Lebensführung* nicht außer Acht gelassen werden. Er bestimmt ganz grundlegend, welche materiale „Form“ technische Artefakte annehmen können, um problemlos in den Vollzug des Alltags integriert werden zu können¹⁵.

Nimmt man unsere oben diskutierten praxistheoretischen Argumente ernst, so ergeben sich zudem ganz neue Optionen: Die etablierten Problemlösungsstrategien können selbst als Bezugspunkt für Technikentwicklung verstanden werden. Durch sie ergeben sich neue, bislang unerschlossene Anwendungsfelder für Technik, die gerade aufgrund ihres Anknüpfens an Alltagsroutinen gute Chancen haben, von den Älteren auch tatsächlich akzeptiert zu werden.

Die beschriebenen vier Varianten der Problembearbeitung lassen sich gleichzeitig in vielen Fällen als *funktionale Äquivalente* begreifen. Viele Problemlagen im Alltag älterer Menschen lassen sich auf unterschiedliche Art und Weise bearbeiten: durch die (Wieder-)Aneignung spezieller körperlicher Ressourcen und die Ausbildung spezieller Körpertechniken, durch eine Veränderung der materi-

15 Als Beispiel: Eine Gehhilfe wie ein Rollator muss nicht nur als Unterstützungssystem im Zusammenspiel mit seinem personalen Nutzer funktionieren, er muss als konkreter Gegenstand auch in einem Passungsverhältnis zu den materialen Gegebenheiten der eigenen Häuslichkeit stehen.

alen Umwelt, den Rückgriff auf Formen sozialer Unterstützung oder den Einsatz technischer Artefakte – oder aber auch durch den Einsatz spezifischer Kombinationen von Elementen aus diesen idealtypischen Bewältigungsformen.

Mit Blick auf Technikentwicklung ist dabei zu beachten, dass es in den meisten Fällen keinen „one best way“ im Sinne des Scientific Management (Taylor 1911/2006) von Alltagsproblemen geben dürfte und sich die jeweiligen Problemlösungen durch unterschiedliche Grade der Viabilität (Glaserfeld 2012) auszeichnen. Die systematische Gegenüberstellung möglicher technischer Unterstützungssysteme mit den anderen Varianten der Problembearbeitung für spezifische Anwendungsfelder des Alltags stellt aus unserer Sicht in jedem Fall eine sinnvolle Grundlage für die valide Einschätzung der Erfolgsaussichten von Technik für ein selbständiges Leben dar.

Literatur

- Achtelik, Kirsten (2019): Leidvermutung. Pränataldiagnostik und das Bild von Behinderung. In: *Aus Politik und Zeitgeschichte* 69 (6-7), S. 31–36.
- Baltes, Paul B./Baltes, Margret M. (1990): Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In: Baltes, Paul B./Baltes, Margret M. (eds.): *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. New York: Cambridge University Press, pp. 1–34.
- Beck, Ulrich/Beck-Gernsheim, Elisabeth (1990): *Das ganz normale Chaos der Liebe*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Bergold, Jarg/Thomas, Stefan (2012): Partizipative Forschungsmethoden: Ein methodischer Ansatz in Bewegung. In: *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research* 13 (1), Art. 30.
- Birken, Thomas (2012): Interaktive Arbeit – Arbeit im Angesicht des Anderen und in Echtzeit. In: Dunkel, Wolfgang/Bienzeisler, Bernd (Hrsg.): *3sResearch. Sozialwissenschaftliche Dienstleistungsforschung*. Stuttgart: Fraunhofer Verlag (CD-Rom).
- Birken, Thomas/Pelizäus-Hoffmeister, Helga/Schweiger, Petra (2016): Judging the desirability and acceptance of assistance systems for the elderly. Lessons learned with a fieldwork approach. In: Bui, Tung X./Sprague, Ralph H. (eds.): *Proceedings of the 49th Annual Hawaii International Conference on System Science*. Los Alamitos: IEEE Computer Society Press, pp. 579–588.
- Birken, Thomas/Pelizäus-Hoffmeister, Helga/Schweiger, Petra/Sontheimer, Rainer (2018): Technik für ein selbstbestimmtes Leben im Alter – eine Forschungsstrategie zur kontextintegrierenden und praxiszentrierten Bedarfsanalyse. In: *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research* 19 (1), Art. 3.
- BMFSFJ – Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2018): „Länger zuhause leben. Ein Wegweiser für das Wohnen im Alter“. Online: www.bmfsfj.de/blob/94192/15dde86ed67cf4fa5e19772f3e249d88/laenger-zuhause-leben-deutsch-data.pdf (Abfrage: 08.04.2019).
- Bongaerts, Gregor (2007): Soziale Praxis und Verhalten – Überlegungen zum Practice Turn in Social Theory. In: *Zeitschrift für Soziologie* 36 (4), S. 246–260.
- Claßen, Karin/Oswald, Frank/Doh, Michael/Kleinemas, Uwe/Wahl, Hans-Werner (2014): *Umwelten des Alterns. Wohnen, Mobilität, Technik und Medien*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Clemens, Wolfgang (2004): Lebenslage und Lebensführung im Alter – zwei Seiten einer Medaille? In: Backes, Gertrud M./Clemens, Wolfgang/Künemund, Harald (Hrsg.): *Lebensformen und Lebensführung im Alter*. Wiesbaden: Springer VS, S. 43–58.

- Compagna, Diego (2018): Partizipation und Moderne: Nutzerorientierte Technikentwicklung als missverstandene Herausforderung. In: Künemund, Harald/Fachinger, Uwe (Hrsg.): *Alter und Technik. Sozialwissenschaftliche Befunde und Perspektiven*. Wiesbaden: Springer VS, S. 177–206.
- Elsbernd, Astrid/Lehmeyer, Sonja/Schilling, Ulrike (2014): *So leben ältere und pflegebedürftige Menschen in Deutschland. Lebenslagen und Technikentwicklung*. Lage: Jacobs.
- Endter, Cordula (2018). How older people matter – Nutzer- und Nutzerinnenbeteiligung in AAL-Projekten. In: Künemund, Harald/Fachinger, Uwe (Hrsg.): *Alter und Technik. Sozialwissenschaftliche Befunde und Perspektiven*. Wiesbaden: Springer VS, S. 207–225.
- Glaserfeld, Ernst von (2012): Einführung in den radikalen Konstruktivismus. In: Watzlawick, Paul (Hrsg.): *Die erfundene Wirklichkeit. Wie wissen wir, was wir zu wissen glauben? Beiträge zum Konstruktivismus*. München, Zürich: Piper, S. 16–38.
- Heinze, Rolf G. (2018): *Alter und Technik*. In: Künemund, Harald/Fachinger, Uwe (Hrsg.): *Alter und Technik. Sozialwissenschaftliche Befunde und Perspektiven*. Wiesbaden: Springer VS, S. 15-31.
- Hirschauer, Stefan (2004): *Praktiken und ihre Körper. Über materielle Partizipanden des Tuns*. In: Hörning, Karl H./Reuter, Julia (Hrsg.): *Doing culture. Neue Positionen zum Verhältnis von Kultur und sozialer Praxis*. Bielefeld: transcript, S. 73–91.
- Jurczyk, Karin/Voß, G. Günter/Wehrich, Margit (2016): Alltägliche Lebensführung – theoretische und zeitdiagnostische Potenziale eines subjektorientierten Konzepts. In: Alleweldt, Erika/Röcke, Anja/Steinbicker, Jochen (Hrsg.): *Lebensführung heute. Klasse, Bildung, Individualität*. Weinheim, Basel: Beltz Juventa, S. 53–87.
- Kudera, Werner (1995): Zusammenfassung der Ergebnisse. In: Projektgruppe „Alltägliche Lebensführung“ (Hrsg.): *Alltägliche Lebensführung. Arrangements zwischen Traditionalität und Modernisierung*. Opladen: Leske + Budrich, S. 331–370.
- Mauss, Marcel (1975): *Die Techniken des Körpers*. In: Mauss, Marcel: *Soziologie und Anthropologie*. München: Hanser, S. 199–217.
- Merkel, Sebastian/Kucharski, Alexander (2018): Participatory Design in Gerontechnology: A Systematic Literature Review. In: *The Gerontologist* 59 (1), pp. 16–25.
- Meyer, Sibylle (2018): Technische Assistenzsysteme zu Hause – warum nicht? Vergleichende Evaluation von 14 aktuellen Forschungs- und Anwendungsprojekten. In: Künemund, Harald/Fachinger, Uwe (Hrsg.): *Alter und Technik. Sozialwissenschaftliche Befunde und Perspektiven*. Wiesbaden: Springer VS, S. 147–176.
- Mollenkopf, Heinrich/Oswald, Frank/Wahl, Hans-Werner/Zimber, Andreas (2004): Räumlich-soziale Umwelt älterer Menschen: Die ökogerontologische Perspektive. In: Kruse, Andreas/Martin, Mike (Hrsg.): *Enzyklopädie der Gerontologie. Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht*. Bern: Huber, S. 343–361.
- Müller, Hans-Peter/Wehrich, Margit (1990): *Lebensweise – Lebensführung – Lebensstile. Eine kommentierte Bibliographie*. Forschungsberichte der Fakultät für Pädagogik der Universität der Bundeswehr München. München/Neubiberg: Universität der Bundeswehr München.
- Paetzold, Kristin/Nitsch, Verena (2015): Beschreibung eines kompetenzorientierten Ansatzes für die Gestaltung technischer Unterstützungssysteme. In: Weidner, Robert/Redlich, Tobias (Hrsg.): *Technische Unterstützungssysteme, die die Menschen wirklich wollen*. Hamburg: Helmut-Schmidt-Universität, S. 19–29.
- Pelizäus-Hoffmeister, Helga (2013a): Zur Bedeutung von Technik im Alltag Älterer. Theorie und Empirie aus soziologischer Perspektive. Wiesbaden: Springer VS.
- Pelizäus-Hoffmeister, Helga (2013b): Gesellschaftliche Teilhabe Älterer durch Alltagsmobilität. In: *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research* 15 (1), Art. 11.
- Pflüger, Jessica (2012): Triangulation in der arbeits- und industriesoziologischen Fallstudienforschung. In: *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 64 (1), S. 155–173.
- Polanyi, Michael (1985): *Implizites Wissen*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Pongratz, Hans J./Birken, Thomas (2015): Praktikanz als Zieldimension anwendungsorientierter Forschung. In: *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research* 16 (3), Art. 9.

- Projektgruppe „Alltägliche Lebensführung“ (Hrsg.) (1995): *Alltägliche Lebensführung. Arrangements zwischen Traditionalität und Modernisierung*. Opladen: Leske + Budrich.
- Rammert, Werner (2002): *Techniksoziologie*. In: Endruweit, Günter/Trommsdorff, Gisela (Hrsg.): *Wörterbuch der Soziologie*. Stuttgart: Lucius und Lucius, S. 594–604.
- Reckwitz, Andreas (2003): *Grundelemente einer Theorie sozialer Praktiken. Eine sozialtheoretische Perspektive*. In: *Zeitschrift für Soziologie* 32 (4), S. 282–301.
- Saup, Winfried (1993): *Alter und Umwelt. Eine Einführung in die Ökologische Gerontologie*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Schindler, Larissa/Liegl, Michael (2013): *Praxisgeschulte Sehfertigkeit. Zur Fundierung audiovisueller Verfahren in der visuellen Soziologie*. In: *Soziale Welt* 64 (1-2), S. 51–67.
- Schmidt, Robert (2008): *Das Zusammenspiel von Habitat und Habitus und die Sozialität der Artefakte: zur empirischen Rekonstruktion der praktischen Logik von Programmierung und Softwareentwicklung*. In: Rehberg, Karl-Siegbert (Hrsg.): *Die Natur der Gesellschaft. Verhandlungen des 33. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Kassel 2006*. Frankfurt a.M., New York: Campus, S. 1961–1967.
- Schmidt, Robert (2012): *Soziologie der Praktiken. Konzeptionelle Studien und empirische Analysen*. Berlin: Suhrkamp.
- Taylor, Frederick Winslow (1911/2006): *The Principles of Scientific Management*. New York: Cosimo.
- Voß, G. Günter (1995): *Entwicklung und Eckpunkte des theoretischen Konzepts*. In: Projektgruppe „Alltägliche Lebensführung“ (Hrsg.): *Alltägliche Lebensführung. Arrangements zwischen Traditionalität und Modernisierung*. Opladen: Leske + Budrich, S. 23–43.
- Voß, G. Günter (2001): *Der eigene und der fremde Alltag*. In: Voß, G. Günter/Wehrich, Margit (Hrsg.): *Neue Beiträge zur Soziologie Alltäglicher Lebensführung*. München, Mering: R. Hampp, S. 203–217.
- Wacquant, Loïc (2013): *Homines in Extremis: What fighting scholars teach us about Habitus*. In: *Body & Society* 20 (3), pp. 3–17.
- Wahl, Hans-Werner/Frank, Oswald (1998): *Eine ökopyschologische Analyse der Kompetenz im höheren Lebensalter: Das Beispiel Sehbeeinträchtigung*. In: Kruse, Andreas (Hrsg.): *Psychosoziale Gerontologie. Band 2: Intervention*. Göttingen: Hogrefe, S. 13–37.
- Wozniak, Dagmara (2010): *Adaptationsprozesse im Alter. Die Bedeutung individueller und infrastruktureller Ressourcen für das Wohlbefinden im hohen Alter*. Heidelberg: Ruprecht-Karls-Universität.

