

III. Exploration

1. Einstellung zur völligen Aufgabe der Berufstätigkeit
 - a. Was halten Sie allgemein für das günstigste Pensionierungs-
alter für Leute, die einen ähnlichen Beruf wie Sie aus-
üb(t)en? (Begründung erheben)
 - b. Sie sind jetzt noch (teilweise) beruflich tätig. -
Wieviele Wochenstunden kommen da so ungefähr zusammen?
Und wie lange haben Sie vor, diese Tätigkeit noch beizu-
behalten? Oder was soll sich im Hinblick auf diese Tätig-
keit in näherer oder weiterer Zukunft verändern?
 - c. noch arbeiten Sie voll (stunden-oder tageweise, als Haus-
frau). - Was würden Sie sagen, sind jetzt für Sie die
angenehmen Seiten dieser Tätigkeit?
Und was sind die unangenehmen Seiten?
 - d. Und wie stellen Sie sich die Zeit vor, wenn Sie jede beruf-
liche Tätigkeit aufgeben haben? - Was wird dann?
2. Generelle Zukunftseinstellung
 - a. Sagen Sie, ~~was denken Sie, wird dieses Jahr alles noch bringen?~~ wenn Sie so
ganz allgemein an die Zeit denken, die vor Ihnen liegt....
Was sagen Sie da?....(spontanen Bericht festhalten)
 - b. Was denken Sie, wird dieses Jahr alles noch bringen?
(spontanen Bericht festhalten)
 - c. Was für (positive) Erwartungen, was für Wünsche haben Sie
in bezug auf das kommende Jahr? Über was würden Sie sich
besonders freuen?
 - d. Und vielleicht gibt es auch irgendwelche Befürchtungen....?
Was befürchten Sie am meisten? - Warum? Und was vielleicht
noch?
 - e. Sagen Sie, was für Pläne und Aufgaben haben Sie für 1966/
1967? (spontane Reaktion festhalten)
irgendwelche Reisen, Ausflüge, Kuraufenthalte? Wohin soll
es gehen? Bekannte Ziele, neue Ziele?
Besuche und Einladungen?
Haben Sie vor, etwas für Ihre Gesundheit zu tun?
Veränderungen in der Wohnung, am Haus? Welcher Art?
 - f. Einmal angenommen, Sie brauchten auf gar nichts Rücksicht
zu nehmen - es stünde Ihnen gar nichts im Wege:
Was wünschen Sie sich dann für sich selbst?
Für Ihre Frau (Ihren Mann)?
Für Ihre Kinder? Was sollte sich im Leben Ihrer Kinder
verändern, damit Sie ganz zufrieden sein könnten?
Was wünschen Sie sich für Ihre Enkel?
 - g. Nun sagen Sie, - es geht ja uns allen im Leben so, daß
man sich einmal sagt: dies und jenes hätte ich gern, möch-
te ich gern tun oder haben, aber es geht nun einmal nicht.
Kennen Sie eine solche Situation auch?
Was würden Sie gerne tun oder haben, was nun einmal nicht
geht? (unerfüllbare Wünsche) - Und warum läßt sich das
nicht verwirklichen? - Und was noch?

Explorationleitfaden (Fortsetzung)

- h. Wenn Sie nun doch noch einmal Ihr ganzes Leben zurückblickend überschauen, was würden Sie sagen, sind in Ihrem Leben die unerfüllt gebliebenen Wünsche?
Was hatten Sie sich anders vorgestellt? - Und was noch? (Bitte vorsichtig explorieren, ab wann man es aufgegeben hat, bestimmte Ziele zu verfolgen, bestimmte Dinge zu erhoffen.)
- i. So, nun etwas anderes. - Wenn Sie heute völlig unerwartet 500 DM bekämen (sei es, daß Sie sie im Lotto oder vielleicht bei einem Preisausschreiben gewinnen, sei es, daß Ihnen sonst jemand das zukommen läßt)... Was würden Sie damit anfangen? (ausführlich schildern lassen)
- j. Angenommen, Sie bekämen von irgendjemandem eine 4-Wochen-einladung nach Amerika, eine Einladung mit Fahrkarte, es entstehen Ihnen also keine finanziellen Umkosten...
Was würden Sie tun?
(annehmen: Was würde Sie besonders reizen? was würden Sie dort machen?
ablehnen: Was ließe Sie davor zurückschrecken? Was befürchten Sie?)

3. Überleitung zur Selbsteinschätzungsskala (Rosenberg)

Und nun etwas ganz anderes:

Wenn Sie nun sich selbst, Ihr Wesen -, Ihre persönliche Art etwas beschreiben würden....

Wenn Sie vielleicht einem anderen Menschenehrlich sagen würden, wie Sie sind, was typisch für Sie ist, was würden Sie da sagen?

Es ist ja oft so, daß andere Menschen, mit denen man so ab und zu zusammenkommt, einen anders sehen, als man ist....

Was würden Sie meinen, würden andere Menschen von Ihnen sagen? (gegebenenfalls Hilfestellung geben: mancheiner wirkt z.B. stolz, wird für stolz gehalten, und in Wirklichkeit ist er nur schüchtern und unsicher.....)

Und wenn einer Sie verkennen würde, was würde der dann vielleicht von Ihnen sagen?