

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten.
Übernahme von Textauszügen nur mit folgender Quellenangabe: Interview Nr. 21 für die Studie „Arbeit lohnt sich immer?!“
© 2025 by Evangelischer Fachverband für Arbeit und soziale Integration e.V. / Sozialunternehmen NEUE ARBEIT gGmbH

Interview Nr. 21

Alexander P.

Ort: Arbeitshilfeträger in einer Großstadt in Süddeutschland

Termin: Mai 2024

Dauer: 1 h 32 min

(22 Sekunden Pause)

I Die Rahmenbedingungen sind klar, können wir gleich loslegen. (10 Sekunden Pause) Ja. Erzähl mal was über deine Biografie, wie du so aufgewachsen bist und im Hinblick auch auf den Berufsweg, den du dann eingeschlagen hast.

B Ich bin in [Interviewort, Großstadt in Süddeutschland] aufgewachsen, habe eine Schwester, meine beiden Eltern waren verheiratet bis kurz vor meinem 18. Lebensjahr. (.) Ich habe Abitur gemacht, dann Zivildienst, dann habe ich mit dem Studium angefangen, der Volkswirtschaftslehre in [Mittelstadt in Süddeutschland]. Ich habe mein Vordiplom gemacht, bin ein Jahr ins Ausland gegangen nach [Großstadt in den USA], also ein Austauschjahr, was finanziert wird. Also man zahlt keine Studiengebühren, war in [gleiche Stadt] dann ein Jahr an der Uni dort. Bin wieder zurückgekommen, bin dann nach [Großstadt in Norddeutschland] gewechselt zur Uni und habe dann etwas verspätet ... Also ich habe glaube ich 14 Semester gebraucht, um dann meine Diplomarbeit zu beenden. Was sich am Ende herausgezögert hat, war eben, dass ich in so einer Art, wie soll ich sagen, als sich das Ende des Studiums abgezeichnet hat, wusste ich eigentlich nicht genau, wie es weitergehen soll. (...) Deswegen glaube ich, habe ich auch es mir ein bisschen Zeit gelassen mit der Diplomarbeit. (.) Und in dem Zeitpunkt, also da war ich Mitte 20, glaube ich, haben auch die ersten Anzeichen an Depressionen angefangen, dass ich tagelang irgendwie nicht aus dem Bett gekommen bin. (...) Was ich damals aber nicht als Depression erkannt hatte. Also ich dachte, das ist schon seltsam, aber irgendwie geht das vielleicht vorbei. Das ging dann aber einige Monate so und dann bin ich auch mal zu einem Psychotherapeuten gegangen, der mir eine Therapie empfohlen hat. Aber ich habe das dann irgendwie von der Hand gewischt, weil ich dachte, das wird zu lang dauern. Und ich bin dann fast fertig mit dem Studium. Dann wird ja eh ein Wechsel jetzt auf mich zukommen, höchstwahrscheinlich. Also entweder Ortswechsel oder damals habe ich mich schon mit dem Gedanken getragen, (...) in die USA zu gehen, also auszuwandern, wie man das so schön sagt. (.) Und es hat sich auch zu dem Zeitpunkt ergeben, dass ich die Green Card in der Lotterie gewonnen hatte. (.) Da gibt es ja diese formlose Bewerbung, kann man da abschicken. Und es werden 50.000 Greencard pro Jahr ausgegeben und ich war einer davon. (.) Und es hatte sich dann auch ergeben, dass ich, als ich dann letzten Endes meine Diplomarbeit fertig hatte, auch in dem Jahr die Green Card bekommen habe und auch eine Freundin von mir, die ich damals im Austauschjahr kennengelernt hatte, angefangen hat in [weitere Großstadt in den USA] zu studieren und ich mich damals auch in [gleiche Stadt] verliebt hatte und dann mich entschied, (.) jetzt versuchen, es in [gleiche Stadt] zu versuchen. Mit der Green Card, mit einem frischen Abschluss, dachte ich, okay, irgendwas werde ich da schon deichseln können. Meine Freundin

ist dort, ich bin in der Stadt, in der ich gerne [sein] will, ich bin weg aus Deutschland. Es war immer schon so eine Art Wunsch von mir, mal im Ausland zu leben. (...) Und ich wusste auch nicht genau, wo in Deutschland, ich hatte keine wirkliche Lust nach dem Studium, irgendwo in Deutschland anzufangen, in irgendeiner Kleinstadt, da von vorne anzufangen. Dann dachte ich mir, wenn ich schon von vorne anfangen muss, dann warum gehe ich nicht in die Stadt, die mir so gut gefallen hat. (...) Die Schwierigkeiten sind die gleichen immer. Ob ich jetzt nach [Großstadt in Süddeutschland] gehe oder nach [Großstadt in den USA] ist letzten Endes vergleichbar, dachte ich mir. (...) Dann war ich in [Großstadt in den USA], das war leider kurz nach dem 11. September, da war so eine Mini-Rezession dort, ich habe dann vier Monate gebraucht, bis ich einen Zeitarbeitsjob gefunden habe. Das war bei einer Anwaltsfirma, also eine dieser [Stadtviertel] Unternehmensanwaltsfirmen, die sehr gut vernetzt sind auch in der Politik, die hatten dann einen großen Fall, damals [us-amerikanische Firma] und ihr Klient war [us-amerikanische Bank], und das waren dann 45 Gerichtsverfahren, die wir da betreut haben.

I Das war die Pleite von [us-amerikanische Firma]. (..)

B Und [us-amerikanische Bank] war der Klient dieser Firma, dieser Anwaltsfirma, und die hatten halt, die waren in 45, wurden in 45 Verfahren belangt, mussten sich verteidigen, (.) beziehungsweise haben dann das meiste, also haben eigentlich alle Fälle, (..) haben in einem Vergleich geendet. Aber was ich da gemacht habe, war eine Art Dokumenten-Datenbank zu arbeiten, erst mal, als ich dort angefangen hatte, erst mal Inhalte, Schlagwörter herauszuziehen, die wichtig waren, und dann manuell in die Datenbank einzugeben. Und dann nach ein paar Monaten haben sie mich sozusagen befördert, und ich habe dann selber die Leute, die die Arbeit, die ich vorher gemacht hatte, habe ich dann gemanagt sozusagen, also ich habe dann Arbeit kontrolliert und Arbeit vergeben, und ich hatte dann bis zu 50 Leute in so einem Keller, in so einem Kellergewölbe ohne Fenster. (.) Es war so eine Art moderner Sweatshop. (..) Jeder hatte ein Terminal, und jeder hatte seinen Stapel an Boxen, an Dokumenten, und hat halt da, wir haben da Nachtschichten gemacht, wir haben da, ich habe da echt, glaube ich, sechs Monate lang eine Nachtschicht betreut, von neun Uhr abends bis sechs, sieben Uhr morgens, und lauter so verrückte Sachen. Ich habe mal 24 Stunden gearbeitet am Stück, lauter so verrückte Sachen. Und da habe ich eigentlich gut verdient am Anfang, weil wir viel Überstunden hatten, aber nach zwei Jahren hat sich das so ein bisschen dann beruhigt, ne. Dann ist auch mein Gehalt runtergegangen, habe ich am Schluss 2.000 Dollar, 2.000 bis 2.500 Dollar im Monat gemacht, was eigentlich nicht so viel ist für [damaliger Wohnort, Großstadt in den USA], vor allem wenn die Wohnung 1.200 kostet. Da hätte ich mich eigentlich entscheiden sollen, den Job zu wechseln, was viele gemacht haben von meinen Kollegen, nee. Was eigentlich auch normal ist, dachte ich, oder was normal ist, wenn man ein gesundes Selbstbewusstsein hat und so ein bisschen Ehrgeiz, dass man vielleicht nach zwei, drei Jahren, wenn man sieht, da geht es nicht mehr weiter, dann wechselt man, nur ich habe den Fehler gemacht, oder man guckt sich nach was Neuem um, nur ich habe den Fehler gemacht, dann da zu bleiben, bis zum bitteren Ende, bis ich praktisch selbst gekündigt habe, also mich selbst, also das Ende war dann nach über fünf Jahren, (.) wo ich dann echt nur noch 2.000 im Monat verdient hatte, weil es gar keine Überstunden mehr gab und ich wirklich keine Lust mehr hatte, morgens aufzustehen. Also es ging dann so weit, dass ich irgendwie, heute sagt man, einen Burnout hatte, (..) aber ich weiß nicht, wie genau das ein Burnout war, weil ein Burnout, dachte ich mir kommt davon zu viel Arbeit, aber ich hatte ja nicht zu viel Arbeit, ich hatte aber so eine Art ... ich hatte ja schon die ganze Zeit eine Depression, (...) während der Zeit lebte ich auch mit einer Freundin zusammen und die hat auch mich darauf hingewiesen, dass ich doch zur Therapie gehen sollte, was ich auch dann gemacht habe. (..) Die Therapie habe ich neben dem Job gemacht, die letzten zwei Jahre, aber die hat nicht so viel gebracht. (.) Und dann kam es halt zu diesem Punkt, wo ich zwei Wochen ... Ne, wo ich drei Mal zu spät kam und nicht angerufen habe, dann haben sie mich rausgeschmissen, also ich wusste das auch, dass das passieren wird. Also ich habe praktisch meine Kündigung erwirkt, indem ich einfach nicht erschienen bin. (.) Und das war das erste Mal, wo es so einen Rückschlag gab im Sinne von Beruf und ich dann eigentlich auch immer noch

nicht genau wusste, was ich machen will. Meine ursprüngliche Idee nach dem Studium war ja eigentlich, in die Energiewirtschaft zu gehen (...) und das war immer so ein diffuses Ziel von mir, was ich nie wirklich mit Selbstbewusstsein verfolgt habe. Und dann ging es halt nach dieser Kündigung, war ich erstmal ein Jahr arbeitslos dort, dann Zeitarbeit wieder gefunden, Zeitarbeitsbeschäftigung für andere Anwaltsfirmen, aber das waren halt alles so kurzfristige Sachen. (..) Und so habe ich mich halt irgendwie durchgeboxt. (.) Und dann, das war 2006 bis 2012, war so eine Phase von verschiedenen kurzen Arbeitsverhältnissen (.) und dann 2012 war ich wirklich so am Ende, da habe ich dann auch wieder, (..) ich habe mich dann sporadisch immer so ein bisschen behandeln lassen, ich war bei psychologischen Studien dabei von der [...] Universität, die dann mich zum Beispiel an einen Magnetresonanzapparat angeschlossen haben (.) und als Ausgleich bekam man dann entweder sechs Monate Medikamente oder sechs Monate Therapie. Also ich habe bei zwei Studien teilgenommen, einmal hatte ich sechs Monate Therapie, aber ohne Medikamente und das andere Mal umgekehrt. (.) Und das war halt alles so unausgegoren, das war keine richtige Behandlung, kann man sagen. (...) Ja und dann 2012 habe ich auch über ein staatliches Programm dann eine richtige Behandlung aufgenommen, da hatte ich eine gute Therapeutin, da hatte ich einen richtigen Psychiater, da habe ich auch zum ersten Mal Medikamente genommen und dann ging es mir kurzfristig sehr gut, dann habe ich auch einen Vollzeitjob wieder gefunden und der war mit einer, wie sagt man, einer Filmverleihgesellschaft, die Balletts und Opern an Kinos vertrieben hat, vor allem in Europa und auch in Amerika. Und da habe ich dann so eine Art, ich war eine Art Operations-Manager, sagt man auf Englisch, aber ich habe halt alles Logistische gemacht, ich habe so die IT gemacht, (..) geguckt, dass die Filme alle verschickt werden, rechtzeitig zurückkommen, die Filme vorbereitet, technisch formatiert und so weiter und Untertitel gemacht und so Sachen. Und da es eine kleine Firma war, gab es dort relativ viele unterschiedliche Dinge zu tun, was halt interessant war, also jeder Tag war anders so ein bisschen. (.) Aber es gab auch sehr viel Arbeit und wir waren eigentlich sehr stark unterbesetzt und da habe ich dann die ersten Jahre wieder, wie das so war im vorherigen Job, wieder 60 Stunden Wochen geschoben da, was mir ja Spaß gemacht hat. Ich bin ja nicht so ein Stempler, so ein Zeitstempler, ich bin eher interessiert an einem flexiblen Arbeitstag, dass ich vielleicht mal morgens ein bisschen später kommen kann, aber dann arbeite ich auch gerne länger, also eher projektorientiert. (.) Und das funktionierte da eigentlich, ich war so mein eigener Herr und solange der Laden lief, war alles okay. Und da habe ich dann die ersten drei Jahre wirklich sehr viel gearbeitet und irgendwann dachte ich mir auch, du kommst nicht weiter, ich hatte nur eine Gehaltserhöhung in der Zeit und hätte mich eigentlich auch umschauen sollen, wieder nach was anderem, weil das war auch so ein Job, da ging es auch nicht weiter. Es war eine kleine Firma, da kann man nicht aufsteigen, da kann man nicht mehr verdienen. (.) Die Konkurrenz von uns war stark, wir waren als kleine Firma eigentlich nicht wirklich konkurrenzfähig. (..) Und anstatt mich dann wieder, den gleichen Fehler habe ich dann wieder gemacht, anstatt mich umzuschauen wieder von der Sicherheit eines bestehenden Arbeitsverhältnisses [aus], irgendwie mich umzugucken nach was Neuem, habe ich es dann wieder so weit getrieben, bis ich der Letzte im Büro war in [damaliger Wohnort, Großstadt in den USA]. (..) Die Leute haben entweder gekündigt, oder, ja die meisten haben gekündigt, weil sie wussten, dass es mit uns zu Ende geht in [gleiche Stadt] und andere sind, unser Chef ist dann nach [Großstadt in Spanien], wir hatten schon Leute in [gleiche Stadt], hat dann dort ein Büro eröffnet und heute im Nachhinein hätte ich eigentlich auch nach [gleiche Stadt in Spanien] gehen können, glaube ich, also wenn ich ihm das vorgeschlagen hätte, hätte er nicht wahrscheinlich Nein gesagt. Nur ich habe es dann so schlecht geregelt, dass ich mich wieder eines Tages, ich glaube das waren nur noch vier Wochen bevor mein Büro geschlossen werden, (..) bevor der Termin war eigentlich, wo das Büro in [damaliger Wohnort, Großstadt in den USA] zumacht, (..) habe ich keine Lust mehr gehabt und bin dann einfach nicht mehr hingegangen. (.) Und der Witz war ja, dass ich eigentlich alles selber hätte abbauen müssen. Also wir hatten 150 Festplatten, wir hatten alles mit allem möglichen Zeug, ich hatte so ein kleines Mietbüro und das war voll bis oben mit Zeug und irgendwie fand ich auch, ich war da alleingelassen (.....) und sollte dann praktisch meinen eigenen Arbeitsplatz abschaffen. Ich habe das auch nie so thematisiert, das ist

auch blöd von mir, ich habe das nie wirklich zur Sprache gebracht, dass es eigentlich scheiße ist, wie das so organisiert war und beziehungsweise gar nicht organisiert war.

I Aber es war klar, dass der Job aufhört?

B Genau, aber es war nicht klar, was, ob ich nach ... ich hatte ja keine Einladung bekommen nach [Großstadt in Spanien] zu kommen, (.) ich habe aber auch nicht gefragt, ob es da einen Platz für mich geben würde, weil ich eigentlich keine Lust hatte, dort weiter zu arbeiten. Aber wie gesagt, es war sehr unkommunikativ beiderseits, ich habe mich nicht darum gekümmert, weil ich eigentlich keine Lust mehr hatte (.) und er hat auch nicht wirklich was gesagt. (...) Aber dann bin ich einfach nicht hingegangen, habe mich nicht gemeldet und war dann auch tatsächlich drei Wochen fast nur im Zimmer, ich bin kaum aus dem Bett gekommen. Es war wieder die gleiche Situation wie davor, also wie 2006 einmal und jetzt war es 2018. Also ich war dort von 2012 bis 2018 fünfeinhalb Jahre, fast sechs Jahre und habe wieder so passiv praktisch gekündigt, kann man sagen. (...) Ich habe mich aber auch beides Mal befreit gefühlt, jedes Mal, obwohl es eigentlich sehr unkollegial war und wirklich unreif, auch wie ich die Arbeitsverhältnisse beendet habe, war es aber wie ein Stein von mir fällt, als ob eine Verpflichtung von mir fällt. (...) Warum ich so gehandelt habe, hat wahrscheinlich mit Dingen meiner Kindheit zu tun, aber das war Teil meiner Therapie gewesen. (..) Aber auf jeden Fall ist das, wenn ich jetzt in die Zukunft schaue, eine Problematik, die ich nicht wiederholen möchte, dass ich irgendwo in einem Job lande, wo ich am Anfang viel reinstecke und dann merke, (.) das geht nicht mehr weiter und es dann nicht schaffe, den Sprung in ein anderes Verhältnis zu schaffen, dann stecken bleibe, vor allem jetzt bin ich älter, wenn ich jetzt einen neuen Job anfangen und fünf Jahre bleibe, dann bin ich schon Ende 50, das wird ja immer schwerer jetzt. (...) Deswegen sind auch die kommenden Fragen, meine Angst ist eigentlich, irgendwo wieder festzustecken, in einem Arbeitsverhältnis, wo ich nur so über die Runden komme. Und nicht wirklich entweder finanziell mich wohlfühle oder auch keine sinnvolle Tätigkeit habe oder vielleicht nicht glücklich bin mit der Umgebung, dem Arbeitsverhältnis an sich, wo aber ich es dann nicht schaffe, rauszukommen. (..) Und um das dann abzuschließen mit der Arbeitsgeschichte, dann 2018, als ich den Job verloren habe, dann war ich erstmal wie befreit, wie gesagt, ich hatte noch Rücklagen, habe dann erstmal ein Jahr von den Rücklagen gelebt, dann aber auch Kreditkartenschulden aufgenommen und hatte ein Motorrad und bin viel wandern gegangen und Motorrad fahren gegangen und habe wirklich erstmal wieder mein Leben genossen, weil ich habe auch die sechs Jahre davor, glaube ich, nur zweimal Urlaub gemacht, jeweils eine Woche. Also ich habe auch teilweise Urlaub verstreichen lassen und lauter so unnötige Zugeständnisse gemacht, eigentlich an den Arbeitgeber, weil wir halt so unterbesetzt waren, dass ich wusste, wenn ich jetzt eine Woche in Urlaub gehe, dann bleibt trotzdem alles an mir hängen. (.) Und zwei Wochen war sowieso ausgeschlossen, weil meine Arbeit hätte irgendwie keiner so richtig übernehmen wollen oder können teilweise. (..) So hatte ich mir das jedenfalls gedacht. Ich hatte da auch keinen wirklich, ja, ich hätte da mehr sagen müssen. Man kann nicht einer Person so viel, wie soll ich sagen, Verantwortung geben als Arbeitnehmer, dass er den Eindruck hat, er kann nicht mal in den Urlaub fahren. (.)

I War das auch ein Grund, diese Verantwortung, die du da hattest, um den Job zu machen, auch so, dass du damit zufrieden warst, diese Verantwortung, dass du an diesen Jobs, obwohl klar war, dass es irgendwie zu Ende geht, dass du an denen so festgehalten hast? (..)

B Ich verstehe nicht, ich habe festgehalten...

I Ja, du hast gesagt, du hast jedes Mal bei diesen zwei längeren Jobs dort so viel reingesteckt und am Ende hast du dich trotzdem, obwohl es irgendwie nicht weiterging, (..) konntest du dich nicht lösen in etwas Neues.

B Genau. Und du fragst, warum? (.)

I Ja, genau. (.)

B Genau. Ich glaube einerseits habe ich, ich erkläre es mir wonach, dass dieser Ehrgeiz mir vielleicht fehlt, dass es mir vielleicht doch nicht so wichtig ist, irgendeinen tollen Job zu haben, sondern wenn ich einen Job habe, der meine Rechnungen bezahlt, dann bin ich einerseits zufrieden. Das ist so ein Zwiespalt, den habe ich mir noch nicht erklärt. (...) Oder ich habe so viel Angst davor, mich einer Jobsuche auszusetzen, weil ich vielleicht auch für mein Alter relativ wenig Erfahrung habe, mich auf Jobs zu bewerben. (..) Wenn ich jetzt vergleiche mit Freunden von mir, die vielleicht alle zwei, drei Jahre ihren Job wechseln und sich auch schon so ein Netzwerk aufgebaut haben über LinkedIn oder sowas und im Kontakt sind, auch während sie arbeiten und immer die Fühler ausstrecken, was gibt es da noch. (.) So etwas habe ich mir nie aufgebaut und da fehlt mir so ein bisschen. (.) Da komme ich daher, obwohl ich einen akademischen Hintergrund habe, da komme ich daher wie so ein Lohnarbeiter. (.) Ich sehe mich dann eher so als ein Kind von Gastarbeitern, das sich wohler fühlt in der Arbeiterklasse. Ich habe da so eine Arbeiterklassen-Mentalität, die nicht zu den Jobs passt, die ich eigentlich anstreben sollte und für die ich so lange studiert habe. (...) Und irgendwie komme ich dann letzten Endes dann auf Zeitarbeitsjobs oder ich lerne mich an, wie in dieser Anwaltsfirma. Da war ich dann ein Paralegal, was ja eigentlich eine Anwaltsgehilfe ist, was überhaupt nichts mit meinem Studium zu tun hat. Oder bei dieser Filmfirma, da war ich dann Logistiker, IT-Betreuer, was auch null mit meinem Studium zu tun hat. Das Einzige, warum die mich auch angestellt haben, war, weil ich sehr gut in Excel bin. Das habe ich halt im Studium und durch meine Arbeit im Institut gelernt und ich hatte halt die riesigen komplizierten Excel-Tabellen, darüber haben wir alles organisiert. (.) Die hatten einige Leute davor gesprochen, also interviewt, und die meisten sind ausgestiegen nach zwei Tagen, weil es denen zu kompliziert war. (..) Wir hatten natürlich auch keine professionelle Datenbanklösung. Die richtige große Firma hätte es dann halt irgendwie ...

I Über eine mit Datenbank gemacht und ihr habt es mit Excel gemacht.

B Wir haben es händisch in der Excel ausgewertet. Das war natürlich eine Katastrophe. Das habe ich dann aber hingekriegt, aber das konnten und wollten die anderen auch nicht übernehmen. Und dann war ich, halt ich zuständig und auch sieben Tage die Woche ansprechbar. Weil wir mit den Kinos, die ja meistens Freitagabends, Wochenende die großen Opernvorstellungen hatten, musste ich dann jederzeit erreichbar sein. Auch wenn nichts passiert ist, aber es war immer so ein psychischer Druck da, dass jetzt jederzeit ein Kino anrufen konnte. Und nach ein paar Jahren war das einfach zu viel. (.)

I Ich würde gerne nochmal auf deinen Berufswunsch zurückkommen. (..) Du hast Volkswirtschaft studiert und ich habe aber bis jetzt so rausgehört, dass du im Prinzip dann den Start ins Berufsleben, hast du nach dem Ort gemacht.

B Genau. (.)

I Also du wolltest nach [Großstadt in den USA].

B Genau.

I Und nicht nur nach Amerika, sondern nach [gleiche Stadt].

B Ja.

I Und das war so der Start ins Berufsleben.

B Genau. (..)

I Und du hast gesagt Energiewirtschaft. Kannst du da nochmal diese Vorstellung, diesen Wunsch, welchen Beruf wolltest du eigentlich machen, unabhängig jetzt von dem Ort, der ja ganz wichtig zu sein scheint?

B Genau. Was mich halt im Studium am meisten interessiert hat, wo ich so ein Gefühl hatte, oh, das könnte ich mir vorstellen auf lange Sicht zu machen oder mich darauf zu spezialisieren, war halt erneuerbare Energiewirtschaft, also erneuerbare Energien. Und damals in den 90ern, also Ende der 90er kam das ja auf, was man heute die Energiewende nennt, wurde ja damals schon stark diskutiert. Und das war eigentlich, was ich mir vorgeschwebt

wäre, dass ich im Optimalfall in diese Branche hereinkommen würde. Ich habe das dann aber nicht wirklich konsequent verfolgt, weil, wie gesagt, ich den Wunsch hatte, nach [Großstadt in den USA] zu kommen, dann kam diese, nach [gleiche Stadt] zu gehen, dann kam diese Green Card und dann hat sich das irgendwie für mich als schicksalhaft dargestellt. Und dann dachte ich mir, gut, irgendwie versuche ich jetzt in Amerika in diese Branche hereinzukommen. (.) Als ich dann aber dort erstmal ein paar Monate keine Antworten bekam, also ich habe vielleicht 15 Bewerbungen in der Zeit, also am Anfang in Amerika verschickt und keine Antwort bekommen, es waren auch viele Banken dabei und so, (.) dann habe ich diesen Job bekommen und dann irgendwie habe ich da nicht diesen Ehrgeiz gehabt oder diese Klarheit, das weiter zu verfolgen. (.) Und über die Jahre habe ich mich zufriedengegeben, sage ich mal, mit der Tatsache, dass ich eine Arbeit hatte und ein Einkommen. (.)

I Und das Studium Volkswirtschaft, das war okay für dich? Also das Fach?

B Ja, das war interessant. Also ich habe das aus freiem Interesse gewählt. Im Nachhinein, heute würde ich sagen, hätte ich vielleicht besser in Ingenieurwissenschaften studieren sollen. Das hat irgendwie mehr Hand und Fuß. Ich finde VWL ist ein bisschen zu ... da ist zu viel Interpretation und zu viel Annahmen dabei, die man kritisieren könnte. (...) Aber der Grund, warum ich VWL studiert habe, war, ich dachte, ich möchte verstehen, wie die Welt funktioniert, und das ist eines dieser Fächer, das einem dabei hilft am meisten. Und das war pures Interesse. Also ich hatte auch keinen konkreten Berufswunsch. Ich habe das wirklich aus Interesse gewählt und ich dachte, ja, dann ergibt sich danach irgendwas. Und dann im Laufe des Studiums habe ich gemerkt, als ich mein Vordiplom hatte, wollte ich wechseln aus [Mittelstadt in Süddeutschland] und dann dachte ich, habe ich mir ein paar Unis angeguckt, Berlin, [Großstadt in Norddeutschland], [andere Großstadt in Norddeutschland]. (...) Und da war dann für mich wichtig, was es für Wahlfächer gibt. In [Großstadt in Norddeutschland] wäre eigentlich am besten gewesen, da gibt es Umweltökonomie und Umweltmanagement und in [andere Großstadt in Norddeutschland] gab es eben dieses Energiewirtschaftliche Institut. (.) Und dann habe ich [Großstadt in Norddeutschland] gewählt und habe dann ein Wahlfach gemacht, das eben Energiewirtschaft war. Ich hatte fünf Fächer, es gibt nur ein Wahlfach und dann dachte ich, okay, das hätte ich eigentlich auch nutzen können, weil das ist ein relativ renommiertes Institut in Deutschland. (.) Und ich bin sicher, hätte ich mir, hätte ich Bewerbungen geschrieben an verschiedene Stadtwerke oder Energieversorger, hätte sich da auch was ergeben können. Aber wie gesagt, das habe ich ja nicht gemacht nach dem Studium, weil ich diese andere Möglichkeit hatte. Und dann in den USA habe ich es nicht mehr richtig weiterverfolgt. Im Sinne von Berufswunsch jetzt stelle ich mir vor, auch wieder im Optimalfall, dass ich in diese Branche doch noch irgendwann mal reinkomme. Obwohl das jetzt natürlich immer schwerer wird, jetzt auch noch schwerer geworden ist, weil ich jetzt schon diesen Abstand habe und ich müsste vielleicht irgendeine Qualifizierungsmaßnahme machen. Ich habe mir schon vorgestellt, das entweder online zu machen. Es gibt eine dänische Uni zum Beispiel, die ein Online-Angebot hat für Windenergie, wahrscheinlich Planung von Anlagen und auch erstellen und Finanzierung vielleicht, keine Ahnung. Aber wie du siehst, ich bin wieder nicht 100 Prozent informiert darüber, was es da alles gibt. Das ist wieder so ein bisschen schwammig, meine Vorstellung. (.)

I Als es dann mit diesem zweiten längeren Job in [Großstadt in den USA] zu Ende war, hast du eine Zeit lang von den Rücklagen gelebt und das Leben genossen, hast du gesagt. Und dann bist du relativ schnell danach nach Deutschland oder wie lange hat es dann gedauert, bis du nach Deutschland zurückgekommen bist?

B Genau, als dieser Kino-, diese Unterhaltungsfirma, die Opern- und Ballettfirma, als das vorbei war, das war 2018, und dann habe ich auch erst mal das erste Jahr wieder von Rücklagen gelebt und dann doch noch Arbeitslosengeld bekommen. Und dann angefangen, als das Geld knapp wurde und ich auch sehr viel wieder zu Hause war, da hatte ich schon schwere Depressionen, obwohl ich immer der Meinung war, es ist nicht so schlimm und ich muss einfach nur in die Gänge kommen, ich kann das alles selber schaffen. Typische männliche Herangehensweise an Krankheiten, dass man versucht, das immer selber mit sich auszumachen. (..) Und dann habe ich angefangen, Essen auszufahren mit [Firmenname] auf dem Fahrrad, weil ich dachte, ich mache was Körperliches und verdiene dabei Geld und es macht Spaß, mit dem Fahrrad herumzufahren und es wird mir guttun, geistig, körperlich und so kann ich mich auch über Wasser halten. Und dann ergibt sich wieder was, wenn ich wieder mehr Energie habe, es geht mir hauptsächlich um Energie. Das wollte ich eigentlich nur ein halbes Jahr machen oder so, nur mal antesten, aus Spaß. Aber das habe ich dann drei Jahre gemacht, also von 2019 bis 2022, bis ich wieder nach Deutschland gekommen bin. Also 2019 angefangen und dann kam die Pandemie 2020 und dann gab es im Sinne von Jobs eh nicht so viel, dann habe ich das natürlich weiter gemacht und da habe ich auch einigermaßen okay verdient während der Pandemie, weil dann natürlich diese Dienste von Essen ausfahren waren gefragt und da wurde auch besser bezahlt. Aber da bin ich dann wieder stecken geblieben, auch als die Pandemie vorbei war. Und letzten Endes hatte ich dann wirklich nicht mal mehr Geld, meine Miete zu bezahlen. Also glücklicherweise war mein Vermieter ein Freund von mir, dem hat das Gebäude gehört, aber bei dem war ich vier Monate im Rückstand dann und es war wirklich, es ging nicht weiter. Also ich wäre da wirklich obdachlos geworden. Also ich weiß nicht, was er gemacht hätte, weil es wäre natürlich schmerzhaft, weil wir befreundet sind, aber ich hätte natürlich nicht weiterhin keine Miete zahlen müssen, können. (..) Und dann war ich halt vor der Entscheidung gestellt, was machst du jetzt? Und dann dachte ich mir, okay, es geht hier nicht, offensichtlich geht es hier nicht mehr weiter seit mehreren Jahren, seit 2018. Und dann dachte ich mir, okay, gehst du wieder zurück nach Deutschland. Ich habe irgendwie gemerkt, dass es ein bisschen illusorisch ist, dass ich noch einen guten Job in Amerika bekommen würde. Und ja, ich war dann schon 20 Jahre in [Großstadt in den USA] und irgendwie, die Stadt wird immer teurer, es wird immer schwerer zu leben dort und die Perspektiven waren nicht mehr da. Und dann dachte ich mir ... ich hatte auch ein bisschen Heimweh, ehrlich gesagt, nach Europa. Und meine Schwester hat mir dann angeboten, zurückzukommen, erst mal zu ihr zu kommen, hier in [Interviewort, Großstadt in Süddeutschland]. Und das habe ich dann gerne angenommen und dann war ich halt hier und habe dann innerhalb auch von zwei Monaten, bin in die Reha gegangen und habe dann letztes Jahr, also das war 2023, das Jahr wirklich dazu genommen, mal meine psychischen Sachen anzugehen. Also dann habe ich regelmäßig Therapie gehabt, regelmäßig Medikamente genommen und dann ging es mir auch sehr viel besser. Genau, ich muss dazu noch sagen, kurz bevor ich nach [Interviewort] gegangen bin, ich hatte sechs Monate in der Phase, wo ich täglich Selbstmordgedanken hatte. Das war diese, man sagt ja, passive Idealisation, wo man diese Gedanken hat und dann gibt es aktive, wo man tatsächlich plant. Aber so weit kam ich nie, aber ich hatte diese Gedanken jeden Tag. Das war wie so ein eingefahrenes Gedankenmuster, wo man sagt, wenn es nicht weitergeht, dann bleibt ja dieser Ausweg immer noch. Und das war jeden Tag. Das war am Anfang erschreckend, aber nach ein paar Wochen habe ich mich fast daran gewöhnt, dass diese Gedanken mehrmals täglich aufkommen. Aber jetzt im Nachhinein weiß ich, dass es sehr gefährlich ist. Aber ich habe das leider auch nicht so ernst genommen. (..) Aber als ich mich dann entschieden hatte, wieder nach Deutschland zu kommen, das hat schon mal geholfen. Da haben diese Gedanken erstmal aufgehört. Aber wie ich dann später gemerkt habe, als ich durch eine kleine Krise in der Reha war, da war ich glücklicherweise in der Reha und das angesprochen habe, da habe ich gemerkt, dass das schon ein ernstes Problem ist, das

ich angehen muss. Da haben aber, muss ich sagen, die Medikamente wirklich geholfen. Die haben dann diese Gedankenspirale durchbrochen und dann konnte ich auch so Fortschritte machen und dann erstmal Therapie richtig starten, nachdem diese Sache erstmal überwunden war. (.) Also wie gesagt, letztes Jahr habe ich mich hauptsächlich auf meine Gesundheit fokussiert und habe dann im Juli diese AGH-Stelle hier bei [Arbeitshilfeträger] angenommen. (...) Weil als ich aus der Reha rauskam, hatte ich relativ viel Energie und wollte irgendwas machen mit meinem Tag und dachte, jetzt kann ich was ausprobieren, was anderes machen. Ich war auch interessiert an etwas mehr Sozialerem, weil meine ganzen bisherigen Jobs waren ja immer „ich alleine vor dem Computer“. (.) Nach der Reha hatte ich viel Gruppentherapie, also nur Gruppentherapie und da habe ich gemerkt, wie viel Kraft mir das gibt, mich mit anderen Menschen auszutauschen. Das war auch eine neue Erfahrung für mich, weil ich eher so introvertiert bin, weil ich vor allem durch meine Depressionen ja jahrelang hauptsächlich Zeit nur mehr allein verbracht habe. Dann wollte ich gucken, ob ich was im sozialen Bereich machen kann und dann dachte ich, vielleicht mache ich erst was für die [sozialer Dienstleister für Menschen mit Behinderung am Wohnort]. Die haben Fahrer gesucht oder Helfer bei deren Wohnheimen. Das habe ich mir angedacht und dann vom Jobcenter wurde mir angeboten, diese AGH bei [Name des Trägers und Projekt]. [Name des Projekts] hieß das und ein bisschen politische Bildungsarbeit und so. Das war sehr interessant und seitdem mache ich das eben. Ich bin sehr zufrieden damit und das hat mir auch sehr viel gebracht. Nicht viel, vielleicht direkt im Sinne von beruflich, aber sozial der Austausch mit Leuten, die auch verschiedenste Probleme haben, aber halt viele auch psychisch. Und dass man so auf einer Ebene miteinander arbeitet. Es gibt keine, jeder ist authentisch, keiner muss sich verstellen. (..) Das ist ein sehr schönes Arbeitsklima. Das ist so schwer zu finden in der freien Wirtschaft, würde ich mal sagen. Außer man arbeitet schon viele Jahre zusammen. Aber die Besonderheit dieser AGH ist, dass ein bestimmter Menschenschlag sich hier wiederfindet und das ist sehr schön. (.) Aber wie gesagt, ich bin wieder ähnlich, dass ich jetzt schon ein Jahr fast dabei bin und jetzt sollte ich auch gucken, wie geht es weiter. Jetzt bin ich auch wieder in einer Phase, wo ich einen Schritt machen sollte. (.) Entweder in den ersten Arbeitsmarkt zu gehen oder anfangen, mich neben der AGH, die ich eigentlich nur 20 Stunden die Woche mache. Ich mache momentan viel mehr, aber ich sollte die Stunden wieder zurückschrauben auf die offizielle Zahl, dass ich mich weiterbilde nebenher. Oder irgendwas mache, wo ich mich dann auf dem ersten Arbeitsmarkt besser präsentieren kann. Wie gesagt, wie diese Online-Weiterbildung in dem Bereich erneuerbare Energien oder vielleicht, ich dachte, ich mache irgendwas mit Datenbanken, weil das mich eigentlich auch interessiert. Also wie gesagt, da ich mit Excel gearbeitet habe, fast schon provisorisch würde ich das gerne professionalisieren und wirklich in Datenbanken einsteigen und dann mit Web-Anwendungen und das dann wirklich nach den Standards des 21. Jahrhunderts machen. Ich will weg von diesem Excel, von dieser zusammengeschusterten Excel-Arbeit. Sowas würde mich eigentlich auch interessieren. Also ich bin schon offen für auch mehr, was soll ich sagen, Hands-on, also was wieder Computerarbeit wäre. Mir macht das eigentlich Spaß, aber ich habe jetzt auch gemerkt, dass die Sozialkompetente [Sozialkompetenz] oder eine Arbeit zu haben, wo man sich primär um die Gesellschaft oder Menschen kümmert, anstatt einem Unternehmen mehr Profit zu machen, gibt mir natürlich sehr viel mehr an Zufriedenheit. Und je älter ich werde, desto wichtiger wird eigentlich eher der zweite Aspekt, dass man was Sinnvolles tut in seinem Leben und nicht so, ich werde eh nicht mehr reich werden, mir ist eigentlich nicht wichtig, wie viel Geld ich mache, solange ich in Urlaub gehen kann, ein, zwei Mal im Jahr und meine Rechnung bezahlen kann, bin ich eigentlich zufrieden. Mir geht es eher darum, was mache ich die acht Stunden pro Tag, jeden Tag, mache ich da was Sinnvolles, leiste ich irgendeinen Beitrag oder bin ich nur da, um ein- und auszustempeln und einem Unternehmen zu helfen oder den Unternehmenseignern zu helfen, mehr Geld zu machen. Also diese Sinnhaftigkeit und sinnvolle Tätigkeit, die wird immer wichtiger. Und die tut mir auch gut, habe ich ja jetzt gemerkt hier, vor allem auch wenn es nur eine AGH ist, letzten Endes eine Art Beschäftigungstherapie, aber wir machen doch ein bisschen mehr als das. (...) Das sind so die Sachen, die mich jetzt beschäftigen, aber wie gesagt, ich bin immer noch am Schwanken zwischen dieser Schere, zwischen der Tätigkeit in der Energiewirtschaft, wo ich vielleicht ja doch

noch irgendwie mein Studium verwenden kann, mein Zeugnis da eine Rolle spielt. (...) Oder dann ganz umzusteigen, jetzt irgendwas zu machen, vielleicht politische Bildung zu machen oder dann irgendwas Neues zu finden, was nichts mit der Vergangenheit zu tun hat. Das ist so ein bisschen der Zwiespalt, den ich habe. (..)

I Jetzt machst du AGH, bist also im Prinzip auch noch arbeitslos. Wie geht dein Umfeld damit um? (.....)

B Ja, eigentlich ist nur meine Mutter damit, okay. Ihr ist es wichtig, dass es mir gut geht. Bei meiner Schwester und meinem Vater merke ich, dass sie Vorbehalte haben, warum ich in so einer Maßnahme bin. Anstatt mir einen Vollzeitjob zu suchen, in dem ich auch anständig verdiene. Da fällt es mir ein bisschen schwer, denen zu erklären, warum es mir so gefällt. (..) Weil sie ja sehen, dass ich gleichzeitig Bürgergeld beziehe und in einem Sozialhotel wohne, in einem Zimmer. Und das nach deren Maßstäben nicht okay ist, wobei mir das nicht so wichtig ist, weil ich mein ganzes Leben praktisch in kleinen Lebensverhältnissen gewohnt habe. Und das stört mich, ehrlich gesagt, weniger. Natürlich ist die Tatsache, dass es finanziert ist von der Stadt und dass ich mir das nicht selber verdiene, ist wo ich die Kritik verstehe. Aber gleichzeitig arbeite ich mittlerweile so viel [...], dass ich fast das Gefühl habe, als ob ich einen Vollzeitjob habe. Also es ist kein Vollzeitjob, aber ich bin so eingebunden, dass eigentlich kein großer Unterschied mehr ist zu einem regulären Arbeitsverhältnis. Bis darauf, dass ich nicht vom Arbeitgeber bezahlt werde, sondern von der Stadt [Wohnort]. Das ist schon ein bisschen seltsam wahrscheinlich und ist vielleicht auch nicht das Ziel einer AGH. (...) Deswegen ist ja jetzt auch die Frage, mache ich jetzt noch ein bisschen weiter. Es ist ja schon mir angeboten worden, ich könnte noch verlängern. Mein Vertrag läuft jetzt im Juli aus. Aber anscheinend ist schon besprochen worden mit dem Jobcenter, dass das nochmal sechs Monate verlängert werden kann. Also das ist eigentlich sehr schön hier. Es wird mir kein großer Druck gemacht. Die Frage kommt ja jetzt dann auch vom Jobcenter. Ich kann einen Satz zitieren von meinem Jobcenter-Ansprechpartner, der meinte, „jetzt werden Sie erstmal gesund und das mit dem Job machen wir dann schon“. Also das hat mich fast eigentlich überrascht, dass er Verständnis dafür hatte, dass ich letztes Jahr mich erstmal um meine Gesundheit kümmern wollte und ich da wirklich keinen Druck bekommen habe. Und der Tipp mit der AGH kam ja auch vom Jobcenter, was ich auch toll fand, weil ich hätte das alleine, glaube ich, nicht gefunden. (..) Und das hat super gepasst. Also ich habe eigentlich keine Kritik jetzt meinerseits am Jobcenter, außer dass ich vielleicht mehr wünschen würde, dass ich, wenn es um Weiterbildungen geht, da sind die meisten Weiterbildungen eher orientiert an Leuten mit weniger Bildungshintergrund. (.) Da geht es dann halt um Qualifizierung für Leute, die vielleicht keinen Schulabschluss haben oder die vielleicht im Handwerk oder so arbeiten müssen. Aber jetzt, als ich mal angesprochen hatte, genau das wollte ich auch noch anbringen, als ich mal im Jobcenter angesprochen hatte, dass ich mich gerne im Sinne von Datenbanken oder so weiterbilden wollte, dann meinte er, ja, aber dafür sind sie schon zu alt, das wird doch viel zu schwierig sein, sich da einzuarbeiten. Aber ich glaube, da unterschätzt er mein Interesse und meine Affinität mit dem Thema und ich glaube nicht, dass es mir so schwerfallen würde, mir da neue Fähigkeiten anzulernen, obwohl ich jetzt 51 bin. Aber das hat mich ein bisschen negativ, das ist mir ein bisschen negativ aufgefallen, dass dies so schnell abgewertet wurde, dass ich ja eigentlich bereit bin, ich bin willig und ich bin auch fähig, noch viel zu lernen und dass es dann aber so ein bisschen abgewertet wurde, ja, „Ach, Sie sind ja schon 51“, dann, ja, mein Gehirn funktioniert genauso gut immer noch. (.)

I Okay, dann haben wir jetzt die Frage 14 so ein bisschen vorgezogen. Das können wir dann abhaken. (.....) Auch wie du dir auf dem ersten Arbeitsmarkt die Tätigkeit vorstellst, was dich ansprechen würde, was du verdienen müsstest, hast du auch schon beantwortet. (..) Wenn du nochmal jetzt über das Gesprochene eine kleine Zusammenfassung geben könntest oder so einen Abschluss machen, was aus deiner Sicht die Hauptauslöser waren, dass du jetzt längere Zeit arbeitslos bist. (.....)

B Klar, zu allererst natürlich chronische Depressionen, die ich nicht korrekt behandelt habe schon die letzten 25 Jahre, die ich nur sporadisch behandeln lassen habe und die halt immer ein Teil, die ich immer mit mir rumgeschleppt habe und die natürlich dann einige Male sehr negativ auf mein Berufsleben sich ausgewirkt hat, indem ich einfach nicht mehr hingehen konnte oder nicht mehr aus dem Bett kam. Das war immer mein Hauptproblem. Ich hatte keine Energie, ich war wie gelähmt praktisch. (.) Das ist das eine. Das andere ist so ein bisschen fehlende Planung in meinem Leben, also keine festen Ziele mittelfristig, langfristig und auch kein richtiger Ehrgeiz jetzt im Arbeitsleben eine Karriere zu machen. Mir ging es eher immer so um, wie gesagt, die Lokalität, eigentlich das, was man macht, wenn die Arbeit fertig ist. In [ehemaliger Wohnort, die Großstadt in den USA] ging es mir darum, dass das kulturelle Angebot halt so war, Musikangebot und die Energie der Stadt an sich, das Multikulturelle, die multikulturellen Eindrücke. So etwas könnte mir ein Job ja nie geben. Der Job in dem Sinne war da nur Mittel zum Zweck. Und jetzt hier in Deutschland ist es halt so, jetzt brauche ich das ja auch nicht mehr. Ich hatte das ja 20 Jahre in [Großstadt in den USA], ich brauche diesen Wohnort ... (12 Sekunden Pause) diesen Nervenkitzel oder so brauche ich nicht mehr. Mir gefällt es eigentlich, dieses eher gemütliche Leben in [.]. Aber jetzt ist halt die Frage, es ist eine große Frage, wie stelle ich die Weichen für die nächsten 20 Jahre, weil ich nehme an, dass ich noch bis 70, wenn ich gesund bleibe, bis 70 arbeiten werde, bis ich wirklich nicht mehr kann. Also ich sehe mich, auch das Konzept von dem Rentner ist mir jetzt nicht so, es trifft für mich nicht zu, weil ich eh nicht so ein sehr langes Arbeitsleben hatte. Ich hatte viele Unterbrechungen. Also ich bin gerne bereit, so lange zu arbeiten, bis ich körperlich nicht mehr kann. Und so lange ich ab und zu einen schönen Urlaub machen kann und so dazwischen, ist es mir fast lieber so, als von einem Arbeitsverhältnis in die Rente zu gehen, wo man nichts macht und wo ich dann merke, dass viele Leute eigentlich auch abbauen, wenn sie in die Rente gehen, körperlich und geistig. (.) Das schwebt mir nicht so vor. Deswegen ist es mir eigentlich auch wichtig, jetzt einen Job zu finden, der mich ausfüllt, auch noch 20 Jahre ausfüllen kann und wo ich gerne zur Arbeit gehe. Darauf kommt es letzten Endes an.

I Noch mal einen Schritt zurück zu den Gründen. Hast du eine Idee oder ein Gefühl, was in der Zeit, wo die wichtig waren, diese Gründe, wo die was bewirkt haben, wer dich hätte unterstützen können oder was in der Zeit gefehlt hat? Hast du da jemals eine Idee gehabt oder ein Gefühl oder auch im Nachhinein vielleicht? (.)

B Ja, ich hätte jemanden gebraucht, der gewusst hätte, wie eine Depression aussieht. Aber ich hatte niemanden in meinem Bekanntenkreis oder in der Familie, die wirklich das gesehen haben. Wenn ich heute lese, was die Symptome sind, dann hatte ich alle Symptome und eine Person, die sich nur halbwegs mit psychischen Krankheiten auskennt, hätte das sofort gesehen und gesagt: „Junge, du schaffst das nicht alleine, das ist auch okay, du brauchst professionelle Hilfe.“ Das habe ich zum ersten Mal durch Anraten meiner damaligen Freundin, die musste mich wirklich dazu zwingen, fast schon einen Termin zu machen beim Psychologen, sonst hätte ich das auch nicht gemacht. Und dann eben über die Jahre, dann dachte ich trotzdem immer noch, dass ich es alleine schaffen, besser schaffe als mit ärztlicher Hilfe und jetzt nach über 20 Jahren oder 25 Jahren, weiß ich und bin und weiß ich, dass es halt so nicht geht. Und ich versuche das auch, wenn ich irgendjemanden sehe, der sich damit rumschlägt, deswegen sage ich, das sind ja oft Männer, die sich der Hilfe verweigern so ein bisschen oder glauben, sie können das selber schaffen oder glauben, sie sind schwach, wenn sie sich Hilfe holen. Da ist es mir schon ein Anliegen, dass ich anderen Männern dann mit Rat beiseite stehe und ihnen verdeutliche, dass es eigentlich nur eine Zeitverschwendung ist, wenn man das versucht alleine zu lösen. Aber jetzt bin ich abgeschweift.

I Nee, das war eine gute Antwort auf deine vorherige Aussage, was einer der Hauptgründe für die Arbeitslosigkeit war.

B Genau, genau. Wie gesagt, die Krankheit und dann würde ich sagen, mein Vater hätte mich am liebsten hier, der meinte, ich soll hier bleiben und dann bei [große Firmen am Wohnort], einer dieser Firmen, etwas finden und dann werde ich glücklich werden. Für mich war das nicht der Weg des Glücks, aber für ihn spielt halt Geld eine große Rolle und Sicherheit in dem Sinne und Freiheit im materiellen Sinne und für mich war das halt, ich hatte einen absichtlichen Gegenentwurf vom Leben, fast schon als Rebellion kann man sagen, teilweise. Ich glaube, wenn ich nicht so ein zwiespältiges oder so ein Anti-Verhältnis mit meinem Vater hätte, der sehr dominant, sehr bestimmend ist, dann hätte ich wahrscheinlich auch nicht so krass reagiert, einfach mir nichts dir nichts nach [Großstadt in den USA] zu gehen ohne Job, nur mit einer Greencard und praktisch, was ja karrieremäßig keinen Sinn macht. (..) Das habe ich auch zum Teil gemacht, wahrscheinlich aus diesem Zwiespalt, aus diesem Zwist mit meinem Vater oder so. (...) Aber wenn ich da familiär, wenn da familiär hätte es natürlich, wenn da jemand gewesen wäre oder im Verwandten- oder Freundeskreis, der vielleicht eine ähnliche, eine Laufbahn hat, wo man sich drauf anhängen kann, der eine bestimmte Karriere hat, der vielleicht auch studiert hat, aber das hatte ich nicht. Also in meiner Familie hat niemand studiert, im Verwandtenkreis niemand, ich habe eine Cousine in [Herkunftsland], das ist die Einzige, die ich kenne, die studiert hat. (.) Das heißt, es gab diese Erfahrungen nicht, glaube ich, wie man als Akademiker dann einsteigt. Was sind so die, gut, ich habe ein Praktikum gemacht bei einer Beratungsfirma, aber die Beratungsindustrie fand ich ein bisschen fast unethisch. (...) Klar hätte ich Praktika machen können, klar, wenn ich ein anderer Mensch wäre, hätte ich da auch mich selber zurechtfinden können durch Praktika und dann einfach Augen zu und durch und den ersten Job annehmen und sich dann hocharbeiten. Aber ich bin nicht der Typ dafür, wahrscheinlich, für diese Unternehmenskarriere. (...) Gleichzeitig wusste ich nicht, was es noch für andere Möglichkeiten gibt. (.) Diese Schwammigkeit, die habe ich bis heute so ein bisschen.

I Ja, mal einen Blick aufs, ein bisschen einen weiteren Blick auf die Thematik. Es gibt einen Fachkräftemangel, überall wird Personal gesucht und warum gibt es gleichzeitig noch so viele Langzeitarbeitslose, warum schnappen die sich nicht mehr Jobs? Wie würdest du das, diese Problematik, wie siehst du das?

B Also was ich jetzt auch dadurch, dass ich auch mehr mit Langzeitarbeitslosen zu tun habe, kann ich, ist das wahrscheinlich ein bisschen beeinflusst dadurch auch, aber für mich selber jetzt zum Beispiel einen Job anzunehmen im Verkauf, in der Bäckerei oder so, fände ich schwierig, weil es mir dann wirklich psychologisch dabei, weil anfangs wär das sicher interessant, wie jeder neue Job anfangs interessant ist, aber irgendwann, was weiß ich, als Verkäufer in der Bäckerei, sagen wir mal, als Beispiel, nach einem Monat gibt es dann nichts Neues mehr zu lernen und dann würde sich sehr schnell die Frage stellen, was machst du eigentlich hier? (...) Also ich sehe das eher nicht so vom Materiellen her, weil die Bezahlung niedrig ist, sondern ich sehe das eher vom Psychischen her und auch dann, (.) also für mich würde es psychisch belasten, wenn ich einen Job hätte, der mich intellektuell nicht fordert und der zu leicht ist, sage ich mal. (..) Und um, für andere gesprochen, warum nehmen sich jetzt Langzeitarbeitslosen nicht irgendwelche Jobs, da kann ich mir vorstellen, dass eben, wie gesagt, psychische Probleme und auch körperliche Probleme eine Rolle spielen, weil ich glaube, es wird unterschätzt, wie viel diese sogenannten Niedriglohnjobs von einem abverlangen. Die verlangen meistens mehr körperlich und seelisch von einem ab, als gut dotierte Sachbearbeiter-Jobs in einem Büro, wo man den ganzen Tag seine Ruhe hat, vor dem Computer sitzt, in ein paar Meetings geht. Das ist lange nicht so anstrengend, wie acht Stunden zu stehen in einem Laden und allen möglichen Charakteren am Kunden ausgesetzt zu sein oder als Kellner zum Beispiel. Ich glaube, da wird in der allgemeinen Diskussion, da werden diese Jobs so als leicht ..., da wird der niedrige Lohn als Maßstab gesehen, dafür wie leicht oder schwer ein Job ist. Das ist aber völlig falsch, zum Beispiel Pflege, Krankenpflege ist auch, glaube ich, teilweise schlecht bezahlt und das sind für mich mit die härtesten Jobs, die es überhaupt gibt. (.) Und da sehe ich das Problem. Es geht nicht darum, dass die Leute da nicht arbeiten wollen, sondern dass die für die Schwere des Jobs sind die einfach unterbezahlt. Und da kommt es dann nicht darauf an, ob du zwei Euro mehr pro Stunde

machst, da müsstest du dann zehn Euro mehr pro Stunde machen, um diese zusätzliche Belastung, psychische und körperliche Belastung, dass sie sich lohnen würde. Weil man davon ausgehen kann, dass in solchen Jobs man schneller ausbrennt, als in vielen Jobs, in die viel höher bezahlt sind. Das ist mein Glaube. Und dass sich deswegen vielleicht Leute fünfmal überlegen, ob sie wirklich diesen Job annehmen müssen, wenn sie doch noch gerade so über die Runden kommen, Bürgergeld und vielleicht doch noch eine Maßnahme oder vielleicht doch noch eine Weiterbildung machen können und dann diese Jobs überspringen können. (...)

I Vielleicht gleich bei der nächsten Frage. Wenn du jetzt ein konkretes Angebot hättest, was jetzt vielleicht vom Inhalt einigermaßen sinnvoll oder machbar für dich erscheint, nach Mindestlohn bezahlt, in der Nähe von deinem Wohnort, wie würdest du da reagieren? Also ein konkretes Angebot.

B Genau. Ein konkretes Angebot wäre dann interessant, wenn es dort eine Entwicklungsmöglichkeit gäbe. Wenn es ein Job ist, der keine Entwicklungsmöglichkeit hat, wo ich auf absehbare Zeiten Mindestlohn verdiene, auf keinen Fall, dann würde ich lieber noch herumgucken, weiterhin gucken und versuchen, jetzt in dem Fall in der AGH zu bleiben, in der Maßnahme zu bleiben und weiter zu schauen. Er muss eine Perspektive haben. Ohne Perspektive ist ein Mindestlohnjob auch schon psychisch gesehen eine Belastung, glaube ich. Nicht nur für mich, auch für Leute vielleicht, die weniger lange auf dem Bildungsweg waren. Das macht psychisch mit einem mehr, glaube ich, als man oft zugesteht. Auf lange Jahre ohne Aussicht auf Steigerung im Mindestlohnsektor zu arbeiten ist nach 40, also ich habe das auch teilweise, meine Schwester arbeitet ja eigentlich im Mindestlohnsektor, aber meine Schwester verdient jetzt nicht sehr viel Geld als [Beruf], aber die hat sich auch schon aufgeregt darüber, dass ich Bürgergeld bekommen habe, weil sie meinte, ja, ich habe ja nicht mal 500 Euro im Monat Taschengeld. (...) Sie arbeitet 40 Stunden die Woche und hat halt auch nicht mehr Geld in der Tasche als ich, meinte sie. Obwohl mir das auch schwerfiel, das zu verstehen, aber sie hat eigentlich mehr als das Doppelte in der Tasche als ich, aber trotzdem ist da irgendwie der Lohnabstand, vielleicht ist auch wieder die Sache, es wird ja oft diskutiert, dass der Lohnabstand nicht hoch genug ist zwischen Bürgergeld und dem Niedrigeinkommen. Oder auch den Normalverdienern. Und dass da sehr oft eine, fast schon eine Art Neid entsteht, weil 40 Stunden jeden Tag arbeiten und auch am Ende des Monats nicht so viel Geld in der Tasche haben versus gar nicht zu arbeiten, den Luxus zu haben, Zeit zu haben und trotzdem zwar kein Geld zu haben, aber leben zu können. (.) Das ist so ein, wie soll ich sagen, so ein Spannungsfeld, wo ich selbst von meiner eigenen Schwester schon einen gewissen Neid gehört habe, obwohl man eigentlich nie denken würde, dass jemand neidisch auf einen Arbeitslosen ist, der Bürgergeld bezieht, aber das hat mich echt überrascht, als sie gemeint hat, ja, du hast ja 500 Euro Taschengeld. Ja, ich muss ja meine, ich muss meine Lebensmittel davon bezahlen, das ist ja nicht richtiges Taschengeld, aber so hat sie das formuliert und das war interessant für mich. Das wollte ich nur anmerken, dass es vielleicht mehrere Leute gibt, die so denken auch. (.....)

I Und mit Blick auf den potenziellen Arbeitgeber, der jetzt mit so einem konkreten Angebot verbunden ist, was müsste der Arbeitgeber machen, damit es attraktiv wird?

B Genau, da kommt es mir auch wieder mehr auf die menschliche Komponente an, also wenn ein Arbeitgeber einen vermitteln kann, dass sie jemanden wertschätzen als Mitarbeiter, was sich hoffentlich auch dann, wenn es der Firma gut geht, an Bonuszahlungen oder so oder an Gehaltserhöhungen zeigt, aber auch wenn das Geld vielleicht nicht da ist, einfach zeigt durch Anerkennung der Leistung, auch mündlich nur. So was ist mir fast wichtiger als harte Zahlen, ob ich jetzt 200 Euro mehr im Monat verdiene oder nicht, ist mir da weniger wichtig. (.) Also für mich ist eigentlich ein Arbeitgeber wichtiger, vielleicht diese modernen Arbeitgeber, diese Start-up-Firmen, die wenigstens vorgeben, ihren Mitarbeitern Freiräume zu geben oder sie haben kostenlose Getränke im Kühlschrank oder so kleine Annehmlichkeiten. Aber ich glaube, das ist für mich und vielleicht für viele andere auch wichtig, weil es eine bestimmte Wertschätzung zeigt

und dann vielleicht auch ein Gemeinschaftsgefühl erzeugt, was nämlich, glaube ich, auch den modernen Menschen sehr stark fehlt und vor allem Leuten wie mir, die psychisch krank waren. Wenn man in einer Firma arbeitet, wo ein Gemeinschaftsgefühl, wo sehr viel Wert auf ein Gemeinschaftsgefühl gelegt wird und dieser Teamgedanke, der zwar immer vorgegeben wird in allen Unternehmen, aber das ist ja oft nur eine Heuchelei, dass wir alle ein Team sind, wo das aber gelebt wird und wo auch jeder in dem, was er machen kann, geschätzt wird. Und das wäre mir wichtig, so eine Firma zu finden. Und das finde ich, glaube ich, auch in eher kleineren Firmen, mittelständischen, kleineren Firmen und deswegen glaube ich auch eher, dass ich da meinen Arbeitsplatz finden werde in Start-up-Firmen, aufstrebenden mittelständischen Firmen, wo es einfacher ist, diese Gruppe zusammenzuhalten, als in einem Unternehmen, das vielleicht tausend Leute hat und über die ganze Welt verstreut ist. Da ist man nur eine Nummer. Das wäre mir wichtiger als irgendwelche Fakten, als irgendwelche Zahlen oder Titel oder sowas. Weil wie gesagt, ich bin eh nicht so der Karriere-Mensch. Das ist jetzt eh schon vorbei für mich. Wir gehen jetzt eher mehr auf die menschliche Komponente an [ein]. Machen wir etwas Sinnvolles oder ist unser ganzer Unternehmenszweck nur da, den Chef reicher zu machen, oder können wir am Ende des Tages nach Hause gehen und sagen, heute habe ich nicht meine Zeit verschwendet, nur um Geld anzuhäufen? Das finde ich, ist lohnenswert. Ich weiß nicht, ob ich jetzt die Frage beantworte.

I Ja. Noch mal ein Blick von oben. Was hättest du für Ideen, um generell Langzeitarbeitslosigkeit zu reduzieren, zu vermeiden überhaupt, dass es in dem Ausmaß oder in einem geringeren Ausmaß als jetzt vielleicht entsteht?

B Ich würde auf jeden Fall die Arbeitgeber mehr in die Pflicht nehmen. Mir kommt das so vor, dass wir auch jetzt ..., hier durch meine Tätigkeit sehe ich ja, dass viele Träger sich Gedanken machen. (..)

I Entschuldigung, ich habe eine Frage überlesen, wo du jetzt schon dabei bist. Was könnte der Träger denn machen, damit du jetzt diesen Schritt hinkriegst in den ersten Arbeitsmarkt? Du bist ja jetzt bei einem sozialen Träger beschäftigt.

B Ja. Naja, in meinem konkreten Fall ist es halt so, dass ich die Zeit nicht finde, mich darum zu kümmern, wie es weitergehen soll. Und es gibt ja zwar einen Sozialpädagogen, aber das hängt dann von mir ab, ob ich da hingehere und ob ich Termine mache. Das könnte man vielleicht irgendwie auch automatisieren, dass man vielleicht alle zwei Wochen einen Termin hat mit ihm und der steht fest. Darum muss ich mich nicht kümmern, sondern der steht fest und dann wird gefragt, okay, wie sieht es aus? Wie ist deine mittelfristige Planung? Gibt es irgendwas, was wir diskutieren müssen? Und wo er mich so ein bisschen begleitet bei diesem Prozess, weil da bin ich ziemlich alleine und ich merke, dass ich mich dann lieber hier in Projekte verstricke und hier länger arbeite an dem Projekt, als mich dann mit meinen Sachen zu beschäftigen. Da habe ich den Eindruck, dass der Träger hier die Leute gerne Projekte annehmen lässt. Sie können sich hier auspowern, sie können hier viel arbeiten, aber das ist ja nicht der eigentliche Job eigentlich, hier Projekte zu machen, sondern der Job sollte ja sein, uns in den ersten Arbeitsmarkt zu führen.

I Und vom Jobcenter könnte man das ja auch, das wäre ja auch eine Aufgabe vom Jobcenter. Wir hatten die Frage zwar schon, aber wenn wir jetzt da bei diesen Gedanken sind. (.....)

B Von Jobcenter hatte ich vorhin angesprochen, dass da, ich weiß nicht, was das ist, dass die sich vorstellen, die sehen natürlich meinen Lebenslauf, die sehen mein Alter, die sehen meine Lücken und dann habe ich eben diesen Kommentar, ich nehme das ja nur als Beispiel, diesen Kommentar gebracht, dass ich mich interessieren würde für Datenbanken und für die erneuerbare Energiewirtschaft und das wurde fast abgetan schon. Aber da kam auch keine Alternative, da kam auch keine Idee, „Gut das ist jetzt vielleicht für Sie nicht realistisch, aber sie

können ja da mal hingucken“. Nee, da kam nichts. Da gehe ich dann raus mit dem Gefühl, wow, du bist jetzt aber echt so ein bisschen am Arsch hier, die haben dir klar gemacht, dass du doch alt bist und dass du Lücken hast, aber ich selber habe das Verständnis für mich, dass ich ..., ich habe zwar dieses Alter, aber ich bin genauso leistungsfähig wie jemand, der 20 Jahre jünger ist und vielleicht noch wissbegieriger als viele, als die große Mehrheit. Also, so schätze ich mich ein, mag falsch sein, aber dass da schon eine gewisse Altersdiskriminierung da ist, selbst im Jobcenter, das hat mich etwas erstaunt, muss ich sagen. Nicht erstaunt sollte es mich erstaunen, aber es war ein negatives Erlebnis. (..) Also, dass da auch keine, wenn jemand schon abgelehnt wird hier, dass dann kein Alternativvorschlag kommt, dass er, er hätte ja sagen können: „Gut, Sie kommen jetzt vielleicht nicht mehr in die Unternehmenskarriere, aber Sie können ja irgendwie ein Sachbearbeiter werden oder sowas.“ (..) Verwalt-, keine Ahnung, da kam halt nichts, da kamen keine Ideen, also das, die haben vielleicht auch nicht die, ich weiß nicht, ob man alles dem Jobcenter da überlassen sollte, es gibt sicher auch bessere, unabhängige Jobcoaches vielleicht, die das halt professionell machen, die dann auch die Möglichkeiten kennen, die es auf dem Arbeitsmarkt gibt und die dieses Matching vielleicht besser machen können als das Jobcenter, aber da weiß ich nicht, wo ich mich daran wenden sollte. Ich habe jetzt zum Beispiel gehört, dass, [der Arbeitshilfeträger] hat ja Jobcoaches, sowas könnte sich interessant anhören. Es wäre halt mal schön, mit jemandem zu reden, der so Tacheles reden würde und sagt, „Okay, ich schaue mir Ihren Lebenslauf an, Ihr Alter, Ihre Wünsche und was kann man da, was ist da der Kompromiss, was ist da die realistische, ein realistischer Berufsweg, den man einschlagen könnte.“ Ist es realistisch, dass ich mich wirklich einarbeite in ein, sagen wir mal, Datenbankthema. Selbst wenn ich das machen würde und schaffen würde, hätte ich überhaupt eine Chance auf dem Arbeitsmarkt, ich habe ja keine Ahnung, sowas wäre ... Ich bin aber, bezweifle, dass das Jobcenter die Kompetenzen dafür hat, das müsste dann wirklich jemand machen, der, weiß ich, Recruiter oder wer sind die Leute, die wirklich am Puls der Unternehmen sind, was die suchen. Ich glaube, da sind die Jobcenter ein bisschen zu weit entfernt von den Arbeitgebern, um da wirklich gute Beratungen machen zu können. (.)

I Ja, und noch vielleicht eine Ergänzung allgemein, wie man Arbeitslosigkeit vermeiden könnte, Langzeitarbeitslosigkeit? (....)

B Für mich ist die, natürlich, ich bin da vorbelastet, aber für mich ist die psychische Komponente sehr wichtig. Was ich in Amerika positiv gemerkt habe, ist, dass Schulen, Schulen haben normalerweise, wenn sie nicht gerade in den ärmsten Vierteln sind, haben einen Schulpsychologen, wo Kinder hingehen können oder, wenn Kinder auffallen, die bekommen dann dort einen Termin. Ich glaube, die psychologischen Aspekte, die oft nicht so sichtbar sind, äußerlich, darauf müsste man mehr schauen. Und vor allem dann die Schnittstellen zwischen, wenn man einen Schulabschluss hat oder wenn man einen Uniabschluss hat, ist doch eine sehr, sehr einschneidende Änderung im Leben. Und da sollte man wenigstens eine Beratungsmöglichkeit haben. Und ich fand da halt, als ich Abi hatte, hatte ich ein dickes Buch mit den allen möglichen Studiengängen in Deutschland und das war's. Und sonst hatte ich keine Beratung. Und dann habe ich halt geguckt, was mich so interessiert und dann kam ich [auf] VWL und so habe ich VWL gewählt. Aber das ist ja keine rationale ..., das ist ja keine gute, so sollte man jetzt nicht seinen Lebensweg entscheiden. Wie im Telefonbuch aufgeschlagen habe ich Studiengänge rausgepickt, der mich angesprochen hat. Also da hätte ich mir gewünscht, dass ich da irgendwie eine Beratung hätte, jemand, dem ich erklären könnte, was mich interessiert und bla bla bla. Und genauso am Ende des Studiums. Und dann, wenn es um Probleme am Arbeitsplatz geht, das gibt es mittlerweile ja auch teilweise, also das habe ich in Amerika gehabt, das habe ich leider nicht in Anspruch genommen, dass es dort auch psychologische Beratung gibt von Drittpersonen. Also das ist vertraulich. Das hätte ich in Anspruch nehmen können, habe ich aber aus Stolz nicht gemacht, was ein Fehler war. Also bevor ich den ersten Job verloren hatte, hätte ich das eigentlich in Anspruch nehmen sollen. Das war genau dafür gedacht, Leute, die irgendwie psychische Probleme haben, können diese Person ansprechen, kostet nichts, ist vertraulich, der Arbeitgeber erfährt davon nichts. Solche Angebote fände ich wichtig. Also die

psychische Unterstützung ist, glaube ich, unglaublich wichtig und könnte sehr viel Kosten auch sparen, letzten Endes. Ist zwar im ersten Moment, glaube ich, hört sich das teuer an, wenn man eine Stunde für jeden Arbeitnehmer pro Monat irgendwie hat, aber viel Schaden und viel Langzeitarbeitslosigkeit könnte da vermieden werden, glaube ich. Sogar viel Suchtverhalten, weil viele dieser Probleme dann – Langzeitarbeitslosigkeit, Abrutschen in der Obdachlosigkeit, Suchtverhalten – das ist alles psychisch für mich. Das sind alles psychische Probleme, je früher man die angeht, desto besser hat man die Chance, die komplett zu vermeiden. Und letzten Endes, glaube ich, wäre es auch billiger für die Volkswirtschaft. Und da ist halt ... psychische Probleme, ich glaube, es ist immer noch so, die Einstellung, dass ein Therapeut oder so als Luxus gesehen wird, dass sich nur die oberen 10.000 erlauben können. (...) Oder dass es nicht wirklich so eine ernsthafte Krankheit ist, wenn jemand mal depressiv ist oder so. Aber ich glaube, es ist fast ernsthafter wie ein Beinbruch oder so, auf lange Sicht. (....)

I Dann kommen wir nochmal zu dir zurück, nur um diesen Schritt aus der Arbeitslosigkeit nochmal anzuschauen. Was würde passieren, wenn sich nichts ändert? Wenn die Vorstellung, die du im Interview genannt hast, wenn das so nicht klappt, wenn das so bleibt, wie es jetzt gerade ist, wenn es keine Veränderung gäbe? (..)

B Also es gibt zwei Möglichkeiten. Ich bleibe in der AGH, so wie es ist, wäre es gar nicht so schlecht. Der Nachteil ist, dass ich eigentlich nur in [Wohnort] bleiben kann. Es gibt keinen richtigen Urlaub als AGHler. (....) Jedes Mal, wenn ich die Stadt verlasse, muss ich mich ja praktisch abmelden. Und das ist eigentlich auch nicht vorgesehen, dass ein AGHler oder ein Bürgergeldbezieher Urlaub macht. Wir haben ja gar nicht das Geld dafür. (.) Also ich wäre praktisch ... diese Freiheit wäre eingeschränkt. Also für mich ist das schon Freiheit, dass ich mal irgendwo hingehen kann für eine Woche oder über ein langes Wochenende. Das wäre negativ. Und wenn die AGH zu Ende geht und ich dann immer noch nichts mache, dann kommen natürlich existenzielle Probleme hoch. Dann wäre es natürlich zum ersten Mal [als erstes] Wohnung. (.....) Ich wohne ja momentan in einem Sozialhotel, also das ist eine Art Studentenwohnheim, kann man fast schon sagen, vergleichbar mit einem Studentenwohnheim. Ist ja auch sehr einfach, aber es ist doch sicher. Und diese Sicherheit ist eine große Erleichterung. Und wenn diese Sicherheit weggeht, wenn die Maßnahme weggeht, wenn man nur noch Bürgergeld bezieht und dann fängt irgendwann an das Problem, dass man vielleicht diesen Wohnplatz verliert, dann kann es sehr schnell wieder ganz nach unten gehen. Und ich hatte ja schon, das ist mir glücklicherweise nicht passiert, aber ich habe schon so gehört von anderen hier, dass das schon sehr schnell gehen kann. Und darüber bin ich mir schon bewusst, dass ich eigentlich einen Schritt davon entfernt bin, von ganz unten zu sein. Ich kann mich hier so ein bisschen der Illusion hingeben, ich habe ja so eine Art Job, ich habe ja so eine Art Einkommen, aber das ist halt gefährlich. Ich muss mir eigentlich jeden Tag vor Augen halten, das ist hier schon ziemlich weit unten und ich kann da nicht bleiben. Ich sollte mir es da nicht zu gemütlich machen. (..)

I Und anders betrachtet, wenn es funktioniert, wenn du diese Veränderung hinkriegst, aus der Arbeitslosigkeit rauskommst, was würde sich verbessern oder vielleicht was würde sich verschlechtern? (....)

B Genau, wie gesagt, ich sag mal, die Befürchtung, die ich habe und die vielleicht auch Leute haben, die lieber in Maßnahmen bleiben, ist, dass es auf dem ersten Arbeitsmarkt eben, dass da mit härteren Bandagen gekämpft wird sozusagen, dass da ein kälterer Wind weht, sag ich mal. (.) Wobei das letzten Endes, glaube ich, nicht so schlimm ist, wie das man sich ausmalt vielleicht. (.....) Das wäre eine Befürchtung, aber dann das Positive wäre natürlich, man hat viel mehr Geld, man hat viel mehr, man hat richtigen Urlaub und man hat auch das Geld, um Urlaub zu machen. Man kann was auf die Seite legen, also das heißt, man kann wieder langfristig planen, auf irgendeine größere Anschaffung vielleicht. Das fehlt halt eben jetzt. Jetzt lebt man halt von Monat zu Monat, guckt, dass das Geld reicht bis zum Monatsende, aber weiter denkt man ja gar

nicht. (.) Also das Kurzfristleben würde dann aufhören und man würde, ich sag mal, erwachsener wieder leben, mit einer langfristigen Sichtweise des Lebens. Und auch vor allem die Freiheit, also Freiheit im Sinne, dass man die finanzielle Freiheit hat, sich zu bewegen, wohin man will. Das ist schon sehr eingeschränkt als AGHler. (.) Einerseits vom Jobcenter so gewollt, andererseits, weil man einfach nicht das Geld dazu hat. (.)

I Und dieses positive Bild an neuen Möglichkeiten, im Hinterkopf nochmal, was wären jetzt deine ersten Schritte, um das hinzukriegen, um das zu verwirklichen, in dieses Bild zu kommen? (..)

B Mich überwinden, erstmal mich mit meinem Lebenslauf auseinanderzusetzen, der mich eigentlich deprimiert, wenn ich mir den anschau. (.) Das heißt, mich mit meinem Lebenslauf auseinanderzusetzen ist erstmal eine schlechte Erfahrung, das muss ich aber, um mich zu bewerben. (.) Deswegen glaube ich, wäre da etwas Unterstützung von einer zweiten Person hilfreich, einfach, die mich dazu bringt, mich damit zu konfrontieren und vielleicht diese übertriebenen Emotionen, die ich damit verknüpfe, abzubauen. (.) Es reicht schon, wenn jemand sagt, „Guck mal, du hast ja das und das gemacht“, also aufs Positive hinweisen, wo ich vielleicht in meinem Lebenslauf nur das Negative sehe, solche Sachen. (....) Da muss ich zugeben, dass ich mich nicht damit beschäftigen will, mit diesem Lebenslauf. (.) Oder auch, wenn ich dann Jobanzeigen sehe, ab und zu mal, wenn ich zufällig mal reingucke und dann das Gefühl habe, dass mich der Job interessieren würde und ich ihn vielleicht doch auch ausführen könnte, aber dann die Anforderungen, die ich einfach nicht habe, oder die Berufserfahrung. (.....) Da gibt es halt so Hemmschwellen, die ich überwinden muss, glaube ich. Deswegen war jetzt auch eine Idee, dass ich Praktika anfrage. Ich glaube, das wäre eine gute Möglichkeit, über Praktika reinzukommen. Dieser Schritt, das war ja immer das Thema auch in den letzten Tagen bei Konferenzen von anderen, wo ich teilgenommen habe, es gibt da anscheinend schon diese Angst, (...) es ist eine Überwindung vom zweiten in den ersten Arbeitsmarkt, weil da so viel mit dranhängt. (.....) Da geht es halt irgendwie formeller zu, da geht es um den Lebenslauf, da geht es um die Zeugnisse, da geht es um vielleicht Empfehlungen von Dritten, von vorherigen Arbeitgebern, wo ich auch schwer rankommen würde. (.) Diese ganzen Sachen, die eigentlich normal sind für jemanden, der schon 10, 15 Jahre im Arbeitsleben ist, mit einer ständigen, durchgehenden Biografie, für den sind das Kleinigkeiten. Aber für mich sind das Hindernisse, auch psychologische Hindernisse, weil ich das nicht habe und ich weiß nicht, wie ich das dann erklären sollte. Muss ich da jedes Mal meine Krankheitsgeschichte [erzählen]? Ich will das ja nicht. Ich will nicht sagen: „Ich habe diese Lücken, weil ich nicht aus dem Bett gekommen bin und an Depression gelitten.“ Nein, das will ich nicht preisgeben. Aber wie soll ich das erklären? Dieser Erklärungsbedarf, den man hat, ist ein großes Hindernis, glaube ich, um wirklich motiviert mich an die Stellensuche zu machen. (...) Deswegen, wie gesagt, diese Praktikamöglichkeit ist so eine niederschwellige Möglichkeit reinzukommen. (.) Und wenn die Leute mal einen sehen, wie man arbeitet, was für eine Arbeitsmoral hat, dann fallen ja diese Sachen, die sind zwar immer noch da, aber die sind dann nicht mehr so wichtig. (.) Ich glaube, ich sollte mich darum mehr kümmern. Ich habe es praktisch selber, mich beraten hier. (..)

I Das war der Sinn der Frage. (.)

B Ich sollte mich um Praktika kümmern. Ich weiß auch gar nicht, wie normal das ist, dass 50-jährige Leute da Praktika anfragen. Das macht man ja normalerweise als Schulabgänger oder so. (.)

I Kann man ja auch als Probearbeit. (...)

B Die Frage ist immer wieder, was war das für ein Arbeitgeber? Ich weiß gar nicht, ob ich das beantwortet hatte. Was erwarte ich von Arbeitgebern? Diese Flexibilität. Wenn die doch händeringend irgendwie Leute suchen in irgendeinem Bereich, dann braucht es aber auch

Flexibilität, nicht immer nur nach Schema F Arbeitnehmern zu suchen, sondern flexibel zu sein im Sinne von Anforderungen und vielleicht auch das Menschliche mehr zu sehen. (..) Oder Probearbeit anzubieten. Ja klar, das ist für die ein höherer Verwaltungsaufwand, aber wollen die Arbeitnehmer haben oder nicht? Wenn du wirklich Arbeitnehmer brauchst, dann musst du da auch ein bisschen was dafür tun. Ich habe nicht den Eindruck, dass die wirklich ... beschwerten sich zwar dafür. Ich habe immer noch den Eindruck, dass sie mit den bestehenden Arbeitnehmern zu Rande kommen und die halt eben mehr fordern. Die arbeiten dann länger und so weiter. Oder diese chronische Unterbesetzung der Stellen, die gibt es ja schon seit den 90ern. Seitdem da dieses Lean Management und dieses ganze Zeug war doch so in Mode, dass man so viel kürzt wie möglich, um das meiste aus den bestehenden Arbeitnehmern rauszuholen. Ich glaube, wir leben immer noch in dieser Welt, obwohl wir jetzt wirklich an dem Punkt sind, wo es nicht mehr weiter geht. Aber da muss echt ein Umdenken stattfinden bei den Arbeitgebern. Ich sehe da nicht die Träger oder die Jobcenter in der Verpflichtung. Ich sehe da wirklich die Politik muss da wirklich den Arbeitgebern sagen: „Hey Leute, ihr könnt euch nicht ständig beschwerten, ständig fordern, aber ihr selber seid total unflexibel, was eure Arbeitnehmer angeht.“ Auch wenn es um Teilzeit geht. Was mir vielleicht auch zu Rande kommen würde, ich weiß nicht, ob ich wirklich, weil teilweise bin ich schon erschöpft am Wochenende, obwohl ich ja nur 30 Stunden arbeite, aber vielleicht würde es mir besser tun, 30 Stunden die Woche zu arbeiten anstatt 40. (.....) Oder nur 20. Warum eigentlich nicht? Was ist denn so schwer daran? Wir arbeiten ja nicht an Maschinen, die 24 Stunden laufen müssen. Wir arbeiten an Projekten. Das wäre für mich ein großes Thema, das gerne ausgeklammert wird, weil ich glaube, wir haben auch nicht so viel Zugriff auf Arbeitgeber, um die zu konfrontieren. Aber für mich ist das ein Lösungsansatz, den müsste man verstärkt fordern, die Kapitaleigner in die Verantwortung bringen und die großen Firmen, die viel mehr tun könnten in dem Bereich. (.....)

I Hast du ein Beispiel aus deinem Bekanntenkreis, wo es gelungen ist, dass jemand nach längerer Arbeitslosigkeit zurück in den ersten Arbeitsmarkt gekommen ist? (....)

B Ja, also ich habe natürlich, meine Schwester war von [...]krankheit betroffen vor 15, 20 Jahren, dann auch eine längere Zeit arbeitslos und sie hat es wirklich geschafft, nachdem sie wieder gesund war, auch über Zeitarbeit, dann über Weiterbildung, dann hat sie einen Meister gemacht, um dann so wieder reinzukommen. Also in erster Linie glaube ich, in meinen Erfahrungen kenne ich Leute, die halt mit gesundheitlichen Problemen zu tun hatten, meistens psychisch, die nach richtiger Behandlung es dann geschafft haben, aber erst nach richtiger Behandlung. (.) Und da geht es dann auch nicht wirklich um irgendwelche anderen Maßnahmen, da geht es wirklich nur darum, dass die Krankheit behandelt wurde und erst dann läuft es. Aber die Frage war ja, könnte ich die hierher bringen?

I Ja, das habe ich jetzt, du kennst die Frage, also könntest du uns mit diesen Leuten, die du da im Kopf hast, vernetzen? (...)

B Ja, also, wie meine Schwester könnte ich theoretisch vernetzen, aber das ist auch nicht so interessant, weil bei ihr ist es ja 20 Jahre her, es wäre vielleicht interessanter jemanden zu haben, der vor kurzem da rausgefunden hat. (.....) Ja, mir schwebt da jemand vor, aber ich weiß nicht, ob die bereit wäre dafür. Die ist sogar in [Ort] bei [Großstadt in Süddeutschland], aber ich versuche die mal zu kontaktieren. (...) Weil die, glaube ich, wenn es stimmt, was sie mir erzählt, arbeitet sie jetzt, nachdem sie, glaube ich, drei Jahre nicht gearbeitet hat, ist sie in der [Einrichtung]. Ich bin da nicht hundertprozentig sicher, ob sie da eine richtige Stelle bekommen hat oder nicht. Aber wenn Interesse besteht, frage ich mal nach. (...)

I Ja, dann sind wir durch mit den Fragen. Ist irgendwas offengeblieben? Möchtest du noch was ergänzen?

B Nein, ich glaube, ich habe sehr lange geredet, ich sehe gerade eineinhalb Stunden. Ich glaube, ich bin durch. (...)

I Letzte Frage, wie war das für dich? Wie hast du das Interview empfunden?

B Ich bin überrascht, dass ich so viel geredet habe. Ich hoffe, ich habe niemanden gelangweilt, der das jetzt bearbeiten muss. Ja, es ist sehr viel rausgekommen. Eine Interviewerin, die ich interviewt hatte übrigens, hat einmal gemeint, das war therapeutisch. Und ich kann dem zustimmen, das war fast eine Selbsttherapie hier, weil man reflektiert über das Leben anhand der Berufslaufbahn oder den Job, das Arbeitsleben, aber das ist doch eng verbunden mit seinem eigentlichen Leben, weil man sich doch sehr viel definiert über die Arbeit. Und das ist schon, ich würde nicht sagen schwierig, aber das Reflektieren ist schon sehr, ja, es ist eine Therapie. Es ist etwas Positives, würde ich sagen, in den meisten Fällen, hoffe ich. Also für mich ja. Aber wie gesagt, du hast ja gesehen, ich habe mir schon selber Fragen beantwortet, was ich demnächst machen sollte. Und von daher ist es eine gute Sache gewesen, ja. Ja, besser als erwartet, definitiv.

I Vielen Dank.

B Danke dir, [Name des Interviewers].