

PSYCHOLOGIE HEUTE



Jetzt Newsletter abonnieren

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



BERUF

Reife Leistung: Arbeiten mit 50 plus

Dossier Beruf & Leben: Wir sollen länger arbeiten – bis 67, mindestens. Aber wie bleibt man gesund und motiviert im Job? Und was können Betriebe dafür tun?

VON CAROLA KLEINSCHMIDT

 12. JUN 2019

Als Gerd Duffke mit 16 Jahren seine Lehre zum Industriemechaniker begann, dachte er nicht im Traum daran, eines Tages mal etwas anderes zu tun. Einmal in einem Beruf, immer in dem Beruf – so lief das damals noch. Nach der Lehre beim Maschinenhersteller Trumpf in Ditzingen montierte er als Servicetechniker für Kunden von Düsseldorf bis Dubai dessen Produkte. „Das war ein aufregendes und tolles Leben für einen Jungen von der Schwäbischen Alb“, erinnert sich der heute 62-Jährige.

Doch mit Mitte 30, Duffke hatte inzwischen Frau und Kind, spürte er die schwere Arbeit und das viele Reisen in den Knochen. Servicetechniker ist kein Beruf fürs Leben. Viele seiner älteren Kollegen gingen wegen gesundheitlicher Probleme in den vorzeitigen Ruhestand. Gerd Duffke stellte sich schon relativ früh die Frage, die viele Arbeitnehmer irgendwann umtreibt: Wie die Arbeit bis zur Rente gesund überstehen?

Gute Antworten sind heute so wichtig wie nie zuvor. Denn zukünftig sollen die Deutschen bis zum Alter von 67 Jahren gesund und motiviert im Berufsleben stehen. Derzeit müssen Beschäftigte bereits bis sieben Monate nach ihrem 65. Geburtstag arbeiten, wenn sie die vollen Rentenbezüge erhalten möchten. Ab dem Jahrgang 1964 gilt dann bis auf wenige Ausnahmen: Büro oder Produktionshalle bis zum 67. Geburtstag.

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Menschen verstehen wie die Profis

Fünf Psychotherapeuten beschreiben Techniken und Haltungen, um andere Menschen besser zu verstehen. Und sie erklären, wie wir sie nutzen können.

BEZIEHUNG

Wenn er nicht so ist, wie sie ihn braucht

Warum der Versuch, Intimität herzustellen, manchmal das Gegenteil bewirkt, zeigt Paartherapeutin Angelika Eck.

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

2 GESUNDHEIT

Woran hat's gelegen?

Psychologie nach Zahlen: 6 Faktoren, die über Erfolg oder Scheitern einer Psychotherapie mitbestimmen.

3 LEBEN

Resilienz lässt sich lernen

Resilienz ist eine Frage des Bewertungsstils. Krisen standzuhalten lässt sich lernen, erklärt der Forscher Raffael Kalisch in einem Buch.