Wohlkapitel

Wenn ich mal pensioniert bin, dann …

Was davon schon heute beginnen kann



Ein Wohlkapitel-Arbeitsbuch mit Clara und Paul

Für Menschen ab 50

1 | DER SATZ HINTER DEM SATZ

Der Satz hinter dem Satz

«Wenn ich mal pensioniert bin, dann …» Vielleicht endet dein Satz mit einer Reise, einem Garten oder einem Instrument, das schon lange im Schrank liegt. Vielleicht steht dort einfach: mehr Zeit. Bevor wir überlegen, wie du deinen Wunsch verwirklichst, schauen wir ihn genauer an. Was möchtest du dann tatsächlich tun oder anders erleben?

Ein grosser Zukunftswunsch kann mehrere Anliegen enthalten. Beim Reisen interessieren dich vielleicht unbekannte Orte. Vielleicht gefällt dir aber vor allem die Vorstellung, einige Tage ohne Termine zu verbringen. Das ist ein Unterschied: Für Neugier braucht es eine andere erste Idee als für ungestörte Ruhe. Beides darf wichtig sein.

Schreibe deinen Satz zunächst so auf, wie er dir einfällt. Lass ihn eine Weile stehen, ohne ihn schöner oder vernünftiger zu machen. Ergänze danach: «Ich freue mich daran besonders auf …» Versuche, eine gewöhnliche Situation zu beschreiben. Was würdest du tun? Mit wem wärst du zusammen, oder möchtest du gerade allein sein? Was würde an diesem Moment zu dir passen?

Du musst deine Pensionierung dafür nicht vorwegnehmen. Auch wenn dein künftiger Berufsalltag noch offen ist, kannst du heute einen Wunsch genauer benennen. Ob und wann eine erste Umsetzung möglich ist, prüfen wir später mit deinen tatsächlichen Bedingungen. Für den Anfang genügt ein Satz, den du als deinen eigenen erkennst.

> Hinter einem grossen «später» kann ein sehr konkreter Wunsch stehen.

Zum Ausprobieren: Vervollständige: Wenn ich mal pensioniert bin, dann … Besonders wichtig daran ist mir …

Passende Arbeitsseite: Seite 10

1 | DER SATZ HINTER DEM SATZ

Deine Wunschliste mit eigenem Grund

Halte höchstens drei Ideen fest. Du musst noch keine auswählen. Schreibe pro Idee einen Satz dazu, was dich selbst daran interessiert. In der letzten Spalte steht eine offene Frage, keine vorschnelle Lösung.

Ein fiktiver Kurzeintrag könnte lauten: «Wieder Musik machen / Ich möchte gemeinsam etwas gestalten / Reizt mich das Spielen selbst oder vor allem die Gruppe?» Eine solche Frage kann hilfreich sein, auch wenn die Idee später nicht weitergeht.

> Eine offene Frage ist ein brauchbares Ergebnis dieser Seite.

Meine Idee	Mein eigener Grund	Das möchte ich noch klären