

*Steffen Jaksztat*

## **Der Beitrag der Sozialpsychologie zur Arbeitslosenforschung**

### **1. Einleitung**

In einer um Erwerbsarbeit zentrierten Gesellschaft ist die Teilhabe am Erwerbsleben für viele Menschen ein wesentliches Element ihres Wohlbefindens. Beruflich tätig zu sein bedeutet nicht nur, ein bestimmtes Einkommen zu erzielen. Auch gesellschaftliches Ansehen, die Möglichkeit zu sozialen Kontakten und Selbstverwirklichung sind eng mit der Erwerbsarbeit verknüpft. In Arbeitsgesellschaften dient der Beruf als „wechselseitige Identifikations-schablone“<sup>1</sup>: Wir müssen nur den Beruf eines Anderen kennen und schon glauben wir, ihn zu kennen.

Wie wichtig Arbeit für die meisten Menschen ist, wird vielleicht am deutlichsten, wenn sie fehlt. Nicht erst seit der klassischen Studie „Die Arbeitslosen von Marienthal“<sup>2</sup> aus den 1930er Jahren ist die Erforschung der psychischen und sozialen Folgen unfreiwilliger Arbeitslosigkeit ein wichtiges, wenngleich konjunkturabhängiges Thema der empirischen Sozialwissenschaften. Und auch wenn die Ausgangslage heute eine andere ist – vor allem, weil der Verlust des Arbeitsplatzes in der Regel nicht mehr unmittelbar mit materieller Verelendung verbunden ist –, so treten auch in modernen Wohlfahrtsstaaten negative psychosoziale Folgen von Arbeitslosigkeit auf.

Dieser Beitrag gliedert sich in zwei Teile. Im ersten Teil wird es um die Frage gehen, ob und in welchem Ausmaß Arbeitslosigkeit eine potentielle Gefährdung des individuellen psychischen Wohlbefindens darstellt. Zu diesem Zweck möchte ich versuchen, einen kurzen Überblick über die Erkenntnisse der psychologischen Forschung hinsichtlich der gesundheitlichen Konsequenzen von Arbeitslosigkeit zu geben. Im Anschluss an diese empirischen Befunde

<sup>1</sup> Ulrich Beck, Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne, Frankfurt a.M. 1986, hier S. 221.

<sup>2</sup> Vgl. Marie Jahoda/Paul F. Lazarsfeld/Hans Zeisel, Die Arbeitslosen von Marienthal. Ein soziographischer Versuch über die Wirkungen langandauernder Arbeitslosigkeit, Frankfurt a.M. 1975; die Studie erschien erstmals 1933.

geht es um deren theoretische Interpretation. Es soll gezeigt werden, wie die (Sozial-)Psychologie zur *Erklärung* der psychischen und gesundheitlichen Konsequenzen von Arbeitslosigkeit beitragen kann. Im Mittelpunkt werden dabei Marie Jahodas einflussreiche „Theorie der manifesten und latenten Funktionen von Erwerbsarbeit“ und darauf aufbauende Konzepte stehen.

## 2. Empirische Erkenntnisse zur psychischen Befindlichkeit Arbeitsloser

Die Zahl empirischer Studien zum Thema Arbeitslosigkeit ist mittlerweile nahezu unüberschaubar groß: Eine einfache Suche in der Datenbank „PSYNDEXplus“ für psychologische Literatur unter dem Schlagwort *unemployment* liefert 1377 Treffer<sup>3</sup>. An dieser Stelle kann und soll den vorhandenen Literaturberichten<sup>4</sup> keine weitere Zusammenfassung der (sozial-)psychologischen Forschung an die Seite gestellt werden. Vielmehr geht es darum, die Ergebnisse ausgewählter Meta-Analysen vorzustellen<sup>5</sup>, die möglichst viele quantitative Einzelstudien auswerten und auf statistischem Weg zusammenfassen, um auf der Basis einer hohen Fallzahl zu einem verlässlichen Gesamtergebnis zu gelangen. Auf diese Weise können generalisierende Aussagen über die Wirkung von Arbeitslosigkeit gemacht werden.

Der bisher wohl umfassendste Versuch einer derartigen systematischen Integration von Forschungsbefunden wurde am Lehrstuhl für Wirtschafts- und Sozialpsychologie der Universität Erlangen-Nürnberg durchgeführt<sup>6</sup>. Sowohl Querschnittstudien, die

<sup>3</sup> Suchanfrage am 5.10.2008.

<sup>4</sup> Vgl. z.B. David Dooley/Jonathan Fielding/Lennart Levi, Health and Unemployment, in: Annual Review of Public Health 17 (1996), S. 449–465.

<sup>5</sup> Vgl. Gregory C. Murphy/James A. Athanasou, The effect of unemployment on mental health, in: Journal of Occupational and Organizational Psychology 72 (1999), S. 83–99; Frances M. McKee-Ryan u. a., Psychological and Physical Well-Being During Unemployment: A Meta-Analytic Study, in: Journal of Applied Psychology 90 (2005), S. 53–76; Karsten I. Paul/Alice Hassel/Klaus Moser, Die Auswirkungen von Arbeitslosigkeit auf die psychische Gesundheit. Befunde einer quantitativen Forschungsintegration, in: Alfons Hollederer/Helmut Brand (Hrsg.), Arbeitslosigkeit, Gesundheit und Krankheit, Bern 2006, S. 35–51.

<sup>6</sup> Vgl. Karsten I. Paul, The negative mental health effect of unemployment: Meta-analyses of cross-sectional and longitudinal data, Diss., Erlangen/Nürnberg 2005; Karsten I. Paul/Klaus Moser, Negatives psychisches Befinden als Wirkung und als Ursache von Arbeitslosigkeit: Ergebnisse einer Metaanalyse, in: Jeannette Zempel/Johann Bacher/Klaus Moser (Hrsg.), Erwerbslosigkeit. Ursachen, Auswirkungen und Interventionen, Opladen 2001, S. 83–110.

das psychische Wohlbefinden Arbeitsloser und Erwerbstätiger zu *einem* Zeitpunkt miteinander vergleichen, als auch methodisch anspruchsvollere Längsschnittstudien, in denen die psychischen Effekte der *Übergänge* von Erwerbstätigkeit in Arbeitslosigkeit oder umgekehrt thematisiert werden, fanden Eingang in diese Meta-Analysen – insgesamt weit mehr als 300 empirische Studien aus den letzten vier Jahrzehnten. Die Ergebnisse sprechen eine deutliche Sprache: Menschen, die ihre Stelle verloren haben, leiden unter vielfältigen psychischen Beeinträchtigungen und zeigen beispielsweise Symptome von Depression, Angst (etwa Ruhelosigkeit und Schlafschwierigkeiten), vermindertem Wohlbefinden und gestörtem Selbstwertgefühl. Arbeitslosigkeit hat demnach deutlich negative Folgen für die psychische Gesundheit der Betroffenen. Bei sämtlichen untersuchten Indikatoren zeigten sich Effektstärken mittlerer Größe. „Der Anteil derer, die psychisch deutlich beeinträchtigt sind und möglicherweise psychologische oder medikamentöse Behandlung benötigen, [ist] unter den Arbeitslosen mehr als doppelt so groß wie unter den Erwerbstätigen“, so das Fazit von Karsten I. Paul, Alice Hassel und Klaus Moser<sup>7</sup>.

Angesichts dieses Befunds kann es wenig überraschen, dass sich in einer Reihe von Studien Hinweise für einen Zusammenhang zwischen Arbeitslosigkeit und einem erhöhten Selbstmordrisiko finden lassen<sup>8</sup>. Eine norwegische Untersuchung, die über einen Zeitraum von fünf Jahren durchgeführt wurde, zeigte etwa, dass Selbstmordgedanken unter Arbeitslosen relativ weit verbreitet sind: Ungefähr jeder fünfte Befragte unter 50 Jahren gab an, unlängst solche gehabt zu haben. Darüber hinaus ließ sich feststellen, dass bei denjenigen die Gedanken an einen Freitod signifikant zurückgingen, die eine neue Arbeitsstelle finden konnten<sup>9</sup>.

Der Nachweis negativer Auswirkungen von Arbeitslosigkeit auf die körperliche Gesundheit ist metaanalytisch bisher nur bedingt

<sup>7</sup> Paul/Hassel/Moser, Arbeitslosigkeit, in: Hollederer/Brand (Hrsg.), Arbeitslosigkeit, S. 42.

<sup>8</sup> Vgl. Ulf-G. Gerdtham/Magnus Johannesson, A note on the effect of unemployment on mortality, in: Journal of Health Economics 22 (2003), S. 505–518; Sven-Erik Johansson/Jan Sundquist, Unemployment is an important risk factor for suicide in contemporary Sweden: an 11-year follow-up study of a cross-sectional sample of 37.789 people, in: Public Health 111 (1997), S. 41–45; Stephen Platt, Unemployment and suicidal behaviour: A review of the literature, in: Social Science and Medicine 19 (1984), S. 93–115.

<sup>9</sup> Vgl. Björgulf Claussen, Suicidal Ideation in the Long-Term Unemployed: A Five-year Longitudinal Study, in: Thomas Kieselbach u.a. (Hrsg.), Unemployment and Health. International and Interdisciplinary Perspectives, Bowen Hills 2006, S. 109–118.

gelungen. So ergab etwa eine auf Krankenkassendaten basierende Studie, dass das Risiko für Krankenhausaufenthalte deutlich sank, nachdem Menschen arbeitslos geworden waren, was sicherlich auf die Abnahme berufsbedingter Erkrankungen zurückzuführen ist. Es stellte sich aber auch heraus, dass das Risiko, wegen eines Herzinfarkts in ein Krankenhaus eingewiesen zu werden, mit der Dauer der Arbeitslosigkeit deutlich anstieg<sup>10</sup>. In einer aktuellen medizinischen Studie gelang zudem der Nachweis, dass Arbeitslosigkeit offenbar mit einer Verschlechterung der Immunfunktion einhergeht<sup>11</sup>. Diese Befunde verweisen darauf, dass sich durch Arbeitslosigkeit bedingte psychische Belastungen auch in körperlichen Symptomen manifestieren können.

Ob psychische Missbefindlichkeit tatsächlich kausal durch Arbeitslosigkeit verursacht wird oder ob dahinter nicht in erster Linie Selektionsmechanismen des Arbeitsmarkts im Sinne einer größeren Arbeitsmarktfitness psychisch unbelasteter Menschen gesehen werden müssen, wurde im Rahmen der psychologischen Arbeitslosenforschung immer wieder diskutiert<sup>12</sup>. Vor dem Hintergrund einer steigenden Zahl von Längsschnittuntersuchungen kann mittlerweile davon ausgegangen werden, dass beides gilt: Psychische Probleme sind sowohl *Wirkung* als auch *Ursache* von Arbeitslosigkeit. Ihre eigenen Erkenntnisse zusammenfassend beschreiben Paul und Moser diesen Teufelskreis folgendermaßen:

„Psychisch belastete werden leichter arbeitslos als unbelastete Menschen. Der Zustand der Arbeitslosigkeit verursacht dann weitere psychische Probleme, die schließlich die Suche nach einer neuen Stelle erschweren und dazu führen, daß die schädigende Situation der Arbeitslosigkeit länger andauert als bei beschwerdefreien Menschen.“<sup>13</sup>

Arbeitslosigkeit zieht jedoch nicht zwangsläufig ernsthafte psychische Belastungen nach sich. Vielmehr können Menschen ganz unterschiedlich auf die Erfahrung von Arbeitslosigkeit reagieren.

<sup>10</sup> Vgl. Siegfried Geyer/Richard Peter, Hospital admissions after transitions into unemployment, in: Sozial- und Präventivmedizin 48 (2003), S. 105–114.

<sup>11</sup> Vgl. Frances Cohen u. a., Immune Function Declines with Unemployment and Recovers after Stressor Termination, in: Psychosomatic Medicine 69 (2007), S. 225–234.

<sup>12</sup> Vgl. z.B. David Fryer, Unsicherheit, Strukturwandel der Arbeitslosigkeit und psychische Gesundheit, in: Hans G. Zilian/Jörg Flecker (Hrsg.), Soziale Sicherheit und Strukturwandel der Arbeitslosigkeit, München 2000, S. 240–256.

<sup>13</sup> Paul/Moser, Arbeitslosigkeit, in: Zempel/Bacher/Moser (Hrsg.), Erwerbslosigkeit, S. 104.

Mitarbeiter des Soziologischen Forschungsinstituts Göttingen identifizierten beispielsweise in einer qualitativen Untersuchung eine Gruppe von Betroffenen, für die Arbeitslosigkeit offenbar eine überwiegend positive Erfahrung darstellte. Diese Menschen erlebten in erster Linie eine Entlastung von restriktiven Arbeitsbedingungen und schätzten insbesondere den Zugewinn an Autonomie und Zeitsouveränität. Arbeitslosigkeit bedeutete für sie eine „Chance auf Zeit“<sup>14</sup>, um persönliche Handlungsspielräume zu nutzen und zu erweitern. Diese sogenannten *good copers* werden in der psychologischen Arbeitslosenerliteratur immer wieder erwähnt<sup>15</sup>. Entsprechende Hinweise finden sich übrigens bereits in Berichten, die in der Weltwirtschaftskrise der 1930er Jahre verfasst wurden<sup>16</sup>.

Wie Arbeitslose ihre persönliche Situation erleben, kann unter anderem davon abhängen, welchen Stellenwert Erwerbstätigkeit in ihrem Leben hat, ob es ihnen gelingt, den Verlust ihrer Stelle im Alltag auf subjektiv sinnvolle Weise zu kompensieren, wie lange die Arbeitslosigkeit dauert, wie sie ihre Wiederbeschäftigungschancen wahrnehmen, wie groß ihr sozialer Rückhalt ist und welche finanziellen beziehungsweise materiellen Ressourcen ihnen zur Verfügung stehen<sup>17</sup>. Diese *Moderatorvariablen* bestimmen in hohem Maße, ob sich ein Mensch gegen die negativen psychischen und sozialen Folgen der Arbeitslosigkeit zur Wehr setzen kann oder nicht<sup>18</sup>. Allen individuellen Unterschieden zum Trotz muss aber festgehalten werden: Der Vergleich arbeitsloser und erwerbstätiger Menschen zeigt immer wieder, dass der Verlust des Arbeitsplatzes und die ergebnislose Suche nach einer neuen Stelle im Allgemeinen mit signifikanten negativen psychischen Konsequenzen verbunden

<sup>14</sup> Martin Kronauer/Berthold Vogel/Frank Gerlach, Im Schatten der Arbeitsgesellschaft. Arbeitslose und die Dynamik sozialer Ausgrenzung, Frankfurt a.M./New York 1993, S. 90.

<sup>15</sup> Vgl. David Fryer/Roy Payne, Proactive behavior in unemployment: findings and implications, in: *Leisure Studies* 3 (1984), S. 273–295.

<sup>16</sup> Vgl. Hans Safrian, „Wir ham die Zeit der Orbeitslosigkeit schon richtig genossen auch“. Ein Versuch zur (Über-)Lebensweise von Arbeitslosen in Wien zur Zeit der Weltwirtschaftskrise um 1930, in: Gerhard Botz/Josef Weidenholzer (Hrsg.), *Mündliche Geschichte und Arbeiterbewegung – eine Einführung in Arbeitsweisen und Themenbereiche der Geschichte „geschichtsloser“ Sozialgruppen*, Wien 1984, S. 293–331.

<sup>17</sup> Vgl. McKee-Ryan u.a., Unemployment.

<sup>18</sup> Vgl. Alois Wacker, Arbeitslosigkeit aus sozialpsychologischer Perspektive, Referat auf der Tagung „Logik der Ökonomie – Krise der Arbeit. Perspektiven für eine gerechte Verteilung von Arbeit und Einkommen“ in der Evangelischen Sozialakademie Friedewald vom 15.3.–17.3.2000 (<http://www.sozpsy.uni-hannover.de/DfA/arbeit.htm>).

sind. Einfache statistische Zusammenhänge spiegeln jedoch, und dies ist hier der entscheidende Punkt, Wahrscheinlichkeiten wider und nicht Notwendigkeiten.

### 3. Theoretische Erklärungen

Obwohl mittlerweile starke Belege für einen kausalen Zusammenhang zwischen Arbeitslosigkeit und psychischem Missbefinden vorliegen, bleibt die schwierige Frage zu klären, wodurch die offenbar vielfältigen negativen Folgen eines Arbeitsplatzverlusts psychologisch erklärt werden können. Was macht die Arbeitslosigkeit für viele Menschen so belastend? Um eine Antwort darauf zu finden, wurde oftmals versucht, die Situation arbeitsloser Menschen im Licht allgemeiner sozialpsychologischer Theorien zu interpretieren. Breite Anwendung fanden auch allgemeine Stresstheorien<sup>19</sup>. Darüber hinaus wurden jedoch auch einige spezielle (sozial-)psychologische Arbeitslosigkeitstheorien entwickelt, von denen eine Auswahl im Folgenden kurz vorgestellt werden soll.

Der mit Sicherheit einflussreichste sozialpsychologische Erklärungsversuch für die psychischen Folgen von Arbeitslosigkeit stammt von Marie Jahoda<sup>20</sup> – einer Co-Autorin der berühmten Marienthal-Studie. Jahoda argumentierte, dass Erwerbsarbeit aus psychologischer Sicht sowohl manifeste als auch latente Funktionen erfüllt. Erstere sind offensichtlich: In der Regel gehen Menschen arbeiten, um den Lebensunterhalt für sich oder ihre Familie zu verdienen. Darüber hinaus hat Erwerbsarbeit aber eine Reihe weiterer latenter Funktionen, die Jahoda auch als Erlebniskategorien bezeichnete, von denen fünf von besonderer Bedeutung sind: „1. time structure, 2. an enlarged social network, 3. participation in collective efforts, 4. definition of social identity, 5. and required regular activity“<sup>21</sup>. Diese Erlebniskategorien entsprechen Jahodas Theorie zufolge tief-sitzenden Bedürfnissen der meisten Mitglieder moderner Gesellschaften, was sie zu wichtigen Voraussetzungen für menschliches

<sup>19</sup> Vgl. Richard S. Lazarus, Streß und Streßbewältigung – ein Paradigma, in: Sigrun-Heide Filipp (Hrsg.), Kritische Lebensereignisse, München 1995, S. 198-232; Janina C. Latack/Angelo J. Kinicki/Gregory E. Prussia, An integrative process model of coping with job loss, in: Academy of Management Review 20 (1995), S. 311-342.

<sup>20</sup> Vgl. hierzu und zum Folgenden Marie Jahoda, Wieviel Arbeit braucht der Mensch? Arbeit und Arbeitslosigkeit im 20. Jahrhundert, Weinheim 1983.

<sup>21</sup> Marie Jahoda, Manifest and latent functions, in: Nigel Nicholson (Hrsg.), The Blackwell Encyclopedic Dictionary of Organizational Behaviour, Oxford 1997, S. 317f., hier S. 318.

Wohlbefinden macht. Die Tatsache, dass so viele arbeitslose Menschen psychisch leiden, erklärt sich demnach durch den umständehalber bedingten Mangel an Erfahrungen in diesen fünf Erlebniskategorien. Aus diesem Grund wird Jahodas Erklärungsansatz auch als *Deprivationsmodell* bezeichnet.

Aus psychologischer Sicht bestand für Jahoda das bedeutendste Problem in der durch die Arbeitslosigkeit bedingten „Zerstörung einer gewohnten Zeitstruktur“<sup>22</sup>. Auch wenn sich viele erwerbstätige Menschen über zu viel Arbeit und zu wenig Freizeit beklagen, fest steht: Die große Mehrheit der Erwerbstätigen ist es gewohnt, dass ihr Tages-, ja sogar ihr gesamter Lebenslauf wesentlich durch Erwerbsarbeit strukturiert wird. Den Wegfall dieser gewohnten, von außen gesetzten Struktur empfinden daher nur wenige Menschen tatsächlich als Befreiung. Die freie Zeit der Arbeitslosigkeit nannte Jahoda in der Marienthal-Studie „ein tragisches Geschenk“. Den meisten Menschen fällt es äußerst schwer, den Verlust dieser Zeitstruktur aus eigener Kraft zu kompensieren und subjektiv sinnvolle, selbstbestimmte Tätigkeiten an die Stelle der Erwerbsarbeit zu setzen.

Ebenfalls von großer Bedeutung für das psychische Wohlbefinden waren für Jahoda – nicht zuletzt am Arbeitsplatz geknüpfte – soziale Kontakte. Arbeitslose, denen diese Kontakte fehlen, leiden häufig unter der Empfindung, nutzlos zu sein. Das fundamentale Verlangen, sich einer Gruppe zugehörig zu fühlen, bleibt für viele Arbeitslose ungestillt; ihnen fehlt auch das Gefühl, gebraucht zu werden. Die Erwerbsarbeit befriedigt diese Bedürfnisse in der Regel gleichsam nebenbei durch kollektives, arbeitsteiliges Handeln. Da gesellschaftliche Position und Selbstverständnis der meisten erwachsenen Menschen wesentlich mit Erwerbsarbeit verknüpft sind, postulierte Jahoda ferner, dass die Missbefindlichkeit Arbeitsloser durch den Verlust ihres sozialen Status und die Bedrohung ihrer persönlichen Identität mit verursacht werde. Insgesamt sei der Aspekt materieller Deprivation in modernen Wohlfahrtsstaaten hinter die Bedeutung dieser Erlebniskategorien zurückgetreten. Zugleich konzidierte Jahoda, dass nicht alle Arbeitsplätze in gleichem Maße geeignet seien, um die von ihr theoretisch postulierten Bedürfnisse zu befriedigen und dass Menschen theoretisch auch außerhalb der Erwerbsarbeit Zugang zu den Erlebniskategorien finden könnten, etwa durch Hobbies oder ehrenamtliches Engagement.

<sup>22</sup> Jahoda, Wieviel Arbeit braucht der Mensch, S. 45f.

Als direkte Kritik an Jahodas Deprivationsmodell formulierte David Fryer seine *Agency Restriction Theory*<sup>23</sup>. Folgt man diesem Ansatz, dann besteht das größte psychologische Problem von Arbeitslosigkeit im eingeschränkten Handlungsspielraum der Betroffenen. Viele Arbeitslose müssen die äußerst frustrierende Erfahrung machen, dass ihre Möglichkeiten zu einer selbstbestimmten und planbaren Lebensführung abnehmen. Dies ist in Fryers Augen der entscheidende Grund für die negativen Auswirkungen der Arbeitslosigkeit auf die Psyche.

Zwei Aspekten kommt dabei besondere Bedeutung zu: den finanziellen Restriktionen und den unklaren Zukunftsperspektiven. Vor allem der erste Punkt – der schädigende Einfluss arbeitslosigkeitsbedingter Armutserfahrungen – wurde von Fryer in Abgrenzung zu Marie Jahoda hervorgehoben<sup>24</sup>. Tatsächlich bietet die ökonomische Situation Arbeitsloser viele potentielle Quellen für Enttäuschungen und Ohnmachtsgefühle: Die häufig massiven finanziellen Einschränkungen lassen Konsumbedürfnisse unbefriedigt und blockieren zudem die Erfüllung eigener Pläne; die Abhängigkeit von staatlichen Unterstützungsleistungen wird von vielen Betroffenen als stigmatisierend wahrgenommen; soziale Rollen wie die des Ernährers können nur noch schwer ausgefüllt werden. Für den arbeitslosen Menschen ist es in den meisten Fällen zudem vollkommen offen, ob und wann er wieder eine Beschäftigung finden und wie diese dann aussehen wird. Kurz: Die Zukunft ist weniger berechenbar und wirkt dadurch schnell bedrohlich.

Fryers Annahmen beschreiben im Wesentlichen das, was in der Sozialpsychologie gemeinhin als Kontrollwahrnehmung bezeichnet wird. Unter Kontrolle versteht man dabei die „Überzeugung bzw. das Bestreben einer Person, erwünschte Zustände herbeizuführen und aversive Zustände zu vermeiden oder zumindest reduzieren zu können“<sup>25</sup>. Von Kontrolle spricht man nicht nur dann, wenn eine Person ihre Umwelt durch eigenes Handeln tatsächlich beeinflussen kann (primäre Kontrolle), sondern auch, wenn bestimmte Ereignisse

<sup>23</sup> Vgl. David Fryer, Employment deprivation and personal agency during unemployment: A critical discussion of Jahoda's explanation of the psychological effects of unemployment, in: *Social Behavior* 1 (1986), S. 3–23.

<sup>24</sup> Vgl. David Fryer, Benefit agency? Labour market disadvantage, deprivation, and mental health. C.S. Myers Lecture 1994, in: *The Psychologist* 8 (1995), S. 265–272.

<sup>25</sup> Zit. nach Dieter Frey/Eva Jonas, Die Theorie der kognizierten Kontrolle, in: ders./Martin Irle (Hrsg.), *Theorien der Sozialpsychologie*, Bd. III: Motivations-, Selbst- und Informationsverarbeitungstheorien, Stuttgart 2002, S. 13–50, hier S. 13; das Folgende nach diesem Beitrag.



im Sinne einer kognitiven Anpassungsstrategie erklärt und/oder vorhergesagt werden können (sekundäre Kontrolle).

Die Kerngedanken dieses Ansatzes lassen sich folgendermaßen skizzieren: Menschen haben ein Bedürfnis nach Kontrolle; sie sind also bestrebt, Zustände und Ereignisse, die sie selbst betreffen, zu beeinflussen, vorherzusagen und zu kontrollieren. Die Erfahrung, bedeutsame Ereignisse und Zustände weder primär noch sekundär kontrollieren zu können, führt zu einer Beeinträchtigung des Erlebens und Verhaltens. Negative und subjektiv unkontrollierbare Ereignisse werden in der Konsequenz vom Individuum als Bedrohung empfunden. Nimmt man hingegen bestimmte Möglichkeiten der Kontrolle wahr, so reduziert dies den durch aversive Zustände und Ereignisse hervorgerufenen Stress<sup>26</sup>.

Fryers *Agency Restriction Theorie* ist in hohem Maße kompatibel mit diesen kontrolltheoretischen Annahmen, weil sie auf die eingeschränkten Handlungsspielräume und Einflussmöglichkeiten Arbeitsloser verweist und eben diese Einschränkungen für die psychische Befindlichkeit Arbeitsloser verantwortlich macht. Zu nennen sind in diesem Zusammenhang vor allem die Nicht-Erreichbarkeit oder die Blockierung persönlicher Ziele und Pläne aufgrund eingeschränkter finanzieller Mittel. Aber auch die deutlich erschwerten Chancen, die eigene Zukunft verlässlich zu planen und positiv zu gestalten, schränken die Handlungsoptionen Arbeitsloser ein. In allen relevanten Lebensbereichen sind diese in besonderem Maße gefährdet, die Kontrolle über ihr Leben zu verlieren.

Eine dritte psychologische Erklärung der Folgen von Arbeitslosigkeit, die als Integration der beiden bisher vorgestellten Modelle angesehen werden kann, stammt von Peter Warr<sup>27</sup>. Folgt man dessen Argumentation, lässt sich jede beliebige soziale Umgebung auf ihren Einfluss auf die psychische Befindlichkeit eines Menschen hin untersuchen. Neun Merkmale des „Lebensraums“ stellen dabei für ihn die entscheidenden Determinanten des seelischen Wohlbefindens dar: Möglichkeit zur Kontrolle der eigenen Lebensbedingungen; Möglichkeit, eigene Fähigkeiten zu entwickeln und anzuwenden; externe Zielvorgaben, die aktivierend und motivierend wirken; Abwechslung und die Chance, neue Erfahrungen zu machen; Vorhersehbarkeit und Durchschaubarkeit von Ereignissen; Verfügbarkeit ausreichender finanzieller Ressourcen; körperliche Sicherheit; Möglichkeit zum interpersonalen Kontakt; eine

<sup>26</sup> Auch Jahoda, *Wieviel Arbeit braucht der Mensch*, S. 116, sieht Kontrolle als menschliches Grundbedürfnis an.

<sup>27</sup> Vgl. Peter Warr, *Work, unemployment and mental health*, Oxford 1987.

soziale Position, die Selbstachtung und Anerkennung durch andere begünstigt<sup>28</sup>.

Warr verglich den Einfluss dieser Faktoren auf das psychische Wohlbefinden mit dem Einfluss von Vitaminen auf Körper und Gesundheit. Eine zu geringe Dosis beeinträchtigt die psychische Befindlichkeit, während eine höhere zunächst mit einer Verbesserung der Befindlichkeit einhergeht. Ein Zuviel habe jedoch, vergleichbar mit der Wirkung der Vitamine C und E, entweder keinen weiteren positiven Effekt zur Folge (Verfügbarkeit von Geld, körperliche Sicherheit, angesehene soziale Position) oder sei wie im Fall der Vitamine A und D sogar schädlich (Kontrollmöglichkeiten, Möglichkeit zum Einsatz der eigenen Fähigkeiten, von außen generierte Handlungsziele, Abwechslung/Vielfalt, Übersichtlichkeit der Umgebung, Möglichkeit zum interpersonalem Kontakt).

Warrs Theorie ist nicht auf das Phänomen Arbeitslosigkeit beschränkt, sondern erhebt den Anspruch, als „systematic conceptual framework“<sup>29</sup> allgemein anwendbar zu sein. So kann zum Beispiel auch die Umgebung eines erwerbstätigen Menschen mit Hilfe der vorgeschlagenen Kategorien charakterisiert und auf ihren schädigenden Einfluss auf das psychische Wohlbefinden hin untersucht werden. Verändert sich die Umgebung eines Menschen in den genannten Dimensionen, dann bleibt das der Theorie zufolge nicht ohne psychische Auswirkungen. So erlaubt dieses Modell beispielsweise im Fall eines Arbeitsplatzverlusts Prognosen darüber, ob Folgen für die psychische Gesundheit zu erwarten sind oder nicht. Gleichzeitig wird mit diesem Erklärungsansatz betont, dass Arbeit nicht als generell gut und Arbeitslosigkeit nicht als generell schlecht bezeichnet werden kann.

Dass bei vielen Arbeitslosen psychische Probleme zu beobachten sind, erklärte Warr damit, dass die Umgebung eines arbeitslosen Menschen typischerweise wenig Zugang zu „Vitaminen“ biete, die der psychischen Gesundheit förderlich sind. Viele der in seinem Modell aufgeführten Punkte weisen große Ähnlichkeit zu Jahodas Deprivationstheorie auf. Nicht weniger Überschneidungen finden sich jedoch auch zwischen Warrs Ansatz und Fryers *Agency Restriction Theory*. So betonten sowohl Warr als auch Fryer, dass die oftmals eingeschränkten Möglichkeiten, die persönliche Zukunft überschauen, planen und kontrollieren zu können, sowie die vielfälti-

<sup>28</sup> In Anlehnung an Thomas Kieselbach/Gerd Beelmann, Arbeitslosigkeit und Gesundheit: Stand der Forschung, in: Hollederer/Brand (Hrsg.), Arbeitslosigkeit, S. 13–31.

<sup>29</sup> Warr, Work, S. V.

gen Folgen finanzieller Schwierigkeiten in hohem Maße dafür verantwortlich sind, wie belastend Arbeitslose ihr Leben empfinden.

#### 4. Fazit

Dass Arbeitslosigkeit auch heute noch mit vielfältigen und ernstzunehmenden negativen psychischen Folgen ursächlich verbunden ist, kann mittlerweile als gesicherte wissenschaftliche Erkenntnis gelten. Weniger klar ist, unter welchen spezifischen Bedingungen und warum Arbeitslosigkeit zu psychischen Problemen führt. Die Identifizierung der entscheidenden Moderatorvariablen (Unter welchen Umständen treten negative Effekte auf?) und Mediatorvariablen (Wodurch werden die psychischen Folgen von Arbeitslosigkeit kausal verursacht?) bleibt daher eine wichtige Aufgabe einer differentiellen psychologischen Arbeitslosenforschung – und zwar nicht zuletzt mit Blick auf die Frage, wie Arbeitslosen aus psychologischer Sicht am besten geholfen werden kann und bei welchen Personengruppen mit besonders schwerwiegenden psychischen Problemen zu rechnen ist.

Die neuere Forschung hat insbesondere die Bedeutung finanzieller Probleme wieder stärker ins Zentrum der Aufmerksamkeit gerückt. Auch wenn Arbeitslose in der Regel nicht mehr Hunger leiden, müssen relative Armutserfahrungen auch heute als eine wesentliche, wenn nicht sogar *die* wichtigste Quelle für Frustrationen angesehen werden: Je länger die Arbeitslosigkeit andauert, desto stärker sind die Arbeitslosen gezwungen, ihre Lebensverhältnisse den enger werdenden finanziellen Spielräumen anzupassen, die eigenen materiellen Ansprüche oder Wünsche hintanzustellen und den gewohnten Lebensstandard auf unbestimmte Zeit zu revidieren<sup>30</sup>. Arbeitslosenforschung ist daher immer auch Armutsforschung.

Die soziologische Arbeitsmarktforschung zeigt, dass die Beschäftigungsverhältnisse in Deutschland seit den 1990er Jahren instabiler geworden sind<sup>31</sup> und dass die Karriere – gedacht als kontinuierlicher sozialer und beruflicher Aufstieg – an Bedeutung verloren

<sup>30</sup> Vgl. z.B. Peter A. Creed/Sean Macintyre, The relative effects of deprivation of the latent and manifest benefits of employment on the well-being of unemployed people, in: *Journal of Occupational Health Psychology* 6 (2001), S. 324–441; Peter A. Creed/Juanita Muller/Michael A. Machin, The role of satisfaction with occupational status, neuroticism, financial strain and categories of experience in predicting mental health in the unemployed, in: *Personality and Individual Differences* 30 (2001), S. 435–447.

<sup>31</sup> Vgl. Olaf Struck u.a., Instabile Beschäftigung. Neue Ergebnisse zu einer alten Kontroverse, in: *KZfSS* 59 (2007), S. 294–317.

hat<sup>32</sup>. Kurz gesagt: Erwerbsbiographien sind brüchiger geworden. Es ist daher anzunehmen, dass in Zukunft für einen Großteil der Erwerbspersonen Arbeitslosigkeit, aber auch Arbeitsplatzunsicherheit, Unterbeschäftigung und befristete Beschäftigung ein wesentlicher Bestandteil ihrer beruflichen Laufbahn sein werden. Dies stellt die Anpassungsfähigkeit der betroffenen Menschen auf eine harte Probe und fordert die psychologische Arbeitslosenforschung heraus, ihre Perspektive zu erweitern und sich verstärkt mit unsicheren oder prekären Beschäftigungsformen zu befassen.

<sup>32</sup> Vgl. Martin Diewald/Stephanie Sill, Mehr Risiken, mehr Chancen? Trends in der Arbeitsmarktmobilität seit Mitte der 1980er Jahre, in: Olaf Struck/Christoph Köhler (Hrsg.), Beschäftigungsstabilität im Wandel?, München/Mering 2004, S. 39–61.