

# 1 Einleitung: Von der Qual des Malochens und Nichtmalochens

*„Die Sklavenhalterei, die Folter, die Inquisition,  
die Pest, die Guillotine, das Scheibentelefon,  
die Postkutsche, das Bleibenzin, das Wasserholengehen,  
das Reich, die DDR, und das Schwarz-Weiß-Fernsehen  
– all das hab'n wir überwunden.  
Nur gegen das Malochen hat noch keiner was erfunden.“*

Götz Widmann, Liedermacher, in dem Lied „Das Recht auf Arbeitslosigkeit“

Ist „das Malochen“ nicht tatsächlich eine Qual, gegen die nur „noch keiner was erfunden“ hat? Im Deutschland des Jahres 2013 breitet sich die schlechte Arbeit schließlich immer weiter aus: Zwischen 2000 und 2011 ist die Zahl der atypisch Beschäftigten<sup>1</sup> von sechs auf acht Millionen hochgeschwollen, die Schar der Leiharbeiter hat sich verdreifacht, und fast jede zweite Neueinstellung ist heute befristet (Bundesagentur für Arbeit, 2012; Jahn & Stephan, 2012: 4; Statistisches Bundesamt, 2012: 352). Die flächendeckende Zunahme von Stress und psychischer Belastung am Arbeitsplatz zeigt darüber hinaus, dass das Arbeiten für immer mehr Menschen zur Qual wird (Lohmann-Haislah, 2012; Statistisches Bundesamt, 2011b: 8-10). Zweifellos produziert Arbeit also unendlich viel Seelen- und Gesundheitslast. Hatte da nicht schon Oscar Wilde Recht, der eine Zeit ohne diese „ugly, horrible, uninteresting work“ herbeisehnte, um nur noch einer „delightful leisure“ zu frönen „in which to devise wonderful and marvellous things for [our] own joy and the joy of everyone else“ (1891/1948: 15)? Und ist unser einziger Ausweg aus der quälenden Arbeitsfalle nicht der, „das Leben in der glücklichen Arbeitslosigkeit zu verbringen“, wie die Homepage der „Glücklichen Arbeitslosen“<sup>2</sup> es nahelegt? Brauchen wir darum nicht das Widmannsche „Recht auf Arbeitslosigkeit“, um unserer Selbstentfremdung entkommen und wieder zufrieden werden zu können?

---

<sup>1</sup> Unter „atypischer Beschäftigung“ versteht das Statistische Bundesamt befristete oder geringfügige oder Teilzeitbeschäftigung oder Zeitarbeit. Betrachtet man die Spanne zwischen 1991 und 2011, so ist der Anteil der atypisch Beschäftigten an allen Erwerbstätigen von 13% auf 22% gestiegen (Statistisches Bundesamt, 2012: 345).

<sup>2</sup> Siehe <http://www.diegluecklichenarbeitslosen.de/diesseite/seite/rahmen.htm>, besucht am 30.01.2013.

Oder ist es doch anders? Ist Arbeit „köstlich“, wie es in der Lutherbibel heißt? Die einzige Alternative zur Melancholie, wie Arnold Gehlen meinte (siehe Lepenies, 1969: 232-237)? Könnten wir uns ohne Arbeit denn selbst verwirklichen? Handelt der Nichtarbeiter, der seine Gaben „verwahrlosen“ lässt, nicht womöglich gegen ein „Naturgesetz“ (Kant, 1785/2008)? Oder sind Arbeitslosigkeit und Nichtarbeit ohnehin zwei ganz verschiedene Dinge (siehe Götting, 2006)? Jedenfalls scheint Erwerbsarbeit doch unabdingbar, um gesellschaftliche Funktionsabläufe zu organisieren. Ist sie nicht ein erforderlicher Beitrag zur Solidargemeinschaft und eine moralische Verpflichtung in der „Arbeitsgesellschaft“ (Offe, 1984)? Ist sie nicht unumgänglich, damit der einzelne an der Gesellschaft teilhaben kann? Da erscheint die Idee einer „glücklichen Arbeitslosigkeit“ doch als Luftschloss. Arbeitslosigkeit bedeutet vielmehr Armut und Ausgrenzung, Vereinsamung und Verschuldung. Für ein gelingendes Leben, für Wohlbefinden und Gesundheit, ist Arbeit doch Voraussetzung. Nicht der Arbeiter wird unglücklich und krank, sondern der Arbeitslose. Nicht das Malochen ist die Qual, sondern das Nichtmalochen!

Die vorangehenden assoziativen und provokativen Fragen und Thesen berühren unmittelbar das Thema des vorliegenden Buches: Arbeitslosigkeit und psychische Gesundheit. Sie sollen zweierlei illustrieren: Erstens ist die Deutung von Arbeitslosigkeit oft mit starken Emotionen verknüpft. Das Phänomen Arbeitslosigkeit bewegt und nötigt zur Stellungnahme. Solche Stellungnahmen sind in Arbeitsgesellschaften allgegenwärtig. Sie begegnen uns in der Politik und in der Kunst. In sozialen Protesten und in medialen Kolportagen. In unzähligen Arbeitskontexten, von der Arbeitsvermittlung über die Sozialarbeit bis hin zur Rechtsprechung und Psychotherapie. Und nicht zuletzt in unserem alltäglichen, kleinen Gerede, das sich so oft um nichtanwesende Dritte dreht („Hast Du schon gehört? – Der Jörg ist jetzt arbeitslos. Wie furchtbar!“ oder auch: „War klar, dass dem das irgendwann passiert...“). Arbeitslosigkeit, so können wir fürs erste festhalten, wird weithin als ein persönlich und sozial relevanter Sachverhalt wahrgenommen.

Zweitens fallen die Deutungen zur Arbeitslosigkeit aber auch höchst unterschiedlich aus. Da finden sich tragische, heroische und ängstliche, romantische, stigmatisierende und solidarische Deutungen und so weiter. Der Zusammenhang von Arbeitslosigkeit und psychische Gesundheit darf auf keinen Fall getrennt von diesen Deutungen betrachtet werden. Denn unser persönliches Wohlbefinden hängt immer auch mit dem größeren Ganzen zusammen, also mit sozialen Strukturen, Normen und Deutungsmustern (Mills, 1959). Das gilt besonders, wenn Menschen arbeitslos werden. Denn dann wechseln sie in einen aus Sicht der Arbeitsgesellschaft nicht-normativen Status. Arbeitslos zu werden – so lässt

sich schon vor aller Empirie vermuten – geht Menschen „unter die Haut“. Die Unterschiedlichkeit der oben angeführten Deutungen zur Arbeitslosigkeit wirft allerdings die Frage auf, wie Arbeitslosigkeit sich im Einzelfall tatsächlich auf die Psyche auswirkt und von welchen Bedingungen ihre Auswirkungen abhängen.

Wie uns Arbeitslosigkeit unter die Haut geht – das ist die Frage, die das vorliegende Buch klären will. Es befasst sich mit den Folgen von Arbeitslosigkeit für das Wohlbefinden beziehungsweise die psychische Gesundheit einer Person. Zwar widmet sich die empirische Sozialforschung diesem Zusammenhang seit über hundert Jahren. Dennoch hat sie es kaum vermocht, über zwei grundlegende Erkenntnisse hinauszugelangen: Dass Arbeitslose einerseits psychisch stärker belastet sind als Erwerbstätige. Und dass sie andererseits sich untereinander erheblich unterscheiden in ihrem Deuten und Handeln und eben auch in ihrer psychischen Gesundheit. Was jedoch grundsätzlich fehlt, ist ein adäquates sozialwissenschaftliches Verständnis dieser Unterschiede innerhalb der Population der Arbeitslosen.

Das betrifft die Unterschiede von Individuum zu Individuum, aber auch die Varianz nach soziodemographischen und kontextuellen Merkmalen, beispielsweise nach Geschlecht, Lebensform und sozialem Milieu, sowie die dynamischen Veränderungen im Verlauf der Arbeitslosigkeit. Unter welchen Bedingungen sind Arbeitslose stark belastet und wann fühlen sie sich kaum beeinträchtigt oder sogar weniger als in der Erwerbsarbeit? Diese Frage ist nach wie vor ungeklärt. So bilanziert Winkelmann (2009: 430): „We are still a long way from a definite answer to the question »Why are the unemployed so unhappy«“. Und Paul (2005: 108), herausragender Kenner der gesundheitsbezogenen Arbeitslosenforschung, schlussfolgert, dass die Sozialforschung die Mechanismen, die den Zusammenhang von Erwerbsstatus und Belastungsempfinden erklären, vermehrt untersuchen sollte: „While we dispose of hundreds of studies that show that unemployment is correlated with distress [...] we have less understanding of the mediating mechanisms of this effect“.

Die vorliegende Interviewstudie soll das Manko eines theoretischen Verständnisses des Zusammenhangs von Arbeitslosigkeit und psychischer Gesundheit beheben. Ihr Ziel ist es, verstehend zu erklären, warum viele Arbeitslose psychisch stark beeinträchtigt sind, während andere nur geringe Belastungen oder sogar Befindensverbesserungen aufweisen. Diese Frage zu untersuchen, ist wissenschaftlich notwendig. Sie zu beantworten, ist zugleich von großer Bedeutung für den gesellschaftlichen und politischen Diskurs über Arbeitslosigkeit sowie für Konzepte und Vorgehensweisen der Praxis, etwa der Gesundheitsförderung und Sozialarbeit.

Zum Aufbau und Inhalt des Buches: Im zweiten Kapitel lege ich die bisherige Forschung dar und kritisiere sie als überwiegend atheoretisch und monodisziplinär. Demgegenüber verwendet die vorliegende Studie eine interdisziplinäre, nämlich soziologisch-sozialpsychologische, identitätstheoretische Konzeption der psychischen Gesundheit, die im dritten Kapitel skizziert wird. Darin spielt neben dem Selbstwertgefühl das Konzept des Kongruenzempfindens eine wichtige Rolle, also die Frage, inwieweit eine arbeitslose Person sich in Übereinstimmung mit ihrem Selbstbild erfährt oder nicht erfährt.

Auf dieser identitätstheoretischen Konzeption beruhend geht die empirische Studie den folgenden drei übergeordneten Fragen nach (siehe Kapitel 4): (1) Welche individuellen Unterschiede bestehen zwischen den Identitätsprozessen von Arbeitslosen? (2) Wie hängen diese Unterschiede mit soziodemographischen Merkmalen und Merkmalen des sozialen Kontextes zusammen? (3) Wie verändern sich die Identitätsprozesse im Verlauf der Zeit, vor allem beim Übergang in „Hartz-IV“ und beim Wiedereintritt in die Erwerbsarbeit? Dabei wird stets der Bezug auf die psychische Gesundheit der Arbeitslosen gesucht.

Wie das fünfte Kapitel zur Methodik der Studie zeigt, hebt sich das Vorgehen von früheren Untersuchungen vor allem in zweifacher Hinsicht ab: Erstens handelt es sich um eine qualitative Längsschnittstudie, die zeitliche Dynamiken im Verlauf der Arbeitslosigkeit sowie beim Übergang in „Hartz-IV“ und bei der Rückkehr in die Erwerbsarbeit untersucht. Zweitens wird eine methodenübergreifende Triangulation vorgenommen, indem die circa 60 problemzentrierten Interviews mit der Erhebung standardisierter Symptomskalen, etwa zu Depressivität und Ängstlichkeit, kombiniert werden. Die Gesamtstichprobe setzt sich aus kurzzeit-, langzeit- und dauerarbeitslosen Frauen und Männern zusammen, die sehr unterschiedliche soziale Schichten und Lebensformen repräsentieren.

Die Ergebnisse der Studie werden ab dem sechsten Kapitel dargestellt. Eiligen Lesern sei darum empfohlen, mit diesem Kapitel zu beginnen. Darin wird die Entwicklung der Typologie biographischer Identitätsmodi erläutert. Sie ist das Hauptergebnis dieser Arbeit. Bei den Identitätsmodi handelt es sich um gewissermaßen „ganzheitliche“ Muster des Deutens und Handelns einer Person in der Arbeitslosigkeit – Modi, in die potenziell jeder Mensch im Verlauf eines Statuswechsels hineingeraten kann. Die Typologie ergibt sich aus den beiden Dimensionen „Bewertung der Arbeitslosigkeit“ und „Statusperspektive“. Sie bietet ein umfassendes, theoretisch begründetes Bild des Spektrums der Arbeitslosigkeits-erfahrungen. Vor allem aber erhellt sie, wie die Varianz der psychischen Gesundheit von Arbeitslosen zu erklären ist.

Die fünf verschiedenen Identitätsmodi werden eingehend im Hauptteil der Arbeit, in den Kapiteln sieben bis elf, beschrieben (siehe Kapitel 6.3 für den

Aufbau dieser Kapitel). Die Modi heißen die „Umstellung des Selbst“ (Kapitel 7), die „Befreiung des Selbst“ (Kapitel 8), der „Kampf um das Selbst“ (Kapitel 9), der „Verfall des Selbst“ (Kapitel 10) und die „Transformation des Selbst“ (Kapitel 11). Das zwölfte Kapitel beinhaltet eine Übersicht und kurze Diskussion der Validität der Typologie sowie einen Vergleich mit anderen Typologien.

In Kapitel 13 geht es um die sozialen Ungleichheiten und Kontexte des Identitätsprozesses in der Arbeitslosigkeit, etwa um Unterschiede nach Schicht, Lebensform und Geschlecht. Es wird anhand der Interviewdaten deutlich gemacht, aus welchen Gründen vor allem Alleinerziehende und Familien sowie Menschen aus der (unteren) Mittelschicht gefährdet sind, unter Arbeitslosigkeit stark zu leiden. Ferner werden die Reaktionen von den Bezugspersonen der Befragten analysiert und die unterschiedlichen Normen ihrer Netzwerke beschrieben. Mit dem Phänomen der „Spaltung der sozialen Netzwerke“ schildere ich eine soziale Dynamik, die sich aufgrund der Non-Normativität des Sozialstatus von Arbeitslosen entfaltet.

Kapitel 14 befasst sich mit den zeitlichen Dynamiken der Arbeitslosigkeit, mit dem Zyklus von Hoffnung und Hoffnungslosigkeit, mit dem Übergang in „Hartz-IV“ sowie dem Wiedereintritt in Beschäftigung. Besonders interessante Ergebnisse sind unter anderem die Vorauswirkungen der „Hartz-IV“-Frist auf die Psyche und die unterschiedlichen Arten der Rückkehr in Arbeit, etwa das gefeierte „Comeback“ im Unterschied zur banalen „Rentrée“.

Das abschließende Kapitel 15 fasst die Resultate der Studie zusammen, umreißt die sich in Konturen abzeichnende Theorie biographischer Identitätsmodi, erörtert die Untersuchungsergebnisse im Kontext bisheriger und künftiger Forschung und zeigt ihre Implikationen für den gesellschaftlichen Diskurs und die angewandte Praxis auf. Die entwickelte Theorie biographischer Identitätsmodi soll die Leerstelle füllen, die bisher bezüglich des theoretischen Verständnisses des Zusammenhangs von Arbeitslosigkeit und psychischer Gesundheit besteht. Sie soll, mit anderen Worten, eine Antwort auf die Frage liefern, „wie uns Arbeitslosigkeit unter die Haut geht“.