

Zeitschrift: Widerspruch : Beiträge zu sozialistischer Politik
Herausgeber: Widerspruch
Band: 13 (1993)
Heft: 25

Artikel: Arbeitslosigkeit macht krank
Autor: Barwinski Fäh, Rosmarie
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-651899>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 18.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Arbeitslosigkeit macht krank

Man kann sicher nicht behaupten, dass jede Art von Arbeit die Gesundheit eines Menschen erhält. So kann Stress oder Monotonie das psychische und physische Wohlbefinden sehr beeinträchtigen. Kommt jedoch ein Mensch in die Situation, unfreiwillig arbeitslos zu sein, wird deutlich, dass auch das Fehlen jeglicher Arbeit die Gesundheit schädigen kann - in einem Ausmass, das im allgemeinen weit unterschätzt wird. *Welche* seelischen und körperlichen Auswirkungen längerdauernde Arbeitslosigkeit haben kann, und *warum* Arbeitslosigkeit diese Folgeschäden mit sich bringen kann, werde ich in meinen folgenden Ausführungen beschreiben und zu erklären versuchen. Meine Überlegungen stütze ich vor allem auf die Ergebnisse einer eigenen Studie (1990), die ich zwischen Juni 1985 und August 1986 durchführte. Ich befragte zehn Arbeitslose in je drei Tiefeninterviews und in Fragebögen im Abstand von drei Monaten über ihre Lebenssituation, das psychische Befinden, psychosomatische Beschwerden, die Beziehungen zu Bekannten und PartnerInnen, individuelle Bewältigungsversuche, Meinungen über Ursachen der eigenen Arbeitslosigkeit, Einschätzung der Ursachen des gesellschaftlichen Problems Arbeitslosigkeit sowie die Interessenstruktur und ihre soziale Identität. Komprimiertes Ergebnis der Auswertung der Interviews sowie der Fragebögen waren zehn "psychosoziale Porträts". Die in den Porträts zusammengefassten Befunde versuchte ich auf dem Hintergrund psychoanalytischer und soziologischer Theoriekonzepte zu interpretieren. Obwohl diese Befragung bereits sieben Jahre zurückliegt, denke ich, dass die damals gewonnenen Ergebnisse heute noch Gültigkeit haben. Zwar ist heute die Arbeitslosenrate fast fünfmal grösser als in diesen Jahren. Darüber, wie sich diese Tatsache auf das seelische Befinden auswirkt, gibt es unterschiedliche Forschungsergebnisse. Eine hohe Arbeitslosenrate kann einerseits der Selbsteinschätzung entgegenwirken, zu gesellschaftlichen "Aussenseitern" zu gehören oder selbst die eigene Arbeitslosigkeit verschuldet zu haben. Andererseits werden bei Arbeitslosigkeit die wahrgenommenen und tatsächlichen Möglichkeiten, wieder eine Stelle zu finden, geringer. Damit würde das Gefühl der Hilflosigkeit verstärkt. Daniel (1974; zit. in Warr, 1983) zufolge leiden Arbeitslose mehr unter ihrer Situation, wenn die lokale Arbeitslosenrate hoch ist.

Zur Veranschaulichung der subjektiven Befindlichkeit von Arbeitslosen möchte ich eine Zusammenfassung eines Porträts vorstellen:

Frau F., Schweizerin, ist seit zwei Monaten arbeitslos. Die letzten 25 Jahre hatte sie in verschiedenen Büros gearbeitet, u.a. als Sachbearbeiterin. Rückblickend berichtete sie, dass sie in den ersten Wochen ihrer Arbeitslosigkeit vor allem erleichtert war, sich nicht mehr den Belastungen am Arbeitsplatz aussetzen zu müssen. Sie hatte selbst gekündigt, weil sie Probleme mit ihrer Mitarbeiterin hatte und zudem sehr unter den Arbeitsbedingungen litt. Zum Zeitpunkt des ersten

Gesprächs fühlte sie sich jedoch deprimiert, ohnmächtig und passiv. Sie klagte über starke Stimmungsschwankungen. Sie müsse manchmal weinen, wisse aber nicht warum. Die eigenen Gefühle seien ihr unverständlich und fremd geworden. Körperlich fühlte sie sich oft erschöpft. Sie litt auch unter starken Gliederschmerzen und Verspannungen. Um ihren Zustand zu verändern, flüchtete sie in hektische Betriebsamkeit. Sie schrieb bis zu unserem Gespäch über fünfzig Bewerbungen, konnte sich aber nur einmal persönlich vorstellen. Sonst erhielt sie nur Absagen oder keine Antwort auf ihre Bemühungen. Sie wusste nicht, ob sie etwas falsch machte, aus welchem Grund sich ihre Situation nicht änderte. Von ihren Bekannten zog sie sich zurück. Die meisten wüssten nicht, dass sie arbeitslos sei. Kontakt mit anderen Arbeitslosen lehnte sie ab. Sie glaubte, dass sie an ihrer Arbeitslosigkeit letztlich selbst schuld gewesen sei. Sie warf sich vor, sie hätte ihre berufliche Zukunft zuwenig geplant und die wirtschaftliche Entwicklung nicht realisiert. Als Ursachen der Arbeitslosigkeit allgemein nennt sie zwar auch die wirtschaftliche Situation, wie z.B. Konjunkturrückgang und Automatisation, doch sieht sie die Hauptursache auch hier im persönlichen Verschulden wie in der mangelnden Ausbildung, in psychischen Schwierigkeiten oder körperlichen Leiden.

Nach fünf Monaten Arbeitslosigkeit - drei Monate später -trafen wir uns zu einem weiteren Gespräch. Frau F. hatte keine neue Stelle gefunden. Wie sie gestand, fühlte sie sich noch hoffnungsloser als zum Zeitpunkt unseres ersten Interviews. Sie erwähnte aber, dass ihr niemand ihr Befinden anmerke. Nach aussen wirkte sie gleichgültiger. Diese Gleichgültigkeit spürte sie auch schmerzlich. Ich hatte den Eindruck, dass sich Frau F. durch ihre Depression anästhesierte, um die dauernden kränkenden Absagen ertragen zu können. Nach wie vor bemühte sie sich intensiv um eine Stelle. Sie glaubte aber, dass ein Erfolg bei ihrer Stellensuche reine Glückssache sei. Sie hatte sich in der Zwischenzeit kein einziges Mal persönlich vorstellen können. Seit unserem ersten Gespräch hatten sich auch die menschlichen Beziehungen von Frau F. verschlechtert. Sie berichtete beispielsweise, dass sie auch mit ihrer besten Freundin nicht mehr über die Stellensuche spreche. Über ihren Partner war sie enttäuscht. Sie klagte, er helfe ihr nicht, obwohl er doch ihrer Ansicht nach über gute Beziehungen verfüge. Auch über die Regierung war sie enttäuscht. Sie verurteilte die Passivität der Politiker gegenüber dem Problem der Arbeitslosigkeit und kreidete ihnen an, dass sie sich um Ausländer kümmern würden, aber die Schweizer mit ihren Problemen vernachlässigten.

Auch beim dritten Interviewtermin - nach neun Monaten Arbeitslosigkeit - hatte Frau F. keine Stelle gefunden. Sie wirkte noch apathischer, gleichgültiger. Im Gespräch äusserte sie , dass sie eigentlich gar keine Stelle mehr wolle - sogar "einen Horror davor habe, wieder arbeiten gehen zu müssen". Sie hatte sich fast völlig zurückgezogen. Alle seien ihr fremd geworden - auch ihr Freund. Sie meinte, sie sei heute für ihn eine angenehmere Partnerin, weil sie ihn nicht mehr mit ihren anderen Problemen belaste. Im Grunde hatte sie ihn innerlich bereits aufgegeben und sah keine Zukunft mehr in der Partnerschaft. Nur noch einmal konnte sie sich in der Zwischenzeit bei einem Arbeitgeber persönlich vorstellen, obwohl sie weiterhin viele Bewerbungen schrieb. In diesem Gespräch stand Frau

F. zwar auch kritisch der Politik gegenüber, und äusserte wiederum, dass die Regierung nicht für das Wohl aller sorge. Doch die Wut und Enttäuschung über diese mächtigen Instanzen setzte sie nicht in Handlung um, sondern richtete sie gegen sich selbst. Frau F. war insgesamt hoffnungsloser denn je. Sie sagte: "Wenn man mit 50 Jahren arbeitslos ist, sieht man nicht mehr weiter. Ich habe nichts mehr vor mir - ausser der Aussicht, ein Sozialfall zu werden."

Dieses erschütternde Beispiel ist kein Einzelfall. Der beschriebene Verlauf wurde in mehreren Studien bestätigt (Eisenberg & Lazarsfeld 1938; Kirchler 1984) und ist typisch: Nach einer Phase der Erleichterung folgt eine Phase der Auflehnung, in der Gefühle der Ohnmacht, Depression und Wut abwechseln. In der dritten Phase macht sich Verzweiflung breit und die Betroffenen gleiten in die vierte Phase der Apathie. Es ist belegt, dass Arbeitslosigkeit generell zu einer Beeinträchtigung des physischen und psychischen Wohlbefindens führt (Schober-Brinkmann et al., 1987; Kurella, 1992). Psychosomatische Beschwerden wie Schlafstörungen, Magenbeschwerden, Essstörungen, Herzrhythmusstörungen u.a. nehmen zu (Spruit et al., 1985; WHO 1989), Lebensfreude und Zufriedenheit schwinden; Arbeitslose berichten über Unsicherheit, innere Spannungen, Alkoholismus, Depressionen und Erschöpfungszustände. Mit jedem Misserfolg sinkt das Selbstwertgefühl. René Gass (1992), Mitarbeiter des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, belegt, dass Langzeitarbeitslose einem hohen Risiko ausgesetzt sind, an einer psychogenen Depression zu erkranken. 31 Prozent der in seiner Untersuchung befragten Langzeitarbeitslosen fühlten sich gesundheitlich nicht gut (Kontrollpersonen 10,5 Prozent), 41 - 46 Prozent wachen nachts auf wegen Sorgen und/oder Angstzuständen (Kontrollpersonen 18 bis 21 Prozent) und rund ein Drittel der von ihm Befragten hat mindestens ab und zu oder täglich Selbstmordgedanken (Kontrollpersonen knapp ein Fünftel). Die Ergebnisse meiner eigenen Studie (1990) legen nahe, dass vor allem der Bereich der Selbstgefühle - die Kompetenzgefühle und die eigene Identität - durch die Arbeitslosigkeit beeinträchtigt wird. Das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten nimmt ab. Zum Beispiel zweifelten die meisten der Befragten nach einigen Monaten Arbeitslosigkeit daran, ob sie den Anforderungen bei einem Wiedereinstieg ins Berufsleben gewachsen wären. Der Glaube an die eigene Veränderungsfähigkeit - wie z.B. sich auf neue Situationen einstellen zu können - wird ebenso in Mitleidenschaft gezogen wie das Gefühl, den Umgang mit anderen Menschen positiv gestalten zu können. Beispielsweise zogen sich alle befragten Arbeitslosen von ihren Bekannten zurück und die soziale Isolation wurde für die meisten Befragten zu einem bedrängenden Problem. Eine Arbeitslose berichtete: "Meine einzigen Gesellschafter sind meine zwei Katzen. Ich hoffe beim Einkaufen, dass ich jemand treffe, aber meistens bin ich den ganzen Tag allein. Alle anderen, die ich kenne, arbeiten; wie ich mit Leuten sonst ins Gespräch kommen könnte, weiss ich nicht.".

Die Arbeitslosigkeit führte bei allen Untersuchungsteilnehmern zu einer tiefen Identitätskrise. Die eigenen Lebensziele und allerpersönlichsten Wer-

te waren mit einem Male in Frage gestellt. Und das in einer Lebensspanne, die unter normalen Umständen als eine Zeit der Konsolidierung gilt. Am meisten belastend war für alle Befragten jedoch die Aussicht auf eine ungewisse Zukunft, so wie es eine Erwerbslose beschrieb: "Mit 55 Jahren arbeitslos zu werden, bedeutet eine persönliche Katastrophe. Da das Arbeitslosengeld unter dem gewohnten Verdienst liegt, lebe ich jetzt z.T. von meinen Ersparnissen. Und das in einer Situation, in der ich kaum eine Chance habe, wieder eine Stelle zu finden. Ich habe nichts mehr vor mir, ausser ein Sozialfall zu werden." Bei den befragten Arbeitslosen traten Symptome auf, die von diffuser Unzufriedenheit bis hin zu psychosomatischen Beschwerden wie Kopf- und Gliederschmerzen, Herzbeschwerden u.a. bis hin zur Suizidalität reichten. Diese Variationsbreite der Symptome wurde jedoch bei allen befragten Arbeitslosen nach einer gewissen Dauer der Arbeitslosigkeit von dem zuvor beschriebenen Zustand der Apathie überlagert.

Wie können die psychischen Folgen von Arbeitslosigkeit erklärt werden?

Wie sind nun einerseits die Unterschiedlichkeiten der individuellen Verarbeitungversuche und andererseits die Gemeinsamkeiten im Verlauf der Arbeitslosigkeit zu erklären? Die Unterschiedlichkeit der Bewältigungsversuche und der subjektiven Erlebnisweise von Arbeitslosigkeit kann auf zwei Ursachen zurückgeführt werden:

Erstens ist Arbeitslosigkeit nicht gleich Arbeitslosigkeit. Entsprechend den Verhältnissen auf dem Arbeitsmarkt und den eigenen Qualifikationen machen Arbeitslose unterschiedliche Erfahrungen in Bewerbungssituationen. Ein qualifizierter Facharbeiter beispielsweise wird meistens immer noch zuvorkommender behandelt als ein Hilfsarbeiter, der eventuell einen Fragebogen auszufüllen hat und dann oft ohne Begründung abgefertigt und nach Hause geschickt wird.

Zweitens müssen neben den äusseren Bedingungen und individuellen Qualifikationen die psychischen Voraussetzungen der befragten Erwerbslosen berücksichtigt werden. Es ist bekannt, dass in schweren Belastungssituationen das "Ich" (d.h. derjenige Teil der Persönlichkeit, der unser psychisches Funktionieren steuert) soweit geschwächt werden kann, dass es zu Regressionen (d.h. seelischen "Rückfällen" in unreifere Stufen des Mit-Problemen-Umgehens) und damit zur Reaktivierung alter ungelöster Konflikte kommt. Welche Konflikte beim Individuum wiederbelebt werden, hängt von den Charakteristika der Belastungssituation sowie von der persönlichen Geschichte des Betroffenen ab. Es gibt Hinweise darauf, dass durch den Stress der Arbeitslosigkeit Regressionen auf bestimmte Fixierungsstufen der Entwicklung stattfinden.

Als Beispiel möchte ich mich wiederum auf Frau F. beziehen. Sie äusserte nach einem halben Jahr Arbeitslosigkeit: "Im Einsatzprogramm für Arbeitslose sah ich, wie viele Immigranten - Jugoslawen, Tschechen usw. - eine

feste Stelle haben. Aber ich musste froh sein, dass ich für einige Monate eine Stelle hatte, wo ich den ganzen Tag das gleiche tat. Die Politiker kümmern sich um Ausländer, aber die eigenen Leute werden vernachlässigt.“ Auf der unbewussten Ebene werden mit diesen Vorwürfen Wünsche nach Fürsorge und Geborgenheit angeregt und gleichzeitig die Wut über deren Versagung, und zwar in dem Sinne: Ihr seid schlechte Eltern, die ihr Kind vernachlässigen und nicht recht für es sorgen. Als möglichen Ausweg aus ihrer Situation sieht sie für sich nur noch eine Invalidenrente. „Mit einem psychiatrischen Gutachten muss es ja relativ leicht sein, eine Invalidenrente zu kriegen. Ein paar Monate in eine psychiatrische Anstalt, das ist das einfachste.“ Mit den regressiven Wünschen danach, mit einer Rente versorgt zu werden, gibt sie ihr letztes Stück Selbständigkeit auf, und damit sich selbst als erwachsene und mündige Person.

Andere Erwerbslose erlebten die Arbeitslosigkeit als Strafe für verbotene Wünsche wie beispielsweise nach Autonomie. Auch dazu ein Beispiel: Die Kündigung erhielt für Befragte, die dazu neigten, ihre Firma unbewusst - und auch bewusst - als Ersatzfamilie zu betrachten, die Bedeutung, von der Familie ausgeschlossen, fortgejagt zu werden. Zum Beispiel meinte eine Arbeitslose, dass sie vielleicht zu viel gesagt hätte, zu sehr ihren Standpunkt habe durchsetzen wollen und deshalb entlassen worden sei. Verstärkt wird der eigene Gewissensdruck letztendlich dadurch, dass innere Über-Ich-Ängste in der Art der Entlassung und später gegenüber dem Arbeitsamt eine Wahrnehmungsidentität in der Realität finden. Arbeitslose, die aus irgendwelchen Gründen zu wenig Bewerbungen vorzeigen können, werden tatsächlich bestraft - ihr Arbeitslosengeld wird ihnen gekürzt.

Um eine Pathologisierung der Arbeitslosen zu vermeiden, möchte ich folgende Bemerkung anfügen. Intrapsychische Konflikte spielen nicht nur bei der Verarbeitung von Arbeitslosigkeit eine Rolle. Arbeit kann eine die eigene Neurose stabilisierende Wirkung haben, d.h. sie kann helfen, die eigene Abwehr aufrecht zu erhalten. Häufig dürfte wohl folgendes Beispiel sein: Ein Mensch identifiziert sich fast völlig mit seiner Firma und gibt sich als eigenständige Person weitgehend auf, d.h. er oder sie sucht in der Firma die Fortsetzung der abhängigen Kinderposition. In dieser Position zu verharren bedeutet dann Geborgenheit und Schutz vor den Ansprüchen, die ein selbständigeres Leben mit sich brächte. Arbeitslosigkeit muss einen solchen Menschen destabilisieren, da neben Angepasstheit ein enormes Mass an Selbständigkeit und Eigeninitiative von den Erwerbslosen gefordert wird.

Ich komme zur zweiten Frage, d.h. zum Problem, wie die Gemeinsamkeiten im Verlauf der Arbeitslosigkeit und eine gewisse Ähnlichkeit in der Symptomatik erklärt werden können. In meiner Untersuchung erschien es mir sinnvoll, sich bei der Klärung dieser Frage auf den psychoanalytischen Begriff des Traumas zu beziehen. Trauma wird definiert als ein „Ereignis im Leben eines Subjekts, das definiert wird durch seine Intensität, die Unfähigkeit des Subjekts, adäquat darauf zu antworten, durch die Erschütterung und die dauerhaften pathologischen Wirkungen, die es in der psychischen Organisation hervorruft“ (Laplanche & Pontalis, 1977, S.513). Für die

Untersuchung der seelischen Folgen von Arbeitslosigkeit sind in der umfangreichen Sammlung traumatischer Ereignisse zwei Begriffe erhelltend: das Schocktrauma (Solnit & Kris, 1967) und das kumulative Trauma (Khan 1967). Ein Schocktrauma wird durch massive äussere Ereignisse wie Vergewaltigung oder Kriegserlebnisse ausgelöst und hat ein bestimmtes Syndrom, die "Posttraumatische Belastungsstörung" (DSM - III - R 1989) zur Folge. Die Symptome der "Posttraumatischen Belastungsstörung" können in drei Gruppen aufgeteilt werden: Wiedererleben des traumatischen Ereignisses, Vermeidung von Stimuli, die mit dem traumatischen Ereignis in Verbindung stehen, oder Einschränkung der allgemeinen Reagibilität und anhaltende Symptome eines erhöhten Erregungsniveaus. Zu der erstgenannten Gruppe gehören immer wiederkehrende Erinnerungen an das Ereignis, sich wiederholende Alpträume und plötzliches Handeln oder Fühlen, als würde sich das traumatische Ereignis wieder ereignen. Symptome der zweiten Gruppe sind reduzierter emotionaler Bezug zur Aussenwelt, was sich in verminderter Interesse für Aktivitäten zeigt, Entfremdungsgefühle und Empfindungslosigkeit. In die dritte Gruppe fallen Symptome wie Hypervigilanz, Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten und anderes mehr

Ein kumulatives Trauma hingegen ist dadurch gekennzeichnet, dass über einen längeren Zeitraum hinweg immer wieder belastende Erfahrungen gemacht werden, die nur kumulativ traumatisch wirken. Das "Ich" wird nicht in dieser überwältigenden Art von Affekten überflutet wie beim Schocktrauma. Auch wenn Hilflosigkeit nicht im selben Ausmass erlebt wird, kann ein kumulatives Trauma zu schweren psychischen Störungen führen (Khan 1963). Die Umstände der Arbeitslosigkeit können durchaus in die Nähe eines Schocktraumas kommen (z.B. die Entlassung). Wacker (1978) betitelt dementsprechend den von ihm herausgegebenen Sammelband über die Auswirkungen der Arbeitslosigkeit: "Vom Schock zum Fatalismus". In der Regel ist Arbeitslosigkeit aber eine Erfahrung von spezifischen Einzelerlebnissen, die vor allem gekennzeichnet sind durch Zurückweisungen, Misstrauen, Entwertungen, Verlusterlebnisse und eine lange Kette von Misserfolgen und Kränkungen, die langsam den psychischen Boden, das Grundvertrauen in die eigenen Fähigkeiten und in andere Menschen zerstört. (Zur Frage, was bei einem Trauma letztlich traumatisierend wirkt vgl. Barwinski Fäh, 1992). Arbeitslosigkeit ist ein "tägliches Trauma am Briefkasten", wenn die enttäuschenden Absagen gelesen werden müssen oder der Briefkasten einfach leer bleibt....

Arbeitslosigkeit kann somit eher als kumulatives Trauma verstanden werden, dessen unmittelbaren Auswirkungen jedoch Ähnlichkeiten, wenn auch stark graduell abgeschwächt, mit dem "Posttraumatischen Belastungs syndrom" zeigen:

1. Alle in meiner Untersuchung befragten Arbeitslosen beschäftigen sich noch Monate nach der Entlassung mit Situationen am Arbeitsplatz, die der Entlassung vorausgingen, oder mit der Kündigungssituation selbst. Beispielsweise berichtete eine Arbeitslose, dass sie nach neunmonatiger Ar-

beitslosigkeit den Kündigungsschock noch nicht verkraftet habe. Sie erinnerte sich noch an einzelne kränkende Bemerkungen im Kündigungs- gespräch.

2. Länger dauernde Arbeitslosigkeit führt zu einer Einstellung oder einem Gefühlszustand, den Wacker als Fatalismus bezeichnet, der aber durchaus mit den zuvor beschriebenen Symptomen emotionaler Betäubung verglichen werden könnte. "Ich will nur noch meine Ruhe. Es ist mir alles... egal..Man vegetiert nur noch", beschrieb beispielsweise eine Betroffene diesen Zustand.

3. Auch bei der Liste der in Gruppe drei der "Posttraumatischen Belastungsstörung" beschriebenen Symptome finden sich Übereinstimmungen mit Beschwerden der befragten Arbeitslosen z.B. Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, Depression und Angst (vgl. hierzu auch Gass, 1993).

Aufgrund der Übereinstimmungen der Folgen von länger dauernder Arbeitslosigkeit und dem posttraumatischen Syndrom kann festgehalten werden, dass Arbeitslosigkeit nicht nur einfach graduell erhöhter Lebensstress bedeutet, sondern traumatische Wirkung haben kann. Die gesundheitlichen und psychischen Folgen von Arbeitslosigkeit sind, wenn auch in abgemilderter Form, durchaus mit den Folgen von anderen schweren Traumata wie z.B. Kriegserlebnissen vergleichbar. Das heisst: länger dauernde ungewollte Arbeitslosigkeit kann krank machen.

Individualisierung statt Politisierung

Ich möchte noch auf ein wichtiges Ergebnis meiner Studie eingehen. Auffallend war, dass keiner der befragten Arbeitslosen durch seine Situation politisiert wurde. Zwar hinterfragten die Untersuchungsteilnehmer zum Zeitpunkt der zweiten Befragung offener und kritischer die politischen und wirtschaftlichen Verhältnisse in der Schweiz, sahen Zusammenhänge mit weltpolitischen und -wirtschaftlichen Verhältnissen und waren skeptischer gegenüber den Verantwortlichen in Politik und Wirtschaft. Doch bereits beim dritten Gesprächstermin kehrten sie zu ihrer eingangs geäusserten Einstellung zurück. Sie definierten sich wieder vermehrt individualistisch- orientiert und das Interesse an politischen Fragen hatte abgenommen. Die Arbeitslosigkeit führte sogar bei zuvor politisch aktiven Betroffenen zu einer Individualisierung der Lage statt zu verstärkter Politisierung. Die nach sechs Monaten beschriebenen Einsichten in politische Verhältnisse schienen wie vergessen, und Erklärungsversuche der eigenen Erfahrung sowie der Arbeitslosigkeit im allgemeinen wurden auf der individuellen Ebene gesucht.

Damit einher ging bei einigen Befragten eine verstärkte Tendenz hin zu Fremdenfeindlichkeit. Fremdenfeindlichkeit tauchte bei den von mir befragten Arbeitslosen auf, wenn die Arbeitslosigkeit nicht mehr nur als kurzes Übergangsstadium gesehen werden konnte und in der Folge zu massiven Identitätsproblemen geführt hatte. Aber wie kann Fremdenfeindlichkeit mit Identitätsproblemen in Verbindung gebracht werden? Droht von allen

Seiten ein Identitätsverlust, kann nationale Identität zum haltgebenden Anker werden. Arbeitslosigkeit bietet dagegen kein alternatives Identitätskonzept. In dieser Situation kann Fremdenfeindlichkeit zum identitätsstützenden Bewältigungsversuch werden. Eine ähnliche Reaktion habe ich als "Flucht in die Invalidität" beschrieben. Zum Beispiel wollte die eingangs zitierte Arbeitslose sich mittels eines psychiatrischen Gutachtens als nicht mehr arbeitsfähig krankschreiben lassen. Die Identität, die mit der Krankenrolle verbunden ist, wird gesellschaftlich eher akzeptiert als die (Nicht)-Identität als Arbeitslose beziehungsweise Arbeitsloser.

Um nicht missverstanden zu werden, möchte ich hier eine Bemerkung anfügen. Eine Erklärung dafür zu suchen, warum bei Arbeitslosen und von Arbeitslosigkeit bedrohten Menschen oft Fremdenfeindlichkeit zu beobachten ist, bedeutet nicht, diese zu rechtfertigen. Das Problem des eigenen Schuldgefühls der nächstschwächeren Gruppe zuzuschreiben, ist sicher kein konstruktiver Bewältigungsversuch der eigenen Situation, sondern trägt eher dazu bei, die eigene sowie die gesellschaftliche Situation zu verschlechtern. Aber ist überhaupt ein konstruktiver Umgang mit der Arbeitslosigkeit möglich?

Welche Folgerungen können aus diesen Ergebnissen gezogen werden?

Zuerst eine allgemeine Vorbemerkung. Bei politischen Diskussionen über Arbeitslosigkeit gewinnt man den Eindruck, als würde es sich um ein "Naturereignis" (Kieselbach 1991) handeln, das einen normalen Bestandteil des menschlichen Lebens ausmacht. Wie selbstverständlich sprechen Politiker heute von der "Sockelarbeitslosigkeit", nehmen Massenarbeitslosigkeit als scheinbar unvermeidlichen Bestandteil des Wirtschaftslebens sorglos in Kauf (vgl. Adler-Karlsson 1987). Untersuchungen über die psychischen Folgeschäden von längerdauernder Arbeitslosigkeit haben in dieser politischen Situation den Zweck, die gesellschaftliche Akzeptanz von Arbeitslosigkeit in Frage zu stellen und deutlich zu machen, welche Belastungen unsere Gesellschaft den Einzelnen aufbürdet und welche momentan z.T. noch nicht abschätzbaren Spätfolgen sie in Kauf nimmt.

Neben den gesellschaftlichen Lösungsversuchen (vgl. Blattmann & Meier 1992) erscheint es mir sinnvoll, für Massnahmen auf der individuellen Ebene folgenden Sachverhalt zu beachten: Es gibt sicher kein allgemeines Rezept für alle Betroffenen, dazu ist die Gruppe der Erwerbslosen zu heterogen. Was jedoch gilt ist, dass Arbeitslosigkeit eine soziale Situation mit sich bringt, die krank machen kann. Diesem Effekt der Arbeitslosigkeit gilt es entgegenzusteuern. Und dies ist bis zu einem gewissen Grade auch möglich (vgl. Kronauer 1993). Welche Massnahmen für eine konstruktive Bewältigung der Arbeitslosigkeit hilfreich sind, wird deutlich, wenn wir uns die Funktionen vergegenwärtigen, die Arbeit erfüllt: Arbeit gibt eine feste Zeitstruktur, sie ermöglicht soziale Kontakte, gibt soziale Anerkennung und das Gefühl gebraucht zu werden und für die Gesellschaft nützlich zu sein. Und Arbeit hat zweifelsohne eine wesentliche Bedeutung für unsere persön-

liche Identität. Bei Arbeitslosigkeit fallen die genannten Funktionen weg, und es kommen zusätzliche Belastungen durch die Situation der Arbeitslosigkeit auf die Betroffenen zu, wie z.B. finanzielle Belastungen, wiederkehrende Erfahrung von Ablehnung und sozialer Diskriminierung, Ungewissheit über die eigene Zukunft. *All diese Faktoren zusammen machen den traumatischen Effekt* der Arbeitslosigkeit aus. Dementsprechend ist es für Betroffene wichtig, sich eine feste Tagesstruktur zu geben, stabile Kontakte und tragende Beziehungen mit anderen Menschen aufzubauen und zu unterhalten, und wenn irgendwie möglich, einer Arbeit nachzugehen, sei es teilzeitlich oder im privaten Rahmen. Da Arbeitslosigkeit vor allem die Selbstgefühle schwächt, bedeutet dies beispielsweise, dass Arbeitslose die Dinge tun sollen, die ihr Vertrauen in sich selbst stützen wie Sport treiben, Weiterbildung u.a.m. Kreativ wirkt sich aus, wenn die Arbeitslosigkeit als Zeit der Besinnung und Neuorientierung genutzt werden kann. Wichtig ist auch, das Problem der eigenen Arbeitslosigkeit als Teil eines gesellschaftlichen Problems zu betrachten und sich für die politischen Zusammenhänge zu interessieren. Politisch aktiv werden kann wirksame Selbst-Therapie sein. (weitere Massnahmen beschreiben Udris 1985 und Warr & Jackson 1987).

Abschliessend möchte ich noch auf ein Manko hinweisen, das die bisherige psychologische Arbeitslosenforschung meiner Ansicht nach aufweist. Sozialpsychologische Studien zum Thema Arbeitslosigkeit beschreiben Folgen von Arbeitslosigkeit oder bestenfalls sogenannte "Reaktionstypen". Bei dieser Betrachtungsweise geht verloren, dass eine Wechselwirkung zwischen gesellschaftlichen Bedingungen und individuellen Bewältigungsformen oder Ressourcen besteht. Das heisst, Arbeitslose reagieren nicht nur auf ihre Situation, sondern sie verändern mittels ihrer Reaktionen auch ihr soziales Umfeld. In Zukunft wäre also eine Arbeitslosenforschung zu intensivieren die einer dialektischen Betrachtungsweise Rechnung trägt.

Literatur

- Adler-Karlsson, G., 1987: An Alternative Model. Social Science & Medicine, Vol. 25, No.2, S.219-222.
- Barwinski Fäh, R., 1990: Die seelische Verarbeitung von Arbeitslosigkeit. Eine qualitative Längsschnittstudie mit älteren Arbeitslosen. München (Profil).
- Barwinski Fäh, R., 1992: Arbeitslosigkeit; Trauma oder Konfliktreaktivierung? Forum Psychoanal, 8, 311-326.
- Blattmann, L. & Meier, I., 1992: Gegen das frauenspezifische Arbeits-Los. Zürich (eFeF-Verlag)
- DMS-III-R , 1989: Diagnostische Kriterien und Differenzialdiagnosen. Basel (Beltz).
- Eisenberg, Ph. & Lazarsfeld, P.F., 1938: The psychological effects of unemployment. In: Psychological Bulletin, 35, 358-390.
- Elkeles, Th. & Seifert, W., 1992: Arbeitslose und ihre Gesundheit. Empirische Langzeitanalysen. Veröffentlichungsreihe der Forschungsgruppe Gesundheitsrisiken und Präventionspolitik. Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung.
- Gass, R., 1993: Gesundheit bei Arbeitslosen. Vortrag gehalten am 12.3.93 in Zürich.
- Khan, M.R., 1963: Das kumulative Trauma. In: Khan, M.R. (Hg.): Selbsterfahrung in der

- Therapie. München 50-70.
- Kieselbach, Th., 1984: Die gesellschaftliche Verarbeitung von Massenarbeitslosigkeit: Gesundheits- und sozialpolitische Konsequenzen. Bremer Beiträge zur Psychologie, 38.
- Kieselbach, Th., 1991: Memo-Forum, Mai 1991. Arbeitsgruppe Alternative Wirtschaftspolitik - Memorandum-Gruppe (Hrsg.). Manuskript.
- Kronauer, M., (Hg.), 1993: Im Schatten der Arbeitsgesellschaft. Frankfurt/M.
- Kurella, S., 1992: Arbeitslosigkeit und Gesundheit. Literaturstudie für die Jahre 1985 - 1991. Veröffentlichungsreihe der Forschungsgruppe Gesundheitsrisiken und Präventionspolitik. Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung.
- Laplanche J., & Pontalis, J.-B., 1977: Das Vokabular der Psychoanalyse. Frankfurt/Main.
- Schober-Brinkmann, K., Lemineur, R., Rodriguez, L.C., Arve, B., Udris, I. & Zammit, E.L., 1987: Die Studie des Europarates zur Arbeitslosigkeit, Strasbourg. (Council of Europe).
- Solnit, A.J. & Kris, M, 1967: Trauma and infantil experience. In: Furst, S.S. (Hg.): Psychic trauma. New York, 175-220.
- Spruit, I.P. u.a., 1985: Ergebnisse einer medizinsoziologischen Untersuchung zu den Folgen der Arbeitslosigkeit. In: T. Kieselbach & A. Wacker (Hrsg.): "Individuelle und gesellschaftliche Kosten der Massenarbeitslosigkeit". Basel (Weinheim).
- Udris, I., 1985: Die Studie des Europarats zur Arbeitslosigkeit. In: T. Kieselbach & Wacker, A. (Hrsg.): Individuelle und gesellschaftliche Kosten der Massenarbeitslosigkeit. Basel (Weinheim).
- Wacker, A., 1978: Vom Schock zum Fatalismus? Soziale und psychische Auswirkungen von Arbeitslosigkeit. Frankfurt.
- Warr, P. & Jackson, P., 1987: Factors influencing the psychological impact of prolonged unemployment and re-employment. Psychological Medicine, 15, 795-807.
- WHO, 1989: Report on a WHO study group. Vulnerability among long-term unemployed: international comparisons. Meeting in Leiden 19.-20.Mai.

**antiquariat
peter petrej**

**bücher
grafik
plakate**

**sonneggstrasse 29
8006 zürich
tel. 01 - 251 36 08**

öffnungszeiten:
di - fr 11 - 18.30 uhr
sa 10 - 16 uhr

**bibliophile und wohlfelde ausgaben diverser gebiete
ankauf jederzeit privat unter tel. 01 - 271 32 70**