

Arbeitslosigkeit und psychische Gesundheit: Auswirkungen der Arbeitsmarktreform

Der Beitrag argumentiert aus der Perspektive der Erfahrungen in einer Beratungsstelle für erwerbslose Menschen in Hamburg, die einen psychologischen Beratungsschwerpunkt hat. Die Beratungsstelle (Solidarische Psychosoziale Hilfe, abgekürzt SPSH, im Netz unter www.spsch.de) hat gerade ihren 20. Geburtstag gefeiert. Sie wurde von einer Erwerbsloseninitiative gegründet und wird inzwischen von der Stadt Hamburg mit 2 Stellen finanziert, seit 2005 nach §16.2 SGB II, also unter den sog. flankierenden Maßnahmen. Immer noch haben folgende Arbeitsprinzipien Gültigkeit: der Zugang ist freiwillig; alles, was besprochen wird, bleibt sicher vertraulich; die Beratung ist kostenlos, und die konkrete Beratungsarbeit folgt den Leitgesichtspunkten der Subjektorientierung (was ist im Sinne der Menschen?) und der Handlungsorientierung (was ist im Alltag zu tun?) Das oberste Motto der Arbeit lautet: Arbeit ist wichtig. Leben auch.

1. Erwerbslosigkeit als psychologisches Problem?

Erwerbslosigkeit ist selbstverständlich ein gesellschaftlicher Missstand und kein psychologisches Problem. Denn die Menschen sind in Wirklichkeit – entgegen der Rhetorik der aktivierenden Sozialpolitik, sh. unten - nicht deswegen erwerbslos, weil bei ihnen irgendetwas nicht stimmt, sondern weil es an existenzsichernden Arbeitsplätzen mangelt. Dennoch zeigen sowohl praktischen Erfahrungen als auch wissenschaftliche Studien¹, dass die Menschen oft ein Problem mit ihrer Erwerbslosigkeit haben, was sich u.a. in psychischen Schwierigkeiten äußert. Zusammengefasst kann man sagen: Erwerbslosigkeit macht nicht krank, aber sie ist ein eigenständiger Risikofaktor für die (psychosoziale) Gesundheit. Grob lassen sich die Gefahren für die psychische Gesundheit so benennen: Es kann zum Verlust des Selbstwertgefühls kommen, zu Gefühlen von Ohnmacht und Ausgeliefertheit, zu Scham und Schuldgefühlen, zu Perspektiv- und Hoffnungslosigkeit, zu existenzielle Sorgen und Angst vor der Zukunft und zum sozialen Rückzug. Man kann auch sagen, das Kohärenzgefühl wird angekratzt. Der Begriff ‚Kohärenzgefühl‘ stammt aus der Salutogenese, die danach fragt, wie Menschen gesund bleiben. Kohärenzgefühl meint ein für die psychische Gesundheit zentrales Grundgefühl, nämlich, dass die Welt einem verstehbar (durchschaubar), handhabbar (mit Gestaltungsmöglichkeiten) und bedeutsam (sinnvoll) vorkommt.

Warum aber – etwas provokativ gefragt - führt die Tatsache, keiner Erwerbstätigkeit nachzugehen, zu gesundheitlichen Risiken, während man doch auch sagen könnte: endlich kann ich mich ausruhen, endlich kann ich sinnvolle Dinge tun, endlich kann ich auch mal freie Zeit genießen? Die Antworten finden sich nicht allein in der Tatsache der Abwesenheit von Erwerbsarbeit, sondern in den Besonderheiten der Lebenspraxis, die sich aus den verschiedenen institutionellen Gegebenheiten der Lebenssituation Erwerbslosigkeit ergeben.

2. Besonderheiten der Lebenspraxis in der Erwerbslosigkeit

Es lassen sich verschiedene Lebensbereiche in der Erwerbslosigkeit benennen, die psychische Verunsicherung zumindest nahe legen. Unserer Erfahrung nach lassen sich fünf Bereiche analytisch hervorheben, von denen einige Besonderheiten mitsamt ihren Auswirkungen auf die Psyche hier dargestellt werden – ohne Anspruch auf Vollständigkeit.²

a) Unsichere Existenzsicherung:

Erwerbslosigkeit führt immer zu finanziellen Einschränkungen, weshalb, besonders bei längerer Dauer der Erwerbslosigkeit finanzielle Sorgen für die meisten Menschen an der Tagesordnung sind. Zudem ist die Gewährung von Lohnersatzleistungen immer mit Auflagen verbunden, schon beim Arbeitslosengeld, besonders aber beim Arbeitslosengeld II, siehe unten. Die Auflagen betreffen z.B. Meldepflichten, Anwesenheit am Wohnort (genauer: Gewährleistung, dass jeden Tag der Briefkasten geleert wird), Eigenbemühungen der Arbeitsuche, die nachgewiesen werden müssen und deren zu erfüllende Anzahl letztlich vom Sachbearbeiter abhängt. All diese Auflagen sind mit Sanktionen bei Nicht-Erfüllung verbunden, die die sowieso schon knappe Existenzgrundlage weiter bedrohen. Das grundsätzliche Recht auf Lebensunterhalt trotz Erwerbslosigkeit wird durch oben genannte sanktionsbewehrte Auflagen eingeschränkt. Es kann der Eindruck entstehen, es handle sich eben nicht um ein Recht, auf das man Anspruch hat, sondern eher um ein Almosen, das man sich durch Wohlverhalten verdienen muss. (Stichwort: Keine Leistung ohne Gegenleistung!) Wer sich dieser Sichtweise unterstellt, kann sich leicht beschämt und irgendwie schuldig vorkommen. Hinzu kommt, dass viele Unterstützungsmöglichkeiten wie zum Beispiel Möglichkeiten der Weiterbildung so genannte Kann-Leistungen sind, d.h. es besteht von Seiten der Erwerbslosen kein Rechtsanspruch auf sie, sondern andere entscheiden, ob sie gewährt werden oder nicht.; die grundsätzliche Politik in der Arbeitslosenverwaltung und letztlich – zumindest für die Betroffenen sichtbar - die einzelnen Sachbearbeiter. Dadurch sind persönliche Abhängigkeiten in das System eingebaut, die zu Gefühlen von Ohnmacht und Ausgeliefertheit führen können: die eigene Zukunftsplanung liegt nicht mehr in den eigenen Händen.

b) Bewerbungspraxis

Sich bewerben, bedeutet, sich und die eigenen Qualifikationen auf dem Arbeitsmarkt darzustellen. Dabei ist der Ausgang völlig offen und es bleibt, wenn die Bewerbung keinen Erfolg hat, unklar, woran es denn nun gelegen hat. Jede Absage kann als Absage an die eigenen Qualifikationen und sogar die eigene Person interpretiert werden. Schließlich kommt es nicht nur darauf an, was man kann, sondern auch wie man sich als Person darstellt: selbstbewusst, dynamisch, flexibel u.v.m soll man sein, um für Arbeitgeber attraktiv zu sein. Die Bewerbungsaufgaben der Ämter verschärfen diese Problematik noch, werden Erwerbslose doch dazu angehalten, sich auch auf solche Stellenangebote zu bewerben, bei denen sie sich selbst kaum Chancen ausrechnen, und bei denen Absagen folglich programmiert sind. Hier nicht in grundlegende Selbstzweifel zu verfallen, sondern sich die objektiven Gegebenheiten des Marktes und den Anforderungen der Arbeitsverwaltung vor Augen zu führen, ist eher eine Kunst.

c) Soziale Kontakte:

Soziale Kontakte ergeben sich in der Erwerbslosigkeit nicht mehr einfach von selbst (die Kollegen trifft man schließlich jeden Tag, ob man will oder nicht). Finanzielle Einschränkungen behindern außerdem übliche Freizeitaktivitäten mit anderen zusammen (Kino, Kneipe, Essen gehen etc.) Viele Menschen berichten zusätzlich von Rückzugstendenzen, weil sie Fragen ihrer Bekannten nach ihrem beruflichen Fortkommen nicht mehr hören wollen, seien sie nun wohlgemeint oder nicht. Zusammengefasst lässt sich sagen, dass die Beibehaltung und Herstellung sozialer Kontakte in der Erwerbslosigkeit zu einer eigenständigen Aufgabe wird, die Selbstvertrauen und Kreativität erfordert. Ausgeschlossen zu werden und sich ausgeschlossen zu fühlen, legen Isolierungstendenzen nahe, gegen die bewusst angegangen werden muss. Denn tatsächlich sind soziale Bezüge eine wichtige Ressource für die psychosoziale Gesundheit oder eben einfach ein wichtiger Bestandteil eines guten Lebens.

d) Tagesstruktur:

Erwerbslose haben viel Zeit (falls sie sich gerade nicht mit den Ämtern herumschlagen müssen), aber keine wirkliche Freizeit. Theoretisch kann man sich jeden Tag stundenlang (und bis in die Nacht) mit Bewerbungen, Profiling und Jobacquire befassen, und genug ist es eigentlich erst, wenn man den Job gefunden hat. Da man also scheinbar nie wirklich genug getan hat, eignet sich dieser Bereich hervorragend dafür, ein schlechtes Gewissen zu entwickeln. Auf der Strecke bleiben dabei leicht sinnvolle, selbst gewählte Tätigkeiten, die nicht (direkt) mit der Arbeitssuche in Verbindung stehen, die aber gerade in Zeiten ohne Erwerbsarbeit besonders wichtig sind, weil sie dem Tag Struktur geben, Erfolgserlebnisse und soziale Kontakte ermöglichen. Aus diesem Grund lautet das Motto der SPSH auch: Arbeit ist wichtig. Leben auch.

e) Fluchtpunkt Lebensperspektive:

Die Frage stellt sich für viele: hat es eigentlich noch Sinn, an eigene Gestaltungsmöglichkeiten für die Zukunft zu glauben? Wie soll man nicht den Mut verlieren, wie soll man an eigenen Perspektiven und selbst bestimmten Lebensentwürfen festhalten? Mit der Frage nach der Gestaltbarkeit der eigenen Zukunft, im Sinne des Kohärenzgefühls, ist ein Grundelement psychischer Gesundheit angesprochen.

3. Verschärfungen durch die Hartz-Gesetze

Für die psychosoziale Ebene lassen sich mehrere Bereiche benennen, durch die die Position von Erwerbslosen durch die Einführung des SGB II zusätzlich angegriffen wird.

a) ‚Eigenverantwortung stärken‘

Im SGB II lautet - die aktivierende Sozialpolitik auf den Punkt bringend – der oberste Grundsatz: ‚Eigenverantwortung stärken‘. Im ersten Paragraphen des Gesetzes, welcher Aufgaben und Ziel der ‚Grundsicherung für Arbeitsuchende‘ bestimmt, firmiert die Stärkung der Eigenverantwortung noch vor der Absicherung des Lebensunterhalts der Menschen, die diesen per definitionem ja nicht selbst bestreiten können. Damit wird schon im Wortlaut des Gesetzes deutlich gemacht,

dass mangelnde Eigenverantwortung der Menschen für den Gesetzgeber eine der Hauptursachen der Hilfebedürftigkeit ist und deshalb auch zur zentralen Zielscheibe der gesetzlichen Maßnahmen gemacht werden muss³.

Mit anderen Worten: die Subjekte geraten ins Visier. Ihre Einstellung, ihre Motivation, ihre Arbeitsbereitschaft wird zur Zielscheibe politischen und institutionellen Handelns. Dieser Prozess der Individualisierung – und Psychologisierung - gesellschaftlicher Zustände ist grundsätzlich nicht neu, hat aber im Rahmen des SGB II und seiner Institutionen durchaus eine neue Qualität erreicht.

b) Verstärkte Eingriffe in persönliche Bereiche

Beim Arbeitslosengeld II steht aber nicht nur die Frage nach der Arbeitssuche zur Debatte, sondern das Gesetz bringt weit reichende Eingriffe in verschiedene persönliche Bereiche mit sich.

Zu nennen sind hier beispielhaft Eingriffe in die Wohnverhältnisse, insbesondere durch die Mietobergrenzen und damit verbunden die Aufforderungen, die Mietkosten zu senken (durch Untervermietung, besonders aber durch Umzug). Selbst wenn in vielen Einzelfällen ein Umzug gerade wegen der Mietobergrenzen gar nicht möglich sein wird, führt doch allein schon die Drohung, die Wohnung und das soziale Umfeld verlassen zu sollen, zu massivem Druck.

Weiter gibt es Eingriffe in die persönlichen Lebensverhältnisse, was das Zusammenwohnen mit anderen betrifft. So wurden im so genannten Fortentwicklungsgesetz zum SGB II vom August letzten Jahres die Bestimmungen zu eheähnlichen Gemeinschaften geändert. Danach wird zwei Menschen, die z.B. mehr als ein Jahr zusammen wohnen, unterstellt, sie wären eine Einstandsgemeinschaft, wodurch sie gegenseitig füreinander aufkommen müssten. Gleichzeitig wurde die Beweislast umgekehrt, so dass die Menschen nun beweisen sollen, dass sie das nicht sind. Dass dieses Verfahren in drastischem Widerspruch zum Bürgerlichen Gesetzbuch steht und somit rechtlich nicht haltbar, hat den Gesetzgeber nicht gekümmert (ein gutes Informationsblatt zu diesem Thema findet sich unter: www.alg-2.info/info/eheaehnliche_gemeinschaft)

Ebenfalls mit dem Fortentwicklungsgesetz ist den Jobcentern gesetzlich aufgetragen worden, Außendienste zur Missbrauchsbekämpfung einzurichten. ALGII-Empfänger müssen nun damit rechnen, dass sie unangekündigten Besuch bekommen, der Einlass begehrt, um die Wohnverhältnisse in Augenschein zu nehmen. Auch hier ist die Rechtslage weniger eindeutig, wie es die ARGE-Mitarbeiter meist selbst darstellen und auch wie es die Darstellung der Hausbesuche in den Medien nahe legt: Die Verweigerung des Zutritts zur eigenen Wohnung ist selbst noch kein Grund, um die Leistung zu kürzen – schließlich geht es um einen Grundsatz des Grundgesetzes: ‚Die Wohnung ist unverletzlich‘. (Gute Informationen hierzu bietet im Internet die Seite www.hartziv-beratung-hamburg.de) Auch diese Praxis ist aus der Sozialhilfe schon seit längerem bekannt, ihre flächendeckende Verbreitung führt allerdings auch hier zu einer neuen Qualität: ALG-II Empfänger stehen unter einer Art Generalverdacht, weil sie Unterstützung zum Lebensunterhalt brauchen. Dies wirkt sich unserer Erfahrung nach auch auf den Umgang in den Ämtern selbst aus: Denn die Missbrauchsunterstellung führt zu einem Klima des grundsätzlichen Misstrauens. Die eigenen Pläne der Menschen werden ihnen quasi institutionell abgesprochen.

Zusammenfassend muss man aus psychologischer Sicht leider festhalten, dass die aktivierende Arbeitsmarktpolitik strukturell auf Schuld- und Schamgefühle und damit also auf eine Delegitimierung der Hilfebedürftigen setzt. Daher wirkt sie strukturell – entgegen ihrer eigenen Rhetorik – demotivierend und demoralisierend.

4. Perspektiven

Was tut unter diesen Umständen not, schon für die Erhaltung der psychischen Gesundheit?

Da ist zum einen die Stärkung der Rechtsposition der Betroffenen zu nennen. Auch das Arbeitslosengeld II ist eben kein Almosen, sondern eine gesetzlich verankerte Leistung, auf die ein Anspruch besteht. Es geht darum, die durchaus vorhandenen rechtlichen Spielräume der Gesetze und Verordnungen zu kennen und zu nutzen. Hierzu braucht es Unterstützung, im Einzelfall auch durch kompetente soziale Beratung, weswegen die Existenz unabhängiger Beratungsstellen nach wie vor besonders wichtig ist. Unterstützung kann aber auch eine kritische Öffentlichkeit bieten, die rechtswidriges oder umstrittenes Vorgehen der Jobcenter öffentlich macht und auf die Einhaltung (sozialer) Grundrechte auch für erwerbslose und arme Menschen besteht. So führt die Sozialpolitische Opposition Hamburg z.B. seit zwei Jahren Veranstaltungen zum Thema ‚Leben mit Hartz‘ in verschiedenen Stadtteilen durch, um die Betroffenen über ihre Rechte aufzuklären und einen Austausch der Betroffenen untereinander zu ermöglichen (www.sopo-hamburg.de).

Grundsätzlicher geht es darum, auf einer persönlichen (und politischen) Haltung zu bestehen, die die Existenzsicherung als Grundrecht begreift, welches nicht an Bedingungen geknüpft sein kann. Andernfalls würde das Recht auf menschenwürdiges Leben aufgehoben. Auf der Basis einer solchen Haltung lässt sich auch individuell gegen die Beschämung anarbeiten, um sich nicht einschüchtern zu lassen und die Frage nach der eigenen Lebensgestaltung wieder stellen zu können.

Dies ist allein sehr viel schwieriger als mit anderen zusammen. Deswegen ist es notwendig, eine Art ‚Geleitschutz‘ zu organisieren. Es braucht Orte, an denen die Menschen sich austauschen und gegenseitig den Rücken stärken können und an denen sie sich eine Stimme verleihen können. Diese Orte können Erwerbslosenräte bei Gewerkschaften sein, Arbeitslosenselbsthilfegruppen oder soziale Zentren.

Allerdings müssen nach unserer Erfahrung einige Bedingungen gegeben sein, damit solche Zusammenhänge funktionieren und eine Kontinuität entwickeln können. Dem entgegenstehen nämlich einige Faktoren:

1. Erwerbslose an sich sind eine viel zu heterogene Gruppe, deren gemeinsames Interesse – sich in der Erwerbslosigkeit zu verbünden – zudem in verschiedener Hinsicht fragil ist. Die Situation soll ja per se eine vorübergehende sein. Erwerbslos sein als solches eignet sich deswegen wenig als Identität stiftende Eigenschaft. Hinzu kommt, dass je nach Lebenssituation die Ausgangslage der Erwerbslosen sehr verschieden ist. So haben jüngere Erwerbslose, die gerade eine Ausbildung abgeschlossen haben, sicherlich andere Perspektiven als Langzeiterwerbslose, die

bspw. über 50 Jahre alt sind. Entsprechend sind auch die Erwartungen an eine Selbsthilfegruppe ganz andere.

2. Was erwerbslosen Menschen fehlt, sind finanzielle Ressourcen und oft auch soziales Kapital⁴. Letzteres meint nach Pierre Bourdieu soziale Beziehungen und Kontakte zu (mehr oder weniger) einflussreichen Personen und Institutionen, die wiederum Ressourcen für das eigene Leben vermitteln können. Daher sind Erwerbslose soziologisch gesehen sehr zu Recht daran interessiert, nicht nur mit erwerbslosen Menschen zu tun zu haben.

Unserer Erfahrung nach funktionieren deswegen Selbsthilfegruppen von Erwerbslosen dann, wenn ein über die aktuelle Lebenssituation hinaus gehendes gemeinsames Interesse vorhanden ist (das kann politischer Natur sein, das können aber auch gemeinsame andere Interessen sein, die auch Freundschaften begründen können) Außerdem haben Gruppen dann eine längere Lebensdauer, wenn sie an andere Organisationen angeschlossen sind (z..B. Gewerkschaften, Stadtteilzentren). Zum einen stehen hier Ressourcen zur Verfügung, die Erwerbslose alleine sich oft nicht leisten können (so einfache Dinge wie Räume, Kopiergeräte, Erreichbarkeit per FAX und Telefon, bis hin zu personeller organisatorischer Unterstützung),. Zum andern ist hier die Einbindung in übergreifendere Zusammenhänge möglich, die den gesellschaftlichen Ausschluss von Erwerbslosen auf dieser Ebene eben nicht noch einmal wiederholt. Daher brauchen Erwerbslose Bündnispartner, um sich den ‚Geleitschutz‘ organisieren zu können.

¹ Der aktuelle Forschungsstand zum Thema findet sich zusammengefasst bei Thomas Kieselbach und Gert Beelmann: Arbeitslosigkeit und Gesundheit: Stand der Forschung, in: Holleder, Alfons und Brand, Helmut (Hg): Arbeitslosigkeit, Gesundheit und Krankheit, Bern 2006

² Ausführlicher dazu: Schumak, Renate und Christian Schultz, 2001: Arbeitslosigkeit - ein psychologisches Thema? In: Forum Kritische Psychologie 43, 59-76

³ Eine genaue Analyse des Gesetzestextes findet sich bei: Schumak, Renate: Die neue Anthropologie des Arbeitslosen. In Widersprüche 94, 2004

⁴ Dieser Abschnitt basiert hauptsächlich auf den Überlegungen von Christian Schultz zum Sozialen Kapital nach Pierre Bourdieu, die er in einem Kurzbeitrag beim 12. Kongress Armut und Gesundheit in Berlin zur Diskussion gestellt hat.