

Niedrigeinkommen: psychische Belastung und Bewältigung¹

von Kurt Salentin

Abstract

The article draws on findings of stress and coping theories to explain perceptions and behaviour under conditions of low income. An analysis of 25 loosely structured interviews with recipients of low income in two large cities in the west and east of Germany reveals the predominance of the economic background as a source of psychological strain. Case studies of stressful everyday situations demonstrate the effect of such indirect consequences to low income as the fear of loss of social standing which accompany economic difficulties proper. In coping with their hardships a number of respondents display a preponderance to passive and merely psychological reactions at the expense of active strategies focused on sources of stress, owing to a perception of powerlessness, loss of control, and external determination of relevant situations.

Zusammenfassung

Der Beitrag nutzt Erkenntnisse der Stress- und Bewältigungstheorie zur Erklärung des psychischen Erlebens und des Verhaltens unter den Bedingungen von Einkommensarmut. Anhand einer Analyse von 25 halbstrukturierten Interviews mit Probanden aus dem unteren Einkommensbereich in Bielefeld und Halle an der Saale wird demonstriert, daß die wirtschaftliche Lage für diese Gruppe der Sorgenrächigsten in einer breiten Spanne von Lebensbereichen ist. Am Beispiel dreier typischer belastender Situationen wird gezeigt, daß es neben den genuin wirtschaftlichen Problemen der Haushaltsführung vor allem indirekte Belastungen, wie z. B. Furcht vor Ansehensverlust, sind, die bewältigt werden müssen. Betroffene tendieren dabei mitunter zu passiv-intrapsychischen anstelle aktiv-problemorientierter Verarbeitungsformen, da sie Belastungsquellen als extern kontrolliert und eigenem Einwirken nicht zugänglich empfinden.

1. Einleitung

Niedriges Einkommen und mit ihm zusammenhängende Umstände werden von manchen Menschen als schwere Belastung empfunden, von manchen nicht. Das Verhalten der Bezieher kleiner Einkommen unterscheidet sich, selbst unter sonst gleichen Bedingungen, recht deutlich: der eine beantragt staatliche Sozialleistungen, der andere vermeidet den Behördengang um jeden Preis; die eine versucht, mehr Geld zu verdienen, die andere übt sich in Zufriedenheit mit dem Vorhandenen, um nur zwei Beispiele zu nennen. Wie kommen die Unterschiede zustande?

Offenkundige Tatbestände wie eine ungünstige Einkommensposition, eine schlechte Humankapitalausstattung, eine benachteiligende Haushaltszusammensetzung

zung und andere soziodemographische Merkmale deuten zwar auf eine problematische Lebenslage hin, erlauben jedoch noch keine zuverlässigen Rückschlüsse auf tatsächliche subjektive Befindlichkeit und Verhalten.

Wir werden in diesem Artikel versuchen, einige Phänomene aus dem Leben der Niedrigeinkommensbezieher mit Hilfe der psychologischen Streßtheorie zu erklären. Geringes Einkommen und eine Reihe seiner Folgen sind Umstände, die Streß sowie ähnliche emotionale Belastungszustände und Bewältigungsreaktionen auslösen können. Die Streßtheorie soll bei der Erklärung der „Transformation ‚objektiver‘ Ereignisse in subjektive Erlebnistatbestände“ (Krohne 1990: 263) helfen und das Verständnis unterschiedlicher Verhaltensweisen unter dem Gesichtspunkt der Bewältigung erleichtern.

Wir präsentieren Ergebnisse einer explorativen Studie, die Einblick in die Art und Weise geben soll, wie einkommensschwache Personen ihre Lebenslage empfinden. Folgende Fragen sollen die Darstellung anleiten: Was wird unter den Bedingungen niedrigen Einkommens als besorgniserregend wahrgenommen? Unter welchen Umständen kommt es dazu? Wie gehen die Betroffenen mit der Belastung um?

2. Streß in theoretischer Perspektive: der Transaktionsansatz

Unserer Betrachtung des Verhaltens privater Haushalte unter den Bedingungen niedrigen Einkommens stellen wir eine Übersicht über eine theoretische Konzeption des Bewältigungsverhaltens voran. Im Mittelpunkt sollen die zentralen Ideen der führenden Autoren der Coping-Literatur, Lazarus und Folkman, stehen.

2.1 Theoriekern: Appraisal und Coping

Die Erforschung von Streßzuständen wird in dieser Theorie als Teil der Emotionspsychologie begriffen, die mit einem identischen begrifflichen Instrumentarium eine weite Spanne positiver wie negativer emotionaler Zustände analysiert. Emotionen sind dieser Konzeption zufolge Auseinandersetzungen (transactions, relations, encounters) der Person mit ihrer Umwelt, die in ihrem Verlauf weder auf Merkmale der Person noch der Umgebung allein zurückzuführen sind. Eine Bedrohung ist beispielsweise so wenig Eigenschaft einer Situation, wie sie als isolierter Zustand eines Individuums Sinn ergibt. Erst in der Konfrontation der Person mit der Situation gehen Eigenschaften beider Seiten in einen neuen Zustand ein, für den die Bezeichnung Bedrohung angemessen ist (Lazarus/Folkman 1987: 142). Die Auseinandersetzung hat prozessualen Charakter, da Aspekte wie die Wahrnehmung der Umwelt zeitlichem Wandel unterliegen und reaktive Veränderungen der Situation durch die Person stattfinden. Prozeßorientierung gebietet forschungsstrategisch die Untersuchung kontextspezifischer Verhaltensweisen in Abgrenzung von habituellen Mustern.

Zur Strukturierung der Verarbeitungsvorgänge führen Lazarus und Folkman die Konstrukte *Appraisal* als Bezeichnung kognitiv-evaluativer Vorgänge und *Coping* für die adaptiven Reaktionen des Individuums ein. *Appraisal* läßt sich umschreiben als die Beantwortung der Frage: „Was bedeutet diese Situation für mich persönlich?“ (Lazarus/Folkman 1987: 145). *Primäres Appraisal* besteht in der Interpretation der Relevanz eines Problems und seiner möglichen Folgen für das eigene Wohlergehen: Sind sie schädlich, haben sich also negative Folgen bereits herausgestellt, sind sie eine Bedrohung, d. h. sind ungünstige Konsequenzen zu erwarten, sind sie eine Herausforderung, die möglicherweise zu Bewährung oder Gewinn führt, sind sie unzweifelhaft nutzbringend, oder sind sie schlichtweg irrelevant? In dieser Evaluationsinstanz wird sich die Person, um eine Metapher Lazarus' zu benutzen, über ihre jeweiligen *stakes* („was auf dem Spiel steht“) klar. *Stakes* sind anders als Werthaltungen keine stabile Persönlichkeitsdisposition, sondern eine situative oder transaktionale Variable, die davon abhängt, in welcher Weise individuelle Werte aktuell berührt werden. Sie sind „a concrete representation of a particular facet of a person's hierarchy of goals and commitments“ (Lazarus/Folkman 1987: 151). Als Werte, die sich unter Bedrohung als *stakes* manifestieren, isolieren Folkman et al. (1986: 994) auf der Grundlage offener Interviews u.a.:

- ein hohes Selbstwertgefühl (self-esteem), das gefährdet wird, wenn die Achtung wichtiger Personen verlorengeht,
- das Wohl nahestehender Personen unter Sicherheits-, Gesundheits- oder emotionalen Gesichtspunkten,
- die eigene Gesundheit und physische Sicherheit,
- die eigene finanzielle Situation.

Aufgrund der begrenzten soziodemographischen Variation ihrer Untersuchungspopulation gehen die Autoren jedoch von der Notwendigkeit einer Erweiterung des Wertekanons aus.

Von der inhaltlichen Qualität der auf dem Spiel stehenden Ziele abstrahiert, lassen sich Auseinandersetzungen erstens nach der Erwünschtheit ihrer Folgen (Gewinn/Verlust) und zweitens nach der zeitlichen Abfolge von Lageeinschätzung und Eintritt der Ergebnisse (bevor/nachdem die Folgen erkennbar werden) klassifizieren. Sie rufen entsprechende Emotionen hervor (Tabelle 1).

Tabelle 1: *Appraisal und Emotion nach Erwünschtheit der Folgen und Lage zur Transaktion*

		Zeitliche Lage zur Transaktion	
		vorher	nachher
Erwünschtheit	positiv	<i>Herausforderung:</i> Anstrengung, Zuversicht	<i>Nutzen:</i> Erleichterung, Glück
	negativ	<i>Bedrohung:</i> Sorge, Angst, „Streß“	<i>Schaden:</i> Ärger, Abscheu

Antizipatorische Einschätzungen äußern sich in Sorgen und Ängsten, wenn sie eine Bedrohung zum Inhalt haben, und in Anstrengungen und Zuversicht, wenn sie als Herausforderung angenommen werden. *Nach* dem Eintritt von Konsequenzen führen Bewertungen als Schaden zu Ärger und Abscheu und als Nutzen zu Erleichterung und Glück (Folkman/Lazarus 1985; Lazarus/Folkman 1987: 151).

Im *sekundären* Appraisal wird eine subjektive Einschätzung der Möglichkeiten eigener Einflußnahme auf die problematische Person-Umwelt-Beziehung vollzogen. Sie umfaßt die Fragen, ob das Auftreten der Auseinandersetzung als solcher im vorhinein kontrolliert und ob ihr Ergebnis im Fall des Geschehens im nachhinein gesteuert werden kann oder hingenommen werden muß. Eine ungewisse Situation kann sehr unterschiedliche emotionale Reaktionen hervorrufen, je nachdem, ob die Person darauf vertraut, schädliche Folgen aus eigener Kraft abwenden zu können oder nicht. *Streß* resultiert in einer Auseinandersetzung, „die vom Individuum im Hinblick auf sein Wohlergehen als bedeutsam bewertet wird, aber zugleich Anforderungen an das Individuum stellt, die dessen Bewältigungsmöglichkeiten beanspruchen oder überfordern“ (Lazarus/Folkman 1986: 63, zit. in Krohne 1990: 264).

Primäres und sekundäres Appraisal beeinflussen sich gegenseitig, indem etwa die Überzeugung von eigener Handlungsfähigkeit eine Bedrohungswahrnehmung wesentlich abzuschwächen vermag. Die Attribute primär und sekundär sind nicht als Kennzeichnung einer zeitlichen Abfolge gemeint, denn die Einschätzung der Veränderbarkeit eines Problems kann der Bewertung seiner Bedeutung durchaus vorangehen (Lazarus/Folkman 1987: 147). Appraisal geht konzeptionell weit über die Frage nach der Informationslage hinaus. Information kann zwar, zumal wenn sie fehlt, die Situationseinschätzung beeinflussen, folgenreichtiger sind jedoch stabile Ziele und Wertmuster der Person, die der Information Bedeutung verleihen.

Coping umfaßt alle Reaktionen in Zusammenhang mit einer Umweltauseinandersetzung. In funktionaler Analyse sind dies einerseits Einflußnahmen auf die Bedingungen der Auseinandersetzung, von Lazarus und Folkman als *problemorientiertes* Coping bezeichnet, und andererseits das Management emotionaler Belastungen, als *emotionsorientiertes* oder kognitives Coping bezeichnet (Lazarus/Folkman 1987: 147). Während instrumentelles Coping idealiter in der Lage ist, Probleme an der Ursache zu lösen und weiteres Coping jedweder Form entbehrlich zu machen, kann psychologisches Coping eine palliative Funktion nie überschreiten. Pearlin und Schooler stellen aber in einer Befragung über die Bewältigung belastender Alltagssituationen mit einer gewissen Verwunderung fest, daß der naheliegende Weg einer Ursachenbewältigung nicht häufig eingeschlagen wird: „*Given the many conceivable ways that people may act to modify or eliminate situations productive of strain, it is surprising that it is not a more commonly used type of coping than it apparently is*“ (Pearlin/Schooler 1978: 6). Sie führen Erklärungen dafür an, warum Personen nicht den direkten Weg gehen. Die Lösung eines Problems kann neue Probleme aufwerfen: In realen Umgebungen haben wir es zumeist mit komplexen Kosten-Nutzen-Verhältnissen und konfligierenden Zielen zu tun.

Schließlich muß der Tatsache Rechnung getragen werden, daß zentrale Probleme einer Lösung gar nicht ohne weiteres zugänglich sind - insbesondere nicht durch die betroffene Person. Folkman/Lazarus (1980) belegen, daß sekundäres Coping sich insofern auf Bewältigungsverhalten auswirkt, als in vermeintlich unveränderbaren Situationen eher emotionsorientierte und in vermeintlich kontrollierbaren Kontexten problemorientierte Reaktionen erfolgen.

Während die Funktionen des Coping in der Literatur übereinstimmend bezeichnet werden, herrscht Uneinigkeit in der Klassifikation der konkreten Strategien, was mit der Heterogenität der jeweils betrachteten Personenkreise und Problemlagen zusammenhängen dürfte. Folkman et al. (1986: 995) führen als emotionsorientierte Typen auf: konfrontatives Verhalten einschließlich aggressiver und emotional-expressiver Formen, Distanzierung, Selbstkontrolle, das Akzeptieren von Mitverantwortung und Selbstkritik, Eskapismus und Vermeidungsverhalten, positive Neubewertung (reappraisal). Wir wollen kurz auf den von Pearlin/Schooler (1978) entworfenen Verhaltenskanon eingehen, da sie sich auf in der Auseinandersetzung mit alltäglichen Problemen in zentralen Lebensbereichen vorgefundene Strategien konzentrieren. Es handelt sich dabei im wesentlichen um eine Differenzierung der von Folkman et al. als positive Neubewertung und Eskapismus bezeichneten Typen, weil das Appraisal dieser Auseinandersetzungen häufig auf eine Unveränderlichkeitseinschätzung hinauslief. Auch unsere eigene Untersuchung ging nach einer Reihe von Expertengesprächen von der Annahme aus, daß diese Art subjektiver Situationsbewertung überwiegt.

Eine erste Variante der Neubewertung ist der positive Vergleich. In einer bedrohlichen oder belastenden Situation führt Ego sich vor Augen, daß es Alter noch schlechter geht, und relativiert dadurch seine eigene Mißlichkeit. Oder Ego findet, daß es vielen anderen genauso schlecht geht wie ihm, daß „alle in einem Boot sitzen“. Zum anderen wählt Ego eigene Lebensphasen, im Vergleich zu denen ihm die Gegenwart weniger bedrohlich vorkommt: „Früher war alles noch viel schlimmer“. Positive Vergleiche führen allesamt dazu, daß Lebensumstände, die einem außenstehenden Betrachter extrem schwierig vorkommen, von Betroffenen mit kaum mehr als einem Achselzucken quittiert werden.

Eine Belastung besteht oft darin, daß Ego ein innerhalb einer gegebenen Wertehierarchie hoch angesiedeltes Ziel nicht verwirklichen kann. Die Persönlichkeit leidet, weil sie in einem Kernbereich mit dem Versagen konfrontiert wird und ihr Selbstwertgefühl bedroht ist. Durch den Kunstgriff der *Devaluierung* wird dieses Problem entschärft. Die Priorität des unerreichbaren Wertes (oder Gutes, Zustandes etc.) wird so umgestuft, daß sie für die Persönlichkeit nicht länger zentral ist; ein Defizit beim Erreichen des Wertes fällt dann weit weniger schmerzlich aus. In der Regel sinkt er bis zu einer gewissen Bedeutungslosigkeit ab, und an seine Stelle treten tatsächlich realisierbare Werte. In extremen Fällen stellt Ego jedoch die gesamte Werteskala auf den Kopf, so daß ein unerfüllbarer Wunsch nunmehr negative Bewertung erfährt, also ausgesprochen unerwünscht oder sogar schädlich wird. Ihn nicht zu verwirklichen, gerät zur Tugend.² Anders als Pearlin und Schooler

nehmen Lazarus und Folkman konstante Wertausprägungen an. Eine Veränderung der Präferenzen infolge von Coping wird in ihrer Theorie nicht thematisiert.

Unter der Sammelbezeichnung *Reizselektion* läßt sich eine dritte Strategien- gruppe führen. Die ihr zugehörigen Verhaltensweisen haben gemein, daß sie das Vordringen belastender Reize zu Ego auf irgendeine Weise verhindern oder abschwächen. Während die Existenz dieser Bedingungen unangetastet und ihre Bedeutung unverändert bleibt, entzieht sich das Individuum ihrer Bewußtwerdung, bevor sie Streß auslösen können. So werden beispielsweise schädliche Faktoren selektiv ignoriert oder geleugnet. Erwünschte Aspekte der Situation treten in den Vordergrund. In Ergänzung des von Pearlin und Schooler zusammengestellten Katalogs zählen wir ebenfalls die weite Spanne des Vermeidungs- und Unterlassungsverhaltens zu dieser Kategorie. Betroffene lernen durch Erfahrung, sich aus solchen Situationen zurückzuziehen, in denen sie unangenehme Reize erwarten (Bredenkamp/Wippich 1977: 50ff). Das Ausbleiben des Streß', der von der Lerntheorie als Bestrafung anzusehen wäre, kann dann wie eine Verstärkung wirken. Auch die Evasion, die physische oder mentale Flucht aus einer unangenehmen Umwelt in eine mitunter irrealer Gegenwelt, verhindert die Konfrontation mit schädlichen Reizen.

Schließlich bleiben dem Individuum Haltungen, die lediglich dem Durch- oder *Aushalten* dienen. Wie die vorgenannte Kategorie lassen sie sich höchstens als Streßmanagement bezeichnen, da sie ohne Wirkung auf sonstige Bestandteile des streßträchtigen Settings bleiben. Häufig werden beunruhigende Gedanken schlicht unterdrückt („Was nützt es denn, sich immer nur Sorgen zu machen?“, „Klagen hilft auch nicht weiter.“). Bewußtseinsverändernde Mittel (Drogen) und diffuse Ablenkungen (z.B. Fernsehkonsum) können diese Funktion ebensosehr erfüllen.

2.2 Vor- und nachgelagerte Tatbestände

Der Coping und Appraisal umfassende Theoriekern ist damit umschrieben. Zu Werten und Zielen tritt als externe Determinante von Coping und Appraisal neben dem Selbstwertgefühl (self-esteem) Egos das Persönlichkeitsmerkmal Kontrolle, das für die *generalisierte* Überzeugung eigener Handlungskompetenz steht (Lazarus/Folkman 1987: 148). Das Modell erwartet unter sonst gleichen Umständen, daß Personen mit hoher Kontrollüberzeugung Situationen eher als Herausforderung denn als Bedrohung wahrnehmen, in einem höheren Grad die Veränderbarkeit der Situation vermuten und problemorientierte statt defensiver Bewältigungsstrategien benutzen. Den Zusammenhang zwischen Kontrolle und sekundärem Appraisal formulieren Lazarus und Folkman allerdings unter dem Vorbehalt, daß Maße der situationsspezifischen Kontrollüberzeugung, wie Banduras Konzept der Selbstwirksamkeitserwartung (Bandura 1982), möglicherweise bessere Prädiktoren darstellen als generalisierte, wobei mit Ausnahme sehr ungewisser Kontextgegebenheiten zwischen situativen und generalisierten Überzeugungen kaum ein Zusammenhang existieren muß (Lazarus/Folkman 1987: 148).

Außer Persönlichkeitsdispositionen (Werte, Kontrolle) sind dem Bewältigungsprozeß Situationsmerkmale vorgelagert. Vorrangig ist hier die Frage zu klären, in welchen empirischen Situationen eine Bedrohung empfunden werden kann und Streßsymptome auftreten. Nach potentiellen Stressoren kann man entweder im Zusammenhang mit kritischen Lebensereignissen (*life events*) oder alltäglichen Auseinandersetzungen (*hassles*) suchen. Hassles sind streßträchtige Umstände, die aus chronischen Lebensbedingungen oder wiederkehrenden Belastungen erwachsen oder auch zufällig und flüchtig auftreten. In empirischen Studien kommen Lazarus und Mitarbeiter zu dem Schluß, daß Hassles die besseren Symptomprädiktoren sind. Sie synthetisieren faktorenanalytisch acht Skalen, die für streßträchtige Lebensbereiche stehen: Haushaltsarbeit, Finanzen, Arbeitsleben, Politik/Umwelt-/soziale Fragen, häusliche Instandhaltung (*home maintenance*), Gesundheit, Intimleben sowie Familie/Freundschaft. Obwohl aber deutliche Korrelationen zwischen der Intensität der Hassles und Stimmungsindikatoren gemessen wurden (Lazarus/Folkman 1987: 149), ließen sich mit dem Hassle-Konzept allein manche Befunde nicht hinreichend erklären, denn die Streßintensität korrelierte auf einigen Skalen positiv mit dem Wohlbefinden. Als Konsequenz führen die Autoren eine Differenzierung zwischen zentralen und peripheren Hassles ein, wobei die erste Kategorie für die Person wichtige, sie oft langandauernd beschäftigende Themenbereiche wie persönliche Probleme und unerreichte Ziele umfaßt und letztere die flüchtigen „Wechselfälle des Lebens“, etwa Verkehrsstaus. Die Varianz psychischer Symptome läßt sich im wesentlichen durch eine kleine Zahl dieser zentralen Hassles erklären, wenn sich auch Individuen hinsichtlich der für sie zentralen Probleme wesentlich unterscheiden.

Als von Appraisal und Coping abhängige Größe wird das bereits erörterte subjektive emotionale Wohlbefinden bezeichnet. Daneben sind dem Prozeß die physische Gesundheit und das Sozialverhalten (*social functioning*) nachgelagert. Während Auswirkungen auf das Sozialverhalten nur wenig untersucht sind, nehmen Lazarus und Folkman (1987: 157) skeptisch zur Möglichkeit Stellung, Zusammenhänge zwischen Bewältigung und somatischer Verfassung nachzuweisen, da letztere zahlreichen anderen Faktoren ausgesetzt und nicht zuletzt von genetischen Dispositionen abhängig ist und sich Veränderungen nur in langfristig angelegten Untersuchungen zeigen ließen.

2.3 Sozialwissenschaftliche Ansätze

Im Gegensatz zur mikroanalytischen Ausrichtung der psychologischen Streßforschung setzt sich eine Reihe sozialwissenschaftlicher Autoren mit dem Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Bedingungen und Streßsymptomen auseinander. Vester (1991) betrachtet unter Rückgriff auf einen makrosoziologischen Streßbegriff von Linsky und Straus (1986) das Auftreten von Stressoren in sozialen Systemen, kulturelle Reaktionen, systeminhärente Copingressourcen und Folgen für das System. Als Indikatoren für Streßquellen verwendet er „makrosoziologische Analoga individueller Streßereignisse“ (Vester 1991: 559), wie etwa die Scheidungs-

rate anstelle einer individuellen Ehescheidung. Diesen Stressoren stellt er Maße für Kriminalität, v.a. Gewaltverbrechen, und sog. maladaptives Verhalten (Unfälle, Selbstmord, Alkoholismus) unter der Annahme gegenüber, daß von den Stressoren „theoretisch begründet und aufgrund empirischer Regelmäßigkeiten erwartet werden kann, daß sie von den tangierten Personen als Streß erfahren werden“ (Vester 1991: 563f).

Vesters Ansatz erfährt scharfe Kritik durch Badura/Pfaff (1992), die auf der Relevanz individueller Streßwahrnehmung und -verarbeitung beharren und die unvermittelte Gegenüberstellung per definitionem zu Stressoren erklärter Ereignisaggregate und makrosozialer Problemindikatoren ablehnen, weil die durch sie erfaßten Tatbestände nicht notwendigerweise durch Streß verursacht sein müssen. Als Beispiel führen sie Gewaltverbrechen an, die, zumal im Rahmen der organisierten Kriminalität begangen, durchaus Ergebnis zweckrationalen Handelns sein können. Sie fordern einen „subjektorientierten“ Streßforschungsansatz der Sozialwissenschaft.

Einen auf soziale Stressoren orientierten Mikroansatz vertreten auch Pearlin und Mitarbeiter (Pearlin/Schooler 1978; Pearlin/Lieberman/Menaghan/Mullan 1981; Pearlin 1989). Zwar fehlt dem zugrundeliegenden Modell die Appraisal-Instanz, und es wählt als seinen Ausgangspunkt *per se* problematische und belastende Erfahrungen (die es ja Lazarus zufolge nicht geben kann), die in ihrem Modell lediglich noch kognitiv neutralisiert werden können (Pearlin/Schooler 1978: 6). Die Arbeiten sind folglich auf die Untersuchung der Symptomreduktion in Abhängigkeit von Coping-Strategien und Persönlichkeitsmerkmalen beschränkt. Doch andererseits sehen die Autoren über die üblicherweise als hochgradig individualisierte Abwehrmechanismen gegen beliebige Bedrohungen aufgefaßten Copingprozesse hinaus und verweisen auf die soziale Bedingtheit von Streß und Coping: „the present analysis emphasizes enduring and widely experienced life-strains that emerge from social roles and, moreover, it is exclusively concerned with coping modes that are shared by people who also share key social characteristics“ (Pearlin/Schooler 1978: 2). Sie konzentrieren sich auf vier spezifische problemträchtige Rollen, nämlich die des Ehepartners, der Eltern, des Führers eines Privathaushalts und des Erwerbstätigen (Pearlin/Schooler 1978) oder auf den Eintritt von Arbeitslosigkeit (Pearlin et al. 1981) als streßauslösende Faktoren. Sie kommen zu dem Schluß, daß kontextspezifisch die Symptomreduktion durch einzelne Verhaltenstypen recht unterschiedlich ausfallen kann. Ein Extrembeispiel ist das selektive Ignorieren eines Problems, das im privaten Bereich offenbar die Symptompräsenz erhöht, obwohl es im Berufsleben lindernd wirkt. Der soziale Charakter der Streßbewältigung wird weiter auch durch den Umstand deutlich, daß die Präferenz einzelner Strategien mit Alter, Geschlecht, Bildung und Einkommen kovariiert.

3. Die empirische Studie

In diesem Abschnitt soll anhand empirischer Befunde gezeigt werden, wie mit der Streßtheorie die Wahrnehmung der Lebenslage Niedrigeinkommen und die Auseinandersetzung mit ihr erklärt werden können. Es ist notwendig, in einem ersten Schritt die Bedeutung der finanziellen Situation als Stressor abzuschätzen, um dem möglichen Einwand zu begegnen, es handle sich um keinen a priori emotional belastenden Zustand (Teil 4). In den anschließenden Fallbetrachtungen soll deutlich werden, wie im engeren Sinn ökonomische mit sozialen und psychischen Belastungen zusammenhängen (Teil 5). Die Furcht vor Ansehensverlust und Machtlosigkeit sind hier vorrangig zu nennen. Es folgt eine Darstellung hauptsächlich emotionsorientierter Coping-Reaktionen in Anlehnung an Pearlin/Schooler, die vor dem Hintergrund geringer wahrgenommener Bewältigungschancen zu betrachten sind (Teile 6 u. 7). Daß neben Einflüssen der individuellen Wahrnehmung auch sozialstrukturelle Faktoren eine Wirkung auf das Bewältigungsverhalten besitzen, wird in entsprechend differenzierten Auswertungen belegt.

Zuvor ein Wort zum Untersuchungszusammenhang und zur befragten Stichprobe. Das DFG-Projekt „Versorgungsstrategien privater Haushalte im unteren Einkommensbereich“ untersucht die ökonomische, psychische und soziale Bewältigung niedrigen Einkommens. Dazu gehören neben dem hier vorgestellten Gegenstand ökonomische Analysen wie die Bilanzierung von Verhaltensoptionen und -restriktionen der Haushalte, beispielsweise des Arbeitsangebots, die methodisch als Sekundäranalyse des *Sozio-oekonomischen Panels* angelegt sind. (Das Konzept der Untersuchung wird in Andreß 1991 genauer beschrieben.) Zur Exploration des psychischen Bewältigungsverhaltens wurden in 25 privaten Haushalten in Bielefeld und Halle an der Saale Interviews durchgeführt. Die Auswahlgrundlage bildete der Rücklauf einer schriftlichen Umfrage, in der die Haushalte zu ihrer wirtschaftlichen Situation befragt wurden. Die Adressaten der Umfrage wurden gebeten, sich zur Teilnahme an einem ausführlichen Gespräch über ihre wirtschaftliche Lage bereitzuerklären. In Bielefeld und Halle a.d. Saale wurden je ca. 1000 zufällig ausgewählte (deutsche und ausländische) Haushalte angeschrieben. Der Rücklauf bestand in Bielefeld aus 188, in Halle aus 191 Fragebögen, wovon in Bielefeld 39 und in Halle 71 Befragte an einer Zweitbefragung in mündlicher Form Interesse bekundeten. Die relativ niedrige Rücklaufquote bewegt sich im Rahmen dessen, was bei detaillierten Fragen nach der Einkommenssituation erwartbar ist. Anhand der Einkommensangaben konnten wiederum 17 Haushalte in Bielefeld und 53 in Halle dem niedrigen Einkommensbereich zugeordnet werden. Ein Haushalt gehört in diesen Bereich, wenn sein Einkommen 60% des Durchschnittseinkommens im Osten bzw. Westen der BRD nicht übersteigt. Auf Haushaltsebene wird durch ein Gewichtungungsverfahren der Personenzahl dem Umstand Rechnung getragen, daß große Haushalte relativ günstiger wirtschaften können als kleine. Aus der Menge teilnahmebereiter Haushalte sollte schließlich ein möglichst breites Spektrum für

Intensivinterviews ausgewählt werden. Für eine Kontrastgruppenanalyse sollten zumindest vertreten sein:

- Haushalte mit kurzer und langer Armutsdauer (unter/über einem Jahr),
- Empfänger von Sozialhilfe (Hilfe zum Lebensunterhalt) und Haushalte ohne Sozialhilfebezug,
- Haushalte, deren Möglichkeiten zum Einsatz der Arbeitskraft zu Erwerbszwecken nicht oder nicht vollständig ausgeschöpft sind, und Haushalte, die kein weiteres Erwerbspotential mobilisieren können (weil z.B. kleine Kinder zu beaufsichtigen sind).
- Die Aufteilung der Untersuchung auf die Standorte Bielefeld und Halle dient einem Ost-West-Vergleich innerhalb der Bundesrepublik.

Alle Kombinationen der Ausprägungen dieser vier Merkmale sollten in die Interviewstichprobe aufgenommen werden. Da sich an der Umfrage zu wenige Sozialhilfeempfänger beteiligten, um diese Vorgabe zu erfüllen, wurden in den Sozialämtern der beiden Städte weitere Interviewpartner angesprochen.

Wie wurden die Interviews geführt? Ausgehend von theoretischen Überlegungen und Ergebnissen einer Reihe von Expertengesprächen in Ämtern und nichtstaatlichen Einrichtungen, die von Personen mit niedrigem Einkommen häufig aufgesucht werden, wurde ein Interviewleitfaden entwickelt. In einem ersten Block wurden Probleme der Haushaltsführung unter finanzieller Knappheit und alle Strategien angesprochen, die die Ausgaben-Einnahmen-Bilanz verändern. Ein zweiter Komplex zu sozialen Netzwerken und Hilfeleistungen schloß sich an. Ein Block mit Fragen zu Bedürfnissen, finanziellen Sorgen und ihrer Bewältigung wurde ans Ende des Interviews plaziert.

Innerhalb der Einzelkomplexe wurde ein Trichtermodell angestrebt: Beginnend mit einer abstrakt gehaltenen Einstiegfrage wurde den Probanden die Möglichkeit eingeräumt, sich u.U. auch ausschweifend zum Thema zu äußern; Nachfragen mit ansteigendem Konkretisierungsgrad leiteten dann den Gesprächsverlauf auf einschlägige Inhalte, soweit dies notwendig erschien. Daher ließen die Haushaltsgespräche narrativen Elementen viel Raum. Prinzip der hier angewandten Interviewtechnik (vgl. Witzel 1985) ist es, den Befragten die Dinge in seiner eigenen Strukturierungsweise berichten zu lassen. Dazu dienten erzählungs- und verständnisgenerierende Fragen (Sondierungen). Um vergleichbare Auskünfte zu erhalten, wurden jedoch im Anschluß daran auch lenkende, spezifische Rückfragen (Zurückspiegelungen, Verständnisfragen und Konfrontationen) gestellt.

4. Erregt Niedrigeinkommen Besorgnis?

Eine vorrangig zu klärende Frage war die, ob tatsächlich knappe Finanzmittel oder aber mit ihnen nur mittelbar zusammenhängende oder von ihnen unabhängige Probleme als bedrückend empfunden werden. In einer offenen Frage konnten sich die Probanden zu diesem Thema äußern, ohne daß ein spezifisches Problemfeld vorgegeben war: „Wenn Sie sich in der letzten Zeit Sorgen gemacht haben, worum

ging es dann?“ Im Anschluß wurden die Interviewteilnehmer dann aufgefordert, zu konkreten Vorgaben Stellung zu nehmen: „Man kann sich über verschiedenste Dinge Sorgen machen. Ich nenne Ihnen jetzt eine Reihe von Lebensbereichen, in denen Probleme auftauchen können. Sagen Sie mir bitte, welche für Sie am problematischsten sind. Denken Sie dabei nicht einfach an das, worüber die Leute sprechen oder was man nur in den Nachrichten hört, sondern was Sie persönlich beunruhigt.“ Dargeboten wurden die Bereiche Politik, Umwelt, Ehe/Partnerschaft, Familie/Erziehung, die eigene Wohnsituation, die eigene wirtschaftliche und finanzielle Lage, Gesundheit, Arbeitsleben und persönliche Sicherheit. Die freien Äußerungen wurden zu Auswertungszwecken im nachhinein von einem Projektmitarbeiter skaliert. Es konnten Werte von 1 (sehr beunruhigend) bis 5 (keinesfalls beunruhigend) vergeben werden. Wenn ein Lebensbereich als Antwort auf die erste, offene Frage erwähnt worden war, wurde ihm für die zweite Frage, die Grundlage der nachfolgenden Auswertung ist, der Skalenwert 1 zugewiesen, sonst einer der Werte 2 bis 5. Man beachte, daß kleine Zahlen für große Sorgen stehen.

Tabelle 2 ist zu entnehmen, daß zwar - über die Haushalte der Stichprobe gemittelt - alle Lebensbereiche mit Ausnahme von Familie und Partnerbeziehung Besorgnis auslösen und kein Lebensbereich als alleinige Streßquelle in Frage kommt, daß aber die eigene wirtschaftliche Lage mit einem Wert von 2,5 als größte Last empfunden wird. Die Varianz der Werte ist dabei zu beachten. Das hier nur mit seinem Durchschnitt wiedergegebene Antwortspektrum variiert für das Item finanzielle Sorgen wie auch für die meisten anderen vom minimal möglichen Wert 1 bis zum Maximum 5. Bei der vergleichenden Diskussion der arithmetischen Mittel darf daher nicht der Eindruck entstehen, die Probanden hätten eine einheitliche Tendenz angegeben. Die Tatsache, daß der finanziellen mit geringem Abstand die politische Lage (Skalenwert 2,7) folgt, ist vermutlich darauf zurückzuführen, daß die Gespräche im November und Dezember 1992, d.h. auf dem Höhepunkt der ausländerfeindlichen Auseinandersetzungen in der Bundesrepublik, geführt wurden.

Tabelle 2: *Subjektive Belastung durch verschiedene Problembereiche: Durchschnitt in 25 Haushalten*

Lebensbereich	Skalenwert (Durchschnitt)
Politik	2.7
Umwelt	3.3
Ehe/Partnerschaft	4.2
Familie/Erziehung	4.5
Wohnsituation	3.7
eigene wirtsch. Lage	2.5
Gesundheit	3.0
eig. Arbeitsleben	3.2
persönliche Sicherheit	3.1

Geldnot und ihre direkten Folgeprobleme werden also von vielen Befragten als Belastung empfunden. Ein schwerwiegendes Problem scheint darin zu bestehen, daß die Haushaltsführung den Beziehern niedriger Einkommen besondere Planungsleistungen abverlangt, die in höheren Einkommensschichten kaum je erforderlich sind. Zum einen liegt dies an der Knappheit der Ressource Geld an sich. Daß es umso schwieriger wird, den Bedarf zu befriedigen, je kleiner die verfügbare Finanzmasse ist, ist eine Binsenweisheit. Eine leicht zu unterschätzende Steigerung des Problems tritt jedoch ein, wenn der Lebensunterhalt nicht aus einer einzigen, sondern aus einer Reihe heterogener Quellen bestritten wird. Ein festes Erwerbseinkommen steht regelmäßig an einem festen Termin zur Verfügung und bietet Planungssicherheit. Nach dem „Ersten“ (des Monats) ist das Gehalt auf dem Konto; es muß nur noch so eingeteilt werden, daß es bis zum Monatsende reicht. Anders verhält es sich bei der Kombination kleiner Löhne, staatlicher Transfers und weiterer Beträge zu einem Einkommenspaket. Sie treffen nämlich nicht nur zu unterschiedlichen Zeitpunkten ein, sie folgen auch einem unkoordinierten Zahlungsrhythmus und schwanken obendrein in ihrer Höhe. Das Kindergeld wird zweimonatlich gezahlt, der Regelsatz der Sozialhilfe monatlich oder aber wöchentlich, bestimmte Beihilfen durch das Sozialamt aber halbjährlich oder gar nur auf besonderen Antrag. Der Lohn kommt am Monatsende, die Miete ist schon am Anfang fällig. Während die meisten Transfers tatsächlich sehr zuverlässig, d.h. regelmäßig und in konstanter Höhe eintreffen, erfüllt gerade die Sozialhilfe, die die Versorgung der Ärmsten sicherstellen soll, dieses Kriterium nicht. Ihre Beträge schwanken praktisch von Monat zu Monat, und schon bei geringfügigen Anlässen stellt die Behörde die Zahlungen vorläufig ein. Von einer sicheren Versorgung kann daher bei der Sozialhilfe eigentlich nur unter Vorbehalt gesprochen werden. In einer Fallstudie von Tobias/Boettner (1992) wird das Problem der Entscheidungsunsicherheit durch Zweckbindung einzelner Einkommensarten gelöst.

Ein finanzielles Polster puffert solche Unregelmäßigkeiten ab. Vielen armen Haushalten fehlen aber selbst kleinste Reserven, und sie müssen wahre Kunststücke vollbringen, um nicht in Defizite zu geraten. Fehlentscheidungen haben unter diesen Umständen mitunter drastische Folgen: Übernimmt sich der Haushalt bei einer Anschaffung, büßt er es mit hohen Überziehungszinsen, falls er überhaupt noch kreditwürdig ist. Ein bessergestellter Vergleichshaushalt müßte sich in dieser Situation nur mit weniger Habenzinsen zufriedengeben. Zur Überbrückung von Engpässen oder zur Finanzierung von Anschaffungen sind die Betroffenen manchmal auf Kredite angewiesen („Hausfrauenkredite“). Oft setzt in dieser Situation schleichende Verschuldung ein.

Unterscheidet sich das Wahrnehmungsmuster der Belastung nach soziodemographischen Merkmalen? Bei getrennter Auswertung der Einschätzungen von Empfängern und Nicht-Empfängern von Sozialhilfe sowie von Probanden in Bielefeld und Halle treten deutliche Differenzen zutage (Tabelle 3).

Sozialhilfeempfänger sind noch mehr als die sonstigen Haushalte des unteren Einkommensbereichs um ihre finanzielle Lage besorgt (Skalenwert 1,8 vs. 2,7; we-

gen der geringen Fallzahl wurde ohne Kontrolle des Wohnorts bivariat ausgezählt.). Wir interpretieren dies als eine Entsprechung materieller Gegebenheiten und subjektiver Einschätzung, denn obwohl alle Haushalte der Stichprobe unterhalb der 60%-Armutsgrenze liegen, verfügen die Nicht-Bezieher von Sozialhilfe zumeist über ein etwas höheres Einkommen als die Sozialhilfe-Klientel. Bis auf das Arbeitsleben und vielleicht noch die Wohnsituation treten bei der letztgenannten Gruppe alle Problemfelder recht eindeutig hinter die finanziellen Sorgen zurück, während bei den etwas bessergestellten Nicht-Beziehern die politische Lage finanziellen Problemen den Rang ablauft und gesundheitliche Sorgen ebenso belastend auftreten.

Tabelle 3: *Subjektive Belastung durch verschiedene Lebensbereiche nach Sozialhilfebezug und nach Wohnort*

Lebensbereich	Sozialhilfeempfänger (n = 7)	Vpn ohne Sozialhilfe (n = 18)	Bielefeld (n = 14)	Halle/Saale (n = 11)
Politik	4.2	2.1	2.8	2.4
Umwelt	4.2	2.9	3.2	3.4
Ehe/Partnerschaft	3.8	4.4	4.3	4.1
Familie/Erziehung	4.5	4.5	4.3	4.8
Wohnsituation	3.4	3.8	3.1	4.1
eigene wirtsch. Lage	1.8	2.7	3.1	1.8
Gesundheit	3.6	2.7	3.4	2.5
eig. Arbeitsleben	3.0	3.2	3.5	2.6
persönliche Sicherheit	3.0	3.1	4.5	1.4

Ost- und westdeutsche Befragungsteilnehmer weisen eine verschiedenartige subjektive Belastungswahrnehmung auf. Hierbei wird nicht nach Sozialhilfebezug differenziert. Die wirtschaftliche Situation wurde in Halle entschieden bedrohlicher empfunden als in Bielefeld, was sicher mit dem tatsächlichen Einkommensunterschied zu tun hat. Auch die im Osten größere Bedeutung des Arbeitslebens als Belastungsfaktor ist ohne Zweifel ein Beleg dafür, daß sich das größere Arbeitslosigkeitsrisiko im Bewußtsein niedergeschlagen hat. Erwähnenswert ist an dieser Stelle noch die im Osten enorm starke Bedrohungsempfindung für die eigene physische Sicherheit. Viele Probanden gaben auf Nachfrage an, sich nach der Wende weder in der Öffentlichkeit noch in der eigenen Wohnung vor Gewalttätigkeit und Kriminalität sicher zu fühlen.

Als Ergebnis der Übersicht bleibt festzuhalten, daß erstens kein starres Determinationsverhältnis von Niedrigeinkommen als materieller Gegebenheit zu einer subjektiven Belastungsempfindung erkennbar wird, da die individuelle Reaktion alle Ausprägungen von „sehr“ bis „keinesfalls besorgniserregend“ annimmt, daß aber zweitens im unteren Einkommensbereich Sorgen um die finanzielle Situation in der Rangordnung der subjektiven Bedrohungsfaktoren einen sehr hohen Platz einneh-

men und daß drittens die Wahrnehmung mit sozialstrukturellen Merkmalen kovariert, wie sich am Beispiel des Sozialhilfebezugs und des Ost/West-Unterschieds zeigen ließ.

5. Drei belastende Situationen

Drei typische, für viele Betroffene belastende konkrete Situationen, „Hassles“ in der Sprache Lazarus', sollen die Fruchtbarkeit des Streßansatzes demonstrieren. Es handelt sich hier nicht um primär mit Geldmangel zusammenhängende Probleme, sondern um sekundäre, d.h. mit Niedrigeinkommen indirekt in Verbindung stehende Stressoren. Zu Beginn des Artikels wiesen wir darauf hin, daß staatliche Sozialleistungen mitunter trotz eines bestehenden Rechtsanspruchs nicht in Anspruch genommen werden. Hartmann (1981, 1985) setzt sich auf wohlfahrtsstaatlicher Ebene mit dieser Frage auseinander. Zwei der folgenden Beispiele sollen zeigen, daß die Nichtinanspruchnahme auch einen sozialpsychologischen Hintergrund hat, insofern als ein Behördengang bedrohliche Züge aufweist, die bis zum Verzicht auf staatliche Leistungen führen können. Das dritte Beispiel besteht aus einer innerfamiliären Auseinandersetzung um die Verteilung knapper Finanzmittel.

5.1 Das Stigma des Sozialhilfeempfängers

Das Ansehen der Sozialhilfebezieher als Gesamtheit wird maßgeblich von Attributen weniger Teilgruppen geprägt, die eine gesellschaftliche Randstellung einnehmen: vor allem Nichtseßhafte und Alkoholranke sind, vermutlich aufgrund ihrer öffentlichen Sichtbarkeit, „Prototypen“ des Sozialhilfeempfängers. Hier soll weder diskutiert werden, welche Gruppen tatsächlich die Mehrheit ausmachen und welche Eigenschaften sie besitzen, noch wie das weitverbreitete Zerrbild zustande kommt. Es muß aber darauf eingegangen werden, welche Meinung vorherrscht, da anzunehmen ist, daß sie auf viele Berechtigte abschreckend wirkt.

Wir zitieren Frau B., die recht unverblümt ausspricht, daß sie Sozialhilfeempfänger für „Asoziale“ hält:

Frage: *„Wie kommt denn Ihre negative Einstellung so zustande? ... Daß Sie sagen, daß das Asis sind, ich meine, ja, sie haben kein Geld, deshalb gehen sie dahin.“*

Frau B: *„Ja, sicher, Halle ist groß, aber auf der anderen Seite klein, und viele kennt man vom Sehen. Und viele, die haben schon von vorneherein den Touch, ich sehe das an den Leuten, die hier mit fettigen Haaren rumrennen, geschnitten oder nicht, und das sind meistens doch solche, die mit topdreckiger Kleidung rumrennen, stinken, wenn's geht noch und, ja, eine Woche keine Haare gewaschen haben, man sieht es den Leuten doch einfach an. Mit denen, ich weiß nicht, mit solchen Leuten will ich mich doch nicht auf eine Stufe stellen.“*

Frage: *„Warum meinen Sie, daß diese Leute in diese Lage gekommen sind?“*

Frau B: *„Also, von meiner Meinung ist das schlicht und einfach Faulheit. Für junge Männer, könnte ich mir vorstellen oder weiß ich, gibt es genug Arbeit. Faulheit, würde ich denken. Nicht alle. Auch viele durch Alkoholismus.“*

Für sie ist deshalb klar, daß sie den Gang zum Sozialamt nie unternehmen wird:

Frau B: *„... Sozialhilfe, ich glaube, das wäre das Letzte, wo ich hingehen würde, also da würde ich eher den Kitt aus den Fenstern essen, weil sich da so viel Pack da rumtreibt, ja.“ (HP0506)*

Etwas vorsichtiger formuliert es Frau N.:

Frage: *„Glauben Sie, daß es dem Ansehen schadet, wenn einer Sozialhilfe bekommt?“*

Frau N: *„Doch, auf jeden Fall. Weil Sozialhilfe hört sich immer an nach: Du willst ja nicht, und Du liegst ja allen auf der Tasche.“ (PRE205)*

Streßtheoretisch ist die Lage etwa so zu interpretieren: Wer Sozialhilfe beantragt, begibt sich in die Nähe anderer Sozialhilfebezieher und muß befürchten, sich auf eine Stufe mit dem Stereotyp des „Schmutzigen“ und „Faulen“ zu stellen. Es besteht die unausweichliche Gefahr, im Amt gesehen zu werden oder in anderen Zusammenhängen (etwa bei Rückfragen an Unterhaltspflichtige, bei Gesprächen mit Nachbarn) erkannt zu werden. Das Bedrohliche ist der Übergang der negativ besetzten Attribute des Stereotyps auf die Person Egos, die vermeintlich oder tatsächlich den Verlust der Achtung seiner Umgebung zur Folge hat. Der im Zitat angedeutete Verzicht auf Sozialhilfe aufgrund dieser Folgenabschätzung muß als Vermeidungsreaktion bewertet werden.

Ein Gegenbeispiel verdeutlicht, daß die subjektive Bedrohungswahrnehmung ganz wesentlich von einer Mutmaßung ausgeht. Frau E. hat in ihrer Umgebung Beispielfälle anderer Sozialhilfe-Bezieherinnen und sorgt sich nicht um einen möglichen Ansehensverlust:

Frage: *„Mußten Sie sich [zum Gang zum Amt] überwinden, oder war das so ganz selbstverständlich?“*

Frau E: *„Nö, also für mich war das selbstverständlich, wenn ich das brauche, und ich weiß, daß es mir zusteht, dann benutzt man das auch, also ich jedenfalls. Es gibt viele, die sich deswegen schämen, wie ich schon so gehört habe, aber warum soll man sich deswegen schämen, ich brauche es doch. ... Nein, ich muß sagen, ich finde da überhaupt nichts Peinliches dran, ich habe auch in dem Jahr, oder in den anderthalb Jahren, wo ich jetzt hier bin in Halle und neue Bekannte habe, haben wir oft darüber gesprochen, und es ist nicht so, daß sich jemand abwendet, nur weil ich Sozialhilfe bekomme oder so. Die Leute, die ich kenne, die sagen, sie würden es genauso machen, denn wenn sie Hilfe brauchen, dann müssen sie auch von irgendwo Hilfe bekommen.“ (HP1105)*

5.2 Der Sozialhilfeantrag

Im vorangehenden Beispiel war von einer Situation im Zusammenhang mit dem Sozialhilfebezug die Rede, in der Ego sich in den Augen seiner Umgebung sieht. Es existiert daneben aber auch eine Anspannung, die aus der Bedrohung des Selbstbilds resultiert. Sie äußert sich vornehmlich bei der Antragstellung und in der Konfrontation mit Sachbearbeitern des Sozialamts. Herr P. beschreibt auf die Frage hin, ob er es als sein gutes Recht ansehe, Sozialhilfe zu beziehen, seine Gefühle:

„... ja, ich weiß zwar jetzt, daß das das Recht ist. Aber es ist, es ist zwar das Recht, aber es ist nicht einfach. Es ist einfach doch Bittsteller. Man steht einfach da vor der Türe und denkt, mein Gott, jetzt muß ich schon wieder durch die Türe da durch. Und dann kriegt man wieder das Geld da, und dann gucken sie den erstmal an, ne? Man fühlt sich einfach so nen bißchen tief halt. Ich bin immer froh, wenn ich da raus komme, dann mache ich immer drei Kreuze und denke, Gott sei Dank, jetzt hast du es hinter dir, erst einmal. Es ist einfach, schon nicht einfach so.“ (HP0708)

Frau K. präzisiert ihren Eindruck von Sachbearbeitern:

„da komme ich da rein, ja, sagt sie, ich bin im Moment am Frühstück, gehen Sie mal wieder raus, ... Die sind immer so von oben herab so. ... ich muß sagen, also, die tun so, als ob das denen ihr Geld wäre, viele, die da sitzen; es gibt auch Ausnahmen, aber viele, die da sitzen tun dann so, als ob sie ihr eigenes Geld herausgeben. ... Also, ich würde mal so sagen, man kommt sich automatisch schon vor als zweite Schicht, denn man muß seine Situation, ... meine ganze Lebensgeschichte sozusagen dem da klar darlegen und sagen, paß mal auf, jetzt brauche ich das und das, deshalb und deswegen, na ja, und wie der darüber denkt, weiß ich ja nun auch nicht, bei manchen merkt man schon, wie die darüber denken, weil sie es zum Ausdruck bringen, so von oben herab eben, ... die sitzen da in ihren Sesseln und kommen dann mit solchen Sprüchen rüber, bloß weil man dahin gehen muß oder weil man allein stehend ist oder was. So'ne Sprüche, also bei manchem Sozialarbeiter, bei manchem Sachbearbeiter kommen die rüber, ich kenne die; im Grunde genommen kann man auch nichts dagegen machen, man kann ruhig zu diesem Abteilungsleiter gehen, das ist genauso einer. ...Ja, sicher ist man denen mit Haut und Haaren ausgeliefert.“ (BP08)

Das Ehepaar R. betont, daß die Familie es früher nicht nötig hatte, etwas vom Staat anzunehmen. Frau R. legt Wert darauf, daß sie ihre Kinder immer aus eigener Kraft versorgen konnten. Heute fühlen sie sich als Bettler, weil sie auch noch die winzigste Anschaffung beim Sozialamt beantragen müssen. Andere Beispiele ließen sich anfügen.

Zur Klärung der Frage, warum die Situation unangenehm und bedrohlich ist, müssen wir Stakes und Optionen untersuchen, also, was auf dem Spiel steht und was für Verhaltensoptionen die Akteure haben. Es geht bei einem Sozialhilfeantrag

in finanzieller Hinsicht um das Existenzminimum, denn Bedürftigkeit im Sinn des Gesetzes bedingt, daß der Lebensunterhalt auf andere Weise nicht bestritten werden kann. Es ist plausibel anzunehmen, daß dies auch von den Antragstellern zu meist so empfunden wird. Aber sie müssen sich auch sehr weitgehende Fragen nach den persönlichen Verhältnissen gefallen lassen, die sonst in keiner Lebenssituation geduldet werden müßten, ohne dagegen eine rechtliche Handhabe zu besitzen. Sie nehmen dies subjektiv als Ausgeliefertsein, d.h. als Abwesenheit jeglicher eigener Einflußmöglichkeit, wahr. Dieser Kontroll- oder Machtverlust bedroht das Selbstwertgefühl. Daneben ist aber vermutlich ein zumindest bei Lazarus unbeachteter persönlicher Wert in die Erwägung zu ziehen, der als Intimität oder Privatheit bezeichnet werden kann. Die Sozialhilfeklientel muß recht intime Fragen beantworten, um an ihr Geld zu kommen, etwa nach den Lebens- und Wohnverhältnissen, nach Einkommen und Vermögen, was sonst „niemand was angeht“, sie muß im Sozialamt, wie es eine Beamtin der Behörde formulierte, „bei uns die Hosen ’runterlassen“.

Das Gefühl der Rechtlosigkeit hängt möglicherweise auch mit einem subjektiv schwächer wahrgenommenen Rechtsanspruch auf Sozialhilfe zusammen. Der Anspruch wurde von Leistungsempfängern häufig nur mit der Fürsorgepflicht des Staates für Bedürftige begründet. Ganz anders sieht das Frau O. für einen zurückliegenden Sozialhilfebezug:

„Da habe ich also auch keine Probleme mit gehabt, ich habe ja auch jahrelang gezahlt, das ist ein Recht, ein Recht, das ich habe, da gehe ich also ganz strikt vor, das mache ich auch.“ (BP0510)

Auseinandersetzungen im Sozialamt bereiteten ihr keine emotionalen Probleme. Sie berichtet im Gegenteil, wie sie ihre Rechte assertiv vertrat. Frau O. schätzte, offenbar in der Überzeugung eines starken Rechtsanspruchs, ihre Kontrolle über die Situation hoch ein:

„Ich habe sehr schlechte Erfahrungen mit dem Sozialamt zum Beispiel gemacht am Anfang, also ich bin behandelt worden wirklich wie der letzte Dreck, so nach dem Motto, was wollen Sie überhaupt hier? Und ich habe mich aber quer gestellt, ich habe mich wirklich dagegen gestellt; ich habe gesagt, ich habe das gleiche Recht wie alle anderen, ich habe mir den Vorgesetzten geben lassen, habe mit einer Dienstaufsichtsbeschwerde gedroht, und seitdem kannten die mich mit Namen, die konnten meinen Namen richtig schreiben, und alles, das lief mit einem Mal, mit einem Mal waren die sehr freundlich.“ (BP0511)

Weitere Beispiele für streßfreie Behördenkontakte lassen sich aufführen. Insbesondere wären hier Auseinandersetzungen um solche Leistungen zu nennen, die zum Lebensunterhalt nicht unabdingbar sind. Herr N. erklärt etwa, er habe „einfach mal probiert“, Wohngeld zu beantragen. Er sieht in der Zahlung eine willkommene, wenn auch geringfügige Aufbesserung des Budgets. „Warum soll ich das nicht in

Anspruch nehmen. Da wäre ich ja schön doof!“ (PRE306). Die Antragstellung war für ihn eher Herausforderung als Last.

Die Beispiele belegen die Bedeutung der zentralen Konzepte der Streßtheorie auch für Auseinandersetzungen rund um Sozialeleistungen. Wenn die Folgen bedeutsam sind, also beispielsweise der finanzielle Einsatz gravierend ist, und gleichzeitig die Chancen, durch eigenes Zutun die Konsequenzen zu steuern, gering eingeschätzt werden, ist die Wahrscheinlichkeit groß, daß emotionale Belastung empfunden wird.

5.3 Kinder stellen Ansprüche

Eine von Eltern mehrfach beschriebene innerfamiliäre Auseinandersetzung soll an einem weiteren Situationsbeispiel erörtert werden. Kinder stellen an ihre Eltern Konsumanforderungen. In Schule und Freundeskreisen sind sie zur Schau getragenen Statusattributen in Form von Kleidung und Spielzeug ausgesetzt, die Bedürfnisse wecken und im Extrem diejenigen dem Spott der Umgebung preisgeben, die üblichen Konsumniveaus nicht entsprechen. Bei den Eltern wird der resultierende Finanzbedarf angemeldet, dem diese jedoch mangels Finanzkraft nicht stattgeben können, denn, wo die Mittel knapp sind, bedeuten Ausgaben dieser Art oft ungedeckten Bedarf an anderer Stelle. Aus der Sicht des Kindes ist diese Situation frustrierend, weil es die Eltern als eine Instanz wahrnimmt, die ihm permanent den Konsum verweigert und ihm Scham und Schande vor seiner Peer-Group zumutet. Für die Eltern steht ein harmonisches Verhältnis zum Kind und seine Achtung, aber eben auch Geld auf dem Spiel. Belastend wird die Situation, weil kein Verteilungsspielraum, d.h. keine Bewältigungsoption, gegeben ist. Frau U., deren Mann arbeitslos ist und die zwei Kinder hat, beschreibt den Konflikt so:

„Ja, das ist schwierig wegen der Kinder, weil die haben auch viele Wünsche. Gerade meine Große, die ist 7 und geht in die Schule. Und die sieht andere Kinder und die hört, die gehen da hin und da hin. Und man muß sagen, es geht nicht, wir können das nicht. Wir haben es nicht, und wir können es nicht so. Wir müssen sehen, daß wir die Miete bezahlen, daß wir was zu essen haben, daß wir für Euch was zum Anziehen haben, damit Du zur Schule gehen kannst. Die Hefte und das alles kostet ja auch Geld. Das ist echt nen bißchen schwierig. Dann versuchste, ab und zu begreift sie das auch schon, aber dann sagt sie ab und zu auch, verstehe ich nicht, warum immer ich, warum immer wir? Das ist schwierig.“ (BP1003LU)

Und die alleinerziehende Frau K. berichtet:

„...dieser Streß kommt ja nun auch viel dadurch, daß mein Sohn von der Schule kommt und sagt, ah, der hat nun ‚Diesel-Jeans‘ und der hat dieses, und ich will das doch auch mal gerne, und dann möchte ich doch auch mal gerne ins Kino, oder ich möchte doch mit meinem Freund auch einmal in die Disco, nie haben wir Geld. Ich sage, ich kann es einfach nicht so wie andere, und den Kindern das immer wieder zu erklären, immer wieder, das ist wie

eine Mühle, das geht immer so rum, immer muß man den Kindern wieder erklären, ich kann das nicht; und das ist schon eine ganz schlimme Situation, das geht genauso, im Sommer fahren alle in den Urlaub, und ich muß sagen, nee, wir können nicht in Urlaub fahren, ja die kommen und erzählen, wir waren da und da, es ist einfach nicht drin.“ (BP0820)

Auf unsere Frage, wie sie sich in einer solchen Situation verhält, liefert Frau K. eine Beispiel für eine evasive Coping-Strategie. Da die Probleme unter beengten Wohnverhältnissen kumulieren, kommt es vor,

„daß ich mich einfach ins Auto setze und ‘ne Stunde durch die Gegend fahre, um das abzureagieren; also es ist egal, wo ich hinfahre, daß ich einfach durch die Gegend fahre und abschalte“. (BP0820)

Als nicht berufstätige Sozialhilfebezieherin ist Frau K. nicht berechtigt, ein Auto zu halten. Sie ist jedoch in der glücklichen Lage, daß ihre Eltern ihr eines stellen. Nur dadurch kann sie sich ihren alltäglichen Belastungen manchmal vorübergehend entziehen. Wenn man an andere Möglichkeiten der Flucht aus dem Alltag denkt, stellt man fest, daß viele, insbesondere das reichhaltige kommerzielle Freizeitangebot, teuer sind. Evasion erfordert Ressourcen! Gerade die von den miserabelsten materiellen Lebensbedingungen Betroffenen haben keine Chance, in eine schönere Ersatzwelt zu fliehen, die der breiten Masse offensteht.

6. Gewählte Coping-Strategien im Überblick

Den Auskunftspersonen in Haushalten wurde nach der vorbereitenden Frage „Kann man sagen, daß Sie sich oft Sorgen um Ihre finanziellen Verhältnisse machen?“ eine offene Frage zur Bewältigung gestellt: „Wie gehen Sie denn mit diesem Druck um?“ Es folgte die Aufforderung, sich zu verschiedenen konkreten Optionen zu äußern, die die Interviewer in Form von Karten vorlegten: „Angenommen, Sie stecken gerade in einer schwierigen finanziellen Situation. Was würden Sie am ehesten denken?“ Wir geben nun eine Übersicht über die Antworten auf die zweite, geschlossene Frage.

Die Probanden konnten sich zu diesen Optionen frei äußern und machten von der Möglichkeit auch regen Gebrauch. Die so gewonnenen Aussagen sind durch vielfältige Begründungen und Verweise auf andere Aspekte der Lebenslage der Probanden angereichert. Für eine erste Übersicht haben wir sie, ähnlich wie die Belastungsempfindungen, nachträglich durch eine Skalierung quantifiziert. Die Skalenwerte für eine Coping-Option konnten zwischen 1 und 5 variieren. Für deutliche Ablehnung einer Verhaltensweise wurde ein Wert von 5, für spontane Nennung auf die eingangs erwähnte offene Frage oder klare Befürwortung einer vorgelegten Option ein Wert von 1 vergeben, für eingeschränkte Zustimmung etc. die Werte 2 bis 4. Der Wert einer Strategie bleibt ohne Einfluß auf alle anderen, da die Wahl der einen nicht die Ablehnung der anderen mit sich ziehen muß.

Tabelle 4 listet die vorgelegten Items im Wortlaut auf und ordnet sie den Strategieklassen im Modell von Pearlin und Schooler zu. In der rechten Spalte findet sich die über die Stichprobe gemittelte Zustimmung zu der jeweiligen Strategie. Auch die Mittelwerte können sich zwischen 1 und 5 bewegen. Ein hoher Durchschnittswert kann aufgrund des Meß- und Berechnungsverfahrens nicht als *Wahlhäufigkeit*, sondern nur als durchschnittliche Präferenz einer Option interpretiert werden.

Insgesamt die niedrigste Präferenz erzielten eine evasive (nicht daran denken) und eine devaluative Strategie (Geld ist unwichtig). Auch der Vergleich mit der eigenen miserablen Vergangenheit hat nur geringe Bedeutung. Selektiver Wahrnehmung (an etwas Schönes denken) und Abwärtsvergleichen (anderen geht es noch schlimmer) stimmten die Befragten im Mittel eher zu. Die Option auf instrumentelles Coping (etwas unternehmen, um die Lage zu verbessern) wurde weder besonders befürwortet noch besonders abgelehnt.

Tabelle 4: *Präferenz ausgewählter Coping-Optionen*

Klassenzuordnung	Item	Präferenz (Mittelwert)
Positive Vergleiche (sozialer Horizont)	„Es gibt schließlich auch Leute, denen es noch schlechter geht als mir.“	2,6
Positive Vergleiche (Zeithorizont)	„Es gab Zeiten, da ging es mir weitaus schlechter als heute.“	3,4
Selektives Ignorieren	„Ich versuche einfach, nicht an dieses Problem zu denken.“	3,7
Selektives Ignorieren	„Ich denke einfach an die schönen Dinge im Leben.“	2,5
Devaluierung	„Es gibt wichtigeres auf der Welt als Geld.“	3,7
Aushalten	„Es wird irgendwann schon wieder besser werden.“	3,0
Instrumentelles Verhalten	„Ich muß etwas unternehmen, um die Situation zu ändern.“	2,8

Wie unterscheiden sich die Antworten nach Sozialhilfebezug und Wohnort? Disagregiert man die Befragten in die Gruppe der Sozialhilfeempfänger und eine Restgruppe (Tabelle 5), treten erste klare Unterschiede auf. Sozialhilfeempfänger können sich weniger als andere damit trösten, daß es ihnen in der Vergangenheit einmal noch schlechter ging, was angesichts ihrer objektiven Situation auch kaum anders zu erwarten ist. Sie träumen aber weitaus mehr von schönen Dingen und sind offenbar auch eher als Personen ohne Sozialhilfebezug geneigt, die Bedeutung von Geld abzuwerten. Hierbei spielt natürlich die Tatsache eine Rolle, daß ihr Durchschnittseinkommen wesentlich unter dem Gesamtdurchschnitt liegt.

Sehr klar zeichnet sich schließlich bei Sozialhilfeempfängern eine Tendenz zu emotionsorientiertem Coping anstelle instrumenteller Reaktionen ab. In Haushalten ohne Sozialhilfebezug wurde eine größere Neigung zu Versuchen erkennbar, wirtschaftlicher Schwierigkeiten durch zweckdienliche Anstrengungen Herr zu werden.

Doch bei der Interpretation dieses Befundes als Passivität ist größte Vorsicht geboten, denn in der vorliegenden bivariaten Betrachtung können Effekte objektiver Faktoren (Verfügbarkeit der Arbeitskraft etc.) verschleiert werden, die ohne Zweifel in dieser Einstellung ihren Niederschlag finden. Unter den Sozialhilfeempfängern befanden sich drei Alleinerziehende sowie eine krebskranke Rentnerin und ein Alkoholkranker. Allen ist eine durch Erziehungs- und bereits bestehende Erwerbstätigkeit bzw. durch die körperliche Verfassung stark eingeschränkte wirtschaftliche Handlungsfreiheit gemeinsam. Es darf nicht überraschen, wenn in dieser Gruppe aus einer Konfrontation mit ökonomischen Hassles nur schwache problemorientierte Reaktionen hervorgehen.

Tabelle 5: Präferenz ausgewählter Coping-Optionen nach Sozialhilfebezug und Wohnort

Item	Sozialhilfe-Empfänger	Nicht-empfänger	Bielefeld	Halle
„Es gibt schließlich auch Leute, denen es noch schlechter geht als mir.“	2,4	2,7	2,5	2,7
„Es gab Zeiten, da ging es mir weitaus schlechter als heute.“	4,0	3,1	3,3	3,5
„Ich versuche einfach, nicht an dieses Problem zu denken.“	3,8	3,7	3,5	4,0
„Ich denke einfach an die schönen Dinge im Leben.“	2,0	2,8	3,1	2,0
„Es gibt wichtigeres auf der Welt als Geld.“	4,1	3,5	4,0	3,5
„Es wird irgendwann schon wieder besser werden.“	3,0	3,0	2,9	3,1
„Ich muß etwas unternehmen, um die Situation zu ändern.“	3,7	2,4	2,7	3,0

Der Ost-West-Vergleich zeigt keine dramatischen Unterschiede, wenn man davon absieht, daß die Probanden in Halle angeben, häufiger an die schönen Dinge im Leben zu denken. In der Neigung zu instrumentellen Reaktionen unterscheidet sich der Osten praktisch nicht vom Westen. Ostdeutsche Auskunftspersonen tendieren aber durchweg stärker als westdeutsche zu den einzelnen Coping-Varianten, wenn auch die Differenzen gering ausfallen. Dies hängt wahrscheinlich mit der unterschiedlichen wirtschaftlichen Belastung zusammen, denn in Halle wurden, wie wir

gesehen haben, größere Sorgen um die wirtschaftliche Lage zu Protokoll gegeben als in Bielefeld.

7. Bewältigungsstrategien in Beispielen

Fallbeispiele sollen nun noch einmal illustrieren, wie die Betroffenen ihre Situation kognitiv umstrukturieren, wenn ihnen die Einwirkung auf Ursachen ihrer Probleme unmöglich scheint.

7.1 Positive Vergleiche

Positive Vergleiche, besonders Abwärtsvergleiche, relativieren eigene Schwierigkeiten und lassen sie weniger bedrohlich erscheinen.

Beispiel 1: Frau K., die ihre vier Kinder allein erzieht, wird vom Sozialamt unterstützt. Sie ist sich ihrer wirtschaftlich schlechten Lage durchaus bewußt und rechnet auch mittelfristig nicht mit einer Verbesserung. Sie schätzt die Möglichkeiten, ihr Einkommen durch eigenes Zutun zu verbessern, skeptisch ein. Erwerbstätigkeit kommt theoretisch in Frage, ist aber in ihren Augen mit der Erziehungstätigkeit unvereinbar. Sie sieht, „daß man als Frau wirklich keine Möglichkeit hat, wenn man Kinder großzieht, daß man da arbeiten geht“ (BP0825). Wie tröstet sie sich über die schier unabänderliche Situation hinweg?

„Ich meine, ich habe gesunde Kinder, ich bin zufrieden, daß meine Kinder so alle gesund sind, denn ich denke, das ist auch ziemlich wichtig, wenn ich jetzt noch ein krankes Kind hätte; es gibt ja auch Menschen, wollen wir mal sagen, auch Frauen, die alleinstehend sind, die noch kranke Kinder haben oder so, die noch schlimmer dastehen in dem Moment, also mit Sicherheit denke ich an solche Sachen auch, daß ich also zufrieden bin, daß ich alles gesunde Kinder habe und von daher auch weiß, daß meine Kinder eines Tages mal aus dem Haus gehen, also selbständig sind, dann bin ich schon, in der Hinsicht bin ich schon ganz zufrieden, daß alle auch so ziemlich clever drauf sind, sich durchsetzen können, da denke ich schon, daß ich da auch in der Zukunft keine großen Probleme mit meinen Kindern habe, weder mit Krankheiten, noch daß sie irgendetwas machen, also, da muß ich auch sagen, also, ich bin zufrieden, von der Hinsicht aus ja;...“ (BP0821RM)

Im Osten fällt es den Menschen leichter, Verbesserungen im Vergleich mit der Vergangenheit festzustellen. Die erste Inaugenscheinnahme der Interviews zeigt, daß häufiger auf Zeiten kurz nach der Wende als auf die Vergangenheit in der DDR Bezug genommen wird. Einige Befragungsteilnehmer fühlten sich sogar gegenwärtig in einer schlechteren Lage als vor der Wende.

Beispiel 2: Herr und Frau W. müssen sich nach wie vor finanziell stark einschränken. „Ansonsten geht es uns ja heute so gut noch nicht.“ Wenn sie jedoch rückwärts und vorwärts schauen, sind sie zuversichtlich:

„...Die Zeiten kurz nach der Wende, die waren schlechter als jetzt. Ja, die waren schlechter als jetzt, eindeutig. Da geht es uns heute schon ein ganzes Stück besser, also, wenn es sich weiter so entwickelt, dann sieht es gut aus.“
(HP0118LM)

Eine abgewandelte Form des positiven Vergleichs liegt vor, wenn der Bezugspunkt so gewählt wird, daß Ego zwar nicht besser, aber doch auch nicht schlechter als Alter, sein Gegenüber, abschneidet. Eine ganze Reihe von Probanden in Halle relativiert ihre Lage im Kontext ihrer näheren Umgebung. Sie nehmen zwar verschärfte finanzielle Bedingungen (steigende Preise) wahr, mit denen die Einkommen nicht schritthalten, trösten sich aber damit, daß es den Nachbarn auch nicht besser geht. Fast könnte man ob derartiger Aussagen den Eindruck einer Solidarität der Ostbürger gewinnen, doch ein solcher Schluß ist durch andere Befunde nicht zu belegen. Vielmehr nehmen wir an, daß die Bezugnahme auf eine im gleichen Ausmaß benachteiligte Umgebung ein Gefühl der Unterlegenheit kompensiert, das sich beim Vergleich mit dem Westen und mit Ost-Aufsteigern einstellt. Ein positiver Vergleich dient also der Bewältigung relativer Deprivation. Gleichzeitig verhindert die Gleichsetzung des eigenen Schicksals mit der einer wie auch immer definierten sozialen Gruppe, sei es „der Osten“ oder der Straßenzug X in Halle, das Aufsteigen eines Verantwortlichkeitsgefühls für die eigene Misere. Wenn nicht nur Ego, sondern eine für Ego relevante Gruppe als ganze von Armut betroffen ist, muß die Ursache in systemischen Bedingungen liegen. Auch diese Einsicht kann eine deutliche emotionale Entlastung herbeiführen.

Aus der Tatsache, daß wir diese Variante nur im Osten vorfanden, läßt sich folgern, daß im Westen größere individuelle Verantwortlichkeit für die Lebensbedingungen empfunden wird. Es fehlten Verweise auf eine Identifikation mit „den Arbeitslosen“ oder „den Sozialhilfeempfängern“. In Bielefeld waren die Befragten auf Abwärtsvergleiche mit Einzelfällen angewiesen. Kognitiv präsente Ungleichheit ist im Westen Normalität, im Osten muß sie es noch werden.

7.2 Reizselektion

Die erste Variante dieser Klasse besteht darin, unangenehme Reize zu ignorieren. Offensichtliches Vermeidungsverhalten ist die zweite Variante. Eine Person geht Situationen, in denen sie unangenehme Ereignisse erwartet, aus dem Weg.

Beispiel 3: Das Ehepaar B. war früher so hoch verschuldet, daß ihm eine Tilgung nicht mehr möglich schien. Während sich an der eigentlichen finanziellen Lage nichts ändern ließ, verhinderte Frau B. wenigstens, immer wieder an ihre Schulden erinnert zu werden, indem sie Briefe ungewissen Inhalts schlicht ungeöffnet ließ:

„Wir haben früher diese ganzen Mahnungen zuletzt einfach in die Schublade gesteckt und gar nicht mehr aufgemacht, weil wir gar nicht mehr wußten, was wir da überhaupt noch tun sollten“ (BP0607RU)

Der Schuldenberater, der schließlich zur Betreuung ihres Falles herangezogen wurde und der auch unseren Kontakt zu ihr herstellte, hatte zuvor berichtet, er habe einen ganzen Wäschekorb voller verschlossener Briefe aller Art gefunden.

Das Vermeidungsprinzip ist mutmaßlich auch für die verminderte Teilnahmebereitschaft einiger Gruppen an Untersuchungen verantwortlich. In einem Fall nahmen die Projektmitarbeiter, wieder nach Vermittlung durch den Schuldenberater, Kontakt zu einer alleinerziehenden Frau auf. Bei mehrmaligen Anrufen entstand bereits der Eindruck, daß sie sich verleugnen ließ, wohl um nicht mit Gläubigern verhandeln zu müssen. Nachdem wir die Frau unter Berufung auf den vermittelnden Berater schließlich doch zu einem Gespräch hatten überreden können, sagte sie das Interview beim verabredeten Termin noch kurzfristig ab. Obwohl wir ihre tatsächlichen Beweggründe natürlich nicht prüfen konnten, schlossen wir aus der Vielzahl vorgebrachter widersprüchlicher Entschuldigungen, daß es ihr unangenehm sein müsse, sich zum angekündigten Gesprächsgegenstand (die wirtschaftliche Lage privater Haushalte) zu äußern. Es ist plausibel anzunehmen, daß diese Erklärung auch auf viele andere Non-Responses zutrifft.

Beispiel 4: Das Ehepaar R. aus Halle, 55 und 58 Jahre alt, ist wegen der Arbeitslosigkeit des Mannes und einer Krebserkrankung der Frau auf Hilfe zum Lebensunterhalt angewiesen. Die despektierliche Behandlung im Arbeits- und im Sozialamt und die Erfahrung, in der neuen Gesellschaftsordnung ohne volles Arbeitsvermögen wertlos geworden zu sein und um Unterstützung „betteln“ zu müssen, hat beide verbittert. Sie kommen sich hilflos vor und sehen sich den Behörden vollkommen ausgeliefert. Weil sie sich nicht nur im Arbeitsleben, sondern zunehmend auch durch die häuslichen Mitbewohner abgelehnt fühlen, ziehen sie sich ins Privatleben zurück. Wie enttäuscht Frau R. ist, zeigt sie, indem sie mehrmals im Lauf des Interviews in Tränen ausbricht. Zur großen Überraschung des Interviewers gibt es aber in ihrem Leben auch einen Lichtblick: Bei einem Rundgang durch ihre Wohnung zeigt sie stolz ihre große Puppensammlung, mit der sie bei jeder Gelegenheit spielt. Sie hat eine Hälfte des Schlafzimmers zur Puppenstube umfunktioniert. Frau R.s Rückzug in die Welt der Puppen ist ein deutliches Beispiel für Regressionsverhalten: Sie versetzt sich in eine glücklichere Kinderzeit zurück, weil sie die Gegenwart nicht aushält.

7.3 *Devaluation*

Vergleichsdimensionen und Wertehierarchien werden so angeordnet, daß die „entscheidenden“ Situationsauswertungen günstig ausfallen. Zum Wichtigen wird das Erreichbare. „Lebensstandard“ wird zu einem Reizwort, wenn der Lebensstandard der Umwelt unerreichbar bleibt.

Beispiel 5: Herr V., der wegen einer schweren psychischen Krankheit sein Architekturstudium aufgeben mußte und sich nun darüber klar wird, daß er den Lebensstandard eines Architekten wohl nie erlangen wird, tröstet sich damit, daß seine Grundbedürfnisse vollkommen befriedigt sind:

Frage: *„Was gehört dazu, was muß man haben?“*

Herr V: *„Das ist gar nicht die Frage, was man haben muß. Das ist für mich wirklich ne Frage, die ich nicht so sagen kann. Für mich ist ne Frage, was man braucht.“* (PRE415RO)

Und damit meint er wie zahlreiche andere: ein Dach über dem Kopf, etwas zu essen. Wo wertvolle Güter versagt bleiben, gewinnen Tugenden an Wert. „Sauber, ehrlich, anständig“ sind die geachteten Attribute, nicht „teuer, luxuriös“.

Beispiel 6, Frau N. auf die Frage, an welchem Lebensstandard sie sich orientiert:

„Das ist etwas schwierig, weil ich auf dem Standpunkt stehe: Es zählt erst mal der Mensch allein und nicht, was er hat. ... Irgendwelche Klunker und Perlen, Pelze und Diamanten gehören da sowieso nicht zu. Es muß sauber und ordentlich sein.“ (PRE211RM)

Das, was andere sich leisten, ist bestenfalls noch unwichtig, vielleicht aber sogar gefährlich, wie Frau N. uns am Beispiel kostspieliger Urlaubsreisen klarmacht. Sie rechnet uns vor, daß ein Urlaub, wie ihn Bekannte sich erlauben, für ihre Familie mit zwei Kindern viel zu teuer wäre. Im weiteren Verlauf dann (Beispiel 7):

„Nee, solche Träumereien, oder irgendwelche großen Wünsche: Ich möchte jetzt nach Kenia fliegen, drei Wochen, meine Arbeitskollegin hat es auch getan. Was soll ich denn da?“ (PRE215LO)

„Aber es zieht uns auch nichts weiter in die weite Ferne, Spanien, Italien oder so. Überall diese Kriege, was soll ich denn da?“ (PRE404LM)

Der höhere Lebensstandard hat seinen Preis, so versteht es Frau B., die sich mit befreundeten „Doppelverdiener-Familien“ vergleicht. Beispiel 8:

„Mhm, na ja, ich meine, ich bin nur Hausfrau, also, das ist nicht sehr schön, wir haben Bekannte und da wurde, ich weiß nicht, ich fühle mich dann immer als blöde Hausfrau, bei diesen Leuten, weil ich eben nur zu Hause bin, diese Leute da sind selbständig, arbeiten beide mit sehr viel Erfolg, und die Bekannte ist dann eben auch mit in dieser Firma und vernachlässigt im Prinzip ihre Kinder...“ (BP0615LM)

Eine Variante der Devaluation ist Ablehnung von Bezugspersonen, die eine „falsche“ Werthaltung zeigen, d.h. eine, mit denen der eigene Lebensstandard nicht in Einklang zu bringen ist. Frau B. auf die Frage, ob noch nie jemand an ihrer gebrauchten Wohnungseinrichtung Anstoß genommen habe (Beispiel 9):

„Solche Leute, die bräuchten hier gar nicht herzukommen, Leute mit einer solchen Einstellung könnte ich gar nicht gebrauchen.“ (BP0607LU)

7.4 Instrumentelle Reaktionen

Zum Ende dieser Ausführungen müssen wir uns noch einmal ins Gedächtnis zurückrufen, daß wir uns bisher in nur einem Flügel des Theoriegebäudes bewegt haben, nämlich dem der psychischen Reaktionen. Die mannigfaltigen instrumentellen Anpassungsstrategien der Niedrigeinkommensbezieher können an dieser Stelle lediglich benannt werden: die Suche nach Erwerbsarbeit einschließlich Nebentätigkeiten, Schwarzarbeit, Eigenarbeit im Haushalt, die Inanspruchnahme von Sozialleistungen, Kleinkriminalität, verschiedenste Konsum-Einsparungen etc. Sie alle wurden empirisch belegt, sollen jedoch nicht weiter ausgeführt werden.

Während wir aus manchen Äußerungen den Eindruck einer nahezu fatalistischen Passivität gewannen, wollen wir zum Schluß aber mit zwei Beispielen der Gefahr entgegenzutreten, diese Neigung unterschiedslos zu verallgemeinern.

Beispiel 10: Herr W. ist verheiratet, Vater zweier Kinder und heute in der EDV-Branche tätig. Unsere Fragen nach psychischer Bewältigung bezogen sich auf die Vergangenheit, als W. lange arbeitslos war und Sozialhilfe bezog. Er kommentiert unsere Optionskarten so:

Karte: Ich denke einfach an die schönen Dinge im Leben.

Herr W: „ .. Also, ich muß ehrlich sagen, um hier eine vernünftige Antwort zu geben, das geht nicht. Ich weiß es nicht, ob ich solche Gedanken gehabt habe, so das wäre unsinnig, wenn ich jetzt sagen würde, DAS, genau SO hab ich gedacht. Das bringt nichts, also, es wäre, da würd ich jetzt lügen, nur damit Sie jetzt irgendwas dazu schreiben.“

Karte: Es gibt schließlich auch Leute, denen es noch schlechter geht.

Herr W: „Und das muß ich ganz offen sagen, also, es gibt schließlich auch Leute, denen es noch schlechter geht, ja, das ist auch so eine klassische, das sagt man so mal, jeder kann das nicht sagen. Das geht immer weiter. Aber irgendeiner kann das nicht mehr sagen. Der ist am Ende dabei. Der Letzte. Da geht es keinem schlechter. Also, ich weiß nicht. ... Das sind für mich keine, da käm ich auf keine entsprechende, ..könnte natürlich antworten dazu, aber irgendwas, ich weiß nicht, ich hab bestimmt den einen oder anderen mal gedacht oder sowas ähnliches, aber sonst sagt mir das eigentlich nichts.“ (BP0324LM)

Nachdem er seine Abneigung gegen unsere passiven Antwortvorgaben erklärt hat, beschreibt er, wie er sich statt dessen zusammen mit seiner Frau auf Arbeitssuche begab:

Frage: „Sie haben eher versucht, selber zu arbeiten?“

Herr W: „Sie haben verstärkt, also, beim Arbeitsamt haben sie immer gesagt, also, man hat gesehen, daß man ja eigentlich sehr viel selber machen müßte, wir haben ständig die Zeitungen gehabt, meine Frau hat dann viel geschrieben, also, obwohl ich einen kaufmännischen Beruf gehabt habe,

Schreibmaschine komm ich nicht besonders mit klar. Und das hat sie dann also gemacht, das sind auch lange Abende dann gewesen, die ganzen Briefe schreiben, die ganzen Lebensläufe fertig machen, die ganzen Briefe fertig machen, das war dann auch eine harte Zeit. (...)“ (BP0324RU)

Beispiel 11: Bei Herrn N. aus Bielefeld, der in einem privaten Betrieb im Gesundheitswesen beschäftigt ist, erwachsen gewisse wirtschaftliche Sorgen aus der Furcht vor Arbeitslosigkeit im Zuge der gegenwärtigen Sparpläne. Seine Reaktion auf die Frage nach der Bewältigung dieser Sorgen zeigt, daß er auf sein Arbeitsvermögen vertraut:

Frage: *„Wie trösten Sie sich denn in so einer Situation?“*

Herr N: *„Wenn ich bei der Arbeit bin, dann vergeß ich es meist wieder. Es kommt nur ab und zu innerlich noch mal hoch. Aber trösten brauch ich mich dafür nicht, weil ich genau weiß, ich kann auch irgendwas anderes machen, irgend eine Arbeit. Weil ich das schon mal erlebt habe, das ist nichts Neues für mich, das kenne ich ja schon alles. Ich bin immer bestrebt, was zu verdienen, und wenn es in diesem Beruf nicht mehr geht, dann wäre ich bereit, auch noch mal umzuschulen. So alt kann man gar nicht werden, daß man das nicht mehr schaffen kann. So ist meine Einstellung, da würde ich mich auf jeden Fall bemühen, da etwas zu machen. Deshalb ist die Angst nicht ganz so groß. Also da gibt es bestimmt Möglichkeiten, und die würde ich auch ausnutzen. Deshalb sehe ich das nicht ganz so eng. Da muß man halt ein bißchen flexibel sein.“* (PRE313RU)

8. Fazit und Ausblick

Die vorstehenden Ausführungen sollten deutlich machen, daß Niedrigeinkommen zu emotionalen Belastungen führen kann. Geldnot führt zwar nicht zwangsläufig, aber mit deutlicher Wahrscheinlichkeit zu einer Bedrohungsempfindung, und die wirtschaftliche Lage wird im unteren Einkommensbereich als der problemträchtigste Lebensbereich empfunden. Im Sinn der Streßtheorie konnte exemplarisch demonstriert werden, welche Umstände dafür im Einzelfall ausschlaggebend sind. Situationen werden als Bedrohung wahrgenommen, wenn subjektiv relevante Sachverhalte auf dem Spiel stehen und keine Chance zu bestehen scheint, aus eigener Kraft auf den Ausgang Einfluß zu nehmen. Niedrigeinkommen ist kein isoliertes wirtschaftliches Problem. Bezieher sind mit einem Gemenge aus finanziellen Belastungen und anderen Problemen konfrontiert: Wohnverhältnisse, das Klima familiärer Beziehungen, das Ansehen, das die Person in ihrer sozialen Umwelt genießt, und ihr Selbstwertgefühl sind in kaum aufzulösender Weise miteinander verknüpft. Den Belastungen werden oft, doch keinesfalls immer, defensive, passive, evasive und problemabgewandte Bewältigungsstrategien entgegengesetzt: die Flucht aus den Wohnung, der Verzicht auf Sozialhilfe u.a. Was die Theorie als Erklärung anbietet, ließ sich auch in Fallbeispielen nachzeichnen: Diesen Reaktio-

nen liegt eine Vorstellung eigener Machtlosigkeit der Akteure zugrunde, die, durch Tatsachen begründet oder nicht, die Möglichkeit und die Erfolgsaussichten problemorientierter Reaktionen gering erscheinen läßt, denn, so das vermutlich nicht unbegründete Empfinden, das Bild des Sozialhilfeempfängers ist der individuellen Einwirkung kaum zugänglich, Regelsätze sind festgeschrieben, und ein Schuldenberg ist nicht ohne weiteres abzutragen.

Deutliche Anhaltspunkte für den Einfluß „objektiver“ sozialstruktureller Merkmale auf die psychosoziale Belastungswahrnehmung lassen sich in der Gegenüberstellung entsprechender Teilstichproben erkennen. Für Sozialhilfeempfänger und Einwohner der östlichen Bundesländer wurde eine Besorgnissteigerung durch Einkommensgefälle und erhöhtes Arbeitslosigkeitsrisiko exemplarisch gezeigt.

In der hier zugrundeliegenden explorativen Studie konnte anderen relevanten Komponenten der Streßtheorie keine Rechnung getragen werden. In einer folgenden Repräsentativuntersuchung soll dies geschehen. Der Einfluß von Persönlichkeitsmerkmalen, insbesondere der Kontrollorientierung und differentieller Wertestrukturen (vgl. die Postmaterialismusdebatte), auf Situationseinschätzungen ist zu untersuchen. Ferner ist zu klären, wovon die Wahrnehmung eigener Coping-Optionen beim sekundären Appraisal abhängt. Besondere Aufmerksamkeit soll im haushaltsökonomischen Kontext dem Zusammenhang zwischen „objektiven“ Merkmalen, v.a. dem Humankapital, und subjektiver Einschätzung des Selbsthilfepotentials zur Überwindung krisenhafter Situationen gelten.

Anmerkungen

- 1 Der Autor dankt H.-J. Andreß, G. Lipsmeier, W. Strengmann-Kuhn und G. Albrecht für zahlreiche wertvolle Anregungen zu diesem Beitrag.
- 2 Der Alltag ist voller Mechanismen dieser Art. Vielleicht das berühmteste Beispiel erzählt eine Fabel von Äsop: *Der Fuchs und die Trauben*
Ein Fuchs, der auf Beute ging, fand eine Weinlaube, die voller köstlicher blauer Trauben hing. Als er sie sah, lief ihm das Wasser im Mund zusammen. Wie gern hätte er sie gekostet. Er umschlich die Stämme der Reben, er versuchte, einen zu ersteigen, er versuchte, die verlockenden Früchte springend zu erreichen - umsonst. Schon begannen die Vögel höhnisch zu pfeifen. Da wandte er sich um und sprach verdrießlichen Gesichts: „Sie sind mir zu sauer, ich mag sie nicht.“

1. Literatur

- Andreß, H.-J., 1991: Versorgungsstrategien privater Haushalte im unteren Einkommensbereich. Bielefeld: Antrag auf Sachbeihilfe im Rahmen des DFG-Schwerpunktprogramms "Sozialer und politischer Wandel im Zuge der Integration der DDR-Gesellschaft".
- Badura, B./Pfaff, H., 1992: Für einen subjektorientierten Ansatz in der soziologischen Streßforschung. Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie 44: 354-363.
- Bandura, A., 1982: Self-Efficacy Mechanism in Human Agency. American Psychologist 37: 122-147.

- Bredenkamp, J./Wippich, W., 1977: Lern- und Gedächtnispsychologie I. Stuttgart: Kohlhammer.
- Folkman, S./Lazarus, R.S./Dunkel-Schetter, C./DeLongis, A./Gruen, R J., 1986: Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology* 50: 992-1003.
- Folkman, S./Lazarus, R. S., 1980: An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample. *Journal of Health and Social Behavior* 21: 219-239.
- Hartmann, H., 1981: Sozialhilfebedürftigkeit und „Dunkelziffer der Armut“: Bericht über das Forschungsbericht zur Lage potentiell Sozialhilfeberechtigter. Stuttgart: Kohlhammer.
- Hartmann, H., 1885: Bedarfsannahmen der Sozialhilfe und tatsächliche Ausgaben- und Verbrauchsstrukturen der Hilfeempfänger: eine empirische Analyse. Dissertation Univ. Köln.
- Krohne, H. W., 1990: Streß und Streßbewältigung. S. 263-277 in: Schwarzer, R. (Hrsg.): *Gesundheitspsychologie: Ein Lehrbuch*. Göttingen: Hogrefe.
- Lazarus, R.S./Folkman, S., 1986: Cognitive Theories of Stress and the Issue of Circularity. S. 63-80 in: Appley, M./Trumbull, R. (Hrsg.): *Dynamics of Stress*. New York: Plenum.
- Lazarus, R. S./Folkman, S., 1987: Transactional Theory and Research on Emotions and Coping. *European Journal of Personality* 1: 141-169.
- Linsky, A.S./Straus, M.A., 1986: *Social Stress in the United States*. Dover, Mass.: Auburn.
- Pearlin, L.I., 1989: The Sociological Study of Stress. *Journal of Health and Social Behavior* 30: 241-256.
- Pearlin, L.I./Schooler C., 1978: The Structure of Coping. *Journal of Health and Social Behavior* 19: 2-21.
- Pearlin, L.I./Lieberman, M.A. /Menaghan, E G./Mullan, J.T., 1981: The Stress Process. *Journal of Health and Social Behavior* 22: 337-356.
- Tobias, G./Boettner, J., 1992: *Von der Hand in den Mund. Armut und Armutsbewältigung in einer westdeutschen Großstadt*. Essen: Klartext.
- Vester, H.-G., 1991: Sozialer Streß und seine Folgen in der Bundesrepublik Deutschland. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 43: 558-569.
- Witzel, A., 1985: Das problemzentrierte Interview. S. 227-255 in: G. Jüttemann (Hrsg.): *Qualitative Forschung in der Psychologie*. Weinheim: Beltz.