

Psychischer Streß am Arbeitsplatz

herausgegeben von
Siegfried Greif, Eva Bamberg
und Norbert Semmer



Hogrefe
Verlag für Psychologie
Göttingen · Toronto · Zürich

Beschwerden und den Arbeitsinhaltsvariablen. D.h. daß entsprechende Korrelationen *nicht überschätzt* werden. Dies ist ein bemerkenswertes Ergebnis und zeigt, daß die Qualität der verwendeten Meßinstrumente von den zu erfassenden Arbeitsmerkmalen abhängt. Überdies ist dies ein Hinweis, daß die theoretische Interpretation des Fragebogenfaktors als Indiz für die Befindensabhängigkeit der Stressoren eine gewisse Berechtigung hat. Würde man nämlich die Methodeneffekte als Ergebnis traditionell bekannter Effekte empirischer Sozialforschung begreifen, etwa im Sinne von Zustimmungstendenzen, soziale Erwünschtheit etc., hätten sich für Stressoren *und* Arbeitsinhalte die gleichen Modelle ergeben müssen. Es sei denn, man würde begründen, warum sich etwa die Befragten bei den Stressoren und Psychosomatischen Beschwerden einheitlich sozial erwünscht verhielten, bei den Arbeitsinhalten jedoch nicht. Dieses Ergebnis ist in Übereinstimmung mit den Ergebnissen von Spector (1987a), der ebenfalls einen geringen Einfluß von sozialer Erwünschtheit auf Arbeitsanalysedaten fand.

Welche Konsequenzen sind aus diesen Analysen zu ziehen?

1) Die Untersuchungen zeigen, daß die Verwendung mehrerer Methoden ein wesentlicher Fortschritt in der Analyse von Streß am Arbeitsplatz ist, da nur auf diese Art und Weise auftretende Methodeneffekte ausbalanciert werden können. Dies ist insbesondere deswegen von Bedeutung, weil Zusammenhänge zwischen Arbeitsmerkmalen und psychischem Befinden aus theoretischen Gründen nicht sehr hoch sind und durch Methodeneffekte und hohe Fehlervarianz leicht maskiert werden können.

2) Besonders interessant erscheint uns die Befragung mehrerer Arbeitender an einem Arbeitsplatz, wo dieses möglich ist. In unseren Analysen erweisen sich die daraus gewonnenen Gruppenwerte als eine sehr brauchbare Methode, die einige Schwächen der Befragung und Beobachtung einzelner Personen nicht aufweist (vgl. dazu Zapf, 1989).

Streß und Gesundheit: Realer Zusammenhang oder Methodenartefakt?

Die vorgestellten Analysen zeigen, daß durch Einsatz multipler Meßmethoden, wie sie im Projekt "Psychischer Streß am Arbeitsplatz" verwendet wurden, Methodeneffekte genauer bestimmt werden können. Lineare Strukturgleichungssysteme erweisen sich dabei als ein geeignetes Auswertungsinstrumentarium. Die Analysen zeigen, daß die reinen Fragebogenmessungen durchaus zu artifiziell überhöhten Zusammenhängen führen können. Dies gilt aber nicht generell, sondern hängt von den einzelnen Merkmalen ab. Zugleich zeigen die Ergebnisse aber auch, daß die ermittelten Zusammenhänge zwar - in jeweils unterschiedlichem Ausmaß - durch Methodeneffekte verzerrt werden können, daß den Ergebnissen jedoch durchaus ein realer Zusammenhang zugrundeliegt.

Kapitel 11

ARBEIT, FREIZEIT UND FAMILIE

Eva Bamberg

11.1 Einleitung

Streß am Arbeitsplatz beeinflußt nicht nur das Arbeitsleben, sondern auch das Leben außerhalb des Betriebes, Freizeit und Familie. Wenn sich 33% der Befragten nach der Arbeit stark oder sehr stark erschöpft fühlen, wenn ca. 10% den größten Teil der Freizeit dazu benötigen, um sich auszuruhen, bevor sie fit sind für weitere Aktivitäten (Rummel u.a., 1980), so sind dies Hinweise für die Auswirkungen von Arbeitsstressoren auf die Freizeit. Dieses Thema müßte eigentlich Gegenstand streßtheoretischer Ansätze und der Untersuchungen zum Zusammenhang Arbeit - Freizeit, bzw. Arbeit - Familie sein. In Studien zu den Folgen von Streß am Arbeitsplatz werden Auswirkungen auf den außerbetrieblichen Bereich aber nur selten berücksichtigt. In den sogenannten Modellen zum Zusammenhang Arbeit - Freizeit und in den Untersuchungen zu Arbeit und Familie wird demgegenüber wenig auf Streßtheorien Bezug genommen. Zu prüfen ist, inwieweit nicht durch eine Gegenüberstellung der verschiedenen Ansätze theoretische Aussagen zum Zusammenhang zwischen Arbeit, Freizeit und Familie formuliert werden können. Auf drei Gruppen von Ansätzen soll dabei hier eingegangen werden:

- Ansätze zum Zusammenhang Arbeit - Freizeit,
- Ansätze zum Zusammenhang Arbeit - Familie,
- streßtheoretische Ansätze.

Nach einer Diskussion dieser Ansätze sollen die Konsequenzen, die sich daraus für die Erfassung von Merkmalen der Freizeit ergeben, dargestellt werden. Daran anschließend werden wir auf die Entwicklung eines Fragebogens zur Erfassung von Merkmalen des außerbetrieblichen Bereichs eingehen.

11.2 Soziologische Ansätze zu den Folgen der Arbeit auf Freizeit und Familie

Obwohl inhaltlich Überschneidungen bestehen, wurde der Zusammenhang Arbeit-Freizeit und Arbeit-Familie häufig innerhalb verschiedener Forschungsansätze untersucht. Erst in jüngerer Zeit wird versucht, die beiden Themenbereiche miteinander zu verbinden (Burke und Greenglass, 1987; Evans und Bartolomé, 1984). Die Trennung der Ansätze läßt sich damit begründen, daß in den Studien über Arbeit und Familie nicht nur die Beschäftigten berücksichtigt werden, wie dies beim Thema Arbeit - Freizeit der Fall ist, sondern auch deren Familienmitglieder. Beide Untersuchungsbereiche werden im folgenden zunächst getrennt dargestellt.

11.2.1 Die Freizeitmodelle

Untersuchungen zum Zusammenhang zwischen Arbeit und Freizeit beziehen sich häufig auf die sogenannten Freizeitmodelle. Diese postulieren verschiedene Beziehungen zwischen Arbeit und außerbetrieblichem Bereich. Im allgemeinen werden die folgenden Modelle unterschieden:

- Generalisation: Bei der Arbeit entwickelte Dispositionen, Handlungsstile etc. werden auf die Freizeit übertragen (z.B. Meissner, 1971);
- Kompensation: Die Freizeit dient als Ausgleich gegenüber der Arbeit (z.B. Spreitzer u.a., 1974);
- Autonomie: Bei Arbeit und Freizeit handelt es sich um zwei voneinander unabhängige Lebensbereiche (z.B. Fröhlich, 1978).

In den letzten Jahren publizierte Studien zum Zusammenhang Arbeit - Freizeit und deren Ergebnisse gehen aus Tabelle 11.1 hervor.

Wie Tabelle 11.1 zeigt, berücksichtigen die Untersuchungen jeweils sehr verschiedene Aspekte der Arbeit und der Freizeit. So werden bestimmte Berufe, Umfang oder Verteilung der Arbeitszeit, Einkommen, Arbeitszufriedenheit und unterschiedliche Komponenten der Arbeit, wie z.B. Kommunikation und Kooperation, Komplexität oder Autonomie in die Studien einbezogen. Bei den Freizeitvariablen werden Freizeitaktivitätenlisten (die in der Regel den Anspruch haben, die häufigsten Freizeitaktivitäten zu beinhalten), spezifische Freizeitaktivitäten, Freizeitzufriedenheit und Einschätzungen der Freizeit untersucht. Die Tabelle illustriert, daß es sich bei dem Themenbereich Arbeit - Freizeit um ein recht heterogenes Forschungsfeld handelt, innerhalb dessen sehr unterschiedliche Variablenbereiche einbezogen werden. Insgesamt scheinen Untersuchungen, die dem Generalisationsmodell entsprechen, häufiger zu sein als solche, die dem Kompensations- oder dem Unabhängigkeitsmodell entsprechen. Daraus auf eine Überlegenheit des erstgenannten Modells zu schließen, wie dies von einigen Autoren getan wird (z.B. Staines, 1980) ist aber aus mehreren Gründen nicht sinnvoll. Zum einen fragt sich, inwieweit es angesichts der mit Tabelle 11.1 illustrierten Heterogenität des Untersuchungsfeldes überhaupt ergiebig ist, die Überlegenheit eines Modells zu diskutieren. Dieser Einwand wird auch dadurch unterstützt, daß eine Zuordnung zwischen untersuchten Variablenbereichen und Modellen - etwa daß das Generalisationsmodell v. a. den Zusammenhang zwischen Arbeitsbedingungen und Freizeitaktivitäten beschreibt, das Kompensationsmodell den zwischen Arbeitsbedingungen und Einstellungen zur Freizeit - nicht möglich ist. Zum anderen ist eine Abgrenzung zwischen den alternativ formulierten Modellen schwierig: Kriterium für das Generalisationsmodell ist, inwieweit ein Transfer von bei der Arbeit entwickelten psychischen Merkmalen in die Freizeit besteht.

Tabelle 11.1 Untersuchungen zum Thema Arbeit und Freizeit 1

Autor/Jahr	einbezogene Variable	Ergebnis
Aldous, 1970	A: Einkommen, Kommunikation/Kooperation, Arbeitslosigkeit. F: Kirchenbesuch, Partizipation und Kommunikation i.d.Familie.	Autonomie
Bishop, Ikeda, 1970	Berufe, Freizeitaktivitäten.	Generalisation, Kompensation. Zusammenhang: Berufsprestige - Freizeitverhalten, Berufsrolle - Freizeitverhalten.
Burke, Weir, DuWors 1980	A: Berufliche Anforderungen. F: Ehe- Lebenszufriedenheit, soziale Partizipation.	Kompensation. Je höher berufliche Anforderungen, desto geringer Ehe- und Lebenszufriedenheit und soziale Partizipation.
Champoux, 1980	Einschätzung von Arbeit und Freizeit nach Dimensionen wie flexibel, aufregend, kreativ, aktiv. Unterschiedliche Berufsgruppen.	Generalisation, Kompensation je nach Berufsgruppe.
Clark, 1976	Umfang der Arbeitszeit, familiäre Aufgabenverteilung.	geringer Zusammenhang - familiäre Verhaltensweisen (z.B. um Kinder kümmern).
Cunningham u.a., 1970	Beruf, Freizeitaktivitäten.	Zusammenhänge nur bezüglich Golfspielens.
Form, 1972	A: Komplexität der Technologie, Kontrolle, Autonomie, soziale Interaktion bei der Arbeit; F: Soziale Interaktion, soziale Partizipation, Qualität der Interaktion.	Generalisation. Zusammenhang Interaktion bei der Arbeit, Interaktion mit Kollegen in der Freizeit.
Form, 1973	siehe Form, 1972	Generalisation und Autonomie hinsichtlich Einbezogenheit in soziale Systeme je nach Qualifikation
Fröhlich, 1978	Intrinsische und extrinsische Arbeitserfahrungen, Club-, Vereinsmitgliedschaften.	Autonomie.
Haavio-Mannilla, 1971	Arbeits-, Freizeit-, Familien-, Lebenszufriedenheit.	Zusammenhang Arbeitszufriedenheit - Familien-, Lebenszufriedenheit je nach Geschlecht und Familienstand verschieden.
Hecker, Grundwald, 1981	Arbeits- und Freizeit-zufriedenheit.	Autonomie (Ergebnisse sind auch mit Generalisationsmodell vereinbar).
Jackson u. Maslach, 1982	Arbeitsstressoren, Interaktion in der Familie.	Erleben v. Arbeitsstress ist mit Einschränkungen familiärer Interaktion verbunden.
Kabanoff, 1982	Beruflicher Status, Freizeitbedürfnisse, -zufriedenheit.	Autonomie. Kein genereller Effekt der Arbeit auf die Freizeit.
Kabanoff, 1986	Stress (im Sinne von psychischen Befindensbeeinträchtigungen) F: Aktivitäten, Bedürfnisse bei verschiedenen Berufsgruppen	Kompensation, Autonomie.

Tabelle 11.1 (Fortsetzung)

Karasek, 1978	A: Arbeitsanforderungen, Entscheidungsspielraum. F: Freizeitaktivitäten.	Generalisation.
London, Crandall, Seals, 1977	Arbeits- und Freizeitzufriedenheit.	Geringe Zusammenhänge.
Mansfield, 1972	Bedürfnisbefriedigung und -wichtigkeit innerhalb und außerhalb der Arbeit.	Generalisation, bzw. Integrated-Hypothese: Arbeit und Freizeit sind integriert.
Martin u.a., 1980	A: Autonomie, Qualifikation, Kommunikation; F: Umfang, Qualität, Zufriedenheit, Aktivitäten.	Geringe Zusammenhänge.
Meissner, 1971	A: Technischer Zwang, soziale Interaktion. F: soziale Interaktion, Partizipation.	Generalisation.
Miller, Weiss, 1982	Beruflicher Status, Statusorientierung, soziale Orientierung, Punkte bei Bowling, Bedeutung von Bowling, Bedeutung von hohen Bowlingwerten.	Kompensation. Geringer beruflicher Status - hohe Bedeutung von Bowling.
Mollenhauer, 1975	A: Entscheidungsspielraum, Belastungen, Arbeitsanforderungen. F: Familiäre Kommunikation.	geringe, unsystematische Zusammenhänge.
Orpen, 1978	Arbeits-, Nichtarbeitszufriedenheit.	Generalisierung.
Rice, Near & Hunt, 1979	Arbeitszufriedenheit, Jobalter, Berufsprestige, Lebenszufriedenheit, Nachbarschaft.	Auswirkung Nichtarbeitsvariablen auf Arbeitszufriedenheit.
Rousseau, 1978	Einschätzung von Arbeit und Freizeit mit Dimensionen wie Autonomie, Variabilität.	Generalisation. Beeinflussung des Arbeitsverhaltens durch außerbetriebliche Faktoren.
Scharmann, 1976	Befragung zur Freizeit, Vergleich mit anderen Berufsgruppen.	Autonomie.
Schlösser, 1981	Arbeit, Freizeit (nicht auf bestimmte Variablen begrenzt).	Unterschiedl. Auswirkungen der Arbeit auf Freizeit je nach Arbeitstätigkeit und zeitlicher Struktur der Arbeit.
Spreitzer, u.a., 1974	Arbeitszufriedenheit, Bedeutung der Freizeit	Kompensation.
Willmott, 1971	Arbeitszeit, Verbindung Arbeit-Freizeit, Verhalten in Freizeit und Familie.	Auswirkungen über die Arbeitszeit. Unsystematische Zusammenhänge.

Anmerkungen:

In der Tabelle wurden seit 1970 publizierte Untersuchungen berücksichtigt.
Bei den einbezogenen Variablen werden die für die Fragestellung wichtigsten Variablen genannt.
A: Variablen der Arbeitstätigkeit und der Arbeitsbedingungen.
F: Variablen der Freizeit.
Bei der Zusammenfassung der Ergebnisse wird der Interpretation des jeweiligen Autors gefolgt.
Die Zuordnung zu einem Modell wurde z.T. durch die Autorin vorgenommen.

Kriterium für das Kompensationsmodell ist, ob ein komplementäres Ziel für Arbeit und Freizeit besteht. Mit den Freizeitmodellen werden damit nicht alternative Beziehungen zwischen Arbeit und außerbetrieblichem Bereich beschrieben, sondern unterschiedliche Aspekte des Zusammenhangs werden fokussiert. Daumenlang und Dreesmann (1989) ordnen, dieser Überlegung entsprechend, Kompensation den Freizeitfunktionen zu, Generalisation dagegen den Freizeitrelationen.

Die gängige Forschungspraxis zu den Freizeitmodellen läßt sich wie folgt charakterisieren (vgl. Bamberg, 1986a):

- Die Modelle postulieren bestimmte Zusammenhänge zwischen Arbeit und Freizeit, diese werden jedoch weder differenziert beschrieben noch theoretisch begründet. So wird z.B. kaum diskutiert, aufgrund welcher Prozesse Generalisation oder Kompensation zu erwarten ist.
- Folge davon ist, daß sich viele Untersuchungen zu den Freizeitmodellen bei der Diskussion der Ergebnisse global auf Arbeit und Freizeit beziehen, ohne nach psychologischen Merkmalen zu differenzieren.
- Die Folgen der Arbeit auf die Freizeit stehen im Vordergrund. Kausale Wirkungen der Freizeit auf die Arbeit werden allenfalls am Rande, oder nur als Alternativhypothese diskutiert.
- In der Regel wird die ausschließliche Gültigkeit eines Modells postuliert. So beziehen sich auch die meisten der in Tabelle 11.1 genannten Studien auf ein Modell.
- Als Methoden zur Erfassung der Freizeit dienen Fragebogen, die v.a. zwei Gruppen von Freizeitvariablen erfassen sollen:
 1. Freizeitverhalten, dabei v.a. die Summe verschiedenster Freizeitaktivitäten oder eingegrenzte Aktivitäten,
 2. Einstellungen zur Freizeit wie Freizeitzufriedenheit.
- Bei nahezu allen Untersuchungen handelt es sich um Querschnittstudien, die korrelationsstatistisch ausgewertet werden. Aus in Querschnittuntersuchungen gewonnenen Einzelkorrelationen wird auf kausale Auswirkungen zwischen zwei Lebensbereichen geschlossen.
- Es gibt kaum Essentials darüber, wann ein Zusammenhang im Sinne eines bestimmten Modells interpretiert werden kann. Dies führt dazu, daß Werte in ähnlicher Höhe mal als Bestätigung für das eine, mal als Bestätigung für das andere Modell interpretiert werden. So schließen z.B. Hecker und Grunwald (1981) und Miller und Weiss (1982) in ihren Untersuchungen (siehe Tab.11.1) aus ähnlichen Korrelationswerten im ersten Fall auf die Gültigkeit des Autonomiemodells, im zweiten Fall auf die des Kompensationsmodells.

Aufgrund dieser Situation wäre es eine vorrangige Aufgabe für die Freizeitforschung, zuerst die theoretischen Ansätze aufzuarbeiten, die den Freizeitmodellen zugrunde liegen. Dabei ist besonders Gewicht auf die Beschreibung derjenigen Prozesse zu legen, durch die sich die Beziehungen zwischen Arbeit und Freizeit konstituieren.

Theoretische Überlegungen, die die Möglichkeit mehrerer, u.U. auch unterschiedlicher Zusammenhänge zwischen Arbeit und außerbetrieblichem Bereich einbeziehen (z.B. Wilensky, 1960) sind dabei zu berücksichtigen. Drei Aspekte lassen sich unterscheiden:

1. Die Abhängigkeit von Arbeit und Freizeit, bzw. des Zusammenhangs zwischen Arbeit und Freizeit von einer *gemeinsamen dritten Größe* (Ulich und Ulich, 1977 bezeichnen dies als Kongruenzmodell). Dabei kann es sich um sehr unterschiedliche Faktoren, wie z.B. ökonomische Bedingungen oder die Qualifikation der Beschäftigten handeln.
2. Die Beeinflussung des außerbetrieblichen Bereichs durch *mehrere Faktoren* (wie z.B. soziodemographische Daten, Persönlichkeitsvariablen etc., vgl. z.B. Kaplan, 1975).
3. *Unterschiedliche Zusammenhänge* je nach berücksichtigten Merkmalen von Arbeit und Freizeit. Karasek (1978, 1981) z.B. postuliert hinsichtlich der Entscheidungsmöglichkeiten am Arbeitsplatz Generalisation, bei den Arbeitsanforderungen aber Kompensation.

In jeder Studie ist also genau einzugrenzen, welche Merkmale der Arbeit und der Freizeit erhoben und durch welche Untersuchungsinstrumente sie erfaßt werden sollen. Dabei ist auch zu spezifizieren, welcher Zusammenhang für welche Merkmale postuliert wird.

In jüngeren Untersuchungen wird dieser Forderung z.T. dadurch Rechnung getragen, daß weniger der Anspruch besteht, den Zusammenhang zwischen Arbeit und Freizeit zu analysieren, sondern stattdessen einzelne Aspekte der Freizeit zu berücksichtigen. So zeigt auch Tabelle 11.1, daß die Anzahl der Studien zu Arbeit und Freizeit in den letzten Jahren zurückgegangen ist.

11.2.2 Arbeit und Familie

Wie bei den Untersuchungen zum Zusammenhang Arbeit - Freizeit kritisiert wurde, wird auch in den Studien zu den Auswirkungen der Arbeit auf die Familie kaum auf theoretische Grundannahmen Bezug genommen. Die Studien zu diesem Thema beziehen sich auf unterschiedliche Merkmale der Arbeit und der Freizeit. Schwerpunktmäßig sind folgende drei Fragestellungen zu unterscheiden:

1. Auswirkungen der Schichtzugehörigkeit und der beruflichen Stellung auf die Familie (Aldous u.a., 1979): Nach diesen Studien hat der berufliche Status des Ehemannes Auswirkungen auf beide Ehepartner, indem beim Ehemann die Bereitschaft zur Partizipation und zur Übernahme von Verantwortung beeinflusst wird und ein Transfer von bei der Berufstätigkeit erworbenen Normen und Verhaltensweisen in die Familie stattfindet; darüber hinaus wird die Beurteilung der Ehe und die Einschätzung der Kompetenz des Ehemannes durch die Ehepartnerin (deren Berufstätigkeit in der Regel ausgeklammert wird) von dessen beruflichem Status bestimmt.

2. Auswirkungen von Arbeitsbedingungen und Arbeitstätigkeit auf die Familie: Die Ergebnisse der Untersuchungen, die sich mit dem Zusammenhang zwischen Arbeitstätigkeit und Familie beschäftigen (Mollenhauer u.a., 1975; Grüneisen und Hoff, 1977; Jackson und Maslach, 1982) sind uneinheitlich. Demgegenüber konsistentere Ergebnisse verweisen auf den weitgehenden Einfluß des Umfangs der Arbeitszeit und der Schichtarbeit (Clark, 1976; Clark, Nye und Gecas, 1978; Mott u.a., 1965; Willmott, 1971).
3. Auswirkungen der Arbeit auf die Familienmitglieder: Besonders weitgehende Auswirkungen der Arbeit sind Thema derjenigen Untersuchungen, die sich mit dem Zusammenhang zwischen Arbeitsbedingungen/Arbeitstätigkeit und anderen Familienmitgliedern beschäftigen. Dabei kann es sich z.B. um das Befinden der Ehefrau (Burke, Weir, DuWors, 1980) oder um die Mortalitätsrate des Partners bzw. der Partnerin (Fletcher, Gowler, Payne, o.J.) handeln. Untersuchungen zum Zusammenhang Berufstätigkeit der Ehefrau - Befinden des Ehemannes (Kessler und Mc Rae, 1982; Staines u.a., 1986) oder zu den Auswirkungen von Frauenerwerbstätigkeit auf die Kinder, sind ebenfalls dieser Gruppe zuzuordnen.

Wenn auch die genannten Themenbereiche unterschiedliche abhängige und unabhängige Variablen einbeziehen, so liegen ihnen doch gemeinsame Erklärungsansätze zugrunde: In einem ersten Erklärungsansatz, der Parallelen zum Generalisationsmodell zeigt, wird angenommen, daß der Arbeitende bei der Arbeitstätigkeit psychische Merkmale (z.B. Kompetenzen, Einstellungen) entwickelt, die das Verhalten in der Familie, und damit auch die anderen Familienmitglieder beeinflussen.

Ausgangspunkt eines zweiten Erklärungsansatzes ist, daß dem Arbeitenden für die Erfüllung seiner verschiedenen betrieblichen und außerbetrieblichen Anforderungen nur eingeschränkt Kapazitäten zur Verfügung stehen. Vielseitige Anforderungen bei der Arbeit und berufliche Interessen können dazu führen, daß nur wenig Kapazitäten für die Familie bleiben; dies kann dann die Ursache von Konflikten in der Ehe sein.

Die in den Erklärungsansätzen postulierten Folgen der Arbeit auf die Familie lassen sich empirisch nur z.T. nachweisen. Das Fehlen systematischer Zusammenhänge ist auf mehrere Ursachen zurückzuführen. Zum einen besteht bei diesen Studien - ähnlich wie bei dem Themenbereich Arbeit und Freizeit - ein erhebliches Theoriedefizit, das darin zum Ausdruck kommt, daß über die genannten Erklärungsansätze hinaus kaum theoretische Aussagen zu finden sind.

Damit verbunden ist, daß auch die untersuchten Merkmale der Arbeit und der Familie allenfalls ansatzweise theoretisch abgeleitet sind, ihre Auswahl mithin oft recht willkürlich ist. Ein weiterer Grund liegt darin, daß sich die Untersuchungen vor allem auf korrelative Zusammenhänge zwischen einzelnen Variablen beschränken. Der Einfluß mehrerer unterschiedlicher Variablen, indirekte und langfristige Effekte und auch die Wirkung von Moderatorvariablen werden dabei nicht untersucht. Teilweise widersprüchliche Untersuchungsergebnisse sind auf diesem Hintergrund nicht verwunderlich.

Wenn auch bei den Studien zum Zusammenhang Arbeit - Freizeit und Arbeit - Familie noch einige Defizite bestehen, so liefern sie doch Hinweise auf unterschiedliche Auswirkungen der Arbeit auf den außerbetrieblichen

Bereich. Am Beispiel streßtheoretischer Ansätze soll geprüft werden, inwieweit durch eine verstärkte Berücksichtigung psychologisch-theoretischer Aussagen die Beziehungen zwischen Arbeit und außerbetrieblichem Bereich differenzierter beschrieben werden können.

11.3 Streßtheoretische Ansätze und ihre Bedeutung für den Zusammenhang Arbeit - Freizeit

Bei der Diskussion der Freizeitmodelle wurde festgestellt, daß diese vor allem die Folgen der Arbeit auf die Freizeit berücksichtigen. Andere Effekte, die die Freizeit für die Beschäftigten haben kann, werden kaum thematisiert. Eine solche monokausale Sichtweise widerspricht aber streßtheoretischen Ansätzen, die von einer transktionalen Person-Umwelt-Beziehung ausgehen (vgl. Kap. 1). Freizeit und Familie ist für die Untersuchung von Streß am Arbeitsplatz nicht nur als abhängige Variable, sondern in dreifacher Hinsicht von Bedeutung (vgl. auch Pearlin und Turner, 1987):

1. Die Auswirkungen von Arbeitsbelastungen können sich auf die Freizeit beziehen.
2. Bedeutsame Moderatorvariablen sind dem außerbetrieblichen Bereich zuzuordnen.
3. Freizeit und Familie sind ihrerseits eine Quelle von Belastungen.

11.3.1 Auswirkungen der Arbeitsbedingungen auf Freizeit und Familie

Bei den theoretischen Ansätzen und Untersuchungen zum Thema Streß am Arbeitsplatz wird kaum direkt auf die Freizeit der Beschäftigten eingegangen, es ergeben sich jedoch Schlußfolgerungen für den außerbetrieblichen Bereich.

Auf dem Hintergrund transaktionaler Streßkonzepte lassen sich die Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit im Sinne von *Streßbewältigung* oder von *Streßfolgen* beschreiben (Bamberg, 1986a): Wenn eine Person am Arbeitsplatz Bedingungen ausgesetzt ist, die als aversiv beurteilt werden, dann kann in der Freizeit versucht werden, die aversiven Arbeitsbedingungen oder deren Folgen zu bewältigen; zudem ist möglich, daß in der Freizeit die Folgen von Belastungen am Arbeitsplatz auftreten.

Darüber hinaus bestehen natürlich auch Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit, die nicht durch streßtheoretische Ansätze zu erklären sind. Dies gilt für diejenigen Auswirkungen, die im Zusammenhang mit beruflicher Sozialisation diskutiert werden und die nicht auf Belastungen, sondern auf andere Faktoren der Arbeit (z.B. Qualifizierungsmöglichkeiten) zurückzuführen sind.

Wie im folgenden näher erläutert werden soll, läßt sich durch die Gegenüberstellung von Freizeitmodellen und streßtheoretischen Aussagen zeigen, daß Generalisation und Kompensation zwei (sich nicht ausschließende) Varianten der Beziehung zwischen Arbeit und Freizeit sind, auf die der Zusammenhang zwischen den beiden Lebensbereichen jedoch nicht reduziert werden sollte.

Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten

Wenn die Freizeit dazu dienen soll, mit (vergangenen und/oder zukünftigen) Arbeitsbedingungen verbundene Belastungen bzw. deren Folgen zu reduzieren oder zu vermeiden, dann kann Freizeitverhalten als *Bewältigungsverhalten* beschrieben werden.

Gemäß den theoretischen Ansätzen zur Streßbewältigung (z.B. Lazarus und Launier, 1981; Lazarus und Folkman, 1984) und zur Belastungsregulation (z.B. Schönpflug, 1979; Schulz, 1979) bestimmen die folgenden Faktoren das Bewältigungsverhalten und sind damit auch bei der Untersuchung des Zusammenhangs zwischen Arbeit und Freizeit zu berücksichtigen: Die (vergangenen, gegenwärtigen und zukünftigen) Arbeitsbedingungen und deren Einschätzung, die objektiven Bewältigungsmöglichkeiten, die subjektiven Bewältigungsmöglichkeiten und der Bewältigungsdruck.

Unter Bezugnahme auf die Klassifikation von coping von Lazarus und Launier (1981) ergeben sich mehrere Möglichkeiten von Freizeitverhalten als Bewältigung: Es kann schwerpunktmäßig auf das Selbst oder auf die Umwelt bezogen sein, wobei unterschiedliche Varianten wie intrapsychische Prozesse, Informationssuche, direkte Aktionen oder Aktionshemmung möglich sind. Die Möglichkeit inadäquater Bewältigung (Schönpflug und Schulz, 1979; Schönpflug und Battmann, 1987) ist zu berücksichtigen.

Obwohl das Thema Streßbewältigung in jüngerer Zeit zunehmend an Bedeutung gewonnen hat, gibt es kaum Untersuchungen über Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten (Kabanoff und O'Brien, 1986). Es gibt bislang nur wenige Aussagen darüber, unter welchen Bedingungen wie bewältigt wird. Insofern können Aussagen dazu, welches konkrete Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten durchgeführt wird, aus dem Bewältigungsansatz nicht abgeleitet werden.

Wenn wir Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten analysieren, so dürfte sich dies zunächst vor allem auf kurz- oder mittelfristige Zusammenhänge zwischen Arbeit und Freizeit beziehen, d.h. am Feierabend, am Wochenende oder im Urlaub wird versucht, Belastungen oder Belastungsfolgen zu bewältigen. Wird das entsprechende Bewältigungsverhalten habitualisiert, so können damit auch langfristige Streßfolgen gegeben sein.

Der Bewältigungsansatz bedeutet eine Erweiterung des Kompensationsmodells: Während im Kompensationsmodell lediglich der Aspekt des Ausgleichs der Freizeit gegenüber der Arbeit betont wird, bezieht sich der Bewältigungsansatz auch auf andere Möglichkeiten der Belastungsverarbeitung. In Untersuchungen zum Kompensationsmodell wird häufig aus "Gegensätzlichkeit" auf Kompensation geschlossen (z.B. wenn qualitative Überforderung bei der Arbeit mit Passivität in der Freizeit verbunden ist). Aus dem Bewälti-

gungskonzept wird aber deutlich, daß die Untersuchung von Freizeitverhalten als Bewältigung oder Kompensation so einfach nicht ist:

Qualitative Überforderung in der Arbeit könnte auch dadurch bewältigt werden, daß die Betroffenen sich in der Freizeit weiterqualifizieren. Ein Kriterium, ob bewältigt wird, ist, daß das Verhalten darauf gerichtet ist, eine subjektiv befriedigende Person-Umwelt Passung zu erreichen, bzw. zu erhalten (Braukmann und Filipp, 1984). Kompensation berücksichtigt davon einen Aspekt: den, daß das Verhalten darauf gerichtet ist, Arbeitserfahrungen auszugleichen. Die Intention oder das Ziel des Verhaltens ist also ein wesentliches Kriterium dafür, ob bewältigt oder kompensiert wird. Die Intention des Verhaltens wird in den wenigsten Untersuchungen erfaßt. Aus der in Untersuchungen häufig berücksichtigten Einstellung zur Freizeit oder aus dem Freizeitverhalten kann aber kaum auf die Intention des Verhaltens geschlossen werden, kann somit auch kaum auf Kompensation oder Bewältigung geschlossen werden.

Neben dem genannten Problem wird die Erfassung von Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten oder als Kompensation durch eine Reihe von Bedingungen erschwert: So ist Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten (oder als Kompensation) von Faktoren wie z.B. den objektiven und subjektiven Bewältigungsmöglichkeiten abhängig (s.o.), die in den entsprechenden Untersuchungen berücksichtigt werden müßten. Darüber hinaus ist bislang offen, wann wie bewältigt wird, wann z.B. durch Informationssuche und wann durch Aktionshemmung, und inwieweit es sich bei der Bewältigung um ineffektives Bewältigungsverhalten handeln kann.

Auf diesem Hintergrund ist es nicht verwunderlich, daß keine Untersuchungsergebnisse zu Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten vorliegen und daß auch die Untersuchungen zum Kompensationsmodell sich auf einfache Zusammenhänge beschränken: wir verfügen bislang kaum über Methoden, um dieses Modell adäquat zu überprüfen.

Die Folgen der Arbeit auf die Freizeit

Nach der Systematisierung von Greif u.a. (1983; vgl. Kap. 1) lassen sich kurz- und langfristige Streßfolgen unterscheiden, die sich auf verschiedene Ebenen beziehen können: auf die physiologische/somatische oder psychosomatische Ebene, auf die kognitiv/emotionale Ebene und auf die Handlungs-/Verhaltensebene.

Welche Konsequenzen diese Folgen der Arbeit für die Freizeit haben, dazu existieren bislang lediglich erste Überlegungen, die zudem je nach berücksichtigter Kategorie unterschiedlich konkret sind:

Die z.B. von Rissler (1977) berichteten Streßfolgen auf der physiologischen Ebene, die am Feierabend auftreten, sind mit verstärkter Ermüdung und größerer Irritierbarkeit verbunden. Die Konsequenzen, die Ärger- oder Wutreaktionen auf die Freizeit haben, oder die Bedeutung eingeschränkten Sozialverhaltens (Cohen, 1980) sind zwar plausibel; in welchem Ausmaß aber die Freizeit von diesen Streßfolgen betroffen ist, bleibt offen.

Mohr (1986; vgl. Kap. 5) hat bei der Entwicklung der Skalen zu Befindensbeeinträchtigungen festgestellt, daß Industriearbeiter, wenn sie selbst die Folgen von Belastungen am Arbeitsplatz ausdrücken, sich auf Erschöpfungszustände, auf Probleme, nach der Arbeit abschalten zu können und auf Gereiztheit und Ärgerreaktionen beziehen. Die von Mohr auf dieser Grundlage entwickelte Skala Gereiztheit/Belastbarkeit ermöglicht als eines der wenigen Untersuchungsinstrumente, Folgen auf das emotionale Befinden im außerbetrieblichen Bereich zu untersuchen.

Dem Generalisationsmodell liegt die Annahme zugrunde, daß bestimmte psychische Merkmale bei der Arbeit oder durch die Arbeitstätigkeit entwickelt werden und in die Freizeit transferiert werden. Insofern bezieht sich das Generalisationsmodell auf Auswirkungen der Arbeit, die vor allem im Rahmen des Themenbereichs berufliche Sozialisation/Arbeit und Persönlichkeit (Frese, 1982; Hoff, 1986; Kohn, 1985) untersucht werden. Die Folgen von Streß am Arbeitsplatz sind ein Aspekt dieser Auswirkungen.

Die Untersuchungen zum Generalisationsmodell berücksichtigen aber in der Regel nur eine Variante der Folgen der Arbeit auf die Freizeit: Dann und nur dann, wenn bestimmte Komponenten psychischer Merkmale in Arbeit und Freizeit ähnlich ausgeprägt sind (z.B. häufiges Sozialverhalten in der Arbeit und in der Freizeit, hohe Arbeitszufriedenheit und hohe Freizeitzufriedenheit), wird auf Generalisation geschlossen. Andere Folgen der Arbeit auf die Freizeit bleiben ausgespart: All diejenigen Folgen auf der psychosomatischen, der kognitiv-emotionalen und der Handlungsebene, die der genannten Voraussetzung nicht entsprechen, bleiben ausgespart. Ausgespart bleiben auch die Überlegungen zu unterschiedlichen Folgen bei unterschiedlichen Merkmalen von Arbeit und Freizeit: Ob z.B. bei Sozialverhalten die oben beschriebene Variante der Generalisation anzunehmen ist, bei körperlich aktivem Verhalten aber weniger.

Nach streßtheoretischen Ansätzen ergeben sich also zwei Gruppen von Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit: Freizeit kann demnach zur Bewältigung von Arbeitsbelastungen dienen; dies entspricht einer Erweiterung der im Kompensationsmodell formulierten Annahme des Ausgleichs der Freizeit gegenüber der Arbeit. Darüber hinaus haben Arbeitsbedingungen und Arbeitstätigkeiten (und besonders auch Stressoren am Arbeitsplatz) Folgen für die Freizeit, die sich auf verschiedene Ebenen psychischer Merkmale beziehen. Mit dem Generalisationsmodell wird ein Aspekt dieser Folgen, nämlich der, daß psychische Merkmale in Arbeit und Freizeit ähnlich ausgeprägt sind, thematisiert.

Wie wir gezeigt haben, lassen sich die Freizeitmodelle nicht eindeutig trennen, sind sie nicht alternativ, sind sie bisher kaum untersucht, bzw. fehlen geeignete Untersuchungsinstrumente - besonders für das Kompensationsmodell. Darüber hinaus lassen sich durch die Modelle die Beziehungen zwischen Arbeit und Freizeit nur partiell beschreiben. Bei Untersuchungen zum Zusammenhang zwischen Arbeit und außerbetrieblichem Bereich die Freizeitmodelle zugrunde zu legen, scheint auf diesem Hintergrund nicht sinnvoll.

Stattdessen sollte zunächst geprüft werden, welche Merkmale der Arbeitsbedingungen und der Arbeitstätigkeit welche Auswirkungen auf

unterschiedliche Merkmale der Freizeit haben. Damit kann dann untersucht werden, inwieweit Freizeit der Streßbewältigung dient, und inwieweit Folgen der Arbeit auf die Freizeit gegeben sind. Voraussetzung dafür ist, ein Untersuchungsinstrument zu entwickeln, mit dessen Hilfe unterschiedliche Aspekte der Freizeit erfaßt werden können. In Abschnitt 4 werden wir darauf zurückkommen.

11.3.2 Familie und Freizeit als Moderatoren des Streßgeschehens

Den Beziehungen in der Familie kommt eine besondere Bedeutung für die Gesundheit der Familienmitglieder zu: Mehrere Studien weisen einen Zusammenhang nach zwischen emotionalen Beziehungen, Interaktionen, der Stabilität der Partnerschaft und dem psychosozialen Befinden der Familienmitglieder (vgl. Brown, Bhrolcháin und Harris, 1980; Surtees, 1980). Möglichkeiten der Belastungsreduktion durch die Familie, besonders durch die Ehepartner werden v.a. unter dem Thema Soziale Unterstützung behandelt, ein Thema, das bislang weitgehend unabhängig von Ansätzen zu Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit diskutiert wurde.

Da sich zahlreiche Publikationen mit dem Thema Soziale Unterstützung beschäftigen (vgl. Cohen und Syme, 1985; House, 1981; Udriș, 1982 und Kap. 7) stehen hier diejenigen Aspekte, die uns für den Zusammenhang zwischen Arbeit, Freizeit und Familie zentral erscheinen, im Vordergrund. Auf drei Aspekte, die auch für die Skalenentwicklung von Bedeutung waren, wollen wir dabei eingehen (vgl. ausführlicher Bamberg, 1986a):

1. Auf Möglichkeiten der Beeinflussung sozialer Unterstützung durch Merkmale der Arbeitsbedingungen und der Arbeitstätigkeit,
2. auf soziale Unterstützung in Belastungssituationen,
3. auf fehlende soziale Unterstützung.

zu 1)

Soziale Unterstützung dürfte, außer von den unterstützenden Personen bzw. dem sozialen Netzwerk, auch von dem Verhalten der unterstützten Person abhängen, d.h. deren Sozialverhalten beeinflusst das Ausmaß der sozialen Unterstützung, das sie erhält (vgl. Bamberg u.a., 1986). Dies verweist darauf, daß ein Zusammenhang besteht zwischen dem Themenbereich Arbeit und Freizeit und dem Themenbereich Soziale Unterstützung: Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit können mit Auswirkungen der Arbeit auf soziale Unterstützung verbunden sein (vgl. Kasl und Wells, 1985). Dies ist vor allem dann der Fall, wenn Arbeitsbedingungen eine Beeinträchtigung des interpersonellen Verhaltens im außerbetrieblichen Bereich zur Folge haben. Die Beeinträchtigungen interpersonellen Verhaltens können zu einer Reduktion sozialer Unterstützung führen. Soziale Unterstützung wäre demnach keine von den Arbeitsbedingungen unabhängige Moderatorvariable. Um diesen Zusammenhang erfassen zu können, ist es sinnvoll, bei der Untersuchung sozialer Unterstützung durch die Ehepartner auch deren Interaktionsverhalten zu berücksichtigen.

zu 2)

Soziale Unterstützung wird häufig in Hinblick auf die Frage untersucht, wie Befindensbeeinträchtigungen als Streßfolgen durch soziale Unterstützung reduziert werden, es wird also nach der positiven Wirkung von sozialer Unterstützung in oder kurz nach Streßsituationen gefragt. Die Belastungssituation wird jedoch bei der Operationalisierung von sozialer Unterstützung in der Regel nicht berücksichtigt. Stattdessen wird soziale Unterstützung allgemein erfaßt (z.B.: Wie sehr unterstützen diese Personen Sie, daß Sie es in der Arbeit leichter haben...). Zu prüfen ist, inwieweit nicht soziale Unterstützung bei vorausgegangenen Belastungssituationen gezielt erfaßt werden kann (z.B.: Wie sehr unterstützen diese Personen Sie, wenn sie unter Zeitdruck stehen/ wenn es Ihnen schlecht geht...).

zu 3)

Aus Studien, die vor allem der klinischen Psychologie zuzurechnen sind, geht hervor, daß sich Verhaltensweisen, die inkompatibel mit sozialer Unterstützung sind, negativ auf die Beziehung und auf die Gesundheit der Partner auswirken. Ein Defizit an sozialer Unterstützung bedeutet also nicht nur das Fehlen einer Pufferfunktion, sondern kann eine Quelle zusätzlicher Belastungsfaktoren sein. Wir werden darauf im nächsten Abschnitt zurückkommen.

Bei der Untersuchung des Zusammenhangs zwischen Arbeit und Familie sind also drei Merkmalsbereiche sozialer Unterstützung zu berücksichtigen (Bamberg, 1986a):

- soziale Interaktionen in der Partnerschaft,
- soziale Unterstützung in Belastungssituationen,
- fehlende soziale Unterstützung bzw. mit sozialer Unterstützung inkompatible Verhaltensweisen.

11.3.3 Stressoren im außerbetrieblichen Bereich

Belastungen im außerbetrieblichen Bereich wurden traditionell vor allem im Rahmen der life-event-Forschung (vgl. zusammenfassend Katschnig, 1980) untersucht. In jüngerer Zeit wird zunehmend die Notwendigkeit der Berücksichtigung alltäglicher kleinerer Ärgernisse betont (Lazarus, 1982; Lazarus und Folkman, 1984; Delongis u.a., 1988). Pearlin und Turner (1987) unterscheiden folgende Gruppen von Stressoren in der Familie, die auch außerhalb der Familie, im außerbetrieblichen Bereich also, auftreten können:

- Innerhalb der individuellen Lebenszyklen selten auftretende Stressoren, die sich weiter unterteilen lassen in Ereignisse, die der jeweiligen Lebensphase entsprechen und unvorhergesehene Ereignisse. Diese Gruppe entspricht den in der life-event Forschung berücksichtigten Stressoren (z.B. Trennung von einem nahen Angehörigen).
- Chronische, immer wieder auftretende Stressoren, die den alltäglichen Ärgernissen entsprechen (z.B. Konflikte in der Familie).

Auf der letztgenannten Gruppe soll hier das Schwergewicht liegen. Eine Systematisierung alltäglicher Stressoren erfolgt dabei in der Regel über die

Art der Streßquelle (Familie, Freunde, Verwandte etc; vgl. z.B. Delongis u.a., 1988; Wolf u.a., 1989).

Obwohl die Auswirkungen von beruflichen und von außerberuflichen Belastungen häufig einander gegenübergestellt werden, wurde der Zusammenhang zwischen betrieblichen und außerbetrieblichen Belastungen in der Vergangenheit vergleichsweise selten untersucht: In Studien, die sich auf Belastungen am Arbeitsplatz beziehen, werden Stressoren im außerbetrieblichen Bereich in der Regel vernachlässigt. Werden dagegen außerbetriebliche Belastungen untersucht, dann werden Merkmale der Arbeitstätigkeit und der Arbeitsbedingungen allenfalls global erfaßt. Erst in jüngerer Zeit gibt es verstärkt Untersuchungen zum Zusammenhang zwischen Belastungen am Arbeitsplatz und Belastungen in Freizeit und Familie (vgl. Burke, 1986; Cooke und Rousseau, 1984; Pardine u.a., 1981). Einheitliche und eindeutige Untersuchungsergebnisse zu diesem Thema liegen jedoch nicht vor.

Nach streßtheoretischen Ansätzen können Belastungen in beiden Lebensbereichen nicht als Alternative gesehen werden. Folgen von Streß am Arbeitsplatz auf außerbetriebliche Belastungen sind in mehrfacher Hinsicht zu erwarten:

1. Durch Auswirkungen von Arbeitsstressoren entstehen im außerbetrieblichen Bereich weitere Stressoren.

Dies ist dann der Fall, wenn sich die Bewältigung von Arbeitsstressoren und/oder die Bewältigung der Folgen von Arbeitsstressoren auf den außerbetrieblichen Bereich beziehen und dazu führen, daß hier eine neue Streßsituation entsteht. Ein verbreitetes Beispiel sind Ärgerreaktionen, die aufgrund von Arbeitsbelastungen entstanden sind und zu sozialen Konflikten in der Familie führen.

2. Arbeitsstressoren beeinflussen die Wahrnehmung außerbetrieblicher Belastungen und deren Bewältigungsmöglichkeiten.

Die Einschätzung einer Situation als bedrohlich ist auch von den Emotionen der betroffenen Person abhängig. Bestehen aufgrund vorausgegangener Arbeitsbelastungen negative Emotionen, können damit auch entsprechende Situationsempfindungen in der Freizeit verstärkt werden. Es ist also anzunehmen, daß durch Belastungen am Arbeitsplatz außerbetriebliche Bedingungen verstärkt als aversiv wahrgenommen werden; das heißt, daß bestimmte Situationen in der Freizeit zunehmend negativ bewertet werden. In Freizeitsituationen können auch dann aversive Empfindungen intensiviert werden, wenn vorausgegangene Arbeitsbelastungen zur Verringerung der Bewältigungskapazitäten geführt haben. Wer durch die Arbeit überlastet ist, kann sich mit anstehenden Anforderungen oder Problemen kaum hinreichend auseinandersetzen. Die Streßverarbeitung in einem Lebensbereich kann demnach die Bewältigungskapazität von Streß in einem anderen Lebensbereich beeinträchtigen.

11.4 Zusammenfassung und Konsequenzen für die Untersuchung des Zusammenhangs zwischen Arbeit, Freizeit und Familie

Für weiterführende Untersuchungen der Zusammenhänge zwischen Arbeit, Freizeit und Familie sind drei Themen von besonderer Bedeutung:

1. Auswirkungen von Merkmalen der Arbeit (insbesondere Streß am Arbeitsplatz) auf Freizeit und Familie,
2. Möglichkeiten der Belastungsreduktion,
3. Außerbetriebliche Belastungen und ihr Zusammenhang zu Streß am Arbeitsplatz.

zu 1)

Mögliche Auswirkungen der Arbeit auf Freizeit und Familie lassen sich als Bewältigung oder als langfristige Streßfolgen interpretieren. Freizeitverhalten als *Bewältigungsverhalten* (dazu gehören auch kompensierende Effekte der Arbeit auf die Freizeit) liegt dann vor, wenn die Freizeit die Funktion hat, mit Belastungen der Arbeit umzugehen - sie zu reduzieren oder zu verhindern. Habitualisiert das Bewältigungsverhalten, dann wäre dies als eine *langfristige Folgewirkung* der Arbeit auf die Freizeit einzuordnen. Die Folgen der Arbeit auf die Freizeit können kurz- oder langfristig sein und sich auf unterschiedliche Ebenen beziehen. Sie entsprechen dann dem Generalisationsmodell, wenn durch die Arbeit psychische Merkmale entwickelt werden, die auch außerhalb der Arbeit beibehalten werden.

Der Zusammenhang zwischen Arbeit und Freizeit läßt sich nicht durch ein allein gültiges Modell beschreiben. In Abhängigkeit von den ausgewählten Merkmalen und Kontextbedingungen sind unterschiedliche Beziehungen, die über die Modelle hinausgehen, zwischen Arbeit und Freizeit zu erwarten. Die genannten Folgen betreffen nicht nur die Freizeit, sondern auch das Familienleben und damit auch die Familienangehörigen der Beschäftigten. Möglichkeiten der Belastungsreduktion, wie soziale Unterstützung, und Belastungen im außerbetrieblichen Bereich können ebenfalls von Streß am Arbeitsplatz beeinflußt werden (s.o.).

Für die Entwicklung eines Untersuchungsinstruments, das die Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit erfassen soll, ergibt sich als Konsequenz, daß unterschiedliche Aspekte des außerbetrieblichen Bereichs zu berücksichtigen sind. Damit wird es auch möglich, die im Rahmen streßtheoretischer Ansätze durchgeführten Untersuchungen mit solchen zu den Freizeitmodellen zu vergleichen.

Wenn wir streßtheoretische Überlegungen und die Untersuchungen zu den Freizeitmodellen zugrunde legen, dann sollten bei den Untersuchungen der Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit, Freizeitaktivitäten, spezifische Aspekte von Freizeitverhalten und Einschätzungen der Freizeit berücksichtigt werden.

Zur Erfassung von Freizeitaktivitäten werden häufig sog. *Freizeitaktivitätenlisten* in Untersuchungen einbezogen; dabei wird ein Summenwert aus den unterschiedlichsten Freizeitaktivitäten gebildet. Dieses Maß wird als Indikator für das Aktivitätsniveau der Freizeit oder für die Variabilität von Freizeitverhalten verwendet. Wenn auch der Einwand, daß das Aktivitätsniveau oder die Variabilität von Freizeitverhalten sich weniger aus der Quantität als aus der Qualität von Aktivitäten ergibt, berechtigt erscheint, so ist eine Einbeziehung von

Freizeitaktivitäten in Untersuchungen dennoch deshalb sinnvoll, da sie den Vergleich mit anderen Untersuchungsergebnissen ermöglicht.

Doch auch darüber, welche *konkreten Freizeittätigkeiten* durch Arbeitsbedingungen und Arbeitstätigkeiten beeinflusst werden, gibt es bislang kaum theoretische Überlegungen. Eine Ausnahme ist hier Karasek (1978), der davon ausgeht, daß auf der Aktivitätsdimension *carry over* stattfindet, d.h. Arbeitstätigkeiten mit hohen Anforderungen und hohem Entscheidungsspielraum führen zu aktivem, anforderungsreichen Freizeitverhalten. Auf der Anforderungsseite dagegen erwartet Karasek Kompensation: Anforderungsreiche Arbeit wird durch weniger anforderungsreiche Freizeit kompensiert. Diese Unterscheidung von Karasek spricht dafür, bei der Erfassung konkreter Freizeittätigkeiten unterschiedliche Aktivitäten zu berücksichtigen. Forschungspragmatisch liegt es nahe, soziale Aktivitäten stärker einzubeziehen, da, wie wir weiter oben hervorgehoben haben, von Auswirkungen der Arbeit auf soziale Aktivitäten Folgewirkungen für soziale Unterstützung zu erwarten sind.

Im Zusammenhang mit der Diskussion von Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten wurde hervorgehoben, daß ein Kriterium dafür, ob ein Verhalten Bewältigungsverhalten ist, die Intention des Verhaltens ist. Wird z.B. bei hoher Arbeitsintensität ein bestimmtes Freizeitverhalten vor allem zur Erholung durchgeführt, so könnte daraus geschlossen werden, daß dieses Freizeitverhalten der Bewältigung von hoher Arbeitsintensität dienen soll. Bei der Erfassung *spezifischer Aspekte von Freizeitverhalten* ist deshalb wichtig, die Intention des jeweiligen Verhaltens zu berücksichtigen.

Die Untersuchungen zu den Freizeitmodellen beziehen sich häufig auf *Einschätzungen der Freizeit*. Dabei wird entweder ein globales Maß der Freizeitzufriedenheit zugrunde gelegt, oder es werden Einschätzungen nach unterschiedlichen Kriterien (z.B. Bedeutung der Freizeit) vorgenommen. Ziel dabei ist, zu überprüfen, mit welcher Beurteilung der Freizeit unterschiedliche Arbeitsbedingungen verbunden sind. Aufgrund größerer Informationshaltigkeit ist eine Beurteilung verschiedener Aspekte der Freizeit einem globalen Maß der Freizeitzufriedenheit vorzuziehen.

zu 2)

Bei den Möglichkeiten der Belastungsreduktion durch Freizeit und Familie ist die soziale Unterstützung von besonderer Bedeutung. Drei Komponenten von sozialer Unterstützung sind, wie wir oben ausgeführt haben, besonders zu berücksichtigen:

- a) Um nicht nur das unterstützende Verhalten, sondern auch das interpersonelle Verhalten der PartnerInnen untersuchen zu können, ist es notwendig, das Interaktionsverhalten der beiden PartnerInnen einzubeziehen.
- b) Um soziale Unterstützung bei Streß am Arbeitsplatz erfassen zu können, ist es notwendig, bei der Operationalisierung von sozialer Unterstützung auch die Belastungssituation einzubeziehen.
- c) Da das Fehlen sozialer Unterstützung nicht nur das Fehlen einer Moderatorvariablen bedeuten kann, sondern darüber hinaus möglicherweise eine wichtige Streßquelle darstellt, sind auch ein Defizit an sozialer Unterstützung, bzw. Verhaltensweisen, die inkompatibel mit sozialer Unterstützung sind, in Untersuchungen einzubeziehen.

zu 3)

Bei den Belastungen im außerbetrieblichen Bereich sollten nicht außergewöhnliche Ereignisse, sondern alltägliche Stressoren einbezogen werden. Dabei

können unterschiedliche Belastungsquellen unterschieden werden. Besondere Bedeutung innerhalb der alltäglichen Ärgernisse haben soziale Stressoren. Soziale Stressoren in der Familie sind in der Mehrzahl auf das Verhalten der interagierenden Familienmitglieder bzw. auf Konflikte in der Familie (vgl. Croog, 1976) zurückzuführen.

Weiter oben wurde die Annahme diskutiert, daß durch Arbeitsstressoren außerbetriebliche Bedingungen zunehmend als aversiv beurteilt werden. Um eine Voraussetzung zu schaffen, diese Annahme überprüfen zu können, ist es sinnvoll, bei der Erfassung von potentiell streßauslösenden Bedingungen im außerbetrieblichen Bereich, zwischen dem Auftreten der jeweiligen Ereignisse ("Freizeitstressoren") und ihrer (negativen) Bewertung ("Freizeitbeanspruchung") zu trennen.

11.5 Das Untersuchungsinstrument

Unsere Untersuchungen sollen hier summarisch berichtet werden (zur ausführlichen Darstellung vgl. Greif, u.a., 1982; Bamberg, 1986a; Bamberg, 1986b; Bamberg u.a., 1986). Im Vordergrund unserer Arbeit stand die Entwicklung eines Fragebogens zur Erfassung unterschiedlicher Merkmale des außerbetrieblichen Bereichs. Wir werden deshalb vor allem auf die Entwicklung des Untersuchungsinstrumentariums und auf Zusammenhangsanalysen innerhalb des außerbetrieblichen Bereichs eingehen.

Wir beziehen uns vor allem auf die Ergebnisse der ersten und der zweiten Querschnittstudie (zur ausführlichen Darstellung vgl. Bamberg, 1986a). Eine Beschreibung dieser Untersuchungen findet sich in Kapitel 3 des vorliegenden Bandes.

Zur Untersuchung der in den letzten Abschnitten diskutierten Themenstellung konnte auf kein bereits entwickeltes Untersuchungsinstrumentarium zurückgegriffen werden. In mehreren zunächst v.a. qualitativen dann zunehmend quantitativen Untersuchungsphasen (vgl. Kapitel 3) wurden Interviews durchgeführt und Zeitbudgets erhoben; die Ehepartnerinnen der Beschäftigten wurden befragt und Vorformen des Fragebogens wurden erprobt.

Auf dieser Basis wurde ein Fragebogen entwickelt, der u.a. die folgenden Skalen und Indices enthält (zur ausführlicheren Darstellung vgl. Bamberg, 1986a; Zapf u.a., 1983):

- **SOZIALE AKTIVITÄTEN:** Häufigkeit von Sozialkontakten mit Freunden, Bekannten und Verwandten (außer Partnerin und Kinder).
- **FREIZEITEINSCHRÄNKUNGEN:** Einstellung zu in der Freizeit bestehenden Einschränkungen durch finanzielle Möglichkeiten, zeitliche Begrenzungen etc.
- **PARTNERSCHAFTSVERHALTEN:** Gegenseitigunterstützendes Verhalten in der Partnerschaft (von beiden Partnern).

- **SOZIALE UNTERSTÜTZUNG DURCH DIE EHEPARTNERIN:** Beurteilung der sozialen Unterstützung durch die Ehefrau bei vorausgegangenen Arbeitsbelastungen.
- **FEHLENDE SOZIALE UNTERSTÜTZUNG:** Verhaltensweisen, die nicht der sozialen Unterstützung zuzurechnen sind.
- **SOZIALE FREIZEITSTRESSOREN UND SOZIALE FREIZEITBEANSPRUCHUNG:** Soziale Stressoren und soziale Beanspruchung innerhalb und außerhalb der Familie, die durch soziale Konflikte, durch Anforderungen oder durch Verpflichtungen entstehen.

Darüber hinaus ist von D. Rückert eine FREIZEITAKTIVITÄTENLISTE entwickelt worden und Skalen zu unterschiedlichen Aspekten von Nebentätigkeiten und von Fernsehen (wie NEBENTÄTIGKEITEN ALS HOBBY, NEGATIVE BEWERTUNG VON NEBENTÄTIGKEITEN, FERNSEHEN ZUR INFORMATION, FERNSEHEN ZUR ERHOLUNG), auf die hier nicht weiter eingegangen wird (vgl. Zapf u.a., 1983).

Bei den genannten Variablen handelt es sich um Skalen im Lickert-Format. Die Kennwerte der Skalen gehen aus Tabelle 11.2 hervor.

Tabelle 11.2 Überblick über die Skalen und Indizes des Freizeitbereichs

Skalen- bzw. Indexbezeichnung	1.QU	Anzahl der Items	alpha	N	\bar{x}	s	Skal.	Trennschärfe
SOZIALE AKTIVITÄTEN	1.QU 2.QU	6 4	.74 .70	202 904	3.2 2.9	.72 .76	1-5 1-5	.42 - .55 .44 - .55
FREIZEITEINSCHRÄNKUNGEN	1.QU 2.QU	6 -	.72 -	199 -	1.9 -	.70 -	1-5 -	.38 - .54 -
PARTNERSCHAFTSVERHALTEN	1.QU 2.QU	10 8	.69 .80	165 713	3.6 3.8	.58 .55	1-5 1-5	.28 - .44 .40 - .60
UNTERSTÜTZUNG DURCH PARTNERIN	1.QU 2.QU	5 -	.87 -	184 -	4.4 -	1.9 -	1-7 -	.64 - .81 -
FEHLENDE UNTERSTÜTZUNG	1.QU 2.QU	6 6	.85 .82	179 712	2.7 2.0	1.2 .69	1-7 1-5	.58 - .81 .52 - .66
FREIZEITSTRESSOREN	1.QU 2.QU	11 11	.78 .81	183 905	2.1 2.2	.48 .55	1-4 1-4	.35 - .57 .41 - .58
FREIZEITBEANSPRUCHUNGEN	1.QU 2.QU	11 11	.83 .82	183 895	1.9 2.0	.54 .51	1-4 1-4	.37 - .61 .41 - .57

Tabelle 11.2 zeigt, daß die Skalen eine gute bzw. befriedigende Reliabilität aufweisen (Bamberg, 1986a; Zapf u.a., 1983).

Tabelle 11.3 zeigt die korrelativen Zusammenhänge zwischen den Skalen der Freizeitbereichs (es werden jeweils die Werte aus der 1. und aus der 2. Querschnittuntersuchung angegeben; sofern nur ein Wert genannt wird, wurde die Skala in der 2. Querschnittuntersuchung aus Zeitmangel nicht eingesetzt).

Tabelle 11.3 Interkorrelationen der Skalen des Freizeitbereichs

	Soziale Aktivitäten	Freizeit-einschränkungen	Partnerschaftsverhalten	Soziale Unterstützung	Fehlende soz. Unterstützung	Soziale Freizeitstressoren
Soziale Aktivitäten	-					
Freizeiteinschränkungen	-.21**	-				
Partnerschaftsverhalten	.31**	-.16*	-			
Soziale Unterstützung	.05	.09	.28**	-		
Fehlende soz. Unterstützung	-.08	.26**	-.16*	.11	-	
Soz. Freizeitstressoren	.10	.29**	-.16*	.11	.44**	-
Soz. Freizeitbeanspruchung	-.02	.41**	-.11	.06	.35**	.70**

Legende :

Oberer Wert: 1. Querschnittuntersuchung; N=146 - 206 (Bei Interkorrelation mit Skalen zur Familie liegt das N an der unteren Grenze)

Unterer Wert: 2. Querschnittuntersuchung; N=702 - 904

** auf dem 1%-Niveau signifikant

* auf dem 5%-Niveau signifikant

- Die Skala SOZIALE AKTIVITÄTEN zeigt hochsignifikante Korrelationswerte zu FREIZEITEINSCHRÄNKUNGEN (negativ) und zu PARTNERSCHAFTSVERHALTEN.

- Die Skala FREIZEITEINSCHRÄNKUNGEN zeigt darüber hinaus hochsignifikante Zusammenhänge zu FEHLENDER SOZIALER UNTERSTÜTZUNG sowie zu SOZIALEN FREIZEITSTRESSOREN und zu FREIZEITBEANSPRUCHUNG.
- Die weiter oben unterschiedenen Aspekte sozialer Unterstützung, nämlich gegenseitig unterstützendes Verhalten in der Partnerschaft, soziale Unterstützung in Belastungssituationen und fehlende soziale Unterstützung lassen sich auch empirisch trennen: Zwischen PARTNERSCHAFTSVERHALTEN und SOZIALER UNTERSTÜTZUNG besteht ein hochsignifikanter Korrelationswert; ansonsten besteht zwischen den Skalen dieses Bereichs nur ein geringer Zusammenhang. Dies verweist auf die Möglichkeit einer differenzierteren Berücksichtigung von sozialer Unterstützung.
- Ein sehr enger Zusammenhang besteht zwischen den Skalen FREIZEITSTRESSOREN und FREIZEITBEANSPRUCHUNG. Bei der Beantwortung dieses Teils des Fragebogens wird also nicht differenziert, inwieweit ein potentiell belastendes Ereignis auftritt und inwieweit es stört. Auf eine der beiden Skalen kann damit in weiteren Untersuchungen verzichtet werden.

Wenn wir die Korrelationswerte der ersten und der zweiten Querschnittsuntersuchung vergleichen, dann zeigt sich, daß bei der zweiten Querschnittsuntersuchung zwar die Höhe der Korrelationswerte geringer geworden ist, die Ergebnisse gehen jedoch bei beiden Untersuchungsphasen in dieselbe Richtung.

11.6 Zusammenfassung und Perspektiven

Das von uns entwickelte Instrument soll dazu dienen, unterschiedliche Aspekte des Zusammenhangs zwischen Arbeit und Freizeit zu erfassen: Bei den *Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit* haben wir unterschieden zwischen Freizeit als Bewältigungsverhalten und den Folgen der Arbeit auf die Freizeit. Bei der Erfassung von Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten erwies es sich als sinnvoll, auch die Intention des Verhaltens zu berücksichtigen. Dies sollte durch die Skalen, die sich auf bestimmte Aspekte des Freizeitverhaltens beziehen (z.B. FERNSEHEN ZUR ERHOLUNG) ermöglicht werden. Bei der Erfassung möglicher Folgen der Arbeit auf die Freizeit erlaubt die FREIZEITAKTIVITÄTENLISTE einen Vergleich mit anderen Untersuchungen (die vor allem zur Überprüfung der Freizeitmodelle durchgeführt wurden); auch die Skalen FREIZEITEINSCHRÄNKUNGEN und SOZIALE AKTIVITÄTEN ermöglichen die Untersuchung von Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit.

Zur Erfassung unterschiedlicher Aspekte von *sozialer Unterstützung im außerbetrieblichen Bereich* wurden die Skalen PARTNERSCHAFTSVERHALTEN, SOZIALE UNTERSTÜTZUNG DURCH DIE PARTNERIN und FEHLENDE SOZIALE UNTERSTÜTZUNG entwickelt. Anhand dieser Skalen kann nicht nur überprüft werden, inwieweit sich mögliche Auswirkungen der Arbeit auf die Freizeit auch auf soziale Unterstützung beziehen, sondern auch, welche Effekte soziale Unterstützung durch die Ehepartnerin auf den Zusammenhang zwischen Streß am Arbeitsplatz und Gesundheit hat. Entsprechende Beziehungen von *außerbetrieblichen Belastungen* können anhand der Skalen FREIZEITSTRESSOREN und FREIZEITBEANSPRUCHUNG überprüft werden.

Wie die Darstellung der Skalenentwicklung gezeigt hat, entsprechen die Skalen den üblichen Gütekriterien. Die Zusammenhangsanalysen zwischen den Merkmalen der Arbeitsbedingungen und der Arbeitstätigkeit und der Freizeit, über die an anderer Stelle berichtet wird (Bamberg, 1986a; Bamberg, 1986b; Bamberg u.a., 1986; Greif u.a., 1983), verweisen darauf, daß in der Tat zwischen Arbeitsbedingungen und Merkmalen der Freizeit unterschiedliche Beziehungen bestehen: Zwischen Arbeitsstressoren und Freizeitaktivitäten ergeben sich kaum Zusammenhänge. Die Häufigkeit von Freizeitverhalten, d.h. von unterschiedlichen Freizeitaktivitäten und von sozialen Aktivitäten, ist demnach weitgehend unabhängig von den Arbeitsbelastungen. Gleichzeitig ermöglichen unsere Ergebnisse Hinweise darauf, daß bestimmte Aspekte sozialer Unterstützung (PARTNERSCHAFTSVERHALTEN und FEHLENDE SOZIALE UNTERSTÜTZUNG) und daß Belastungen im Freizeitbereich Beziehungen zu den Arbeitsstressoren aufweisen und demnach keine von den Arbeitsbedingungen unabhängige Moderatoren des Streßgeschehens sind.

Ausgangspunkt bei der Entwicklung der Skalen des außerbetrieblichen Bereichs war, nicht zuletzt in Reaktion auf die Freizeitmodelle, daß ein Fragebogeninstrument entwickelt werden sollte, anhand dessen *unterschiedliche* Beziehungen zwischen Arbeit und Freizeit untersucht werden können. Durch das hier vorgestellte Instrument ist dies möglich. Erste Ergebnisse lassen annehmen, daß in der Tat je nach untersuchtem Merkmal unterschiedliche Zusammenhänge bestehen. In weiteren Forschungsarbeiten sollten einzelne Aspekte des Zusammenhangs zwischen Arbeit und Freizeit in den Vordergrund rücken - und damit auch ausführlicher, ggf. nach einer Erweiterung des Methodeninventars - untersucht werden:

Zur Erfassung von Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten sind verstärkt qualitative Untersuchungen durchzuführen. Dadurch könnte erfaßt werden, durch welches Verhalten in der Freizeit bewältigt wird. Weitere Untersuchungen sind außerdem notwendig, um den transaktionalen Prozeß zwischen Arbeitsbelastungen und Merkmalen der Freizeit, dabei auch soziale Unterstützung und außerbetriebliche Belastungen, beschreiben und erklären zu können. Dies wird nur über Verlaufstudien und Längsschnittstudien möglich: Um Freizeitverhalten als Bewältigungsverhalten erfassen zu können, wäre es notwendig, den Prozeß der Bewältigung - am Feierabend, am Wochenende oder im Urlaub - zu berücksichtigen. Um Folgen nachweisen zu können, sind Mehrfacherhebungen über einen längeren Zeitraum hinweg notwendig. Solch aufwendige Erhebungsverfahren waren im Rahmen der durchgeführten Untersuchungen nicht möglich. Mit dem entwickelten Fragebogen wurde aber eine Voraussetzung für weitere Untersuchungen geschaffen.