INSTITUT FÜR ARBEITSMARKT- UND BERUFSFORSCHUNG
Die Forschungseinrichtung der Bundesagentur für Arbeit

Online Magazin IAB-Forum

Arbeitslosigkeit und Wohlbefinden: Interdisziplinäre Tagung des IAB eröffnet neue Einblicke

Clemens Hetschko, Benjamin Küfner, Gesine Stephan

Die Erforschung von mentaler Gesundheit und Glück – oder, wissenschaftlich formuliert, von subjektivem Wohlbefinden – hat in der Arbeitsmarktforschung in den vergangenen Jahren stark an Bedeutung gewonnen. 44 Forscherinnen und Forscher aus dem In- und Ausland trafen sich am 25. und 26. Januar dieses Jahres in Nürnberg, um den Zusammenhang zwischen Arbeitslosigkeit und Wohlbefinden aus verschiedenen Perspektiven zu beleuchten.

Die bisherige Forschung zeigt einhellig, dass Arbeitslosigkeit die Lebenszufriedenheit, also den meistbeachteten Indikator des subjektiven Wohlbefindens, deutlich senkt. Vergleicht man die negativen Effekte, die ein Verlust des Arbeitsplatzes mit sich bringt, zum Beispiel mit den positiven Effekten einer Hochzeit, wirkt sich der Verlust absolut gesehen mehr als doppelt so stark auf die

Lebenszufriedenheit aus. Dieser Befund allein unterstreicht die Relevanz des Zusammenhangs zwischen Arbeitslosigkeit und Wohlbefinden.

Das Thema birgt jedoch viele weitere Facetten, denen sich die aktuelle Forschung widmet. Das zeigte der zweitägige internationale, interdisziplinäre Workshop „Unemployment and Well-being", den das IAB gemeinsam mit der Freien Universität Berlin und dem „Labor and Socio-Economic Research Center" (LASER) der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) veranstaltete.

PD Dr. Karsten Paul vom Lehrstuhl für Psychologie, insbesondere Wirtschafts- und Sozialpsychologie, an der FAU gab zum Auftakt des Workshops einen Überblick über den Zusammenhang von mentaler Gesundheit, subjektivem Wohlbefinden und Arbeitslosigkeit. Er zeigte unter anderem auf, dass Personen, die mit ihrem Leben weniger zufrieden sind, eher ihren Job verlieren als solche mit einer höheren Lebenszufriedenheit. Zugleich beeinflusst Arbeitslosigkeit das subjektive Wohlbefinden negativ. Ähnliche Wirkungszusammenhänge weist die Beziehung zwischen psychischer Gesundheit und einem Arbeitsplatzverlust auf.

Es kommt darauf an, wie man Glück misst

Allerdings gelten diese Erkenntnisse überraschenderweise nicht für weniger beachtete Indikatoren des Wohlbefindens. Offensichtlich kommt es darauf an, wie man Glück misst. Auf diesen Umstand wies Andreas Knabe, Professor für Finanzwissenschaft an der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg, hin. Knabe befasste sich in seinem Vortrag mit dem Zusammenhang zwischen Arbeitslosigkeit und Affekt, das heißt, emotionalem Wohlbefinden.

Zur Messung des emotionalen Wohlbefindens werden Glücksgefühle von Befragungsteilnehmern bei den verschiedenen Aktivitäten eines Tages gemessen, dann mit der Zeit, die sie mit diesen Aktivitäten verbracht haben, gewichtet und schließlich über den Tag aufsummiert. Das emotionale Wohlbefinden ist bei Arbeitslosen je nach Studie mindestens ebenso hoch wie bei arbeitenden Personen, mitunter sogar höher. Zwar empfinden Arbeitslose Freizeitaktivitäten als weniger positiv im Vergleich zu Beschäftigten („Traurigkeitseffekt"), jedoch können sie insgesamt mehr Zeit auf erfreuliche Tätigkeiten wie Hobbys verwenden und müssen nicht arbeiten, was emotional als vergleichsweise negativ empfunden wird („Zeitverwendungseffekt").

Welchen Einfluss Familie und Umwelt haben können

Die aktuelle Forschung zum Thema Arbeitslosigkeit und Wohlbefinden geht überdies der Frage nach, ob bestimmte Lebensumstände wie das Familienleben oder Umweltfaktoren den Einfluss der Arbeitslosigkeit auf die Lebenszufriedenheit verstärken oder abmildern können. Bereits Karsten Paul hatte gezeigt, dass die Auswirkungen von Arbeitslosigkeit auf Gesundheit und Glück stark von länderspezifischen Merkmalen wie der Einkommensungleichheit oder dem Sozialsystem abhängen.

Giulia Tattarini vom Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung führte aus, dass die eigene Gesundheit infolge eines Arbeitsplatzverlustes weniger beeinträchtigt werden dürfte, wenn Personen durch ihren (Ehe-)Partner oder ihre (Ehe-)Partnerin unterstützt werden. Dabei scheint insbesondere die finanzielle Unterstützung durch den Partner förderlich zu sein. Dieser Effekt zeigt sich insbesondere in südeuropäischen Ländern, die sich durch ein vergleichsweise schwaches soziales Netz und eine hohe Bedeutung der Familie auszeichnen. In Ländern mit einer stärkeren Absicherung durch den Staat hat Tattarini hingegen keinen entsprechenden positiven Einfluss der Familie auf die Gesundheit von Arbeitslosen festgestellt.

Ute-Christine Klehe, Professorin für Arbeits- und Organisationspsychologie an der Justus-Liebig-Universität Gießen, präsentierte ein psychologisches Modell inklusive empirischer Evidenz zum Einfluss der Generosität der Arbeitslosenversicherung auf die psychische Gesundheit und das Jobsuchverhalten Arbeitsloser. Ihre Studie zeigt, dass eine bessere Absicherung durch die Arbeitslosenversicherung einerseits die Dauer bis zur Aufnahme einer Beschäftigung verlängert, andererseits aber auch zu weniger psychischen Problemen während der Arbeitslosigkeit führt. Dies wirkt sich wiederum positiv auf die Qualität des Jobs bei Wiederaufnahme einer Beschäftigung aus.

Bereits einmalige Arbeitslosigkeit wirkt lange nach

Ein Höhepunkt des Workshops war die Keynote von Andrew Clark, Forschungsprofessor an der Paris School of Economics. Clark hat anhand einer Langzeit-Kohortenstudie sowohl den Zusammenhang zwischen emotionalem Wohlbefinden im Kindesalter und Ereignissen im späteren Leben untersucht (zum Beispiel der Wahrscheinlichkeit, arbeitslos zu werden) als auch die Folgen mehrfacher Arbeitslosigkeit auf das spätere Wohlbefinden analysiert.

Prof. Andrew Clark von der Paris School of Economics.

Andrew Clark hob hervor, dass bereits einmalige Arbeitslosigkeit im Erwerbsverlauf langfristige negative Effekte auf das Wohlbefinden hat, also auch noch nachwirkt, wenn die Betroffenen wieder in Beschäftigung sind. Die Wahrscheinlichkeit, im Erwerbseben mindestens einmal arbeitslos zu werden, wird dabei sowohl durch Elternhaus und Kindheit als auch durch Entwicklungen im Erwachsenenleben entscheidend beeinflusst. Zudem steigt die Wahrscheinlichkeit, mindestens einmal arbeitslos zu werden, wenn die Eltern ebenfalls arbeitslos waren.

Dr. Robert Mahlstedt von der Universität Kopenhagen analysierte, inwiefern Trainingsmaßnahmen und Arbeitsgelegenheiten dazu beitragen, die Gesundheit von Arbeitslosen zu verbessern. Seine Befunde zeigen, dass Arbeitslose, die an Trainingsmaßnahmen teilnehmen, weniger gesundheitliche Probleme aufweisen als Nichtteilnehmer. Bei den sogenannten Arbeitsgelegenheiten lassen sich positive gesundheitliche Effekte für Personen, die frühzeitig während ihrer Arbeitslosigkeit an einer Maßnahme teilnehmen, feststellen. Der Gesundheit von Langzeitarbeitslosen hingegen schadet die Teilnahme daran eher.

Boris Ivanov vom Zentrum für Europäische Wirtschaftsforschung (ZEW) in Mannheim stellte erste Ergebnisse der Evaluation des Bundesprogramms „Soziale Teilhabe am Arbeitsmarkt“ vor. Es zielt darauf ab, die soziale Teilhabe von arbeitsmarktfernen Langzeitleistungsbeziehenden zu verbessern, die entweder mit Kindern in einer Bedarfsgemeinschaft leben und/oder aufgrund von gesundheitlichen Einschränkungen besonderer Förderung bedürfen. Nach einem halben Jahr im Programm, so Ivanov, sind die Teilnehmenden wesentlich zufriedener mit ihrem Leben und haben ein stärkeres Gefühl, Teil der Gesellschaft zu sein.

Wie Selbständigkeit und Lebenszufriedenheit zusammenhängen

Zum Abschluss des ersten Workshop-Tages diskutierten die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler, welche weiteren Erkenntnispotenziale die Analyse des Wohlbefindens über das Themenfeld Arbeitslosigkeit hinaus für andere Gebiete der Arbeitsmarktforschung hat. So wird bereits seit langem untersucht, inwiefern sich abhängige Beschäftigung und Selbständigkeit in Bezug auf verschiedene Indikatoren des Wohlbefindens unterscheiden.

Martin Binder, Professor für Ökonomie am Bard College Berlin, stellte die Heterogenität unter den Selbständigen in den Mittelpunkt seines Vortrags. So wies er daraufhin, dass die Lebenszufriedenheit von Personen steigt, die aus einer abhängigen Beschäftigung heraus den Schritt in die Eigenständigkeit wagen („opportunity entrepreneurs“). Auch Selbständige, die vorher arbeitslos waren („necessity entrepreneurs“), gewinnen an Wohlbefinden – allerdings nicht mehr als wenn sie eine abhängige Beschäftigung aufnehmen würden.

Dr. Reto Odermatt von der London School of Economics veranschaulichte, dass Personen beim Übergang in die Selbständigkeit besonders optimistisch in die Zukunft sehen. Dafür nutzen seine Ko-Autoren und er Daten über die für die Zukunft erwartete Lebenszufriedenheit. Allerdings stellt sich diese Erwartung im Vergleich zum tatsächlichen Wohlbefinden Jahre später im Mittel als überoptimistisch heraus. Ein Grund dafür könnte sein, dass Gründer den Arbeitsaufwand, den die Selbständigkeit mit sich bringt, unterschätzen.

Auffällig ist außerdem, dass Unternehmer, die bei der Existenzgründung einen realistischeren Blick in die Zukunft haben, die Selbständigkeit mit einer geringeren Wahrscheinlichkeit bereits innerhalb von drei Jahren aufgeben müssen.

Emotionales Wohlbefinden wird über Smartphone-App abgefragt

Der zweite Workshop-Tag widmete sich zunächst den Herausforderungen bei der Erhebung von Daten zum Wohlbefinden. Alex Bryson, Professor für quantitative Sozialwissenschaft am University College London, stellte hierzu eine neue Datengrundlage vor („Mappiness“), die auf einer Smartphone-App basiert. Im Zentrum der Erhebung steht das emotionale Wohlbefinden, das über den Tag verteilt an zufällig gewählten Zeitpunkten abgefragt wird. Die Daten stehen als Paneldaten zur Verfügung und können mit Standortdaten verknüpft werden.

Auch die Mappiness-Daten zeigen, dass die Tätigkeit des Arbeitens selbst als vergleichsweise negativ empfunden wird. Hierbei fällt auf, dass Arbeiten am Wochenende, vor 6 Uhr oder nach 18 Uhr, diesen Zusammenhang noch verstärkt. Eine Kombination von Arbeiten mit anderen, als angenehm

eingestuften Tätigkeiten wie Musik hören, kann den negativen Effekt des Arbeitens zwar abschwächen, aber nicht aufheben.

Jun.-Prof. Adrian Chadi von der Universität Konstanz.

Adrian Chadi, Juniorprofessor für Personalökonomik an der Universität Konstanz, widmete sich in seinem methodischen Beitrag der Frage, inwiefern situative Einflüsse bei der Befragung die Angaben zum Wohlbefinden beeinflussen. Konkret analysiert er die Erhebung von Lebenszufriedenheitsdaten im Sozio-oekonomischen Panel, einer Wiederholungsbefragung, bei der die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum Abschluss eines langen Interviews nach der allgemeinen Zufriedenheit mit ihrem Leben gefragt werden.

Chadi zeigte, dass die berichtete Lebenszufriedenheit mit steigender Dauer der Befragung signifikant sinkt. Eine Erklärung hierfür liegt darin, dass die Teilnehmenden das Interview mit zunehmender Länge als Belastung wahrnehmen und sich dies auf ihre Antwort auf die Frage zur Lebenszufriedenheit auswirkt.

Arbeitslosigkeit beeinflusst auch die psychische Gesundheit

Neben der Lebenszufriedenheit wird auch die psychische Gesundheit durch Arbeitslosigkeit beeinflusst. Der Frage, wie sich die psychische Gesundheit von Arbeitslosen und Beschäftigten zwischen Regionen mit hoher und niedriger Arbeitslosigkeit unterscheidet, stand im Zentrum des Vortrags von Dr. Mariya Melynchuk vom University College London. Bei Beschäftigten steigt laut Melynchuk bei einer hohen Arbeitslosenquote die Angst vor dem eigenen Jobverlust, was mit einem erhöhten Risiko für die psychische Gesundheit einhergeht.

Bei Arbeitslosen kommt es zu zwei gegenläufigen Effekten. Zum einen, so Melynchuk, sinkt die Wahrscheinlichkeit, einen Job zu finden, wodurch die psychische Gesundheit leidet. Zum anderen verringert der Umstand, dass in derselben Region viele andere Menschen ebenfalls arbeitslos sind, die Erwartung an den Einzelnen, beschäftigt zu sein (schwache soziale Norm der Arbeit). Davon profitiert die psychische Gesundheit Arbeitsloser. Das Geschlecht und der Familienstand spielen hierbei ebenfalls eine Rolle. So haben verheiratete arbeitende Männer und Frauen sowie arbeitslose verheiratete Frauen ein besonders hohes Risiko, an einer psychischen Krankheit zu leiden, wenn die Arbeitslosenquote in der Region hoch ist.

Alleinstehende Arbeitslose fühlen sich stärker ausgeschlossen

Der Vortrag von Laura Pohlan (ZEW und IAB) zeigte auf, wie Arbeitslosigkeit sich auf die soziale Teilhabe der Betroffenen auswirkt. Mit Hilfe von Daten des Panels „Arbeitsmarkt und soziale Sicherung“ (PASS), die mit den sogenannten Integrierten Erwerbsbiografien (IEB) verknüpft wurden, lässt sich zeigen, dass Arbeitslosigkeit zu (wahrgenommener) sozialer Exklusion führt. Jedoch gibt es dabei Unterschiede zwischen Personengruppen. So fühlen sich Arbeitslose, die in einer Partnerschaft leben, weniger von der Gesellschaft ausgeschlossen.

Über den Einfluss der wahrgenommenen Ungerechtigkeit auf das Risiko für Depressionen im Falle von Arbeitslosigkeit berichtete Andrea Zechmann von der FAU. Danach stellt die wahrgenommene Ungerechtigkeit einen Stressfaktor dar, der wiederum die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten einer Depression erhöht. Im Falle von Arbeitslosigkeit kann beispielsweise der verpflichtende Kontakt zum Jobcenter zu einem Gefühl der ungerechten Behandlung führen. Hierbei scheint insbesondere eine wahrgenommene Prozessungerechtigkeit ausschlaggebend zu sein.

Bereits die Angst vor Arbeitslosigkeit beeinträchtigt das Wohlbefinden

Wie schon zum Abschluss des ersten Workshop-Tages, richtete sich der Blick anschließend über das Thema Arbeitslosigkeit hinaus auf verwandte Fragestellungen. Ebenso, wie Arbeitslosigkeit das subjektive Wohlbefinden beeinflusst, können auch verschiedene Aspekte des Arbeitslebens Folgen für die mentale Gesundheit und das Glücksempfinden haben. So wirkt sich bereits die Angst, arbeitslos werden zu können, negativ aus.

In diesem Zusammenhang stellte Anthony Lepinteur, PhD, von der Universität Luxemburg seine Untersuchung zum Kündigungsschutz anhand von französischen Daten vor. Dabei zeigt sich, dass ein gestärkter Kündigungsschutz für ältere Beschäftigte (Reform der Delande Tax 1999) positive Folgen für die wahrgenommene Jobsicherheit der betroffenen Altersgruppe hatte. Da die Reform

die Kosten einer Kündigung von jüngeren Arbeitnehmern im Vergleich zu älteren Beschäftigten verringerte, antizipieren jedoch jüngere Arbeitende, dass sie nun mit höherer Wahrscheinlichkeit gekündigt werden.

Höherer Lohn von Kollegen kann sich positiv oder negativ auswirken

Gehörten zu den Teilnehmern des Workshops (von links): Prof. Claus Schnabel von der FAU, Prof. Michael Eid von der Freien Universität Berlin und Prof. Martin Binder vom Bard College Berlin, der auch einen der Vorträge hielt.

Matthias Collischon von der FAU ging in seinem Vortrag dem Zusammenhang zwischen dem Referenzeinkommen und der Arbeitszufriedenheit nach. Arbeitnehmer vergleichen den eigenen Lohn unter anderem mit der Bezahlung von Kolleginnen und Kollegen. Dieser Vergleich kann sich positiv auf die Zufriedenheit auswirken, wenn der höhere Lohn der anderen als Signal für eine bessere eigene künftige Bezahlung wahrgenommen wird, oder negativ, wenn er ein geringes Statusempfinden hervorruft. Collischon zeigte hierzu, dass der gemessene Einfluss der Bezahlung von Berufskollegen auf die eigene Zufriedenheit zudem stark von der gewählten Schätzmethodik abhängt.

Dr. Daniel Lechmann, ebenfalls FAU, schloss den Workshop mit seinem Beitrag zum Zusammenhang von Arbeitszufriedenheit und Arbeitsplatzwechseln ab. Für Beschäftigte, die mit ihrer Arbeit wenig zufrieden sind, ist der Anreiz hoch, sich mit Hilfe eines Jobwechsels zu verbessern. Die Chancen hierfür steigen bei einer guten Arbeitsmarktlage dank zahlreicher freier Stellen. Insofern würde man erwarten, dass die betreffenden Personen bei einer geringen Arbeitslosenquote eher den Job

wechseln als bei einer hohen Arbeitslosenquote. Die bisherigen Forschungsergebnisse Lechmanns bestätigen einen solchen Zusammenhang jedoch nicht.

Die große Zahl an Teilnehmenden, die spannenden Vorträge und die lebendigen Diskussionen im Plenum wie in persönlichen Gesprächen unterstrichen das große Forschungsinteresse am Zusammenhang zwischen Arbeitslosigkeit und subjektivem Wohlbefinden. Das Themengebiet bleibt auch in Zukunft von hoher Bedeutung, um das Phänomen Arbeitslosigkeit in all seinen Dimensionen zu verstehen.

Fotos: Jutta Palm-Nowak (IAB)

Zitationshinweis

Clemens Hetschko; Benjamin Küfner; Gesine Stephan: Arbeitslosigkeit und Wohlbefinden: Interdisziplinäre Tagung des IAB eröffnet neue Einblicke , In: Online Magazin IAB-Forum, https://iab-forum.de/arbeitslosigkeit-und-wohlbefinden-interdisziplinaere-tagung-des-iab-eroeffnet-neue-einblicke/, Abrufdatum: 25. May 2026

Lizenzhinweis

Diese Publikation ist unter folgender Creative-Commons-Lizenz veröffentlicht: Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International (CC BY-SA 4.0): https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de