

# WÜRDE STATT STRESS!

*Solidarische Gesundheitsförderung durch kompetente Erwerbsarbeitslose*

In Kooperation mit den Arbeitslosen-Initiativen: ★ Aktive Arbeitslose ★ AMSand ★ AMSEL  
sinnvoll tätig sein ★ Survival Club ★ Zum Alten Eisen

## *Laufzeit März 2010 bis Februar 2011*

### Die Meilensteine

- 4 Gesundheitszirkel mit 24 Erwerbsarbeitslosen, die Recherchen in ihrem Umfeld (mit 132 Personen) durchführten.
- Online-Befragung mit 228 Beteiligten
- Auswertungen unter Berücksichtigung der Fachliteratur
- Künstlerische Auswertung: Utopietheater WUEST „Los such Arbeit!“
- Konferenz der Erwerbsarbeitslosen
- Vernetzungstreffen: Übergabe der Ergebnisse an alle interessierten AL-Initiativen

### *Die Besonderheiten von „Würde statt Stress!“*

- Das Projekt wurde von Arbeitslosen durchgeführt.
- Die Expertise der Arbeitslosen wurde ernst genommen, d.h. die „AkteurInnen“ der Gesundheitszirkel waren mehr als Teilnehmende – sie waren GestalterInnen, ExpertInnen.
- Die „Umsetzung“ der „Lösungsvorschläge“ obliegt den Arbeitsloseninitiativen: Ihnen wurden die Ergebnisse zur Verfügung gestellt.

Alle Berichte auf [www.alterskompetenzen.info](http://www.alterskompetenzen.info) „Gesundheitsprojekt WÜST“

### *Ergebnisse*

1. **Der Arbeitsbegriff steht zur Diskussion, die Frage, warum welche Arbeit was zählt und bezahlt wird oder nicht.** Wir haben eine Prekarisierung, wir reden von einer Generation Praktikum, die Gerontologie spricht von „sozialer Produktivität“ und vor allem es gibt bei weitem nicht Arbeitsplätze für alle, von denen sich leben ließe. Aber das AMS ignoriert den gravierenden Strukturwandel. Prekär Beschäftigte stehen oft unter Schwarzarbeitsverdacht.
2. Wir Arbeitslosen **LEBEN** einen **anderen Arbeitsbegriff**: Wir arbeiten eine ganze Menge, wir haben neben Bewerbungen, Amtswegen (die sind bei armen Menschen ziemlich zeitraubend), Arztbesuchen manchmal bezahlte kleine Jobs und viele unbezahlte. Es geht um Aufgaben in Familie und Bekanntenkreis, es geht um Tätigkeiten, die uns wichtig sind. Es geht sozusagen um Arbeit fürs Leben.

Insbesondere aus der Auswertung der Recherchen geht hervor, wie unterschiedlich **Männer und Frauen** mit Erwerbsarbeitslosigkeit umgehen (immer noch!). Man könnte sagen „erwartungsgemäß“: Diese Tatsachen sind ja schon seit den Forschungen von Jahoda u.a. in den 1930er Jahren bekannt. (Ältere) Männer trifft es aus Gründen des sozialen Prestiges oft härter. Frauen haben „ohnehin meist viel zu tun“: Kinder, Haushalt, Betreuung von Angehörigen, ehrenamtliche Tätigkeiten etc.

**Aber auch die Jungen** scheinen **anders** mit Erwerbsarbeitslosigkeit umzu-gehen, nämlich „lockerer“. Man kann annehmen, dass die Jüngeren schon eher an die unsicheren Verhältnisse am Arbeitsmarkt gewöhnt sind. Oder befürchten, dass viele – vor allem sozial Benachteiligte, sich an Ausschlüsse gewöhnen / müssen.

3. Wir haben uns auch **die Vorzüge der Arbeitslosigkeit behandelt**, auch wenn das ziemlich schwierig war, weil es doch eher verpönt ist, nach besonderen Ressourcen durch Arbeitslosigkeit zu fragen.

Bei den Gesundheitszirkeln und den Recherchen wurde der Erholungswert – vor allem am Anfang der arbeitslosen Phase – betont. Und sodann die „**Sinn-findung**“: Die Beteiligten freuen sich über die **Muße** für Besinnung und **Neuorientierung** sowie die Möglichkeit **zur selbst bestimmten Aufnahme von (oft schon lange brachliegenden) Aktivitäten**. Dass sich die Sicht verändert, sobald die Erholung stattgefunden hat, die Reparaturen in der Wohnung durchgeführt sind, ist bekannt.

Die Auswertung der Online-Befragung zeigt:

- Das Erfreulichste an der Arbeitslosigkeit scheint die Möglichkeit zur Weiterbildung bzw. zum Lesen zu sein! Mehr als ein Drittel gibt das an.
  - Zeitsouveränität ist für 30 % wichtig.
  - Ebenso viele freuen sich über mehr Zeit für Sozialkontakte.
  - Unterstützt wird diese Haltung durch die Zustimmung zum Item „Ich mache Einiges, das mir taugt (auch knapp 30%) und zu
  - „Für viele wichtige Dinge in meinem Leben hatte ich während der Berufstätigkeit zu wenig Zeit. Jetzt habe ich sie endlich“ (knapp 20%)
  - Ein Viertel der Beteiligten ist politisch besser informiert und
  - Ebenso viele geben an, sich sozial zu engagieren.
  - Erstaunlich hoch – gegenüber der landläufigen Meinung, dass Arbeitslose sich aus Geldmangel schlecht ernähren, ist der Anteil derer, die mehr auf die Ernährung achten (sich gesünder ernähren, mehr kochen, gemütlicher essen), nämlich immerhin 23 %. Etwa ebenso viele ernähren sich allerdings schlechter.
4. Bei den **Belastungen** wurde in den Gesundheitszirkeln sehr schnell klar, es geht nicht „nur“ um die finanziellen Einbußen, es geht auch nicht „nur“ um Sinn-, Kontakt- und Strukturverlust, sondern es geht ganz wesentlich um **kontraproduktive AMS-Interventionen**.  
Lt. Befragung fühlen sich gerade mal 3 % vom AMS gut beraten und 3 Personen von 225 freuen sich auf die nächste Maßnahme.

In einem Kommentar heißt es:

**„Bitte kein was weiß ich wievieltes Coaching mehr. Nicht nur dass es Geld kostet. Es tut uns auch weh.“**

Es geht um die Erfahrung

- herabwürdigender Behandlung
- Zwangszuweisungen
- Bezugssperren
- Willkür

5. Die **Folgen** sind gravierend. Sie kommen als Angst- und psychosomatische Symptome zum Tragen. Erschreckend ist, dass (wieder lt. Online-Befragung)

- mehr als ein Drittel dem Statement zustimmt „Eigentlich fürchte ich mich vor dem Kontakt mit dem AMS“,
- jeweils knapp 30% geben Schlafprobleme vor dem AMS-Termin und Herzklopfen an, auch die Aussicht auf einen weiteren Kurs stellt für fast 30% ausdrücklich eine Belastung dar.

**„Wer es nicht selbst erlebt, kann es sich nicht vorstellen, wie Menschen ohne Lohnarbeit behandelt werden!“**

sagt einE Gesundheitszirkel-AkteurIn.

6. Als weitere **Belastungsfaktoren** nannten die TeilnehmerInnen:

- größere soziale Isolation aufgrund des Wegfalls der zuvor selbstverständlichen
- beruflichen Kontakte,
- mangelnde gesellschaftliche Anerkennung und
- Diskriminierung als „Menschen zweiter Klasse“ sowie
- oftmals erheblich herabgesetztes Selbstwertgefühl.

Auch die gern zitierten Negativfaktoren kommen vor:

- JedeR 5. fühlt sich lt. Online-Befragung zu wenig ausgelastet, und
- jedeR 4. stellt fest, zu viel vor dem Fernseher oder dem Computer zu sitzen.

7. **Die Lösungsvorschläge** sind überwiegend politisch und divers und werden in den Initiativen weiter diskutiert.

Es gibt jedenfalls einige sehr konkrete Initiativen:

- für eine Arbeitslosenanzwaltschaft
- für einen Sportpass analog zum Kulturpass
- für eine Verbreitung des witzigen, kritischen und notwendigen Theater-stücks u.v.a.m.

**„Es kommt darauf an, aktiv und nicht aktiviert zu sein“,**

so bringt einE Recherche-Beteiligte den Unsinn der Aktivierungsdiskurse auf den Punkt. Die Ergebnisse sind durchaus geeignet, dieses Aktiv-Sein zu fördern, also Teilhabe – Teilnahme und Teilgabe! - statt Exklusion, Diskriminierung, Bevormundung und Sanktionierung von Eigenständigkeit.

**Trägerverein:**  
entschleunigung und orientierung  
institut für alterskompetenzen  
[www.alterskompetenzen.info](http://www.alterskompetenzen.info)

Das Projekt wird aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich, der MA7 wienkultur und der FFG finanziert. Eine Mitfinanzierung wurde abgelehnt von: AMS NÖ, AMS Stmk, AMS Wien, bmask, Land Stmk. und Wr. Gesundheitsförderung. AK und ÖGB haben auf die Förderanfrage nicht reagiert.