

Work-Life-Balance: Berufliche und private Lebensgestaltung von Frauen und Männern in hoch qualifizierten Berufen

Ernst-H. Hoff, Stefanie Grote, Susanne Dettmer, Hans-Uwe Hohner und Luiza Olos

Zusammenfassung. In diesem Beitrag wird die *Work-Life-Balance* bzw. die berufliche und private Lebensgestaltung von Frauen und Männern in zwei hoch qualifizierten Berufen, in der Medizin und in der Psychologie behandelt. Erstens werden Befunde quantitativer Analysen auf der Grundlage einer Fragebogenerhebung bei ca. 1 000 Professionsangehörigen mitgeteilt. Bei Frauen in beiden Professionen überwiegt eine Integration und Balance, bei den Männern eine Segmentation und ein Ungleichgewicht der Lebensbereiche. Dies gilt für die alltägliche ebenso wie für die biografische Lebensgestaltung. Allerdings gleichen sich in der Psychologie anders als in der Medizin auch viele Männer mit ihrer Lebensgestaltung bereits den Frauen an. Zweitens wird als Resultat qualitativer Analysen auf der Grundlage von Interviews mit ca. 100 Professionsangehörigen eine genauere Unterscheidung von Formen der Lebensgestaltung nach Integration, Segmentation und Entgrenzung vorgestellt. Innerhalb dieser Formen kann dann noch einmal genauer nach der Balance oder dem Ungleichgewicht der Lebenssphären differenziert werden.
Schlüsselwörter: Work-Life-Balance, Lebensgestaltung, Geschlecht

Work-life balance: Professional and private life arrangement forms of women and men in highly qualified professions

Abstract. This article deals with the *work-life balance* of women and men in the two highly qualified professions of medicine and psychology. The first part presents the findings of quantitative analyses on the basis of a questionnaire survey of approximately 1 000 members of the two professions. Among women in both professions, integration and balance is predominant, whereas men tend towards segmentation and imbalance of the different life domains. This applies to the active organization of both everyday life and individual biographies. However, many men in the field of psychology are already beginning to organise their lives similarly to women, in contrast to those in the medical profession. The second part presents the results of qualitative analyses on the basis of interviews with approximately 100 members of the two professions, giving rise to a more precise differentiation between forms of life organization which are divided into integration, segmentation, and *de-bordering*. Within the various forms, we can then differentiate even more precisely according to the balance or imbalance of the life spheres.
Key words: work-life balance, life arrangements, gender

Work-Life-Balance: Lebensgestaltung und Geschlecht

Der Begriff *Work-Life-Balance* wird zwar im deutschen ebenso wie im angelsächsischen Sprachraum immer populärer – und dies gilt nicht nur in der Wissenschaft, sondern auch im Alltag. Zugleich ist jedoch nicht sehr klar, was damit gemeint ist. Aus wissenschaftlicher Perspektive kann man zunächst konstatieren, dass dieser Begriff auf das *Verhältnis* der Hauptlebensbereiche, d. h. auf ihre relationale individuelle Bedeutung und subjektive Gewichtung, zielt. Dieses Verhältnis wird auch in den Forschungstraditionen zu Arbeit und Freizeit, zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie sowie zur doppelten Sozialisation von Frauen relativ getrennt voneinander themati-

siert (im Überblick: Hoff, 2001; Hoff, Theobald & Hörmann-Lecher, 1992). Die Gegenüberstellung von *Work* und *Life* erscheint allerdings problematisch (zur Kritik vgl. Resch, 2003). Denn damit wird suggeriert, das *eigentliche* Leben, in dem Personen Sinnerfüllung und Selbstverwirklichung suchen, würde nur außerhalb der (Erwerbs-)Arbeit stattfinden. Weiter bleibt bei dieser Gegenüberstellung ähnlich wie bei der von (Erwerbs-)Arbeit und *Freizeit* offen, worunter die unbezahlte Arbeit in Haushalt und Familie fällt. Im Folgenden erscheint es uns deshalb unproblematischer, wenn wir anstelle von Work-Life-Balance vom Verhältnis der Hauptlebenssphären, des Berufs- und des Privatlebens (das auch die unbezahlte Arbeit in Haushalt und Familie umfasst), sprechen. Unter *Lebensgestaltung* verstehen wir weiter die Gestaltung dieses Verhältnisses im Sinne einer mehr

oder minder individuell angestrebten und realisierten Balance. Deutlicher als in den genannten bisherigen Forschungstraditionen kommt mit dem Begriff *Balance* eine *normative* Vorstellung ins Spiel: Damit wird auf die Metapher der Waage verwiesen, und als *gelungen* gilt eine Form der Lebensgestaltung, bei der das Verhältnis von Berufs- und Privatleben ausgeglichen bzw. ausbalanciert ist. Jeweils eine der beiden Waagschalen bzw. Lebenssphären kann ein Zuviel oder Zuwenig an Gewicht aufweisen, und dazwischen gibt es eine anzustrebende Mitte, eine Balance zwischen unterschiedlichen oder gar konträren Motiven, Strebungen, persönlichen Zielen und dem (u. a. zeitlichen) Aufwand zu deren jeweiliger Realisierung. Der Grundgedanke einer *Theorie der Mitte* für ein *gutes* und *richtiges* Handeln zwischen einem *Zuviel* oder *Zuwenig* bzw. zwischen entgegengesetzten Antrieben und Motiven ist von Aristoteles in der nikomachischen Ethik (vgl. Buch II in der Übersetzung von Dirlmeier, 2003) formuliert worden. Wird ein solches Handeln bewusst gewählt und reflektiert (Buch VI) und wird es weiter biografisch dauerhaft, so kann auch von dem ausgewogenen als dem *guten* bzw. *gelungenen* Leben in seiner Gesamtheit gesprochen werden. Diese normative Vorstellung zieht sich durch die Geschichte der praktischen Philosophie hindurch.

Warum wird der Begriff *Work-Life-Balance* aber gerade heute so populär? Wir gehen davon aus, dass dieser Begriff deswegen immer beliebter wird, weil eine Balance der Hauptlebensbereiche für immer mehr erwerbstätige Erwachsene in postindustriellen Gesellschaften zwar als erstrebenswert gilt, aber immer schwieriger realisierbar erscheint, und weil sich Konflikte zwischen Handlungsanforderungen sowie zwischen persönlichen Zielen in beiden Bereichen zuspitzen. Dafür sprechen vor allem zwei für den Strukturwandel der Arbeit zentrale Kennzeichen: Ein *erstes* Charakteristikum wird in der Soziologie als *Subjektivierung* und als *Entgrenzung* von Arbeit beschrieben. Mit Subjektivierung und Entgrenzung ist auf der Ebene der individuellen Lebensgestaltung gemeint, dass sich erwerbstätige Erwachsene – vor allem diejenigen in hoch qualifizierten Berufen und in neuen Beschäftigungsfeldern – zunehmend häufiger mit der Anforderung konfrontiert sehen, alle persönlichen Ressourcen, Kompetenzen und Strebungen in den Dienst einer autonomen und selbstverantwortlich zu verrichtenden Arbeit zu stellen (zur theoretischen Diskussion und zu ersten empirischen Studien vgl. Gottschall & Voß, 2003; Moldaschl & Voß, 2003). Dies bedeutet auch, dass sie vielfach nicht mehr eindeutig zwischen ihren Rollen als Berufs- und als Privatperson trennen können, sondern sich als *ganze* Person in die Arbeit einbringen müssen (oder wollen). Entsprechende berufliche Anforderungen, die auf eine zeitliche, räumliche, inhaltliche und soziale Entgrenzung der Lebenssphären und auf eine vielfach extrem arbeitszentrierte Lebensgestaltung hinauslaufen, können mit privaten *life tasks*, Projekten und Lebenszie-

len kollidieren, die sich z. B. auf Partnerschaft und Familie richten. Dies führt zu intrapsychischen Konflikten, die dazu zwingen, dass Personen verstärkt über das für sie subjektiv *richtige* Leben und über die Form einer ausbalancierten Lebensgestaltung reflektieren.

Als *zweites* Charakteristikum des Strukturwandels der Arbeit muss die stetige *Zunahme der Erwerbstätigkeit von Frauen* – und hier besonders derjenigen in hoch qualifizierten Berufen sowie mit Familie (Lauterbach, 1994; Statistisches Bundesamt, 2002) – genannt werden. Der Begriff *Work-Life-Balance* bezieht sich nun auf jene Leistung einer Integration, Koordination und Balance von Beruf und Familie, die viel häufiger von Frauen als von Männern erbracht wird. Eine Quintessenz der anschaulichen Falldarstellungen zur *Work-Life-Balance* bei Hochschild (2002) ist es, dass diese Integrations- und Balanceleistung auch für jene Frauen kennzeichnend ist, die sich den Männern in ihrer zunehmend entgrenzten und arbeitszentrierten Lebensgestaltung angleichen. Während hier wie in einer Fülle von Studien zum Verhältnis von Beruf und Familie (vgl. Mayer, Allmendinger & Huinink, 1991; Nauck, Schneider & Tölke, 1995) aber überwiegend nur Frauen untersucht worden sind, ging es uns in unserer Projektarbeit, aus der wir hier einige Ergebnisse vorstellen, um einen systematischen Vergleich von Frauen und Männern. Dabei war folgende Annahme leitend: Frauen in hoch qualifizierten Berufen und mit Familie praktizieren in weitaus höherem Maße die Lebensgestaltung einer Integration von Berufs- und Privatleben als Männer, und dabei folgen sie in ihrem Handeln dem Leitbild einer Balance. Bei Männern findet sich dagegen häufiger eine Lebensgestaltung der Segmentierung beider Sphären mit Dominanz des Berufes. Die beruflichen und die privaten Handlungsstränge verlaufen getrennt voneinander, sie stören sich nicht gegenseitig, und darin sehen wir eine Ursache dafür, dass die Berufswege der Männer innerhalb derselben Professionen weitaus häufiger zu Berufserfolg im Sinne von Aufstieg, hohem Einkommen und Tätigkeiten in besonders prestigeträchtigen Fachgebieten führen als bei Frauen (vgl. dazu alle Beiträge in Abele, Hoff & Hohner, 2003).

Eine offene Frage ist jedoch, ob sich unter bestimmten Bedingungen nicht auch gegenläufige Entwicklungen zu dieser Reproduktion geschlechtshierarchischer Disparitäten feststellen lassen: nämlich z. B. dann, wenn ähnlich hoch qualifizierte Frauen und Männer in Doppelverdienerpaaren oder in *Dual Career Couples* zusammenleben (Gilbert, 1993; Dettmer & Hoff, 2005). Das Postulat einer Egalität der Geschlechter gewinnt hier an Bedeutung, und die Formen der Lebensgestaltung von Frauen und Männern gleichen sich an – sei es, dass dann auch Frauen zunehmend die Segmentierung präferieren, um ihre berufliche Karriere ungestört durch den privaten Lebensstrang verfolgen zu können, oder sei es, dass nun

auch vermehrt für Männer eine Balance-Vorstellung handlungsleitend und die Lebensform der Integration attraktiver wird.

Um diese These eines Kontrastes zwischen einer Mehrzahl von Frauen mit integrativ-balancierender Lebensgestaltung und einer Mehrzahl von Männern mit segmentierender Lebensgestaltung empirisch zu prüfen und um die offene Frage nach Angleichungstendenzen beantworten zu können, erscheint es notwendig, einige begriffliche Differenzierungen und Präzisierungen einzuführen:

- *Erstens* wäre eine genaue Unterscheidung zwischen (a) individuellen Vorstellungen zu Balance oder zu einer Dominanz von Lebenssphären auf der Ebene von Einstellungen bzw. generellen Leitbildern und (b) Formen eines Gleichgewichts oder Ungleichgewichts auf der Handlungsebene sinnvoll. Unsere Hypothese ist, dass sich Unterschiede zwischen Frauen und Männern nicht so sehr auf der Ebene von allgemeinen Präferenzen und Leitbildern, wohl aber sehr deutlich auf der Handlungsebene bzw. hinsichtlich der tatsächlich realisierten Lebensgestaltung zeigen.
- *Zweitens* erscheint es wichtig, zwischen (a) Work-Life-Balance im Alltag und (b) biografischer Work-Life-Balance bzw. Lebensgestaltung zu differenzieren. In der Forschung dominieren eindeutig Analysen des Alltagshandelns, und bislang fehlen Studien zur biografischen Lebensgestaltung – das gilt auch für die Thematisierung von Work-Life-Balance im deutschsprachigen Raum (vgl. z. B. Kastner, 2004).
- *Drittens* erscheint eine theoretische Fundierung der empirischen Forschung notwendig. Hier bieten sich mit Blick auf das Alltagshandeln und auf das biografische Handeln Konzepte zu Zielen sowie zu Zielkonflikten an.
- *Viertens* sollte neben der monadischen auch die dyadische Work-Life-Balance, neben der individuellen auch die gemeinsame Lebensgestaltung in Partnerschaft und Familie in den Blick geraten. Denn die individuellen Berufsverläufe in Paarbeziehungen beeinflussen sich wechselseitig (Born & Krüger, 1993), und individuelle Segmentierung oder Integration beider Lebensstränge bei einem Partner werden häufig nur im Zusammenhang mit der Lebensgestaltung des anderen Partners sowie angesichts gemeinsamer Lebensziele verständlich.

Zur Anlage der eigenen Studie

Im DFG-Projekt *Professionalisierung und Integration der Lebenssphären: Geschlechtsspezifische Berufsverläufe in Medizin und Psychologie* sind Frauen und Männer in zwei Professionen, in der alten, traditionsreichen Medizin und in der jungen, noch nicht derart etablierten

Profession Psychologie, untersucht worden. In einem *ersten Untersuchungsschritt* galt unser Hauptinteresse zunächst der Ermittlung von Berufsverläufen in beiden Professionen. Dazu wurden 3 867 Angehörige aus beiden Professionen angeschrieben und um Teilnahme an einer postalischen Befragung gebeten. Der Studienabschluss bzw. Berufseintritt lag bei allen Personen ca. 15 Jahre zurück. In der Psychologie handelte es sich um sämtliche 2 105 Mitglieder des Berufsverbandes, die ca. 15 Jahre vor dem Erhebungszeitpunkt (1999) das Studium mit der Diplomprüfung abgeschlossen hatten. Wegen der ungleich höheren Zahl an Professionsangehörigen in der Medizin wäre eine Beschränkung auf den Raum Berlin forschungsökonomisch am günstigsten gewesen. Da Ärztinnen und Ärzte in der Großstadt jedoch häufiger um eine Teilnahme an Befragungen gebeten werden und daher eine u. U. geringe Rücklaufquote zu erwarten war, haben wir außer allen 718 Angehörigen der Ärztekammer des Stadtstaates Berlin auch alle 1 044 Angehörigen der Ärztekammer des Flächenstaates Niedersachsen mit 15 Jahre zurückliegender Approbation angeschrieben. Im Übrigen haben wir in der deutschsprachigen Literatur zu den von uns untersuchten Professionen keine Anhaltspunkte dafür gefunden, dass ein soziografisches Merkmal wie die Zugehörigkeit zu Bundesländern (oder auch die Konfession) im Zusammenhang mit unseren Untersuchungsfragen von Bedeutung sein könnte. Von allen angeschriebenen Personen hat sich ein Viertel ($N = 936$ Personen) an der Befragung beteiligt – darunter 398 Frauen und 187 Männer aus der Psychologie sowie 177 Frauen und 174 Männer aus der Medizin. Trotz einer etwas stärkeren Beteiligung der Frauen stimmen die Geschlechterverhältnisse in unserer Stichprobe weitgehend mit denen bei sämtlichen berufstätigen Angehörigen in beiden Professionen überein. (Zur Stichprobengewinnung und zu den Rücklaufquoten im Einzelnen vgl. Hoff, Hohner, Dettmer & Grote, 1999).

Das Durchschnittsalter der Frauen beträgt 43.2 Jahre ($SD = 4.5$), das der Männer 44.4 ($SD = 4.1$), wobei sich keine Professionsunterschiede zeigen. 75.2% der MedizinerInnen und 70.8% der PsychologInnen haben eigene Kinder. Diesbezüglich lassen sich keine Geschlechtseffekte feststellen. Zwei von drei Befragten (65.8%) leben zum Zeitpunkt der Befragung mit Kindern im eigenen Haushalt zusammen. Nur zwei von drei Frauen (65.9%), aber drei von vier Männern (75.5%) sind verheiratet, dafür sind doppelt so viele Frauen geschieden (11.7%) wie Männer (5.8%). Beide Effekte sind in der Psychologie noch deutlicher ausgeprägt als in der Medizin. In faktischer Lebenspartnerschaft leben 86.7% unserer Befragten, und zwar deutlich mehr Männer (91.1%) als Frauen (83.2%). Angaben zu den Wochenarbeitszeiten sind in Tabelle 1 enthalten. Hoch signifikante Geschlechtsunterschiede finden sich in beiden Professionen in Bezug auf die Erwerbstätigkeit der Partner bzw. Partnerinnen: So

Tabelle 1. Befunde zu alltäglicher Lebensgestaltung. Geschlecht und Profession

	Männer insges. (n = 361) ¹	Frauen insges. (n = 575) ¹		Männer Psychologie (n = 187) ¹	Männer Medizin (n = 174) ¹	
Relationale Wichtigkeit von beruflichem und privatem Lebensbereich						
– beruflicher Lebensbereich wichtiger	11.6	9.9	n. s.	10.2%	13.2%	n. s.
– privater Lebensbereich wichtiger	26.9%	28.9%	n. s.	24.6%	29.3%	n. s.
– beide Lebensbereiche gleich wichtig	57.9%	57.7%	n. s.	61.5%	54.0%	n. s.
Zeitbudgets für Lebensbereiche (Anteil am wöchentl. Gesamtbudget von 100%) (arithmetisches Mittel)						
– Zeitbudget Beruf	57.2	47.3	***	55.6	58.8	*
– Zeitbudget Haushalt/Familie	28.1	37.0	***	29.5	26.7	*
reale und gewünschte wöchentliche Arbeitszeiten (arithmetisches Mittel)						
– reale Wochenstunden	54.8	40.0	***	44.4	54.8	***
– gewünschte Wochenstunden	37.6	27.4	***	35.0	40.2	***
außerberufliche Arbeitsteilung in der Paarbeziehung						
– eig. Anteil an Hausarbeit (arith. Mittel)	31.7	66.3	***	36.2	28.8	***
– symmetr. Arbeitsteilung mit Partner	30.7%	39.1%	***	41.6%	18.2%	***
– komplementäre Arbeitsteilung zu eigenen Gunsten	63.4%	5.1%	***	53.2%	75.0%	***
– komplementäre Arbeitsteilung zu eigenen Ungunsten	5.9%	55.8%	***	5.2%	6.8%	n. s.
Zufriedenheit mit der außerberuflichen Arbeitsteilung in der Paarbeziehung						
– nur zufrieden	30.0%	24.3%	n. s.	31.6%	32.3%	n. s.
– nur unzufrieden	7.7%	7.7%	n. s.	4.6%	9.0%	n. s.
– weder – noch	28.1%	10.5%	***	29.9%	29.0%	n. s.
– zufrieden <i>und</i> unzufrieden (ambivalent)	22.7%	40.7%	***	25.9%	20.6%	n. s.

Anmerkungen. ¹ Die Stichprobengrößen sind in den einzelnen Auswertungsschritten aufgrund fehlender Angaben teilweise geringer; *** $p < .001$; * $p < .05$.

haben nur 29.2% der Männer Partnerinnen, aber 70.1% der Frauen Partner, die Vollzeit (mehr als 32 Stunden) arbeiten.

Über die Ergebnisse der Befragung zu den unterschiedlichen Berufsverläufen, zum Berufserfolg und zu den Lebensbedingungen von Frauen und Männern ist an anderer Stelle berichtet worden (vgl. z.B. Hoff, Grote, Hohner & Dettmer, 2003; Hohner, Grote, Hoff & Dettmer, 2003). Hier sei nur erwähnt, dass die zumeist diskontinuierlichen Berufswege der Frauen weitaus seltener zu Berufserfolg führen als die stärker kontinuierlichen Berufswege der Männer. Für die folgende Darstellung ist weiter wichtig, dass die wenigen Berufsverlaufsmuster in der alten Profession Medizin institutionell klar vorgezeichnet sind, während die Berufswege in der jungen Profession Psychologie vielfältiger, komplexer, weniger vorstrukturiert und weitaus unübersichtlicher sind. Ein Hauptkennzeichen der Verlaufsmuster in der Psychologie ist die im Vergleich zur Medizin mangelnde subjektive Antizipierbarkeit sowie die Unsicherheit der Berufsbiografie.

Der Fragebogen diente aber nicht nur der Erfassung von Berufsverläufen, sondern ein Teil der insgesamt 50 Fragekomplexe (mit standardisierten, halboffenen und offenen Fragen) richtete sich auch auf das Verhältnis von beruflicher und privater Lebenssphäre. Darunter waren Fragen zur *alltäglichen Lebensgestaltung*. Auf Antworten und Ergebnisse dazu gehen wir im nächsten Abschnitt ein. Andere Fragen richteten sich auf die *biografische Lebensgestaltung*. Außerdem haben die Befragten nicht nur die für sie wichtigsten Lebensereignisse, Stationen und Weichenstellungen im beruflichen, sondern auch die im privaten Lebensbereich in chronologischer Abfolge über 15 Jahre hinweg angegeben. Anhand dieser Angaben ließ sich die Synchronizität von Ereignissen in beiden Lebenssträngen bestimmen, die Rückschlüsse über biografische Formen der Lebensgestaltung, über Segmentation und Integration zulässt. Ergebnisse dazu werden ebenfalls im nächsten Abschnitt vorgestellt.

Ein *zweiter Untersuchungsschritt* galt der detaillierten Erfassung von individuellen und partnerschaftlichen

Formen der Lebensgestaltung anhand halboffener, leitfadengestützter Interviews bei einer Teilstichprobe von 101 prototypischen Vertreter(innen) aller zuvor ermittelten Berufsverlaufsmuster in Medizin und Psychologie. Die Einzelinterviews sind entsprechend der Analyseschritte der empirischen Typenbildung (Kelle & Kluge, 1999) qualitativ ausgewertet worden. Dabei waren einerseits theoretische Konzepte und Begriffe a priori leitend; andererseits stellt deren Ausdifferenzierung und Erweiterung zu einer Gesamtklassifikation von Formen der Lebensgestaltung auch das *theoretische Resultat* unserer empirisch-qualitativen Analysen dar. Darauf gehen wir im letzten Abschnitt ein.

Ergebnisse quantitativer Analysen

Alltägliche Lebensgestaltung

In Tabelle 1 werden zuerst Ergebnisse zu einer Frage angeführt, die sehr allgemein und ohne Handlungsbezug zur gegenwärtigen *relationalen Wichtigkeit von beruflichem und privatem Lebensbereich* formuliert war. Die von uns befragten Frauen und Männer in beiden Professionen sollten sich für eine von drei Antwortalternativen entscheiden: (a) Der berufliche Bereich ist mir wichtiger als der private Bereich; (b) der private Bereich ist mir wichtiger als der berufliche Bereich; (c) beide Bereiche sind mir gleich wichtig. Eine Mehrzahl von 58% der Befragten bewertet beide Bereiche als gleich wichtig, und es lassen sich keine Geschlechterunterschiede feststellen. Auch die Männer bejahen das Gleichgewicht mehrheitlich im Sinne einer Einstellung oder eines Leitbildes. Aber angesichts aller folgenden Befunde kann man bereits an dieser Stelle sagen, dass sie dieses Leitbild viel seltener realisieren als Frauen. Alle folgenden Befunde sprechen in ihrer Gesamtheit dafür, dass Männer insgesamt häufiger die Lebensgestaltungsform der Segmentierung mit Dominanz des Berufes und dass Frauen häufiger die Form der Integration und Balance praktizieren. In Tabelle 1 werden neben den generellen Geschlechtsunterschieden auch Professionsunterschiede angeführt, die aber nur bei den Männern ein signifikantes Muster aufweisen. Darauf gehen wir später detailliert ein und lassen die fast durchgängig nicht signifikanten Unterschiede zwischen den Frauen in beiden Professionen beiseite.

Als zentraler Indikator dafür, ob einem Lebensbereich im Alltag höhere oder geringere Priorität oder ob beiden Bereichen ein gleiches Gewicht auf der Handlungsebene eingeräumt wird, kann die prozentuale Verteilung des *individuellen wöchentlichen Zeitbudgets* auf die einzelnen Lebensbereiche gelten. Gefragt wurde danach, wie sich das gegenwärtige Zeitbudget (100%) in einer durchschnittlichen Woche prozentual auf (a) Beruf, (b) Haushalt/Familie, (c) Freizeitaktivitäten und (d) Son-

stiges aufteilt, wobei weiter um genauere inhaltliche Kennzeichnung der letztgenannten Kategorien (c und d) gebeten wurde. Hier geben Männer im Mittel ein deutlich höheres Budget für den Beruf an als Frauen ($p < .001$); und Frauen geben ein höheres Budget für Haushalt und Familie an als Männer ($p < .001$). Das durchschnittliche Verhältnis von beruflichem und familialem Budget zeigt bei Männern (mit 57% zu 28%) eine klare Dominanz des Berufes an, während es bei den Frauen (mit 47% zu 37%) viel ausgeglichener ist. Dem völligen Gleichgewicht (von 50% zu 50%) nähert sich dieses Verhältnis bei den Frauen im Mittel noch stärker an, wenn man unter das Privatleben neben Familie und Haushalt noch das Budget Freizeitaktivitäten und Sonstiges subsumiert.

In Tabelle 1 ist weiter ein Ergebnis zu folgender Frage angeführt: „Wenn Sie Ihre Arbeitszeit selbst frei wählen könnten und dabei berücksichtigen, dass sich Ihr Einkommen entsprechend verändert: Wie viele Stunden wären Sie wöchentlich gerne erwerbstätig?“ Wenn man hier neben der *gewünschten* auch die *reale Arbeitszeit* bei Männern und deren durchschnittliche Einkommen in Rechnung stellt, erscheint es überraschend, dass 82% der Männer auch unter der Bedingung von Gehaltseinbußen eine Reduktion ihrer Arbeitszeit wünschen; und die gewünschte Wochenarbeitszeit liegt hier mit durchschnittlich 37.6 Stunden noch unterhalb der *Normalarbeitszeit*. Das verweist noch einmal auf eine Diskrepanz zwischen angestrebter und realisierter (bzw. zeitlich erzwungener) Form der Lebensgestaltung bei einer großen Gruppe von Männern. Aber auch 62% der Frauen äußern den Wunsch, weniger als ihre z. Z. realen Stunden, nämlich durchschnittlich 27 Wochenstunden erwerbstätig zu sein. Der Unterschied zwischen den gewünschten geringeren Arbeitszeiten von Frauen und Männern ($p < .001$) entspricht exakt dem zwischen den höheren realen Arbeitszeiten.

Nicht nur für die individuelle, sondern auch für die gemeinsame Lebensgestaltung in *Paarbeziehungen* ist die *außerberufliche Arbeitsteilung zwischen den Partnern* zentral. Dazu haben wir u. a. darum gebeten, in Prozenten anzugeben, welchen Anteil der Hausarbeit unsere Befragten bzw. deren Partner übernehmen. Der in Tabelle 1 angegebene enorme Unterschied zwischen dem durchschnittlichen Eigenanteil von Männern (32%) und Frauen (66%) entspricht den Angaben des Statistischen Bundesamtes (in Garhammer, 1996), denen zufolge berufstätige Frauen in Deutschland fast doppelt so viel unbezahlte Arbeit leisten wie Männer. Dem kann hier hinzugefügt werden: In beiden hoch qualifizierten Berufen kann eine Mehrzahl der Männer ihr Leben segmentiert gestalten und dem Beruf im Handeln Priorität einräumen, weil ihnen ihre Partnerinnen in Haushalt und Familie den Rücken freihalten. Wenn man genauer zwischen Personen mit annähernd egalitär-symmetrischer Arbeitsteilung (deren Eigenanteil an der Haus- und Familien-

Tabelle 2. Befunde zu biografischer Lebensgestaltung. Geschlecht und Profession

	Männer insges. (n = 361) ¹	Frauen insges. (n = 575) ¹		Männer Psychologie (n = 187) ¹	Männer Medizin (n = 174) ¹	
Synchronizität der wichtigsten beruflichen und privaten Lebensereignisse						
– synchrone Ereignisse sehr häufig	33.0%	44.9%	***	37.1%	28.2%	*
biografische Bilanzierung von Belastung und Gewinn durch Beruf und Familie						
– Beruf: Belastung. Familie: Gewinn	63.2	52.0	**	62.3	64.1	n. s.
– Familie: Belastung. Beruf: Gewinn	35.8	52.8	***	37.4	34.3	n. s.
– Doppelbelastung	51.9	71.3	***	65.0	37.8	***
– Doppelgewinn	54.3	71.4	**	61.5	47.3	*
biografische Bilanzierung von Abstrichen in einem Bereich zugunsten des anderen Bereichs (arithmetisches Mittel)						
– Abstriche im Beruf	2.3	2.9	**	2.6	2.2	***
– Abstriche in der Familie	3.2	2.9	***	2.9	3.5	***
biografische Relationen von Berufs- und Privatleben (arithmetisches Mittel)						
<i>Kompensation:</i>						
– Beruf als Ausgleich f. Privatleben	2.2	2.8	***	2.2	2.2	n. s.
– Privatleben als Ausgleich f. Beruf	3.3	3.1	**	3.2	3.5	*
<i>Generalisation:</i>						
– positiver Einfluss d. Berufs auf Privatleben	3.4	3.6	*	3.5	3.3	n. s.
– negativer Einfluss d. Privatlebens auf Beruf	2.6	2.8	*	2.7	2.5	n. s.

Anmerkungen. ¹ Die Stichprobengrößen sind in den einzelnen Auswertungsschritten aufgrund fehlender Angaben teilweise geringer; *** $p < .001$; ** $p < .01$; * $p < .05$.

arbeit zwischen 40% und 60% beträgt) und denen mit traditional-komplementärer Arbeitsteilung zu eigenen Gunsten (mit einem Eigenanteil unter 40%) unterscheidet, so zeigt sich Folgendes: Immerhin 31% der Männer und 39% der Frauen realisieren einerseits bereits eine zumindest annähernd symmetrische, stärker integrative Form der Lebensgestaltung. Andererseits findet sich bei 63% der Männer, aber nur 5% der Frauen eine komplementäre Arbeitsteilung zu eigenen Gunsten (und spiegelbildlich dazu bei 56% der Frauen, aber nur bei 6% der Männer eine Arbeitsteilung zu eigenen Ungunsten). Was die Zufriedenheit mit der außerberuflichen Arbeitsteilung anbelangt, so fällt vor allem ins Auge, dass Frauen signifikant häufiger Ambivalenz, d.h. Zufriedenheit und Unzufriedenheit *zugleich* äußern als Männer ($p < .001$). Anhand der Interviews lässt sich dies so interpretieren: Zufriedenheit bezieht sich darauf, dass die jeweils vorhandene Arbeitsteilung mit Blick auf berufliche Bedingungen und Optionen beider Partner den pragmatisch optimalen, u.U. einzig machbaren Kompromiss darstellt. Unzufriedenheit resultiert dagegen aus der mangelnden Übereinstimmung zwischen persönlich realisierter und angestrebter egalitärer Arbeitsteilung.

Beim Professionsvergleich zeigen sich kaum Unterschiede zwischen Medizinerinnen und Psychologinnen, wohl aber solche zwischen den Männern in der Psychologie und denen in der Medizin. Tabelle 1 ist so angeordnet, dass ein konsistentes Muster aller Befunde sichtbar

wird: Immer liegen Werte (Prozentangaben, Mittelwerte) der Männer in der Psychologie zwischen denen aller Frauen in beiden Professionen einerseits und denen der Männer in der Medizin andererseits. Zusammenfassend könnte man die Befundlage auch so charakterisieren: Viel mehr Psychologen als Mediziner gleichen sich in ihrer alltäglichen Lebensgestaltung jener Form einer Integration an, die für die Mehrzahl der Frauen charakteristisch ist. Das heißt im Einzelnen: Das Zeitbudget für den Beruf wird von Psychologen signifikant geringer, das für Haushalt/Familie signifikant höher angegeben als von Medizinerinnen. Psychologen haben realiter niedrigere Wochenarbeitszeiten als die Mediziner, und sie wünschen sich ähnlich wie die Frauen in beiden Professionen eine noch geringere Arbeitszeit. Der Eigenanteil an der Hausarbeit ist bei Psychologen höher als bei Medizinerinnen. Besonders auffällig ist schließlich, dass 42% aller Psychologen, aber nur 18% aller Mediziner ihre außerberufliche Arbeitsteilung in der Partnerschaft als annähernd egalitär angeben, während umgekehrt 75% der Mediziner, aber nur 53% der Psychologen eine traditional-komplementäre Arbeitsteilung zu eigenen Gunsten praktizieren.

Biografische Lebensgestaltung

In Tabelle 2 wird eine Reihe von Befunden zur biografischen Lebensgestaltung präsentiert. Analoge Unter-

schiede wie bei der alltäglichen Lebensgestaltung, die bei einer Mehrzahl von Frauen für Integration sowie Balance der Lebenssphären und bei einer Mehrzahl von Männern für eine Segmentierung mit Dominanz des Berufes sprechen, zeigen sich nun auch bei der biografischen Lebensgestaltung.

Im Fragebogen sollten die für am wichtigsten gehaltenen Ereignisse sowie Stationen im beruflichen Leben (auf der linken Hälfte einer Doppelseite) und die wichtigsten Ereignisse sowie Weichenstellungen im privaten Leben (auf der rechten Hälfte desselben Blattes) Jahr für Jahr eingetragen werden. Damit konnte die zeitliche Nähe oder *Synchronizität der biografisch zentralen Ereignisse bzw. Weichenstellungen im Berufs- und Privatleben* ermittelt werden. Da wir diese Doppelseiten aus dem Fragebogen auch in den Interviews vorgelegt haben und uns auf dieser Grundlage die kausalen Bezüge zwischen den zentralen Ereignissen und Weichenstellungen im Berufs- und Privatleben haben erläutern lassen, können wir aufgrund der Interviewauswertungen mit großer Gewissheit sagen: Häufige Synchronizität von Ereignissen bedeutet, dass die Lebensstränge subjektiv eng miteinander verflochten sind. Sie kann fast immer als Ausdruck einer subjektiv aktiven, biografischen Integrationsleistung interpretiert werden. Je seltener berufliche und private Ereignisse hingegen zeitlich benachbart sind, desto eher ist es gerechtfertigt, von einer biografischen Segmentierung zu sprechen. Eine sehr häufige Synchronizität (d. h. drei oder mehr zentrale Ereignisse in einem Lebensstrang sind direkt zeitlich an drei oder mehr zentrale Weichenstellungen im anderen Lebensstrang gekoppelt) kommt bei viel mehr Frauen als bei Männern vor ($p < .001$). Auch hier kehrt das Muster der Befunde zu Unterschieden zwischen Männern in der Psychologie und in der Medizin ($p < .05$) wieder. Eine besonders enge Verknüpfung und Integration der Lebensstränge zeigt sich bei 28% der Mediziner und bei 45% aller Frauen, während die Psychologen mit 37% dazwischen liegen.

Weiter haben wir nach einer *Bilanzierung der Muster von Belastung und Gewinn* durch Beruf und Familie in den vorangegangenen 15 Jahren gefragt. Die Befragten sollten angeben, ob es Phasen gab, in denen sie (a) den Beruf eher als Belastung, Haushalt/Familie dagegen als Gewinn, (b) die Familie als Belastung, aber den Beruf als Gewinn, (c) beides als Doppelbelastung und (d) beides als Doppelgewinn empfunden haben. Auffallender als der Befund, dass Männer häufiger biografische Phasen mit der Variante (a) angeben als Frauen, während Frauen signifikant häufiger Phasen mit der Variante (b) angeben, erscheint Folgendes: Die Frauen unterscheiden sich von den Männern vor allem darin, dass sie signifikant sowohl häufiger Phasen einer Doppelbelastung ($p < .001$) als auch Phasen eines Doppelgewinns ($p < .001$) durch Beruf und Familie angeben. In gleicher Weise geben aber auch noch einmal die Männer in der Psychologie bei der bilanzierenden Rückschau auf die

vergangenen 15 Jahre deutlich häufiger als die Männer in der Medizin Doppelbelastung und -gewinn zugleich an. Dies kann wiederum nur im Sinne einer häufiger integrierenden Lebensgestaltung bei Psychologen und einer häufiger segmentierenden Lebensgestaltung bei Medizinerinnen interpretiert werden.

Außerdem sollten die Befragten angeben, ob und in welchem Maße sie in den vorangegangenen 15 Jahren (a) im Beruf zugunsten von Familie und Kindern und (b) in der Familie zugunsten des Berufs zurückgesteckt haben. Auf einer 5-stufigen Skala haben Frauen signifikant stärkere Abstriche im Beruf zugunsten der Familie ($p < .001$) und Männer stärkere Abstriche in der Familie zugunsten des Berufs angegeben ($p < .001$). Diese Unterschiede treten im Übrigen noch deutlicher hervor, wenn man nur die Personen mit Kindern betrachtet. Wieder nehmen die Männer in der Psychologie eine Zwischenstellung zwischen allen Frauen und den Männern in der Medizin ein. Die Mittelwerte für Abstriche im Beruf und Abstriche in der Familie sind bei Frauen gleich, und auch die Psychologen weisen hier ähnliche Werte auf. Das spricht für eine stärkere Integration und Balance der Lebenssphären, denn Ziele in beiden Lebenssträngen und damit Abstriche an diesen Zielen sowie an deren Realisierung werden in ausgewogener Weise aufeinander bezogen. Bei den Männern in der Medizin zeigt sich dagegen die biografisch langfristige Dominanz des Berufes anhand geringerer Abstriche in diesem Bereich.

Im Anschluss an die Thesen in der Arbeit-Freizeit-Forschung und an die Konzeption entsprechender subjektiver Vorstellungsmuster (Hoff & Hörrmann-Lecher, 1992) haben wir danach gefragt, wie häufig in den vorangegangenen 15 Jahren positive und negative Einflüsse des beruflichen Bereichs auf den privaten Bereich und umgekehrte Einflüsse (Generalisation) sowie Einflüsse im Sinne einer Kompensation des einen Bereiches durch den jeweils anderen Bereich vorkamen. Zu jeder Einflussart wurde eine 5-stufige Skala (von *fast nie* bis *sehr häufig*) vorgelegt. Es zeigt sich, dass Frauen häufiger als Männer rückblickend im Beruf einen Ausgleich für Probleme in der Familie sehen ($p < .001$), während Männer häufiger das Privatleben als Ausgleich für berufliche Probleme begreifen ($p < .01$; vgl. Tabelle 2). Dies gilt besonders für die Männer in der Medizin und in etwas geringerem Maße für die Männer in der Psychologie ($p < .05$). Formen der Generalisation kommen schließlich häufiger bei Frauen als bei Männern vor, was für eine stärkere Integration der Lebenssphären spricht.

Als *Fazit der quantitativen Analysen zur Lebensgestaltung* kann Folgendes festgehalten werden: Die Ergebnisse bestätigen die Annahme, dass Frauen in beiden hoch qualifizierten Berufen ihre Lebenssphären häufiger integrieren und stärker ausbalancieren, während Männer häufiger segmentieren und dem Beruf Priorität gegenüber dem Privatleben einräumen. Dies gilt für die alltäg-

liche ebenso wie für die biografische Lebensgestaltung. Männer halten jedoch ebenso wie Frauen mehrheitlich beide Lebensbereiche für gleich wichtig und wünschen sich eine erhebliche Reduktion ihrer beruflichen Arbeitszeit. Die allgemein für wichtig gehaltene, stärker ausbalancierte Gestaltung des Lebens scheint also bei Männern nicht in dem Maße wie bei Frauen mit der tatsächlichen, stark berufsorientierten Lebensform übereinzustimmen. Allerdings gibt es in der Psychologie im Gegensatz zur Medizin einen bemerkenswerten Anteil von Männern, die eine Balance-Vorstellung bereits stärker realisieren und sich in ihrer Lebensgestaltung den Frauen in beiden Professionen angleichen. Nimmt man eine annähernd symmetrisch-egalitäre Arbeitsteilung in der Partnerschaft als Indikator für eine solche Angleichung, so liegt der Anteil dieser Psychologen mit bereits stärker integrierender und balancierender Lebensgestaltung etwa zwischen 40% und 45%. Bei den Medizinern bleibt der entsprechende Anteil dagegen unter 20%.

Zur Interpretation dieser Angleichung der Lebensformen von Frauen und Männern greifen wir auf unsere Befunde zu Berufsverläufen zurück (Hoff, Grote, Hohner & Dettmer, 2000): Die Berufswege in der jungen Profession Psychologie sind sehr unübersichtlich, subjektiv kaum antizipierbar und unsicher. Diese berufsbiografische Unsicherheit besonders zu Berufsbeginn trifft auch die Männer in der Psychologie; und im Gegensatz zur Medizin nimmt die Unsicherheit keineswegs generell im Verlauf der Berufsbiografie ab, sondern sie kann gleich bleiben oder gar zunehmen. Darin sehen wir die Hauptursache dafür, dass Psychologen schon frühzeitig auch dem privaten Lebensstrang ein stärkeres Gewicht beimessen und über ihre Lebensgestaltung im Sinne einer Balance reflektieren. Wie unsere Interviews zeigen, wird die integrative Form bewusster *gewählt* als die segmentierte, und beide Formen bilden sich in einem lebensgeschichtlich fortlaufenden Prozess heraus. In der Psychologie begünstigen außerdem die im Vergleich zur Medizin weniger starren Arbeitszeitregelungen und die flexibleren Beschäftigungsverhältnisse eine Lebensgestaltung der Integration und Balance.

Die bisherige Gegenüberstellung von Integration und Segmentation, von Balance und Ungleichgewicht erscheint uns jedoch allzu einfach und theoretisch unbefriedigend. Offen bleiben dabei vor allem folgende Fragen: Wie leben die Frauen, die Beruf und Familie *nicht* integrieren, koordinieren und ausbalancieren (müssen oder wollen)? Sieht eine Segmentation der Lebenssphären bei den (wenigen) beruflich sehr erfolgreichen Frauen nicht ganz anders aus als bei Männern? Während die in ihrer Profession besonders erfolgreichen Männer durchschnittlich mehr Kinder haben als ihre anderen Professionskollegen, und während sie häufiger nicht-erwerbstätige Partnerinnen haben, die ihnen für ihre segmentierende, z. T. extrem arbeitszentrierte Lebensweise den Rücken freihalten, haben die besonders erfolgrei-

chen Frauen seltener und weniger Kinder sowie in der Regel keine *Hausmänner*, die ihnen den Rücken freihalten. Weiter stellen sich folgende Fragen: Sieht die Integration der Lebenssphären bei den Männern (vor allem denen in der Psychologie) nicht u. U. anders aus als bei den Frauen? Und sind nicht auch Koppelungen von Segmentation mit einer Dominanz des Privatlebens oder von Integration mit einem Ungleichgewicht der Lebenssphären denkbar? Antworten auf solche Fragen werden anhand einer genaueren theoretischen Klassifikation von Formen der Lebensgestaltung möglich, die wir nun als Resultat unserer qualitativen Analysen vorstellen.

Ergebnisse qualitativer Analysen: Formen der Lebensgestaltung

Es ist hier nicht möglich, auf die methodischen Schritte bei der Auswertung der Interviews mit 101 Professionsangehörigen, d. h. auf die Bildung von Einzelkategorien sowie von Merkmalskonfigurationen (im Sinne der empirischen Typenbildung; Kelle & Kluge, 1999) einzugehen. Weiter muss auf prototypische Fallbeschreibungen verzichtet werden (vgl. dazu Dettmer, Hoff, Lurse & Olos, 2003). Mithilfe solcher Fallbeispiele und exemplarischer Interviewzitate lässt sich zeigen, dass Personen zur Beschreibung ihrer Lebensgestaltung alltagssprachlich *Ziele* auf folgenden zeitlich voneinander unterscheidbaren Handlungsebenen benennen, auf die sich auch Zielkonzepte auf wissenschaftlicher Ebene beziehen:

- langfristige Ziele und Lebensaufgaben auf der Ebene des biografisch bedeutsamen Handelns, wie sie von Locke & Latham (1990), Cantor (1994) oder Austin & Vancouver (1996) thematisiert werden;
- mittelfristige Ziele, Projekte (Little, 1993; Beck, 1996) und Strebungen (Emmons, 1989) auf einer alltagsübergreifenden Ebene des Handelns;
- kurzfristige Ziele auf der Ebene des Alltagshandelns, wie sie in arbeitspsychologisch-handlungstheoretischen Ansätzen thematisiert werden (Volpert, 2003).

Als wichtiges Kriterium zur Unterscheidung von Hauptformen der Lebensgestaltung erweist sich in den exemplarischen Fallbeschreibungen vor allem, ob solche persönlichen Ziele, Projekte, Strebungen oder Wünsche ohne gegenseitige Störung realisiert werden können oder ob sie miteinander kollidieren. Dabei können nicht nur Ziele innerhalb jeder Handlungsebene konfliktieren, sondern Personen thematisieren alltagssprachlich oft auch Probleme, Widersprüche, Konflikte oder Dilemmata derart, dass kurzfristige alltägliche Ziele im einen Lebensbereich mit längerfristigen Projekt- oder Lebenszielen im anderen Bereich bzw. Lebensstrang kollidieren. Tabelle 3 zeigt die Haupt- und Unterformen der individuel-

len Lebensgestaltung, die in der Auswertung aller Interviews empirisch ermittelt und klar gegeneinander abgegrenzt werden konnten.

Bei der *Segmentation* werden Zielkonflikte von vornherein vermieden oder minimiert, da die beruflichen und privaten Handlungsstränge parallel nebeneinander herlaufen, ohne sich gegenseitig zu behindern. Ziele im Berufs- und Privatleben müssen erst gar nicht in ihrer Relation zueinander bedacht und miteinander koordiniert werden. Im Vergleich zu der Form der *Segmentation* mit Dominanz beruflicher Ziele (die wir bei unseren quantitativen Analysen als einzige in Rechnung gestellt hatten) kam die Form einer Dominanz privater Ziele selten vor. Denn in unserer Stichprobe sind möglicherweise Frauen unterrepräsentiert, die nur ganz wenige Stunden in der Woche erwerbstätig und daneben vor allem als Hausfrauen tätig sind. Weiter kommt bei Frauen und Männern eine Form der *Work-Life-Balance* vor, mit der wir gar nicht gerechnet hatten: Personen können ihr alltägliches Leben so einrichten, dass Beruf und Freizeit/Familie als inhaltlich und räumlich voneinander getrennte Welten mit gleichem subjektiven Gewicht und als zeitlich gleichberechtigte Handlungsstränge *dauerhaft* nebeneinander herlaufen können. Dies setzt aber biografische Weichenstellungen voraus, die das Gleichgewicht langfristig sicherstellen. So bot beispielsweise bei Untersuchungspartnern in der Medizin der berufsbiografisch gravierende Wechsel vom Krankenhaus in ein *Normalarbeitsverhältnis* als Beamte in einer staatlichen Institution erst die Voraussetzung dafür, dass neben der medizinischen jene künstlerische Tätigkeit alltäglich in zeitlich gleichem Umfang ausgeübt werden konnte, die subjektiv nicht mehr bloß als Hobby, sondern als *Passion* mit gleicher identitätszentraler Bedeutung wie der Beruf galt.

Eine *dynamische Form der Balance* beruflicher und privater Ziele zeigt sich bei *sämtlichen Unterformen der Integration*. Die biografische Herausbildung dieser Balance wird im Zusammenhang mit mehr oder minder heftigen *Krisen und Konflikten* geschildert.

In der Entwicklungspsychologie gibt es zwar eine Tradition der Thematisierung von Krisen, Konflikten und (moralischen) Dilemmata als den entscheidenden Anstößen für qualitative Veränderungen von Identitäts- und Persönlichkeitsstrukturen, aber in der neueren Forschung liegen nur wenige empirische Studien zu (individuellen) Konflikten vor (z. B. Emmons, King & Sheldon, 1993). Im deutschen Sprachraum sind erst seit kurzem Arbeiten zu multiplen Zielen in beiden Lebenssphären sowie zu mehr oder minder komplexen *Zielstrukturen* von Personen vorgelegt worden – z. B. die Studie von Wiese (2000), der ein entwicklungspsychologisches Modell zugrunde liegt (Freund & Baltes, 2000), oder die Arbeiten von Strehmel (1999) und Stief (2001). Daran schließen wir mit unserer eigenen Arbeit an (Hoff & Ewers, 2002, 2003).

Tabelle 3. Individuelle Formen der Lebensgestaltung

Segmentation von beruflichen und privaten Zielen und Handlungssträngen (Minimierung von Konflikten)

- Dominanz beruflicher Ziele
- Dominanz privater Ziele
- dauerhafte Sicherung einer Zielbalance

Integration von beruflichen und privaten Zielen/
Koordination von Handlungssträngen (Bewältigung von Konflikten durch Bildung von Integrationszielen)

- Abstriche bei der Realisation beruflicher Ziele
- Abstriche bei der Realisation privater Ziele
- Abstriche in beiden Lebenssphären
- ohne dauerhafte Abstriche (flexible Zielbalance)

Entgrenzung von beruflichen und privaten Zielen, Überschneidung/Identität von Handlungssträngen (Minimierung traditionaler und Bewältigung neuartiger Konflikte)

- völlig arbeitszentriert, kaum private Ziele
 - Verschmelzung von Zielen (raumzeitlich/inhaltlich)
-

Wenn Ziele zwischen den Lebenssphären konfliktieren (was in Abbildung 1 durch *Blitze* veranschaulicht wird) und sie derart gleichgewichtig sind, dass keines einfach zugunsten des anderen preisgegeben werden kann, so setzt eine Suche nach kompatiblen und inkompatiblen Aspekten ein. Es müssen *übergeordnete* Ziele gebildet werden, die wir als *Integrationsziele* bezeichnen. (Sie sind in Abbildung 1 entsprechend *über* jenen *einfachen* konfliktierenden Zielen platziert worden, aus denen sie sich ergeben.) Es handelt sich also nicht lediglich um die Bildung von Kompromissen, sondern anstelle der bisherigen Ziele hat nun das neue Ziel Priorität. Auf der Ebene des biografisch bedeutsamen Handelns und der Lebensziele heißt dies: Die Integration von Beruf und Familie bzw. Privatleben wird selbst zum übergeordneten *Lebensziel*, dem die Ziele in jedem einzelnen Lebensstrang untergeordnet werden. Balance bedeutet nun anders als zuvor, dass Abstriche von Zielen in einem Bereich die Balance zwischen den Zielen in beiden Bereichen sichern können; und vor allem im Alltag müssen berufliches und privates Handeln *dynamisch*, d. h. in stets variierender Weise *ausbalanciert und koordiniert* werden.

In der grafischen Darstellung soll der handlungstheoretisch grundlegende Gedanke einer hierarchisch geordneten Zielstruktur (Volpert, 2003) zum Ausdruck kommen: Aus dem übergeordneten Integrationsziel auf der höchsten Ebene lassen sich Integrationsziele auf den darunter liegenden Ebenen des alltagsübergreifenden und des alltäglichen Handelns ableiten. (Die Relationen *zwischen* den Ebenen, die zum Gegenstand des Nachdenkens gemacht werden, sind in Abbildung 1 durch die ge-

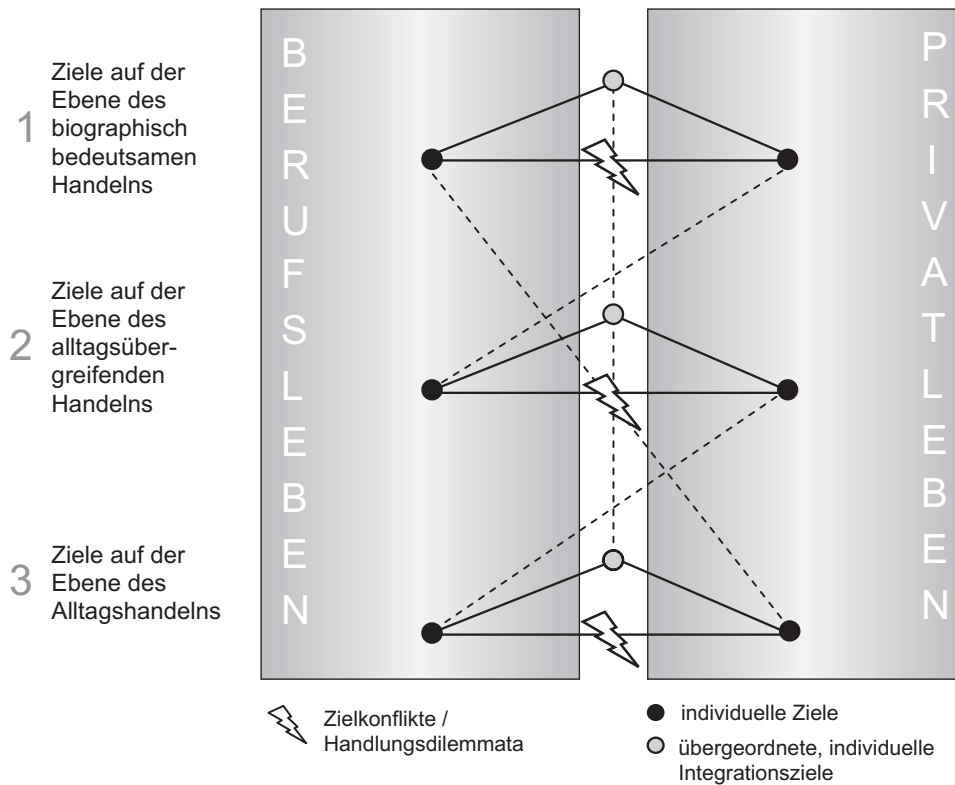


Abbildung 1. Individuelle Zielkonflikte und Integrationsziele.

strichelten Linien veranschaulicht.) Integrationsziele können auch dann gebildet werden, wenn einfache Ziele auf höherer Ebene in einen Bereich mit denen auf unterer Ebene im anderen Bereich kollidieren.

Für alle in Tabelle 3 angeführten Unterformen hängt das *Gelingen* der Lebensgestaltung von der Klarheit ab, mit der Integrationsziele formuliert werden. Abstriche an der Realisierung von Zielen in jeweils einem Bereich, durch die sich die ersten beiden Unterformen kennzeichnen lassen, müssen keineswegs eine Dominanz des jeweils anderen Bereiches bedeuten. Sie können, wie schon gesagt, gerade die Balance sichern. Häufig sprechen vor allem Frauen auch selbst gar nicht von beruflichen *Abstrichen*, wenn sie z. B. auf Teilzeitstellen arbeiten oder wenn ihre Arbeitszeiten deutlich unter der wöchentlichen Normalarbeitszeit liegen, sondern sie betonen nur die Balance. Frauen *und* Männer – auch diejenigen mit stärkeren Abstrichen bei der Realisation privater Ziele – berichten, wie prekär und wie dynamisch diese Balance im Alltag oft ist und welchen zusätzlichen Handlungsaufwand die Koordination des beruflichen und privaten Handelns erfordert. Werden starke Abstriche bei der Realisierung von Zielen in beiden Lebenssphären gemacht, so kann von einer nicht optimal gelungenen Integration gesprochen werden. Hier werden Integrationsziele oftmals nicht klar oder erst sehr spät im Verlauf eines *Dauerkonfliktes* formuliert. Die Integration

ohne stärkere Abstriche in beiden Lebensbereichen erscheint demgegenüber nicht nur aus der Außenperspektive, sondern auch aus Sicht der betreffenden Personen als die *gelingenste* Form der Integration. Hier ist die alltägliche Arbeitsteilung von Partnern in Haushalt und Familie wirklich symmetrisch verteilt und/oder Paare werden durch die Hilfe von Freunden, Eltern bzw. Haushaltshilfen entlastet.

Eine letzte Hauptform, die wir ursprünglich ebenfalls nicht in Rechnung gestellt hatten, kann man in Anlehnung an den eingangs genannten soziologischen Begriff als *Entgrenzung* von beruflichen und privaten Zielen bezeichnen. Traditionale Konflikte verschwinden, und Integrationsziele werden unnötig. Denn die beruflichen und privaten Handlungsstränge verflechten sich, oder sie verschmelzen zu einer Einheit. Bei einer ersten Variante der extrem arbeitszentrierten Entgrenzung wird das private vom beruflichen Alltagshandeln quasi *verschluckt* – etwa bei Frauen, die beruflich in höchste Positionen aufsteigen. Die zweite Variante der Entgrenzung lässt sich durch enge raumzeitliche und inhaltliche Überschneidungen der Lebensbereiche kennzeichnen – etwa wenn alltäglich zu Hause am PC gearbeitet wird, Partner bzw. Kinder im gleichen Raum anwesend sind oder wenn ein Teil der Wohnung zur Praxis bzw. Firma wird. Ein Beruf, der als *Berufung* begriffen wird, kann sich inhaltlich im Privatleben fortsetzen; oder eine private Leidenschaft

kann den Beruf bestimmen. Auch persönliche Projekte, biografische Weichenstellungen und Lebensziele verteilen sich nicht mehr auf zwei Sphären, sondern werden Bestandteil eines einzigen Lebensstranges.

Alle Begriffe und Konzepte, mit deren Hilfe wir Formen der *individuellen* Lebensgestaltung unterscheiden, lassen sich auch zur Beschreibung der *gemeinsamen* Lebensgestaltung in Paarbeziehungen heranziehen. Bei Paaren hängt es allerdings oft stärker von der Konstellation der Berufe als von der persönlichen *Wahl* der Partner ab, zu welcher gemeinsamen Lebensgestaltung es kommt (Dettmer & Hoff, 2005). In unseren Interviews zeigte sich z. B., dass Segmentierung der beruflichen Ziele eher bei Partnern mit inhaltlich völlig unterschiedlichen Berufen und Integration eher bei Partnern mit ähnlichen oder denselben Berufen vorkommt. Die Abstimmung und Koordination der beruflichen Ziele beider Partner setzt hier im Übrigen das Integrationsziel einer egalitären Arbeitsteilung voraus. Dieses übergeordnete Ziel kann unterschiedlich realisiert werden. So muss Egalität nicht ausschließlich synchron auf der Ebene des Alltagshandelns, sondern sie kann auch biografisch diachron praktiziert werden – beispielsweise in der Weise, dass mal der Mann und mal die Frau als Hauptverdiener(in) fungiert. Die außerberufliche Arbeitsteilung ist zwar komplementär, aber es wechseln die Rollen, und damit wird Egalität langfristig hergestellt. Schließlich findet sich besonders bei Partnern mit denselben Berufen eine Entgrenzung – z. B. wenn Wissenschaftlerpaare gemeinsame Forschungsprojekte durchführen oder Arztpaare eine gemeinsame Praxis gründen.

Schlussbemerkungen

Anstelle einer Vielzahl von denkbaren Konsequenzen aus unseren Befunden für die künftige Forschung soll abschließend nur eine einzige These formuliert werden. Sie drängt sich im Anschluss an unser Ergebnis einer Angleichung der Lebensgestaltung von Männern an die der Frauen in der Psychologie auf. Diese Angleichung hatten wir auf berufsbiografische Unsicherheit zurückgeführt. Geht man davon aus, dass der Strukturwandel der Arbeit auch in anderen Professionen und Beschäftigungsfeldern vermehrt zu Diskontinuität, Flexibilisierung, Unsicherheit und mangelnder subjektiver Antizipierbarkeit von Berufsverläufen führt, so gleichen sich möglicherweise auch dort die Formen der individuellen Lebensgestaltung von Frauen und Männern im Sinne einer stärkeren Work-Life-Balance an – beispielsweise bei Architekten und Journalisten, bei Angehörigen der neuen Computer-Berufe, bei Software-Entwicklern und Gründern von IT-Startups, bei Freelancern und Alleindienstleistern in Kulturberufen usw. So könnte man in künftigen Studien zum einen der Frage nachgehen, ob sich Frauen in ihrer Le-

bensgestaltung vermehrt den Männern in der Weise annähern, dass auch für sie der berufliche Lebensstrang dominant wird und dass sie zunehmend segmentierter oder entgrenzter leben. Zum anderen wäre zu untersuchen, ob sich die Männer den Frauen ähnlich wie in der Psychologie in der Weise annähern, dass das private Leben nun auch für sie frühzeitig an Bedeutung gewinnt und die Integration von Beruf und Privatleben bzw. Familie zum übergeordneten Lebensziel wird. Innerhalb der Paarbeziehung würde es dann zu stärker egalitären Formen der Arbeitsteilung und der gemeinsamen Lebensgestaltung kommen; und neben einer synchronen Egalität könnte sich dann u. U. auch eine diachrone Flexibilität der Arbeitsteilung von Paaren zeigen – dies in Abhängigkeit von der Abstimmung der beruflichen Ziele und Karrieren beider Partner.

Literatur

- Abele, A. E., Hoff, E.-H. & Hohner, H.-U. (Hrsg.). (2003). *Frauen und Männer in akademischen Professionen. Berufsverläufe und Berufserfolg*. Heidelberg: Asanger.
- Aristoteles (2003). *Nikomachische Ethik* (in der Übersetzung von Franz Dirlmeier). Stuttgart: Reclam.
- Austin, J. T. & Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin*, 120, 338–375.
- Beck, P. (1996). *Persönliche Projekte. Eine empirische Annäherung an komplexes Handeln*. Heidelberg: Asanger.
- Born, C. & Krüger, H. (Hrsg.). (1993). *Erwerbsverläufe von Ehepartnern und die Modernisierung weiblicher Lebensläufe*. Weinheim: Deutscher Studien Verlag.
- Cantor, N. (1994). Life task problem solving: Situational affordances and personal needs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 235–243.
- Dettmer, S. & Hoff, E.-H. (2005). Berufs- und Karrierekonstellationen in Paarbeziehungen: Segmentierung, Integration, Entgrenzung. In H. Solga & Ch. Wimbauer (Hrsg.), „Wenn zwei das Gleiche tun...“. *Ideal und Realität sozialer (Un-)Gleichheit in Dual Career Couples* (S. 53–75). Opladen: Budrich.
- Dettmer, S., Hoff, E.-H., Lurse, K. & Olos, L. (2003). *Individuelle Formen der Lebensgestaltung: Segmentierung, Integration, Entgrenzung. Ergebnisse qualitativer Analysen aus dem Projekt PROFIL*. (Berichte aus dem Bereich Arbeits-, Berufs- und Organisationspsychologie Nr. 23). Berlin: FU Berlin.
- Emmons, R. A. (1989). The personal striving approach to personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 87–126). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Emmons, R. A., King, L. A. & Sheldon, K. (1993). Goal conflict and the self-regulation of action. In D. M. Wegner & J. M. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 528–551). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Freund, A. M. & Baltes, P. B. (2000). The orchestration of selection, optimization, and compensation: An action-theoretical conceptualization of a theory of developmental regulation. In W. J. Perrig & A. Grob (Eds.), *Control of human behavior, mental processes, and consciousness* (pp. 35–58). Mahwah, NJ: Erlbaum.

- Garhammer, M. (1996). Auf dem Weg zu egalitären Geschlechterrollen? Familiäre Arbeitsteilung im Wandel. In H. Buba & N. F. Schneider (Hrsg.), *Familie zwischen gesellschaftlicher Prägung und individuellem Design* (S. 319–336). Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Gilbert, L. A. (1993). *Two careers – one family. The promise of gender equality*. Newbury Park: Sage.
- Gottschall, K. & Voß, G. G. (Hrsg.). (2003). *Entgrenzung von Arbeit und Leben. Zum Wandel der Beziehung von Erwerbstätigkeit und Privatsphäre im Alltag*. München: Hampp.
- Hochschild, A. R. (2002). *Work-Life Balance. Keine Zeit. Wenn die Firma zum Zuhause wird und zu Hause nur Arbeit wartet*. Opladen: Leske & Budrich.
- Hoff, E.-H. (2001). Psychology of Leisure. *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (Vol. 13; pp. 8714–8717). Oxford: Pergamon.
- Hoff, E.-H. & Ewers, E. (2002). Handlungsebenen, Zielkonflikte und Identität. Zur Integration von Berufs- und Privatleben. In M. Moldaschl (Hrsg.), *Neue Arbeit – Neue Wissenschaft der Arbeit* (S. 221–248). Heidelberg: Asanger.
- Hoff, E.-H. & Ewers, E. (2003). Zielkonflikte und Zielbalance. Berufliche und private Lebensgestaltung von Frauen, Männern und Paaren. In A. E. Abele, E.-H. Hoff & H.-U. Hohner (Hrsg.), *Frauen und Männer in akademischen Professionen. Berufsverläufe und Berufserfolg* (S. 131–156). Heidelberg: Asanger.
- Hoff, E.-H., Grote, St., Hohner, H.-U. & Dettmer, S. (2000). Berufsverlaufsmuster und Geschlecht in Medizin und Psychologie. *Zeitschrift für Politische Psychologie*, 2, 202–223.
- Hoff, E.-H., Grote, St., Hohner, H.-U. & Dettmer, S. (2003). Berufsverläufe, Berufserfolg und Lebensgestaltung von Psychologinnen und Psychologen. In A. E. Abele, E.-H. Hoff & H.-U. Hohner (Hrsg.), *Frauen und Männer in akademischen Professionen. Berufsverläufe und Berufserfolg* (S. 57–70). München: Asanger.
- Hoff, E.-H. & Hörrmann-Lecher, U. (1992). Vorstellungsmuster zum Verhältnis von Arbeit und Freizeit in unterschiedlichen Berufsbiographien. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 36, 55–62.
- Hoff, E.-H., Hohner, H.-U., Dettmer, S. & Grote, St. (1999). *Zwischenbericht aus dem Projekt „PROFIL“* (Berichte aus dem Institut für Arbeits-, Organisations- und Gesundheitspsychologie, Nr. 15). Berlin: FU Berlin.
- Hoff, E.-H., Theobald, H. & Hörrmann-Lecher, U. (1992). Sozialisation als Integration der Lebenssphären. In G. Krell & M. Osterloh (Hrsg.), *Personalpolitik aus der Sicht von Frauen – Frauen aus der Sicht der Personalpolitik. Sonderband der Zeitschrift für Personalforschung* (S. 359–385). München: Hampp.
- Hohner, H.-U., Grote, St., Hoff, E.-H. & Dettmer, S. (2003). Berufsverläufe, Berufserfolg und Lebensgestaltung von Ärztinnen und Ärzten. In A. E. Abele, E.-H. Hoff & H.-U. Hohner (Hrsg.), *Frauen und Männer in akademischen Professionen. Berufsverläufe und Berufserfolg* (S. 43–56). Heidelberg: Asanger.
- Kastner, M. (Hrsg.). (2004). *Die Zukunft der Work Life Balance. Wie lassen sich Beruf und Familie, Arbeit und Freizeit miteinander vereinbaren?* Heidelberg: Asanger.
- Kelle, U. & Kluge, S. (1999). *Vom Einzelfall zum Typus: Fallvergleich und Fallkonstrastierung in der qualitativen Sozialforschung*. Opladen: Leske & Budrich.
- Lauterbach, W. (1994). *Berufsverläufe von Frauen. Erwerbstätigkeit, Unterbrechung und Wiedereintritt*. Frankfurt a. M.: Campus.
- Little, B. R. (1993). Personal projects and the distributed self. Aspects of a conative psychology. In J. Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 4; pp. 157–185). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Locke, E. A. & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Mayer, K. U., Allmendinger, J. & Huinink, J. (Hrsg.). (1991). *Vom Regen in die Traufe: Frauen zwischen Beruf und Familie*. Frankfurt a. M.: Campus.
- Moldaschl, M. & Voß, G. G. (Hrsg.). (2003). *Subjektivierung von Arbeit*. München: Hampp.
- Nauck, B., Schneider, N. & Tölke, A. (Hrsg.). (1995). *Familie und Lebensverlauf im gesellschaftlichen Umbruch*. Stuttgart: Enke.
- Resch, M. (2003). Work-Life-Balance – neue Wege der Vereinbarkeit von Berufs- und Privatleben? In H. Luczak (Hrsg.), *Tagungsband der GFA Herbstkonferenz 2003. Kooperation und Arbeit in vernetzten Welten* (S. 125–132). Stuttgart: ergonomia.
- Statistisches Bundesamt (Hrsg.). (2002). *10 Jahre Erwerbsleben in Deutschland. Zeitreihen zur Entwicklung der Erwerbsbeteiligung 1991–2001* (Band 1 – Allgemeiner Teil). Wiesbaden: Statistisches Bundesamt.
- Stief, M. (2001). *Selbstwirksamkeitserwartungen, Ziele und Berufserfolg: Eine Längsschnittstudie*. Aachen: Shaker.
- Strehmel, P. (1999). *Karriereplanung mit Familie: Eine Studie über Wissenschaftlerinnen mit Kindern*. Bielefeld: Kleine.
- Volpert, W. (2003). *Wie wir handeln – was wir können. Ein Disput als Einführung in die Handlungspsychologie* (3. Aufl.). Sottrum: artefact.
- Wiese, B. (2000). *Berufliche und familiäre Zielstrukturen*. Münster: Waxmann.

Eingegangen: 03. 12. 2004

Revision eingegangen: 06. 04. 2005

Prof. Dr. Ernst-H. Hoff

Freie Universität Berlin
 Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie
 Arbeits-, Berufs- und Organisationspsychologie
 Habelschwerter Allee 45
 14195 Berlin
 E-Mail: ehoff@zedat.fu-berlin.de