

**Alte und neue Formen der
Lebensgestaltung.
Segmentation, Integration und Entgrenzung
von Berufs- und Privatleben**

Ernst-H. Hoff

Juli 2006

Beitrag zu: Karin Jurczyk und Mechthild Oechsle (Hrsg.)

„Das Private neu denken“

Band zu einer Tagung im Zentrum für interdisziplinäre

Forschung, Bielefeld, Mai 2006

Korrespondenzadresse:

Ernst-H: Hoff, Freie Universität Berlin, Arbeitsbereich Arbeits-, Berufs- und Organisationspsychologie. Habelschwerdter Allee 45, 14195 Berlin.

e-mail: ehoff@zedat.fu-berlin.de

<http://www.fu-berlin.de/arbpsych>

Alte und neue Formen der Lebensgestaltung. Segmentation, Integration und Entgrenzung von Berufs- und Privatleben

Ernst-H. Hoff

1. Begriffliche Vorbemerkungen

In diesem Beitrag geht es um das *Verhältnis* der beiden Hauptlebensbereiche und um dessen Gestaltung bei Frauen, Männern und Paaren. Beide Bereiche lassen sich durch unterschiedliche Begriffspaare kennzeichnen. So ist etwa im Alltagssprachgebrauch die Gegenüberstellung von *Arbeit und Freizeit* üblich, und dazu gibt es auch auf wissenschaftlicher Ebene eine eigenständige Forschungstradition. Hier wird der Kontrast zwischen den Lebenssphären und damit deren *Segmentation* besonders betont: Arbeit wird mit *Erwerbsarbeit* gleichgesetzt und hat die Konnotation einer mehr oder minder restriktiven, belastenden und aus Gründen der Existenzsicherung erzwungenen Tätigkeit. Freizeit wird im Gegensatz dazu als die von diesen Restriktionen und Belastungen freie, individuell autonom bestimmbare Zeit begriffen. In der Arbeit-Freizeit-Forschung wird danach gefragt, ob es trotz des Kontrastes und trotz der zeiträumlichen Trennung zwischen beiden Sphären im Denken, Fühlen und Handeln von Personen Auswirkungen vom einen auf den anderen Bereich gibt.

Ist dagegen von *Beruf und Familie* die Rede, so unterstellt man in der Regel, dass sich Personen mit der Berufswahl und mit der Familiengründung selbst für Pflichten, Anforderungen und Belastungen in beiden Bereichen entschieden haben. Zugleich bezieht sich das Verständnis von Berufen stärker als das von Erwerbs- oder Lohnarbeit auf Freiheitsgrade; und das berufliche Leben erfordert ebenso wie das Familienleben seine biografisch langfristige, individuell autonome Ausgestaltung. Mit dem Begriffspaar von Beruf und Familie geraten anders als mit dem von Arbeit und Freizeit außerdem Probleme der *Integration* bzw. Koordination von bereichsspezifischen Anforderungen, Pflichten und Gestaltungsspielräumen in den Blick. Diese Probleme betreffen in unserer Gesellschaft nach wie vor besonders die erwerbstätigen Frauen. Darauf richtet sich auf wissenschaftlicher Ebene die Forschung zur *Vereinbarkeit* von Beruf und Familie, in der auch jene unbezahlte Arbeit in Haushalt und Familie thematisiert wird, die in der Arbeit-Freizeit-Forschung zunächst weitgehend ausgeblendet wurde. Gefragt wird hier weiter nach der außerberuflichen Arbeitsteilung von Müttern und Vätern im gemeinsamen Haushalt.

Von *Work-Life-Balance* wird schließlich in einer dritten Forschungstradition gesprochen, und dieser Begriff wird auch im deutschen Sprachraum zunehmend im Alltag, in öffentlichen Diskussionen sowie in etlichen Praxisfeldern verwendet. Die Gegenüberstellung von Arbeit und „Leben“ mag auf den ersten Blick an die von Arbeit und Freizeit erinnern. Gemeint ist im Deutschen jedoch zumeist das Begriffspaar von *Berufs- und Privatleben*, wobei das private Leben sowohl die freie, individuell autonom bestimmbare Zeit als auch die unbezahlte Arbeit in Haushalt und Familie umfassen kann. Das Verständnis beider Begriffe bezieht sich weiter auf den gesamten Lebenslauf erwerbstätiger Erwachsener, d. h. auf Phasen mit und ohne Partner oder solche mit und ohne Kinder im eigenen Haushalt. Schließlich schwingen hier noch folgende andere Bedeutungen mit: Das „private Zuhause“ gilt als der Ort der freieren und intimeren sozialen Beziehungen, während die Beziehungen in der Arbeitswelt und im Beruf stärker dem öffentlichen Blick bzw. der sozialen Kontrolle ausgesetzt sind und externen Vorgaben folgen. Solche Bedeutungen spielen allerdings in der Forschung, auf die im Folgenden genauer eingegangen wird, kaum eine Rolle. Dort rückt vor allem das Verhältnis der Bereiche mit dem normativ aufgeladenen Begriff der *Balance* in den Vordergrund. Dabei geht es um ein Leitbild vom „gelungenen“ Leben im Sinne eines Gleichgewichts zwischen den an beide Lebensbereiche gebundenen persönlichen Motiven, Strebungen und Zielen, das in entsprechend ausbalancierten Handlungssträngen sichtbar wird. Dieses Leitbild lässt sich auf Männer ebenso wie auf Frauen beziehen. Es wird heute vermutlich deshalb in öffentlichen Diskussionen immer populärer, weil ein Gleichgewicht zwischen beiden Lebenssphären subjektiv immer schwerer herstellbar erscheint; denn mit dem Wandel der Arbeitsgesellschaft geht für immer mehr erwerbstätige Erwachsene eine *Entgrenzung* ihrer Lebenssphären einher: Arbeit und Freizeit, Beruf und Familie bzw. Berufs- und Privatleben lassen sich immer schwerer zeitlich, räumlich, inhaltlich, sozial und motivational voneinander trennen.

Diese einleitenden Überlegungen sollen im ersten Teil dieses Beitrags vertieft werden. Dazu erscheint es sinnvoll, den Wandel des Verhältnisses von Berufs- und Privatleben bei Frauen und Männern seit Mitte des letzten Jahrhunderts im Spiegel der Forschung zu Arbeit und Freizeit, zu Beruf und Familie sowie zu *Work-Life-Balance* zu skizzieren. Dabei geht es vor allem um die Segmentierung, Integration und Entgrenzung der Lebensbereiche, und darauf lassen sich dann auch im zweiten Teil die Formen der Lebensgestaltung beziehen, deren Pluralität heute bei Frauen wie bei Männern zunimmt.

2. Zum Wandel des Verhältnisses von Berufs- und Privatleben bei Frauen und Männern

„The long arm of the job“ – so lautet der berühmte Titel einer Studie aus der früheren Forschung zu Arbeit und Freizeit (Meissner, 1971). Darin ging es um Zeitbudgets und Tätigkeitsinhalte von Arbeitern aus der Holzverarbeitenden Industrie in Kanada. Mit dem Titel war Folgendes gemeint: Trotz der klaren Abgrenzung und Verschiedenartigkeit der Lebensbereiche blieb die Arbeit nicht hinter dem Fabriktor zurück, sondern sie prägte auch noch das Denken, Fühlen und Handeln in der freien Zeit. Je restriktiver und je anspruchsloser die Arbeitstätigkeiten langfristig waren, desto passiver, desto intellektuell und emotional ärmer erschienen auch die Freizeittätigkeiten. Diese Publikation liegt 35 Jahre zurück, und neben solche Untersuchungen zu Arbeit und Freizeit traten später immer häufiger Studien zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie bei Frauen. Anstelle des exemplarischen Titels einer einzelnen Publikation sollen hier nur die immer wiederkehrenden Schlüsselbegriffe der Forschung im deutschsprachigen Raum angeführt werden: Doppelbelastung, Doppelgewinn, Doppelorientierung und doppelte sowie widersprüchliche Sozialisation. Seit etwa einem Jahrzehnt mehren sich schließlich Studien zur Work-Life-Balance. Dieser Begriff wird beispielsweise auf dem Titelblatt der deutschen Ausgabe eines besonders populären Buches genannt; und dessen Originaltitel lautet: „The time bind: when work becomes home and home becomes work“ (Hochschild, 1997). Hier handelt es sich um Interviews mit Frauen und Männern, die in einem US-amerikanischen Unternehmen arbeiten und vom Verschwinden der Grenzen zwischen Arbeit und „Zuhause“ berichten.

Warum wurde in der Forschung zunächst das Verhältnis von „Arbeit und Freizeit“, später das von „Beruf und Familie“ und schließlich die „Work-Life-Balance“ thematisiert? Welche Veränderungen der Arbeitsgesellschaft spiegeln sich in diesen verschiedenen Begriffen und Forschungsperspektiven wider? Wie haben sich mit dem Wandel in der Arbeitswelt auch die Bedeutungen der Lebensbereiche und die Bezüge zwischen ihnen gewandelt?

2.1 Zum Verhältnis von Arbeit und Freizeit

Die Forschung zu Arbeit und Freizeit ist selbst ein Kind jener *Industriegesellschaft*, auf deren zentralen Bereich der industriellen Produktion sich ihr Hauptaugenmerk zunächst richtete. Im industriellen Sektor war in den fünfziger, sechziger und siebziger Jahren des letzten

Jahrhunderts der höchste Anteil aller Erwerbstätigen beschäftigt, und dabei handelte es sich überwiegend um Männer. Hier waren die Arbeitszeiten klar geregelt. Damit wurde zugleich eine Grenze zwischen Arbeit und Freizeit gezogen, und beide Sphären hatten eine konträre Bedeutung. Diese Grenzziehung hatte schon viel früher im Zuge der Industrialisierung eingesetzt und ließ beide Bereiche als völlig eigenständig erscheinen. Tatsächlich war es jedoch so, dass sich die Bedeutung jeder Sphäre für die Menschen mit einem derart geteilten Alltag nicht allein für sich, sondern immer in Relation zu derjenigen des anderen Lebensbereichs entwickelte. In dem Maße, wie sich das Verständnis von Freiheit und individueller Autonomie bereits im 19. Jahrhundert nicht mehr mit Arbeit (im Sinne von industrieller Lohnarbeit) vereinbaren ließ, verband es sich mit dem damals erst entstehenden modernen Begriff der Freizeit. Freiheit *von* den entfremdeten Formen der Erwerbsarbeit wurde immer wichtiger, und als „frei“ galt vor allem die Zeit außerhalb der vertraglich geregelten Arbeitszeit. Während die wöchentliche Arbeitszeit Mitte des 19. Jahrhunderts für Industriearbeiter über 80 Stunden betrug, ist sie für die Mehrzahl der Arbeitnehmer heute auf weniger als die Hälfte gesunken. Gleichwohl hat sich das Verständnis der *Segmentation* zweier Hauptlebensbereiche noch dort bis heute erhalten, wo die Erwerbsarbeit zeiträumlich strikt gegenüber allen anderen Tätigkeiten mit größeren Handlungsspielräumen abgegrenzt wird.

Seitdem in den achtziger Jahren der Anteil der Erwerbstätigen im Dienstleistungssektor gegenüber demjenigen im industriellen Sektor immer mehr anstieg, wurde zunehmend nicht mehr von der Industriegesellschaft, sondern von der *Dienstleistungsgesellschaft* gesprochen. Das Schlagwort von der *Kommunikations- und Informationsgesellschaft* verweist schließlich auf die neuen Technologien, die in den neunziger Jahren zu einer Veränderung der Arbeitsplätze in allen Teilbereichen des industriellen und des Dienstleistungssektors sowie zu einem neuen, eigenständigen IT-Bereich geführt haben. Insgesamt verschob und erweiterte sich das Spektrum der Tätigkeitsfelder, Berufe und Beschäftigungsverhältnisse von Hand- hin zu Kopfarbeit, von physisch belastender Arbeit hin zu Berufstätigkeiten mit stärker intellektuellen und psychischen Anforderungen, von abhängiger Beschäftigung im gesicherten Normalarbeitsverhältnis hin zu Teilzeitarbeit, Selbständigkeit sowie Freiberuflichkeit. Und damit bestimmen nun zugleich die Forderungen nach Autonomie, Selbstverantwortung und Selbstverwirklichung auch wieder stärker die Erwerbsarbeit, während komplementär dazu in der Freizeit immer mehr Zwänge und Pflichten in den Blick geraten. Zu Beginn des 21. Jahrhunderts kann man bei manchen Gruppen von Erwerbstätigen schon eine Auflösung der Segmentation bzw. eine *Entgrenzung* (Jurczyk & Voß, 2000;

Gottschall & Voß, 2003) konstatieren – nämlich dort, wo die immer flexibleren Regelungen von Zeiten und Orten der Arbeit (in der Firma oder zu Haus) sowie von Arbeitsabläufen Autonomie erfordern; weiter dort, wo unbezahlte Arbeit in der Freizeit zunimmt; und schließlich dort, wo sich die Lebensbereiche hinsichtlich der Tätigkeitsinhalte (z.B. im Umgang mit neuen Technologien) und der sozialen Beziehungen überschneiden. Man kann geradezu von einem Zwang zur Autonomie und von „kontrollierter Autonomie“ in der Arbeitswelt (Vieth, 1995) sprechen; und auch in der Freizeit nehmen widersprüchliche Konstellationen des Zwanges zur Autonomie (z.B. bei Entscheidungen für Angebote der Medien oder der Freizeit-„Industrie“) sowie selbstaufgelegte Zwänge (z.B. der „Arbeit“ am eigenen Körper) zu, so dass sich die Lebenssphären angleichen.

Die in der *Arbeit-Freizeit-Forschung* zu Beginn leitenden theoretischen Überlegungen (z.B. Wilensky, 1962; im deutschsprachigen Raum vgl. Habermas, 1958) und die zentralen Thesen in den empirischen Studien sind kaum aus der Perspektive der heutigen Entwicklung, sondern nur vor dem Hintergrund des damals dominierenden Forschungsinteresses an der industriellen Massenproduktion verständlich. Im Vordergrund standen zunächst vor allem jene Erwerbstätigkeiten von Männern im Zeichen von Fordismus und Taylorismus, bei denen die Arbeitsvollzüge standardisiert waren, so dass es nur geringe Möglichkeiten einer Einflussnahme der arbeitenden Personen auf ihre Arbeit und deren individuelle Ausgestaltung gab. Entsprechend plausibel erschien die erste *These einer Generalisation* (bzw. eines „Spillover“), die sich zunächst auf einseitige Einflüsse des „langen Arms der Arbeit“, auf die Übertragung der Erfahrungen und der Verhaltensweisen von der mehr oder minder restriktiven Arbeit auf die Freizeit bezog. Im Übrigen spiegelte sich die Segmentation der Lebenssphären auf wissenschaftlicher Ebene darin wider, dass man Personen nicht selbst nach den Relationen ihres Denkens, Fühlens und Handelns in beiden Hauptlebensbereichen befragte. Die Forscher erfassten vielmehr getrennt voneinander Merkmale für jeden Bereich per se (also z.B. Zeitbudgets für spezifische Arbeits- und Freizeittätigkeiten oder Zufriedenheit mit jedem Lebensbereich) und analysierten dann Korrelationen zwischen ihnen. In späteren Längsschnittstudien mit großen Stichproben von Männern und Frauen in ganz unterschiedlichen Erwerbstätigkeiten und Berufsgruppen hat man dann auch umgekehrte Einflüsse von Freizeit auf Arbeit und eine Generalisation im Sinne von Wechselwirkungen festgestellt (z.B. Miller & Kohn, 1983).

Bei der zweiten *These der Kompensation* bildete ursprünglich ebenfalls die mehr oder minder restriktive Erwerbsarbeit den Ausgangspunkt, doch nun nahm man anstelle eines „Spillover“

einen Ausgleich der negativ bewerteten Erfahrungen und Verhaltensweisen in der Arbeit durch solche mit positiver Bedeutung in der Freizeit an. Empirische Befunde im Sinne dieser These waren seltener. Die dritte *These der Segmentation bzw. Neutralität* bezieht sich auf fehlende Zusammenhänge zwischen dem Denken, Fühlen und Handeln in beiden Lebenssphären. Diese Annahme läuft letztlich darauf hinaus, dass sich Personen der Segmentation ihres Alltags völlig anpassen und sich gleichsam in eine Berufs- und eine Privatperson aufspalten. Dafür schienen die Befunde in der Mehrzahl der Studien im deutschsprachigen Raum zu sprechen.

Von etlichen Einwänden gegen die frühere Arbeit-Freizeit-Forschung (Hoff, 1992) soll hier nur ein einziger genannt werden, der sich auf die These der Segmentation bzw. Neutralität bezieht: Auch wenn es realiter strikte zeiträumliche und inhaltliche Grenzen zwischen den Lebensbereichen gibt, kann man allenfalls auf der Basis eines orthodox-behavioristischen Paradigmas davon ausgehen, dass auch das Denken, Fühlen und Handeln derselben Personen entsprechend unabhängig voneinander verläuft. Auf der Basis eines interaktionistischen Verständnisses von Persönlichkeit, Individualität und Identität erscheint eine solche Unabhängigkeit undenkbar. Dann müssen die Befunde (zu Nullkorrelationen) in den empirischen Studien anders interpretiert werden: Darin kommt vermutlich die *subjektive* Vorstellung einer Unabhängigkeit des eigenen Denkens, Fühlens und Handelns in beiden Sphären zum Ausdruck, die sich als Strategie der Abwehr von negativem „Spillover“ interpretieren lässt – nämlich dann, wenn die Gefahr besteht, dass äußerst negative Arbeitserfahrungen die Freizeit allzu sehr überschatten. Denkbar ist es auch angesichts der Erfahrung belastender wechselseitiger Einflüsse, dass Personen bewusst die Bewältigungsstrategie wählen, nach der Arbeit „abzuschalten“ und sich anderen Gedanken, Gefühlen und Tätigkeiten zuzuwenden. Für diese Interpretationen sprechen die Befunde von „subjektorientierten“ Studien, in denen Erwachsene danach gefragt wurden, ob und wie sie *selbst* die Relationen zwischen ihren Lebenssphären sehen (vgl. Hoff, 1992, Büssing, 1992). Das subjektive Vorstellungsmuster einer Segmentation bzw. Unabhängigkeit des eigenen Denkens, Fühlens und Handelns bildet sich im Zuge der Verfestigung des Kontrastes zwischen sehr restriktiver Arbeit und Freizeit heraus, während es bei gleichzeitigen Freiheitsgraden und Restriktionen in beiden Lebenssträngen zu komplexeren Vorstellungsmustern im Sinne einer wechselseitigen Generalisation und Kompensation kommt.

2.2 Zum Verhältnis von Beruf und Familie

Erst seit Beginn der achtziger Jahre, mit dem Übergang von der Industrie- in die Dienstleistungsgesellschaft, wurde auch die unbezahlte Arbeit in Haushalt und Familie thematisiert (Schooler et al., 1983; Resch, 1991). Zugleich entstand ein Bereich der Frauenforschung, in dem die *Problemlagen erwerbstätiger Frauen im Spannungsfeld von Erwerbs- bzw. Berufsarbeit und Familie* von Sozialwissenschaftlerinnen untersucht wurden, wobei Freizeit im zuvor beschriebenen Sinne nun kaum noch eine Rolle spielte. Angesichts der Tatsache, dass die Frauenerwerbsquote bereits in den fünfziger Jahren bei 25 % gelegen hatte und seitdem stetig angestiegen war, stellt sich die Frage, warum derartige Problemlagen so lange Zeit hindurch unbeachtet blieben. Eine Erklärung für diesen blinden Fleck in der Forschung und im öffentlichen Bewusstsein zur Zeit der Industriegesellschaft liefern Born, Krüger & Lorenz-Meyer (1996) mit einer Studie, die den bezeichnenden Titel: „Der unentdeckte Wandel“ trägt. Sie argumentieren, dass Sozialwissenschaftler wie alle Menschen damals die Vorstellung hatten, Frauen seien generell familienorientiert und würden deshalb nach einer ersten Phase der Erwerbstätigkeit in die zweite Phase des Familienlebens eintreten, damit also ganz aus dem Erwerbsleben aussteigen oder allenfalls in einer dritten Phase, wenn die Kinder aus dem Hause seien, wieder in die Erwerbstätigkeit einsteigen. Die von Born, Krüger und Lorenz-Meyer untersuchten Lebenswege älterer Frauen, deren Berufstätigkeit schon in den fünfziger Jahren begonnen hatte, bestanden aber keineswegs nur aus zwei oder drei Phasen im Erwachsenenalter. Die Biografien waren oft weitaus diskontinuierlicher, es gab Phasen der Gleichzeitigkeit von Beruf und Familie, und selbst in den Phasen ohne Erwerbstätigkeit blieb für diese Frauen eine Berufs- neben der Familienorientierung für ihr Leben leitend. Gleichwohl hielten sie selbst an jener generell vorherrschenden Norm einer Ausrichtung des Lebens von Frauen auf die Familie fest, von der das eigene Leben abwich. Man kann auch sagen, dass sie eine *Doppelorientierung an Familie und Beruf* zwar „gelebt“ bzw. im Handeln realisiert, aber noch keineswegs bewusst als normatives Leitbild vertreten haben. Hier liegt der entscheidende Unterschied zu den folgenden Generationen von Frauen. Die Studien aus den neunziger Jahren zeigen übereinstimmend, dass eine solche Doppelorientierung an Beruf und Familie inzwischen für junge Frauen als normal gilt und sehr bewusst der eigenen Lebensplanung zugrunde gelegt wird (z.B. Geissler & Oechsle, 1996).

Im Rückblick auf die Arbeit-Freizeit-Forschung kann man die zuvor angerissenen Überlegungen zur Segmentation der individuellen Lebensbereiche nun um solche zur

geschlechtsgebundenen Segmentation der Arbeit bei Paaren (mit Kindern und ohne Kinder) erweitern: Das Leitbild einer traditional-komplementären Arbeitsteilung zwischen dem Mann als Alleinverdiener und der auf die Familie orientierten „Haus“-Frau dominierte und lenkte den Blick der (Industrie-)Soziologen sowie der (Arbeits-)Psychologen zunächst vor allem auf das Verhältnis von Erwerbsarbeit und Freizeit bei Männern, obgleich der Wandel hin zu Konstellationen des männlichen Hauptverdieners und der weiblichen Nebenverdienerin in „Dual-Earner-Couples“ schon längst eingesetzt hatte. Inzwischen ist die Frauenerwerbsquote bis auf heute fast 70 % angestiegen, wobei der Anteil von Frauen in der Altersphase, in der Kinder geboren werden und heranwachsen, sowie von Frauen im Dienstleistungsbereich und in hoch qualifizierten Berufen am stärksten zugenommen hat. Damit verringert sich einerseits das Ungleichgewicht der Geschlechter in der Arbeitswelt, und es gibt zunehmend mehr „Dual-Career-Couples“. Andererseits reproduzieren sich zugleich immer wieder Disparitäten zwischen den Geschlechtern – z.B. durch Marginalisierung von Frauen in hoch qualifizierten Berufen (Wetterer, 1992). Dies liegt vor allem daran, dass es trotz des zunehmend von jungen Männern und Frauen präferierten Leitbildes einer stärker egalitären Arbeitsteilung in Haushalt und Familie mit der Geburt eines Kindes bis heute sehr häufig doch zur traditionellen Arbeitsteilung kommt. Wenn die Männer sich dann auf den Beruf konzentrieren, während die Frauen (neben ihrer Berufstätigkeit) stärker für die Familie zuständig sind, so liegt dies oft weniger an ihren persönlichen Strebungen als vielmehr an den gesellschaftlichen und organisationalen Strukturen, die eine solche Arbeitsteilung begünstigen. Die Frauen tragen also in der Regel weiterhin die Hauptlast der Haus- und Familienarbeit; und sie versuchen, Beruf und Familie vor allem dadurch zu vereinbaren, dass sie im Alltag beruflich in Teilzeit arbeiten und dass sie ihre Berufswege im Anschluss an die Geburt von Kindern unterbrechen (Lauterbach, 1994). Vor allem aufgrund ihrer diskontinuierlichen Berufsverläufe gelangen sie seltener als Männer in die besonders „lukrativen“ Berufsfelder und in Leitungspositionen (vgl. Abele, Hoff & Hohner, 2003).

Aus der *Forschung zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie*, die bis in die neunziger Jahre hinein expandierte, als die Arbeit-Freizeit-Forschung zugleich an Bedeutung verlor, soll hier nur ein einziger Ansatz herausgegriffen werden, der im deutschen Sprachraum zentral geworden ist: der zur doppelten bzw. widersprüchlichen Sozialisation von Frauen. Während man in der Arbeit-Freizeit-Forschung von eindeutig positiven bzw. negativen Valenzen des an jeweils einen Bereich gebundenen Denkens, Fühlens und Handelns ausging, wurden nun *Ambivalenzen* und Widersprüche sichtbar. Sie lassen sich darauf zurückführen, dass Frauen ihre Lebensbereiche und Lebensstränge nicht nur jeweils für sich, sondern immer auch aus

der Perspektive des jeweils anderen Bereiches bewerten und im Denken, Fühlen und Handeln ständig wechselseitig aufeinander beziehen (Becker-Schmidt, 1980). So hat sich in einer Studie gezeigt, dass Industriearbeiterinnen ihre höchst restriktive Erwerbsarbeit einerseits entsprechend negativ bewerteten. Diese negativen mischten sich aber andererseits mit positiven Einschätzungen, da die Erwerbs- im Vergleich zur Haus- und Familienarbeit zugleich Erfahrungen der eigenen Leistung, der autonomen Existenzsicherung und der sozialen Anerkennung mit sich brachte, die für die eigene Identität bzw. für den Selbstwert wichtig waren. Ambivalent erschien weiter ebenso die häusliche Arbeit, in der nun neben negativen Aspekten, z.B. den fehlenden sozialen Kontakten, im Vergleich mit der Erwerbsarbeit auch positive Aspekte, z.B. die größeren zeitlichen Handlungsspielräume, sichtbar wurden. Ambivalent wurde schließlich auch das Verhältnis beider Bereiche erlebt. Dies kommt im Titel eines Buches zu dieser Studie zum Ausdruck: „Eines ist zu wenig – beides ist zuviel“ (Becker-Schmidt, Knapp & Schmidt, 1984). Gegenüber dem Leben, das nur durch die Erwerbsarbeit bzw. den Beruf oder nur durch die Familie bestimmt ist, bedeutet das durch beide Bereiche bestimmte Leben einen Doppelgewinn und zugleich eine Doppelbelastung. Ein ähnliches Bild ergab sich in einer Vielzahl späterer Studien auch dann, wenn Frauen in hoch qualifizierten Berufen sowie in Führungspositionen untersucht wurden. Weiter hat sich gezeigt, dass Frauen eine eigenständige Leistung der tagtäglichen Integration und Koordination ihrer Handlungsstränge in Beruf und Familie erbringen müssen (zur alltäglichen Lebensführung vgl. Jurczyk & Rerrich, 1993).

2.3 Zum Verhältnis von Berufs- und Privatleben: Work-Life-Balance

In der empirischen Forschung zu Problemlagen von Frauen wurden Männer fast nie als Vergleichsgruppe untersucht, weil Folgendes klar erschien: Sie tragen in der Regel nicht die Hauptlast der unbezahlten Arbeit in Beruf und Familie; sie sind also seltener mit Doppelbelastungen und mit zusätzlichen Anforderungen einer Integration bzw. Koordination beider Bereiche konfrontiert. Ihr Familienleben gilt ihnen stärker als „freie“ Zeit und hat als Gegengewicht zu beruflichen Belastungen oft eine kompensatorische Funktion. Probleme entstehen nun allerdings auch für Männer, wenn angesichts des allzu dominanten Berufes Familie und Freizeit als Gegengewicht zu verschwinden drohen. Darauf verweist der Begriff der *Work-Life-Balance* (bzw. der *Work-Family-Balance*). Eine Balance erscheint hier ebenso gefährdet wie bei jungen Frauen und Männern ohne Familie, die in innovationsträchtigen, neuen Feldern wie dem IT-Bereich tätig sind und extrem arbeitszentriert leben. Sieht man

davon ab, dass mit der Gegenüberstellung von „Work“ und „Life“ in irreführender Weise suggeriert wird, das „eigentliche“ Leben mit Sinnerfüllung und Selbstverwirklichung finde nur außerhalb der Erwerbsarbeit statt, und verwendet man stattdessen die Begriffe des Berufs- und des Privatlebens, so spielt im zusätzlichen Begriff der Balance die Metapher der Waage eine Rolle, bei der eine der beiden Waagschalen ein Zuviel oder Zuwenig an subjektivem Gewicht, an beruflichen bzw. privaten persönlichen Streben und Aktivitäten beinhaltet. Dazwischen gibt es eine „Mitte“ des Gleichgewichts, und die Vorstellung eines „guten“ bzw. „gelingenen“ Lebens in der Mitte zwischen extremen, einander entgegengesetzten Streben und Handlungsweisen zieht sich seit Aristoteles (Nikomachische Ethik, vgl. Buch II in der Übersetzung von Dirlmeier, 2003) durch die Geschichte der praktischen Philosophie. Zentral im Zusammenhang mit dieser Vorstellung ist, dass jeder Mensch selbst für die Gestaltung seines Lebens, für dessen „Gelingen“ verantwortlich ist. Die „Mitte“ oder „Balance“ zwischen dem Berufs- und dem Privatleben muss also individuell autonom und nach Maßgabe der subjektiven Streben und Lebensziele in beiden Sphären hergestellt werden.

Die Konjunktur des Begriffs Work-Life-Balance geht mit einer Entwicklung in der Arbeitswelt einher, die auch als „Subjektivierung von Arbeit“ (Moldaschl & Voß, 2002) beschrieben wird: Während man früher – in der industriellen Produktion und im Zeichen von Taylorismus und Fordismus – versuchte, individuelle Eigenheiten aus den standardisierten Arbeitsvollzügen herauszuhalten, erscheinen sie heute oft unverzichtbar. Erwerbstätige Erwachsene sehen sich gerade im Zuge einer zunehmenden Vermarktlichung aller Organisationen und Institutionen mit der Forderung konfrontiert, möglichst alle persönlichen Ressourcen, Kompetenzen und Streben in den Dienst einer autonom und selbstverantwortlich zu verrichtenden Arbeit zu stellen. Dies bedeutet, dass sich Menschen als „ganze“ Person in die Arbeit einbringen müssen und wollen. Mit der Subjektivierung von Arbeit verbindet sich also zum einen die erwähnte scheinbare Paradoxie des Zwanges zur Autonomie und zum anderen eine *Entgrenzung* von Arbeitsplatz bzw. Firma und dem „privaten Zuhause“. Work-Life-Balance wird damit zunehmend schwieriger realisierbar, und vielleicht wird dieser Begriff gerade deshalb immer populärer.

In der *Forschung zu Work-Life-Balance* (bzw. Work-Family-Balance: im Überblick vgl. Barnett, 1998; Frone, 2002; Rapoport et al., 2002) gibt es Studien mit stärker psychologischem Akzent, in denen *Konflikte* zwar zumeist ohne expliziten Bezug auf die ältere Arbeit-Freizeit-Forschung, aber doch im Sinne der damaligen Thesen thematisiert

werden. So wird etwa danach gefragt, in welchem Maße Konflikte am Arbeitsplatz das Familienleben und/oder umgekehrt Familienkonflikte die Arbeit beeinflussen, so dass eine Balance im Sinne von Kompensation gefährdet ist. Auch im deutschen Sprachraum wird Work-Life-Balance zum Oberbegriff (z.B. Kastner, 2004), und hier seien Studien hervorgehoben, in denen im Anschluss an Arbeiten zu *beruflichen und privaten Zielen* (Stief, 2001; Wiese 2000) deren Balance untersucht wird (Abele, 2005; Hoff et al., 2005). In Studien mit stärker soziologischem Akzent steht häufig die individuelle *zeitliche Koordination* der Bereiche aufgrund der zeitlichen Flexibilisierung von Arbeitszeiten und der Entgrenzung von Arbeit im Mittelpunkt. Weiter wird hier ein Bezug zwischen der individuellen Balance und jener „Balance“ in Paarbeziehungen hergestellt, wie sie in der *Forschung zu Dual-Career-Couples* behandelt wird. In dieser Forschung (vgl. Solga & Wimbauer, 2005), die in den USA viel früher als im deutschsprachigen Raum einsetzte, geht es um Abstimmungsprozesse und jene Konflikte zwischen zwei beruflichen Karrieren sowie zwischen diesen Karrieren und dem gemeinsamen Privatleben, die sich mit der Geburt von Kindern verschärfen.

Am Ende dieses ersten Teils lässt sich Folgendes festhalten: Im Spiegel der sozialwissenschaftlichen Forschung werden Veränderungen im Verhältnis der Lebenssphären von der Industrie- über die Dienstleistungs- bis hin zur heutigen Informations- und Kommunikationsgesellschaft sichtbar. Zunächst dominierte vor allem bei Männern die Segmentierung von Arbeit und Freizeit; daneben traten dann Probleme der Integration bzw. Koordination von Beruf und Familie bei Frauen. Heute nimmt die Pluralität der Lebensformen zu, denn neben Segmentierung (auch bei Frauen) und Integration (auch bei Männern) kommt es außerdem zu Entgrenzung und zu Problemen einer Balance von Berufs- und Privatleben bei beiden Geschlechtern. Diese Vielfalt der individuellen Lebensformen geht mit unterschiedlichen Leitbildern der Arbeitsteilung in Paarbeziehungen einher, und heute wird mit der Subjektivierung von Arbeit zugleich die subjektive Gestaltung des Verhältnisses von Berufs- und Privatleben immer wichtiger. Um Formen dieser subjektiven Gestaltung geht es im zweiten Teil des Beitrags.

3. Eine psychologische Konzeption zu Formen der Lebensgestaltung

Den Ausgangspunkt zur Beschreibung der Pluralität heutiger Formen der Lebensgestaltung bilden psychologische Konzepte zu persönlichen Zielen. Der Begriff der Ziele wird in einem sehr weiten Sinne verwendet: Er bezieht sich auf die handlungsleitende Präzisierung von

(mehr oder minder bewussten) Motiven in Form von bewussten Zielen im Alltag, von alltagsübergreifenden Strebungen und Projekten und von Lebenszielen. Individuelle Formen der Lebensgestaltung können nun danach unterschieden werden, ob berufliche und private Ziele segmentiert und im Handeln getrennt voneinander umgesetzt werden, ob sie integriert und koordiniert werden (müssen) oder ob es zu ihrer Entgrenzung bzw. Verschmelzung kommt. Sie können auch als unterschiedliche Strategien der Minimierung oder der Bewältigung von Zielkonflikten begriffen werden. In analoger Weise lassen sich Formen der Lebensgestaltung von Paaren beschreiben.

3.1 Ziele und Handlungsebenen

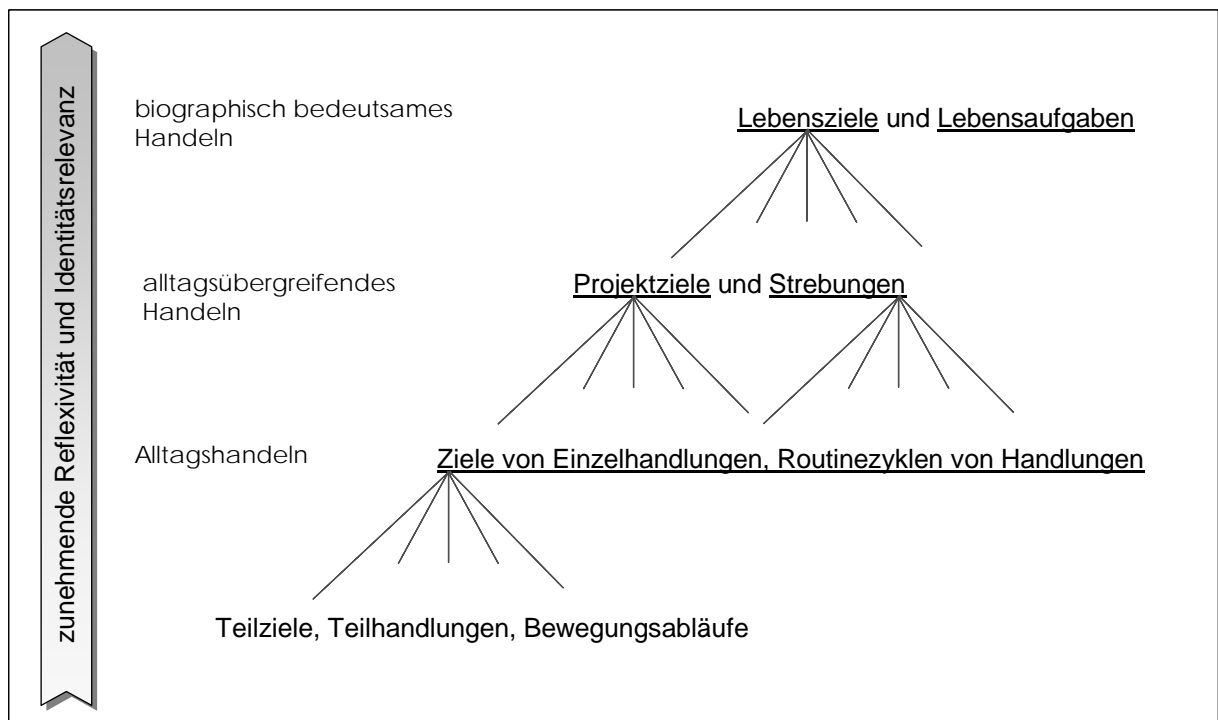
Im Mittelpunkt einer psychologischen Theorietradition im deutschsprachigen Raum steht das *Alltagshandeln* (vgl. z.B. Volpert, 1999). Hier ist der theoretische Grundgedanke einer *hierarchischen Ordnung von Zielen* besonders wichtig: Aus dem übergeordneten Ziel einer „vollständigen“ Handlungseinheit ergeben sich Teilziele, die auf einer untersten Ebene in Teilhandlungen umgesetzt werden. Diese hierarchische Ordnung wird als zeitliche Sequenz vom Akteur antizipiert, geplant und entsprechend schrittweise realisiert. Das Grundmodell der „vollständigen“ und komplexen Handlungseinheit bildete den normativen Bezugspunkt für die Kritik an der tayloristischen, extrem arbeitsteiligen Organisation von industrieller Arbeit im Fordismus: Dort konnte man vielfach nicht von autonom bestimmbar Zielen, Teilzielen oder Handlungsschritten, sondern nur noch von „partialisierten“, sich stets wiederholenden Teilhandlungen bzw. von fremdbestimmter und repetitiver *Teilarbeit* sprechen.

Neben den mehr oder minder komplexen Einzelhandlungen kann es auch zu deren Bündelung in Form von alltagsübergreifenden *Projekten* kommen, die den individuellen Monats- und Jahresablauf strukturieren. Die nun komplexeren Projektziele müssen ebenfalls in Teilziele zerlegt und in einer Abfolge von Schritten bis zum Abschluss des Projektes realisiert werden. Der Resonanz des Konzeptes der „personal projects“ (Little, 1993; Beck, 1996) auf wissenschaftlicher Ebene korrespondiert die zunehmende Popularität des „Projekt“-Begriffs in der Arbeitswelt. Die persönliche Bindung an ein Projektziel sowie dessen autonome Realisierung erscheinen charakteristisch für die „Subjektivierung“ von postfordistischer Arbeit.

Ähnliche Beachtung wie das Konzept der „personal projects“ hat das der „personal strivings“ (Emmons, 1989) gefunden. Anders als bei Projekten (im Beruf z.B. die Entwicklung eines spezifischen Software-Paketes; im Privatleben z.B. der Bau eines Hauses) haben Strebungen (z.B. das berufliche Bestreben, professionell optimal zu arbeiten) jedoch keinen klar definierten Abschluss, sondern im Verlauf ihrer Realisierung anhand ähnlicher, stets wiederkehrender Handlungen können sie sich verstärken, verfestigen oder abschwächen.

Auf einer Ebene des biografisch bedeutsamen Handelns sind schließlich übergeordnete Lebensziele (vgl. z.B. Locke & Latham, 1990; Cantor, 1994) leitend – sei es in Form der Endpunkte von Handlungsketten (z.B. das Erreichen einer spezifischen Leitungsposition oder eine Heirat), sei es in Form von Lebensprojekten oder biografisch wegweisenden Strebungen (z.B. nach fortlaufendem Berufserfolg oder einer egalitären Partnerschaft). Ohne an dieser Stelle weiter auf die für Identitätsbildung konstitutive Selbstreflexion von Personen anhand der Vergleiche von über- und untergeordneten Zielen (Übersicht 1) oder von biografisch früheren und späteren Zielen einzugehen, die vor allem bei Zielkonflikten zunimmt (Hoff & Ewers, 2003), sollen hier zusammenfassend nur noch einmal die Handlungsebenen sowie die hierarchische Ordnung von Zielen in Übersicht 1 dargestellt werden.

Übersicht 1: Handlungsebenen und Hierarchie von Zielen



3.2 Formen der Lebensgestaltung von Frauen, Männern und Paaren

Die nun vorgestellte Systematik von Formen der Lebensgestaltung hat sich einerseits aus theoretischen Überlegungen zu mehr und minder konflikthafter Konstellationen von Zielen und andererseits als Resultat der empirischen Analysen im Rahmen zweier Forschungsprojekte ergeben: Im einen Projekt ging es u.a. um das Verhältnis von Berufs- und Privatleben im Alltag und in der Biografie von Frauen und Männern in zwei hoch qualifizierten Berufen, der Medizin und Psychologie (Hoff et al., 2006), im anderen um neue Formen der Lebensgestaltung bei Beschäftigten im IT-Bereich – einer Personengruppe im Brennpunkt des Strukturwandels der Arbeit (Ewers & Hoff, 2006). Auf diese Personengruppen wird im Folgenden exemplarisch verwiesen.

Übersicht 2: 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)
-

Bei der Lebensgestaltung der *Segmentation* werden Zielkonflikte von vornherein vermieden oder minimiert, da die beruflichen und privaten Handlungsstränge parallel nebeneinander herlaufen, ohne sich gegenseitig zu behindern. Eine Dominanz beruflicher Ziele, die völlig getrennt von den privaten Zielen realisiert werden, kommt bei Männern in hoch qualifizierten Professionen besonders häufig vor – z.B. bei Medizinern, die in der Hierarchie des

Krankenhauses aufsteigen. Es gibt sie aber auch bei Frauen – z.B. bei Ärztinnen, in deren Leben der Beruf wieder zentral wird, wenn die Kinder den elterlichen Haushalt verlassen haben. Neben der umgekehrten Dominanz privater Ziele vor allem bei Frauen gibt es noch eine Form der Segmentation mit einer quasi statischen Form von Balance. Personen können z.B. ihr alltägliches Leben sehr bewusst so einrichten, dass der Beruf und eine zur „Passion“ gewordene (z.B. künstlerische) Tätigkeit als voneinander getrennte Welten gleichberechtigt nebeneinander herlaufen. Dies setzt aber biografische Weichenstellungen voraus, die ein zeitliches Gleichgewicht im Alltag dauerhaft sicherstellen.

Eine dynamische Form der Balance beruflicher und privater Ziele zeigt sich bei sämtlichen Unterformen der *Integration* (Übersicht 2). Biografisch bildet sich diese Balance anscheinend zumeist im Zusammenhang mit mehr oder minder heftigen Krisen und Konflikten heraus. Wenn Ziele in beiden Lebensbereichen konfliktieren und wenn 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 man als „*Integrationsziele*“ bezeichnen kann (Hoff & Ewers, 2003). Damit ist nicht lediglich die Bildung von Kompromissen gemeint, sondern die bislang dominierenden Ziele in jedem einzelnen Lebensstrang und auf allen (in Übersicht 1 angeführten) Handlungsebenen werden relativiert und umformuliert. Auf der Ebene des biografisch bedeutsamen Handelns kann die Integration bzw. Balance nun selbst zum übergeordneten Lebensziel werden, und „Abstriche“ an der Realisierung von bisherigen Lebenszielen, Strebungen und Projekten in einem Lebensstrang (wie bei den ersten beiden Unterformen) bedeuten subjektiv keineswegs eine Dominanz des jeweils anderen Lebensstranges, sondern sie sichern die Balance. Es kann allerdings auch zu Dauerkonflikten ohne die Ausbildung klarer Integrationsziele sowie zu gravierenden Abstrichen in beiden Lebensbereichen kommen. Eine optimale und flexible individuelle Zielbalance ohne dauerhafte Abstriche in beiden Lebensbereichen lässt sich vielfach nur bei egalitär-balancierender Arbeitsteilung in Paarbeziehungen und mit bezahlter Hilfe in Haushalt und Familie praktizieren.

Bei der letzten Hauptform, der *Entgrenzung*, kommt es nicht zu traditionellen Konflikten, 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 alleinstehenden 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 bei jungen Gründern und Softwareentwicklern die eigene IT-Firma zum „Zuhause“ wird. Das traditionale Verständnis von Beruf als „Berufung“ hat wohl schon immer bedeutet, dass Personen in ihrer Berufsrolle „aufgegangen“ sind und sich damit überaus stark identifiziert haben. Aber für die Angehörigen der klassischen Professionen – etwa für den Arzt oder den Pfarrer – wurde eine solche Dominanz des Berufes in der Regel gerade durch die Lebensgestaltung der Segmentation und mit Hilfe einer für Haushalt und Familie zuständigen Partnerin möglich. Bei der neuen, entgrenzten Variante von „Berufung“ verschmilzt im Gegensatz zu alten Formen der Lebensgestaltung das private mit dem beruflichen Leben. In den neuen, für den Strukturwandel der Arbeit prototypischen Tätigkeitsfeldern lassen sich besonders widersprüchliche Arbeitsanforderungen und neuartige Zielkonflikte feststellen, die dazu führen können, dass die extrem arbeitszentrierte Entgrenzung subjektiv in Frage gestellt und nur als temporäre, später wieder aufzugebende Form der Lebensgestaltung begriffen wird (Ewers & Hoff, 2006).

Bei Personen, die in längerfristigen Paarbeziehungen leben, lässt sich die individuelle Form der Lebensgestaltung des einen Partners nur im Zusammenhang mit der des anderen erklären, und es kommt darüber hinaus zu einer gemeinsamen Lebensgestaltung. Für das private Leben von Paaren erscheinen gemeinsame Projekte, Strebungen und Lebensziele konstitutiv; man könnte die Partnerschaft selbst als übergeordnetes Lebensziel oder Lebensprojekt beider Partner (im Sinne der eben definierten „Integrationsziele“) bezeichnen. Daneben wird aber auch jene Gestaltung der Bezüge zwischen dem beruflichen Alltag und den Berufsbiografien bei beiden Partnern wichtig, die sich in analoger Weise wie die individuelle Lebensgestaltung beschreiben lässt (Dettmer & Hoff, 2005): Es kann zu einer *Segmentation* beruflicher Ziele und Karrieren beider Partner kommen – dies häufig mit einer Dominanz von Zielen des Mannes, seltener mit einer dauerhaften Zielbalance und noch seltener mit einer Dominanz von Zielen der Frau. Es kann weiter zur *Integration*, Koordination bzw. Abstimmung von Zielen und Karrieren beider Partner kommen – dies mit Abstrichen an den Zielen der Frau, an denen des Mannes oder auch im Sinne einer egalitären Balance der beruflichen Strebungen, Projekte und Lebensziele beider Partner. Schließlich nimmt die Zahl der Paare mit Partnern aus der selben Profession oder mit ähnlichen Arbeitsinhalten zu, bei denen es zur *Entgrenzung* bzw. Verschmelzung der beruflichen Ziele und Handlungsstränge kommen kann – z.B. wenn Lebenspartner eine gemeinsame Firma gründen, wenn sie in der gemeinsamen Praxis oder fortlaufend in gemeinsamen Projekten zusammenarbeiten.

Abschließend soll noch darauf hingewiesen werden, dass die Pluralität der Lebensformen nicht nur in einer synchronen Vielfalt bei unterschiedlichen Personen und Paaren, sondern auch asynchron in biografischer Abfolge sichtbar wird: Personen können z.B. in einer ersten Phase ihres Erwerbslebens extrem arbeitszentriert und entgrenzt leben, aber in späteren Phasen Formen der Segmentation oder Integration von Berufs- und Privatleben präferieren. Individuelle Biografien können (oder müssen möglicherweise) in Paarbeziehungen langfristig egalitär „balancierend“ in der Weise gestaltet werden, dass phasenweise mal der eine und mal der andere Partner ausschließlich erwerbstätig bzw. für Haushalt und Familie zuständig ist. Wie flexibel der Verlauf des privaten Lebens gestaltet wird (oder gestaltet werden muss), hängt von den Chancen und Barrieren von Frauen und Männern in ihren jeweiligen Berufen, vom Arbeitsmarkt, von den Beschäftigungsverhältnissen und von den Vorgaben zur Gestaltung der Lebensarbeitszeit in Organisationen ab.

Literatur

- Abele, A. E., Hoff, E.-H. & Hohner, H.-U. (Hrsg.). (2003). *Frauen und Männer in akademischen Professionen. Berufsverläufe und Berufserfolg*. Heidelberg: Asanger.
- Abele, A. E. (2005). Ziele, Selbstkonzept und Work-Life-Balance bei der längerfristigen Lebensgestaltung. Befunde der Erlanger Längsschnittstudie BELA-E mit Akademikerinnen und Akademikern. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 49 (4), 176-186.
- Aristoteles (2003). *Nikomachische Ethik* (in der Übersetzung von Franz Dirlmeier). Stuttgart: Reclam.
- Barnett, R. C. (1998). Toward a review and reconceptualization of the work/family literature. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 124, 125-182.
- Beck, P. (1996). *Persönliche Projekte. Eine empirische Annäherung an komplexes Handeln*. Heidelberg: Asanger.
- Becker-Schmidt, R. (1980). Widersprüchliche Realität und Ambivalenz. Arbeitserfahrungen von Frauen in Fabrik und Familie. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 32, 705-725.
- Becker-Schmidt, R., Knapp, G. A. & Schmidt, B. (1984). *Eines ist zuwenig – beides ist zuviel*. Bonn: Verlag Neue Gesellschaft.
- Born, C., Krüger, H. & Lorenz-Meyer, D. (1996). *Der unentdeckte Wandel: Annäherung von Struktur und Norm im weiblichen Lebenslauf*. Berlin: Edition Sigma.
- Büssing, A. (1992). Subjektive Vorstellungen und Vorstellungsmuster zum Verhältnis von Arbeit und Freizeit: Konzept und Methoden. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 36 (2), 63-76.
- 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: Segmentation, 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.

- 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.
- Ewers, E. & Hoff, E.-H. (Hrsg.). (2006). *Arbeit als Lebensinhalt? Neue Formen der Lebensgestaltung bei Beschäftigten im IT-Bereich*. Münster: Waxmann (Edition Quem).
- Frone, M. R. (2002). Work-family balance. In J. C. Quick & L. E. Tetrick (Eds.), *Handbook of occupational health psychology* (pp. 143-162). Washington, DC: APA.
- Geissler, B. & Oechsle, M. (1996). *Lebensplanung junger Frauen. Zur widersprüchlichen Modernisierung weiblicher Lebensläufe*. Weinheim: Deutscher Studienverlag.
- Gottschall, K. & Voß, G. G. (Hrsg.). (2003). *Entgrenzungen von Arbeiten und Leben. Zum Wandel der Beziehung von Erwerbstätigkeit und Privatsphäre im Alltag* (S. 307-331). München: Hampp.
- Habermas, J. (1958). Soziologische Notizen zum Verhältnis von Arbeit und Freizeit. In G. Funke (Hrsg.), *Konkrete Vernunft. Festschrift für E. Rothacker* (S. 219-231). Bonn: Bouvier.
- Hochschild, A. R. (1997). *The time bind: when work becomes home and home becomes work*. New York: Metropolitan Books.
- Hoff, E.-H. (1992). *Arbeit, Freizeit und Persönlichkeit. Wissenschaftliche und alltägliche Vorstellungsmuster* (2. überarbeitete Aufl.) 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., Dettmer, S., Hohner, H.-U. & Olos, L. (2005). Work-Life-Balance: Berufliche und private Lebensgestaltung von Frauen und Männern in hoch qualifizierten Berufen. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 49 (4), 196-207.
- Hoff, E.-H., Dettmer, S., Grote, St., Hohner, H.-U. & Olos, L. (2006) Berufsverläufe und Lebensgestaltung: Differenzierung und Angleichung von Frauen und Männern in zwei hoch qualifizierten Berufen. In R. Gildemeister & A. Wetterer (Hrsg.), *Erosion oder Reproduktion geschlechtlicher Differenzierung*. Münster: Verlag Westfälisches Dampfboot.
- Jurczyk, K. & Rerrich, M. S. (Hrsg.). (1993). *Die Arbeit des Alltags. Beiträge zu einer Soziologie der alltäglichen Lebensführung* (S. 235-259). Freiburg i. B.: Lambertus.
- Jurczyk, K. & Voß, G. G. (2000). Entgrenzte Arbeitszeit – Reflexive Alltagszeit. In E. Hildebrandt (Hrsg.), *Reflexive Lebensführung. Zu den sozialökologischen Folgen flexibler Arbeit* (S. 151-205). Berlin: Edition Sigma.
- Kastner, M. (2004). *Die Zukunft der Work Life Balance. Wie lassen sich Beruf und Familie, Arbeit und Freizeit miteinander vereinbaren?* Kröning: Asanger.
- Lauterbach, W. (1994). *Berufsverläufe von Frauen. Erwerbstätigkeit, Unterbrechung und Wiedereintritt*. Frankfurt a. M.: Campus.
- Little, H. 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.
- Meissner, M. (1971). The long arm of the job: A study of work and leisure. *Industrial Relations*, 10, 239-260.
- Miller, J. & Kohn, M. L. (1983). The reciprocal effects of job conditions and the intellectuality of leisure-time activities. In M. L. Kohn & C. Schooler (Eds.), *Work*

- and personality: An inquiry into the impact of social stratification* (pp. 217-241). Norwood, NJ.: Ablex.
- Moldaschl, M. & Voß, G. G. (Hrsg.). (2002). *Subjektivierung von Arbeit*. München: Hampp.
- Rapoport, R., Bailyn, L., Fletcher, J. K. & Pruitt, B. H. (2003). *Beyond work-family balance. Advancing gender equity and workplace performance*. New York: Jossey-Bass.
- Resch, M. (1991). *Haushalt und Familie: Der zweite Arbeitsplatz: Analyse der Reproduktionsarbeit in Haushalt und Familie auf Grundlage der Handlungsregulationstheorie*. Bern: Huber.
- Schooler, C., Kohn, M. L., Miller, K. A. & Miller, J. (1983). Housework as work. In M. L. Kohn & C. Schooler (Eds.), *Work and personality: An inquiry into the impact of social stratification* (pp. 242-260). Norwood, NJ: Ablex.
- Solga, H. & Wimbauer, Ch. (Hrsg.). (2005). „Wenn zwei das Gleiche tun ...“ *Ideal und Realität sozialer (Un-)Gleichheit in Dual Career Couples*. Opladen: Budrich.
- Stief, M. (2001). *Selbstwirksamkeitserwartungen, Ziele und Berufserfolg: Eine Längsschnittstudie*. Aachen: Shaker.
- Vieth, P. (1995). *Kontrollierte Autonomie. Neue Herausforderungen für die Arbeitspsychologie*. Heidelberg: Asanger.
- Volpert, W. (1999). *Wie wir handeln – was wir können. Ein Disput als Einführung in die Handlungspsychologie* (2. überarbeitete und aktualisierte Aufl.). Sottrum: artefact.
- Wetterer, A. (Hrsg.). (1992). *Profession und Geschlecht. Über die Marginalität von Frauen in hochqualifizierten Berufen*. Frankfurt a. M.: Campus.
- Wiese, B. (2000). *Berufliche und familiäre Zielstrukturen*. Münster: Waxmann.
- Wilensky, H. L. (1962). Labor and leisure. Intellectual traditions. *Industrial Relations*, 1, 1-12.