

**Angela ULRICH**

(Hochschule der Bundesagentur für Arbeit)

**Personale und lebensweltliche Ressourcen von Jugendlichen  
in der Berufswahlphase und ihre Auswirkungen auf das  
Stressempfinden**

Online unter:

[http://www.bwpat.de/ausgabe38/ulrich\\_bwpat38.pdf](http://www.bwpat.de/ausgabe38/ulrich_bwpat38.pdf)

in

***bwp@*** Ausgabe Nr. 38 | Juni 2020

**Jugendliche Lebenswelten und berufliche Bildung**

Hrsg. v. **Karin Büchter, H.-Hugo Kremer, Hannah Sloane & Anja Gebhardt**

www.bwpat.de | ISSN 1618-8543 | *bwp@* 2001–2020

***bwp@***

**www.bwpat.de**



Herausgeber von *bwp@* : Karin Büchter, Franz Gramlinger, H.-Hugo Kremer, Nicole Naeve-Stoß, Karl Wilbers & Lars Windelband

**Berufs- und Wirtschaftspädagogik - online**

## **Personale und lebensweltliche Ressourcen von Jugendlichen in der Berufswahlphase und ihre Auswirkungen auf das Stressempfinden**

---

### **Abstract**

Auf Basis des Jugendfragebogens des SOEP v34 wird mit den Daten der 16/17-jährigen Teilnehmenden von 2015 der Frage nachgegangen, inwiefern Jugendliche in der Berufswahlphase ihre Situation als stressbelastet erleben und von welchen lebensweltlichen Faktoren dies abhängig ist. Ausgehend von der Ressourcenerhaltungstheorie (Conservation of Resources; vgl. Hobfoll 1989, 513 ff.) werden in der Befragung erfasste Ressourcen analysiert, von denen vermutet wird, dass sie entscheidend zur Wahrnehmung und Bewältigung von Stress beitragen und in der Lebenswelt des Jugendlichen zu verorten sind. Es zeigt sich, dass Jugendliche insgesamt sehr optimistisch sind und offenbar wenig berufswahlbezogenen Stress empfinden. Bei denjenigen Jugendlichen, die Stress empfinden, können Bezüge zur Lebenswelt gezeigt werden, wie wahrgenommene wirtschaftliche Lage, Kontrollüberzeugung oder elterliche, insbesondere mütterliche, Unterstützung.

---

### **Personal and life-world resources of young people in the career-choice phase and their effects on the perception of stress**

---

Based on the SOEP v34 Youth Questionnaire, the data of 16/17-year-olds from 2015 are used to investigate the extent to which young people in the career choice phase experience their situation as stressful and on which life-world factors this is dependent. Based on the Conservation of Resources Theory (COR, vgl. Hobfoll 1989, 513ff.) the resources recorded in the survey are analyzed, which are assumed to make a decisive contribution to the perception and management of stress and to be located in the young person's environment. One can see that young people are generally very optimistic and apparently feel little stress related to their career choice. For those young people who are stressed, it can be shown that there are references to their life-world, such as the perceived economic situation, Locus of Control or parental, especially maternal, support.

***Schlüsselwörter:** Lebenswelt, Coping, Stress, Ressourcen, Berufswahl*

## **1 Einleitung**

Adoleszenz gilt durch die Herausforderungen der Entwicklungsprozesse als stressexponierte Phase (vgl. Steinmann 2005, 62f.). Jugendliche müssen in vielen Bereichen Entscheidungen treffen und ihre Persönlichkeit in der Peer-Gruppe und der Gesellschaft verorten, um sich ihren Platz im Leben zu suchen. Dazu gehört auch, dass sich junge Menschen Gedanken um ihre berufliche Zukunft machen müssen. In Deutschland ist i.d.R. eine Berufsausübung ohne

Ausbildung oder Studium schwierig, da die berufliche Qualifikation zentral für eine Beschäftigung ist (vgl. Struck et al. 2013, 9f.). Der Wechsel vom Status des Schülers hin zum Berufstätigen verlangt daher Entscheidungen über die weitere schulische und berufliche Laufbahn. Dies erfordert von Jugendlichen viel Weitblick (vgl. z. B. Lipshits-Braziler/Tatar/Gati 2017, 453f.), wobei viele von ihren Eltern und professionellen Beraterinnen und Beratern unterstützt werden (Ulrich et al. 2019, 295f.). Dennoch geht die Berufswahl mit Belastungen und Stress einher, da es eine Phase der Spannung zwischen individuellen Wünschen, den Wünschen des sozialen Umfelds und den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen ist (vgl. z. B. Ossipow 1999, 147ff.). Einige Autoren, z. B. Muche et al. (vgl. Muche et al. 2010, 145f.), sehen bisherige „Normalbiographien“ als Elemente des Industriezeitalters. Diese waren durch klare Gliederungen und Abfolgen der Phasen Schule-Ausbildung-Beruf-Ruhestand geprägt und sind so heute kaum noch zu finden. Übergänge werden bereits seit einigen Jahren fließender, die Berufswahl ist nach der Adoleszenzphase nicht abgeschlossen. Private Entwicklungen (Geburt eines Kindes, Pflegebedürftigkeit eines Angehörigen, veränderte persönliche Prioritäten) oder Verschiebungen in der Berufswelt machen oft eine erneute Berufsorientierung und die Wahl eines neuen oder die Veränderung eines ausgeübten Berufs notwendig. Die zunehmende Flexibilität der Berufswelt eröffnet aber auch Chancen, die vor einigen Jahren noch nicht denkbar waren, z. B. wenn Kindererziehungsphasen als Startpunkt einer Um- oder Weiterqualifikation genutzt werden. Festzuhalten ist, dass die Gestaltung der Berufsorientierung nicht modellartig stereotyp verläuft, sondern von verschiedenen inneren und äußeren Faktoren abhängig ist. Stets spielen das soziale Umfeld und die eigene Wahrnehmung eine bedeutende Rolle. Die Berufe von Eltern oder anderen Bezugspersonen ermöglichen erste Einblicke. Die Bedeutungen, die in der Gesellschaft auf der Makroebene und in der eigenen Familie auf Mikroebene dem Berufsthema zugemessen werden, stellen für Jugendliche Orientierungspunkte dar, in welchem Rahmen sie sich mit ihrer eigenen Bewertung des Berufsthemas bewegen können, wenn sie nicht Gefahr laufen wollen, aus ihrer sozialen Gruppe herauszufallen. Dennoch fehlen durch die heutige Dynamik eindeutige Orientierungsmöglichkeiten und Rollenvorbilder wie sie in früheren Strukturen vorlagen. Dies könnte bei den Jugendlichen Stress verursachen. In der Terminologie des transaktionalen Stressmodells setzt Stress die individuelle Wahrnehmung einer Situation als mit den bislang zur Verfügung stehenden Mitteln nicht mehr bewältigbar voraus (vgl. Lazarus/Folkman 1984, 141ff.). Stress hängt in diesem Modell von den lebensweltlich beeinflussten Wahrnehmungen und Bewältigungsmöglichkeiten ab. Der Lebensweltbegriff, wie er in diesem Beitrag verstanden wird, geht auf Schütz (vgl. Schütz/Luckmann 2017) zurück. Er beschreibt die Lebenswelt eines Menschen als Ergebnis seiner subjektiven Wahrnehmung, die immer abhängig von Sozialisation, Kulturation und Personalisation ist (vgl. Kraus 2006, 119). Die Lebenswelt konstruiert und erschließt sich ihm aufgrund seiner Deutungsmuster, die er mit anderen Personen seiner Lebenswelt teilt. Die Auseinandersetzung mit dem Berufswahlthema findet demnach vor dem Hintergrund des nahen Lebensumfelds statt. Die Wahrnehmungsgebundenheit von Stress wiederum lässt vermuten, dass die durch die Lebenswelt geprägten Wahrnehmungen auch die Wahrnehmung von Stress beeinflussen, und es dadurch eine Verbindung zwischen Stress und Lebenswelt gibt.

In diesem Beitrag wird daher der Frage nachgegangen, inwiefern Jugendliche in der Berufswahlphase ihre Situation als stressbelastet erleben und von welchen lebensweltlichen Faktoren dies abhängig ist. Nach einem kurzen Überblick über den Forschungsstand zu Appraisal, Stress und Coping erfolgt eine theoretische Herleitung des vermuteten Zusammenhangs zwischen Stress und lebensweltlichen Ressourcen im Berufswahlprozess. Die hier aufgeworfenen Forschungsfragen werden daran anschließend empirisch untersucht. Als Datenbasis wird das Sozio-Ökonomische Panel (SOEP) ausgewertet.

Entsprechend wird untersucht, (1) in welchem Maß Jugendliche im Alter von 16-17 Jahren unter Stress allgemein und in Bezug auf die Berufswahl konkret leiden. Bei denjenigen, die unter Stress leiden, wird (2) der Einfluss der persönlichen Lebenswelt hierauf analysiert. Wie stressig erleben Jugendliche die Berufswahl und welche Ressourcen stehen den Jugendlichen zur Verfügung?

## 2 Appraisal, Stress und Coping

„Stress“ beschreibt Zustände, die im Zusammenhang mit Belastung auftreten. Zum Konstrukt Stress gibt es verschiedene Ansätze. Verbreitet ist Darstellung von Holmes und Rahe (vgl. Holmes/Rahe 1967, 213f.), die in der Tradition des Behaviorismus ein Ranking von Stressfaktoren erstellt haben. Laut ihrer Annahme entsteht Stress als Reaktion auf identifizierbare Stressoren.. Aus heutiger Sicht erscheint diese Reiz-Reaktionskausalität als zu schematisch.

Im Gegensatz dazu legt das transaktionale Stress-Modell von Lazarus (vgl. Lazarus/Folkman 1984, 141ff.) einen Schwerpunkt auf Wahrnehmung und Bewertung von Ereignissen. Ein Ereignis wird durch subjektive Bewertung zum Stress(Appraisal) . Hieraus ergibt sich, ob die Person nach einem ersten Reizverarbeitungsprozess (Primary Appraisal) zu der Bewertung kommt, dass der Reiz irrelevant oder von Bedeutung ist. In einem zweiten Bewertungsprozess (Secondary Appraisal) werden verfügbare stehende Ressourcen überprüft und in den Coping-Prozess einbezogen (vgl. Lazarus/Folkman 1984, 141ff.).

Die Ressourcenerhaltungstheorie („Conservation of Ressources“ COR, vgl. Hobfoll 1989, 513ff.) sieht Menschen so sehr von ihrem sozialen Umfeld und seinen Einschätzungen beeinflusst, dass die erlernten und automatisierten Reaktionen wichtiger für die Wahrnehmung von Stress sind als individuelle Zuschreibungen (vgl. Hobfoll 2001, 337ff.). Das Individuum lernt bereits im Prozess seiner Enkulturation, dass bestimmte Situationen potenziell bedrohlich werden. Es braucht in dieser Theorie nicht den konkreten Stressor, um Stress wahrzunehmen (vgl. Buchwald/Hobfoll 2013, 127f.). Trotz des gesellschaftlich vermittelten Wissens kann die Konstruktion der Lebenswelt des Erwachsenen nicht an den Jugendlichen weitergegeben werden. Schütz und Luckmann beschreiben diese Versuche von Erwachsenen Jugendlichen gegenüber als „Er war schon »in meiner Lage« [...] Er beruft sich auf seine »Lebenserfahrung« und kann es nicht begreifen, daß er sie mir nicht vermitteln kann.“ (vgl. Schütz/Luckmann 2017, 133.). Hier wird deutlich, dass die Lebenswelt individuell konstruiert und erfahren wird.

### 3 Stress und Ressourcen im Berufswahlprozess

Berufswahl wird nicht als Einzelentscheidung zu einem bestimmten Zeitpunkt verstanden. Es handelt sich vielmehr um eine prozesshafte Entwicklung, die sich über längere Zeiträume erstreckt (vgl. Rübner/Höft 2019, 41f.). Berufswahl meint sowohl die Wahl eines Ausbildungsberufs als auch die Entscheidung für ein Studium. Das ist in der international verwendeten Terminologie career-, vocational oder occupational choice auch daraus erkennbar, dass sich die, aus dem deutschen Berufsbildungssystem herrührende Unterscheidung in Berufs- und Studienwahl, nicht widerspiegelt (vgl. Rübner/Höft 2019, 41f.). Der Begriff „Beruf“ beinhaltet dabei, dass es sich um eine Tätigkeit von einiger Dauer handeln muss, die ein „... spezifisches Bündel von Qualifikationen oder Arbeitsanforderungen...“ umfasst (Mattes 2019, 80).

In Bezug auf die Berufswahl wäre nach Ansicht vieler Autoren anzunehmen, dass das Ende der Schulzeit Jugendlichen im Rahmen ihrer Lebenswelt Stress in erheblichem Maß verursacht (vgl. z. B. Reimann/Pohl 2006, 217f.). Ihr Lebensrhythmus aus einer Abfolge von Schuljahren kann nicht weiter aufrechterhalten werden. Das Ende der allgemeinbildenden Schule erfordert weitreichende Entscheidungen, für die die bisher angewendeten Bewältigungsstrategien regelmäßig nicht mehr ausreichend sind.

Die Theorie der Ressourcenerhaltung (vgl. Hobfoll 1989, 513ff.) erscheint besonders hilfreich bei der Analyse des Stressempfindens der Jugendlichen, da sie die Einbeziehung des lebensweltlichen Erfahrungsraums des Jugendlichen ermöglicht. Stress wird hier nicht als rein individuelles Wahrnehmungsphänomen konstruiert, sondern die Wechselwirkung zwischen Individuum und Umwelteinflüssen wird berücksichtigt. Mit der Theorie der Ressourcenerhaltung wäre daher die Wahrnehmung des Stressors nicht erst dann anzunehmen, wenn die Jugendlichen feststellen, dass sie nicht mehr weiter zur Schule gehen werden, keinen Status und eventuell keine finanziellen Mittel mehr zur Verfügung haben. Stressauslösend müsste die Wahrnehmung des ungewissen Ausgangs des Bestrebens sein, aus diesem sozialen Raum oder diesen so vermittelten Erwartungen herauszufallen oder im Übergang zur Berufstätigkeit die eigenen Vorstellungen nicht verwirklichen zu können, etwa indem keine Ausbildung begonnen werden kann. Für Einzelbereiche wie z. B. Essstörungen, konnte ein Zusammenhang zwischen Lebenswelt und Stressempfinden bereits gezeigt werden (Grüttner 2018, 5ff.).

Wie die Jugendlichen mit den beschriebenen Stressoren umgehen, wäre demnach abhängig von den verfügbaren Ressourcen. Diese sind entweder internal direkt verfügbar (z. B. Selbstbewusstsein, Kontrollbewusstsein), oder external verfügbar und befinden sich hinter der direkt zugänglichen Grenze des eigenen Selbst, wie sozialer Status (vgl. Hobfoll 2001, 337f.). In der Ressourcenerhaltungstheorie (vgl. Hobfoll 1989, 513f.) wird die Bedeutung der Ressourcen darin gesehen, dass sie es ermöglichen die Zugehörigkeit zur näheren und zur weiteren sozialen Gruppe aufrecht zu erhalten („...they act to sustain the individual-nested in family-nested in tribe.“, vgl. Hobfoll 2001, 343). Die Bedeutung der sozialen Gruppe für die Stresswahrnehmung zeigte sich u.a. in einer Studie von Seiffcke-Krenke (vgl. ebd. 2006, 56ff.) in der sich deutliche Unterschiede sowohl in der Stresswahrnehmung als auch bei der Verarbeitung bei Jugendlichen in verschiedenen Kulturkreisen zeigte. Im Vergleich, insbe-

sondere zu asiatischen Ländern, berichteten deutsche Jugendliche hier über viel Schul- aber wenig Elternstress.

Abbildung 1 beschreibt das angenommene Wirkungsmodell dieses Beitrags, das auf Grundlage der Ressourcenerhaltungstheorie (vgl. Hobfoll 1989, 513f.) aufgestellt wird. Das Ende der Schulzeit wird als potenziell stressauslösender Reiz dargestellt. Jugendliche sind in ihre Lebenswelt eingebettet, die sich durch interne und externe Faktoren bedingt. Das Ende der Schulzeit trifft als Reiz auf die Jugendlichen. Die Bewertung (Appraisal) als Stress oder die Ignorierung wird vor dem individuellen Hintergrund der Ressourcenausstattung getroffen, die lebensweltlich bedingt ist. Es liegen Studien vor, die für dispositionalen Optimismus eine protektive Wirkung gegen Stress zeigen (vgl. z. B. Lines et al. 2018, 1ff.). Wohlbefinden ist als solches mit Stresserleben nicht vereinbar. Sind die Werte für Wohlbefinden und Optimismus niedrig ausgeprägt, wird dies daher in diesem Beitrag als Indikator für Stress gedeutet, sind die Werte beider Konstrukte hoch, wird dies als Indikator dafür genommen, dass kein Stress empfunden wird. Zumindest für den Übergang in die Sekundarstufe konnte gezeigt werden, dass personale (z. B. Selbstwirksamkeit) und soziale Schutzfaktoren (Familienzusammenhalt, förderndes Elternverhalten) als schützende Ressourcen wirken (vgl. Niemack 2019, 73 ff.). Es wurde außerdem gezeigt, dass ängstliche Unentschlossenheit hinsichtlich der Berufswahl bei Jugendlichen durch die Qualität der Kommunikation innerhalb der Familie vorhergesagt werden kann (vgl. LoCascio et al. 2013, 135ff.).

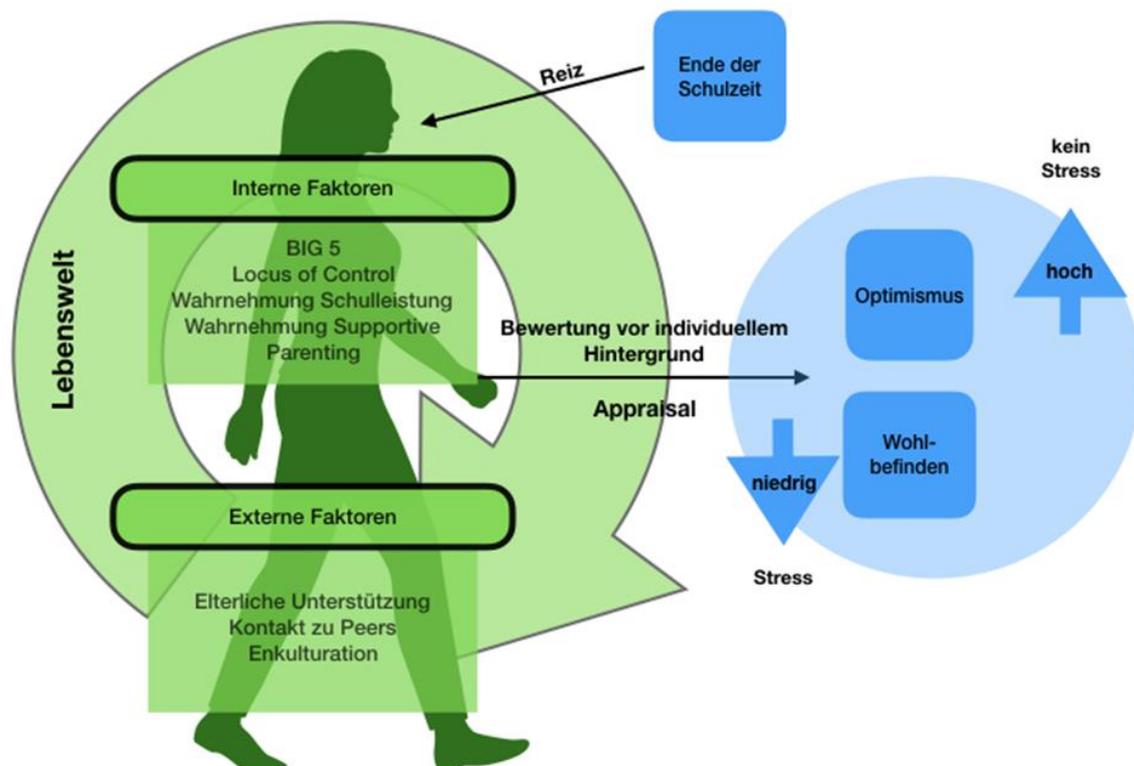


Abbildung 1: Angenommenes Wirkmodell Entstehung von Stress in der Berufswahlphase von Jugendlichen (eigene Darstellung)

## 4 Das Forschungsprojekt „Stressempfinden in der Berufswahlphase“

In diesem Forschungsprojekt wurde untersucht, in welchem Maß Jugendliche im Alter von 16-17 Jahren allgemein unter Stress und konkret in Bezug auf die Berufswahl leiden. In diesem Alter erreichen die Jugendlichen das Ende der Pflichtschulzeit in Klasse 9 oder 10. Es muss die Entscheidung getroffen werden, ob der Besuch einer Schule fortgesetzt werden soll, um Abitur oder Fachabitur zu erreichen, oder ob man in Richtung Berufsausbildung geht. Es ist also eine Zeit, in der man sich, in der Regel erstmalig, intensiv mit Fragen von Berufs- und Bildungsentscheidungen auseinandersetzen muss (vgl. Ludwig-Mayerhofer et al. 2011, 255). Einzelne Studien (Mansel/Hurrelmann 1992, 366ff.) haben bereits gezeigt, dass der Statusübergang beim Wechsel der Rolle des Schülers hin zu der des Auszubildenden dann stressbelastet ist, wenn sich ungeplante Schwierigkeiten zeigen. An dem Punkt des tatsächlichen Übergangs sind die Teilnehmenden an diesem Panel aber noch nicht angekommen, sie können Probleme allenfalls antizipieren, so dass sich zeigen wird, ob dieses Stressempfinden bereits zu dem Zeitpunkt relevant wird.

Es wurden dabei folgende Fragen behandelt:

**Forschungsfrage 1:** In welchem Maß sind Jugendliche im Alter von 16-17 Jahren von Stress allgemein und in Bezug auf die Berufswahl belastet?

**Forschungsfrage 2:** Welchen Einfluss hat bei denjenigen Jugendlichen, die unter Stress leiden, die persönliche Lebenswelt auf die Wahrnehmung des Stresses?

Der Beitrag konzentriert sich dabei auf die sozial-emotionalen Aspekte des Stresses.

Die Datenbasis für diesen Beitrag sind die Daten des Sozioökonomischen Panels (SOEP, v.34). Das SOEP ist eine forschungsbasierte Infrastruktureinrichtung der Leibniz-Gemeinschaft am Deutschen Institut für Wirtschaftsforschung (DIW). Das Panel ist eine wiederkehrende Befragung, die seit 1984 durchgeführt wird. Bei der jährlichen Basis-Befragung werden ca. 30.000 Personen in ca. 15.000 Haushalten deutschlandweit zu Einkommen, Erwerbstätigkeit, Bildung oder Gesundheit befragt. Seit dem Jahr 2000 werden für teilnehmende Haushalte auch altersgruppenspezifische Fragebögen zur Verfügung gestellt. Seitdem werden in diesen Haushalten alle 16 und 17-jährigen mit einem Erhebungsinstrument, dem SOEP-Jugendfragebogen, erfasst. Im Jahr 2015 haben 560 Jugendliche den Fragebogen ausgefüllt (vgl. Schupp 2009, 350f., Weinhardt/Schupp 2014, 6f.). Aus den Ergebnissen dieses Jugendfragebogens wird in diesem Beitrag die Kohorte von 2015 näher betrachtet. Auch wenn es sich dabei nicht um eine gezielte Befragung zu Berufswahl oder Stress handelt, bietet die Wahl dieses Datenpanels den Vorteil, einen großen Querschnitt von Jugendlichen unterschiedlicher Bildungsgänge in sehr unterschiedlichen Regionen erreichen zu können.

Die Auswertung erfolgte mit dem SPSS-Datenpaket.

## 4.1 Instrumente

Der Jugendfragebogen des SOEP erhebt, neben allgemeinen demographischen Angaben, Fragen zu Schulbesuch und Freizeitaktivitäten auch Einschätzungen der Jugendlichen zur ihrem Wohlbefinden, ihren Ansichten zur persönlichen Zukunft sowie ihren Überzeugungen, welche Faktoren Erfolg im Leben allgemein und in der Berufstätigkeit ermöglichen. Einige der verwendeten Items und Skalen ermöglichen eine Auswertung hinsichtlich erlebten Stresses und vorhandener Ressourcen und wurden daher in die Untersuchung einbezogen. Es wurden diejenigen Variablen analysiert, die einen mittelbaren oder unmittelbaren Bezug zur Lebenswelt der Jugendlichen haben. Darüber hinaus stehen sie entweder in Zusammenhang mit Berufswahl oder mit Stresserleben.

### *Affektives Wohlbefinden*

Konkrete Fragen nach Stress werden den Jugendlichen beim SOEP nicht gestellt. Daher werden für diesen Beitrag die Skalen aus der Befragung verwendet, die zur Stressbestimmung geeignet sind. Seit 2007 wird im SOEP die Skala „affective Well-Being“ verwendet, wonach Wohlbefinden aus den Komponenten kognitives und affektives Wohlbefinden besteht (vgl. Schimmack/Diener/Oishi 2002, 345f.). Die eingesetzten Items haben eine hohe inhaltliche Überschneidung mit den zur Messung von Stress erprobten, aber im SOEP selbst nicht eingesetzten Items des Perceived Stress Questionnaire (PSQ) 20 (vgl. Fliege et al. 2001). Dieser enthält Items wie „Sie hatten viele Sorgen“, „Sie fühlten sich angespannt“, „Sie fühlten sich frustriert“ oder „Sie hatten Spaß“ (vgl. Fliege et al. 2001). Affektives Wohlbefinden, wie es im SOEP abgefragt wird, beschreibt die Balance zwischen positiven und negativen Emotionen. Es wird das allgemeine affektive Wohlbefinden der letzten vier Wochen erhoben (vgl. Richter et al. 2017, 3f.). Mit vier Items wird danach gefragt, wie oft sich die Teilnehmenden in den letzten vier Wochen (1) „ärgerlich“ (M=2.96, SD= .987), (2) „ängstlich“ (M=1.98, SD=.968 ), (3) „glücklich“ (M=3.98, SD=.798) und (4) „traurig“ (M=2.47, SD=1.057) gefühlt haben. Geantwortet werden kann von 1 („sehr selten“) bis 5 („sehr oft“).

### *Optimismus/Pessimismus*

Weiterhin enthält der Fragebogen Items zu Optimismus/Pessimismus hinsichtlich der Zukunftserwartung (vgl. Trommsdorff 1994, 45f.). Fehlender Optimismus, der sich auf die Erwartung bezieht, dass berufliche Wünsche mit hoher Wahrscheinlichkeit nicht erfüllt werden, kann als wesentliche Stressquelle gesehen werden. Studien legen zudem nahe, dass optimistischere Menschen weniger Stress empfinden (vgl. Chang/Bridewell 1998, 137f.). Es wird im SOEP nach der prozentualen Wahrscheinlichkeit gefragt, mit der das Auftreten verschiedener Ereignisse eingeschätzt wird, wovon hier die berufsbezogenen ausgewertet werden. Bei diesen Items wurde zusätzlich zur Kohorte von 2015 kontrastierend auch die Kohorte von 2005 ausgewertet, um ein Jahr mit großem Angebot an Ausbildungsplätzen (2015) mit einem Jahr mit mangelnden Möglichkeiten für einen Ausbildungsberuf (2005) vergleichen zu können: Eingeschätzte Wahrscheinlichkeit (1) „...einen gewünschten Ausbildungs- oder Studienplatz zu erhalten“ (2005: M=67%, SD: 22.497 , 2015: M=77%, SD: 19.781) (2) „...ein Studium oder eine Ausbildung abzuschließen“ (2005 =79%, SD: 17.595,

2015 =83%, SD: 16.441), (3) „...eine Arbeitsstelle zu finden“ (2005 : M=70 %, SD: 21.395, 2015: M=78%, SD: 18.084), (4) „...erfolgreich im Beruf zu sein“ (2005: M=70% SD: 19.002, 2015: M=76%, SD: 17.546), (5) „...eine längere Zeit arbeitslos zu sein“ (2005: M=40%, SD: 20.051, 2015: M=17,99 %, SD: 18.592).

### *Kontrollüberzeugungen (Locus of Control)*

Dem von Rotter (vgl. Rotter 1966, 1ff.) eingeführten lerntheoretischen Konstrukt „Kontrollüberzeugungen“ (Locus of Control, vgl. Rotter 1966, 1ff., Nolte et al. 1997, 6ff.) kommt in dieser Studie ein besonderes Augenmerk zu. Dadurch, dass das Konstrukt das zielgerichtete Handeln und die Motivation von Personen als Entscheidung erklärt, die auf Grundlage ihrer Erwartungen des Auftretens zukünftiger Ereignisse entsteht, hat es eine deutliche Verankerung in der Lebenswelt. Die Bewertung dieser Ereignisse bestimmt die Handlungsintentionen. Ein Zusammenhang zwischen Kontrollüberzeugungen und Berufsorientierung wurde bereits in früheren Studien postuliert und z. B. für die Vorhersage von Bildungs- und Arbeitsmarkterfolg in Arbeiten von Coleman und DeLeire (vgl. Coleman/DeLeire 2003, 701ff.) oder Uhlendorff (vgl. 2004, 279ff.) verwendet. Während Coleman und DeLeire den positiven Einfluss einer hohen internalen Kontrollüberzeugung hinsichtlich höherer Bildungsziele zeigen konnten, fand Uhlendorff (vgl. Uhlendorff 2004, 279ff.) in Studien Hinweise, dass internal überzeugte arbeitslose Personen schneller wieder eine Arbeitsstelle fanden als andere. Vorstellungen zu Kontrollüberzeugungen werden im SOEP mit dem Fragestimulus: „Die folgenden Aussagen kennzeichnen verschiedene Einstellungen zum Leben und zur Zukunft. Bitte sagen Sie uns, inwieweit Sie jeweils zustimmen.“ abgefragt. Die zehn Items können zwischen 1 („Stimme überhaupt nicht zu“) und 7 („Stimme voll zu“) eingeschätzt werden. Die Skala beinhaltet vier Dimensionen: (1) Internale Kontrolleinstellung (drei Items), (2) Externale Kontrolleinstellung (fünf Items), (3) Gerechtigkeitseinstellung (ein Item), (4) Individualorientierung-Kollektivorientierung (ein Item). Die meiste Zustimmung auf Einzelitem-Ebene haben in 2015 die Items „Wie das Leben verläuft, hängt von einem selbst ab“ (M= 5.86, SD= 1.222) und „Erfolg muss hart erarbeitet werden“ (M=5.71, SD= 1.275).

### *Wahrnehmung der eigenen Schulleistung*

Die Wahrnehmung der eigenen Schulleistung wird über die Variablen Zufriedenheit mit den Leistungen in der Schule insgesamt (M= 6.60, SD=2.056), Mathematik (M=6.20, SD=2.622), Deutsch (M= 6.52, SD=2.153) und der ersten Fremdsprache (M=6.38, SD=2.458) abgefragt. Die Teilnehmenden können auf einer Skala von 1 („niedrig“) bis 10 („hoch“) antworten. Dabei geht es nicht um die tatsächliche, objektive Leistung, sondern um die subjektive Wahrnehmung der Teilnehmenden.

### *Persönlichkeitsfaktoren BIG5*

Weiterhin ist die Ausstattung mit Persönlichkeitsdispositionen, die in dem sog. Fünf-Faktoren-Modell der Persönlichkeit (kurz: BIG 5, vgl. McCrae/Costa 1999, 139ff.) beschrieben werden, relevant. Frühere Studien weisen auf Auswirkungen der individuellen Persönlichkeit im Bereich Berufswahl hin. So konnte gezeigt werden, dass ein hoher Wert für Neurotizismus mit Stress und Unentschlossenheit bei der Berufswahl verbunden ist (vgl. Martincin/Stead

2014, 3f.). Das Modell beinhaltet fünf Dimensionen mit jeweils entgegengesetzten Polen (vgl. Rammstedt et al. 2013, 233ff.). Die Items sind mittels einer 7-stufigen Ratingskala zu beantworten. Damit kann von 1 (trifft überhaupt nicht zu) bis 7 (trifft voll und ganz zu) auf den Satzbeginn „ich bin jemand, der...“ geantwortet werden., (1) Extraversion (z. B. gesellig, durchsetzungsfähig und still, zurückgezogen,  $M=4.80$ ,  $SD=1.213$ ), (2) Verträglichkeit (z. B. altruistisch, kooperativ und kühl, misstrauisch,  $M=5.36$ ,  $SD=.963$ ), (3) Gewissenhaftigkeit (z. B. zielstrebig, diszipliniert und nachlässig, gleichgültig,  $M=4.84$ ,  $SD=1.100$ ), (4) Neurotizismus (z. B. nervös, ängstlich,  $M=4.07$ ,  $SD=1.175$ ) und (5) Offenheit für Erfahrungen (z. B. wissbegierig, fantasievoll und konservativ,  $M=4.80$ ,  $SD=1.044$ ).

### *Unterstützender Erziehungsstil (supportive parenting)*

Der unterstützende elterliche Erziehungsstil ist auf ein konstruktives, „warmes“ und unterstützendes Familienklima ausgerichtet. Er wirkt sich auf das Selbstbewusstsein und die Wahrnehmung von Selbstwirksamkeit aus (vgl. Rutter 1985, 683ff., Simons et al. 1992, 1282ff.), die eine Ressource im Berufswahlprozess sind. Es stehen, jeweils für Vater und Mutter getrennt, neun Items, zur Verfügung. Diese werden eingeleitet mit der Frage „Wie häufig kommt es vor, dass...“. Das wahrgenommene Verhalten wird auf einer Skala von 1 (Sehr häufig) bis 5 (nie) eingeschätzt ( ...Eltern über Erlebnisse reden; ...Eltern über Probleme sprechen; ... Eltern nach ihrer Meinung vor Entscheidung fragen; ...Eltern Anerkennung zeigen; ...Probleme werden mit Eltern gemeinsam gelöst; ...Eltern zeigen Vertrauen; ...Eltern fragen nach Meinung zu Familienangelegenheiten; ...Eltern begründen Entscheidungen; ...Eltern zeigen Liebe) (vgl. Weinhardt/Schupp 2014, 16f.).

Während der unterstützende Erziehungsstil der Eltern sich auf das innerfamiliäre Gefüge und die Beziehung zwischen Eltern und Kindern bezieht, ist das Konstrukt „elterliche Unterstützung“ auf das Außenverhältnis gerichtet. Ein additiver Index wurde aus den vorhandenen Items gebildet. Hierbei gab es mehrere Antwortmöglichkeiten. Es sollte nur das Item mit „ja“ bestätigt werden, das zutraf: „Eltern besuchen Elternabende“ (73.7%), „Eltern besuchen Sprechtag“ (58,3%), „Eltern suchen Lehrer auf“ (23,6%), „Eltern sind Elternvertreter“ (17.2%) und „Eltern machen nichts davon“ (7.2%).

## **4.2 Ergebnisse**

### *Affektives Wohlbefinden*

Für die Skala „affektives Wohlbefinden“ wurde aus den Items ein additiver Index gebildet, um die Werte der Jugendlichen von 2015 mit der Gruppe der erwachsenen Teilnehmer der SOEP-Gesamterhebung des gleichen Jahres zu vergleichen.

Hierzu wurde der Mittelwert der drei addierten Items, die negative Erfahrungen abbilden (ärgerlich, ängstlich, traurig) vom Mittelwert des positiven Items (glücklich) subtrahiert (vgl. Richter et al. 2017, 3ff.; Weinhardt/Schupp 2014, 58f.). Es zeigt sich, dass das affektive Wohlbefinden in der Gruppe der Jugendlichen ( $N=560$ ) besser ist als das der an der allgemeinen SOEP-Befragung im Jahr 2015 teilnehmenden Erwachsenen ( $N=25.307$ , Tabelle 1). Dies

liegt bei der Index-Bildung vor allem daran, dass das Glücksempfinden der Jugendlichen deutlich höher ist als das der Gesamtgruppe. Es ergeben sich hieraus keine Hinweise, dass Jugendliche in besonderem Maß unter Stress, der durch einen Mangel an affektivem Wohlbefinden angezeigt werden würde, leiden.

Tabelle 1: Mittelwerte der Antworten für die Items der Skala „affektives Wohlbefinden“  
Quelle: Eigene Darstellung (2019), Jugendliche aus v34. Erwachsene aus v.32  
(zitiert nach Richter et al. 2017, 3).

	Ärgerlich	Ängstlich	Glücklich	Traurig	Additiver Index
Jugendliche 2015	M=2.96	M=1.98	M=3.98	M=2.47	M=1.51
Erwachsene 2015	M=2.79	M=1.91	M=2.40	M=2.33	M=0.06

Diese Auswertung gibt noch keinen Aufschluss darüber, ob der Zustand des Wohlbefindens mit der Berufswahl verbunden ist. In der verwendeten Kohorte von 2015 geben 27% (151 Personen) an, dass sie „mit einiger Sicherheit“ oder dass sie „mit großer Sicherheit“ (31.3%, 175 Personen) einen konkreten Berufswunsch haben. Um die Auswirkungen des Vorhandenseins oder Nichtvorhandenseins eines konkreten Berufswunschs auf das Stressempfinden zu überprüfen, werden zwei Gruppen gebildet. Eine Gruppe wird mit Jugendlichen mit hohem affektivem Wohlbefinden und eine Gruppe wird mit Jugendlichen mit geringem Wohlbefinden gebildet. Bei der Bildung des additiven Indexes über diese Skala, wie oben beschrieben, haben sich Werte zwischen -4 und +4 gezeigt. Werte von -4 bis 0 wurden der Gruppe mit niedrigem, Werte von 0.1 bis +4 der Gruppe mit hohem affektivem Wohlbefinden zugeordnet. Ein t-Test als Mittelwertvergleich, der die Gruppe mit hohem affektivem Wohlbefinden und mit niedrigem hinsichtlich der Ausprägungen der Variablen „Berufswunsch vorhanden?“ ( $p=.113$ ) und „Über verschiedene Möglichkeiten bei der Berufswahl informiert?“ ( $p=.942$ ) verglichen, erbrachte keine signifikanten Ergebnisse. Nach der vorliegenden Datenlage leiden Jugendliche demnach nicht unter höherem Stress im Vergleich zu der Erwachsenenstichprobe.

### *Optimismus/Pessimismus*

Um die Auswirkung der wirtschaftlichen Rahmenbedingungen auf den Stress bei der Berufswahl einschätzen zu können, wurde der Optimismus der Kohorten 2005 und 2015 verglichen. Das Jahr 2005 eignet sich zur Kontrastierung mit dem Jahr 2015, da die Arbeitssituation im Gegensatz zu der des Jahres 2015 sehr angespannt war. Die Arbeitslosenzahl lag im Jahr zuvor im Durchschnitt bei fast 4,3 Mio. Menschen. Die sgn. „Hartz-Reformen“ wurden umgesetzt und sollten für Entspannung auf dem Arbeitsmarkt sorgen (vgl. Bach et al. 2004, 2ff.). Schlagzeilen über weiter zunehmende Arbeitslosenzahlen und die höchste Arbeitslosigkeit seit der Wiedervereinigung dominierten die Zeitungen. 2015 hingegen wurde über einen erfolgreichen Arbeitsmarkt und das anhaltende Wirtschaftswachstum berichtet (vgl. Fuchs et al. 2015, 2f.). Es ist in Tabelle 2 erkennbar, dass es durchgängig Unterschiede zwischen den

Gruppen 2005 und 2015 gibt. Die Standardabweichungen (SD) sind 2015 kleiner als 2005. Daran ist zu erkennen, dass der berufliche Zukunftsoptimismus 2015 ausgeprägter war als 2005, und anhand der Standardabweichung, dass auch das Antwortverhalten 2015 homogener war.

Tabelle 2: Optimismus in beruflicher Hinsicht, Kohorte 2005 und 2015 im Vergleich. Abgebildet sind die selbst eingeschätzten Wahrscheinlichkeiten.

	Wunschstudium/ -Ausbildung	Abschluss Studium/ Ausbildung	Arbeitsstelle finden	Erfolgreich im Beruf	Längere Zeit arbeitslos
<b>2005</b>	M=67%, SD: 22,497	M=79%, SD: 17,595	M=67 %, SD: 21,395	M=68%, SD: 19.022	M=37%, SD: 20.051
<b>2015</b>	M=76%, SD: 17.844	2015 =83%, SD: 15.224	M=78%, SD: 17.033	M=76%, SD: 16.800	M=26 %, SD: 17.351

Die Jugendlichen zeigen sich offenbar grundlegend optimistisch, ohne dass konkrete Zusammenhänge dies erwarten lassen. So halten etwa 141 (von insgesamt 533) derjenigen Jugendlichen, die ihren Berufswunsch als „noch offen“ angeben, es zu mindestens 70% für wahrscheinlich, den gewünschten Ausbildungs- oder Studienplatz zu erhalten (Tabelle 3).

Tabelle 3: Kreuztabellierung Berufswunsch vorhanden/Wahrscheinlichkeit gewünschten Ausbildungs- oder Studienplatz zu erhalten)

		Wahrscheinlichkeit den gewünschten Ausbildungs- oder Studienplatz zu erhalten (in %)					
		0-20	30-40	50-60	70-80	90-100	Gesamt
<b>Berufswunsch vorhanden</b>	ja, mit einiger Sicherheit	2	2	26	75	42	147
	Ja, mit großer Sicherheit	1	2	23	40	103	169
	Nein, noch offen	6	10	60	101	40	217
<b>Gesamt</b>		9	14	109	226	185	533

### *Kontrollüberzeugung (Locus of Control)*

Im Datensatz wurden zwei Cluster mit etwa gleich großen Gruppen (Cluster 1 eher external Überzeugte, Cluster 2, eher internal Überzeugte) bei einer hierarchischen Clusteranalyse nach der Ward-Methode (vgl. Ward 1963, 236ff.) gefunden. Menschen mit externaler Kontroll-

überzeugung gehen davon aus, dass die Geschehnisse außerhalb ihrer eigenen Kontrolle liegen. Personen mit internal ausgerichteter Überzeugung hingegen gehen davon aus, dass sie Ereignisse in ihrem Leben selbst bestimmen. Sie setzen sich meist größere Ziele und halten auch in schwierigen Situationen durch (vgl. Strauser/Netz/Keim 2002, 20f.). Dabei bildet die Erwartung der Konsequenzen des eigenen Verhaltens eine zentrale unabhängige Variable zur Erklärung von Handlungen. Das Vertrauen in eigene Fähigkeiten und Anstrengungen ist vorhanden und wird für die kausale Erklärung von Umweltereignissen herangezogen.

Persönliche Erklärungskonzepte sind in hohem Maß durch die bisherigen Lebenserfahrungen und durch intergenerational übermittelte Überzeugungen geprägt. Bei Personen mit externaler Kontrollüberzeugung dominieren Erklärungskonzepte wie „Zufall“, „Glück“, und „die sozialen Verhältnisse“ ihre Erwartungen. Ereignisse, die die eigene Person betreffen, werden auf externe Ursachen in der Umwelt zurückgeführt, die von der Person selbst nicht oder kaum zu beeinflussen sind (vgl. Rotter 1966, 1ff.). Die external überzeugten Jugendlichen (Cluster 1) zeigen sich im Mittelwert weniger optimistisch bei den Wahrscheinlichkeiten hinsichtlich ihrer beruflichen Zukunft als das Cluster der internal überzeugten Altersgenossen: Erreichen gewünschter Ausbildungs-/Studienplatz 78% internal Überzeugte (int.Ü.), 75% external Überzeugte (ext.Ü.); Abschluss Ausbildung/Studium 85% int.Ü., 80% ext.Ü.; Arbeitsplatz finden 79% int.Ü., 76% ext.Ü.; beruflicher Erfolg 78% int.Ü., 73% ext.Ü.; arbeitslos werden 17% int.Ü., 19% ext.Ü.) Signifikant ist der Unterschied in einem t-Test dabei bei der „Wahrscheinlichkeit Ausbildung /Studium abzuschließen“ ( $p=.002$ ) und der „Wahrscheinlichkeit für beruflichen Erfolg“ ( $p=.001$ ).

Die Jugendlichen gehen mehrheitlich von der Notwendigkeit eigener Anstrengung aus, um berufliche Ziele im Leben erreichen zu können. Der additive Index, bei dem jeweils der Mittelwert interne und externe Kontrollüberzeugung gebildet wurde, zeigt, dass die externalen Kontrollüberzeugungen mit einem Mittelwert von ( $M=5.37$ ) bei den Jugendlichen etwas ausgeprägter ist als die internalen Überzeugungen ( $M=4.53$ ). In einer Korrelationsanalyse ist darüber hinaus nicht zu erkennen, dass sich weitere Zusammenhänge zwischen den Items der Locus of Control-Skala und dem Optimismus ergeben.

#### *Wahrnehmung der eigenen Schulleistungen*

In einer Clusteranalyse (Ward-Methode, Ward 1963, 236ff.) zeigt sich ein kleineres Cluster Jugendlicher, die insgesamt eher zufrieden mit ihren Leistungen sind, und ein größeres solcher, die dies nicht sind. Die eher zufriedene Gruppe zeigt sich in allen Items zum Optimismus im Beruf optimistischer als die weniger zufriedene Gruppe. Ein t-Test bestätigt dies als signifikant, mit Ausnahme der Arbeitslosigkeit, die von beiden Gruppen nicht signifikant unterschiedlich befürchtet wird. Unterschiede bei den Items des affektiven Wohlbefindens zeigen sich zwischen den Gruppen hinsichtlich „glücklich fühlen“ ( $p<.001$ ), wo die mit ihren Leistungen zufriedenere Gruppe signifikant glücklicher war.

#### *Persönlichkeitsfaktoren BIG 5*

In einer Korrelationsanalyse zwischen den Stress-Indikatoren und den Dimensionen der BIG 5 zeigen Gewissenhaftigkeit ( $r=.137$ ,  $p=.001$ ), Extraversion ( $r=.150$ ,  $p<.001$ ), Verträglich-

lichkeit ( $r=.118$ ,  $p=.005$ ) und Offenheit ( $r=.174$ ,  $p<.001$ ) niedrige aber hoch signifikante Korrelationen mit der Variablen „Optimismus“; die Neurotizismus-Dimension zeigt eine noch signifikante Korrelation ( $r=.105$ ,  $p=.013$ ). Mit der Variablen „affektives Wohlbefinden“ korreliert nur die Dimension „Extraversion“ ( $r=.119$ ,  $p=.005$ ) signifikant. Mit Neurotizismus ( $r=-.147$ ,  $p<.001$ ) liegt ein negativer Zusammenhang vor (vgl. Weinhardt/Schupp 2014, 44ff.).

Die Teilnehmenden schreiben sich im Schnitt die höchsten Werte bei „Verträglichkeit“ zu. Die niedrigsten Werte werden durchschnittlich auf der Neurotizismus-Skala erzielt, hohe Werte auf dieser Skala weisen auf eine eher nervöse Person hin, die schlecht mit Stress umgehen kann (vgl. Weinhardt/Schupp 2014, 45ff.).

#### *Unterstützender Erziehungsstil (supportive parenting)*

In einer hierarchischen Clusteranalyse (Ward-Methode, Ward 1963, 236ff.) des wahrgenommenen unterstützenden Erziehungsstils der Mutter sowie, getrennt davon, des Vaters zeigen sich zwei Cluster. Cluster 1 zeigt Personen mit mehr, Cluster 2 mit weniger wahrgenommener mütterlicher bzw. väterlicher Unterstützung. Bei den relativen Häufigkeiten zeigen sich leichte Effekte, dass die stärkere mütterliche Unterstützung zu durchgängig mehr Optimismus auf dem allgemein hohen Optimismuslevel der Jugendlichen hinsichtlich der Wahrscheinlichkeit den gewünschten Ausbildungs- oder Studienplatz zu bekommen führt ( $M=82\%$ ,  $SD=16.821$  für mehr mütterliche Unterstützung,  $M=74\%$ ,  $SD=20.209$  für weniger mütterliche Unterstützung), diesen erfolgreich abzuschließen ( $M=84\%$ ,  $SD=15.614$  für mehr,  $M=78\%$ ,  $SD=18.280$  für weniger mütterliche Unterstützung), einen Arbeitsplatz zu bekommen ( $M=79\%$ ,  $SD=17.773$  für mehr,  $M=74\%$ ,  $SD=18.338$  für weniger mütterliche Unterstützung), beruflichen Erfolg zu haben ( $M=77\%$ ,  $SD=17.571$  für mehr,  $M=72\%$ ,  $SD=15.855$  für weniger mütterliche Unterstützung) und arbeitslos zu werden ( $M=17\%$ ,  $SD=18.774$  für mehr,  $M=20\%$ ,  $SD=18.695$  für weniger mütterliche Unterstützung). Signifikant im t-Test für unabhängige Mittelwerte zeigen sich die Unterschiede nur bei der Wahrscheinlichkeit für den Abschluss des Studien- oder Ausbildungsplatzes, ( $p<.001$ ) für den Arbeitsplatz ( $p=.015$ ) und für den beruflichen Erfolg ( $p=.002$ ). Bei den Vätern zeigen sich lediglich signifikante Effekte hinsichtlich der Befürchtung, arbeitslos zu werden. Hier ist das Cluster mit mehr väterlicher Unterstützung signifikant weniger ängstlich, längere Zeit arbeitslos zu werden ( $p=.038$ ).

Für die Items des affektiven Wohlbefindens kann für „ärgerlich“ ( $p=.002$ ) und „glücklich“ ( $p=.001$ ) ein signifikanter Unterschied bei den beiden Gruppen in der Hinsicht festgestellt werden, dass das Cluster mit eher mütterlichem supportivem Erziehungsstil weniger ärgerlich und eher glücklich ist. Bei der Gruppe mit Vätern mit eher supportivem Erziehungsstil lässt sich dieser Unterschied nicht zeigen.

In einer Korrelationsanalyse mit den Items, die als Stressindikatoren dienen, ergeben sich allerdings ebenfalls keine Hinweise auf Zusammenhänge. Der Erziehungsstil der Mütter ( $M=2.17$ ,  $SD=.623$ ) wird insgesamt als etwas unterstützender wahrgenommen. Die Mittelwerte für ihr Verhalten liegen durchweg etwas niedriger als die für die Väter ( $M=2.69$ ,  $SD=.948$ ), was ein höheres Maß an Unterstützung durch die Mütter ausdrückt.

## 5 Zusammenfassung und Diskussion

In der Gesamtschau hat sich gezeigt, dass die Ausgangsannahme, dass Jugendliche in der Berufswahlphase Stress empfinden, in dieser Allgemeinheit nicht gehalten werden kann. Jugendliche in der hier vorliegenden Stichprobe sind, so haben die unterschiedlichen Auswertungen gezeigt, insgesamt sehr optimistisch, was ihre berufliche Zukunft angeht. Dabei nehmen sie durchaus ihr gesellschaftliches Umfeld wahr, denn in wirtschaftlich schlechten Zeiten ist der Optimismus, wie gezeigt wurde, weniger ausgeprägt. Dennoch ist der Optimismus offenbar grundlegend vorhanden, denn mit direkten Fragen nach dem konkreten Berufswunsch kontrastiert sind auch viele, die noch keinen konkreten Wunsch angeben, sehr optimistisch, einen eventuellen Wunsch umsetzen zu können.

Auch konnte gezeigt werden, dass das Wohlbefinden der Jugendlichen deutlich höher ist als das der Erwachsenen und es sich in Korrelationsanalysen nicht in Zusammenhang mit Berufswahlentscheidungen bringen lässt. Zu einem ähnlichen Resultat kommen auch Hösli-Leu et al. (vgl. Hösli-Leu/Wade-Bohleber, L./v. Wyl 2018, 23ff.). In ihrer Studie wurden Jugendliche in der Schweiz im 1. Lehrjahr hinsichtlich des empfundenen Stresses befragt. Es fanden sich in der damaligen Studie keine Belege, dass diese Gruppe unter signifikanten Stressbelastungen leidet. Die erste aufgeworfene Frage lässt sich dahingehend beantworten, dass Jugendliche im Hinblick auf den Berufseinstieg nicht generell unter größerem Stress als die Gesamtgruppe leiden.

Bei denjenigen, die Stress empfinden, lässt sich dieser in Zusammenhang mit verschiedenen lebensweltlichen Ressourcen bringen, deren Vorhanden- oder Nichtvorhandensein sich auf die Stressempfindung auswirkt.

Zunächst haben sich Zusammenhänge mit dem Konstrukt „Locus of Control“ gezeigt, das eng mit der Lebenswelt zusammenhängt. Zwar sind die Jugendlichen überwiegend davon überzeugt, dass es eigener Anstrengung bedarf, um berufliche Ziele im Leben zu erreichen. Zusammenhänge mit beruflichem Optimismus lassen sich allerdings nur für die Wahrscheinlichkeit, eine Ausbildung oder Studium abzuschließen und der Erwartung für beruflichen Erfolg zeigen. Hier sind internal überzeugte Jugendliche signifikant optimistischer.

Eine neurotizistische Persönlichkeitsstruktur wirkt sich offenbar negativ auf das Wohlbefinden von Jugendlichen in der Berufswahlphase aus. Da Neurotizismus gerade durch Nervosität und Besorgnis und wenig Wohlbefinden gekennzeichnet ist, war dies ein erwartbarer Befund. Personen mit hohen Extroversionswerten zeigen im gleichen Zeitraum mehr affektives Wohlbefinden, Personen mit hohen Neurotizismuswerten hingegen signifikant weniger. Zu ähnlichen Ergebnissen kommen Connor-Smith und Flachsbart (vgl. Connor-Smith/Flachsbart 2007, 1080ff.), die in einer Metastudie über 165 Studien für Neurotizismus und in geringem Maß für Extraversion einen Zusammenhang zwischen den Persönlichkeitsdimensionen der BIG 5 und darauf gerichteten Bewältigungsstrategien gefunden haben. Effekte für beruflichen Optimismus und Wohlbefinden lassen sich für Personen zeigen, die mit ihren wahrgenommenen Schulleistungen zufriedener sind als andere. Auch konnte erkannt werden, dass sich insbesondere die durch die Jugendlichen wahrgenommene Unterstützung (supportive parenting)

durch die Mutter positiv auf den beruflichen Optimismus auswirkt. Hinsichtlich der Erwartung von Arbeitslosigkeit hat sich die Unterstützung durch den Vater als optimismusförderlich gezeigt.

Es konnte weiter gezeigt werden, dass das Vorhandensein von internen, in der Lebenswelt zu verortenden, Ressourcen eher Einfluss auf Optimismus und Wohlbefinden hat, als externe Ressourcen. Die konkrete elterliche Unterstützung konnte nicht in Zusammenhang gebracht werden.

Die Datenlage deutet darauf hin, dass möglicherweise nicht alle Jugendlichen in der Berufswahlphase ihre Lebenssituation als so herausfordernd erleben wie Erwachsene sie sehen, die sich mit den objektiv vorhandenen komplexen Anforderungen der Situation der Jugendlichen beschäftigen und von dieser Warte die Situation beurteilen. Bei der Betrachtung der vorgelegten Ergebnisse stellt sich daher die Frage, ob es sich bei den, in anderen Untersuchungen als Coping-Strategie bezeichneten, Handlungsstrategien (vgl. z. B. Lipshits-Braziler/Tatar/Gati 2017, 453ff.) zum Verhalten bei der Berufswahl tatsächlich um Coping im Sinne einer Reaktion auf Stress handelt. In der oben dargestellten Terminologie der klassischen Stressmodelle wäre wahrgenommener Stress die Voraussetzung für Coping. Wenn die überwiegende Zahl der Jugendlichen in dieser Zeit gar keinen auf die Berufswahl gerichteten Stress empfindet, könnte es sich eher um Beschreibungen von Suchstrategien im Berufswahlprozess handeln.

Der Berufswahlprozess ist unabhängig von der verwendeten Terminologie mit zahlreichen Problemen verbunden. Sinnvoll wäre unter Umständen die Entwicklung einer eigenen Begrifflichkeit, etwa in Anlehnung an den Begriff der Krise. Normative Krisen sind, im Gegensatz zu nichtnormativen Krisen vorhersehbar, denn sie stellen erwartbare Übergänge wie den Eintritt in das Berufsleben dar. Die soziale Einbindung in gesellschaftliche Routinen ermöglicht es den Individuen sich darauf vorzubereiten, indem notwendige Ressourcen und Kompetenzen gesammelt werden. Diese sind wiederum in der Lebenswelt zu finden. Die Bewältigung dieser Krise geschieht durch eine Interaktion von Reifungsprozessen und kulturellen Anforderungsmustern (vgl. Balz 2012, 643ff.). Um sich mit Interventions- und Beratungsprogrammen effektiv an die lebensweltlich bedingte Wahrnehmung der Jugendlichen hinsichtlich der Bedeutung des Berufswahlprozesses wenden zu können, wäre eine weitere Diskussion zu dieser Herangehensweise wünschenswert.

## **Literatur**

Bach, H.-U. et al. (2005): Arbeitsmarkt 2005: Zwischenbilanz und Perspektiven. In: Aktuelle Analysen. Institut für Arbeitsmarkt und Berufsforschung. Nürnberg.

Balz, H. J. (2012): Prekäre Lebenslagen und Krisen. Strategien zur individuellen Bewältigung. In: Huster E. U./Boeckh, J./Mogge-Grotjahn, H. (Hrsg.): Handbuch Armut und Soziale Ausgrenzung. Wiesbaden, 643-662.

Buchwald, P./Hobfoll, S. (2013): Die Theorie der Ressourcenerhaltung: Implikationen für den Zusammenhang von Stress und Kultur. In: Genkova, P./Ringeisen, T./Leong, F. (Hrsg.): Handbuch Stress und Kultur. Wiesbaden, 127-138.

Chang, E.C./Bridewell, W. B. (1998): Irrational beliefs, optimism, pessimism, and psychological distress: A preliminary examination of differential effects in a college population. In: Journal of Clinical Psychology 54, 137-142.

Coleman, M./DeLeire, T. (2003): An economic model of locus of control and the human capital investment decision. In: Journal of human resources, XXXVIII (3), 701-721.

Connor-Smith, J. K./Flachsbart, C. (2007): Relations between personality and coping: A meta-analysis. In: Journal of Personality and Social Psychology, 93, 1080-1107.

Fliege, H. et al. (2001): PSQ - Perceived Stress Questionnaire. In: ZPID (Hrsg.): Elektronisches Testarchiv (PSYNDEX Tests-Nr. 9004426). Trier: ZPID. Online: <https://doi.org/10.23668/psycharchives.351> (26.04.2020).

Fuchs, J. et al. (2015): Der Arbeitsmarkt bleibt auf Erfolgskurs. Zwischenbilanz und Perspektiven. In: Aktuelle Analysen. Institut für Arbeitsmarkt und Berufsforschung. Nürnberg.

Grüttner, M. (2018): Essstörungen bei Schülerinnen. Bildungs- und Migrationshintergrund, leistungsorientiertes Klassenklima und leistungsbezogener Schulstress. In: Das Gesundheitswesen, 80, H. 1, 5-11.

Hobfoll, S. (1989): Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. In: American Psychologist, 44, 513-524.

Hobfoll, S. E. (2001): The Influence of Culture, Community, and the Nested-Self in the Stress Process: Advancing Conservation of Resources Theory. In: Applied Psychology, 50, 337-421. Online: <https://doi.org/10.1111/1464-0597.00062> (26.04.2020).

Hösli-Leu, S./Wade-Bohleber, L./v. Wyl, A. (2018): Stress und soziale Unterstützung im ersten Jahr einer Berufsausbildung. In: Sabatella, F./ v. Wyl, A. (Hrsg.): Jugendliche im Übergang zwischen Schule und Beruf. Psychische Belastungen und Ressourcen. Berlin, 23-39.

Holmes, T. H./Rahe, T. H. (1967): The social readjustment rating scale. In: Journal of Psychosomatic Research, 11, 213-218.

Karasek, R. A./Theorell, T. (1990): Healthy work. Stress, productivity, and the reconstruction of working life. New York.

Kraus, B. (2006): Lebenswelt und Lebensweltorientierung – eine begriffliche Revision als Angebot an eine systemisch-konstruktivistische Sozialarbeitswissenschaft. In: Kontext. Zeitschrift für Systemische Therapie und Familientherapie 37, H. 2, 116-129.

Lazarus, R. S./Folkman, S. (1984): Stress, appraisal and coping. New York.

Lines, R. L. J. et al. (2018): Stress, Physical Activity, and Resilience Resources: Tests of Direct and Moderation Effects in Young Adults. In: Sport, Exercise, and Performance Psychology. Online: <http://dx.doi.org/10.1037/spy0000152> (27.04.2020).

- Lipshits-Braziler, Y./Tatar, M./Gati, I. (2017): The Effectiveness of Strategies for Coping with Career Indecision: Young Adults' and Career Counselors' Perceptions. In: Journal of Career Development, 44, H. 5, 453-468. Online: <https://doi.org/10.1177/0894845316662705> (26.04.2020).
- LoCascio, V./Guzzo, G./Pace, F./Pace, U. (2013): Anxiety and self-esteem as mediators of the relation between family communication and indecisiveness in adolescence. In: International Journal for Education and Vocational Guidance 13, 135-149.
- Ludwig-Mayerhofer, W. et al. (2011): Vocational education and training and transitions into the labor market. In: Zeitschrift für Erziehungswissenschaft, 14, 251-266.
- Mansel, J./Hurrelmann, K. (1992). Belastungen Jugendlicher bei Statusübergängen. Eine Längsschnittstudie zu psychosomatischen Folgen beruflicher Veränderungen. In: Zeitschrift für Soziologie, 21, H. 5, 366-384.
- Mattes, B. (2019): Berufe und wie sie klassifiziert werden können. In: Seifried, J. et al. (Hrsg.): Beruf, Beruflichkeit, Employability. Bielefeld, 79-93.
- Martincin, K. M./Stead, G. B. (2014): Five-Factor Model and difficulties in career decision making: A meta-analysis. In: Journal of Career Assessment, 23, 3-19. Online: <https://doi.org/10.1177/1069072714523081> (26.04.2020).
- McCrae, R. R./Costa, P. T. Jr. (1999): A Five-Factor theory of personality. In: Pervin, L-A./John, O.P. (Hrsg.): Handbook of Personality: Theory and Research. New York, 139-153.
- Muche C. et al. (2010): Herausforderungen im Übergang in Arbeit. In: Brandel R./Gottwald M./Oehme A. (Hrsg.): Bildungsgrenzen überschreiten. Wiesbaden, 145-154.
- Niemack, J. (2019): Schutzfaktoren bei Kindern vor dem Übergang in die Sekundarstufe. Ergebnisse aus der STRESSStudie. In: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung, H. 1, 73-94.
- Nolte, H. et al. (1997): Kontrolleinstellungen zum Leben und zur Zukunft. Auswertung eines neuen, sozialpsychologischen Itemblocks im sozio-ökonomischen Panel. In: Diskussionspapiere aus der Fakultät für Sozialwissenschaft, Ruhr-Universität. Bochum, 6.
- Ossipow, S.H. (1999): Assessing career indecision. In: Journal of Vocational Behavior, 55, 147-154. Online: <https://doi.org/10.1006/jvbe.1999.1704> (26.04.2020).
- Rammstedt, B. et al. (2013): Eine kurze Skala zur Messung der fünf Dimensionen der Persönlichkeit: 10 Item Big Five Inventory (BFI-10). In: Methoden, Daten, Analysen, 7(2), 233-249.
- Reimann S./Pohl J. (2006): Stressbewältigung. In: Renneberg, B./Hammelstein, P. (Hrsg.): Gesundheitspsychologie. Berlin, 217-228.
- Richter, D. et al. (2017): SOEP Scales Manual (updated for SOEP-Core v32.1). In: SOEP Survey Papers 423: Series C. Berlin.
- Rutter, M. (1985): Family and school influences in cognitive development. In: Journal of child psychology and psychiatry, 26, H. 5, 683-704.

- Rotter, J. B. (1966): Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. In: *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1-28. Online: <https://doi.org/10.1037/h0092976> (26.04.2020).
- Rübner, M./Höft, S. (2019): Berufswahl als mehrdimensionaler Prozess. In: Kauffeld, S./Spurk, D. (Hrsg.): *Handbuch Karriere und Laufbahnmanagement*. Berlin, 39-52.
- Schimmack, U./Diener, E./Oishi, S. (2002): Life Satisfaction is a momentary judgement and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. In: *Journal of Personality*, 70, 345-384.
- Schupp, J. (2009): 25 Jahre Sozio-oekonomisches Panel - Ein Infrastrukturprojekt der empirischen Sozial- und Wirtschaftsforschung in Deutschland. In: *Zeitschrift für Soziologie* 38, H.5, 350-357.
- Seiffge-Krenke, I. (2006): Stress in der Schule und mit den Eltern. Bewältigungskompetenzen deutscher Jugendlicher im internationalen Vergleich. Göttingen.
- Simons, R. L. et al. (1992): Support from spouse as mediator and moderator of the disruptive influence of economic strain on parenting. In: *Child development*, 63, H. 5, 1282-1301.
- Steinmann, R. M. (2005): *Psychische Gesundheit - Stress. Wissenschaftliche Grundlagen für eine nationale Strategie zur Stressprävention und Förderung psychischer Gesundheit in der Schweiz*. Bern.
- Strauser, D.R./Netz, K./Keim, J. (2002): The relationship between self-efficacy, locus of control and work personality. In: *The Journal of Rehabilitation*, 68, 20-26.
- Struck, O. et al. (2013): Berufliche Qualifikationen in offenen und geschlossenen Beschäftigungssystemen - eine Einführung. In: Haipeter, T. et al. (Hrsg.): *Berufliche Qualifikationen. Eine Analyse für offene und geschlossene Beschäftigungssysteme*. Wiesbaden, 9-36.
- Trommsdorff, G. (1994): Zukunft als Teil individueller Handlungsorientierungen. In: Holst, E./Rinderspacher, J. P./Schupp, J. (Hrsg.): *Erwartungen an die Zukunft. Zeithorizonte und Wertewandel in der sozialwissenschaftlichen Diskussion*. Frankfurt a.M. , 45-76.
- Uhlendorff, A. (2004): Der Einfluss von Persönlichkeitseigenschaften und sozialen Ressourcen auf die Arbeitslosigkeitsdauer. In: *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 56, 279-303.
- Ulrich, A. et al. (2019): Unterstützung der Berufswahl Jugendlicher durch Beratung: Bedeutung von professionellen und familiären Akteuren. In: Seifried, J. et al.: *Beruf, Beruflichkeit, Employability*. Bielefeld, 295-310.
- Ward, J.H. (1963): Hierarchical Grouping to Optimize an Objective Function. In: *Journal of the American Statistical Association*, 58, H. 301, 236-244. Online: <https://doi.org/10.1080/01621459.1963.10500845> (26.04.2020).
- Weinhardt, M./Schupp, J. (2014): Multi-Itemskalen im SOEP-Jugendfragebogen. In: *SOEP Survey Papers 234: Series C*. Berlin.

## Zitieren dieses Beitrages

---

Ulrich, A. (2020): Personale und lebensweltliche Ressourcen von Jugendlichen in der Berufswahlphase und ihre Auswirkungen auf das Stressempfinden. In: *bwp@* Berufs- und Wirtschaftspädagogik – online, Ausgabe 38, 1-19. Online:  
[http://www.bwpat.de/ausgabe38/ulrich\\_bwpat38.pdf](http://www.bwpat.de/ausgabe38/ulrich_bwpat38.pdf) (24.06.2020).

## Die Autorin

---



### **ANGELA ULRICH**

Hochschule der Bundesagentur für Arbeit  
Seckenheimer Landstraße 16, 68163 Mannheim

[angela.ulrich@hdba.de](mailto:angela.ulrich@hdba.de)

[www.hdba.de](http://www.hdba.de)