

## Arbeitsplatzverlust

Die Arbeit zu verlieren bedeutet mehr als den Verlust der Einnahmequelle. Es geht ebenso um den Verlust von Ansehen, dem Zugehörigkeitsgefühl zur Gesellschaft, Einschränkungen im täglichen Leben bis hin zu sozialem Abstieg oder dem Aufgeben von Lebensplänen. Umso wichtiger ist, dass man sich in der Situation der Erwerbslosigkeit richtig verhält, einen Überblick im Stellenmarkt hat und das Regelwerk der Versicherungen kennt.

### Was ist Arbeit und was ist Arbeit wert?

Ist von „Arbeit“ die Rede, so ist damit meist Erwerbsarbeit gemeint. Darunter wird eine Tätigkeit verstanden, für die man einen materiellen Lohn erhält<sup>1</sup>.

Wir verbringen einen grossen Teil unseres Lebens im Erwerbsleben. Damit wird die Arbeit Teil unserer Identität. Wir anerkennen uns persönlich wie auch gesellschaftlich zu einem grossen Teil über die Arbeit, über unsere Qualifikationen, Leistungen und den Verdienst. So erfüllt Arbeit eine ganze Reihe von psychosozialen Funktionen<sup>2</sup>:

- Sie gibt uns soziale Anerkennung und damit das Gefühl, einen nützlichen Beitrag für die Gesellschaft zu leisten
- Sie gibt uns persönliche Identität
- Sie gibt uns Selbstwertgefühl (ich bin jemand)
- Sie schafft ein wesentliches soziales Kontaktfeld
- Sie strukturiert unseren Tages-, Wochen- und Jahresablauf und die gesamte Lebensplanung. Sie gibt uns eine Ordnung, an der wir uns orientieren können.
- Durch die Aktivität, die mit der Arbeit verbunden ist, erweitern wir unser Wissen und unsere Fähigkeiten und damit unsere Handlungskompetenz

Insgesamt gesehen spiegeln Geld sowie die Verantwortung für eine Aufgabe den Erwerbsaspekt der Arbeit nieder. Durch Arbeit entsteht Identität, Selbstbewusstsein und Stolz.

### Arbeitsplatzverlust: Finanzielle, psychosoziale und berufsbezogene Folgen

Es ist nicht verwunderlich, dass ein Verlust des Arbeitsplatzes vielfältige Folgen mit sich bringt, sei dies finanzieller, psychosozialer oder beruflicher Art.

#### *Nach der Entlassung fehlt plötzlich das Geld*

Entlassungen sind unweigerlich mit finanziellen Konsequenzen verbunden. Durch den Verlust des Arbeitsplatzes geht die unmittelbare Quelle des monetären Einkommens verloren.

---

<sup>1</sup> Nebst der Erwerbsarbeit existiert produktive Arbeit, die nicht (oder nicht unbedingt) direkt mit Geldeinheiten abgegolten wird, wie beispielsweise Haushalts- oder Betreuungsarbeit.

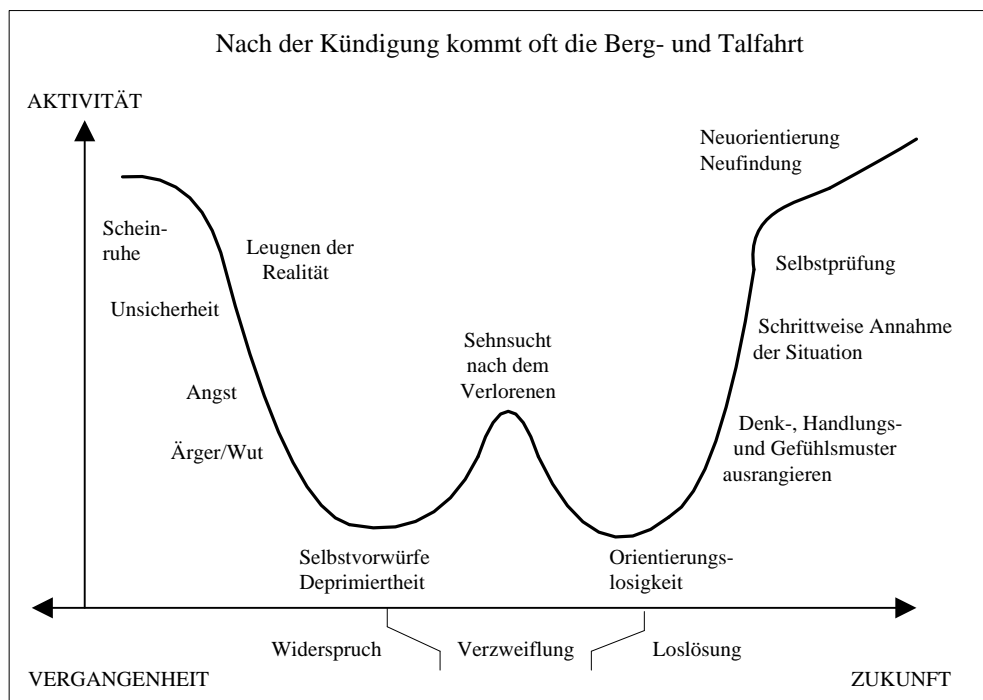
<sup>2</sup> Vgl. Schuler, H. (2004). Lehrbuch Organisationspsychologie. Bern: Hans Huber.

In Abhängigkeit von den persönlichen Vermögensverhältnissen sowie den im Einzelfall geltenden arbeitsvertraglichen und/oder gesetzlichen Regelungen über die Abfindungs- und Ausgleichszahlen kann dies finanzielle Schwierigkeiten nach sich ziehen<sup>3</sup>. Die Trennung kann zu einer ernsthaften existenziellen Bedrohung werden.

### *Viele Sorgen und Ängste*

Die Entlassung beeinflusst weit mehr als nur monetäre und rechtliche Aspekte. Widerstände, Ängste, Sorgen und Belastungen sind natürliche und zentrale Einflussgrößen des Kündigungsprozesses, welcher Minderwertigkeitsgefühle, Stress- und Verlustgefühle, Verstimmungen oder inner- und ausserfamiliäre Beziehungsstörungen mit sich ziehen kann. Die Konfrontation mit der Entlassung ist schmerzhaft und erfordert oft die Auseinandersetzung mit grundsätzlichen Lebens- und Identitätsfragen.

Die emotionalen Prozesse nach einer Kündigung gehen mit denjenigen nach einem schweren Verlustschock einher. Sie können mit denjenigen eines Trauerprozesses verglichen werden, welcher von wenigen Tagen bis zu mehreren Monaten andauern kann.



### *Nun wird die Laufbahnplanung wichtig*

Der Verlust des Arbeitsplatzes zieht unweigerlich die Suche nach einem neuen Beschäftigungsverhältnis mit sich. Dabei spielt die Situation des aktuellen Arbeitsmarktes eine wesentliche Rolle.

<sup>3</sup> Sauer, M. (1991). *Outplacement-Beratung. Konzeption und organisatorische Gestaltung*. Wiesbaden: Gabler



Die Auseinandersetzung mit der Situation kann und muss genutzt werden, sich mit dem eigenen Berufsverlauf, den eigenen Potenzialen, Stärken und Schwächen, den im Arbeitsmarkt bestehenden Möglichkeiten sowie dem weiteren Karriereverlauf auseinander zu setzen.

Dabei kann eine Laufbahnberatung oder auch eine Outplacement-Beratung eine wertvolle Unterstützung bieten (siehe [www.stadt-zürich/laufbahnzentrum.ch](http://www.stadt-zürich/laufbahnzentrum.ch) oder [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)).

### **Was ist bei einem Arbeitsplatzverlust zu tun?**

- Melden Sie sich bereits in der Kündigungsfrist (kein Herausögern, Sie riskieren Sperrtage) beim regionalen Arbeitsvermittlungsamtsamt (RAV) um abzuklären, welche Angebote Ihnen weiterhelfen (siehe [www.rav.zh.ch](http://www.rav.zh.ch)). RAV-PersonalberaterInnen sind kompetente Spezialisten, welche Sie während der Arbeitslosigkeit begleiten und Sie bei der Stellensuche unterstützen.  
Ihre Vollzugsstellen sind nebst dem RAV die Arbeitslosenkasse sowie die jeweilige kantonale Amtstelle. Alle drei Institutionen arbeiten eng zusammen ([www.treffpunkt-arbeit.ch](http://www.treffpunkt-arbeit.ch)).
- Fangen Sie gleich nach der Kündigung an, nach einer neuen Stelle zu suchen. Eine Datenbank mit offenen Stellen sowie eine Weiterbildungsbörse finden Sie ebenfalls unter [www.treffpunkt-arbeit.ch](http://www.treffpunkt-arbeit.ch). Weitere Adressen für die Stellensuche finden Sie beispielsweise unter [www.jobwinner.ch](http://www.jobwinner.ch).
- Zur Unterstützung der Stellensuche kann Ihnen eine fundierte Laufbahnberatung Orientierung geben ([www.stadt-zürich/laufbahnzentrum](http://www.stadt-zürich/laufbahnzentrum)).
- Bleiben Sie aktiv. Halten Sie sich eine Tagesstruktur aufrecht. Nutzen Sie die freie Zeit auch für Hobbies, Kurse oder Teilzeitarbeit. Suchen Sie Kontakte und nutzen Sie die Angebote von Beratungsstellen und dem RAV zu nutzen.

### **Links**

Erwerbslosigkeit allgemein:

[www.treffpunkt-arbeit.ch](http://www.treffpunkt-arbeit.ch)  
[www.ch.ch](http://www.ch.ch)  
[www.seco-admin.ch](http://www.seco-admin.ch)  
[www.admin.ch](http://www.admin.ch)  
[www.suva.ch](http://www.suva.ch)

Kontaktstelle für Arbeitslose:

[www.viavia.ch/spip](http://www.viavia.ch/spip)

Beschäftigungsprogramme:

[www.svoam.ch](http://www.svoam.ch)  
[www.fau.ch](http://www.fau.ch)  
[www.awa.zh.ch](http://www.awa.zh.ch)



### **Literatur**

Brännlich Keller, I. (2006). *Arbeitsrecht. Vom Vertrag bis zur Kündigung*. Beobachter-Buchverlag. Zürich: Jean Frey AG.

Müller, C. (2004). *NeuOrientierung Stellensuchende*. Zürich: vdf Hochschulverlag AG.

Schmid, R., Barmettler, C. (2005). *Arbeitslos – wie weiter?* Dübendorf: Versandsbuchhandlung Schweizerischer Verband für Berufsberatung.

Schmidt, H., Homanner, E. (2005). *Arbeitslos - was nun?* Beobachter-Buchverlag. Zürich: Jean Frey AG.

### **Autorin:**

Jeannette Rusch

Dipl. Laufbahnberaterin

Dipl. Psychologin

Jeannette.rusch@zuerich.ch

Stadt Zürich

Laufbahnzentrum

[www.stadt-zuerich.ch/laufbahnzentrum](http://www.stadt-zuerich.ch/laufbahnzentrum)