

# Soziale Unterstützung und subjektives Wohlbefinden

Mag.<sup>a</sup> Saskia Ehrhardt, MA  
FH-Prof. Mag. Dr. Andreas Bengesser  
FH-Prof.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Elisabeth Steiner

Masterstudiengang Sozialraumorientierte und Klinische Soziale Arbeit



## Ausgangslage

- > Social Support-Konzept als ein wesentliches theoretisches Fundament der Klinischen Sozialen Arbeit dient u.a.
  - > zur Beschreibung der Interaktion zwischen Individuum und Umgebung
  - > ermöglicht methodologische Ableitung von Interventionen
  - > Haupt- und Puffereffekte sozialer Unterstützung (Gottlieb, 1983)
- > Durch massive Kontaktbeschränkung seit März 2020 durch Corona-Pandemie
  - > Beeinflussung der sozialen Unterstützungsleistung in allen sozialen Beziehungen – wechselseitig (empfangene und geleistete Unterstützung)
  - > Einfluss auf subjektives Wohlbefinden
  - > Einfluss auf Alltagsbewältigung

# Social Support - Konzept

## Haupteffekt

- Wirkt direkt unterstützend: verhindert Belastungen
- In der Untersuchung berücksichtigte Größen:

|   |           |                |                         |
|---|-----------|----------------|-------------------------|
| 1. Wahrgenommene Unterstützung (perceived support)    | emotional | informationell | praktisch-instrumentell |
| 2. Erhaltene Unterstützung (received support)         |           |                |                         |
| 3. Bedürfnis nach Unterstützung (need for support)    |           |                |                         |
| 4. Suche nach Unterstützung (mobilization of support) |           |                |                         |

## Puffereffekt

- Wirkt indirekt unterstützend: mindert Belastungen
- In der Untersuchung berücksichtigte Größe:
  5. Protektives Abfedern (protective buffering - provider)

# Stand der Forschung

## Haupteffekte

- Empirisch in zahlreichen Studien belegt, z.B.:
  - Schulz/Schwarzer (2003): Soziale Unterstützung und Krankheitsbewältigung
  - Zipper (2015): Überblick über empirische Belege, die direkten Einfluss sozialer Unterstützung auf das Wohlbefinden zeigen

## Puffereffekte

- Wissenschaftliche Ergebnisse eher inkonsistent
  - Metaanalyse von Lin (1986, zit. b. Zipper 2015): von 20 Studien konnten nur drei den Puffereffekt bestätigen.
  - In einigen Befunden: Anti-Puffer-Effekte (Zipper 2015)
- Hypothesen: ungenügende Berücksichtigung von Persönlichkeitsmerkmalen (Selbstwert, Erwartung), Mangel an Selbstoffenlegung, Schutz des Netzwerks

## Zentrale Fragestellungen

- > In welcher Weise verändert sich die soziale Unterstützung in der gegenwärtigen Situation?
  - > Ausdifferenzierung des Social Support-Konzepts
- > Welcher Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden lässt sich durch das veränderte soziale Kontaktverhalten beschreiben?
  - > Bio-psycho-soziale Erfassung



# Methode

## Standardisierter Online-Fragebogen

3 Messzeitpunkte (März, April & Juni 2020)

Studierende des Departement Soziales der FH Campus Wien

### Skalen:

**Social Support:** Items der Berliner Social Support Skalen (BSSS)

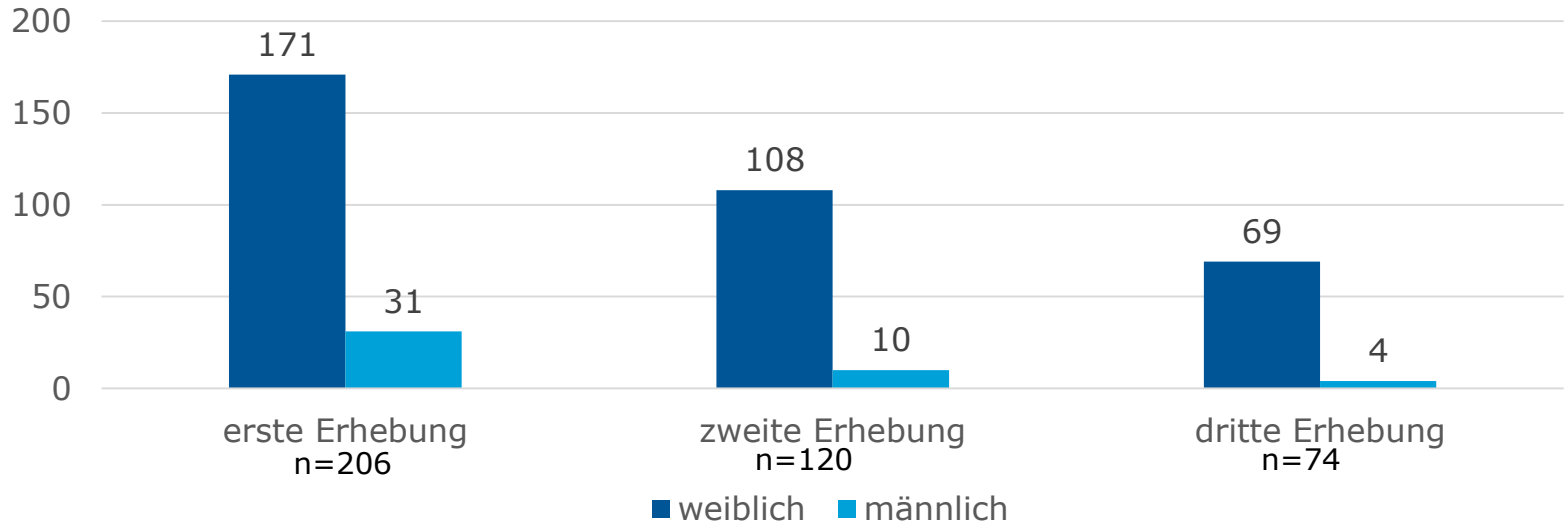
- > Auswahl und Adaptierung von Items, die Hinweise auf Haupt- und Puffereffekte geben

### Subjektives Wohlbefinden:

- Items in Anlehnung an die Sheehan Disability Scale (SDS) zur Untersuchung des subjektiven Wohlbefindens
- Ergänzung um Items psychosomatischer Symptome bei Stress- und Belastungserleben

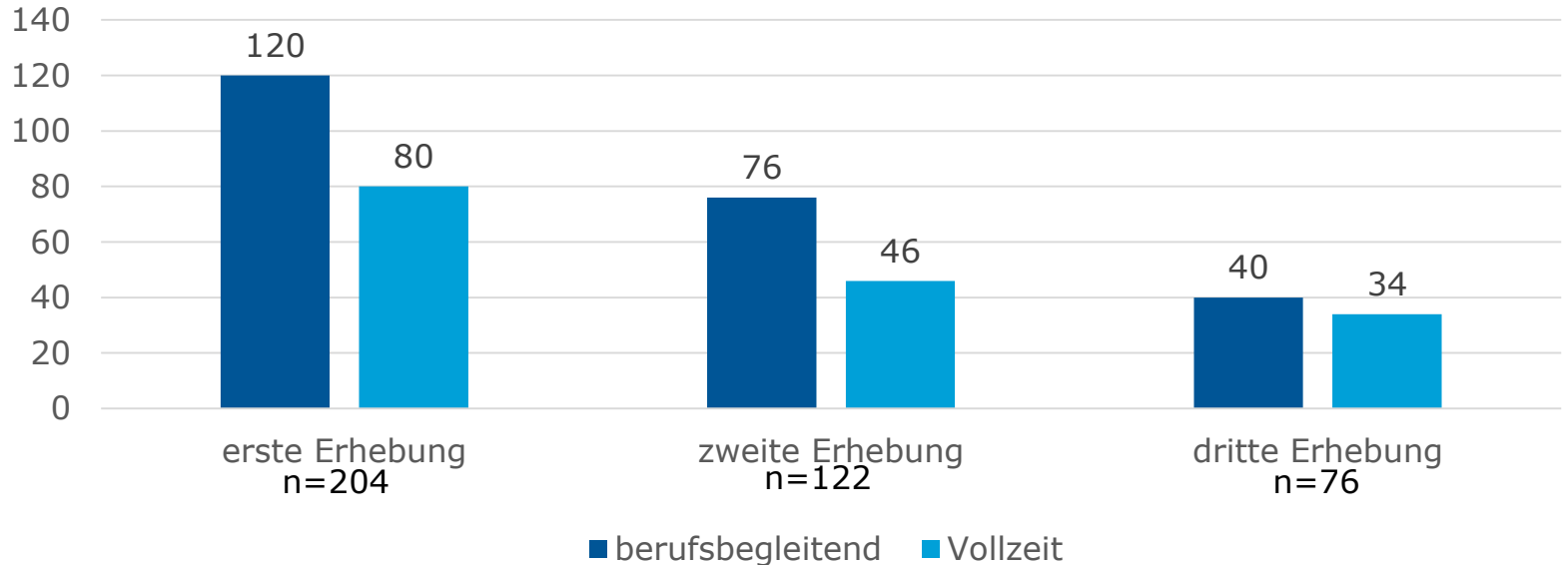
# Stichprobe

## Geschlecht



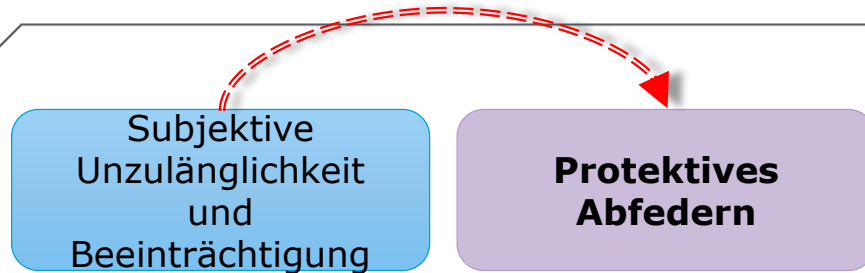
# Stichprobe

## Studienform





## Einfluss von Subjektivem Befinden auf Protektives Abfedern



- Hohe Werte der SDS korrelierten mit hohen Werten des Pufferns
- durchgehende Haltung eines Mangels an Selbstoffenlegung dokumentiert -> vermutetes Motiv dafür: Schutz des Netzwerks vor Überlastung, zusätzlicher Belastung -> Konsequenz: Verhinderung sozialer Unterstützung

Schulz/Schwarzer (2003:75):  
„Protektives Abfedern kann als eine Form indirekter sozialer Unterstützung interpretiert werden, indem jeder versucht, den anderen vor zusätzlichen Belastungen zu schützen. Gleichsam könnte es eine Schutzfunktion vor der Erschöpfung der Unterstützungsquelle erfüllen.“

## Einfluss erhaltener Unterstützung auf Protektives Abfedern

Protektives  
Abfedern

Erhaltene  
Unterstützung -  
emotional

Erhaltene Unterstützung  
- praktisch-  
instrumentell (generelle  
Zufriedenheit)

Erhaltene  
Unterstützung -  
informationell

- **Lack of Self-Disclosure**/Bemühungen Netzwerk zu schützen dann, **wenn**:
- Engste Bezugsperson keine Akzeptanz/Nähe gezeigt hat = **Versagen emotionaler Unterstützung**
- **Generelle Unzufriedenheit** mit der engsten Bezugsperson bestand

Schulz/Schwarzer (2003:76): „Das protektive *Abfedern* erweist sich als nicht oder negativ korreliert mit den vier anderen Dimensionen. Das steht im Einklang mit der Theorie, denn der Verzicht auf die Kommunikation eigenen Leidens hat zum Ziel, sein Netzwerk zu schützen. Die Verschlussenheit (lack of self-disclosure) verhindert geradezu soziale Unterstützung.“  
=> Mangel an Selbstoffenlegung

## Protektives Abfedern, Mangel an Selbstoffenlegung und **Ausnahmen** davon

Positive Korrelation zwischen:

1. **Alle** Puffer-Items *und*

Meine engste erwachsene **Bezugsperson hat Ihre Sorge um mein Befinden ausgedrückt.** = **erhaltene emotionale Unterstützung**

Wenn engste Bezugsperson Sorge um Befinden ausdrückt, kein lack of self-disclosure.

2. Puffer Item:

Ich habe **in Gegenwart** meiner engsten erwachsenen Bezugsperson **Stärke gezeigt.**

*und*

Meine engste erwachsene Bezugsperson **half mir**, meiner aktuellen Situation **etwas Positives abzugewinnen.** = **erhaltene informationelle Unterstützung**

Protektives  
Abfedern

Erhaltene  
Unterstützung -  
emotional

Erhaltene Unterstützung  
- praktisch-  
instrumentell (generelle  
Zufriedenheit)

Erhaltene  
Unterstützung -  
informationell

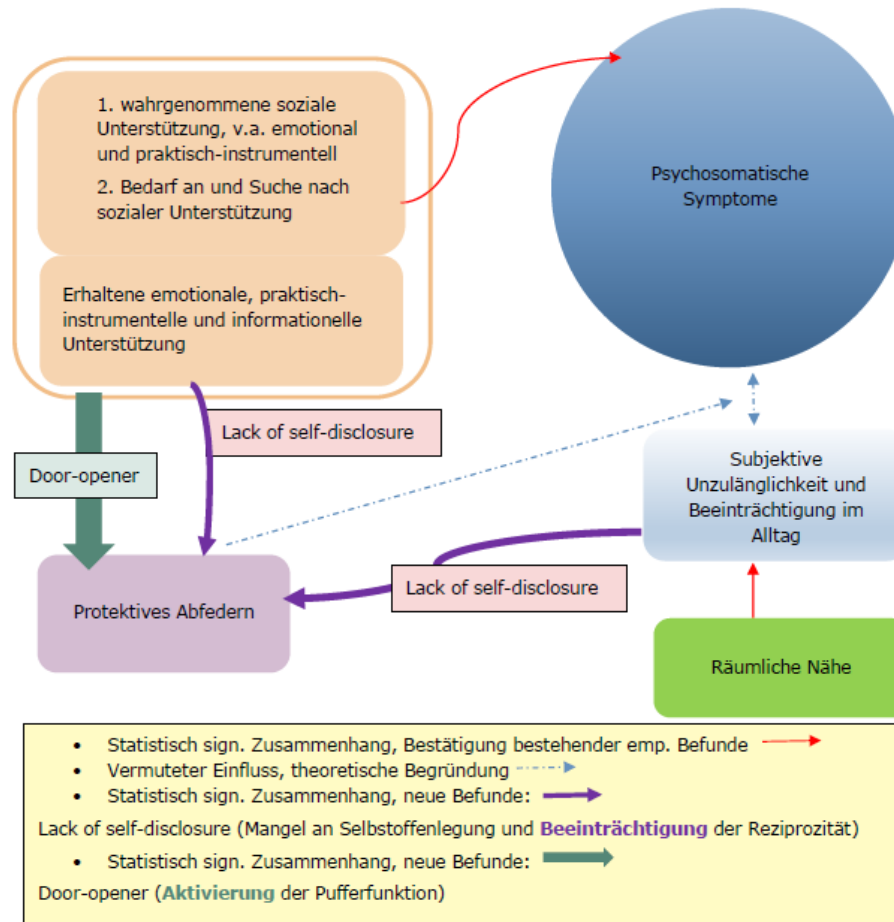


Abbildung 1: Einbettung der Puffereffekte, eigene Darstellung

## Literatur

- > Pauls, Helmut (2013): Klinische Soziale Arbeit. Grundlagen und Methoden psychosozialer Behandlung. Beltz Juventa: Weinheim Basel.
- > Gottlieb, H. Benjamin (1983): Social support strategies – Guidelines for mental health practice. Sage: Beverly Hills.
- > Sheehan Disability Scale (SDS)
- > Schulz, Ute/Schwarzer, Ralf (2003): Soziale Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung. Die Berliner Social Support Skalen (BSSS). In: Diagnostica 49, Heft 2, 73-82. Hogrefe: Göttingen.
- > Zippel, Franziska (2015): Der Einfluss sozialer Beziehungen und Unterstützung im Arbeits- und Privatleben auf die wahrgenommene Gesundheit. Eine empirische Querschnittsuntersuchung. GRIN Verlag: München. <https://www.grin.com/document/949824>