



Tritschler et al. (2022): Potenzielle Ursachen und Entwicklung von arbeitsbedingtem Stress, Befinden und Arbeitsbedingungen von Schweizer Erwerbstätigen zwischen 2005 und 2019.

Die vollständige Studie kann auf der Open Science Framework Seite heruntergeladen werden (URL: https://osf.io/nrpx4/?view_only=ce7e757da7624083b7b41b455af0d680).

Die Zusammenfassung der Studie schliesst die wichtigsten Ergebnisse aus Sicht des SECO ein. Die Studie beinhaltet weitere Resultate, die in der Zusammenfassung nicht erwähnt werden.

Zitationshinweis: Werden Ergebnisse der SECO Zusammenfassung verwendet, muss auf die Gesamtstudie verwiesen werden:

Tritschler N., Meier L, Elfering A. (2022) Potenzielle Ursachen und Entwicklungen von arbeitsbedingtem Stress, Befinden und Arbeitsbedingungen von Schweizer Erwerbstätigen zwischen 2005 und 2019, Universität Neuchâtel, Neuchâtel

Impressum

Herausgeberin:
Staatssekretariat für Wirtschaft | Direktion für
Arbeit | Arbeitsbedingungen – Gesundheitsschutz
am Arbeitsplatz
Telefon 058 463 89 14

Autoren: Ralph Krieger und Anne-Sophie Brandt
Erscheinungsjahr: 2022

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| Management Summary..... | 5 |
| 1. Einleitung | 6 |
| 2. Fragestellung und konzeptueller Rahmen..... | 7 |
| 3. Das Schweizer Haushaltspanel | 9 |
| 4. Methoden..... | 9 |
| 5. Ergebnisse | 11 |
| 5.1 In welchem Ausmass berichten Erwerbstätige in der Schweiz über verschiedene Belastungen und Ressourcen (soziale Unterstützung) sowie über ein hohes Mass an arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigungen?..... | 11 |
| 5.2 Wie entwickeln sich die Anteile der Erwerbstätigen in der Schweiz, die über verschiedene Belastungen und Ressourcen (soziale Unterstützung) sowie über ein hohes Mass an arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigung berichten? | 12 |
| 5.3 Welche Faktoren hängen mit dem selbst eingeschätzten arbeitsbedingten Stress und den Befindensbeeinträchtigungen zusammen? | 14 |
| 5.4 Welche Faktoren hängen mit der Entwicklung von selbst eingeschätztem arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigungen zusammen? | 14 |
| 6. Diskussion..... | 15 |
| 7. Referenzen | 16 |
| 8. Anhang | 17 |

Abbildungsverzeichnis

| | |
|--|----|
| Abbildung 1: Modell der Zusammenhänge zwischen Arbeitsbedingungen, Beanspruchung, Befinden und Erholung | 8 |
| Abbildung 2: Anteil der Erwerbsbevölkerung, die belastende Arbeitsbedingungen feststellten, Schweiz (2018) . | 11 |
| Abbildung 3: Anteil der Erwerbsbevölkerung, die sich bei der Arbeit gestresst fühlten, Schweiz (2007-2018) ... | 12 |

Tabellenverzeichnis

| | |
|---|----|
| Tabelle 1: Übersicht der Methoden | 10 |
| Tabelle 2: Entwicklung der arbeitsbedingten Belastungen aus Sicht der Erwerbstätigen, SHP-Daten 2007-2018 | 13 |
| Tabelle 3: Übersichtstabelle der im SHP (2007-2018) gestellten Fragen betreffend die Arbeitsbedingungen | 17 |

Management Summary

Die Studie untersucht die Entwicklung des arbeitsbedingten Stresses zwischen 2005 und 2019 in der Schweiz. Basierend auf den Daten des Schweizer Haushaltspanel (SHP) werden in einem explorativen Verfahren potenzielle Gründe für den arbeitsbedingten Stress und Befindensbeeinträchtigungen von Erwerbstätigen analysiert. Dabei werden sowohl Querschnitts- als auch Längsschnittanalysen vorgenommen. Letztere Verfahren deuten darauf hin, dass zeitverzögerte und rückläufige Effekte zwischen Arbeitsbedingungen und Stressempfinden bzw. Befindensbeeinträchtigungen vorliegen.

Zusammenfassend können folgende Punkte hervorgehoben werden:

- Physische und psychosoziale Belastungen kamen 2018 in der Schweizer Arbeitswelt häufig vor. Beispielsweise berichtete jede/r Zweite von hoher Arbeitsintensität¹ und jede/r Dritte von schmerzhaften und/oder ermüdenden Körperhaltungen.
- Die Analyse der SHP-Daten zeigt einen leichten Rückgang des Anteils an Erwerbstätigen, die sich gestresst gefühlt haben. Jedoch blieb das Niveau zwischen 2007 und 2018 hoch (31.5% im Jahr 2018)².
- 39 Prozent der Erwerbstätigen fühlten sich im Jahr 2018 arbeitsbedingt erschöpft³. 24 Prozent der Erwerbstätigen erlebten «Schwierigkeiten, nach der Arbeit abzuschalten»⁴.
- Negative «Veränderungen in den Arbeitsbedingungen» (Stressor) gehen mit «Schwierigkeiten nach der Arbeit abzuschalten» einher. Dieser Effekt verstärkte sich zwischen 2007 und 2018.
- Die Analyse der Wechselwirkungen zwischen Belastungen und Befinden zeigt, dass nicht nur eine Zunahme der Belastungen zu einer Beeinträchtigung des Befindens führt, sondern eine Zunahme der Befindensbeeinträchtigung auch die Belastungen mit einer Zeitverzögerung von einem Jahr erhöht. Dieser Befund deutet auf zeitverzögerte und rückläufige Effekte zwischen Belastungen und Befindensbeeinträchtigungen hin.

¹Mindestens eine Punktzahl von 6 und mehr auf einer Skala von 0 «nie» bis 10 «immer».

²Stress Variable SHP: «Sie sind bei Ihrer Arbeit (...) einer schweren nervlichen Anspannung ausgesetzt?»
Antwortskala der Telefonbefragung: ja, nein.

³Mindestens eine Punktzahl von 6 und mehr auf einer Skala von 0 «überhaupt nicht» bis 10 «äusserst stark».

⁴Mindestens eine Punktzahl von 6 und mehr auf einer Skala von 0 «überhaupt nicht schwer» bis 10 «äusserst schwer».

1. Einleitung

Die bisherigen Untersuchungen der Schweizer Arbeitsbedingungen (EWCS, ESENER, SGB, Job-Stress-Index) deuten darauf hin, dass zwischen 2005 und 2019 die arbeitsbedingte Stressprävalenz gestiegen ist. Gemäss der Schweizerischen Gesundheitsbefragung (SGB) ist der Anteil an gestressten Arbeitnehmenden von 18 Prozent im Jahr 2012 auf 22 Prozent im Jahr 2017 angewachsen (SECO, 2020a).

Während die bisherigen SECO-Studien auf Querschnittsdaten basieren, bezieht sich die vorliegende Stress-Studie auf Längsschnittdaten des Schweizer Haushaltspanels (SHP). Aufgrund der Daten 2007 bis 2018 besteht die Möglichkeit, zeitverzögerte und rückläufige Effekte zwischen den Arbeitsbedingungen und Stressempfinden bzw. Befindensbeeinträchtigungen vor der Covid-19 Pandemie zu untersuchen. Es würde den Rahmen dieser Studie sprengen, die kurzfristigen und sich laufend ändernden Auswirkungen der aktuellen Covid-19-Pandemie auf die Arbeitsbedingungen und die Gesundheit zu beleuchten.

Im ersten Teil der Studie werden Unterschiede zwischen den spezifischen Erhebungen betreffend die Arbeitsbedingungen (EWCS, ESENER, Job-Stress-Index) und dem SHP beleuchtet. Die Analyse der SHP-Daten zeigt, dass der Anteil an gestressten Erwerbstätigen zwischen 2007 und 2018 hoch, aber stabil geblieben ist (31.5% im Jahr 2018). Bisherige Studie haben einen Anstieg des Anteils an Erwerbstätigen, die sich gestresst gefühlt haben, festgestellt. Die Resultate der Erhebungen sind wegen der unterschiedlichen Fragen- und Antwortformate nur bedingt miteinander vergleichbar.

Im zweiten Teil werden die Daten des SHP bezüglich Arbeitsbedingungen, Stress, Befindlichkeitsbeeinträchtigungen und Erholungsindikatoren analysiert. Die deskriptiven Analysen (Sequential- und Wachstumsanalysen) liefern Hinweise, dass drei Erklärungsmodelle die Entwicklung des Stresses bzw. der Gesundheit der Erwerbstätigen in der Schweiz erklären: 1) Zusammenhänge mit Belastungen (Stressoren) und entlastenden Faktoren (Ressourcen), 2) Entwicklung zu mehr Belastungen und weniger Ressourcen und 3) Energiemangelhypothese.

2. Fragestellung und konzeptueller Rahmen

Der Bericht gibt Aufschluss über die folgenden vier Fragen:

1. Wie hoch sind die Anteile an Erwerbstätigen, die Belastungen und Entlastungen (soziale Unterstützung), arbeitsbedingten Stress und Befindensbeeinträchtigungen feststellen?
2. Wie entwickeln sich diese Anteile?
3. Welche Faktoren hängen mit dem selbst eingeschätzten arbeitsbedingten Stress und den Befindensbeeinträchtigungen zusammen?
4. Welche Faktoren hängen mit der Entwicklung von selbst eingeschätztem arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigungen zusammen?

Aufgrund der erstmaligen Auswertung der SHP-Daten bezüglich der Entwicklung von arbeitsbedingtem Stress zwischen 2007 und 2018 sind die Fragen 3) und 4) offen gestellt. Dies hat den Vorteil, dass in einem explorativen Verfahren alle Variablen der Arbeitsbedingungen untersucht werden. Damit erhält das SECO einen Überblick über die SHP-Daten. Die SHP-Daten beruhen auf subjektiven Einschätzungen von Erwerbstätigen bezüglich der Arbeitsbedingungen und des Stresses.

Die Autoren der Studie definieren arbeitsbedingten Stress als eine spezifische Form von Beanspruchung, die aufgrund eines subjektiv wahrgenommenen Ungleichgewichts zwischen Arbeitsanforderungen sowie individuellen (Leistungsfähigkeit, Bewältigungskompetenz, Resilienz) und arbeitsbedingten Entlastungsfaktoren (soziale Unterstützung, Autonomie) entsteht (Tritschler et al. 2022, 2).

Arbeitsbedingter Stress erhöht die Wahrscheinlichkeit von Befindensbeeinträchtigungen und gesundheitlichen Beschwerden. Besonders wenn keine erfolgreiche Bewältigung respektive Adaption an die Arbeitsanforderungen stattfindet, kann das physische, psychische und soziale Wohlbefinden sowie die Erholung der Erwerbstätigen leiden (u. a. Berset et al., 2011; BFS, 2019; Elfering et al., 2018; Nixon et al., 2011).

Die Zusammenhänge zwischen subjektivem Stress, Arbeitsbedingungen, Befindensbeeinträchtigungen und Erholung werden in der Studie anhand von drei Erklärungsansätzen analysiert.

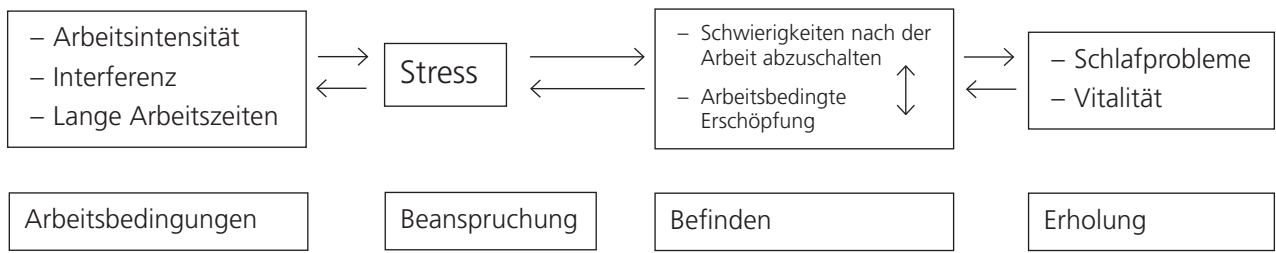
Erstens werden Zusammenhänge zwischen Belastungen, der sozialen Unterstützung, Stress und Befinden untersucht.

Anschliessend werden Zusammenhänge zwischen den subjektiven Veränderungen der Belastungen, der sozialen Unterstützung, dem subjektiven hohen Stressniveau sowie den Befindensbeeinträchtigungen untersucht.

Schlussendlich wird geprüft, inwieweit Befindensbeeinträchtigungen respektive die Erholung von Erwerbstätigen Prädiktoren von Stress und Befindensbeeinträchtigungen darstellen.

Die Energiemangelhypothese ist ein Erklärungsansatz, um Wechselwirkungen zwischen den Be- und Entlastungen (Arbeitsbedingungen) sowie der Gesundheit zu erklären (Bennett et al., 2018; Sonnentag et al., 2017). Ausgangspunkt sind arbeitsbedingte Befindensbeeinträchtigungen, die das Befinden und die Erholung (Energiemangelhypothese) reduziert. Ohne die notwendigen Ressourcen kann dies zu einem negativen Kreislauf von sich gegenseitig positiv beeinflussenden Befindensbeeinträchtigungen über mehr Stress und weniger Erholung bis hin zu chronischen Symptomen führen (siehe Tritschler et al. 2022, 5–6).

Abbildung 1: Modell der Zusammenhänge zwischen Arbeitsbedingungen, Beanspruchung, Befinden und Erholung



3. Das Schweizer Haushaltspanel

Das Schweizer Haushaltspanel (SHP) erhebt seit 1999 jährliche Längsschnittdaten zu Themen wie Haushalt und Familie, Lebensstandard, Bildung, Gesundheit und Freizeit. Sie ist im Gegensatz zu der Europäischen Erhebung über die Arbeitsbedingungen (EWCS) oder der Europäischen Unternehmenserhebung über neue und aufkommende Risiken (ESENER) keine spezifische Erhebung über die Arbeitsbedingungen, enthält aber einige interessante Fragen bezüglich Arbeit und Gesundheit.

Derzeit umfasst das SHP drei Stichproben: das SHP_I (5.074 Haushalte und 7.799 Personen, die erstmals 1999 befragt wurden), das SHP_II (2.538 Haushalte und 3.654 Personen, die erstmals 2004 befragt wurden) und das SHP_III (3.989 Haushalte und 6.090 Personen, die erstmals 2013 befragt wurden) (Voorpostel et al., 2020).

Die repräsentativen Paneldaten des SHP umfassen auf der Individualebene rund 12'000 Personen, die über mehrere Jahre immer wieder befragt wurden. Für die Studie wurden Daten aus allen drei Teilstichproben (SHP_I, SHP_II, SHP_III) zwischen 2007 und 2018 verwendet. Die resultierende Gesamtstichprobe umfasst für den Beobachtungszeitraum von 12 Jahren insgesamt 10'726 erwerbstätige Personen. Die Anzahl der miteinbezogenen Befragten variiert über die 12 Messzeitpunkte zwischen 4'550 und 7'632. Aufgrund der Längsschnittdaten können Wechselwirkungen zwischen arbeitsbedingten Belastungen und der Gesundheit der Erwerbstätigen untersucht werden.

4. Methoden

Die Studie beruht einerseits auf bisherigen SECO-Studien zum Thema Arbeit und Gesundheit und andererseits auf verschiedenen statistischen Analysen der SHP-Daten, die den Fragestellungen in tabellarischer Form zugeordnet werden (siehe Tabelle 1). Ausführliche Beschreibungen der Methoden finden Sie in der Studie (Tritschler et al. 2022, 27–45).

Tabelle 1: Übersicht der Methoden

Frage 1) Wie hoch sind die Anteile an Erwerbstätigen, die Belastungen und Entlastungen (soziale Unterstützung), arbeitsbedingten Stress und Befindensbeeinträchtigungen feststellen?

Literaturrecherche (EWCS, SGB, ESENER, JSI)

SHP-Daten: Deskriptive Auswertung

Frage 2) Wie entwickeln sich die Anteile der Erwerbstätigen in der Schweiz, die über verschiedene Belastungen und Ressourcen (soziale Unterstützung) sowie über ein hohes Mass an arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigung berichten?

Literaturrecherche (EWCS, SGB, ESENER, JSI)

SHP-Daten: Deskriptive Auswertung

Sequentieller Quotiententest – dichotome Variablen, z. B. Stressempfinden

Wachstumskurvenmodelle – ordinale Variablen, z. B. Arbeitsbedingungen, Befindensbeeinträchtigungen, Erholung

Frage 3) Welche Faktoren hängen mit dem selbst eingeschätzten arbeitsbedingten Stress und den Befindensbeeinträchtigungen zusammen?

Literaturrecherche (EWCS, SGB, ESENER, JSI)

SHP-Daten: Deskriptive Auswertung

Querschnittliche Korrelationen, Stressempfinden

Wachstumskurvenmodelle (LGC-TVC) – Einfluss der Arbeitsbedingungen und -atmosphäre (zeitabhängige Kovariate (TVC)) auf Befindensbeeinträchtigungen

Random Intercept Cross-Lagged-Panel Modelle (RI-CLPM) – Einfluss von intraindividuellem Veränderung der Belastung auf das Befinden ein Jahr später

Random Intercept Cross-Lagged-Panel Modelle (RI-CLPM) – Einfluss und Wechselwirkungen von intraindividuellem Veränderung unterschiedlicher Indikatoren von Befindensbeeinträchtigungen

Frage 4) Welche Faktoren hängen mit der Entwicklung von selbst eingeschätztem arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigungen zusammen?

Literaturrecherche (EWCS, SGB, ESENER, JSI)

SHP-Daten: Deskriptive Auswertung

Bivariate Wachstumskurvenmodelle – Arbeitsbedingungen und -atmosphäre mit Befinden

Bivariate Wachstumskurvenmodelle – Befinden und Erholungsindikatoren

5. Ergebnisse

5.1 In welchem Ausmass berichten Erwerbstätige in der Schweiz über verschiedene Belastungen und Ressourcen (soziale Unterstützung) sowie über ein hohes Mass an arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigungen?

Belastungen kamen 2018 in der Schweizer Arbeitswelt häufig vor. Beispielsweise berichtete jede/r Zweite von hoher Arbeitsintensität⁵ und jede/r Dritte von schmerzhaften und/oder ermüdenden Körperhaltung (siehe Abbildung 2). Arbeitsbedingungen können stark variieren, beispielsweise nach Wirtschaftssektoren sowie Geschlecht und Alter (SECO, 2020b, 2020c).

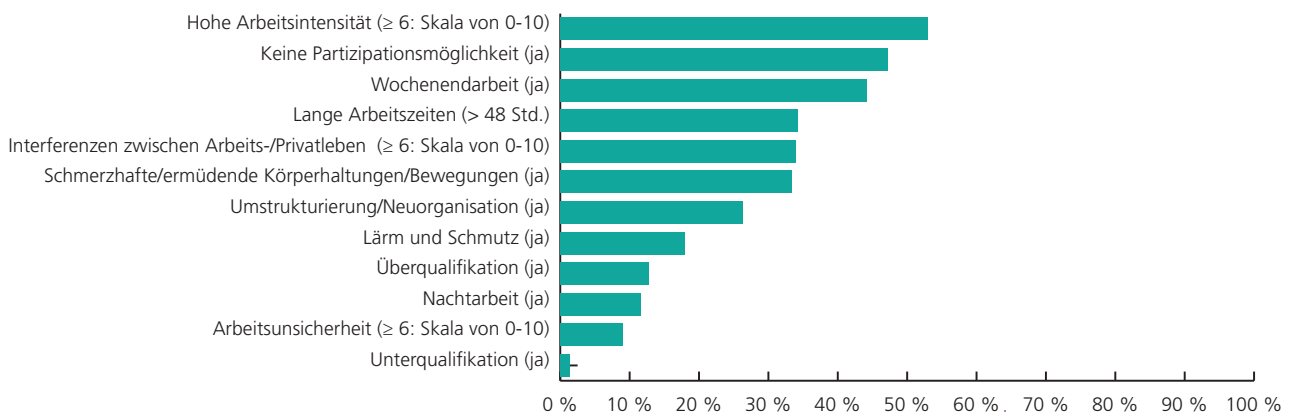
Rund drei Viertel der Erwerbstätigen sagen, dass sie bei ihrer Arbeit unterstützt wurden (Tritschler et al. 2022, 47).

Das Schweizer Haushaltspanel zeigt, dass 31.5 Prozent der Erwerbstätigen im Jahr 2018 Stress bei der Arbeit erlebten.⁶ Dieser Wert variiert je nach Gruppe zwischen 12 Prozent für Erwerbstätige im Alter über 65 Jahren und 41 Prozent für Erwerbstätige im «Gesundheits- und Sozialwesen» (Tritschler et al. 2022, 46).

Hinsichtlich der Befindensbeeinträchtigungen fühlten sich im Jahr 2018 39 Prozent der Erwerbstätigen arbeitsbedingt erschöpft.⁷ 24 Prozent der Erwerbstätigen erlebten «Schwierigkeiten, nach der Arbeit abzuschalten»⁸ (Tritschler et al. 2022, 46).

Gemäss der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2017 fühlte sich rund jede/r fünfte Erwerbstätige in der Schweiz meistens oder immer gestresst bei der Arbeit (21.6%).⁹ Im Gastgewerbe war jede/r Dritte von Stress betroffen (SECO, 2020a). Die unterschiedlichen Werte zwischen der SHP und SGB dürften auf die divergierenden Fragen zurückzuführen sein.

Abbildung 2: Anteil der Erwerbsbevölkerung, die belastende Arbeitsbedingungen feststellten, Schweiz (2018)



Quelle: SHP 2018 (Tritschler et al. 2022), eigene Darstellung des SECO

⁵Mindestens eine Punktzahl von 6 und mehr auf einer Skala von 0 «nie» bis 10 «immer».

⁶Stress Variable SHP: «Sie sind bei Ihrer Arbeit (...) einer schweren nervlichen Anspannung ausgesetzt?» Antwortskala der Telefonbefragung: ja, nein.

⁷Mindestens eine Punktzahl von 6 und mehr auf einer Skala von 0 «überhaupt nicht» bis 10 «äusserst stark».

⁸Mindestens eine Punktzahl von 6 und mehr auf einer Skala von 0 «überhaupt nicht schwer» bis 10 «äusserst schwer».

⁹Stress-Frage SGB: Geben Sie bei jeder Aussage die Antwort an, die am ehesten auf Ihre Situation bei der Arbeit zutrifft: Ich erlebe Stress bei der Arbeit. Antwortskala der schriftlichen Befragung: nie, selten, manchmal, meistens, immer.

5.2 Wie entwickeln sich die Anteile der Erwerbstätigen in der Schweiz, die über verschiedene Belastungen und Ressourcen (soziale Unterstützung) sowie über ein hohes Mass an arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigung berichten?

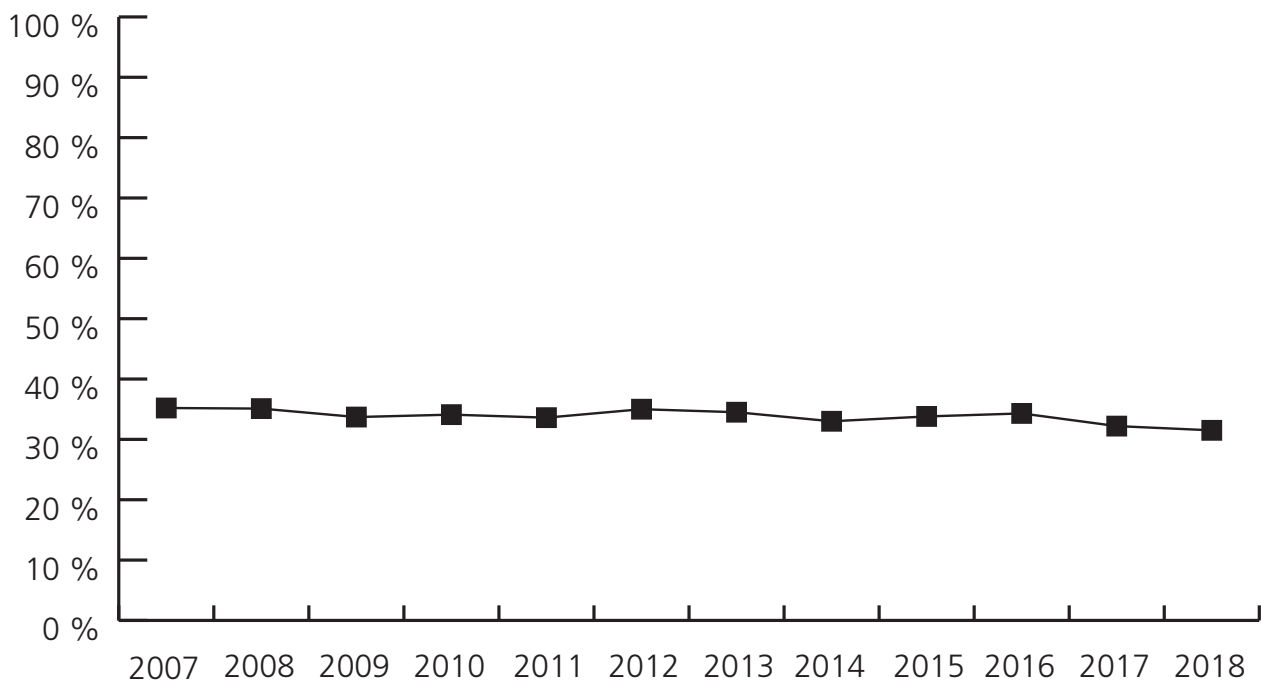
Gemäss den SHP-Daten hat der Anteil der Erwerbstätigen, die sich zwischen 2007 und 2018 gestresst gefühlt haben, leicht abgenommen (35,2% vs. 31,5%)¹⁰. Dieser Rückgang ist zwar statistisch signifikant, allerdings bleibt das Stresserleben auf hohem Niveau (Abbildung 3) (Tritschler et al. 2022, 54). Damit bildet das SHP den Anstieg des Stresserlebens der übrigen Erhebungen nicht ab.

Bezüglich der Befindensbeeinträchtigungen stellen Tritschler et al. (2022, 55) zwei unterschiedliche Entwicklungen fest: 1) Stabile Entwicklung bezüglich des Anteils der Erwerbstätigen, der sich arbeitsbedingt erschöpft fühlt und 2) eine Zunahme bezüglich des Anteils der Erwerbstätigen, der feststellt, dass sie Schwierigkeiten haben, nach der Arbeit abzuschalten.

Die jährliche Zunahme ist nicht gross, kumuliert sich jedoch zwischen 2007 und 2018 und macht einen deutlichen Unterschied (20% vs. 25%). Besonders Erwerbstätige mit Bildungsniveau auf Tertiärstufe haben überdurchschnittlich oft «Schwierigkeiten, nach der Arbeit abzuschalten».

In eine negative Richtung zeigen die Erholungsindikatoren: zunehmender Anteil an Erwerbstätigen, der Schlafprobleme hat und abnehmender Anteil an Erwerbstätigen, der sich vital fühlt. Dieses Resultat deutet auf eine Verschlechterung der Erholung der Erwerbstätigen hin (Tritschler et al. 2022, 56).

Abbildung 3: Anteil der Erwerbsbevölkerung, die sich bei der Arbeit gestresst fühlten, Schweiz (2007–2018)



Quelle: Tritschler et al. 2022, 54, SHP-Gesamtstichprobe (N = 10'726)

¹⁰Stress Variable SHP 2007–2018: Sind Sie bei Ihrer Arbeit (...) einer schweren nervlichen Anspannung ausgesetzt? Antwortskala der Telefonbefragung: ja, nein.

In der SHP sind zwei generische Fragen über die «Veränderungen in den Arbeitsbedingungen» sowie die «Veränderungen in der Arbeitsatmosphäre» von besonderem Interesse. Während die grosse Mehrheit keine Veränderung zwischen 2007 und 2018 feststellt (60%–70%), nimmt der Anteil an Erwerbstätigen zu, die eine negative Veränderungen in den Arbeitsbedingungen und Arbeitsatmosphäre wahrnehmen. Trotzdem erleben immer noch mehr Erwerbstätige eine Verbesserung als eine Verschlechterung der Arbeitsbedingungen (26%–33% vs. 11%–15%) bzw. der Arbeitsatmosphäre (20%–33% vs. 5%–8%).

Tabelle 2 zeigt, dass die Belastungen zwischen 2007 und 2018 grösstenteils stabil bleiben (Tritschler et al. 2022, 49–50).

Tabelle 2: Entwicklung der arbeitsbedingten Belastungen aus Sicht der Erwerbstätigen, SHP-Daten 2007–2018

| Keine Zu- oder Abnahme | Abnahme |
|--|--------------------|
| Physische Belastungen | |
| Lärm und Schmutz Ermüdende Körperhaltungen/Bewegungen | |
| Psychosoziale Belastungen | |
| Überqualifikation Keine Partizipationsmöglichkeiten Interferenzen zwischen Arbeits- und Privatleben Arbeitsunsicherheit | Unterqualifikation |
| Organisationale Veränderungen und arbeitszeitbezogene Stressoren | |
| Umstrukturierungen/Neuorganisationen Wochenendarbeit Langes Arbeiten | |

Quelle: Tritschler et al. 2022, 49–50, eigene Darstellung

Bemerkung: Sequentialanalyse für dichotome Variablen; Wachstumskurvenmodelle für ordinalskalierte Variablen

5.3 Welche Faktoren hängen mit dem selbst eingeschätzten arbeitsbedingten Stress und den Befindensbeeinträchtigungen zusammen?

Insgesamt korrelieren alle in dem SHP erhobenen physischen Belastungen, psychosozialen Belastungen, organisationalen Veränderungen und arbeitszeitbezogenen Stressoren mit dem «arbeitsbedingten Stresserleben» (gemittelte Stichprobe über alle 12 Messzeitpunkte). Starke positive Zusammenhänge sind zwischen Stress auf der einen Seite und der «Arbeitsintensität», dem «langen Arbeiten» sowie der «Interferenz zwischen dem Arbeits- und Familienleben» auf der anderen Seite zu beobachten. Die Autoren betonen, dass auch kleine Zusammenhänge, wie z. B. zwischen Stress und schmerzhaften oder ermüdenden Körperhaltungen über mehrere Jahre kumuliert potenziell negative gesundheitliche Folgen verursachen können (Tritschler et al. 2022, 59).

Positive «Veränderungen in den Arbeitsbedingungen» und in der «Arbeitsatmosphäre» sind negativ mit dem selbst eingeschätzten Stresserleben von Erwerbstätigen assoziiert (Tritschler et al. 2022, 59).

Ausserdem korreliert das selbst eingeschätzte Stresserleben positiv mit den Befindensbeeinträchtigungen, wie «Schwierigkeiten, nach der Arbeit abzuschalten» und «arbeitsbedingter Erschöpfung» (Tritschler et al. 2022, 59).

Ähnliche Zusammenhänge werden zwischen den belastenden Merkmalen der Arbeitsbedingungen und den Befindensbeeinträchtigungen «arbeitsbedingte Erschöpfung» und «Schwierigkeit nach der Arbeit abzuschalten» ermittelt (Tritschler et al. 2022, 61).

Weitere Gründe für Befindensbeeinträchtigungen sind negative «Veränderungen in den Arbeitsbedingungen» sowie negative «Veränderungen in der Arbeitsatmosphäre». Die Korrelationen zwischen den negativen «Veränderungen in den Arbeitsbedingungen» und den «Schwierigkeiten, nach der Arbeit abzuschalten» werden über die 12 Jahre stärker (Tritschler et al. 2022, 61).

5.4 Welche Faktoren hängen mit der Entwicklung von selbst eingeschätztem arbeitsbedingtem Stress und Befindensbeeinträchtigungen zusammen?

Die negativen «Veränderungen in den Arbeitsbedingungen» sowie die negativen «Veränderungen in der Arbeitsatmosphäre» hängen mit verstärkten «Schwierigkeiten, nach der Arbeit abzuschalten» zusammen. Wenn der Stress nicht bewältigt wird bzw. zu lange andauert, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass (Befindens-)Beeinträchtigungen entstehen. Die Befindensbeeinträchtigungen entstehen also insbesondere bei den Erwerbstätigen, die viel über Stress berichten und diesen nicht bewältigen können.

In eine ähnliche Richtung - Entwicklung zu mehr Belastungen und weniger Ressourcen (Stressor) - deuten die zeitverzögerten Effekte und rückläufigen Effekte zwischen Belastungen und Befinden. Mit anderen Worten: Für eine Person führt eine besonders negative Entwicklung seiner Belastungen (höher als das übliche individuelle Niveau) ein Jahr später zu schlechterem Befinden (Tritschler et al. 2022, 66–71).

6. Diskussion

Aus Sicht des SECO drängen sich vier Themen für die abschliessende Diskussion auf. 1) Der Abdeckungsgrad von «Arbeit und Gesundheit» im SHP, 2) die unterschiedlichen Stress-Fragen im SHP und den übrigen Erhebungen, 3) das hohe und stabile Stressniveau in den SHP-Daten und 4) die Wechselwirkungen zwischen Stress, Belastungen und Befindensbeeinträchtigungen.

Das Schweizer Haushaltspanel ist die bedeutendste Längsschnitterhebung der Schweiz und umfasst Themen wie Haushalt, Familie, Bildung und Gesundheit. Rund zwanzig Variablen beleuchten wichtige Aspekte der Arbeitsbedingungen wie physische Belastungen, psychosoziale Belastungen, Arbeitszeiten, Stresserleben und Befindensbeeinträchtigungen (siehe Tabelle 3, Seite 17).¹¹ Insgesamt wird das Thema «Arbeit und Gesundheit» für eine nicht spezifische Erhebung über die Arbeitsbedingung relativ detailliert abgedeckt. In dieser Hinsicht stellt das SHP eine gute Ergänzung zu den anderen Erhebungen dar, die für die Überwachung der Gesundheit am Arbeitsplatz in der Schweiz verwendet werden.

Die Erfassung des arbeitsbedingten Stresserlebens wird im SHP mit einer Frage hinsichtlich «einer schweren nervlichen Anspannung bei der Arbeit» erhoben. Die Antwortskala ist dichotom: ja/nein. Es wäre wünschenswert, wenn das SHP die Frage der SGB und EWCS übernehmen würde: «Ich erlebe Stress bei der Arbeit» (SGB 2017, SARSI20e). Antwort: immer, meistens, manchmal, selten, nie. Letztere Frage ist die internationale Standardfrage in Übersichtserhebungen bezüglich Stress bei der Arbeit und ermöglicht mit dem ordinalen Antwortformat eine Gewichtung in der Stressprävalenz. Diese Differenzierung ist mit einer dichotomen Antwort nicht möglich.¹²

Das SHP weist auf einen hohen, aber stabilen Anteil an Erwerbstätigen hin, der zwischen 2007 und 2018 am Arbeitsplatz gestresst waren (rund 30% bis 35%). Es scheint, dass dieser Anteil mit der dichotomen Antwortkategorie einen Plattfond erreicht hat, der rund 10 Prozentpunkte über den Werten der SGB liegt. Ein Grund für die relativ stabile Entwicklung könnte das hohe Ausgangsniveau des Anteils sein.

Die Trendstichprobe beleuchtet die schweizweite Entwicklung. Die allgemeine Stressentwicklung sagt nichts darüber aus, wie die Entwicklung für beispielsweise einzelne Berufsgruppen ausfällt. Ein spezifischer Anstieg des Stresses bedingt durch ungünstige Entwicklungen in den Arbeitsbedingungen (mehr Belastungen und weniger Ressourcen) kann von der «dynamische Stabilität» der durchschnittlichen Entwicklung verdeckt werden. Es wäre interessant, mehr über Stressverläufe unterschiedlicher beruflichen Laufbahnen oder Wirtschaftssektoren zu erfahren.

Insgesamt ist die Analyse von Zusammenhängen zwischen Merkmalen der Arbeitsbedingungen und der Gesundheit wegen zeitverzögerten Effekten und rückläufigen Effekten (Wechselwirkungen) komplex und schwierig. Vor dem Hintergrund der mannigfaltigen möglichen Zusammenhänge, Wirkungsrichtungen und nicht kontrollierten Störfaktoren können Wechselwirkungen zwischen den Arbeitsbedingungen, dem Stressempfinden und Befindensbeeinträchtigungen mittels Sekundäranalysen lediglich lückenhaft abgebildet werden.

Während die Studie wichtige Hinweise für das Monitoring der Arbeitsbedingungen, die Weiterbildungen der Arbeitsinspektoren und den betrieblichen Gesundheitsschutz liefert, bleiben einige Fragen offen: Inwieweit haben häufige arbeitsbedingte Mehrfachbelastungen (z. B. lange Arbeitszeiten, Schichtarbeit, hohe Arbeitsintensität) einen Effekt auf den Stress und das Wohlbefinden? Inwiefern bilden die SHP-Daten Unterschiede hinsichtlich der Wirtschaftssektoren oder Berufsgruppen betreffend die Mehrfachbelastungen ab? Wie unterscheiden sich die Arbeitsbedingungen vor der Pandemie, während der Pandemie und nach der Pandemie?

¹¹Die SHP beinhaltet weitere Fragen zu drei Dimensionen der Arbeitszufriedenheit: Zufriedenheit mit Lohneinkommen, Arbeitsbedingungen und Arbeitsatmosphäre.

¹²Seit der 18. Befragungswelle existiert folgende allgemeine Stressfrage: Wie oft haben Sie Stress empfunden während des letzten Monats? Antwort: nie, selten, manchmal, häufig, sehr oft

7. Referenzen

- Bennett, A. A., Bakker, A. B., & Field, J. G. (2018). Recovery from work-related effort: A meta-analysis. *Journal of Organizational Behavior*, 39(3), 262–275. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/job.2217>
- Berset, M., Elfering, A., Lüthy, S., Lüthi, S., & Semmer, N. K. (2011). Work stressors and impaired sleep: rumination as a mediator. *Stress and Health*, 27(2), e71–e82. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/smi.1337>
- BFS. (2019). Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB). Arbeitsbedingungen und Gesundheitszustand, 2012–2017. Neuchâtel: Bundesamt für Statistik
- Elfering, A., Kottwitz, M. U., Tamcan, Ö., Müller, U., & Mannion, A. F. (2018). Impaired sleep predicts onset of low back pain and burnout symptoms: evidence from a three-wave study. *Psychology, Health & Medicine*, 23(10), 1196–1210. <https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1479038>
- Nixon, A. E., Mazzola, J. J., Bauer, J., Krueger, J. R., & Spector, P. E. (2011). Can work make you sick? A meta-analysis of the relationships between job stressors and physical symptoms. *Work & Stress*, 25(1), 1–22. <https://doi.org/10.1080/02678373.2011.569175>
- SECO. (2020a). Arbeitsbedingungen und Gesundheit: Stress–Ausgewählte Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung. Bern: Staatssekretariat für Wirtschaft.
- SECO. (2020b). Arbeitsbedingungen und Gesundheit: Wirtschaftssektoren–Ausgewählte Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung. Bern: Staatssekretariat für Wirtschaft.
- SECO. (2020c). Arbeitsbedingungen und Gesundheit: Junge Erwerbstätige–Ausgewählte Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung. Bern: Staatssekretariat für Wirtschaft.
- Sonnentag, S., Venz, L., & Casper, A. (2017). Advances in recovery research: What have we learned? What should be done next? *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 365–380. <https://doi.org/10.1037/ocp0000079>
- Voorpostel, M., Tillmann, R., Lebert, F., Kuhn, U., Lipps, O., Ryser, V. A., Antal, E., Monsch, G. A., Dasoki, N., & Wernli, B. (2020). Swiss Household Panel User Guide (1999–2018).

8. Anhang

Tabelle 3: Übersichtstabelle der im SHP (2007 - 2018) gestellten Fragen betreffend die Arbeitsbedingungen

| Indikator | Item | Antwortskala |
|--|---|--|
| Stresserleben | Sind Sie bei Ihrer Arbeit (...) einer schweren nervlichen Anspannung ausgesetzt? | Ja / Nein (dichotom) |
| Befindensbeeinträchtigungen: | | |
| arbeitsbedingte Erschöpfung: | Wie stark sind Sie nach der Arbeit zu erschöpft, um Sachen zu machen, wo Sie eigentlich gerne machen, wenn 0 „überhaupt nicht“ und 10 „äusserst stark“ bedeutet? | 0 (überhaupt nicht) - 10 (äusserst stark) |
| Schwierigkeiten, nach der Arbeit abzuschalten | Wie schwer fällt es Ihnen nach der Arbeit abzuschalten, wenn 0 „überhaupt nicht schwer“ und 10 „äusserst schwer“ bedeutet? | 0 (überhaupt nicht schwer) - 10 (äusserst schwer) |
| Erholungsindikatoren: | | |
| Schlafprobleme | Haben Sie in den letzten 4 Wochen Schmerzen oder gesundheitliche Beschwerden gehabt, die ich jetzt aufzähle (...) Schwierigkeiten beim Einschlafen, Schlaflosigkeit? | 0 (überhaupt nicht) - 3 (stark) |
| Vitalität | Wie häufig sind Sie voll Kraft, Energie und Optimismus? 0 bedeutet „nie“ und 10 „immer“. | 0 (nie) - 10 (immer) |
| Physische Belastungen: | | |
| Lärm & Schmutz | Sind Sie bei Ihrer Arbeit (...) starkem Lärm oder Dreck ausgesetzt? | Ja / Nein (dichotom) |
| Einseitige Belastung & ermüdende Körperhaltung | Sind Sie bei Ihrer Arbeit (...) Körperhaltungen oder Bewegungen ausgesetzt, die mit der Zeit mühsam und ermüdend sind? | Ja / Nein (dichotom) |
| Psychosoziale Belastungen: | | |
| Arbeitsintensität | Wie häufig müssen Sie mit einem erhöhten Arbeitstempo schaffen, wenn 0 „nie“ und 10 'immer' heisst? | 0 nie -10 immer |
| Arbeitsunsicherheit | Wie beurteilen Sie das Risiko, dass Sie persönlich in den nächsten 12 Monaten arbeitslos werden? 0 bedeutet „kein Risiko“ und 10 „ein sehr grosses Risiko“. | 0 kein Risiko - 10 ein sehr grosses Risiko |
| Interferenzen zwischen dem Arbeits- & Privatleben | Wie stark halten Sie die Arbeit mehr als Ihnen lieb ist, von Ihren privaten Aktivitäten und familiären Verpflichtungen ab, wenn 0 „überhaupt nicht“ und 10 „äussert stark“ bedeutet? | 0 (überhaupt nicht) - 10 (äusserst stark) |
| Keine Partizipationsmöglichkeiten | Sind Sie bei Ihrer Arbeit an den Entscheidungen beteiligt, oder werden Sie bei wichtigen unternehmerischen Fragen beigezogen? | 1 ja, Entscheide; 2 ja, Meinung; 3 nein |
| Über- & Unterqualifikation | Was meinen Sie, wie sind Sie für Ihre jetzige Arbeit qualifiziert? 1 Qualifikation reicht nicht; 2 Q. entspricht Anforderungen; 3 Überqualifiziert 4; Q. hat nichts mit Arbeit zu tun | |
| Organisationale Veränderungen und arbeitszeitbezogene Stressoren: | | |
| Restrukturierung | Wird Ihr Unternehmen (Institution) gegenwärtig reorganisiert, restrukturiert oder privatisiert? | Ja / Nein (dichotom) |
| Nacharbeit | In einem normalen Monat, arbeiten Sie da manchmal (...) in der Nacht (24 Uhr - 6 Uhr). | Ja / Nein (dichotom) |
| Wochenendarbeit | In einem normalen Monat, arbeiten Sie da manchmal (...) Samstag oder Sonntag) | Ja / Nein (dichotom) |
| Wöchentliche Arbeitszeit | Wie viele Stunden pro Woche arbeiten Sie normalerweise in Ihrer Haupttätigkeit? | Antwort in Stunden / Woche |
| Veränderungsfragen: | | |
| Veränderung in den Arbeitsbedingungen | Wie haben sich Ihre Arbeitsbedingungen seit (Monat/Jahr) entwickelt? 0 bedeutet „stark verschlechtert“ und 10 bedeutet „stark verbessert“. | 0 (stark verschlechtert) - 10 (stark verbessert) (5 = keine Veränderung) |
| Veränderung in der Arbeitsatmosphäre | Wie hat sich das Verhältnis zu den Arbeitskollegen seit (Monat/Jahr) entwickelt? 0 bedeutet „stark verschlechtert“ und 10 bedeutet „stark verbessert“. | 0 (stark verschlechtert) - 10 (stark verbessert) (5 = keine Veränderung) |
| Ressourcen: | | |
| Wahrgenommene praktische Unterstützung | Falls Sie es nötig hätten, was glauben Sie: Wie viel können Ihnen diese Personen* praktisch helfen, d. h. mit konkreter Hilfe oder nützlichen Ratschlägen? | 0 (gar nicht) - 10 (sehr viel) |
| Wahrgenommene emotionale Unterstützung | Und inwiefern sind diese Personen* für Sie da, wenn es nötig ist, zum Beispiel indem sie Verständnis zeigen oder mit Ihnen reden? | 0 (gar nicht) - 10 (sehr viel) |

Quelle: Tritschler et al. 2022, 37

Anmerkungen: *gemeint sind Kollegen und Kolleginnen von der Arbeit, Bekannte aus der Freizeit, aus der Politik, aus der Kirche oder aus anderen Lebensbereichen. Ehemalige Kolleginnen und Kollegen sind inbegriffen.