

Über eine Million Arbeitnehmer erschöpft

Stress am Arbeitsplatz kostet Unternehmen laut Studie bis 6 Milliarden Franken

Laut Wissenschaftlern der Universität Bern fühlt sich ein Viertel aller Erwerbstätigen ziemlich oder stark erschöpft. Gegen 300 000 stehen gar kurz vor dem Burnout.

Katharina Bracher

Um die psychische Gesundheit der Schweizer Arbeitnehmer steht es nicht zum Besten. Diesen Schluss legt eine repräsentative Studie im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz nahe. Danach sind über eine Million oder knapp ein Viertel aller Erwerbstätigen «ziemlich oder stark» erschöpft. Etwa sechs Prozent oder 300 000 Arbeitnehmer seien so stark belastet, dass sie gemäss wissenschaftlicher Klassifikation am Rande einer Erschöpfungsdepression (Burnout) stehen. Diese Arbeitnehmer kämen auch in der Freizeit nicht zur Ruhe und könnten sich nicht mehr dauerhaft von der Arbeit erholen.

Dies folgert das Forscherteam um den Professor für Arbeits- und Organisationspsychologie Achim Elfering und den emeritierten Professor Norbert Semmer der Universität Bern nach der Analyse der Antworten von rund 3500 Befragten. «Die Erschöpfungsrate ist mit 24 Prozent hoch», sagt Elfering, «trotzdem befindet sich die Schweiz damit im europäischen Durchschnitt.» So habe kürzlich eine Studie mit den gleichen Messinstrumenten eine leicht höhere Erschöpfungsrate bei niederländischen Arbeitnehmern gemessen.

«Präsentismus» ist teuer

Die Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften hat anhand der Daten zusätzlich errechnet, wie hoch der finanzielle Schaden für die Schweizer Unternehmen ist, deren Arbeitnehmer aufgrund von Stress weniger produktiv sind oder am Arbeitsplatz fehlen. Die Wissenschaftler schätzen das ökonomische Potenzial auf 5,58 Milliarden Franken pro Jahr. «Interessant ist, dass nur etwa ein Viertel dieser Kosten verursacht wird durch Absenzen der Arbeitnehmer», sagt Elfering. Die restlichen drei Viertel seien dem «Präsentismus» der Arbeitnehmer geschuldet: «Diese Mitarbeiter sind zwar anwesend, aber aufgrund der Belastungssituation am Arbeitsplatz nicht voll produktiv», erklärt Elfering. Arbeitspsychologe Norbert Semmer sagt, dass die Resultate ein Ausdruck der veränderten Anforderungen der Arbeitswelt seien. «Der Druck steigt, und die Pausen nehmen ab. Seit Jahren findet eine Verdichtung der Arbeit statt», sagt Semmer.

Die Forscher haben im Rahmen der Studie den Job-Stress-Index entwickelt. Dieser zeigt auf, wie hoch der Anteil der Gestressten im Arbeitsumfeld ist. «Die Arbeitgeber können das Instrument für Mitarbeiterbefragungen nutzen», sagt Semmer. Damit liesse sich einerseits feststellen, wie hoch der Stresspegel in der eigenen Organisation sei, und andererseits, in welchem Bereich Massnahmen angezeigt seien.

Kritische Arbeitgeber

Finanziert wurde die Entwicklung des Job-Stress-Indexes von Gesundheitsförderung Schweiz. Die mit öffentlichen Geldern finanzierte Organisation ist per Gesetzesauftrag um das leibliche und psychische Wohl der Schweizer Bevölkerung besorgt. Im Rahmen dieses Auftrages wird der Job-Stress-Index ab jetzt jedes Jahr erhoben und veröffentlicht – ähnlich dem jährlich publizierten Sorgenbarometer der Schweizer Bevölkerung. Zusätzlich stellt Gesundheitsförderung Schweiz das Befragungs-Tool unentgeltlich interessierten Arbeitgebern zur Verfügung, um den Stresspegel in der eigenen Unternehmung zu messen. «Der Index zeigt gut auf, was man jenseits von Fruchtkorb und Wasserspender für das Wohlbefinden der Mitarbeiter tun kann», erklärt Thomas Mattig, Direktor von Gesundheitsförderung Schweiz.

Doch der Adressat des Job-Stress-Indexes ist alles andere als dankbar für das Engagement der Gesundheitsförderung. «Ein jährlich publizierter Job-Stress-Index ist vielleicht öffentlichkeitswirksam, bringt den Unternehmen aber nichts», sagt Jürg Zellweger vom Arbeitgeberverband. Das Gegenteil sei der Fall: Man befördere damit eine «Wohlfühl-Hysterie» und könne bei Arbeitnehmern eine übertriebene Sensibilisierung auslösen. «Plötzlich fühlen sich alle gestresst», sagt Zellweger. Dabei sei schwer abgrenzbar, ob die Ursache für den Stress am Arbeitsplatz liege oder eher im Privatleben. «Hat der Mitarbeiter nicht viel geschlafen? Oder ist er stundenlang im Stau gestanden? Dann kann das möglicherweise auch die Situation am Arbeitsplatz stark beeinflussen», sagt Zellweger.

Doch private Effekte haben die Forscher berücksichtigt. Mit verschiedenen Fragestellungen haben sie erhoben, wie stark die Arbeitnehmer durch private Probleme auch am Arbeitsplatz belastet sind und wie sich dies auf die Produktivität auswirkte. «Wir konnten eine Reihe von privaten Einflussgrößen statistisch kontrollieren und werden das in kommenden Studien noch systematischer tun», sagt Elfering.