

Psychoscope-Blog - Arbeit und Gesundheit vor und während Covid-19 in der Schweiz

von Sibylle Galliker, 14.12.2023, Forschung, Psychoscope-Blog, Verband



Sibylle Galliker

Arbeits- und
Organisationspsychologin

Gesundheitsförderung Schweiz erfasst in Zusammenarbeit mit der Universität Bern und der ZHAW Winterthur seit fast zehn Jahren regelmässig die Arbeitsbedingungen und Gesundheitsindikatoren bei Schweizer Erwerbstätigen. Das Monitoring zum Job-Stress-Index (JSI) beschreibt das Verhältnis zwischen aufgabenbezogenen sowie sozialen Stressoren und -ressourcen am Arbeitsplatz. Der Job-Stress-index (JSI) beinhaltet Arbeitsbedingungen, die durch Arbeitsgestaltungsmassnahmen optimierbar sind: *Zeitdruck, aufgabenbezogene Unsicherheit, arbeitsorganisatorische Probleme, qualitative Überforderungen, sozialer Stress mit Vorgesetzten und Arbeitskolleg*innen, Handlungsspielraum, Ganzheitlichkeit der Aufgabe, unterstützendes Vorgesetztenverhalten und allgemeine Wertschätzung.*

Die Fragebogenerhebung im Februar 2020 erfolgte kurz vor dem Ausbruch der Covid-19-Pandemie, die das (Arbeits-)Leben weltweit veränderte. Die Teilnehmenden der JSI-Studie von 2020 wurden während der Covid-19-Pandemie 2021 erneut befragt. Mittels Längsschnittanalyse wurden die Veränderungen von Belastungen und Ressourcen sowie korrespondierende Veränderungen in Gesundheitsindikatoren wie der emotionale Erschöpfung, Depressivität, psychosomatischen Beschwerden oder Schlafproblemen sowie Arbeitszufriedenheit untersucht. Nun publiziert die Verfasserin dieses Blogs zusammen mit Ihren Kolleg*innen der Universität Bern Resultate im *Journal of occupational and environmental medicine*.

Die Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen (FSP) hat ihre Website Anfang 2024 neu aufgebaut. Die Psychoscope Forschungsblog-Beiträge sind seither dort nicht mehr verfügbar.

Die Mehrheit der Erwerbstätigen kam im ersten Pandemiejahr gut mit der Situation zurecht - Männer allerdings besser als Frauen

Die Daten von 1'553 Erwerbstätigen zeigten nach einem Jahr Covid-19-Pandemie, dass die Mehrheit der Teilnehmenden erstaunlich gut mit der Situation zurechtkam. Bzgl. der meisten Arbeitsbedingungen und Gesundheitsindikatoren wie auch der arbeitsbezogenen Einstellungen zeigte sich eine hohe Stabilität von 2020 zu 2021. Die Veränderungen, die berichtet wurden, waren klein und überwiegend positiv. Soweit negative Entwicklungen berichtet wurden, betrafen sie meist entweder bestimmte Gruppen (z. B. die jüngeren Altersgruppen, die Gastronomiebranche). Vor allem bei Männern zeigten sich im Durchschnitt leichte Verbesserungen. Der JSI, der JSI-Belastungsindex, die emotionale Erschöpfung sowie die psychosomatischen Beschwerden sanken bei den männlichen Erwerbstätigen signifikant stärker als bei den Frauen und die Arbeitszufriedenheit verbesserte sich bei Männern.

Nebst dem JSI untersuchte die Studie COVID-19-spezifischen Prädiktoren für Gesundheit und Arbeitszufriedenheit wie etwa pandemiebezogene Sorgen um den Arbeitsplatz und finanzielle Probleme oder neue Arbeitserfahrungen, die mit der vermehrten Homeoffice-Tätigkeit zusammenhängen wie das Gefühl sozial isoliert zu sein. Auch erhöhte Belastungen im Zusammenhang mit Informations- und Kommunikationstechnologien wurden berücksichtigt.

Wenn Verschlechterungen der Arbeitssituation und pandemiebedingte Belastungen zusammenkommen...

Sowohl der Job-Stress-Index wie auch die COVID-19-bezogenen Anforderungen zeigten konsistente negative Auswirkungen auf die Gesundheit, wobei der Effekt der COVID-19-bezogenen Anforderungen stärker war, wenn sich der Job-Stress-Index verschlechterte, als wenn er sich verbesserte. COVID-19-spezifische Anforderungen und somit auch spezifische Arbeitsbedingungen im Homeoffice können sich also in Abhängigkeit der im Job-Stress-Index erfassten Stressoren und Ressourcen unterschiedlich auf die Gesundheitsindikatoren auswirken und sollten nicht isoliert betrachtet werden.

Insgesamt zeigen unsere Daten eine bemerkenswerte Stabilität der Arbeitsbedingungen und der Gesundheitsindikatoren, was auf eine beeindruckende Widerstandsfähigkeit hindeutet. Diese Schlussfolgerung in Bezug auf die Gesamtstichprobe darf allerdings nicht die Probleme vernachlässigen, mit denen spezielle Bevölkerungsgruppen konfrontiert waren. Die Studie bestätigt bisherige Pandemieberichte über problematischere Entwicklungen für Frauen im Vergleich zu Männern.

Sowohl die Arbeitsbedingungen des Job-Stress-Index als auch die COVID-19-bezogenen Anforderungen sagten die Veränderung der Gesundheitsindikatoren eigenständig voraus, wenn beide in die Analyse eingingen. Zusätzlich fanden sich Wechselwirkungen, die zeigten, dass COVID-19-bezogene Sorgen und Anforderungen wie beispielsweise die Belastung durch eine

verstärkte Kinderbetreuung besonders dann einen schlechteren Gesundheitszustand vorhersagen, wenn sie mit einer Verschlechterung der Arbeitsbedingungen einhergehen.

Während die meisten Erwerbstätigen also - auch Dank eines erfolgreichen staatlichen Pandemiemanagements wie etwa die Einführung von Kurzarbeit - gut durch die Pandemie kamen oder gar von einer pandemiebedingten Entschleunigung und Flexibilisierung der Arbeit profitierten, ergaben sich für andere - darunter viele Arbeitnehmerinnen - multiple Mehrbelastungen, die auch mit Gesundheitseinbußen einhergingen.

Studie

Galliker, S., Igic, I., Semmer, N. K., & Elfering, A. (2024). Stress at Work and Well-being before and during the COVID-19 pandemic: A 1-Year Longitudinal Study in Switzerland. *Journal of occupational and environmental medicine*, 66(1), 56-70.