

Medienmitteilung

Erste Veröffentlichung des Job-Stress-Index

24.8% der Erwerbstätigen sind bei der Arbeit übermässig gestresst

Bern, 20. Oktober 2014. Mit über 4.9 Millionen Arbeitnehmenden ist mehr als die Hälfte der Schweizer Wohnbevölkerung erwerbstätig. Die Anforderungen am Arbeitsplatz steigen und werden nicht selten zu einer psychischen Belastung. In Zusammenarbeit mit der Universität Bern und der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften hat Gesundheitsförderung Schweiz eine wissenschaftliche Studie zu arbeitsbedingtem Stress in der Schweiz veröffentlicht. 24.8 % der Erwerbstätigen sind an ihrem Arbeitsplatz übermässig belastet.

Das Ziel der Studie „Job-Stress-Index 2014“ war es, drei Kennzahlen zu entwickeln, welche Stress am Arbeitsplatz sowie dessen monetäre Konsequenzen für die Wirtschaft beschreiben: den Job-Stress-Index, die Erschöpfungsrate und das ökonomische Potenzial von Verbesserungen im Job-Stress-Index. Die Ergebnisse der in diesem Jahr erstmals durchgeführten Erhebung zeigen ein aktuelles und repräsentatives Bild der Stresssituation und der Erschöpfungsrate bei Schweizer Erwerbstätigen. Darüber hinaus wird das ökonomische Potenzial von Verbesserungen der Arbeitsbedingungen in Bezug auf Stress aufgezeigt. Diese Kennzahlen werden von Gesundheitsförderung Schweiz künftig jährlich erhoben. Somit wird es neu möglich sein, die Entwicklung der Stressbelastung in der Schweiz regelmässig aufzuzeigen.

24.8 % der Erwerbstätigen sind bei der Arbeit übermässig gestresst

Die Erhebung zeigt, dass die Mehrheit der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer mit den Belastungen in ihrem beruflichen Alltag gut zurechtkommen. Bei 24.8 % der Erwerbstätigen zeigt der Job-Stress-Index an, dass an ihrem Arbeitsplatz verhältnismässig mehr Belastungen als Ressourcen vorhanden sind. Belastungen - auch Stressoren genannt - sind Merkmale, die mit erhöhter Wahrscheinlichkeit zu Stresszuständen führen. Dazu gehören beispielsweise Zeitdruck, Überforderung, Probleme mit Vorgesetzten und Kollegen. Ressourcen sind Entlastungsfaktoren wie Wertschätzung, Handlungsspielraum, Unterstützung durch Vorgesetzte. Als zweite Kennzahl wurde die Erschöpfungsrate erhoben: 24.0 % der Erwerbstätigen berichten von einer ziemlich bis sehr hohen und 16.1 % von einer leichten Erschöpfung.

Stress kostet die Arbeitgeber 5.6 Milliarden Franken

Das ökonomische Potenzial von Verbesserungen eines ungünstigen Job-Stress-Index wird auf 5.6 Milliarden Schweizer Franken pro Jahr geschätzt. Anders ausgedrückt: Investieren die Unternehmen vermehrt in ein betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) und hätten alle Erwerbstätigen ein günstiges Verhältnis von Ressourcen und Belastungen, könnten die Betriebe Mehrausgaben in der Höhe von über 5 Milliarden Franken einsparen. Etwa 75 % dieses Produktivitätsverlustes kommen gemäss der Studie durch eine verminderte Leistungsfähigkeit und zirka 25 % durch krankheitsbedingte Fehlzeiten zustande.

Betriebliches Gesundheitsmanagement – für beide Seiten ein Gewinn

Ein Grossteil aller Erwerbstätigen steht heute 40 Jahre und mehr im Arbeitsprozess. Zudem werden die Menschen im beruflichen Alltag immer älter. Deshalb hat das betriebliche Gesundheitsmanagement eine immer wichtigere Funktion in den Unternehmen. Die Autoren stellen in ihrem Bericht fest, dass eine Verbesserung des Job-Stress-Index mit einer Reduktion der Erschöpfung von Erwerbstätigen einher geht und dadurch gesundheitsbedingte Produktivitätsverluste vermindert werden können. Entsprechende Präventionsmassnahmen von Seiten der Arbeitgeber stärken die Gesundheit der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sowie die Wettbewerbsfähigkeit der Unternehmen. Denn gesunde und leistungsfähige Mitarbeitende sind mit mehr Elan an der Arbeit, haben weniger Absenzen und eine stärkere Bindung an den Arbeitgeber.

Unternehmen können Einfluss nehmen

Unternehmen können positiv auf die Gesundheit, Produktivität und Loyalität der Mitarbeitenden Einfluss nehmen. In enger Zusammenarbeit mit der Wirtschaft und der Wissenschaft entwickelt Gesundheitsförderung Schweiz Produkte und Dienstleistungen für das betriebliche Gesundheitsmanagement wie zum Beispiel das Stress-Barometer S-Tool. S-Tool wurde in Schweizer Betrieben bereits über 15'000 Mal eingesetzt. Führende Schweizer Unternehmen haben erkannt, dass sich mit der Umsetzung von Gesundheitsmanagement-Programmen Wettbewerbsvorteile generieren lassen. So arbeiten bereits rund 160'000 Erwerbstätige in Unternehmen, die mit dem Label Friendly Work Space ausgezeichnet sind.

Die Studie „Job-Stress-Index 2014“

In der repräsentativen Online-Umfrage wurden im Februar 2014 insgesamt 3'484 Erwerbstätige in der Schweiz aus den verschiedenen Altersgruppen, Regionen und Branchen befragt. Die Details zur Datenerhebung und Methode sind im Arbeitspapier „Job-Stress-Index 2014“ beschrieben.

Weitere Informationen zum Job-Stress-Index:

[Arbeitspapier zur Erhebung](#)

[Faktenblatt Job-Stress-Index](#)

[Infografik Job-Stress-Index](#)

[Informationsbroschüre Job-Stress-Index](#)

Informationen zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement:

www.s-tool.ch

www.friendlyworkspace.ch

www.bgm-check.ch

www.gesundheitsfoerderung.ch/psychische-gesundheit

www.gesundheitsfoerderung.ch/weiterbildung

www.stressnostress.ch

Für weitere Auskünfte oder Fragen steht Ihnen die Medienstelle von Gesundheitsförderung Schweiz per E-Mail medien@gesundheitsfoerderung.ch oder unter der Telefonnummer 031 350 04 04 zur Verfügung.

Gesundheitsförderung Schweiz

Gesundheitsförderung Schweiz ist eine Stiftung, die von Kantonen und Versicherern getragen wird. Mit gesetzlichem Auftrag initiiert, koordiniert und evaluiert sie Massnahmen zur Förderung der Gesundheit (Krankenversicherungsgesetz, Art. 19). Die Stiftung unterliegt der Kontrolle des Bundes. Oberstes Entscheidungsorgan ist der Stiftungsrat. Die Geschäftsstelle besteht aus Büros in Bern und Lausanne. Jede Person in der Schweiz leistet einen monatlichen Beitrag von 20 Rappen zugunsten von Gesundheitsförderung Schweiz, der von den Krankenversicherern eingezogen wird. www.gesundheitsfoerderung.ch