Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 91 (2020)
Heft: 10: Psyche : Belastungen und Ressourcen

Artikel: Studien und Hintergründe zum Thema Stress und psychische Gesundheit : wie fatal sind die Folgen von Stress in den Pflegeberufen?
Autor: Kirschner, Michael
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1032757

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 27.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Studien und Hintergründe zum Thema Stress und psychische Gesundheit

Wie fatal sind die Folgen von Stress in den Pflegeberufen?

Sind die Pflegeberufe stärker als andere von arbeitsbedingtem Stress betroffen? Ist die Gesundheit der Pflegekräfte in Gefahr? Es gibt zwar viele Studien und Zahlen. Je nach Auftraggeber und Methoden zeigt sich aber ein anderes Bild. Ein Überblick.

Von Michael Kirschner*

Die Definition ist einfach und einleuchtend: Sind die Belastungen höher als die Ressourcen, führt dies zu Stress. Doch wann empfindet wer ganz konkret Stress? Tatsächlich ist dies die Krux bei den vielen Stressstudien, die es gibt: Es spielt eine grosse Rolle wer, wen, wie, was und wann befragt.

Seit dem Jahr 2000 zeigen in der Schweiz sämtliche Studien hohe Stress- und Erschöpfungsraten: 20 bis 30 Prozent der befragten Arbeitnehmenden leiden unter Stress.

Im Jahr 2000 hat das Staatssekretariat für Wirtschaft Seco in der Studie «Kosten des Stresses in der Schweiz» erstmals ermittelt, dass der volkswirtschaftliche Schaden jährlich über 4 Milliarden Franken beträgt. Zehn Jahre später wurden die Kosten auf Basis der Seco-Studie «Stress bei Schweizer Erwerbstätigen» (2011) auf 10 Milliarden Franken geschätzt.

Stress hat auch mit einem neuen «psychosozialen Stressverständnis» zu tun.

Der Bund erhebt regelmässig Angaben zum Stress und zur Gesundheit von Erwerbstätigen. Zu nennen wären die «Schweizerische Gesundheitsbefragung» (alle 5 Jahre) und das «Schweizer Haushaltspanel» (jährlich) vom Bundesamt für Statistik oder europäische Umfragen mit Beteiligung der Schweiz (zum Beispiel EWCS, Share, Esener alle 5 Jahre). Bestimmte Interessengruppen führen eigene Stressstudien durch. Etwa der «Job-Stress-Index» von Gesundheitsförderung Schweiz (jährlich seit 2014) oder das «Barometer Gute Arbeit» der Gewerkschaft Travail.Suisse (jährlich seit 2015).

Auch diese Studien geben wichtige Hinweise zur Situation nach Branchen. Für die spezifische Situation der gut 400000 im Gesundheitswesen tätigen Personen und deren Berufsgruppen können die Studien allerdings keine Repräsentativität beanspruchen.

Stress und Stressfolgen bei Pflegekräften

Die Signale der verschiedenen Stressstudien sind widersprüchlich. Die Gewerkschaft Unia schreibt mit Verweis auf ihre Stressstudie (2020): «Die Pflegenden arbeiten am Limit, mit fatalen Folgen für ihre Gesundheit!». Zwei Unia-Umfragen bei 1200 beziehungsweise 500 Pflegenden im Langzeitbereich haben gezeigt: 70 Prozent stehen unter Stress. 86 Prozent fühlen sich müde und ausgebrannt. 72 Prozent haben körperliche Beschwerden. Zu hohe Belastung durch schwierige Arbeitsbedingungen und gesundheitliche Probleme infolge der Arbeitsbelastung werden als Hauptgründe genannt. Die Gewerkschaft hat Alarm geschlagen.

Andere Studien ergeben ein anderes Bild. Die Studie «Nurses at work» (2016), eine von der Fachhochschule Westschweiz initiierte Befragung von über 15000 Pflegekräften, hält fest: «88 Prozent der im Gesundheitsbereich tätigen Pflegefachpersonen sind mit ihrer gegenwärtigen Arbeitsstelle im Grossen und Ganzen zufrieden, obschon auch Probleme in Bezug auf

***Michael Kirschner** ist wissenschaftlicher Mitarbeiter im Fachbereich Menschen im Alter bei Curaviva Schweiz.

Pflegefachfrau und Bewohnerin beim Spazieren: Die Frage, ob Pflegeberufe wirklich so viel Stress und psychische Belastung mit sich bringen, wird in verschiedenen Studien widersprüchlich beantwortet. Foto: Adobe Stock

die Vereinbarkeit von Familie und Beruf, den Lohn, Erschöpfungsgefühle, die Arbeitsbelastung und das Mitspracherecht bei Entscheidungen genannt wurden.» Auch die zweifach durchgeführte «Shurp-Studie» (2013, 2020) der Universität Basel, eine Befragung von gut 5000 Pflege- und Betreuungskräften in Pflegeheimen, bestätigt aktuell: 84 Prozent des Personals sind mit der Arbeitsstelle insgesamt zufrieden. Wie lassen sich diese Widersprüche einordnen?

Die psychische Gesundheit gehört zu den grossen Herausforderungen des 21. Jahrhunderts.

Neues Stressverständnis

Im Buch «Der überforderte Mensch – Eine Wissensgeschichte vom Stress zum Burnout» (2012) zeigt der Historiker Patrick Kury, wie sich seit den 1970er Jahren ein neues «psychosoziales Stressverständnis» entwickelt hat: «Stress ist zum kulturellen Code geworden, mit dem grundsätzlich alle als belastend empfundenen Situationen in Arbeit und Alltag charakterisiert werden.» Seit den 1990er Jahren wird dieses neue Verständnis zunehmend auch bei internationalen Institutionen (zum Beispiel WHO, EU) übernommen, um Stressrisiken am Arbeitsplatz zu benennen: hohe Arbeitsanforderungen, hoher Zeitdruck, geringer Gestaltungsspielraum, Wertekonflikte, emotionale Beanspruchung, geringe soziale Unterstützung, Diskriminierung, Gewalt oder Arbeitsplatzangst. Nicht allein die Anforderungen im Umgang mit der «Überforderung», auch die Werte und Präferenzen in Bezug auf Arbeit und Gesundheit haben sich verändert.

Neues Gesundheitsverständnis

«Die Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen», heisst es in der WHO-Definition aus dem Jahr 1946. Als Antwort auf den Wandel in den Industrieländern forderte die WHO später in der «Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung» (1986) ein erweitertes Gesundheitsverständnis: «Die Art und Weise, wie eine Gesellschaft die Arbeit, die Arbeitsbedingungen und die Freizeit organisiert, sollte eine Quelle der Gesundheit und nicht der Krankheit sein.» Das sind die Maximen der «Gesundheitsgesellschaft» (Ilona Kickbusch), in der wir heute leben. Seit den 1990er Jahren zählt die WHO in ihren Strategiepapieren für das 21. Jahrhundert Stress und psychische Gesundheit zu den grossen Herausforderungen.

Auch in der Schweiz ist seit dem Jahr 2000 die psychische Gesundheit ein ständiges und gemeinsames Thema der Gesundheitspolitik von Bund und Kantonen.

Anzeige

>>

Diese neue Gewichtung der psychischen Gesundheit führt dazu, dass immer mehr Interessengruppen (Berufsverbände, Gewerkschaften, Gesundheitsorganisationen und andere) mit Studien, Kampagnen und Vorstössen den Druck auf Arbeitgeber und Politik erhöhen, um Massnahmen und staatliche Regulierungen zu fordern. Arbeitgeberverbände haben sich lange dagegen gewehrt, bei der psychischen Gesundheit mehr Verantwortung für die Arbeitnehmenden zu übernehmen. Der schwammige Begriff öffne Tür und Tor für unzählige und unübersichtliche Massnahmen. Der betriebliche Gesundheitsschutz sei ausreichend, Gesundheitsförderung aber Privatsache in Eigenverantwortung. Die Dauerthematisierung von Stress am Arbeitsplatz würde einzig dazu führen, dass der gefühlte, nicht der tatsächliche Stress zunehme.

Inzwischen allerdings setzt bei vielen Arbeitgebern ein Umdenken ein. Immer mehr setzen Massnahmen zur Stressprävention und zur Gesundheitsförderung um und lassen sich als gute Arbeitgeber zertifizieren. Die Frage freilich bleibt: Führt immer mehr Arbeitsstress zu immer mehr Erkrankungen?

Psychisch immer kränker?

«Menschen in der Schweiz sehen im Arbeitsstress die Hauptursache für die Entstehung von psychischen Krankheiten», meldet Gesundheitsförderung Schweiz mit Verweis auf die Studie «Wie geht's dir? Ein psychisches Stimmungsbild der Schweiz» (2018). Tatsächlich gebe es aber «keinen definitiven wissenschaftlichen Beleg für die Zunahme von psychischen Störungen», schreibt das Schweizerische Gesundheitsobservatorium (Obsan) im nationalen Monitoringbericht «Psychische Gesundheit in der Schweiz» (2016). Seit 2003 analysiert das Obsan im Auftrag von Bund und Kantonen alle Daten zur psychischen Gesundheit der Bevölkerung. «In der Öffentlichkeit und vor allem in den Medien herrscht die Meinung vor, psychische Störungen seien im Zunehmen begriffen.» Aber es fehlten wissenschaftliche Belege für die Aussage, dass die Zunahme von Arbeitsstress zu immer mehr psychischen Störungen bzw. Krankheiten führe (zum Beispiel Burnout, Depressionen).

Die Resultate von Stressumfragen hängen auch von Fragemethoden und Instrumenten ab.

Unbestritten ist freilich – und dies hat wohl zu einem verschobenen Bild in der Öffentlichkeit geführt –, dass die Anzahl der Diagnosen psychischer Störungen zugenommen hat. Zur Erklärungen werden mehrere Punkte aufgeführt: mehr international anerkannte psychische Krankheitsbilder (1952: 60; 2013: 312), die besserer Erkennung, zunehmendes Wissen, gestiegene gesellschaftliche Akzeptanz sowie eine grössere Bereitschaft, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Anders gesagt: Psychische Störungen fallen heute bei gleichbleibender Häufigkeit häufiger auf respektive werden seltener übersehen.

Pflegeberufe besonders gefährdet?

Woher kommt aber die weit verbreitete Überzeugung, dass insbesondere die Pflegekräfte von «einer höheren Burnoutrate am Arbeitsplatz» und «fatalen Folgen für ihre Gesundheit» betroffen sind? Die Antwort: Die Auswahl von Methoden und Instrumenten kann zu unterschiedlichen Resultaten führen. Zum Beispiel hat die Gewerkschaft Unia in ihren Befragungen zur Stress- und Erschöpfungsrate in der Langzeitpflege 18 bis 20 «geschlossene Fragen» gestellt. Die Antworten sind im Ja-Nein-Modus vorgegeben, um bei den Befragten eine Entscheidung herbeizuführen: «Stimmt», «Stimmt nicht», «Weiss nicht» (1. Befragung) oder «Nein», «eher Nein», «eher Ja», «Ja» (2. Befragung). Diese Fragetechnik findet vor allem im Marketing oder in der Meinungsforschung Anwendung. Andererseits basiert der «Job-Stress-Index» der Gesundheitsförderung Schweiz auf verschiedenen, wissenschaftlich fundierten und international eingeführten Fragebögen mit insgesamt 184 meist «offenen Fragen», die ein breites Spektrum an Antworten ermöglichen (zum Beispiel «sehr selten/nie», «eher selten», «gelegentlich», «eher oft», «sehr oft/ständig»).

Resultate der «Strain-Studie» werden gespannt erwartet

Obwohl die Unia-Studie Geltung für «die Pflegenden» beansprucht, weisst sie selbst auf ein Defizit hin. Denn «mehr als 60 Prozent der Befragten waren unter 30 Jahre alt und fast die Hälfte hatte weniger als sechs Jahre in der Pflege gearbeitet». Nicht erwähnt wird, dass nur 20 Prozent aller Pflegekräfte in den Heimen unter 30 Jahre, jedoch 25 Prozent 40 bis 50 und 38 Prozent über 50 Jahre alt sind (Obsan, 2016). Auf einen Vergleich der Methoden und Resultate mit anderen Studien etwa zur Situation von Pflegekräften verzichtet die Unia ganz. Dabei zeigen erste Schweizer Studien, dass es vor allem bei unterschiedlichen Qualifikationsniveaus teilweise sehr grosse Unterschiede gibt. Beispiele hierfür sind die «Shurp-Studie» (2013, 2020) oder Studien der Berner Fachhochschule zur Situation der Pflegehelfenden SRK in Heimen (2013, 2016).

Ob die Pflegekräfte im Vergleich zu anderen Gesundheitsberufen oder den Schweizer Erwerbstätigen allgemein mehr Stressbelastungen mit «fatalen Folgen für ihre Gesundheit» haben, kann aufgrund der vorliegenden Studien und Daten nicht wirklich beantwortet werden. Eine Studie der Universität Zürich, die den Forschungsstand zur «Gesundheit von Beschäftigten in Gesundheitsberufen» (2018) zusammenfasst, weist auf zwei wichtige Probleme hin.

Erstens: Für die Schweiz fehlt eine vergleichende Untersuchung der Arbeitsbelastungen und Gesundheitsprobleme in den verschiedenen Gesundheitsberufen. Bisherige Studien beschränkten sich auf einzelne Berufsgruppen (zum Beispiel Pflegekräfte) oder fokussieren nur auf bestimmte Themen (zum Beispiel Stress). Zweitens: Es «ist nicht restlos geklärt, welche und inwiefern Arbeitsbedingungen in der stationären wie ambulanten Gesundheitsversorgung wirklich belastend sind, sich ungünstig auf die Gesundheit des Personals auswirken, wie verbreitet ungünstige Arbeitsbedingungen und damit verbundene Gesundheitsprobleme in den Berufsgruppen sind».

Deshalb führt die «Strain-Studie» (2017–2020) der Berner Fachhochschule erstmals schweizweit eine Studie zum arbeitsbedingten Stress in den Gesundheitsberufen, also den Pflegeberufen, medizinisch-technisch-therapeutischen Berufen sowie der Ärzteschaft in Akutspitälern, Rehabilitationskliniken, psychiatrischen Kliniken, Spitex und Langzeitpflege durch. Auf die Resultate darf man gespannt sein. ●