

Arbeitsstress in helfenden Berufen: Analyse der Auswirkungen auf die psychische Beanspruchung und der Rolle von Religiosität

Management Summary

Univ.-Prof. Dr. Stefan Süß

Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf, Lehrstuhl für BWL, insb. Organisation und Personal, Universitätsstraße 1, D - 40225 Düsseldorf, E-Mail: Stefan.Suess@hhu.de

Dipl.-Kffr. Eva-Ellen Weiß

Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf, Lehrstuhl für BWL, insb. Organisation und Personal, Universitätsstraße 1, D - 40225 Düsseldorf, Tel.: 0211 81-10256, E-Mail: Eva-Ellen.Weiss@hhu.de

Ziel und Vorgehen der Befragung

Die in den letzten Jahren zunehmenden Arbeitsanforderungen und Arbeitsbelastungen haben zu vermehrtem Stressempfinden und daraus resultierender psychischer Beanspruchung für viele Arbeitnehmer/innen moderner westlicher Gesellschaften geführt. In der Folge leiden immer mehr Arbeitnehmer/innen an stressinduzierten Erkrankungen, wie z. B. Depressionen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Besonders betroffen von psychosozialen Arbeitsbelastungen sind Arbeitnehmer/innen in helfenden Berufen (z. B. ärztliche, pflegerische, pädagogische und therapeutische Berufe). Ihre Arbeit ist insbesondere durch hohe emotionale Anforderungen gekennzeichnet, die aus der sozialen Interaktion mit Patienten, Klienten, Schülern etc. resultieren.

Vor den Auswirkungen von Arbeitsstress auf die psychische Beanspruchung können u. a. persönliche Ressourcen schützen. Eine solche Ressource ist besonders für Arbeitnehmer/innen in helfenden Berufen relevant. Dies liegt daran, dass sich gerade religiöse Personen oftmals für helfende Berufe entscheiden. Jedoch liegen nur wenige Erkenntnisse zur Rolle von Religiosität in der Beziehung zwischen Arbeitsstress und psychischer Beanspruchung vor. Um herauszufinden, ob Religiosität die Wirkung von Arbeitsstress auf die psychische Beanspruchung mindern kann oder direkt in einem negativen Zusammenhang mit psychischer Beanspruchung steht, haben wir insgesamt 964 Arbeitnehmer/innen, davon 795 aus helfenden Berufen und 169 aus anderen Berufen als Vergleichsgruppe, befragt. In einem Online-Fragebogen wurden Fragen zu dem von ihnen empfundenen Arbeitsstress, der Stärke ihrer beruflichen Verausgabungsneigung, der Stärke ihrer Religiosität und dem Ausmaß ihrer psychischen Beanspruchung gestellt. Die Antworten wurden mithilfe statistischer Methoden ausgewertet.

Ergebnisse der Studie

a) Ausmaß des empfundenen Arbeitsstress

Das Ausmaß des empfundenen Arbeitsstress ist in unserer Stichprobe außergewöhnlich hoch und 78% der Teilnehmer/innen aus helfenden Berufen können als für stressinduzierte Erkrankungen besonders gefährdet angesehen werden. Der empfundene Arbeitsstress sowie der Anteil besonders gefährdeter Personen sind in der Vergleichsgruppe geringer ausgeprägt.

b) Ausmaß der erlebten psychischen Beanspruchung

Der durchschnittliche Wert der psychischen Beanspruchung liegt in einem moderaten Bereich, der für eine gute psychische Gesundheit der Teilnehmer/innen spricht.

c) Ausprägung der Religiosität

Die Ergebnisse zeigen, dass in unserer Stichprobe helfender Berufe 5,9% als hochreligiös, 32,6% als nicht religiös und 61,5% der Teilnehmer/innen als moderat religiös bezeichnet werden können. Die Verteilung auf die drei Kategorien ist bei der Vergleichsgruppe sehr ähnlich.

d) Führungsposition und psychische Beanspruchung

Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass Arbeitnehmer/innen in helfenden Berufen, die eine Führungsposition innehaben, weniger psychische Beanspruchung empfinden als Personen ohne Führungsposition. Obwohl mit einer Führungsposition zusätzliche Aufgaben und Verantwortlichkeiten einhergehen, hat sie offenbar positive Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden. Wir vermuten, dass dies daran liegt, dass eine Führungsposition mehr administrative Tätigkeiten und dafür weniger soziale Interaktionen beinhaltet und mit größeren Entscheidungs- und Handlungsspielräumen einhergeht.

e) Auswirkungen von Arbeitsstress und beruflicher Verausgabungsneigung auf die psychische Beanspruchung

Die Ergebnisse zeigen, dass sowohl Arbeitsstress als auch die berufliche Verausgabungsneigung (ein Verhaltensmuster, dass sich in einem Engagement für die Arbeit zeigt, das regelmäßig über die eigenen Kräfte hinaus geht) positiv mit der psychischen Beanspruchung zusammenhängen. Je höher also der Arbeitsstress oder die berufliche Verausgabungsneigung ausgeprägt sind, desto stärker ist auch die psychische Beanspruchung. Am stärksten ist die psychische Beanspruchung bei Personen ausgeprägt, die viel Arbeitsstress erleben und zugleich über eine starke berufliche Verausgabungsneigung verfügen.

f) Auswirkungen von Religiosität auf die psychische Beanspruchung

Anders als vermutet, zeigt Religiosität nur in einer ihrer fünf Dimensionen („öffentliche Praxis“) einen negativen Zusammenhang mit der psychischen Beanspruchung. Das bedeutet: Je häufiger Gottesdienste besucht werden, Engagement in der Gemeinde gezeigt wird etc., desto geringer ist das Ausmaß psychischer Beanspruchung. Dieser Zusammenhang zeigte sich jedoch nur für die Gruppe der helfenden Berufe, nicht für die Vergleichsgruppe. Wir vermuten, dass das soziale Element der „öffentlichen Praxis“ hauptverantwortlich für den negativen Zusammenhang mit der psychischen Beanspruchung ist, indem es soziale Rückendeckung bietet und dadurch das Zugehörigkeitsbedürfnis der Personen befriedigt.

g) Keine stressmildernde Wirkung von Religiosität

Wir hatten erwartet, dass Religiosität die Auswirkungen von Arbeitsstress abmildern kann. Konkret sind wir davon ausgegangen, dass Personen, die hohem Arbeitsstress ausgesetzt sind, aber gleichzeitig religiös sind, weniger psychische Beanspruchung erleben als Perso-

nen, die weniger religiös sind. Diese Vermutung können wir nicht bestätigen; ein solcher Zusammenhang zeigt sich in unserer Studie nicht.

h) Religiosität mindert die Auswirkungen der beruflichen Verausgabungsneigung

Die Ergebnisse zeigen, dass Personen, die eine leichte berufliche Verausgabungsneigung haben, von Religiosität profitieren können, indem sie weniger psychische Beanspruchung erleben als Personen, die weniger religiös sind. Allerdings gilt dies nicht für Personen mit einer besonders stark ausgeprägten beruflichen Verausgabungsneigung; in diesem Fall verstärkt eine intensive Religiosität die psychische Beanspruchung noch, während weniger religiöse Personen mit einer starken beruflichen Verausgabungsneigung weniger psychische Beanspruchung erleben.

Praxisimplikationen

Die Ergebnisse der Studie erlauben folgende Handlungsempfehlungen zur Senkung der psychischen Beanspruchung in helfenden Berufen:

- Da Arbeitsstress die psychische Beanspruchung erhöht, sollte der Fokus in der Prävention auf einer Erhöhung beruflicher Belohnungen (z. B. Gehalt, Anerkennung, Arbeitsplatzsicherheit) oder auf einer Senkung der beruflichen Verausgabungen (z. B. Arbeitsmenge, Zeitdruck, Arbeitsunterbrechungen) liegen, die gemeinsam das Stressempfinden bestimmen.
- Auch die berufliche Verausgabungsneigung bietet einen Ansatzpunkt zur Prävention psychischer Beanspruchung. Studien haben gezeigt, dass sich die berufliche Verausgabungsneigung durch Stress-Reduktions-Trainings senken lässt. Dies wäre gerade für die Berufsgruppe der helfenden Berufe eine empfehlenswerte Maßnahme.
- Da lediglich die Religiositätsdimension „öffentliche Praxis“ positive Auswirkungen zeigte, empfehlen wir Unternehmen, ihre

Mitarbeiter darin zu bestärken, in einer Art „öffentlichen Praxis“ aktiv zu werden. Es sollte Raum (im wörtlichen wie übertragenen Sinne) zur Verfügung gestellt werden, in dem sich interessierte, gleichgesinnte Mitarbeiter/innen treffen, austauschen und z. B. gemeinsam in sozialen und/oder religiösen Projekten engagieren können.

- Die Ergebnisse zu den positiven Wirkungen von Führungspositionen für die psychische Gesundheit lassen die Empfehlung zu, nach Möglichkeit den Arbeitnehmer/innen mehr Entscheidungs- und Handlungsspielraum zu gewähren. Darüber hinaus sind abwechslungsreiche Tätigkeiten zu schaffen, in denen sich sozialinteraktive mit administrativen Tätigkeiten häufiger abwechseln, um so einseitigen Belastungen vorzubeugen.