

## JOB-STRESS-INDEX

Seit 2014 werden im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz jährlich drei Kennwerte zum Stress in der Schweiz publiziert. Diese Job-Stress-Index genannten Werte zeigen den Anteil Personen, der in einer Befragung die arbeitsbezogenen Belastungen (Zeitdruck, Arbeitsorganisatorische Probleme, soziale Stressoren, Unsicherheit,...) stärker gewichtet als die von der Arbeit ausgehenden Ressourcen.

Gemäss der Stressdefinition von Zapf und Semmer ist Stress ein von Menschen wahrgenommenes Ungleichgewicht zwischen Belastungen oder Anforderungen an eine Person und deren Möglichkeiten (Ressourcen), darauf zu reagieren. Dieses Ungleichgewicht wird als unangenehm empfunden und kann das Wohlbefinden einschränken. Chronisch arbeitsbedingter Stress kann zu Krankheiten führen.

Betrachtet man den Verlauf der Kennzahlen über die Jahre lässt sich noch keine Entwicklung ablesen. Jedoch weisen die Zahlen auf eine relevante Belastungssituation hin.

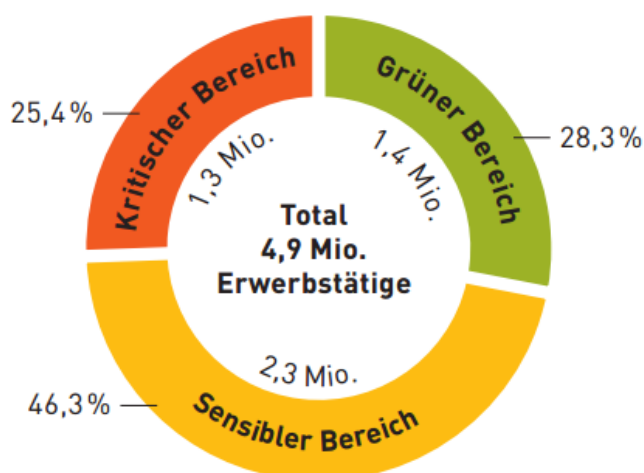
Jahr	Anteil gestresst	hohe Erschöpfung	leichte Erschöpfung	Kosten
2014	24.8%	24.0%	16.1%	5.6 Mrd.
2015	22.5%	22,6%	--	5 Mrd.
2016	25.4%	25.4%	13.6%	5.7 Mrd.

### Die Ergebnisse 2016

Die detaillierten Auswertungen aus 2016 differenzieren drei Stressbereiche:

- Kritischer Bereich: Belastungen grösser als Ressourcen
- Sensibler Bereich: Gleichgewicht von Belastungen und Ressourcen
- Grüner Bereich: Ressourcen grösser als Belastungen

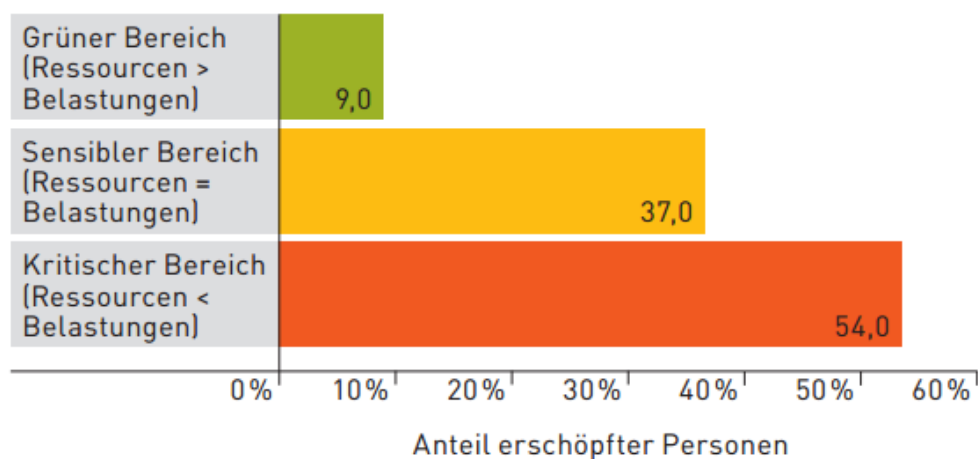
#### Job-Stress-Index bei Erwerbstätigen (Hochrechnung)



## Zusammenhang Stressbereich, Erschöpfung und Produktivitätsverluste

Wie erwartet konnte in der Studie auch gezeigt werden, dass ein klarer Zusammenhang zwischen der Stresssituation, Erschöpfung und der Produktivität der betroffenen Mitarbeitenden besteht:

### Zusammenhang Job-Stress-Index und Anteil Erschöpfte



### Zusammenhang Job-Stress-Index und Produktivitätsverluste

	Grüner Bereich	Sensibler Bereich	Kritischer Bereich	Alle
<b>Fehlzeiten [% Arbeitszeit]</b>	2.9%	2.9%	4.7%	3.4%
<b>Präsentismus [% Arbeitszeit]</b>	5.5%	9.4%	14.7%	9.6%

### Prävention lohnt sich

Massnahmen zur Reduktion der Stressbelastung lohnen sich für den Betrieb. Einerseits wird dadurch den Anforderungen des Arbeitsgesetzes betreffend der psychosozialen Risiken entsprochen und andererseits versprechen weniger gestresste Mitarbeitende eine höhere Produktivität. Gerne informieren wir Sie betreffend möglicher Massnahmen und helfen Ihnen diese auch umzusetzen.

### Weitere Informationen:

- [www.aeh.ch](http://www.aeh.ch)
- <https://gesundheitsfoerderung.ch>
- Faktenblatt 17 Gesundheitsförderung Schweiz

Quelle: Gesundheitsförderung Schweiz