

Pressemitteilung

Trotz Corona: Mehrbelastung der psychischen Gesundheit von Beschäftigten nicht stärker als vor der Pandemie

- **Trotz kurzfristig veränderter Arbeitsumstände bewertet die Mehrheit der 2.465 befragten Beschäftigten ihre psychische Gesundheit als gut**
- **Der Anteil der Beschäftigten, die vor der Corona-Pandemie ihre psychische Gesundheit als sehr schlecht eingestuft haben, ist seit April 2020 um 2,2% auf 7,1% gestiegen**
- **Den größten Einfluss auf die psychische Gesundheit von Beschäftigten hat es, wenn Beschäftigte mit den anspruchsvollen Bedürfnissen anderer Menschen umgehen müssen (bspw. im Kundenservice, in der Seelsorge, im Jugendamt)**

Berlin, 22.09.2020. DearEmployee, die Workplace Mental Health Plattform, hat mehr als 11.760 Beschäftigte zu ihrer psychischen Gesundheit im Zeitraum vom 01.01.2019 - 30.08.2020 befragt. Die Umfrage* konzentrierte sich dabei auf die Analyse eines bestimmten Wertes, dem der "emotionalen Erschöpfung", einem Symptom des Burnouts. Denn die Corona-Pandemie hat nachhaltig die Arbeitswelt vieler Beschäftigter verändert, die wirtschaftlichen Aussichten für dieses Jahr gedämpft und ein Gefühl der Unsicherheit hinterlassen. Im Allgemeinen wird deshalb vermutet, dass die psychische Gesundheit von Beschäftigten gelitten hat. Aber wie steht es wirklich um die psychische Belastung der Beschäftigten? Haben die veränderten Arbeitsbedingungen die Psyche mehr beansprucht?

Corona-Pandemie lässt den Anteil stark beanspruchter Beschäftigter ansteigen

Die Ergebnisse zeigen, dass sich die durchschnittliche psychische Gesundheit unter den aktuellen Arbeitsbedingungen nicht bedeutsam verändert hat. So bewerteten die Teilnehmenden ihre psychische Gesundheit vor Corona auf einer Skala von 1-10 (sehr gering - sehr hoch) im Durchschnitt mit 7.2 Punkten. Während der Corona-Welle (März - Juni 2020) sank die Bewertung nur leicht auf 7.1 Punkte. Das bedeutet, dass die Beschäftigten trotz veränderter Arbeitsumstände ihre psychische Gesundheit im Durchschnitt als hoch einstufen.

Befragt nach dem Ausmaß ihrer psychischen Beanspruchung zeigten sich dennoch negative Veränderungen bei den Beschäftigten: Vor der Corona-Welle haben 4.9% der Beschäftigten Angaben gemacht, die auf eine stark beeinträchtigte psychische Gesundheit hinwiesen. Seit dem Ende des Lockdowns ist der Anteil dieser gefährdeten Gruppe von Beschäftigten auf 7.1% angestiegen. Folglich bedeutet das, dass einer von 14 Erwerbstätigen stark gefährdet ist, der psychischen Belastung nicht mehr standzuhalten. Da es einigen Beschäftigten jedoch durch die veränderten Arbeitsbedingungen auch besser ging, hat sich die durchschnittliche Beanspruchung kaum geändert.

Zusätzliche 14% der Beschäftigten gaben eine unterdurchschnittliche psychische Gesundheit an – in der Summe ist also aktuell jeder 5. Beschäftigte (20.9%) psychisch stark belastet.

Positivere Bewertungen – Für die Klassiker unter den Belastungsfaktoren

Um zu verstehen, welche veränderten Arbeitsbedingungen die emotionale Gesundheit der Erwerbstätigen herausfordern, wurden die Beschäftigten vor und während der Corona-Welle gebeten

eine Vielzahl von Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz zu bewerten. Auf den ersten Blick überraschend ist, dass die größte, statistisch bedeutsame Veränderung auf den Faktor **Arbeitsumfeld**, d.h. die räumlichen Bedingungen wie Beleuchtung, Temperatur und Lautstärke fiel. Der Großteil der Beschäftigten bewertete diesen Faktor weit positiver als vor der Corona-Welle. Vermutlich, weil der Arbeitsplatz zuhause oder die Arbeitsumgebung im Büro nun individueller gestaltet werden konnten. Gleichzeitig war das eigene Zuhause während des Höhepunkts der wirtschaftlichen und öffentlichen Corona-Beschränkungen ein geschützter Rückzugsort, der vielen womöglich ein Gefühl der Sicherheit und Ruhe bot. Auch wenn nicht jeder einen gesonderten Arbeitsplatz in den eigenen Räumen nutzen konnte.

Der Belastungsfaktor **Digitalkompetenz** im Unternehmen wurde ebenfalls positiver bewertet als vor der Corona-Pandemie. Die Beschäftigten zeigten sich hier insbesondere über die Einführung neuer Technologien und digitaler Prozesse zufrieden. Die Wenigsten dürfte überraschen, dass der Faktor **Arbeiten ohne Unterbrechung** von der Mehrheit der Beschäftigten als besonders positiv bewertet wurde. Gilt dieser Faktor normalerweise als einer der häufigsten und stärksten Belastungsfaktoren für psychische Belastungen am Arbeitsplatz, so haben viele Beschäftigte während der Corona-Welle diesen Faktor als nicht so belastend empfunden wie zuvor. Das galt jedoch nicht für Beschäftigte, die Pflegebedürftige oder Kinder zuhause umsorgen mussten: Waren zuvor die Kollegen Hauptgrund für Unterbrechungen, so waren es nun Personen im häuslichen Umfeld.

Ähnlich fällt das Urteil der Beschäftigten zur Umsetzung der allgemeinen **Unternehmensstrategie** aus: Die Mehrheit ist in diesem Punkt zufriedener als vor der Corona-Pandemie und nannte als Grund insbesondere die getroffenen Entscheidungen zur Sicherung der Gesundheit der Beschäftigten und die Kommunikationsstrategie.

Subjektives Arbeitslosigkeitsrisiko hat zugenommen

Von den sechs Änderungen in Arbeitsbedingungen beurteilten die Beschäftigten nur zwei Arbeitsbedingungen deutlich schlechter als vor der Corona-Pandemie.

So bewertete der überwiegende Teil der Beschäftigten die Austauschmöglichkeiten am Arbeitsplatz deutlich schlechter als zuvor: Zwar wurde die digitale Organisation von Meetings, der schnelle Austausch per Telefon und E-Mail mehrheitlich als positiv benannt. Was den Beschäftigten jedoch fehlte, war die Gelegenheit zum informellen Gespräch.

Der Faktor **Arbeitsplatzsicherheit** wurde ebenso negativer von den Beschäftigten eingestuft als vor der Corona-Welle. Ein Ergebnis, welches angesichts der wirtschaftlichen Lage vieler Unternehmen wenig Erstaunen hervorrufen dürfte.

Die großen Stressoren: Emotionale Arbeitsinhalte und Arbeitsintensität

Den größten Einfluss auf die psychische Gesundheit während der Corona-Welle hatte es, wenn Beschäftigte im Job mit den anspruchsvollen Bedürfnissen anderer Menschen umgehen mussten (s. Abb., emotionale Arbeitsinhalte, sowie Kontakt mit Dritten). Wer beispielsweise mit ärgerlichen Kunden oder trauernden Menschen arbeitet, muss oft auch die eigenen Gefühle unterdrücken – das lastet auf der Seele. Ebenfalls sehr großen Einfluss hatte die hohe Arbeitsintensität, also zu viel Arbeit für einen zu kurzen Zeitraum – ein Klassiker unter den Stressoren unserer Tage. Beispielsweise durch die Verkürzung der Arbeitsstunden in der Kurzarbeit und die Umstrukturierung von Arbeitsprozessen sind hier zeitliche Engpässe sicher noch verschärft worden.

Hinzu kommt die Vielzahl an Arbeitsunterbrechungen, die an sich schon ein Stressempfinden verursacht. Hierbei muss bedacht werden, dass die Arbeitsunterbrechungen unter Corona zwar nachgelassen haben – bei denjenigen, bei denen sie auftraten jedoch als starker Stressor empfunden wurden.

Was tat den Beschäftigten gut in dieser Zeit? Persönliche Ressourcen, d.h. Arbeitsbedingungen, die sich positiv auf das psychische Befinden ausgewirkt haben, waren das Ausüben einer sinnhaften Tätigkeit und eine flexible Zeiteinteilung. Wer also das Gefühl hatte, dass seine Tätigkeit einen größeren Mehrwert hatte als nur den finanziellen Verdienst und wer sich seine Arbeitsstunden selber einteilen konnte, beurteilte seine psychische Gesundheit positiver.

Keinen bedeutsamen Einfluss auf die psychische Gesundheit hatte beispielsweise die verstärkte Erreichbarkeit auch außerhalb der Arbeitszeit. Dies kann dadurch erklärt werden, dass Beschäftigte sich stark darin unterscheiden, wie sie auf ständige Erreichbarkeit reagieren: manche sehen sie als Stressor, manche als selbstgewähltes Hilfsmittel, um beispielsweise den Spagat zwischen Kinderbetreuung und Arbeit flexibler handhaben zu können.

Fazit

Die Umfrage ergab, dass die psychische Gesundheit von Erwerbstätigen auch während der Corona-Welle im Durchschnitt stabil geblieben ist. Dennoch sollten Unternehmen der psychischen Gesundheit ihrer Beschäftigten Aufmerksamkeit schenken, da die Krise bei einigen von ihnen auch deutliche Spuren hinterlassen hat. Die Befragten gaben zudem ihren Unternehmen gute bis sehr gute Noten für den Umgang mit der Krise. Dieses sowie alle weiteren Ergebnisse der Umfrage müssen vor dem Hintergrund betrachtet werden, dass die befragten Beschäftigten in Unternehmen arbeiten, die für das Thema psychische Gesundheit sensibilisiert sind und in regelmäßigen Intervallen mit Hilfe von DearEmployee das emotionale Wohlbefinden messen. Es ist daher möglich, dass die Teilnehmenden dieser Umfrage über eine höhere psychische Gesundheit verfügen, als Beschäftigte in anderen Unternehmen.

***Datenbasis der Umfrage**

Für die Umfrage „Psychische Gesundheit in Zeiten von Corona“ wurden im Zeitraum vom 01.01.2019 - 30.08.2020 Antworten von insgesamt 11.760 Beschäftigten aus 102 deutschen Unternehmen ausgewertet. Für den Zeitraum vom 01.03.2020 - 30.08.2020, dem Zeitraum mit den stärksten Einschränkungen im öffentlichen und privaten Bereich, lagen Antworten von 2.465 Beschäftigten vor. Die Beschäftigten haben ihre psychische Gesundheit in Form einer anonymen Befragung selber eingeschätzt. Der Fokus dieser Auswertung liegt bei Branchen mit sogenannten nicht-systemrelevanten Tätigkeiten. Die Situation in system-relevanten Bereichen (z.B. Gesundheitssystem, Einzelhandel) ist nicht ohne Weiteres vergleichbar und erfordert eine gesonderte Auswertung. Die Ergebnisse dieser Studie sind nicht repräsentativ.

DearEmployee GmbH

DearEmployee ist die Workplace Mental Health Plattform. Das Corporate Health Start-Up unterstützt Arbeitgeber, gesunde und motivierende Arbeitsbedingungen für ihre Mitarbeiter zu schaffen, um psychische Krankheiten zu reduzieren und so die Produktivität der Beschäftigten zu steigern. Über die DearEmployee Plattform können Unternehmen wissenschaftlich, einfach und digital psychische Belastungen am Arbeitsplatz messen und Gesundheits- und Personalmaßnahmen buchen. Die Lösung erfüllt die gesetzlichen Anforderungen für die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen. DearEmployee ist insbesondere in der D-A-CH-Region vertreten und hat über 160 Kunden, darunter sind sowohl zahlreiche Großunternehmen als auch Mittelständler und Kleinstunternehmen. Darüber hinaus ist DearEmployee Partner u.a. der DEKRA und des TÜV Rheinlands.

Bildmaterial:

1. Psychische Gesundheit von Beschäftigten: Selbsteinschätzung der psychischen Gesundheit
2. Die 6 größten Veränderungen in Arbeitsbedingungen durch Corona
3. Zusammenhang zwischen Arbeitsbedingungen und psychischer Gesundheit

©DearEmployee

DearEmployee Kontakt

Dr. Amelie Wiedemann
Co-Founder & Wissenschaftliche Leitung
amelie.wiedemann@dearemployee.de
0162-2063900

DearEmployee Pressekontakt

Karolina Kowalik
presse@dearemployee.de
0176-61291321

