

Mentale Gesundheit bei der Arbeit

Erkenntnisse zu Arbeitsbedingungen, Wohlbefinden und Arbeitsfähigkeit



Mit der Studie zur Mentalen Gesundheit bei der Arbeit (S-MGA), die Wissenschaftler der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) durchführen, wird der Zusammenhang zwischen Arbeitsbedingungen und mentaler Gesundheit untersucht.

Forschung zu Arbeit und mentaler Gesundheit

Mentale Gesundheit umfasst:

- psychische Beeinträchtigungen und Störungen wie depressive Symptome
- positive Aspekte wie Arbeits- und Lebenszufriedenheit sowie Arbeitsengagement
- Arbeits- und Funktionsfähigkeit

Für die Forschung heißt das, mentale Gesundheit komplex zu erfassen. Dabei werden Messinstrumente eingesetzt, die depressive Störungen und Burnout, aber auch positive Merkmale psychischer Gesundheit erfassen.

Die Längsschnittstudie

Die S-MGA ist eine repräsentative Längsschnittstudie der deutschen Erwerbsbevölkerung. Zwischen November 2011 und Juni 2012 wurden 4.511 Beschäftigte im Alter von 31 bis 60 Jahren deutschlandweit befragt. Die Daten bilden die

sozialversicherungspflichtig Beschäftigten der Geburtskohorten 1951 bis 1980 ab. Zentrale Ergebnisse dieser Befragung:

- Die meisten berichten über emotionales Wohlbefinden. Dennoch leidet etwa jeder Zehnte unter Burnout-Symptomen. Außerdem klagen sieben bis neun Prozent über depressive Beschwerden.
- Psychische Beschwerden hängen mit ungünstigen Arbeitsbedingungen zusammen. Burnout tritt z. B. um 20 Prozentpunkte häufiger auf, wenn die Arbeitsanforderungen hoch sind.
- Erschöpfung und Niedergeschlagenheit gehen auch mit eingeschränkter Funktionsfähigkeit im Alltag einher.

Weitere Ergebnisse sind im BAuA-Bericht „Arbeit und Mentale Gesundheit“ zusammengefasst. Er ist abrufbar unter: www.baua.de/dok/8156542



Die aktuelle zweite Befragung

Von Februar bis Mai 2017 werden die Teilnehmer zum zweiten Mal befragt. Geschulte Interviewer erheben mit Fragebögen und in persönlichen Gesprächen:

- Erwerbsgeschichte
- Arbeits- und Beschäftigungsbedingungen
- Wohlbefinden und Zufriedenheit
- Burnout und depressive Symptome
- Arbeits- und Funktionsfähigkeit

Forschungsschwerpunkte der zweiten Befragung

Burnout und depressive Symptome

Die Forscher untersuchen, wie sich psychosoziale Arbeitsbedingungen langfristig auf die Entstehung von Burnout und Depressionen auswirken. Außerdem prüfen sie, ob Merkmale der Arbeit mit einem erhöhten Gesundheitsrisiko verbunden sind.

Wohlbefinden und Engagement

Es wird der Frage nachgegangen, wie sich psychosoziale Arbeitsbedingungen wie etwa kollegiale Unterstützung oder Führungsqualität auf Wohlbefinden und Arbeitsengagement auswirken. Die Wissenschaftler klären zudem, ob sich die Zusammenhänge zwischen Arbeitsbedingungen und Wohlbefinden für verschiedene Personengruppen unterscheiden.

Vorzeitiger Erwerbsausstieg

Die Daten werden auch zeigen, ob schlechte psychosoziale Arbeitsbedingungen zu einem vorzeitigen Ausstieg aus dem Erwerbsleben führen. Schließlich untersuchen die Forscher, wie mentale Gesundheit, Arbeitsfähigkeit und vorzeitiger Erwerbsausstieg zusammenhängen.

Der Nutzen der Studie

Die Ergebnisse der ersten und zweiten Befragung sind in vielerlei Hinsicht bedeutsam:

- Arbeitsmedizinische und arbeitspsychologische Fragen lassen sich beantworten, etwa die, ob schlechte Mitarbeiterführung langfristig ein Gesundheitsrisiko darstellt.
- Gesundheitsfördernde Arbeitsbedingungen werden erkannt. Daraus kann Wissen abgeleitet werden, was gute Arbeit ausmacht.
- Risikofaktoren für Burnout und depressive Symptome werden ermittelt. Außerdem Faktoren, die zum vorzeitigen Erwerbsausstieg führen.
- Referenzwerte zur Arbeits- und Funktionsfähigkeit können abgeleitet werden.
- Es gibt eine repräsentative Vergleichsgruppe für weitere Untersuchungen.
- Die Qualität von Erhebungsinstrumenten und Fragebögen kann geprüft werden.