

# Arbeitssituation, selbstschädigendes Verhalten und Befindlichkeit

Walter Weiss

Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme, Lausanne

## Einleitung

Arbeitswissenschaftliche Untersuchungen haben in den letzten Jahren mit zunehmender Deutlichkeit darauf hingewiesen, welche Bedeutung der beruflichen Situation und Erfahrung nicht nur im Hinblick auf die Gesundheit, sondern auf Einstellungen und Verhalten im weitesten Sinne zukommt (2). Hier sollen einige Befunde einer vom Nationalfonds finanzierten Studie (4) über Zusammenhänge zwischen Art und Bedingungen der beruflichen Tätigkeit und selbstschädigendem Verhalten (Konsum von Alkohol und Tabak) dargelegt werden. Es geht, um einem Missverständnis und Vorurteil vorzubeugen, nicht um Berufe, von deren Angehörigen traditionellerweise eine gewisse Trinkfestigkeit verlangt wird. Es geht vielmehr um die Frage, ob und inwiefern spezifische Arbeitsbedingungen mit einer Disposition zu der einen oder anderen Form selbstschädigenden Verhaltens einhergehen.

## Methode und Hypothesen

Man kann davon ausgehen, dass sich entsprechende Bedingungen in den unterschiedlichsten Berufen und an Arbeitsplätzen finden, die äusserlich kaum Gemeinsamkeiten aufweisen. Aus diesem Grunde wurde für die Datenerhebung eine Bevölkerungsstichprobe einer Industriestadt gezogen. Im folgenden beziehe ich mich auf die in persönlichen Interviews gemachten Angaben von 450 männlichen Befragten im Alter von 35 - 50 Jahren.

Für die Zwecke der vorliegenden Analyse wurde die Information über die Arbeitssituation durch kumulative Indices vom Typ der Likertskala zu drei umfassenden Kriterien zusammengefasst, die sich wie folgt definieren:

- 1) Anforderungsniveau der Tätigkeit vor allem im Sinne von Komplexität und Varietät der Arbeitsinhalte
- 2) Grad der mit der Arbeitsverrichtung verbundenen Belastungen, wie sie aus Performanzanforderungen (z.B. Präzision, Arbeitstempo) und Hygiene- sowie psychosozialen Faktoren resultieren.
- 3) "Coping"-Bedingungen (Voraussetzungen für die Bewältigung von belastenden und/oder spannungsinduzierenden Situationen) aufgrund des Grads an Kontrolle und Performanzflexibilität, sowie der Intensität sozialer Interaktion.

Wenn zutrifft, was verschiedene empirische Untersuchungen belegen, dass das Anforderungsniveau der Tätigkeit auf die Dauer u.a. die intellektuellen Fähigkeiten und die Handlungskompetenz ganz generell determiniert (1) und wenn sich aus dem Verhältnis von Belastungen, (äusseren) Coping-Bedingungen und individueller Handlungskompetenz das Ausmass an potentiell arbeitsbedingtem Stress bestimmt (3),

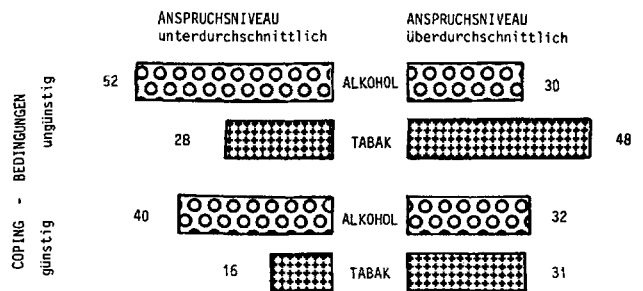
dann lässt sich in sehr globaler Weise die Hypothese formulieren: Je nach Arbeitssituation, wie sie mit den besagten drei Merkmalen umschrieben ist, variiert erstens die Arbeitszufriedenheit sowie die psychosomatische Befindlichkeit und in der Folge zweitens die Wahrscheinlichkeit, dass im Falle gestörter Erwartungs- bzw. negativer Befindlichkeitswerte gewohnheitsmässig psychotrope Substanzen zur Regulation des psychodynamischen Gleichgewichtes verwendet werden.

## Befunde

Die Ueberprüfung dieser Hypothese ergab, dass die arbeitsbedingten Belastungen nur geringfügig, Anforderungsniveau und Coping-Bedingungen hingegen signifikant mit Tabak- und Alkoholkonsum korrelieren. Und zwar ist, wie aus Darstellung 1 hervorgeht, durchwegs ein stärkerer Konsum von psychotropen Substanzen zu beobachten, wenn die Voraussetzungen des "copings" ungünstig sind, mithin eine erhöhte

## Darstellung 1

ALKOHOL- UND TABAKKONSUM IN ABHAENIGKEIT VON ANFORDERUNGSNIVEAU UND COPING-BEDINGUNGEN



Beschreibung der abhängigen Variablen s. Darstellung 2

Wahrscheinlichkeit besteht, dass die Arbeitsverrichtung mit Stress verbunden ist. Bei niveaumässig anspruchsvolleren Tätigkeiten wird Tabak gegenüber Alkohol bevorzugt, was mit der unterschiedlichen Auswirkung von Alkohol und Nikotin auf das Leistungspotential zu erklären sein wird. Bei geringem Anspruchsniveau kann hingegen je nach Art und Rahmenbedingungen der Arbeit von Alkohol und Tabak in substitutiver oder auch kumulativer Weise Gebrauch gemacht werden.

Was die Kriterien der Befindlichkeit und der Arbeitszufriedenheit betrifft, so erweisen sie sich als wesentlich determiniert durch die Interaktion von Anforderungsniveau, Belastungsgrad und Coping-Bedingungen. Dies lässt

sich mittels einer groben Typologie von Arbeitssituationen veranschaulichen. Verwendet man die drei erwähnten Kriterien in je dichotomer Ausprägung, so lassen sich insgesamt 8 verschiedene Typen oder Konfigurationen bilden. In 2 dieser 8 Fälle handelt es sich insofern um modale Arbeitssituationen, als je knapp ein Viertel der Probanden darunter fallen. Die eine Situation (A) ist gekennzeichnet durch überdurchschnittliches Niveau, durch hohe Belastungen und durch ungünstige Coping-Bedingungen, während die andere (B) gerade umgekehrte, komplementäre Merkmalsausprägungen aufweist.

Der oben erwähnten Hypothese gemäss ist anzunehmen, dass sich die Probanden je nach Arbeitssituation in ihrem Umgang mit Alkohol bzw. Tabak sowie in den Befindlichkeits- und Einstellungskriterien unterscheiden. Dies ist, wie Darstellung 2 zeigt, in bezug auf vier der fünf kontrollierten Kriterien auch der Fall: Unter schlechten Arbeitsbedingungen ist der Anteil starker Alkoholkonsumenten deutlich höher, treten psychosomatische Beschwerden etwas häufiger auf, ist das Gefühl subjektiver Machtlosigkeit bzw. eine apathische Lebenseinstellung fast dreimal so stark verbreitet und ist der Anteil derer, die mit ihrer beruflichen Tätigkeit relativ zufrieden sind nur knapp halb so gross wie unter guten Arbeitsbedingungen.

Die Bedeutung der einzelnen Komponenten bzw. Definitionsmerkmale der Arbeitssituation lässt sich verdeutlichen, wenn zum Vergleich zwei weitere, ebenfalls im Diagramm enthaltene Konstellationen (a und b) herangezogen werden; Konstellationen, die sich untereinander einzig im Anspruchsniveau der Tätigkeit unterscheiden, während in beiden Fällen hohe Belastungen bei günstigen Coping-Voraussetzungen vorliegen.

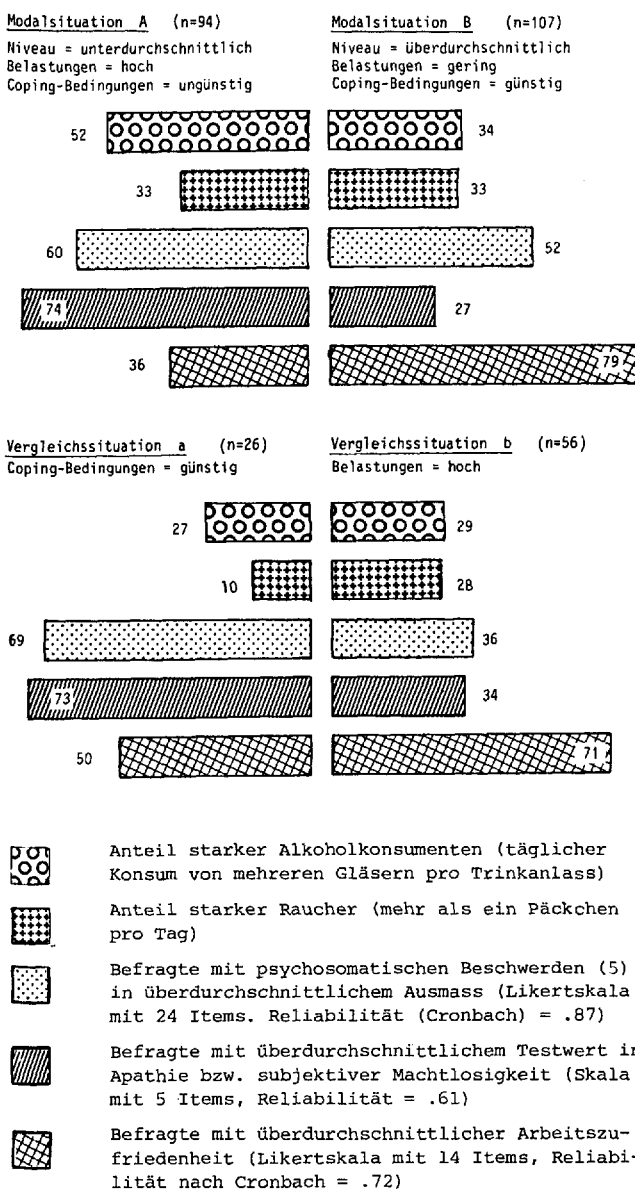
Gegenüber A stellt a insofern eine "Verbesserung" dar, als bei sonst gleichen Merkmalen die Coping-Bedingungen gut sind. Dies schlägt sich nieder in einer Abnahme des Anteils hoher Alkoholkonsumenten um die Hälfte und der starken Raucher um zwei Drittel. Ebenfalls nimmt die Arbeitszufriedenheit leicht zu. Hingegen bleibt die Apathiequote im gleichen, hohen Ausmass erhalten, und psychosomatische Symptome treten etwas häufiger auf.

Zwischen B und b ist die deutlichste Differenz bei den psychosomatischen Beschwerden, mithin der Befindlichkeit zu beobachten. Obwohl in b der Belastungsgrad im Vergleich zu B höher und somit eigentlich eine "Verschlechterung" der Situation eingetreten ist, liegen weniger Befindlichkeitsstörungen vor. Ein leichter Rückgang ist auch in der Quote starker Alkohol- und Tabakkonsumenten zu verzeichnen, während bezüglich subjektiver Machtlosigkeit und Arbeitszufriedenheit die Differenzen unerheblich sind.

Zieht man schliesslich noch den Vergleich zwischen a und b, so ergeben sich wiederum unübersehbare Unterschiede. Bei geringem (intellektuellen) Anspruchsniveau der Arbeit (a) beträgt zwar der Anteil starker Raucher nur etwa ein Drittel, hingegen sind psychosomatische Symptome und subjektive Machtlosigkeit doppelt so stark verbreitet wie bei der Vergleichsgruppe (b). Ferner ist auch der Grad der Arbeitszufriedenheit deutlich geringer als bei hohem Niveau. Im folgenden sind diese Befunde in der gebotenen Kürze zu interpretieren.

Darstellung 2

KONSUM VON PSYCHOTROPEN SUBSTANZEN, BEFINDLICHKEIT, APATHIE UND ARBEITZUFRIEDENHEIT BEI UNTERSCHIEDLICHER ARBEITSSITUATION\*



- Anteil starker Alkoholkonsumenten (tägliches Konsum von mehreren Gläsern pro Trinkanlass)
- Anteil starker Raucher (mehr als ein Päckchen pro Tag)
- Befragte mit psychosomatischen Beschwerden (5) in überdurchschnittlichem Ausmass (Likertskala mit 24 Items. Reliabilität (Cronbach) = .87)
- Befragte mit überdurchschnittlichem Testwert in Apathie bzw. subjektiver Machtlosigkeit (Skala mit 5 Items, Reliabilität = .61)
- Befragte mit überdurchschnittlicher Arbeitszufriedenheit (Likertskala mit 14 Items, Reliabilität nach Cronbach = .72)

\*) Für die Stärke der Assoziation zwischen der Arbeitssituation (8 Typen) und den abhängigen Variablen wurden die folgenden Koeffizienten errechnet: Alkohol: C = .26 (p = .018) Tabak: C = .26 (p = .300) Beschwerden: C = .17 (p = .059) Apathie: C = .34 (p = .000) Arbeitszufriedenheit: C = .33 (p = .000).

Da ein Zusammenhang besteht zwischen Berufszugehörigkeit und dem Trink- und Rauchverhalten (nicht aber den übrigen abhängigen Variablen), wurde kontrolliert, wie sich die nach 7 Berufsgruppen eingeteilten Befragten auf die acht Arbeitssituationen verteilen. Nach dieser Analyse beträgt der höchste Anteil einer Berufsgruppe 38% (Metallarbeiter mit Arbeitssituation "A"). Dieselbe Gruppe ist jedoch auch in der Situation "a" mit 31% vertreten. Somit kann ausgeschlossen werden, dass die im Diagramm dargestellten Zusammenhänge durch die Intervention der Variable "Beruf" gestört sind.

Konklusion

1. Der Konsum von Alkohol und Tabak dient der kurzfristigen Adaptation an die Erfordernisse der Arbeitssituation, insbesondere bei Tätigkeiten, die in der Tendenz monoton und repetitiv sind, als besonders belastend empfunden werden und wenn aufgrund geringer Kontrolle und Performanzflexibilität an der Situation selbst wenig oder nichts geändert werden kann. Diese Mittel der Anpassung sind hingegen weitgehend entbehrlich, wenn aufgrund guter Coping-Bedingungen eine andere Adaptationsstrategie infrage kommt.

2. Unabhängig vom Grad der Kontrolle und der Einflussnahme auf die Arbeitssituation (Coping-Bedingungen) sind Tätigkeiten von geringer Komplexität bzw. Varietät und dementsprechend hoher einseitiger Belastung im Modalfall mit einer deutlichen Beeinträchtigung der (subjektiven) Befindlichkeit verbunden. Das heisst: gehäuftes Auftreten psychosomatischer Beschwerden, geringe Arbeitszufriedenheit sowie Resignation bzw. Apathie bezüglich der Chance, an den allgemeinen Lebensumständen etwas ändern zu können. Dieser Sachverhalt belegt, worauf andere Untersuchungen schon hingewiesen haben, dass offenbar der individuellen Adaptationskapazität an bestimmte Tätigkeiten mit geringen Anforderungen und wenig Abwechslung Grenzen gesetzt sind. Auf die Dauer hat die Verrichtung solcher Arbeiten direkte negative Folgen für die persönliche und psychophysische Integrität der betroffenen Individuen.

3. Aus den beiden Befunden sind zwei Schlüsse zu ziehen: Was die Vulnerabilität für selbstschädigendes Verhalten und das damit verbundene Gesundheitsrisiko betrifft, so dürfte sich dieses durch geeignete Veränderungen von Arbeitsplatz und Arbeitsbedingungen reduzieren lassen. Hingegen ist hinsichtlich der wohl schwerer wiegenden, weil unmittelbaren Beeinträchtigung des psychischen und physischen Wohlbefindens festzustellen, dass deren Verhinderung substantielle Verbesserungen arbeits-intellektueller Art erfordert.

4. Begriff bzw. Verständnis des "selbstschädigenden Verhaltens" bedürfen der Korrektur: Wenn bis heute damit Gleichgültigkeit oder mindestens mangelndes Bewusstsein hinsichtlich der gesundheitlichen Risiken und Folgen insinuiert wird, so verweisen die erwähnten Befunde auf einen zu wenig beachteten Aspekt: Das Ausmass sogenannt selbstschädigenden Verhaltens ist mindestens auch ein Gradmesser dafür, für wie grosse Teile der erwerbstätigen Bevölkerung die Gesundheit aufgrund der Anforderungen und Notwendigkeiten des Arbeitsprozesses den Charakter eines Gebrauchs- bzw. Tauscherts (angenommen) hat.

Résumé

Situation de travail, comportement autodommageable et bien-être

L'auteur discute de quelques rapports entre la situation de travail - contenu du travail, degré de stress, conditions de maîtrise des problèmes liés au travail - et les variables suivantes: Satisfaction dans le travail, symptômes psychosomatiques rapportés par les sujets ainsi que consommation d'alcool et de tabac. L'analyse se base sur les données obtenues par l'interview de 450 hommes âgés de 35 à 50 ans.

Summary

Work situation, self-damageing behavior, and well-being

The author discusses some relationships between work situation (defined by contents, work load, and conditions of coping with stress) and the following variables: satisfaction with work, self-reported psychosomatic symptoms, alcohol consumption, and smoking. The analysis is based on interview data of 450 men aged 35 to 50.

Literatur

- (1) KOHN M.L./SCHOOLER C.: The reciprocal effects of substantive complexity of work and intellectual flexibility: a longitudinal assesment. American J. of Sociology 84, 25-51 (1978)
- (2) GARDELL B.: Arbeitsgestaltung, intrinsische Arbeitszufriedenheit und Gesundheit. In: Industrielle Psychopathologie, hrsg. von M. Freese et al., Huber, Bern (1978)
- (3) ORENDI B.: Stress in der Arbeit. Sozial- und Präventivmedizin 25, 359-364 (1980)
- (4) WEISS W.: Beruf, Arbeitssituation und exzessiver Konsum von Alkohol. SFA - Berichte der Forschungsabteilung, Nr. 6 Lausanne (1980)
- (5) ZERSEN D.v.: Die Beschwerden-Liste als Test. Therapiewoche 21,25,1908 (1971)

Adresse des Autors

Dr. rer. soc. Walter Weiss  
Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme  
Forschungsabteilung, Postfach 1063,  
CH-1001 Lausanne