

WORKSHOP III - Kurzbericht

„Unsere Kirchen sind im Wandel... Stressfaktoren und Gesundheit“ KRISTIN ROSSIER BURI

Stressfaktoren in der kirchlichen Arbeit gemäss Workshop-Teilnehmer-innen:

- Restrukturierungen – Veränderungen (Restructuration – Changement)
- Informatik (Informatique)
- Angst vor dem Arbeitsplatzverlust (Peur de perdre l'emploi)
- Veränderte Sichtweisen (Regard changé)
- Erwartungen – Realitäten (Attentes – Réalités)
- Qualitätsanspruch – wann ist ihm Genüge getan (Qualité de travail suffisant)
- Angreifbarkeit – Einsamkeit (Fragilisation – Solitude)
- Wenig sichtbarer Arbeitgeber (Employeur peu visible)
- Trauen (Deuil)
- Gleichgültigkeit der Bevölkerung (Indifférence de la population)
- Sinn (Sens)

Bericht über vergleichende Studie (Dissertation am Psychologischen Institut der Uni Lausanne) Stress bei professionellen Feuerwehrleuten und bei Pfarrer-innen und diakonischen Mitarbeiter-innen.

Guter Rücklauf: mehr als 50%, davon 34% Frauen (mehr als Frauenanteil)

Definition „Stress“ (subjektive Def.): Beziehung zwischen einer Person und ihrer Umwelt, die fordernd scheint (die Möglichkeiten übersteigend) (relation entre une personne et l'environnement qui semble être exigeant, surpassant les ressources)

Die Umfrage bestand aus ca. 60 Fragen. Generell kann gesagt werden, dass die kirchlichen Angestellten mehr unter Stress leiden, die Feuerwehrleute über bessere Mechanismen zur Stressbewältigung verfügen (konkretes Handeln), die Schwachpunkte und Stärken sich bei den beiden Gruppen mehrheitlich unterscheiden.

Folgende Punkte sind ausschlaggebend für das Mass an Stress:

Emotionale Stabilität (Stabilité émotionnelle)
Extrovertiertheit – Introvertiertheit (Extraversion – Introversion)
Persönliches Engagement, involviert Sein (Agrialité)
Offenheit (Ouverture)
Bewusstsein (Conscience)

Strategien gegen Stress :

Handeln (die Arbeit zur Stressüberwindung nutzen) (Action) → gute Stressbewältigung

Innerlich Verarbeiten durch nachdenken, etc. (Regulation émotionnelle) → erzeugt Schuldgefühle etc.

Ignorieren (Evitement)

In der Studie wird vermisst, dass die kirchlichen Angestellten die Spiritualität als Quelle für Stressbewältigung in keiner Weise nennen (als Antistressfaktor).

Punkte aus der abschliessenden Diskussion:

Die Unternehmenskultur an sich wurde in der Studie nicht berücksichtigt.

Grosse Autonomie ist positiv, kann zu Überforderung führen.

Vorschläge zur Stressbewältigung: einer Berufsvereinigung beitreten, sich zusammentun, gemeinsame Weiterbildung, Projektmanagement in Ausbildung einbeziehen, Autonomie erhalten, aber Kompetenzen und Erwartungen genau definieren, Gebet: das was nicht erreicht/geglückt ist während des Tages vor Gott bringen/Gott übergeben, Rückbesinnung auf den Glauben, die eigene Mission in der Realität und nicht im Idealen (Idealismus) leben.

Kurzbericht: Eva-Maria Fontana