



A+A Kongress, 24.10.2023

# Arbeitsbezogene psychische Belastungsfaktoren in der Schwangerschaft - mögliche Beanspruchungsfolgen

PD Dr. Dr. Stefanie Mache  
AG Psychische Gesundheit  
Zentralinstitut für Arbeitsmedizin und Maritime Medizin  
(ZfAM)

## Hintergrund



- Gestaltung der Arbeitsbedingungen für Schwangere im Fokus von Arbeits- und Gesundheitsschutz
- Werdende Mütter sind wichtige Fachkräfte: Teilhabe am Erwerbsleben ermöglichen
- Möglichkeitsraum für Wiederaufnahme der beruflichen Tätigkeit nach Geburt/ Elternzeit
- Analyse möglicher Belastungsfaktoren, z.B. durch Gefährdungsbeurteilung

# Zielsetzung und Fragestellungen

1. Welche arbeitsbezogenen psychischen Belastungsfaktoren können in der Schwangerschaft auftreten?
2. Welche möglichen Zusammenhänge bestehen zum Beanspruchungserleben für die werdende Mutter und das Kind?



# Überblick zum Forschungsstand



Bild: Freepik.com

## Methodenansatz

- Studienreview, wissenschaftliche Befragungen,
- Ausschuss für Mutterschutz, Arbeitskreis Psychische Belastung

Kategorisierung der psychischen Belastungsfaktoren  
nach GDA- Empfehlungen

## Arbeitsbezogene psychische Belastungsfaktoren



Arbeitszeit

Arbeitsabläufe

Handlungsspielraum



Soziale Beziehungen

Diskriminierung

Berufliche Perspektiven



Bilder: Freepik.com

# Arbeitsorganisation: Arbeitszeit

## Kritische Ausprägung und mögliche Auswirkungen



- Lange Arbeitszeiten und Nachtschichten: erhöhtes Risiko für hypertensive Schwangerschaftsstörungen (Landsbergis et al., 1996)
- Wechselnde Schichtsysteme, dauerhafte Nachtschichten und Überstunden können mit diversen Schwangerschaftsproblemen assoziiert sein (u.a. erhöhtes Risiko für Depression, Schlafstörungen) (Cai et al., 2019; Suzomori, 2020)
- Sowie erhöhtes Risiko für Fehlgeburten (Begtrup, 2019)
- Unzureichende Arbeitszeitflexibilität -> Konflikte zwischen Arbeitszeit und weiteren Lebensbereichen (Work-Family oder Family-Work-Conflict), (Karl, 2020)



Bilder: Freepik.com

# Arbeitsorganisation: Arbeitsablauf


## Mögliche kritische Ausprägungen...

- Zeitdruck/ hohe Arbeitsintensität,
- Häufige Störungen/Unterbrechungen,
- Hohe Taktbindung



Bilder: Freepik.com

## ... und mögliche Auswirkungen

- hohe Arbeitsintensität, geringer Einfluss, geringe Anerkennung etc. können das Risiko für u.a.  Müdigkeit, Erschöpfung, Schlafprobleme erhöhen (Australian Human Rights Commission, 2014),
- Exposition erhöht Risiko von Krankschreibungen im Vergleich zu nicht Exponierten (Petersen, 2021)

# Handlungsspielraum

## Einfluss auf:

- Arbeitsinhalt,
- Arbeitspensum,
- Arbeitsmethoden/-verfahren,
- Reihenfolge der Tätigkeiten

## Kritische Ausprägung und mögliche Auswirkungen

- geringer Handlungsspielraum sowie Konflikte zwischen Arbeitszeit und weiteren Lebensbereichen steht im Zusammenhang zu Schwangerschaftshypertonie

(Mutambudzi et al., 2011)





# Soziale Beziehungen: Kolleg:innen



## Kritische Ausprägung und mögliche Auswirkungen

- Diskriminierung, häufige Konflikte bzw. feindseliges Verhalten durch Kolleg:Innen (Kommentare, Eifersucht auf Zugeständnisse, Unverständnis etc.), fehlende soziale Unterstützung (Hackney 2021: 30-45% der Befragten)
- Zusammenhänge zum Anstieg des Stresserlebens in der Schwangerschaft
- Dieses Stresserleben kann im Zusammenhang zu depressiven Symptomen vor und nach der Geburt bei den Müttern, geringerem Geburtsgewicht, niedrigerem Gestationsalter stehen (Hackney, 2021)





## Soziale Beziehungen: Vorgesetzte

### Kritische Ausprägung und mögliche Auswirkungen

- fehlendes Feedback, fehlende Anerkennung für erbrachte Leistungen,
- fehlende Führung, fehlende Unterstützung im Bedarfsfall,
- Diskriminierung bzw. herabwürdigendes, feindseliges, aggressives Verhalten in der Schwangerschaft von Seiten einer Führungskraft (unangebrachte Kommentare, weniger Vertrauen in die Arbeitsleistung, "Sonderbehandlung" etc.)
- Erwartungshaltung und Druck, weiterhin leistungsfähig zu sein,
- Zusammenhang zum Anstieg des Stresserlebens in der Schwangerschaft,
- Zusammenhang zu depressiven Symptomen vor und nach der Geburt bei Müttern, geringerem Geburtsgewicht, niedrigerem Gestationsalter

(Lojewski, 2017; Hackney, 2021)

## Angst bzgl. beruflichen Zukunft

- Ende des Arbeitsverhältnisses (bei Befristung)
- Rückkehr zum Arbeitsplatz, Versetzung
- Neue/andere Aufgaben durch Schwangerschaft

### Kritische Ausprägung und Auswirkungen

- Karriereeinschränkungen durch Schwangerschaft und Elternzeit (Russell et al.: 48% der 2300 Teilnehmerinnen)
- Sorge vor Arbeitsplatzverlust oder Änderungen der Arbeitsvertrages (Rusell et al.: 15-28%, n=2300),
- Sorge über finanzielle Nachteile nach Rückkehr aus der Elternzeit (Rusell et al.: 35%, n=2300),
- Sorge vor Tätigkeitsverlust: Drängen zum Arbeitsplatzwechsel,
- KollegInnen übernehmen dauerhaft Tätigkeitsbereiche

(Kordsmeyer et al. 2018)



Bild: Freepik.com

## Zusammenfassung negative gesundheitsbezogene Beanspruchungsfolgen

- hohes Stresserleben der werdenden Mutter erhöht das Risiko für eine Fehlgeburt (Qu et al., 2017)
- Kritische Ausprägungen psychosozialer Arbeitsbedingungen stehen im Zusammenhang häufiger Frühgeburten (Biernacka et al., 2006)
- sowie Zusammenhang zu geringerem Geburtsgewicht des Kindes (Biernacka et al., 2006)
- Arbeitsbezogener Stress in der Schwangerschaft zeigt höheres Risiko, während der Schwangerschaft sowie sechs Monate nach der Geburt unter Depression und Ängsten zu leiden (Karl et al., 2020)

## Fazit

- gesundheitsförderlich gestaltete Arbeit erhöht nicht Risiken für Komplikationen in der Schwangerschaft (Teilhabe am Erwerbsleben protektiver Faktor)
- größere Studienlage vorliegend, die die Beanspruchung fokussieren (vorrangig Stresserleben) und die Folgen negativer Beanspruchung auf Schwangere
- unzureichend wissenschaftliche Erkenntnisse zum Themenfeld „Psychische Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz und gesundheitliche Beanspruchungsfolgen“
- es fehlen repräsentative Studien, die eine Kategorisierung der Art und Häufigkeiten beruflicher Belastungsfaktoren während der Schwangerschaft beleuchten



Bild: Freepik.com

## Fazit

- Gefährdungsbeurteilung spielt große Rolle: Grundlage und expliziter Fokus auf Anforderungen und möglichen Gefährdungen von Schwangeren
- Voraussetzung für die Ableitung und Entwicklung von Maßnahmen zur Gestaltung gesundheitsförderlicher Arbeitsbedingungen für werdende Mütter
- Maßnahmenempfehlung und Gestaltung von Unterstützungsangeboten eigenständiges (umfangreiches) Thema



Bild: Freepik.com

## Vielen Dank!

PD Dr. Stefanie Mache

Zentralinstitut für Arbeitsmedizin und Maritime Medizin (ZfAM)

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)

Seewarten Straße 10 | Haus 1 | 20459 Hamburg

Tel.: +49 40 428 37- 4313

E-Mail: s.mache@uke.de



Bild: tartila/Freepik

## Literatur

Landsbergis, P.A., Hatch, M.C. (1996). Psychosocial work stress and pregnancy induced hypertension, *Epidemiology*, Vol. 7, Issue 4, P. 346-351.

Mutambudzi et al. (2011). Effects of Psychosocial Characteristics of Work on Pregnancy Outcomes: A Critical Review. *Women & Health*

Cai et al. (2019). The impact of occupational shift work and working hours during pregnancy on health outcomes: a systematic review and meta-analysis. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, Volume 221, Issue 6.

Begtrup, L. M., Specht, I. O., Hammer, P. E. C., Flachs, E. M., Garde, A. H., Hansen, J., et al. (2019). Night work and miscarriage: a Danish nationwide register-based cohort study. *Occupational and environmental medicine*, 76(5), 302-308.

Suzumori, N., Ebara, T., Matsuki, T., Yamada, Y., Kato, S., Omori, T., et al. (2020). Effects of long working hours and shift work during pregnancy on obstetric and perinatal outcomes: A large prospective cohort study—Japan Environment and Children’s Study. *Birth*, 47(1), 67-79.

Russell, H., Watson, D. and Banks, J. (2011) *Pregnancy at Work: a National Survey*, HSE Crisis Pregnancy Programme and the Equality Authority, Dublin.



## Literatur

Kordsmeyer A.C, Mette J, Harth V, Mache S. (2022). Work stressors and coping strategies of expecting and employed women in Germany: A cross-sectional study. *Work*, 73(3):895-906.

Lojewski, J., Flothow A., V. Harth, S. Mache (2018). Employed and expecting in Germany: A qualitative investigation into pregnancy-related occupational stress and coping behavior. *Work*, 59 (2):183-199.

Hackney, K.J., Daniels, S. R., Paustian-Underdahl, S. C., Perrewé, P. L., Mandeville, A., & Eaton, A. A. (2021). Examining the effects of perceived pregnancy discrimination on mother and baby health. *Journal of Applied Psychology*, 106(5), 774

Lavaysse, L. M., & Probst, T. M. (2021). Pregnancy and workplace accidents: The impact of stereotype threat. *Work & Stress*, 35(1), 93-109.

Wang, Y., & Yang, M. (2019). Long commutes to work during pregnancy and infant health at birth. *Economics & Human Biology*, 35, 1-17.

## Literatur

Karl M, Schaber R, Kress V, Kopp M, Martini J, Weidner K, Garthus-Niegel S. Precarious working conditions and psychosocial work stress act as a risk factor for symptoms of postpartum depression during maternity leave: results from a longitudinal cohort study. BMC Public Health. 2020 Oct 6;20(1):1505.

Clayborne, Z. M., Colman, I., Kingsbury, M., Torvik, F. A., Gustavson, K., & Nilsen, W. (2021). Prenatal work stress is associated with prenatal and postnatal depression and anxiety: Findings from the Norwegian Mother, Father and Child Cohort Study (MoBa). Journal of Affective Disorders.

Witt et al. (2014). Measuring Stress Before and During Pregnancy A Review of Population-Based Studies of Obstetric Outcomes, Matern Child Health J.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3715581/pdf/nihms450763.pdf>

Fan Qu et al. (2017). The association between psychological stress and miscarriage: A systematic review and meta-analysis. Scientific Reports.

Biernacka et al. (2006). The effect of occupational and non-occupational psychosocial stress on the course of pregnancy and its outcome. Med Pr, 2006;57(3):281-90.