

Eine kurze Geschichte von stressnostress: 2000 – 2020

Im Jahr 2000 veröffentlicht das Staatssekretariat für Wirtschaft (seco) die Studie „Die Kosten des Stresses in der Schweiz“. Nach dieser Studie „kostet“ Stress Wirtschaft und Gesellschaft jährlich 4.2 Milliarden Franken, was auch bei den Arbeitgeberverbänden Reaktionen hervorruft: Das seco müsse zeigen, was man dagegen tun kann.

Daniel Habegger, Generalsekretär der Föderation Schweizer Psychologinnen und Psychologen (FSP), kontaktiert das seco und schlägt ein gemeinsames Programm zur Bekämpfung von Stress am Arbeitsplatz vor.

Am 14. Mai 2001 findet eine erste Sitzung zur Etablierung eines solchen Programms mit folgenden Personen statt: Daniel Habegger (FSP), Dr. Ruedi Knutti (seco), Prof. Ivars Udris (ETH Zürich), Prof. Brigitta Danuser (ETH Zürich), Prof. Norbert Semmer (Universität Bern).

Juli 2001 Ausschreibung im „Psychoscope“ der FSP: Projekt zur Bedürfnisabklärung für ein web-basiertes „Tool“ gegen Stress am Arbeitsplatz, das sich vorwiegend an KMU-Betriebe sowie Mitarbeitende richten soll. Vergabe des Auftrags für ein Vorprojekt an Dr. Shachi Shantinath (Universität Fribourg),

2002: Durchführung der Machbarkeitsstudie durch das Team von Frau Shantinath: Schriftliche Befragungen und Interviews von einigen Hundert Angestellten verschiedener Betriebe und von Führungskräften. Ergebnisse und Erkenntnisse: Grosses Interesse der Öffentlichkeit und der Betriebe am Thema Stress (Bewältigung und Prävention), Internet als geeigneter Informationskanal, eignet sich gut für KMU. Als Resultat der Studie wird die erste Website **stress-info.ch** entwickelt und aufgeschaltet.

Fachliche Leitung der Studie und des Vorprojekts durch die Steuerungsgruppe: Dr. Margaret Graf (seco), Dr. Ruedi Knutti (seco), Daniel Habegger (FSP), Prof. Brigitta Danuser (ETH Zürich, Präsidentin Schweiz. Gesellschaft für Arbeitsmedizin SGARM). Prof. Norbert Semmer (Universität Bern), Prof. Ivars Udris (ETH Zürich, Präsident Schweiz. Gesellschaft für Arbeits- und Organisationspsychologie SGAOP).

2003: Aufgrund der positiven Rückmeldungen und Erfahrungen des Vorprojekts und der Website wird von seco, FSP, SGARM sowie Schweizerische Unfallversicherungsgesellschaft Suva ein Mandat des Programms „Psychisch fit am Arbeitsplatz – Stress abbauen – Leistung fördern“ ausgeschrieben, mit der Auflage, eine komplett neue Website zu entwickeln. Nach Evaluierung der Offerten mehrerer Anbieter durch die Steuerungsgruppe wird dem Psychologen-Team Dr. Hans Bernhard, Josef Wermuth, Peter Müller-Bouquet der Auftrag erteilt. Die Finanzierung des Auftrags erfolgt durch Beiträge von je 30'000 Fr. von seco, FSP und Suva sowie 4'000 Fr. von SGARM.

28. Juni 2004: Gründung des Trägervereins, der die Arbeit des Teams und die Entwicklung der Website begleitet und steuert. Der Verein trägt den Namen der Website **stressnostress.ch**. Der erste Vorstand besteht aus Prof. Ivars Udris (Präsident), Margot Vanis (seco, Vizepräsidentin), Prof. Brigitta Danuser, Prof. Norbert Semmer, Tiziana Frassinetti (FSP). Ständiger Beobachter Dr. Ruedi Rügsegger (Suva).

Januar 2005: Als Ergebnis der Arbeit dieses Teams Aufschaltung der neuen Website **stressnostress.ch** – „Ein Programm zum Stressabbau und zur Stressprävention am Arbeitsplatz“ in Deutsch und Französisch.

Seit der Aufschaltung der Website jährliche Vereinbarungen zwischen stressnostress.ch und der Universität Bern zur wissenschaftlichen Begleitforschung und Beratung durch Dr. Wolfgang Kälin. Wissenschaftliche Evaluation der persönlichen Checkliste („Stress-Check für mich“) inkl. Anpassungen der Checkliste und regelmässige Auswertungen und Ergebnisberichte der Online-erfassten Daten. Anhand von Referenzstichproben Datenerhebungen der arbeitstätigen Schweizer Bevölkerung (d/f/i) für ein Online-Feedback der Checklisten-Ergebnisse. Ausserdem Erweiterung der persönlichen Checkliste auf die Gruppenebene („Gruppen-Stress-Check“) zur Erfassung des Stress-Levels von Teams.

2006 – 2009: mehrere Anpassungen und Verbesserungen der Website, inkl. italienische Version.

Verhandlungen mit der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) mit dem Ziel, diesen wichtigen Player neben seco und Suva „ins Boot“ zu holen. Diskussion über ein Geschäftsmodell von stressnostress.ch und langfristige Finanzierung der Website und des Vereins.

Juni 2009: Vereinbarung zwischen stressnostress.ch und seco, Suva und GFCH für 3 Jahre: Diese drei Institutionen sind finanzielle Träger und Eigentümer der Website und unterstützen Verein und Website mit je 10'000 Fr. jährlich. Auftrag an den Verein: Führung und Betreuung der Website und Etablierung einer professionellen Geschäftsstelle. Diese wird ab 1. Juli 2009 von Tiziana Frassinetti geleitet, die den Vorstand des Vereins unterstützt.

2012: Überarbeitung und Neugestaltung der Website durch die Firma dotpulse.ch, Webagentur für Online-Marketing & Webdesign Zürich.

2014: Relaunch der Website: moderneres Design, bessere Benutzerführung etc.

Oktober 2014: Neue Vereinbarung mit den drei Finanzträgern: bis Ende 2017 beteiligen sie sich – nach Gesuch des Vereins – mit je 12'000 Fr. an der Finanzierung. Der Vorstand des Vereins besteht jetzt aus den Vertreter*innen der Finanzgeber seco, Suva und GFCH sowie der Verbände SGAOP, SGARM und FSP sowie – neu als psychologischer Verband aus der Romandie – psy4work.ch.

1.1.2016: Neuer Geschäftsführer des Vereins wird Emmanuel Hofer, nachdem Tiziana Frassinetti das Amt niedergelegt hat.

2018: Die Website wird mit dem NoStress-Workshop für Teams oder Klein(st)unternehmen von 5-12 Personen ergänzt. Das Drehbuch dafür wurde mit erfahrenen Beraterinnen und Beratern von stressnostress.ch erarbeitet. Eine Schritt für Schritt Anleitung zeigt, wie es geht.

2018: Konflikthafte Diskussion mit den drei Finanzgebern über die Zukunft des Vereins und der Website. Unterschiedliche Vorstellungen über das Geschäftsmodell und die Finanzierung. Ergebnis: Die drei Finanzgeber ziehen sich per 31.12.2018 zurück, stellen die Finanzierung ein und kündigen die Zusammenarbeit mit dem Verein. Der Geschäftsführer Emmanuel Hofer kündigt analog den Vertrag mit dem Verein.

1.7.2018: Nach intensiven Diskussionen zum Thema „wie weiter?“ übernimmt die FSP - „back to the roots“ – die Geschäftsstelle des Vereins und sichert die vorläufige Finanzierung.

2018/2019: Nach formaler und inhaltlicher Evaluation der Website wird im Auftrag des Vereins durch die Firma Zeix – Agentur für User-Centered Design, Zürich ein völlig neues Design entwickelt, das u.a. „responsive“ ist. Inzwischen existiert die neue Website in den drei Landessprachen deutsch, französisch und italienisch.

2020: Als Konsequenz aus der Neuorganisation des Vereins und der Website beschliesst der Vorstand, den Verein per 31. Dezember 2020 aufzulösen und der Obhut der FSP zu übergeben. An der letzten Mitgliederversammlung am 28. September 2020 wird diesem Beschluss zugestimmt.

Damit ist der Verein stressnostress.ch als Organisationsform Geschichte. Die Website stressnostress.ch bzw. stressnostress.com als Instrument wird eine neue Zukunft haben.

Ivars Udris / Wolfgang Kälin, 1.10.2020