



Gesundheit

Wenn Arbeit zur Belastung wird

Immer mehr Arbeitnehmer sind in den vergangenen zehn Jahren psychisch erkrankt. Ursache ist der wachsende Stress im Berufsalltag. Ein aktives Gesundheitsmanagement kann vorbeugen.

Die Arbeitsbedingungen werden heutzutage immer härter: Die Mitarbeiter müssen schneller und flexibler sein und generell mehr leisten. Enge Termine, Berge von Arbeit und die Angst um den Job bestimmen den Berufsalltag. Durch die ständige Erreichbarkeit verschwimmen die Grenzen von Arbeit und Freizeit. Immer mehr Menschen geraten dadurch aus dem seelischen Gleichgewicht und erkranken psychisch.

Krankenkassen schlagen schon jetzt Alarm: Untersuchungen zufolge haben psychisch bedingte Ausfallzeiten in Deutschland massiv zu genommen – seit 1997 um mehr als 70 Prozent. Inzwischen sind Probleme wie seelische Erschöpfung, Angststörungen und Depressionen der vierthäufigste Grund für Krankschreibungen. Wer depressiv wird, fällt in der Regel länger aus, als jemand, der sich erkältet hat. Hinzu kommt, dass Menschen, die psychisch erschöpft sind, bereits lange vorher weniger leistungsfähig sind. Großstadtbewohner sind dabei am stärksten betroffen. Hamburg hält im Ländervergleich einen bedenklichen Rekord: mit einer Ausfallzeit von 2,5 Tagen pro Jahr fehlten die Arbeitnehmer 2006 in der Hansestadt doppelt so häufig wegen psychischer Probleme wie etwa in Sachsen-Anhalt oder Bayern.

„Auch wenn der Gang zur psychologischen Beratung heute leichter fällt, lassen sich die Betroffenen noch zu selten behandeln“, sagt Werner Fürstenberg, Inhaber des Fürstenberg Instituts. „Psychische Probleme werden nach wie vor schwerer akzeptiert als körperliche Erkrankungen.“ Ob jemand unter beruflichem Stress zusammenbricht, hängt von der Arbeitsbelastung, den persönlichen Voraussetzungen und sozialen Faktoren ab. Besonders gefährdet sind Büroberufe. Neben Rückenschmerzen leiden Büroangestellte insbesondere unter psychischem Stress durch Mobbing.

Psychische Störungen haben massive Auswirkungen auf den Berufsalltag der Beschäftigten. Vorzeitige Ermüdung, Konzentrationsstörungen und Leistungsschwankungen wirken sich auf die Qualität der Arbeit und auf das Betriebsklima aus. Qualifizierte und motivierte Mitarbeiter sind jedoch entscheidend für den Unternehmenserfolg. Betriebe können mit einem betrieblichen Gesundheitsmanagement viel bewirken. Wer die Gesundheit seiner Mitarbeiter fördert, die Arbeitsbedingungen optimiert und die Zufriedenheit der Mitarbeiter auf hohem Niveau hält, wird mittel- bis langfristig die Produktivität und Arbeitsqualität hoch und die Fehlzeitenquote niedrig halten. Wichtig dabei ist, dass sich Führungskräfte aktiv der Sache annehmen.

Dabei spielen innovative zukunftsorientierte Konzepte wie etwa externe Mitarbeiterberatungsprogramme (Employee Assistance Programs, EAP) eine immer wichtigere Rolle. Diese haben einen klaren Managementfokus und setzen gemäß der Gleichung „Wenn es den Mitarbeitern gut geht, dann geht es auch dem Unternehmen gut“ auf die Produktivitätssteigerung des Unternehmens und den persönlichen Erfolg von Mitarbeitern. Die Idee: Alle Beschäftigten können sich jederzeit kurzfristig, unbürokratisch, diskret und für die Ratsuchenden kostenlos an das EAP-Institut wenden und sich bei beruflichen sowie persönlichen, familiären und gesundheitlichen Fragestellungen beraten lassen.

Laut einer Umfrage der Elixia Health & Wellness Group sind 97 Prozent der Befragten bereit, im Job mehr zu leisten, wenn der Arbeitgeber etwas für ihre Gesundheit tut. Diese motivationssteigernde Wertschätzung kann für das Unternehmensimage Gold wert sein. Das Gefühl, dass sich das Unternehmen um das eigene Wohlbefinden sorgt, ist daher nicht zu unterschätzen. Wer Mitarbeiter allerdings nur als Kostenfaktor sieht, wird langfristig den Kürzeren ziehen.

Andrea Rebensburg
andrea.rebensburg@hk24.de
Telefon 36 13 8 274

hamburger wirtschaft, Ausgabe März 2008