

Arbeit macht krank?!

Leider wird in den Medien regelmäßig kolportiert, dass Arbeit krank macht. Egal um welche Krankheit es sich handelt - keine ist monokausal. Der Arbeitsplatz ist allerdings der Ort, an dem sich - auch psychische Erkrankungen - manifestieren. Diese sind ernst zu nehmen und fachgerecht zu behandeln, jedoch haben sie unterschiedlichste Ursachen persönlicher oder gesellschaftlicher Natur.

„Arbeit macht krank“ ist eine schlichtweg falsche Aussage. Ganz im Gegenteil: Regelmäßige Arbeit ist sinnstiftend und gesundheitsfördernd: Arbeit ist ein tagesstrukturierendes Element und positive Arbeitserfolge dienen als Quelle des Selbstwerts.

Die Arbeitszufriedenheit in Österreich ist sehr hoch

- Laut **European Working Conditions Survey** liegen die Österreicher unter 34 europäischen Ländern in der Arbeitszufriedenheit an fünfter Stelle. Nicht weniger als 90,8% der in Österreich befragten Beschäftigten gaben an, mit ihrer Haupttätigkeit sehr zufrieden oder zufrieden zu sein. Damit liegt Österreich u.a. weit vor Deutschland, Finnland oder Schweden.
- Nach einer Studie der EU-Kommission (Flash Eurobarometer 398 | Stand: April 2014) sind **neun von zehn Österreichern mit ihren Arbeitsbedingungen zufrieden**, nur jeder zehnte ist unzufrieden. Damit liegt **Österreich in der EU auf Platz 2** nach Dänemark mit einer Zufriedenheit von 94%. Der EU-Schnitt der Zufriedenheit liegt bei 77%.
- Eine europaweite online **Umfrage von Edenred-Ipsos** (Jänner 2015) bestätigt dies: In Österreich sind 55% aller befragten Arbeitnehmer mit ihrem Arbeitsumfeld „oft“ zufrieden, wobei der Europadurchschnitt bei 38% liegt. Österreich liegt damit europaweit an 2. Stelle.

„Anstieg psychischer Krankheiten“ differenziert betrachten

- Sowohl das Max-Planck-Institut für Psychiatrie als auch Richter und Berger stellen fest, dass sich aus der epidemiologischen Forschung keine Hinweise auf einen Anstieg psychischer Krankheiten ergeben. Auch die OECD geht davon aus, dass die Gründe für häufigere Diagnosen psychischer Krankheiten nicht in tatsächlich mehr Fällen liegen, sondern an verstärkter Diagnose dieser Krankheiten, ebenso wie am verstärkten Bewusstsein dafür bzw. die Abnahme des damit verbundenen Stigmas. Auch Leoni führt im Fehlzeitenreport 2015 an, dass der starke Aufwärtstrend bei Fehlzeiten aufgrund psychischer Krankheiten „zumindest teilweise auf eine Veränderung des Bewusstseins für und der diagnostischen Erfassung von psychisch bedingten Gesundheitsproblemen“ zurückgeht.
- Der Vergleich der Gesundheitsbefragungen 2006/2007 und 2014 zeigt sogar, dass sich das subjektive psychische Wohlbefinden der Befragten verbessert hat. Der Mittelwert für die Beurteilung der Lebensqualität im psychischen Bereich lag bei der Gesundheitsbefragung 2006/2007 bei 68,1. Umso höher der Wert, umso besser die Lebensqualität. 2014 betrug dieser Wert 75,8. Daraus wird deutlich, dass die Zufriedenheit im psychischen Bereich in Österreich sogar gestiegen ist!

Arbeitgeber nehmen ihre Verpflichtungen im Rahmen des Arbeitnehmerschutzes ernst

Die Fürsorgepflicht des Arbeitgebers geht in Österreich bereits sehr weit, auch psychische Risiken sind inzwischen zu evaluieren und möglichst abzustellen. Dass die Unternehmen den Arbeitnehmerschutz ernst nehmen, zeigt sich etwa daran, dass die Anzahl der Arbeitsunfälle trotz steigender Beschäftigung zwischen 1990 und 2015 von 177.000 auf 101.500 zurückgegangen ist.

Freizeit als zentraler Bestandteil des Lebens

Vollzeitbeschäftigte verbringen im Schnitt nur 10% ihres Lebens und nur 20% ihres Erwerbslebens am Arbeitsplatz. Die Gesundheit ist daher naturgemäß wesentlich vom Freizeitverhalten beeinflusst. Dies wirkt sich wiederum in Krankenständen am Arbeitsplatz aus.

Lösungsansätze aus Sicht der Wirtschaft

Förderung der Gesundheit im Betrieb

Die WKÖ hat zur maßgeschneiderten Unterstützung von Betrieben die sich mit der Gesundheit ihrer Mitarbeiter befassen wollen, die Initiative "proFITNESS - Gesunde Mitarbeiter, Gesundes Unternehmen" ins Leben gerufen. Unter www.profitnessaustria.at findet man unter "Marktplatz" zahlreiche Anbieter von Leistungen in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Entspannung für Unternehmer, Führungskraft oder Mitarbeiter. Als Anreiz werden auch Rabatte für diese Leistungen angeboten. Die Plattform bietet außerdem Quick-checks, Ansprechpartner und Förderungsmöglichkeiten für Unternehmen im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Eigenverantwortung

Jeder Mensch sollte sich in herausfordernden Situationen Hilfe holen. Dazu dienen einerseits Angebote der Externen Mitarbeiterberatung, die viele Unternehmen ihren Mitarbeitern zur Verfügung stellen. Der erste Ansprechpartner im Gesundheitssystem ist der Allgemeinmediziner, bei Verdacht auf Vorliegen einer psychischen Krankheit ist das Aufsuchen eines Facharztes für Psychiatrie bzw. eines Psychotherapeuten oder Psychologen zu empfehlen.

Prävention, Rehabilitation und vernünftiger Umgang mit Krankenständen

Im Einklang mit dem Institut für Höhere Studien fordert die Wirtschaft einen stärkeren Fokus auf frühe Erkennung psychischer Erkrankungen, ein integriertes Konzept von Akutbehandlung, arbeitsplatzbezogener Rehabilitation, sozialer Unterstützung und früher Reintegration in den Arbeitsprozess. Zur schrittweisen Reintegration in den Arbeitsmarkt bietet sich die Einführung von Modellen der Teilarbeitsfähigkeit an. Diese unterstützen bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz, sichern den Job und minimieren das Risiko invalid oder berufsunfähig zu werden.

Literaturhinweise:

- Helen Heinemann (Pädagogin mit psychotherapeutischer Ausbildung, Gründerin des Instituts für Burnout-Prävention in Hamburg), **Warum Burnout NICHT vom Job kommt**. Die wahren Ursachen der Volkskrankheit Nr. 1
- Dr. Martina Leibovici-Mühlberger (Ärztin und Psychotherapeutin), **Die Burnout-Lüge**
- WIFI Unternehmensservice der WKÖ, Informationsbroschüre [„Burn on statt Burn out“](#)

Autorin: Mag. Ulrike Klein,
Stand: Juni 2016