

ÜBERLASTUNG FÜHRT OFT ZU BURNOUT

Vier von zehn machen sich Sorgen um Kollegen/-innen

Fast jeder dritte Beschäftigte in Österreich kennt Fälle von Burnout im eigenen Betrieb und ebenfalls rund ein Drittel sieht sich zumindest leicht burnoutgefährdet.

Für knapp ein Drittel der Beschäftigten sind die Belastungen in der Arbeit zu hoch. Das trifft insbesondere auf Menschen mit maximal Pflichtschulabschluss zu: In dieser Gruppe gibt sogar fast die Hälfte der Beschäftigten an, unter zu hohen Arbeitsbelastungen zu leiden. Das erhöht natürlich den beruflichen Frust sowie die Gefahr, im Job auszubrennen.

Sechs Prozent im Krankenstand

Wegen eines Burnouts waren bisher „nur“ sechs Prozent der Arbeitnehmer/-innen im Krankenstand. Auch hier stechen Absolventen/-innen einer Pflichtschule im negativen Sinne heraus: Bei ihnen ist dieser Anteil doppelt so hoch. Zwischen

den Geschlechtern ist das Verhältnis ausgeglichen: Bei den Männern waren bisher sieben Prozent, bei den Frauen sechs Prozent wegen eines Burnouts im Krankenstand.

Ein Drittel ist gefährdet

Greifbarer wird die Problematik beim Blick auf die subjektive Einschätzung der Gefährdung, an einem Burnout zu erkranken: Ein Drittel der österreichischen Beschäftigten sieht sich im derzeitigen Job zumindest leicht burnoutgefährdet. Auch hier fällt auf, dass die subjektiv wahrgenommene Gefährdung bei Menschen mit maximal Pflichtschulabschluss deutlich höher ist.

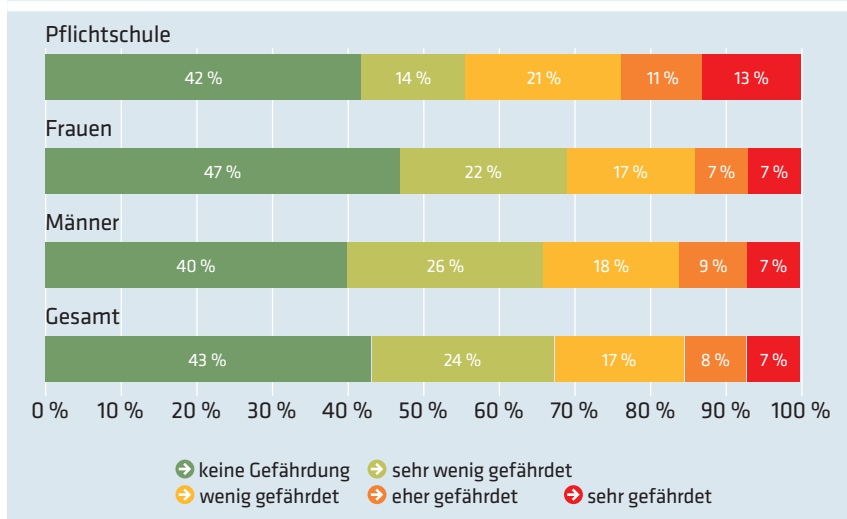
Aber auch die Wahrnehmung für hohe Arbeitsbelastungen im eigenen Betrieb ist längst in den Köpfen der Menschen angekommen. Fast vier von zehn Beschäftigten machen sich Sorgen um ihre Kollegen/-innen. Und fast ein Drittel gibt an, im eigenen Betrieb jemanden zu kennen, der bereits wegen eines Burnouts im Krankenstand war.

Burnout ist in den Betrieben zum Thema geworden

Bei sechs von zehn Beschäftigten ist Burnout (noch) kein Thema im Betrieb. Das heißt aber umgekehrt: Bei den übrigen vier von zehn ist es längst zum Thema geworden – und zwar viel mehr zwischen den Kollegen/-innen als bei den Führungskräften: Während in 38 Prozent der Betriebe die Beschäftigten über das Thema Burnout sprechen, so ist die Krankheit in nur 19 Prozent der Firmen ein Thema für die Unternehmensleitung.

Wenn aber tatsächlich jemand erkrankt, reagiert das berufliche Umfeld verständnisvoll: Drei Viertel glauben, dass ihre Kollegen/-innen Verständnis haben, wenn jemand an Burnout erkrankt. Bei Personen, die selbst schon Burnout gehabt haben, erwarten sich sechs von zehn das Verständnis der Kollegen/-innen. Dafür glauben diese Beschäftigten zu drei Viertel, dass die Führungskräfte verständnisvoll mit der Erkrankung umgehen. Unter allen Befragten sind es 69 Prozent.

SIND SIE AN IHREM DERZEITIGEN ARBEITSPLATZ BURNOUTGEFÄHRDET?



MEHR VORSORGE



KOMMENTAR
VON DR. JOHANN
KALLIAUER
Präsident der AK
Oberösterreich

Für viele Beschäftigte wird es zunehmend schwierig, die steigenden Anforderungen im Beruf mit dem Bedürfnis nach einem erfüllten Privat- und Familienleben in Einklang zu bringen und dabei auch noch den eigenen hohen Ansprüchen an die Qualität der Arbeit gerecht zu werden. Alles erscheint wichtig. Aber manchmal ist es einfach zu viel. Das belegt auch die steigende Zahl von Beschäftigten, die ausgebrannt sind und nicht mehr können. Die Stress-Vorbeugung im Betrieb wird daher immer wichtiger.

Darum erwarten wir uns mehr Engagement der Arbeitgeber bei der Vorsorge und auch beim späteren Wiedereinstieg. Das neue Wiedereingliederungsgesetz, das mit 1. Juli in Kraft tritt, wird einen sanften Neustart ermöglichen. Um Burnout zu verhindern, reicht es nicht, die psychischen Belastungen am Arbeitsplatz zu erheben. Die Arbeitgeber müssen die Ergebnisse der Evaluierung ernst nehmen und wirksame Maßnahmen gegen krankmachende Arbeitsbedingungen umsetzen. Denn eines ist klar: Arbeit darf nicht krank machen!

DATEN ONLINE

Aktuelle Ergebnisse und Hintergrundinformationen finden Sie unter ooc.arbeiterkammer.at/arbeitsklima. Dort steht nicht nur die umfangreiche Arbeitsklima-Datenbank für Auswertungen zur Verfügung, sondern es ist auch möglich, innerhalb weniger Minuten online den persönlichen Zufriedenheitsindex am Arbeitsplatz zu berechnen.

STRESS LÄSST NACH

Psychische Belastungen haben abgenommen

Immer weniger Beschäftigte empfinden in der Arbeit körperliche oder psychische Belastungen. Dennoch ist und bleibt Stress ein weit verbreitetes Phänomen.



Bauarbeiter zählen zu den Berufsgruppen mit dem höchsten Zeitdruck.

In den vergangenen zwanzig Jahren ist die Zahl der Beschäftigten, die unter keinen körperlichen oder psychischen Belastungen leiden, stark angestiegen. Hatten 1997 noch 17 Prozent keinerlei Zeitdruck, so sind es 2017 schon 38 Prozent. Im selben Zeitraum ist der Anteil von Personen, die keine seelisch belastende und aufreibende Arbeit haben, von 30 auf 60 Prozent gestiegen. Auch von technischen Veränderungen oder sich ändernden Arbeitsabläufen fühlen sich heute um jeweils 10 Prozent mehr Befragte gar nicht gestresst.

Männer empfinden mehr Zeitdruck

Diese positive langfristige Entwicklung darf nicht darüber hinwegtäuschen, dass Stress in der Arbeit ein weit verbreitetes Phänomen ist und vielfach ein Problem darstellt. Dass sich dennoch immer weniger Beschäftigte in ihrer Arbeit psychisch belastet fühlen, zeigt auch, dass sich die Belastungsgrenzen verschoben haben

und Stress heutzutage für viele schon zum normalen Arbeitsalltag gehört.

Gestresst fühlen sich Arbeitnehmer/-innen unter anderem von ihrer Arbeitsaufgabe an sich, von den Arbeitsbedingungen, von Zeitdruck und Arbeitsdruck. Ein knappes Viertel der Beschäftigten fühlt sich durch Zeitdruck belastet, etwa ein Sechstel durch ständigen Arbeitsdruck. Männer fühlen sich durch beide Belastungsformen etwas häufiger belastet als Frauen. Hilfsarbeiter/-innen empfinden den größten Zeit- bzw. Arbeitsdruck.

Textilarbeiterinnen haben den meisten Stress

Jeweils rund ein Zehntel aller Beschäftigten empfindet technische oder organisatorische Änderungen sowie wechselnde Arbeitsabläufe als stressig. Betrachtet man zeitlichen und organisatorischen Stress gemeinsam, so fallen einige Berufsgruppen mit besonders hoher Belastung auf: Textilarbeiterinnen, Pflegekräfte und Bauarbeiter.

ZUFRIEDENHEIT STEIGT

Der Arbeitsklima Index hat sich wieder spürbar erholt

Vor einem Jahr lag die Arbeitszufriedenheit noch auf einem historischen Tiefstand. Nun sehen die Beschäftigten wieder optimistischer in die Zukunft.

Noch vor einem Jahr lag der Arbeitsklima Index auf einem historischen Tiefstand von 105 Punkten. Die Beschäftigten waren damals pessimistisch in Bezug auf die wirtschaftliche Entwicklung und ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt, gleichzeitig stieg die Unzufriedenheit mit betrieblichen Rahmenbedingungen und zentralen Aspekten der Arbeit.

Plus in allen Teilindizes

Ein Jahr später hat sich der Index wieder erholt und liegt bei 108 Punkten. Betrachtet man die Daten im Detail, fällt auf, dass fast alle Aspekte der Arbeitszufriedenheit gestiegen sind, vor allem die Einschätzung der wirtschaftlichen Zukunft des Landes und des Betriebes, der Optimismus hinsichtlich der Karriere- und Aufstiegschancen sowie die Zufriedenheit mit den Vorgesetzten. Deutlich gestiegen ist zudem die Zufriedenheit mit den betrieblichen Sozialleistungen und mit dem Einkommen.

Junge wieder zufriedener

Gestiegen ist der Index in fast allen Beschäftigungsgruppen. Personen mit maximal Pflichtschulabschluss hatten zuletzt mit 95 Indexpunkten eine besorgniserregend niedrige Arbeitszufriedenheit. Innerhalb eines Jahres haben auch sie um drei Punkte zugelegt – mit nicht einmal 100 Indexpunkten liegt die Arbeitszufriedenheit aber immer noch deutlich unter jener von allen anderen Bildungsgruppen. Auch bei Akademikern/-innen geht es wieder bergauf. Sie waren eine jener Gruppen, die traditionell eine hohe Arbeitszufriedenheit hatten, deren Optimismus aber zuletzt merklich gesunken ist. Mit plus fünf Indexpunkten seit Frühjahr 2016 zählen Beschäftigte mit Universitätsabschluss nun aber wieder zu den zufriedensten Gruppen auf dem Arbeitsmarkt. Auch Junge unter 26 sind wieder zufriedener als vor einem Jahr.

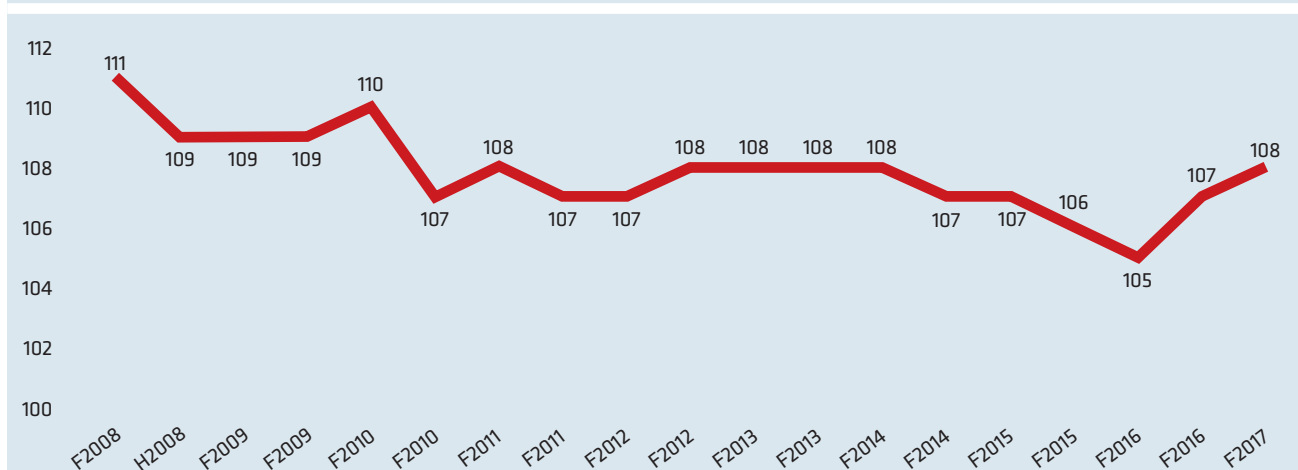
DER ARBEITSKLIMA INDEX

Die Sicht der Beschäftigten wird in wirtschafts- und sozialpolitischen Diskussionen viel zu wenig berücksichtigt. Auch, weil es vermeintlich zu wenig gesicherte Daten dazu gibt. Der Österreichische Arbeitsklima Index liefert seit knapp 20 Jahren diese Daten und ist so ein Maßstab für den wirtschaftlichen und sozialen Wandel aus Sicht der Arbeitnehmer/-innen. Er untersucht deren Einschätzung hinsichtlich Gesellschaft, Betrieb, Arbeit und Erwartungen. Der Arbeitsklima Index erfasst die subjektive Dimension und erweitert so das Wissen über wirtschaftliche Entwicklungen und ihre Folgen für die Gesellschaft.

Die Berechnung des Arbeitsklima Index beruht auf vierteljährlichen Umfragen unter österreichischen Arbeitnehmern/-innen. Die Stichprobe von rund 4000 Befragten pro Jahr ist repräsentativ, so dass daraus relevante Schlüsse für die Befindlichkeit aller Arbeitnehmer/-innen gezogen werden können. Der Arbeitsklima Index wird seit dem Frühjahr 1997 zweimal jährlich berechnet und veröffentlicht. Ergänzend gibt es Sonderauswertungen.

3

DIE ARBEITSZUFRIEDENHEIT STEIGT WIEDER



JOB UND PRIVATLEBEN GUT VEREINBAREN

Immer mehr Beschäftigte sind mit flexiblen Arbeitszeitregelungen konfrontiert, die nicht ihren Bedürfnissen entsprechen. Die Zufriedenheit mit der Arbeitszeitregelung lag bis 2007 noch bei jenseits der 80 Prozent, seitdem ist sie auf 73 Prozent gesunken. Mehr als ein Viertel der Beschäftigten in Österreich ist also mit der Arbeitszeitregelung mittel, wenig oder gar nicht zufrieden.

Die Zufriedenheit mit der Arbeitszeitregelung hängt stark vom privaten Umfeld ab und steht im direkten Zusammenhang mit der Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben. Beschäftigte, die mit ihrer Arbeitszeitregelung zufrieden sind, bezeichnen zu 91 Prozent auch die Vereinbarkeit von Berufs- und Privatleben als gut. Von jenen, die nicht mit ihrer Arbeitszeitregelung zufrieden sind, hat nur die Hälfte eine gute Work-Life-Balance.

Auch fremdbestimmte Arbeitszeiten beeinträchtigen die Vereinbarkeit von Berufs- und Privatleben: Während nur zwei Drittel der Beschäftigten mit unregelmäßigen Arbeitszeiten ihre Work-Life-Balance als gut bezeichnen, sagen 84 Prozent der Befragten mit fixen Arbeitszeiten, dass sie Job und Privatleben gut unter einen Hut bringen.

ARBEITSZEIT

Immer mehr Beschäftigte machen Überstunden

Wer mehr Stunden arbeitet als vertraglich vereinbart, ist häufiger durch Zeit- und Arbeitsdruck belastet und kann Job und Privatleben schlechter vereinbaren.

Im Jahr 2000 gaben 62 Prozent der Beschäftigten an, dass sie gelegentlich oder häufig Überstunden machen. Aktuell machen 52 Prozent gelegentlich und 17 Prozent häufig Überstunden. Vor allem Männer, öffentlich Bedienstete, leitende Angestellte sowie Facharbeiter/-innen müssen häufiger über die vereinbarte Arbeitszeit hinaus arbeiten. Nach Branchen stechen das Bauwesen, der Bereich Verkehr/Nachrichtenwesen sowie der Tourismus mit überlangen Arbeitszeiten hervor. Die nach wie vor bestehenden Ungleichheiten zwischen Männern und Frauen werden auch anhand der Arbeitszeitverteilung deutlich: Teilzeit ist weiblich, Überstunden sind männlich.

70 Prozent aller Beschäftigten, die häufig Überstunden machen, wünschen sich kürzere Arbeitszeiten. Bei jenen, die (fast) nie Überstunden machen, sind hingegen 79 Prozent zufrieden mit ihrer Arbeitszeit. Vollzeitbeschäftigte würden gerne weniger Stunden arbeiten, Teilzeitbeschäftigte, die häufig Überstunden machen, sogar noch mehr.

Die Freizeit unterbrechen

Wer häufig Überstunden macht, kann Job und Privatleben schwerer vereinbaren, ist häufiger durch Zeitdruck und Arbeitsdruck belastet. Auffällig ist auch, dass Berufsgruppen, die durch überlange Arbeitszeiten belastet sind, zusätzlich auch noch wegen beruflicher Verpflichtungen die Freizeit unterbrechen.

ZUFRIEDENHEIT MIT DEM AUSMASS DER ARBEITSZEIT

