

Ihre Gesprächspartner:

Dr. Johann Kalliauer

Dr. Reinhard Raml

Präsident der AK Oberösterreich

Geschäftsführer des Instituts für

Empirische Sozialforschung (IFES)

Der Österreichische Arbeitsgesundheitsmonitor

Der 12-Stunden-Tag verlängert
die Arbeitswoche und beschert
den Beschäftigten mehr Stress

Pressekonferenz am

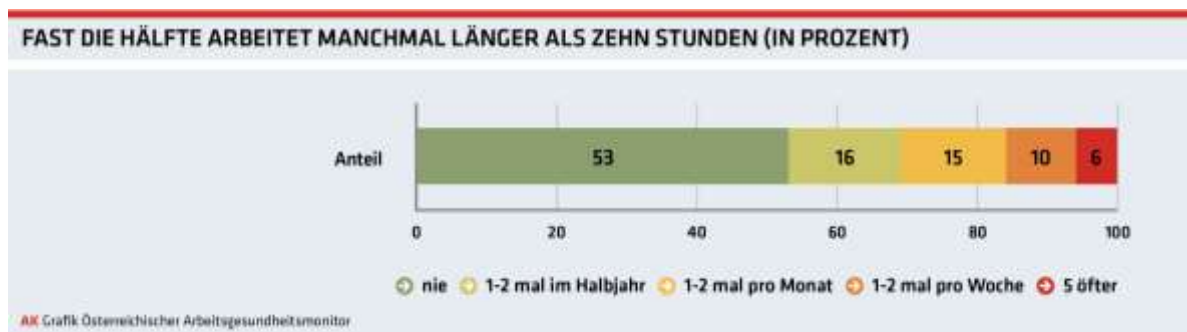
Mittwoch, 12. Dezember 2018, 9:30 Uhr

Presseclub Concordia, Wien

Überlange Arbeitszeiten führen zu Zeitstress

Fast die Hälfte der österreichischen Beschäftigten muss zumindest manchmal bis zu zwölf Stunden pro Tag arbeiten. Das verlängert ihre wöchentliche Arbeitszeit, erschwert die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben und verursacht vermehrten Zeitstress. Von der vielzitierten Vier-Tage-Woche kann keine Rede sein. Das zeigt eine aktuelle Auswertung des Arbeitsgesundheitsmonitors der AK Oberösterreich.

Im Vorjahr waren 3,733.200 Menschen in Österreich unselbständig erwerbstätig (Statistik Austria) – fast die Hälfte von ihnen, also rund 1,8 Millionen Menschen, musste schon bisher (zumindest manchmal) elf oder zwölf Stunden pro Tag arbeiten. Jede/r Sechste schiebt zumindest einmal pro Woche eine 11- oder 12-Stunden-Schicht.



In der Pflege, im Transport und am Bau wird am längsten gearbeitet

Während 57 Prozent der Männer sagen, bereits von Zeit zu Zeit mehr als zehn Stunden zu arbeiten, sind es bei den Frauen „nur“ 36 Prozent. Das liegt einerseits an der hohen Teilzeitquote der Frauen, andererseits sind Männer verstärkt in den Branchen und Berufen mit überlangen Arbeitstagen beschäftigt.

In den Berufsgruppen der Bauarbeiter, Maurer, Tischler, Dachdecker und Fliesenleger arbeiten sieben von zehn zumindest gelegentlich elf oder zwölf Stunden, fast ein Drittel sogar jede Woche. Besonders häufig gibt es überlange Arbeitstage auch in der Pflege und im Transportwesen.

In klassischen Bürojobs wie Sekretär/-in oder Sachbearbeiter/-in sind Arbeitstage mit mehr als zehn Stunden eher die Ausnahme: Nur jede/r Dritte sagt, dass das schon einmal vorgekommen ist.

Arbeiter sind also deutlich häufiger vom 12-Stunden-Tag betroffen als Angestellte. Überlange Arbeitszeiten werden nicht im Büro erbracht, sondern auf der Baustelle oder im Lkw – also in jenen Berufen, die körperlich ganz besonders fordernd sind und oftmals schlechte Arbeitsbedingungen haben.

Keine Spur von der 4-Tage-Woche

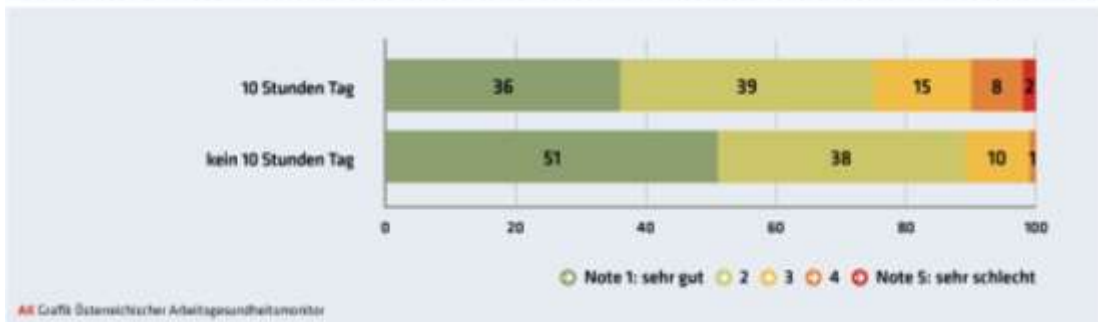
Ein wesentliches Argument der Bundesregierung für den 12-Stunden-Tag wird von den Daten des Arbeitsgesundheitsmonitors eindeutig entkräftet: Wer länger als zehn Stunden am Tag arbeitet, schafft es nicht, die Arbeitszeit auf weniger Wochentage zu verteilen – sondern arbeitet Woche für Woche mehr und länger. Der 12-Stunden-Tag dient dazu, noch mehr Arbeit zu erledigen, anstatt sich die Zeit besser einteilen zu können.

Je öfter jemand mehr als zehn Stunden arbeitet, desto länger ist seine/ihre wöchentliche Arbeitszeit. Jene, die jede Woche zumindest einen überlangen Tag machen, arbeiten durchschnittlich 47,6 Wochenstunden. Wer noch öfter mehr als zehn Stunden arbeitet, kommt sogar auf eine Wochenarbeitszeit von 51,6 Stunden.

1-2-mal im Halbjahr mehr als 10 Stunden pro Tag	41,5 Stunden pro Woche
1-2-mal pro Monat	43,6
1-2 mal pro Woche	47,6
öfter	51,6
gesetzliche Normalarbeitszeit	40,0

Dementsprechend schwierig ist die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben: Nur ein Drittel der Beschäftigten, die zumindest gelegentlich mehr als zehn Stunden arbeiten müssen, sind mit ihrer work-life-balance zufrieden. Bei den Beschäftigten mit „normalen“ Arbeitstagen sind hingegen mehr als die Hälfte sehr zufrieden.

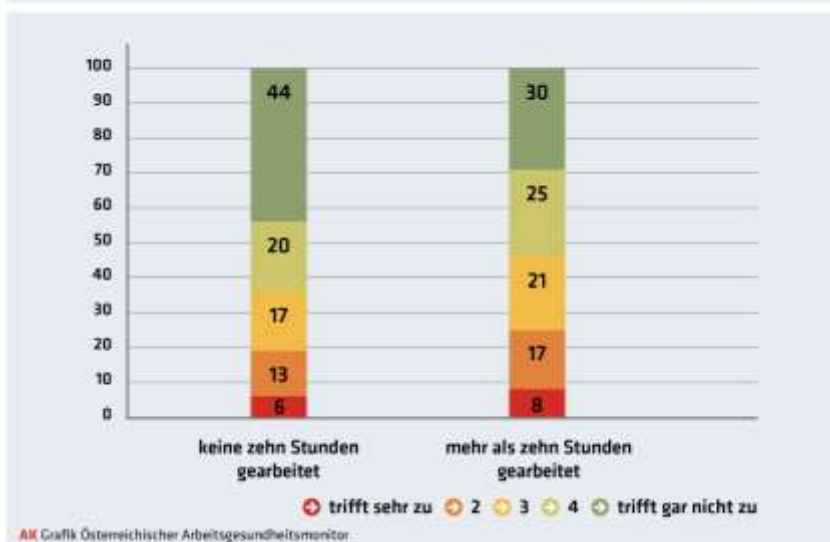
ÜBERLANGE ARBEITSZEITEN ERSCHWEREN DIE VEREINBARKEIT VON BERUF UND PRIVATLEBEN (IN PROZENT)



Durch überlange Arbeitszeiten gesundheitlich belastet

Wer überlange Arbeitszeiten hat, fühlt sich eher matt und erschöpft, hat Probleme beim Schlafen und Muskelverspannungen in Schulter und Nacken. Die Hälfte der Menschen fühlt sich durch überlange Arbeitszeiten gesundheitlich belastet. Das Gefühl, am Ende des Tages verbraucht zu sein, ist stärker verbreitet.

AM ENDE EINES ARBEITSTAGES FÜHLE ICH MICH VERBRAUCHT (IN PROZENT)



Je öfter Beschäftigte überlange Arbeitszeiten haben, desto mehr leiden sie unter Zeitstress. Während zwei Drittel der Beschäftigten mit „normalen“ Arbeitstagen keinen Zeitstress haben, sind es bei jenen mit regelmäßigen 11- oder 12-Stunden-Tagen nur 40 Prozent. Heißt umgekehrt: Sechs von zehn Beschäftigten mit überlangen Arbeitstagen haben Zeitstress.

Am meisten Zeitstress gibt es in folgenden Berufen:

Kassierer/-in	62 Prozent
Pflegeberufe (medizinische Betreuung)	61 Prozent
Textilarbeiter/-innen	60 Prozent
Transportwesen	59 Prozent
Regalbetreuer/-innen	59 Prozent

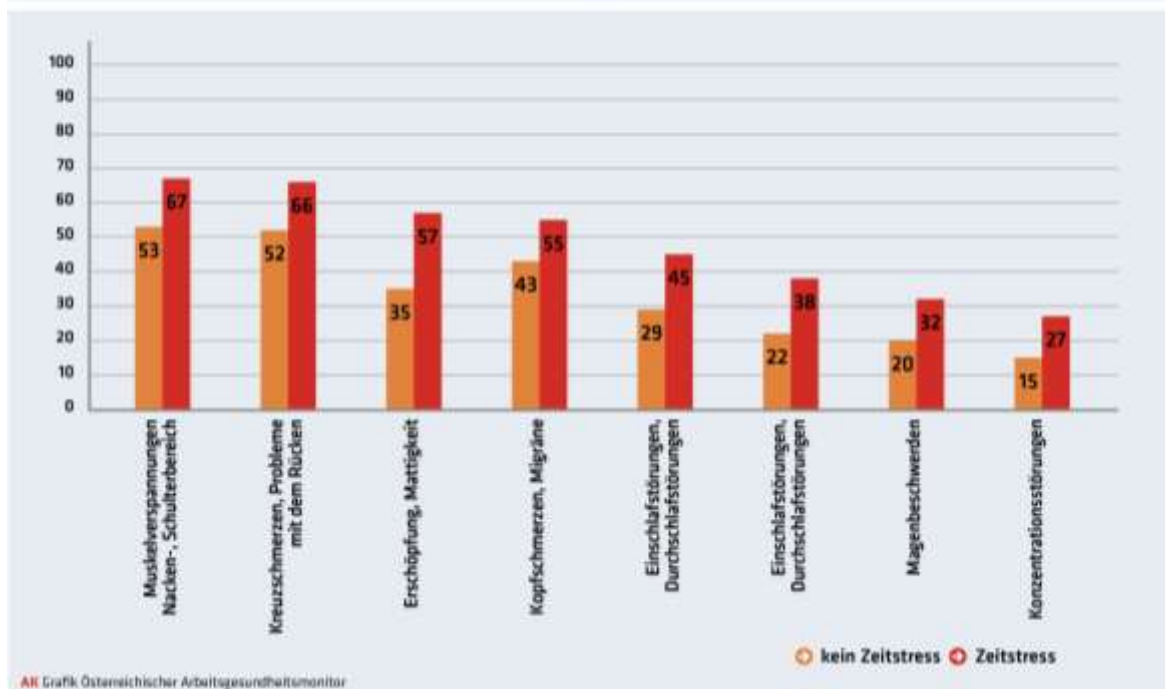
Am wenigsten Zeitstress haben Buchhalter/-innen, Bankangestellte und Kindergartenpädagogen/-innen.

Altersgruppen	Zeitstress (in Prozent)	
	nein	Ja
bis 29 Jahre	58	42
bis 39 Jahre	53	47
bis 49 Jahre	53	47
bis 59 Jahre	59	41
über 60 Jahre	63	37
Gesamt	56	44

Junge und ältere Menschen sind etwas weniger gestresst. Den stärksten Zeitstress verspüren Beschäftigte zwischen 30 und 50 Jahren. In diesem Alter spielt wohl die Schwierigkeit, Beruf, Karriere und Privatleben samt Familie unter einen Hut zu bekommen, eine wesentliche Rolle.

Beschäftigte, die Zeitstress haben, sind weniger zufrieden mit dem Leben, öfter müde und matt, müssen in der Arbeit viel Verantwortung tragen, können den Job häufiger nicht bis zur Pension ausüben und fühlen sich am Ende eines Arbeitstages ganz besonders verbraucht. Sie gehen auch eher krank zur Arbeit als Menschen, die keinen Zeitstress haben. Bei der Hälfte der Menschen ohne Zeitstress ist die work-life-Balance sehr gut – bei jenen, die Zeitstress haben, sagt das nur ein Viertel.

ZEITSTRESS VERSTÄRKT KÖRPERLICHE BESCHWERDEN



Um den Job bis zur Pension schaffen zu können, wünschen sich Personen mit Zeitstress kürzere Arbeitszeiten und geringere Belastungen. Das sagen auch jene Beschäftigten, die schon jetzt elf oder zwölf Stunden arbeiten müssen.

Was bei Beschäftigten mit überlangen Arbeitszeiten nötig wäre, um bis zur Pension durchzuhalten

Verringerung der Arbeitszeit	51%
Anderes Tätigkeitsfeld	46%
Besseres Einkommen	44%
Verringerung von Stressfaktoren, geringere psychische Belastung	42%
Gesundheitsfördernde Maßnahmen, geringere körperliche Belastung	32%
mehr Flexibilität am Arbeitsplatz	21%
Veränderung des Arbeitsortes	11%
Bessere Situation mit Kollegen/-innen am Arbeitsplatz	9%
Veränderte Situation im privaten Umfeld	4%

Schlussfolgerungen und Forderungen

Überlange Arbeitszeiten führen vermehrt zu Zeitstress und erschweren es den Beschäftigten, gesund bis zur Pension durchzuhalten. Das zeigt die aktuelle Auswertung des Arbeitsgesundheitsmonitors. Die Arbeiterkammer lehnt daher das mit 1.9.2018 in Kraft getretene Arbeitszeitgesetz ab, weil es einer – in Ausnahmefällen bereits gelebten – schlechten Praxis Tür und Tor öffnet. Das Gesetz bringt darüber hinaus zahlreiche Verschlechterungen und keinen einzigen Vorteil für Arbeitnehmer/-innen.

Die AK Oberösterreich fordert daher die Bundesregierung auf, das Arbeitszeitgesetz gemeinsam mit den Sozialpartnern zu überarbeiten. Langfristig entspricht nur eine Arbeitszeitverkürzung den Bedürfnissen und Interessen der Beschäftigten.

Um das Risiko gesundheitlicher Beeinträchtigungen bei überlangen Arbeitszeiten möglichst gering zu halten, müssen folgende Punkte eingehalten werden:

- Die Arbeitszeit ist an die **psychische und körperliche** Belastungsintensität anzupassen – je anstrengender die Arbeit, desto kürzer die Arbeitszeit. Überlange Arbeitszeiten und lange Arbeitsphasen ohne Ruhezeiten sind zu vermeiden – das verringert auch das Fehler- und Unfallrisiko.
- Die Beschäftigten müssen bei der Gestaltung der Arbeitszeit mitreden dürfen, damit ihre Anliegen und gesundheitlichen Bedürfnisse Beachtung finden.
- Dauer und Lage der Arbeitszeit sollten so wenig wie möglich wechseln. Arbeitszeiten sollten vorhersehbar und planbar sein. Dabei muss auch ein Ausgleich für unübliche Arbeitszeiten, **wie etwa Nacht- und Schichtarbeit, geteilte Dienste oder Wochendarbeit**, geschaffen werden.

Der Österreichische Arbeitsgesundheitsmonitor

Der Arbeitsgesundheitsmonitor ist eine umfassende Erhebung der subjektiven gesundheitlichen Befindlichkeit von Arbeitnehmern/-innen. Neben klassischen Beeinträchtigungen und psychosomatischen Beschwerdebildern (Herz-Kreislauf-Probleme, Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, Verdauungsbeschwerden, Kopfschmerzen, Beschwerden im Bewegungs- und Stützapparat etc.) werden auch psychische Beeinträchtigungen (Gereiztheit, Depressivität, Nicht-Abschalten-Können, Motivationsverlust, Resignation etc.) sowie positive Indikatoren der Gesundheit (Persönlichkeitsentwicklung, Selbstwirksamkeit, Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit, Sinnwahrnehmung im Leben etc.) erhoben.

Erhoben werden die Daten in face-to-face-Interviews im Rahmen der IFES-Mehrthemenumfrage. Das Sample beträgt 4.000 Interviews jährlich, somit ist der Gesundheitsmonitor repräsentativ für alle unselbstständig Beschäftigten in Österreich. Die Grundgesamtheit bilden unselbstständig Beschäftigte ab 15 Jahren in Österreich. Mehr Infos unter ooe.arbeiterkammer.at/Arbeitsgesundheitsmonitor