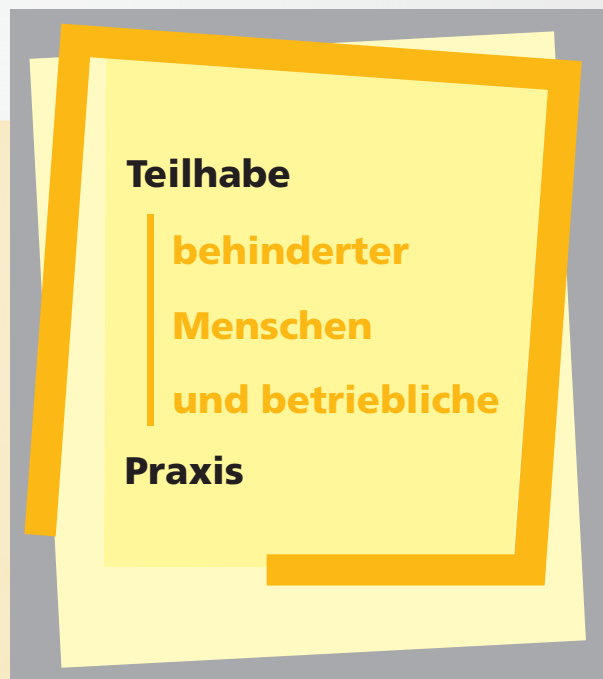
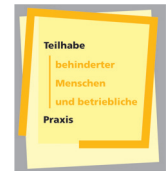


Arbeitsbedingte Gesundheitsgefahren und arbeitsbedingter Stress



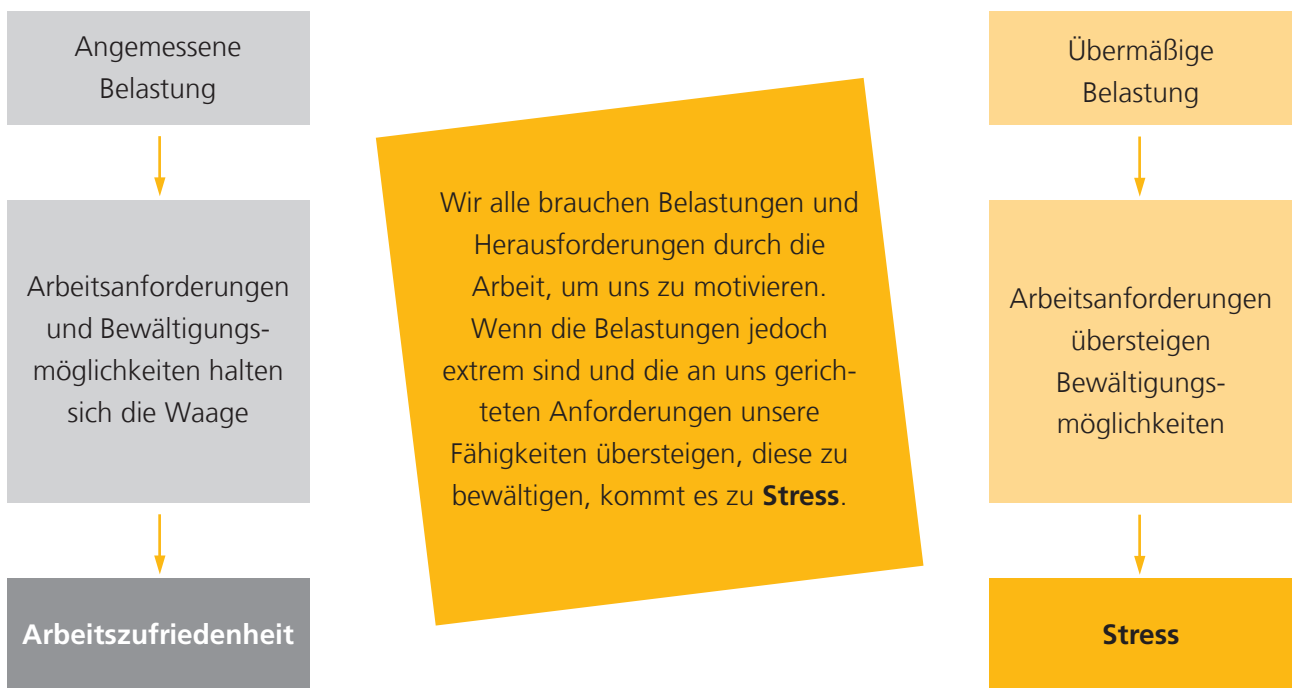
Sozialpolitik

Vereinte
Dienstleistungs-
gewerkschaft



Arbeitsbedingter Stress ist vor allem eine Reaktion auf widrige und schädliche Aspekte der Arbeit (Inhalt, Organisation, Umgebung, Zeit). Er geht einher mit innerer Anspannung und Unruhe bis hin zu starkem Unbehagen, Angst und Bedrohungsgefühlen (vgl. u. a. Europäische Kommission, Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit, 2001).

Problematisch sind vor allem „Mehrfachbelastungen“ – insbesondere Kombinationen aus körperlichen und psychischen Belastungen.



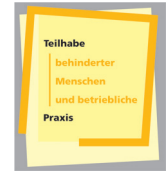
(siehe auch Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin 1997, in: Illmarinen/Tempel 2002, S. 128)

Oft sind es körperlich anstrengende, niedrigqualifizierte Tätigkeiten mit eingeschränkten Handlungsspielräumen, die im Zusammenhang mit hohen AU-Zeiten (Arbeitsunfähigkeitszeiten) und Erwerbsunfähigkeitszahlen stehen.

Überdies zeigen internationale Studien, dass die Kombination aus

- hohen Berufsanforderungen,
- zu großen Arbeitsmengen und
- zu geringer Entscheidungsfreiheit

das Risiko einer Herzerkrankung erhöhen (Karasek und Theorell 1990, European Heart Network 1998).



>>Der Anteil der durch arbeitsbezogenen Stress verursachten Herz-Kreislauf-Erkrankungen an der Gesamtzahl der Fälle wird für Männer auf 16 % für Frauen auf 22 % geschätzt. Bezieht man den Faktor sitzende Tätigkeit in die Berechnung ein, dann steigt der Anteil der durch die Arbeit verursachten Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf über 50 %.<< (Europäische Kommission, Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit, 2001, S. 25)

Arbeitsstress verdoppelt Infarktisiko!

Finnische Studie: Über 800 Menschen 28 Jahre lang untersucht

Menschen, die in einem stressigen Job stehen, erkranken doppelt so oft an Herzproblemen als solche, die weniger unter Druck stehen. Eine 28 Jahre dauernde Untersuchung an 800 Angestellten in einem finnischen Metall-Unternehmen hat das bestätigt.

In dem Unternehmen wurde jeder nach seiner genauen Tätigkeit befragt. So konnten die Wissenschaftler feststellen, wie hoch der Stress war, dem die Arbeitskräfte ausgesetzt waren. Der Stress-Faktor wurde nach einem „Anstrengungs-Gegenleistungs-Modell“ bewertet. Dabei erhielten jene Tätigkeiten die höchste Punktezahl, bei der die Anstrengung im Vergleich zur Gegenleistung am weitesten auseinander klappte. Bei den Gegenleistungen der Arbeit stand nicht immer der reine Verdienst im Mittelpunkt, sondern auch soziale Akzeptanz, die Jobsicherheit und Karrierechancen.

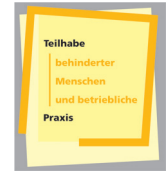
Der Zusammenhang zwischen Stress und Herzkrankheiten wurde schon in anderen Studien bestätigt. Wie hoch das Risiko aber dann dezidiert war, bis es zum tatsächlichen Ausbruch einer Krankheit kommt, konnten die Wissenschaftler jetzt erst erheben.

Demnach war bei den Personen, die den größten Stressfaktor hatten, das Risiko mehr als doppelt so hoch wie bei anderen Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen. Die Forscher konnten aber nicht herausfinden, weshalb der Körper so heftig auf Stress reagiert. Andere Studien haben bei stressigen Arbeitsbedingungen einen erhöhten Cholesterin-Spiegel für die Herzerkrankungen verantwortlich gemacht. Die stressgeplagten Arbeitskollegen/-kolleginnen waren häufig auch dicker als ihre entspannten Kollegen/Kolleginnen. Fettleibigkeit ist eine der Hauptursachen für Herzerkrankungen.

Mika Kivimaki vom finnischen Institute for Occupational Health, der die Studie leitete, meinte, dass die Arbeitgeber auf die Ergebnisse der Untersuchung reagieren müssten. Das gelte insbesondere für Menschen, die in Industriebetrieben arbeiten, so Kivimaki. Dennoch warnte der Mediziner, dass neben der Stressbelastung auch die bereits bekannten Risikofaktoren wie Fettleibigkeit, Nikotionabusus¹ und Bewegungsmangel nicht unterschätzt werden dürfen.

Quelle: <http://www.innovations-report.de/html/berichte/studien/bericht-13762.html>

¹ Missbrauch ... siehe dazu auch S. 7.



Arbeitsstress und Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Ständiger Druck und Überforderung am Arbeitsplatz, Depressionen, Bewegungsarmut und ungesunde Ernährung sind die Hauptverursacher für koronare Herzkrankheiten. Vor allem der in der Arbeitswelt ständig steigende Stress scheint zum Herzinfarktisiko Nr. 1 zu werden.

Der Herzinfarkt ist die Todesursache Nummer 1 in der Europäischen Union. Europäischen Studien und Schätzungen zufolge lassen sich Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei 16 % der Männer und 22 % der Frauen auf Stress am Arbeitsplatz zurückführen. »Bezieht man den Faktor sitzende Tätigkeit in die Berechnung ein, dann steigt der Anteil der durch die Arbeit verursachten Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf über 50 %.« (Europäische Kommission 2001, S. 25)

Menschen, die unter Stress bei der Arbeit leiden, erkranken doppelt so häufig an einem Herzinfarkt wie diejenigen, die weniger unter Druck stehen. Dies bestätigt eine Untersuchung an 800 Beschäftigten in einem finnischen Metall-Unternehmen. Je höher der Stressfaktor, desto größer das Risiko eines Herzinfarkts. Bei den Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen, bei denen der Stressfaktor am Höchsten war, verdoppelte sich auf Dauer das Herzinfarktisiko.²

Eine bestimmte Kombination aus hohen Anforderungen am Arbeitsplatz führt zu diesem erhöhten Risiko: (1) Hohe Anforderungen bei der Arbeit, (2) Geringe soziale Anerkennung, (3) Jobunsicherheit, (4) Geringe Entscheidungsspielräume und Karrierechancen.

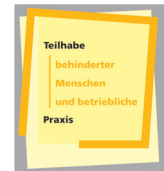
In Telefoninterviews wurden im Jahr 2004 rund 2000 Beschäftigte in Nordrhein-Westfalen zu ihrer Arbeitssituation befragt. Wichtige Ergebnisse der aktuellen Untersuchung sind:

- Jeder 2. Beschäftigte klagt vor allem über psychische Belastungen wie (1) hohe Verantwortung (74 %), (2) hoher Zeitdruck (74 %), (3) Arbeitsmenge (62 %), (4) Angst vor Arbeitsplatzverlust (52 %).
- Bei den körperlichen Belastungen werden vor allem Zwangshaltungen als belastend empfunden (50 %).
- Gesundheitliche Folgen: (1) Fast zwei Drittel der Befragten nannten als gesundheitliche Beschwerden Rücken- oder Gelenkschmerzen. (2) Jeweils mehr als 40 Prozent der Beschäftigten gaben an, unter Erschöpfung nicht abschalten zu können oder das Gefühl des „Ausgebranntseins“ zu kennen. (3) Dort, wo hohe Arbeitsbelastungen bekannt wurden, ist auch der Krankenstand hoch. (Infoprint 2/05)

Arbeitsstress und Muskel-Skelett-Erkrankungen

Arbeitsbedingter Stress führt zu erhöhter Muskelspannung. In Kombination mit nicht ausreichend ergonomisch gestalteten Arbeitsplätzen kann dies zu häufigen, langandauernden Arbeitsunfähigkeiten führen – besonders betroffen sind hiervon Gliedmaßen im Bereich der Hals- und der Lendenwirbelsäule (Europäische Kommission, Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit, 2001, S. 26).

² Siehe ausführlicher S. 5.



Arbeitsstress und Angststörungen

Angst ist häufig ein Teilaspekt der Stressreaktion bei arbeitenden Menschen. In besonders belastenden Situationen können daraus Angststörungen, akute Belastungsstörungen entstehen. (ebenda S. 26)

Arbeitsstress und Depressionen

Arbeitsstress und Angst machen den Arbeitnehmer/innen immer mehr zu schaffen. In Deutschland leiden heute zehn Mal mehr Menschen an Depressionen als vor 50 Jahren, heißt es in einer Stressstudie der ILO. Die Betroffenen sind zudem wesentlich jünger als früher. Die deutsche Wirtschaft verliert jedes Jahr über zwei Milliarden Euro, weil Arbeitnehmer/innen durch psychische Krankheiten ausfallen.

Studie zu betrieblichen Ängsten

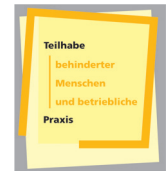
Fachhochschule Köln

>>Bei Untersuchungen in Unternehmen konnten wir feststellen, dass bis zu 90 % der Beschäftigten mehr oder weniger unter betrieblich bedingten Ängsten leiden. Wichtiger als die Kenntnis über typische Ängste sind jedoch Kenntnisse über die Auswirkungen von Ängsten. Dazu haben wir zunächst betrieblich relevante Ängste definiert. Wir sehen betriebswirtschaftlich relevante Angst als eine leistungsbeeinflussende Empfindung, die auftritt, wenn sich der betriebswirtschaftlich handelnde Mensch durch eine Bedrohung verunsichert fühlt.<< (Stegmann, 1999, S. 132)

Angst vor Arbeitsplatzverlust _____	68,4 %
Angst vor Krankheit und Unfall _____	67,7 %
Angst, Fehler zu machen _____	59,3 %
Angst, Wertschätzung und Anerkennung zu verlieren _____	52,0 %
Angst vor Konkurrenz _____	30,1 %
Angst vor Autoritätsverlust _____	28,4 %
Angst vor Innovationen _____	28,2 %
Angst, Mitarbeitern/innen bzw. Kollegen/innen nicht gerecht zu werden	20,4 %
Angst vor Fehlinformationen _____	15,3 %
Angst vor Überforderung _____	12,5 %
Angst, überflüssig zu sein _____	11,3 %
Angst, vor Spielraumeinengung _____	8,3 %

[Die 12 am häufigsten genannten Ängste der Beschäftigten. Auswertung der Befragungen von 2148 Beschäftigten aller Hierarchiestufen; Mehrfachnennungen waren möglich.]



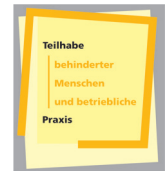


Schädlich für den Menschen und für das Unternehmen wird die Angst dann, wenn Beschäftigte zunehmend befürchten, den Ansprüchen ihrer Vorgesetzten, den Erwartungen ihrer Kollegen/Kolleginnen, den qualitativen und quantitativen Anforderungen ihres Arbeitsplatzes nicht gewachsen zu sein. Wenn sie ständig die Sorge plagt, die Kontrolle über ihr betriebliches Umfeld zu verlieren, dann keimt sozusagen die schädliche Angst. Auf diesem Wege können Ängste von der Arbeitsunfähigkeit bis zu chronischen Erkrankungen und im Einzelfall bis zum Tode führen (Stegmann, 1999, S. 133).

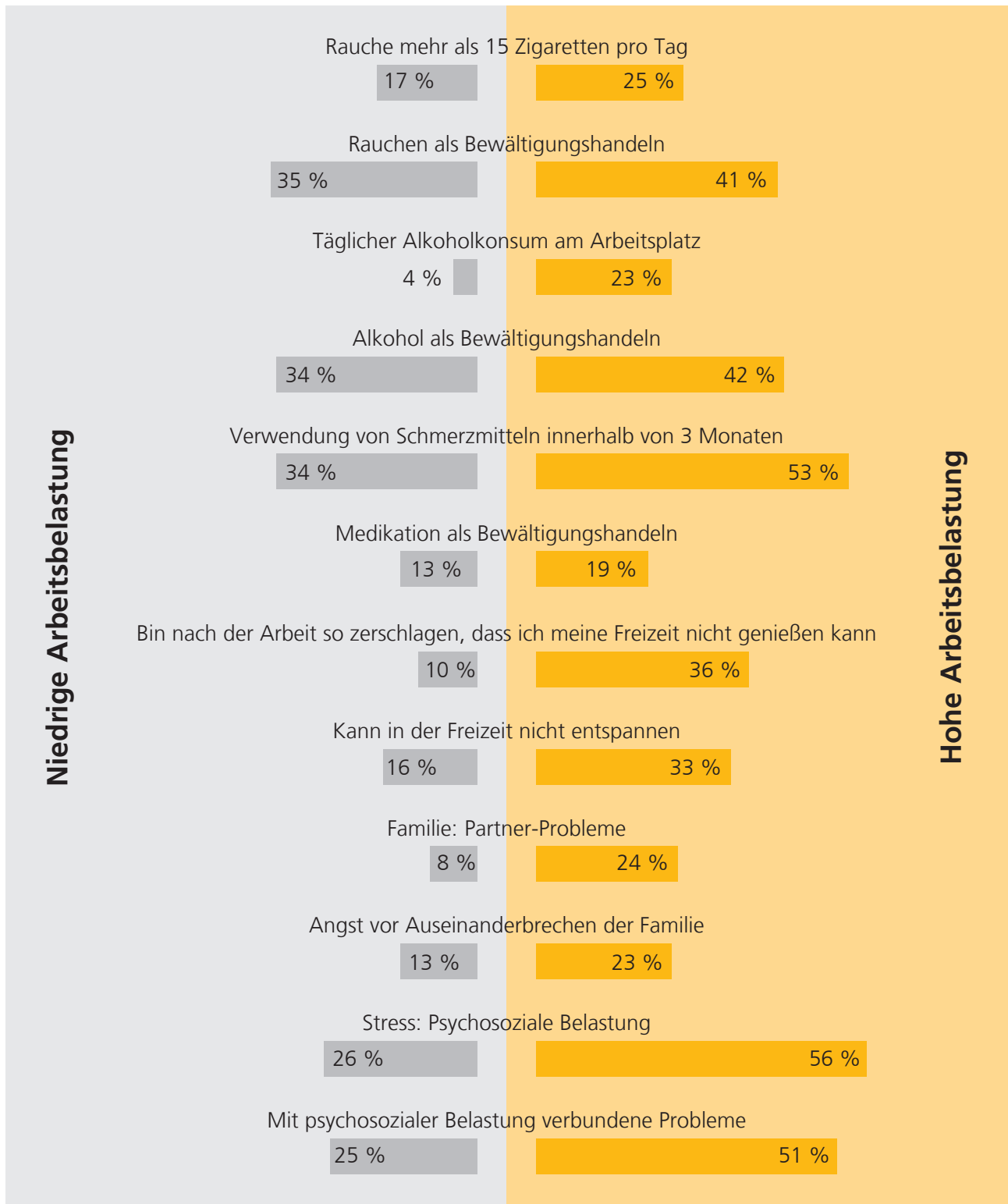
»Psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Angststörungen sind inzwischen der viert häufigste Grund für Krankschreibungen, seit dem Jahr 1997 haben sie um 70 Prozent zugenommen – Tendenz steigend. Verabschiedeten sich 1993 noch 18 Prozent aller Frührentner/innen wegen psychischer Probleme in den Ruhestand, sind es heute schon ein Drittel. Aber auch die Jungen sind keineswegs so viel „tougher“ als die Älteren, wie von rekrutierenden Personalern stets unterstellt wird: Die Ausfälle wegen psychischer Erkrankungen haben sich unter den Berufstätigen zwischen 15 und 35 Jahren – Frauen wie Männer – seit 1997 sogar verdoppelt.« (Deckstein, Süddeutsche Zeitung, 18. April 2005, S. 23)

Angst ist kein guter Motivator, wie oftmals behauptet wird – Angst ist vielmehr einer der größten »Ressourcenvernichter³ im Unternehmen – lange bevor sie zu Arbeitsunfähigkeit und Berufsunfähigkeit führt. Der diagnostizierte Trend zum psychischen Leiden am Arbeitsplatz wirft die Frage auf, ob diejenigen, die ihre Projektteams, Servicemitarbeiter/innen oder Vertriebsleute zu Höchstleistungen in eigener Verantwortung antreiben, ahnen, welche Ressourcenverschwendung sie betreiben« (ebenda S. 23).

³ »>Ressourcen sind Bedingungen, die dem Menschen helfen, Anforderungen und Stresssituationen zu bewältigen oder Bedürfnisse zu befriedigen. Neben den Belastungen dürften die Ressourcen (...) eine bedeutende Rolle bei der Gesundheitserhaltung spielen. Zu den internen Ressourcen zählen Selbstvertrauen, Kontrollüberzeugung, Selbstwertgefühl, Qualifikation und Wissen. Bei den externen Ressourcen handelt es sich vor allem um soziale Unterstützung (Teamzusammenhalt), Handlungsspielraum und Lernförderlichkeit der Umgebung.« (Pfaff, Münch, Badura 1999, S. 75)

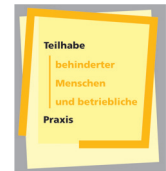


Zusammenhang von Arbeitsbelastungen und persönlichem Verhalten



(BzGA 1984, in: W. Keil/D. Kraushaar/W. Wilkening 1992, Teil 3, S. 10)





Literatur

Europäische Kommission/Beschäftigung und Soziales

Stress am Arbeitsplatz – ein Leitfaden. Würze des Lebens – oder Gifthauch des Todes, Luxemburg 2001

Deckstein

Angst ist kein Motivator, in: Süddeutsche Zeitung 18. April 2005 / Nr. 88

Illmarinen/Tempel

Arbeitsfähigkeit 2010, Hamburg 2002

Infoprint Ausgabe 2

Arbeitswelt NRW 2004, Herausgeber: Bundesarbeitsgemeinschaft für Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit (Basi) e. V., Sankt Augustin 2005

Karasek/Theorell

Healthy work – stress, productivity and the reconstruction of working life, New York 1990

Keil/Kraushaar/Kulhanek/Wilkening

Alkohol am Arbeitsplatz, Material für Praxis und Weiterbildung, Frankfurt 1996

Pfaff/Münch/Badura

Belastungen und Ressourcen im Dienstleistungsbereich: das Beispiel der Krankenpflege

Stegmann

Die Macht der Angst, in: Badura/Vetter/Litsch (Hrsg.), Fehlzeitenreport 1999 – Psychische Belastungen am Arbeitsplatz, Berlin 1999