

Stress am Arbeitsplatz macht Beschäftigte krank

Sie leiden unter Zeitdruck, verzichten auf Pausen und schleppen sich auch krank noch zur Arbeit: Wegen der Stressbelastung im Job setzen viele Arbeitnehmer in Deutschland ihre Gesundheit aufs Spiel.

Sie leiden unter Zeitdruck, verzichten auf Pausen und schleppen sich auch krank noch zur Arbeit: Wegen der Stressbelastung im Job setzen viele Arbeitnehmer in Deutschland ihre Gesundheit aufs Spiel. Jeder Dritte fühlt sich von den wachsenden Ansprüchen überfordert, wie eine Studie der Bertelsmann-Stiftung und der Krankenkasse Barmer GEK ergab.

Knapp ein Viertel der Vollzeit-Beschäftigten legt demnach ein Arbeitstempo vor, von dem sie selbst glauben, dass sie es langfristig nicht durchhalten. 18 Prozent sehen sich oft an der Grenze ihrer Leistungsfähigkeit.

Durch den steigenden Druck am Arbeitsplatz geraten allerdings viele in Gefahr, sich gesundheitlich selbst zu gefährden. Das zeigt sich der Studie zufolge nicht nur im Verzicht auf Erholung. So verzichtet fast ein Viertel (23 Prozent) der Beschäftigten auf Pausen und jeder Achte erscheint sogar krank am Arbeitsplatz. Manche Betroffene konsumieren auch übermäßig viel Nikotin, Alkohol oder vermeintlich leistungssteigernde Medikamente.

Für viele wird der Job zum Hamsterrad: Nur jeder zweite Arbeitnehmer glaubt demnach, dass er dieser Spirale aus steigendem Druck und Überforderung entrinnen kann. Jeder Zweite meint, keinen oder nur geringen Einfluss auf die Arbeitsmenge zu haben. 40 Prozent sagen das auch über ihre Arbeitsziele.

Zu den typischen Belastungsfaktoren gehören laut den Autoren der Studie neben einem zu hohen Arbeitspensum ein starker Termin- und Leistungsdruck, viele Aufgaben auf einmal, Arbeitsunterbrechungen, mangelnde soziale Unterstützung und geringe Handlungsspielräume. Auch die seit Jahren ansteigenden Fehlzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen seien in Verbindung mit zunehmendem Stress am Arbeitsplatz zu sehen.

Barmer GEK-Chef Christoph Straub forderte die Unternehmen auf, sich stärker in diesem Bereich zu engagieren. Nötig sei eine unternehmerische "Kultur, die Gesundheit als Voraussetzung für wirtschaftlichen Erfolg anerkennt und fördert". Auch Brigitte Mohn, Vorstand der Bertelsmann-Stiftung, sieht die Unternehmen in der Pflicht. Das Management könne die Leistungskultur maßgeblich beeinflussen. Für die Studie wurden rund tausend Erwerbstätige befragt.

Die Grünen forderten von der Koalition eine Anti-Stress-Verordnung zum Schutz der Beschäftigten vor psychischen Belastungen. Die aktuelle Studie müsse "ein Alarmsignal für die Bundesregierung und die Arbeitgeber sein", erklärte Beate Müller-Gemmeke, Sprecherin für Arbeitnehmerrechte der Grünen im Bundestag.