

## Gesundheitsgefährdung durch fehlende Informationen

### Arbeitsintensivierung- Leistungsdruck-Entgrenzung

Dein Empfinden sagt dir, die moderne Arbeitswelt ist komplexer geworden? Da liegst Du genau richtig! Flexibilität, Mobilität, Lern- und Verantwortungsbereitschaft werden von den Unternehmen heutzutage erwartet. Das Ziel: Entwicklung neuer Technologien und Verfahren, höhere Rentabilität durch Just-in-Time Produktion, ergebnisorientierte Projektarbeit und hohe Qualitätsstandards.

### Ziel ungleich dem Resultat!

### Einige der Auswirkungen geben Anlass zur Besorgnis



Vermeehrt beklagen sich Beschäftigte über Arbeitsverdichtung, Leistungsdruck, ständige Erreichbarkeit und hektisch, hilflos agierende Führungskräfte. Das Resultat: Die gestiegenen Anforderungen werden oft nicht als Herausforderung, sondern als Überforderung wahrgenommen und die psychische Belastung nimmt zu!



### Kurzschluss



Nicht jeder Mensch besitzt natürliche Bewältigungsstrategien. Stimmen psychische Belastung und individuelles Bewältigungsvermögen nicht mehr überein, führt dies zu einer psychischen Fehlbeanspruchung.

Die Folgen können weitreichend sein. Am Anfang stehen meist nur kleinere gesundheitliche Probleme, die mit der Zeit zu ernsthaften Krankheiten anwachsen!

### Wenn Informationen fehlen entstehen Legenden

Und die schüren Angst und schlaflose Nächte! Deswegen fordern wir Sie auf, „lieber“ Vorstand, ändern Sie ihre Informationspolitik! Geben Sie uns konkrete Auskünfte!

*Was ist mit Einsparungen im Verwaltungsbereich gemeint?*

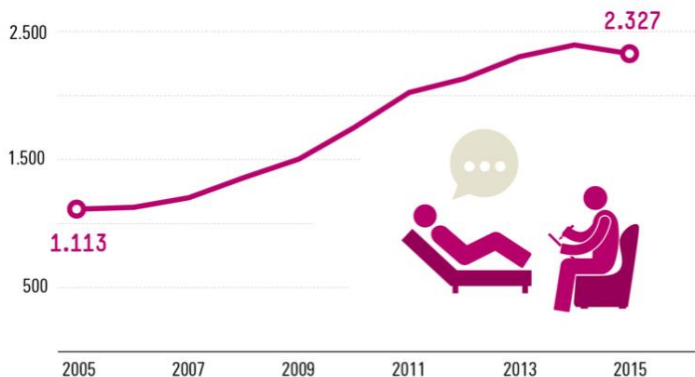
*Welche Abteilungen sind konkret betroffen?*

*Welche Funktionen wurden von wem analysiert und verglichen?*

Wir möchten durch Ihre Rechenspielen nicht krank werden! Und vergessen Sie nicht, Sie haben sich dazu verpflichtet, Arbeit menschengerecht zu gestalten, doch das ist weder menschlich, noch gerecht!

## Seelische Erkrankungen nehmen drastisch zu

### So viele Fehltage wegen psychischer Erkrankungen entfielen auf 1000 Krankenkassen Mitglieder

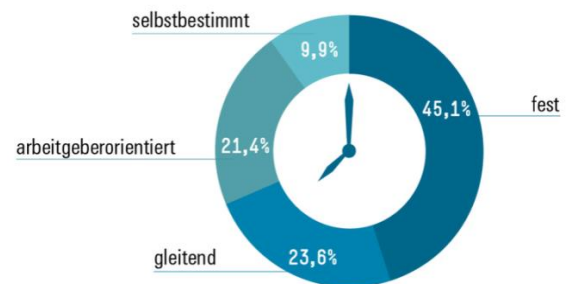


Quelle: BKK 2016 Grafik zum Download: [bit.do/impuls0798](http://bit.do/impuls0798) Daten: [bit.do/impuls0799](http://bit.do/impuls0799)

### Selbstbestimmung hilft gegen Burnout

#### Wenig Autonomie

Die Arbeitszeiten der Beschäftigten in Deutschland sind ...



Quelle: Lott, Chung 2016 Grafik zum Download: [bit.do/impuls0849](http://bit.do/impuls0849)

Hans Böckler Stiftung

### Arbeitszeit neu denken

Unter dem Oberbegriff „flexible Arbeitszeiten“ verbergen sich einerseits Modelle, die Beschäftigten die Mitgestaltung der eigenen Arbeitszeit ermöglichen. Andererseits existieren Regelungen, die sich einseitig an betrieblichen Bedürfnissen orientieren und auf eine variable zeitliche Verfügung über Beschäftigung hinauslaufen, wie beispielsweise Arbeit auf Abruf..

Die Psychologinnen Monisha Amlinger-Chatterjee und Anne Wöhrmann von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin haben untersucht, wie sich diese beiden Formen der Arbeitszeitflexibilität auf das seelische Wohlbefinden auswirken.

Dafür haben die Psychologinnen eine Literaturanalyse durchgeführt. Einbezogen wurden sämtliche empirischen Studien, die zwischen 2000 und 2014 in englischer oder deutscher Sprache erschienen sind und den Zusammenhang zwischen flexiblen Arbeitszeiten und psychischer Gesundheit zum Gegenstand haben. 31 Texte wurden ausgewertet.

### Erkenntnisse

Individuumsbezogene Arbeitszeitflexibilität, die den Beschäftigten Mitsprache erlaubt, verringert gesundheitliche Beschwerden, Stresserleben und Burnout-Risiko. Die Forscherinnen erklären das damit, dass Autonomie ein menschliches Grundbedürfnis ist. Zudem machten es selbstbestimmte Arbeitszeiten leichter, Beruf und Privatleben unter einen Hut zu bekommen. Umgekehrt sieht es bei betriebsbezogenen Modellen aus: Hier nehmen die seelischen Probleme zu. Der Grund: Unvorhersehbare Arbeitszeiten erschweren die Vereinbarkeit und das mentale Abschalten von der Arbeit.

### Grundbedürfnis Autonomie

