

Pressemitteilung

Verlust von Lebensqualität – Kurzdarstellung der Ergebnisse zur Studie „Stressmanagement & Burnout-Prävention“

München 05.09.2012. Burnout und stressbedingte Erkrankungen sind seit dem Jahr 2000 massiv auf dem Vormarsch. Dies bedeutet für die Betroffenen erhebliche Einschränkungen von Gesundheit und Lebensqualität. Die Folgen reichen bis hin zu Depression und Suizid. Inzwischen ist das Thema ein massiver Wirtschaftsfaktor. Psychische Erkrankungen sind inzwischen die häufigste Ursache für krankheitsbedingte Frühberentungen. Der Anteil stieg in den letzten 15 Jahren von 15,4 auf 37,7 Prozent (Deutsche Rentenversicherung Bund 2009). Die Krankheitskosten von psychischen Erkrankungen liegen bei knapp 27 Milliarden Euro pro Jahr (Statistisches Bundesamt 2009). Alleine das kleine Bundesland Rheinland-Pfalz verzeichnet im Jahr 2011 einen hochgerechneten Ausfall von 77.000 Arbeitstagen durch diagnostizierten Burnout (AOK Pressemitteilung vom 11.05.2012). Hinzu kommt ein nicht bezifferter Verlust an Arbeitszeit durch verringerten Einsatz und Leistungsfähigkeit Betroffener aber arbeitender Mitarbeiter.

Aufgrund der Tragweite des Themas „Burnout“ hat TalentCultureCrew in Zusammenarbeit mit einer studentischen Projektgruppe des Fachbereichs Wirtschaftspsychologie der Hochschule Fresenius München eine Studie zum Thema „Stressmanagement & Burnout-Prävention“ zu Beginn des Jahres 2012 durchgeführt. Befragt wurden mittels eines standardisierten Verfahrens insgesamt 65 Arbeitnehmer im Alter zwischen 30 und 50 Jahren mit mehrjähriger Berufserfahrung. 55% der Teilnehmer waren weiblich. Die Akademikerquote lag bei 81%. Die repräsentative Studie liefert Antworten über das individuelle Erleben von Stress am Arbeitsplatz anhand folgender Themenfelder:

- Wie häufig fühlen sich Mitarbeiter innerhalb einer Arbeitswoche gestresst?
- Was sind die stresserzeugenden Faktoren am Arbeitsplatz?
- Wie haben sich die als belastend erlebten Faktoren in den letzten 5 Jahren verändert?
- Welche Auswirkungen haben die Belastungsfaktoren auf der körperlichen Ebene?
- Mit welchen Maßnahmen versuchen Arbeitnehmer von sich aus gegenzulenken?
- Welche unterstützenden Angebote erwarten sie von ihrem Arbeitgeber zum Abbau von Stress und zur Erhaltung ihrer Arbeitsfähigkeit?

Zusammenfassend lässt sich folgendes feststellen: 70,3 Prozent der Befragten fühlen sich im Arbeitsalltag eher stark davon 26,5 Prozent sogar stark bis sehr stark gestresst. 46 Prozent der Teilnehmer kämpfen mit körperlichen Beschwerden von massiven Schlafstörungen, klagen über ständigen Kopfschmerz (29%) bis hin zu Tinnitus, der sich bereits bei 17 Prozent der Befragten zeigt.



Die Untersuchung zeigt, dass für 74 Prozent der Teilnehmer die Hauptmotivation für ihre Arbeitstätigkeit ein sicherer Job und regelmäßiges Einkommen sind. 58 Prozent der Arbeitnehmer sehen Coaching als probates Mittel, um besser mit Stress umgehen zu können. Sie wünschen sich Veränderungen in den Arbeitsbedingungen und Angebote zur betrieblichen Burnout-Prävention. Ein weiteres Anliegen sind Aufklärungsprogramme zu den Folgen von Stress und die externe professionelle Betreuung im Umgang mit betrieblichem Druck sowie der Anpassung an Veränderungen.

Gerne stellen wir auf Wunsch die detaillierten Ergebnisse sowie weitere Handlungsempfehlungen zur Verfügung. Kontaktieren Sie uns!

Über Talent Culture Crew:

Talent Culture Crew begleitet Führungskräfte aus beruflichen Krisensituationen bei ihrer individuellen Neuorientierung, der Erreichung beruflicher Zufriedenheit und persönlicher Lebensqualität. Zusätzlich bieten wir Coaching für Resilienz und Selbstmanagement für den Aufbau von Innerer Stärke und Psychischer Widerstandskraft zur Bewältigung von Belastungen an. Leben Sie wieder Freude und Zufriedenheit bei allem was sie tun!

Kontakt: Talent Culture Crew Dr. Heike Schiebeck Tel. +49 178 7711377

Mail: hs@talentculturecrew.net Internet: <http://www.talentculturecrew.net>

Blog: <http://talentculturecrew.wordpress.com>

