

BURN-OUT: TATORT ARBEITSPLATZ

Der Erfahrungsbericht eines Burn-out-Betroffenen, die volkswirtschaftliche Analyse eines rechtzeitigen Erkennens von Burn-out und Burn-out-Prävention – das waren die Themen des 56. Treffpunkts Sicherheitsvertrauenspersonen aktuell.



der Druck wird größer. Daraus resultierend ergibt sich ein drastisches Ansteigen von psychischen Erkrankungen. Diese machen heute bereits ein Drittel jener Diagnosen aus, die zu einer Berufsunfähigkeits- oder Invaliditätspension führen. Immer mehr Beschäftigte sind von Burn-out betroffen und die typischen Anzeichen werden mittlerweile über alle Berufsgruppen hinweg beobachtet.

Ein Betroffener erzählt – ins Burn-out und zurück

Ein ehemaliger Banker berichtete über seine Erfahrungen mit der Diagnose Burn-out und wie er es geschafft hat, mit Unterstützung der Familie u. a. nach einem Spitalsaufenthalt und einer Therapie wieder in ein normales Leben zurückzufinden. Eine Erkenntnis war, dass es ein langer Prozess ist, in dem das Umfeld und der Betroffene Geduld benötigen. Klar wurde auch, dass es viel Kraft braucht und ein anstrengender Weg ist.

Volkswirtschaftliche Analyse eines rechtzeitigen Erkennens von Burn-out

Untersuchungen der letzten Jahre zeigen, dass die steigende Zahl der Burn-out-Fälle auch eine immer höhere finanzielle Belastung für Betriebe und Volkswirtschaft darstellt. Sind wirklich rund 20 bis 25 Prozent der Beschäftigten von Burn-out betroffen? Ergebnisse von europaweiten Befragungen von Arbeitnehmerinnen und Arbeit-

nehmern zeigen, dass in Österreich zumindest der berufliche Alltag vielfach durch hohe Arbeitsintensität und Zeitdruck geprägt ist. Die Studie „Volkswirtschaftliche Analyse eines rechtzeitigen Erkennens von Burn-out“ zeigt detailliert, welche finanziellen Auswirkungen diese Fälle haben.

Burn-out und Evaluierung psychischer Belastungen

Sehr oft liegen Ursachen und Hintergründe für Burn-out in belastenden Rahmenbedingungen im Betrieb. Die Auswirkungen zeigen sich jedoch an der Person. Wie können Betriebe und ArbeitnehmerInnen vorbeugen? Das stärkste Instrument zur Burn-out-Prävention auf betrieblicher Ebene ist die konsequente Umsetzung der im ArbeitnehmerInnenschutzgesetz (ASchG) vorgesehenen Evaluierung arbeitsbedingter psychischer Belastungen. Ein Angebot an Entspannungstrainings für einzelne ArbeitnehmerInnen allein reicht niemals aus, um Arbeitsbedingungen nachhaltig zu verbessern.

Die Zusammenhänge der Evaluierung arbeitsbedingter psychischer Belastungen mit der Burn-out-Prävention werden immer mehr Menschen klar. Als Ergebnis wird sichtbarer, wie sich psychische Belastungen auf die Gesundheit von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern auswirken und welche Maßnahmen im jeweiligen Betrieb präventiv zu ergreifen sind.

Johanna Klösch, AK Wien

Mehr Infos unter tinyurl.com/burnout214

Arbeitsbedingte psychische Belastungen
können zu Burn-out führen.

Die Arbeitswelt verändert sich rasant. Ständiger Zeitdruck, eine hohe Arbeitsmenge, kurzfristig gesetzte Termine, eine dünne Personaldecke, Ressourcenmangel, Umstrukturierungen und hohe emotionale Anforderungen gehören zum Alltag. Die Belastungen steigen kontinuierlich an,