



Stress durch ständige Erreichbarkeit: Es fehlt an klaren Absprachen

Stress durch ständige Erreichbarkeit: Es fehlt an klaren Absprachen
Untersuchung der gesetzlichen Unfallversicherung zur Belastung durch Kommunikation
Fehlende Absprachen könnten einer der Gründe dafür sein, warum viele Menschen auch am Feierabend dienstlich erreichbar sind. Diesen Schluss legt eine Untersuchung des Instituts für Arbeit und Gesundheit der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IAG) in Dresden nahe. Danach gehen zwar viele Mitarbeiter davon aus, dass ihre Vorgesetzten Erreichbarkeit von ihnen erwarten. Ausdrückliche Anweisungen hierzu gibt es jedoch nur selten. Eine Möglichkeit, den Stress durch Kommunikation zu verringern, wären demzufolge mehr klare Absprachen.
Für die Studie befragte das IAG in Kooperation mit der Unfallkasse Hessen 430 Personen. Über zwei Drittel der Befragten gaben an, oft oder immer erreichbar zu sein, wenn sie während der Arbeitszeit auf Dienstreise oder im Außendienst sind. In der Freizeit waren immerhin noch 40 Prozent oft oder immer für dienstliche Belange erreichbar. Nie nach Dienstschluss erreichbar waren nur 10 Prozent.
"Die meisten der Befragten fühlten sich durch die ständige Erreichbarkeit nicht oder wenig belastet", sagt Studienautorin und IAG-Psychologin Dr. Hiltraut Paridon. Allerdings habe rund jeder Siebte angegeben, sich durch die ständige Erreichbarkeit stark oder sehr stark belastet zu fühlen. "Diese Teilnehmer gaben an, dass sie auch in ihrer Freizeit nicht abschalten können und das Gefühl hätten, dass ihnen alles zu viel wird." Das Ausmaß der Belastung ist übrigens in der Arbeitszeit genauso wie in der Freizeit.
Als Grund für Erreichbarkeit nannten die Befragten häufig, dass der Vorgesetzte dies erwarte. "Wenn man diese Menschen allerdings fragt, woher sie das wissen, kommt häufig die Antwort: Ich habe das Gefühl, dass es erwartet wird. Eine ausdrückliche Anweisung liegt nur bei einer Minderheit vor", so Paridon. "Eine klare Abmachung mit dem Vorgesetzten, wann wer im Team erreichbar zu sein hat und wann nicht, sehen daher auch viele als eine Möglichkeit an, Stress durch Erreichbarkeit zu verringern." Die Vereinbarungen sollten die Beteiligten sowohl für die Arbeitszeit als auch für die Freizeit treffen.
Außerdem könne man sich ein Beispiel an denen nehmen, die bewusst selten erreichbar sind. Paridon: "Nach den Gründen befragt antworteten diese Teilnehmer, dass sie auch mal abschalten können müssen. Außerdem vertrauen sie darauf, dass ihre Kollegen auch ohne sie die richtigen Entscheidungen treffen."

Die Studie "Ständige Erreichbarkeit: Wie belastet sind wir?" ist in der DGUV-Publikationsdatenbank verfügbar.
Kontakt: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung - DGUV
Mittelstraße 51
10117 Berlin-Mitte
Deutschland
Telefon: 030 288763800
Telefax: 030 288763808
Mail: info@dguv.de
URL: www.dguv.de
mg src="http://www.pressrelations.de/new/pmcounter.cfm?n_pinr_=509860" width="1" height="1">

Pressekontakt

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung - DGUV

10117 Berlin-Mitte

dguv.de
info@dguv.de

Firmenkontakt

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung - DGUV

10117 Berlin-Mitte

dguv.de
info@dguv.de

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage