

Gute Arbeit fördert gute Gesundheit



Kirsten Susanne Andrä, Organisationsentwicklerin und Coach mit Schwerpunkt Stressmanagement in Bonn und Freiburg / Andrä Coaching

09.10.2014 08:21:29 - **Anlässlich des Internationalen Tages der seelischen Gesundheit am 10. Oktober 2014 beleuchtet Kirsten Susanne Andrä Zusammenhänge zwischen der Qualität von Arbeitsplätzen und der Gesundheit von MitarbeiterInnen. Dies sei besonders vor dem Hintergrund zunehmender Arbeitsunsicherheit von Bedeutung, so die Stressmanagement-Expertin.**

Arbeitslosigkeit und prekäre Arbeitsverhältnisse können krank machen. Dies zeigt eine Studie des Robert-Koch-Instituts. Dieser Studie zufolge erkranken arbeitslose Menschen rund drei ein halb Mal so oft an psychischen Krankheiten wie beispielsweise Depressionen und Ängsten wie Angestellte. Von Krankheiten des Muskel- und Skelett-Systems sind sie rund drei Mal so häufig betroffen wie Erwerbstätige. Ebenfalls stark erhöht in dieser Gruppe sind Stoffwechselkrankheiten.

Die

Lebenserwartung ist bei Menschen mit Arbeitslosigkeitserfahrung zudem signifikant verkürzt.

Aber Arbeit ist nicht gleich Arbeit. So hat das Institut auch heraus gefunden, dass geringfügig oder unsicher Beschäftigte wie beispielsweise Minijobber und Leiharbeiter ebenfalls bei deutlich schlechterer Gesundheit sind als Menschen mit festen und normal entlohten Arbeitsplätzen. Sie sind im Durchschnitt um ca. 42 Prozent häufiger körperlich krank als regulär Beschäftigte. Emotionale Beschwerden treten sogar vergleichsweise noch häufiger auf. Die Gesundheitsforscher vermuten, dass für beides vor allem psychosozialer Stress verantwortlich ist. Denn Minijobs und Leiharbeitsverhältnisse bringen Unsicherheit, mangelnde Beteiligungsmöglichkeiten am sozialen Leben aufgrund knapper Kasse und geringen Status mit sich. Auch die soziale Unterstützung eines dauerhaften Kollegiums fehlt vielen prekär Beschäftigten.

Kirsten Susanne Andrä: Wo ein kollegiales Netzwerk dennoch besteht, wird dieses oft durch verschärften Wettbewerb, zum Beispiel um die wenigen Übernahmechancen in feste Arbeitsverhältnisse, strapaziert" Die Organisationsentwicklerin ergänzt: Befristete Arbeit oder geringe Stundenzahl zwingt viele Menschen außerdem dazu, besonders mobil zu sein. Entweder weil für die nächste Stelle ein Umzug oder weite Pendelstrecken nötig sind, oder weil ein Zweitjob und manchmal sogar Drittjob den Lebensunterhalt sichern muss. Solche Rahmenbedingungen erschweren das Familienleben und dauerhafte Freundschaften. Hinzu kommt, dass die Widrigkeiten meist nicht durch starke Identifikationsmöglichkeiten mit dem Arbeitsinhalt oder persönliche Gestaltungsspielräume ausgeglichen werden können"

Rund ein Sechstel der erwerbstätigen Männer und Frauen empfindet nach dieser Befragung durch das Robert Koch Institut die eigenen Arbeitsbedingungen als „stark oder sehr stark gesundheitsgefährdend“ - Männer häufiger als Frauen. Von den 30 bis 44 jährigen Männern erlebt ein Viertel die Arbeitsbedingungen als gesundheitsgefährdend.

Auffällig ist die starke Zunahme sogenannter „atypischer Beschäftigungen“ seit den neunziger Jahren und insbesondere seit den Hartz-4-Gesetzen im Jahr 2004. So beziffert das Gabler Wirtschaftslexikon aktuell über sieben Millionen Minijobber in Deutschland, ca. drei Millionen Menschen mit befristeten Verträgen (ohne Auszubildende) und ca. 1,8 Millionen Leiharbeiter, von denen rund die Hälfte kürzer als drei Monate beschäftigt ist. Von allen neuen Arbeitsverträgen wird fast die Hälfte zunächst nur befristet abgeschlossen. Auch die Zahl der Solo-Selbstständigen mit unsicherer wirtschaftlicher Perspektive ist seit den Hartz-4-Gesetzen stark gestiegen auf bis zu ca. zwei Millionen Menschen. Hinzu kommen aktuell rund 1,3 Millionen Menschen in Midi-Jobs, also mit einem Monatseinkommen unter 850 Euro, sowie rund 800.000 Menschen in Umschulungen, Arbeitsbeschaffungs- und anderen Eingliederungsmaßnahmen und die Gruppe der Dauer-Praktikanten. Alles in allem sind also rund 16 Millionen Menschen in Deutschland in prekären Arbeitsverhältnissen beschäftigt.

Diese Zahlen können Betroffenen helfen, ihre wirtschaftliche Situation nicht als persönliches Versagen aufzufassen, sondern im gesellschaftlichen Zusammenhang zu sehen. Sie könnten die Solidarität in der Gesellschaft stärken und die Diskussion um Lösungsmöglichkeiten anstoßen. Damit wären bereits erste Schritte zu einer besseren Gesundheit vieler Betroffener getan. Denn Selbstwertschätzung, Respekt durch andere und Perspektiven für eine bessere Zukunft fördern

die Gesundheit. Andrä Coaching begleitet seit 2006 Menschen und Organisationen dabei, gesunde Arbeitsbedingungen zu entwickeln und Resilienz zu stärken. Der internationale Tag der seelischen Gesundheit, auch Welttag der geistigen Gesundheit genannt, wurde 1992 durch die World Federation for Mental Health mit Unterstützung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ins Leben gerufen.

Andrä Coaching unterstützt Firmen, Organisationen und Einzelpersonen in Fragen des Stressmanagements, der Lebens-Arbeits-Balance, der Gesundheitsprophylaxe, der verbindenden Kommunikation und des Werte orientierten Veränderungsmanagements.

Kontaktinformation:

Andrä Coaching

Kirsten S. Andrä
Plittersdorfer Str. 25
53173 Bonn
Büro Freiburg:
Kybfelsenstr. 45
79100 Freiburg

Kontakt-Person:

Kirsten S. Andrä
Geschäftsführerin
Telefon: Tel. 0228 / 90 28 92 5
E-mail: [e-Mail](mailto:info@andrae-coaching.de)

Web: <http://www.andrae-coaching.de> und www.stress-loesen.de

Autor:

Kirsten Susanne Andrä

[e-mail](mailto:info@andrae-coaching.de)

Web: <http://www.andrae-coaching.de>

Telefon: +49 228 / 90 28 92 5

Erklärung: Der Autor versichert, dass die veröffentlichten Inhalte in dieser Pressemitteilung der Wahrheit entsprechen und dem gesetzlichen Urheberrechte unterliegen.