



Mehr Sicherheit.
Mehr Wert.

Presse-Mitteilung

Wenn Stress zur Krankheit wird

9. November 2009

Stress – nicht auf die leichte Schulter nehmen

München. 12,3 Prozent der Erwerbstätigen leiden bei der Arbeit unter psychischer Belastung, die sich negativ auf ihr Wohlbefinden und auf ihre Leistungsfähigkeit auswirkt. Das ist das Resultat einer aktuellen Studie des Statistischen Bundesamts Deutschland aus dem Jahr 2007.

Wettbewerbsdruck und unsichere Beschäftigungsverhältnisse verstärken die seelische Anspannung von Berufstätigen. Arbeitgeber müssen erkennen, dass Stress nicht nur die Produktivität ihrer Mitarbeiter verringert, sondern auch die Krankentage und damit die Kosten erhöhen kann. Doch auch wenn die Mitarbeiter zur Arbeit gehen: Dauergestresste Mitarbeiter leisten nicht viel, auch durch den sogenannten „Präsentismus“ entsteht hoher Schaden in den Unternehmen. Abhilfe können einzelne Stressmanagement-Seminare leisten, zur dauerhaften Verbesserung ist aber ein umfassendes Betriebliches Gesundheitsmanagement vonnöten.

Wussten Sie schon, dass...

laut verschiedenen Studien aus dem Jahr 2007 Stress der Grund für 50-60 Prozent aller Krankheitstage ist?

Das richtige Maß an Anspannung und Erregung kann durchweg positiv sein. In Prüfungssituationen oder in wichtigen Besprechungen führt ein optimales Anspannungsniveau beispielsweise zur Konzentrationssteigerung. Außergewöhnliche körperliche oder geistige Herausforderungen mobilisieren also durchaus das Leistungsvermögen, ein mittleres oder kurzzeitig auch mal hohes Erregungsniveau ist ideal, um in jeder Hinsicht das Beste aus uns heraus zu holen. Das gilt auch für den Arbeitsplatz, wo zu Recht gewisse Leistungserwartungen bestehen, die bisweilen mal eine echte Herausforderung sind. Doch wenn die Anforderungen ständig zu hoch sind, führen sie zur Überlastung. Andauernder Stress macht krank.

Erste Anzeichen wie Kopfschmerzen, Müdigkeit, Verspannungen und geschwächte Abwehrkräfte werden oft übersehen, unterschätzt oder auch verdrängt. Doch gerade in dieser Phase sollte gehandelt werden, denn hält der Stress dauerhaft an, können ernsthafte Krankheiten die Folge sein. „Der chronische Stress geht dann regelrecht unter die Haut: Magen-Darmgeschwüre, Leistungsabfall und auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen treten auf“, erklärt Kerstin Reviol, Leitende Arbeitspsychologin bei der TÜV SÜD Life Service GmbH.

Ist ein Mitarbeiter bei der Arbeit ständig negativem Stress ausgesetzt, hat das nicht nur körperliche Folgen, sondern auch Auswirkungen auf seine Motivation und Leistungsfähigkeit. Wer arbeitet schon gut und gern, wenn er ununterbrochen unter Druck steht? Doch viele Arbeitnehmer tragen selbst zu ihrer Situation bei. „Zeitmanagement ist oft ein großes Problem“, so Kerstin Reviol. „Unternehmen können dem entgegenwirken, indem sie ihren Mitarbeitern Seminare anbieten, zum Beispiel zum Stressmanagement. Wichtig ist aber immer auch eine Verbesserung interner Arbeitsabläufe und Kommunikationswege.“ Schon das Umdenken in gewissen Dingen kann die Arbeit erleichtern. Eine offene Kommunikation und konstruktive Auseinandersetzung mit den Mitarbeitern wirken entlastend.


TÜV SÜD unterstützt Unternehmen in punkto Gesundheitsmanagement

TÜV SÜD Life Service betreut die Mitarbeiter von knapp 10.000 Unternehmen in Deutschland beim Arbeits- und Gesundheitsschutz und Betrieblichem Gesundheitsmanagement. Individuelle Lösungen zum Umgang mit Stress, zur Förderung der Arbeitsmotivation, bei Suchtgefährdung sowie Über- oder Unterforderung gehören dazu. Das Ziel ist stets, Bedingungen am Arbeitsplatz zu schaffen, die die Sicherheit und Gesundheit der Mitarbeiter schützen. „Die Mitarbeiter honorieren dies durch bessere Leistungsfähigkeit. Kosten durch Arbeitsunfälle, einseitige Belastungen und Krankheiten können verringert werden und auch Leistungseinbrüche durch psychischen Stress oder Überforderung können die TÜV SÜD-Experten durch ein durchdachtes Betriebliches Gesundheitsmanagement wirksam abfedern“, erläutert Gabriele Sommer, Geschäftsführerin der TÜV SÜD Life Service GmbH.

Weitere Informationen für Medien zum Thema Betriebliches Gesundheitsmanagement gibt es im Internet unter www.tuev-sued.de/presse/BGM.

Presse-Kontakt:

Heidi Atzler TÜV SÜD AG Unternehmenskommunikation - MENSCH Westendstraße 199, 80686 München	Tel. +49 (0) 89 / 57 91 – 29 35 Fax +49 (0) 89 / 57 91 – 22 69 E-Mail heidi.atzler@tuev-sued.de Internet www.tuev-sued.de/presse
--	---

 Die TÜV SÜD Life Service GmbH ist ein Unternehmen der TÜV SÜD Gruppe mit rund 470 Mitarbeitern an 100 Standorten. Diese bieten umfassende Beratung und Betreuung auf allen Gebieten der Arbeitsmedizin, -sicherheit und Arbeitspsychologie an. Darüber hinaus sorgen Verkehrspsychologen und -mediziner für mehr Verkehrssicherheit und führen u.a. Medizinisch-Psychologische Untersuchungen durch.

TÜV SÜD ist ein international führender Dienstleistungskonzern mit den Strategischen Geschäftsfeldern INDUSTRIE, MOBILITÄT und MENSCH. Rund 14.000 Mitarbeiter sind an über 600 Standorten weltweit präsent. Die interdisziplinären Spezialistenteams sorgen für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Als Prozesspartner stärken sie die Wettbewerbsfähigkeit ihrer Kunden.