

PRESSEMITTEILUNG

Stress am Arbeitsplatz

Mehr Unterstützung statt neuer Gesetze

Die Arbeitswelt ändert sich rasant und der Termin- und Leistungsdruck für viele Beschäftigte steigt. Doch ob sich Arbeitnehmer dadurch belastet fühlen, hängt stark von der jeweiligen Person und dem Arbeitsumfeld ab, zeigt eine Studie des IW Köln. Eine gesetzliche Anti-Stress-Verordnung ist also wenig sinnvoll, lieber sollten Arbeitgeber individuell auf die Bedürfnisse ihrer Beschäftigten eingehen.

Arbeiten an Tablet, Notebook und Smartphone, ständige Erreichbarkeit dank E-Mail und häufiges Multitasking gehören für viele Beschäftigte zum Arbeitsalltag. Die moderne Technik verlangt von ihnen nicht nur Aufgeschlossenheit für Neues und Anpassungsbereitschaft, sondern auch immer mehr Eigenorganisation und -verantwortung. Die IW-Auswertung der jüngsten BIBB/BAuA Erwerbstätigenbefragung 2012 zeigt: Mehr als die Hälfte der Befragten verspürt einen starken Termin- und Leistungsdruck.

Dennoch sind 89,9 Prozent der Beschäftigten, die sich selbst starken Termin- und Leistungsdruck attestieren, zufrieden. Ihr Anteil ist somit nur unwesentlich geringer als der unter jenen, die nur manchmal Termin- und Leistungsdruck haben (94,7 Prozent). „Die Stressbelastung wird durch andere Dinge am Arbeitsplatz kompensiert“, erklärt Co-Autor Oliver Stettes. Stressmindernd wirkt laut IW-Studie, wenn Kollegen und Vorgesetzte unterstützen, Beschäftigte ihre Arbeitsmenge und Pausenzeiten beeinflussen und private Belange bei der Planung der Arbeitszeit berücksichtigen können. Und wenn sie mit ihrem Einkommen und ihren Aufstiegschancen zufrieden sind.

Die Digitalisierung der Arbeitswelt ist hier eine Chance: Digitale Arbeitsplätze bieten neue Möglichkeiten, Mitarbeiter über räumliche Grenzen hinweg zu vernetzen, Arbeitszeit und -ort sind flexibel und Teamarbeit und ein Gemeinschaftsgefühl werden gestärkt. Zudem bieten diese Jobs häufig attraktive Konditionen mit Zukunftspotenzial. Eine gesetzliche Anti-Stress-Verordnung ist also nicht nötig, urteilen die Studienautoren. „Diese Faktoren kann der Gesetzgeber durch Verordnungen nicht beeinflussen“, sagt IW-Experte Stettes. Schließlich werden sie von Beschäftigten unterschiedlich wahrgenommen. Vielmehr sei hierbei das Personalmanagement der Unternehmen gefragt.

Andrea Hammermann / Oliver Stettes: Bewältigung von Stress in einer vernetzten Arbeitswelt, in [IW Trends 2/2015](#)

Ansprechpartner: **Dr. Andrea Hammermann, 0221 4981-314; Dr. Oliver Stettes, 0221 4981-697**

**iW.KÖLN.WISSEN
SCHAFFT KOMPETENZ.**