



Umfrage: „Burn-out“ – Wie ausgebrannt ist Österreich?

Eine von Marketagent.com durchgeführte Studie zeigt, dass Herr und Frau Österreicher ihre Arbeit überwiegend gerne machen, dennoch fühlt sich ein großer Teil der Bevölkerung durch Stress und immer steigende Arbeitslast zunehmend belastet. Bei Arbeitgebern scheint das Bewusstsein für Burn-out-Prävention noch eher gering ausgeprägt.

Wien, 20. Juli 2010 - Marketagent.com, das führende Online Markt- und Meinungsforschungsinstitut im deutschsprachigen Raum, befragte rund 500 berufstätige ÖsterreicherInnen zwischen 16 und 65 Jahren über das Modewort der letzten 5 Jahre „Burn-out“.

Die erste Erkenntnis dabei:

- Burn-out als Modewort ist out. Burn-out wird als ein Zustand ausgesprochener emotionaler Erschöpfung mit reduzierter Leistungsfähigkeit, von 74,6% der Befragten als echte Krankheit verstanden und wahrgenommen.
- Und obwohl für 77,8% der Job einen hohen bis sehr hohen Stellenwert einnimmt und 84% Spaß an der Arbeit haben, fühlt sich doch jeder vierte Österreicher (25,0%) von Burn-out bedroht. Dementsprechend hoch ist die Zahl derer, die einen oder mehrere Betroffene kennen - 66,8%.

Immer höhere Anforderungen, aber keine Zeit

Die Begründung für die wachsende Zahl an Burn-outs liegt laut Studie im Stress. „Neun von zehn Österreichern stehen in ihrem beruflichen Alltag zumindest gelegentlich unter Stress, jeder Zweite arbeitet sogar häufig oder ständig unter Belastung. In knapp jedem zweiten Fall ist das Stress-Level des Betroffenen im Anstieg begriffen“, so Thomas Schwabl, Geschäftsführer von Marketagent.com.

Stress wird dabei hauptsächlich durch hohe Arbeitslast (47,0%), Termindruck (50,4%) oder interne Ungerechtigkeiten (29,7%) ausgelöst. Erstaunlich ist die geringe Anzahl derer, die durch die Angst vor dem Jobverlust in Stress geraten, trotz Krisenjahr ist dies nur für 10,6% der Befragten ein Stressauslöser.

Aber auch nach getaner Arbeit hält die Belastung bei drei von vier Berufstätigen noch an. Nur jeder Vierte kann nach Verlassen des Büros sofort abschalten (25,6%). Jeder Zweite benötigt eine halbe bis ganze Stunde (47,2%), jeder Achte sogar noch länger (12,2%), um sich gedanklich von der Arbeit völlig lösen zu können. 15% der Befragten sitzen auch noch nach Büroschluss zumindest geistig weiter am Schreibtisch – so vielen gelingt es nach eigenen Angaben gar nicht abzuschalten.

Vorsorge und Lösungen – ein vernachlässigtes Thema

Zwei von fünf Arbeitnehmern sehen im Austausch mit Kollegen (43,7%) und der weitverbreiteten Kaffeepause (44,7%) einen Stresshemmer. Auch bewusste Pausen sind eine beliebte Variante zur persönlichen Burn-out-Vorsorge (37,6%). Bei Arbeitgebern scheint das Bewusstsein für Burn-out-Prävention noch eher gering ausgeprägt. Rund die Hälfte aller Befragten aus dem Marketagent.com Online Access Panel gibt an, dass der

Arbeitgeber keine Maßnahmen zur Burn-out Vermeidung setzt (50,6%). Von den gesetzten Maßnahmen sind regelmäßige Anerkennung (19,2%), Weiterbildung (18,2%) und betriebliche Gesundheitsförderung (18,0%) die am häufigsten genannten. Augenfällig ist auch, dass nur 5,2% der Befragten angeben, dass externe Unterstützung in Zeiten extrem hoher und vermehrter Arbeitsbelastung eingesetzt wird.

Auch um den Ausfall eines Mitarbeiters abzufedern werden in 74,8% der Unternehmen bestehende interne Ressourcen herangezogen. Nur 15,8% holen sich Hilfe zur Überbrückung von außen.

Grafik: APA (Austria Presse Agentur)



Martina Tröstl, Geschäftsführer, die Tröstl e.U.: „Häufig werden Spitzen in der Arbeitslast mit Überstunden aufgefangen – dies kann kurzfristig ein gangbarer Weg sein, auf Dauer geht das auf die Substanz der wichtigsten Unternehmensressource – dem Mitarbeiter. Projektmanager auf Zeit bieten den Unternehmen die Möglichkeit in Zeiten höchster Auslastung schnell und unkompliziert Ressourcen aufzunehmen - ohne Kündigungsfristen und Nebenkosten. So gewinnen Mitarbeiter und Unternehmensleitung mehr Zeit und Qualität.“

Burn-out als Zukunftsherausforderung

Die Studie bestätigt die Brisanz des Themas „Burn-out“ und die trotz der Häufigkeit des Auftretens noch vernachlässigte Akzeptanz und Vorsorge in den österreichischen Unternehmen. Ebenso scheinen im Bereich Vertretungs- bzw. Überbrückungslösungen die Möglichkeiten noch lange nicht ausgeschöpft zu sein.

Wiener Neudorf, am 20. Juli 2010

Studiensteckbrief:

- Methode: Computer Assisted Web Interviews (CAWI)
- Instrument: Online-Interviews über die Marketagent.com reSEARCH Plattform
- Erhebungszeitraum: 29.03.2010 – 08.04.2010
- Respondenten: web-aktive Personen aus Österreich zwischen 16 und 65 Jahren
- Sample-Größe: n = 717 Netto-Interviews, Random Selection nach Quoten
- Grundgesamtheit: web-aktive Personen aus Österreich zwischen 16 und 65 Jahren
Umfang: 27 offene/geschlossene Fragen

Rückfragehinweis:

Marketagent.com online reSEARCH GmbH

Mag. Thomas Schwabl
Brown Boveristrasse 8/1
A-2351 Wiener Neudorf, Austria

t.schwabl@marketagent.com
tel.: +43 (0) 2236 – 205 886
fax.: +43 (0) 2236 – 205 886 – 99

Die Tröstl e.U. Agentur für Projektmanagement und –beratung

Mag. Martina Tröstl
Kandlgasse 44/36
1070 Wien

office@dietröstl.com
tel.: +43 (0) 664 130 43 40
www.dietröstl.com

About Marketagent.com online reSEARCH GmbH:

Marketagent.com zählt zu den führenden Full-Service Online Markt- und Meinungsforschungsinstituten im deutschsprachigen Raum. Mit Niederlassungen in Wiener Neudorf, Zürich und München werden jährlich mehr als eine halbe Million Web-Interviews durchgeführt und rund 600 Online Research Projekte realisiert, Tendenz steigend. Das Herzstück des Instrumentariums von Marketagent.com ist das rund 170.000 (Stand: Juli 2010) Personen umfassende Online-Access-Panel, welches nun als erstes Access Panel der D-A-CH-Region nach der ISO Norm 26362 zertifiziert wurde.

Marketagent.com realisiert Web-Befragungen für führende heimische und internationale Top-Unternehmen wie Coca-Cola, eBay, Nestlé, L'Oréal, Ikea, Bayer, Generali oder Samsung. Die Themenfelder und Forschungsschwerpunkte sind vielfältig und decken sämtliche Bereiche der Markt- und Meinungsforschung ab.

About Die Tröstl e.U.

Die Tröstl e.U. wurde im Jänner 2010 mit Ziel der zeitlich flexiblen Projektunterstützung und -beratung gegründet. Die Tröstl bietet:

Flexible und kompetente Unterstützung auf Zeit – ohne Kündigungsfristen und Nebenkosten.

Holen Sie sich die Tröstl auf Zeit:

- Bei erhöhtem Organisationsbedarf
- Bei Personalengpässen
- Zur Projektunterstützung
- Zur Burn-Out Vertretung
- Zur Karenzvertretung
- Zur Urlaubsvertretung

Was bringt's:

- Weniger Stress
- Mehr Zeit
- Mehr Geld