

Internet, Mobiltelefon und Laptop sorgen für Stress

AfA: Diskussion über psychische Belastung

Piding Am vergangenen Dienstag hat die SPD Piding zu einer öffentlichen Diskussion mit dem Titel „Wenn es zuviel wird... - psychische Belastungen in der Arbeitswelt“ in die Begegnungsstätte der Arbeiterwohlfahrt im Pidinger Haus der Vereine eingeladen. Als Referent konnte der SPD-Ortsvorsitzende Roman Niederberger den Vorsitzenden der Arbeitsgemeinschaft für Arbeitnehmerfragen (AfA) aus dem Kreis Traunstein Helmut Haigermoser begrüßen. Der frühere Kreisvorsitzende des Deutschen Gewerkschaftsbundes und langjährige Betriebsrat bei der Deutschen Post beschäftigt sich seit einigen Jahren intensiv mit Themen wie Mobbing und psychischer Belastung in der Arbeitswelt. Niederberger: Jeder zehnte Krankheitstag in Deutschland ist nach Schätzung von Experten durch psychisch bedingte Erkrankungen verursacht. Obwohl das Modewort vom „Burn-Out“ momentan in aller Munde ist, fehlt es aber oft an Informationen über Ursachen und Gegenstrategien

„Die Sensibilität der Gesellschaft gegenüber psychischen Erkrankungen hat sich in den letzten Jahren deutlich verbessert“, stellte Haigermoser zunächst fest. Ein wichtiger Schritt nach vorn sei die Einführung einer internationalen Norm gewesen, die zwischenzeitlich psychische Belastungen am Arbeitsplatz klar definiere: die DIN Norm EN ISO 10075. Trotzdem fehle es immer noch in vielen Betrieben an der Bereitschaft, offen mit dem Thema umzugehen und die Ursachen konkret anzupacken. Oft sei schon die Möglichkeit, über die eigenen Probleme zu reden und damit ernst genommen zu werden, ein wichtiger Schritt zur Entspannung einer schwierigen Situation. Man müsse auch berücksichtigen, so Haigermoser, dass sich psychische Belastungen auf Menschen verschieden auswirken könnten, So kann es sein, dass sich jemand aufgrund einer besonderen Belastung, gefordert fühlt und somit über sich und seine Fähigkeiten hinauswächst, während ein Anderer an genau dieser Belastung zerbricht. Eine entsprechende Situation von außen zu beurteilen, ist meist nicht schnell und nicht einfach zu bewerten.

„Die Rahmenbedingungen werden aber auch immer problematischer“, stellte Haigermoser fest. Gerade in modernen Betrieben verschwimme die Grenze zwischen Privatleben und Arbeit. „Der dauernde Druck durch Internet, Laptop und Mobiltelefon führt unweigerlich zu dem Gefühl, überhaupt nicht mehr abschalten zu können und somit zu Stress“, so der AfA-Sprecher. An die Stelle von festen Arbeitszeiten und konkreten Vorschriften seien oft Vertrauensarbeitszeiten und mehr Eigenverantwortung getreten: „Die höhere Freiheit wird aber durch eine viel stärkere Belastung erkaufte. Gerade bei älteren Beschäftigten spielt auch das Tempo der laufenden Veränderung eine wichtige Rolle und führe oft schnell zu seelischen Erkrankungen. „Das lebenslange Lernen, dass uns allen immer mehr abverlangt wird, kann Menschen auch überfordern“, stellte der Referent fest. Und durch die unsicheren Zukunftsperspektiven wächst auch bei den Jüngeren immer öfter die Angst vor dem Morgen. Noch vor 40 Jahren war für viele doch klar: im einen gelernten Beruf und das auch noch immer in der gleichen Firma, da konnte man sein Leben und wichtige Inhalte dazu, planen und gestalten.

Heute wissen viele nicht einmal, ob es ihren Arbeitsplatz im nächsten Jahr überhaupt noch gibt und wie sie ihr Leben gestalten und auch finanzieren können. Unklare Arbeitsverhältnisse, wie Zeitarbeit, Kurzarbeit, geringfügige Beschäftigung und geringe Stundenlöhne fördern bestimmt keine positiven Zukunftsperspektiven.

Auf der Ebene des Einzelfalls gilt es, flexible Lösungen und vor allem eine Vertrauensperson als Ansprechpartner zu finden, zeigte sich Haigermoser sicher. Auf politischer Ebene sei es wichtig, wieder Ordnung auf dem Arbeitsmarkt zu schaffen: „Gleicher Lohn für gleiche Arbeit und damit die Eindämmung des Missbrauchs von Zeit- und Leiharbeit ist ein sehr wichtiger Schritt“. Eine gute Bildung und Ausbildung sowie ein ordentlicher Kündigungsschutz helfen ebenfalls dabei, die eigene Sicherheit zu erhöhen und damit auch die negative psychische Belastung zu reduzieren. Auch bei der geringfügigen Beschäftigung gelte es, diese wieder verstärkt in ordentliche, voll sozialversicherungspflichtige Arbeit umzuwandeln.

In der Diskussion über den Vortrag wurden die vielfältigen Ursachen der Veränderungen in der Arbeitswelt und des zusätzlichen Drucks auf Arbeitnehmer deutlich. Einig waren sich die Teilnehmer darin, dass es weiterhin großen Diskussionsbedarf über das Thema gibt. Dabei wurde auch deutlich, dass jeder Einzelfall unterschiedlich ist und es keine pauschalen Lösungen gibt. „Aber trotzdem müssten Betriebe, Beschäftigte und die Politik einiges tun, um Stressfallen abzubauen und belastende Situationen zu entschärfen. Spontan erklärte sich Helmut Haigermoser bereit, in den nächsten Wochen eine Sprechstunde im SPD-Bürgerbüro anzubieten, um Betroffenen Lösungsansätze mitgeben zu können. Ein Referat zum Thema Mobbing hält Haigermoser am 17. Januar bei der AWO in Trostberg ab.