

Fonds Gesundes Österreich: Seelenpflege zahlt sich aus

Utl.: Stress am Arbeitsplatz belastet ArbeitnehmerInnen und Volkswirtschaft =

Wien (OTS) - Stress am Arbeitsplatz ist in der Europäischen Union mittlerweile nach Rückenschmerzen bereits das zweithäufigste arbeitsbedingte Gesundheitsproblem. Rund 28 Prozent der Beschäftigten sind laut Angaben der Europäischen Agentur für Sicherheit am Arbeitsplatz davon betroffen. Ähnlich sehen die Zahlen für Österreich aus: Nach einer Erhebung des ÖGB stehen hierzulande 27 Prozent der ArbeitnehmerInnen während der Arbeit unter Stress.

Zwtl.: Psychische Erkrankungen verursachen 2 Millionen Krankenstandstage

"Zeit- und Leistungsdruck nehmen stark zu - die zu bewältigenden Aufgaben werden mehr, freundliche und wertschätzende Umgangsformen nehmen ab", sagt Prof. Dr. Rotraud A. Perner, Leiterin des Instituts für Stressprophylaxe & Salutogenese (ISS) und Mitglied des Fachbeirats des Fonds Gesundes Österreich.

Kein Wunder also, dass angesichts der steigenden Stress-Belastung arbeitsbedingte psychische Probleme massiv zunehmen. Rund 10 Prozent aller Erwerbstätigen in Österreich, haben ExpertInnen der pro mente austria errechnet, leiden an einer psychischen Erkrankung, 30 Prozent der Beschäftigten sind wegen psychosomatischer Erkrankungen in Behandlung. Mit dramatischen Konsequenzen: Rund zwei Millionen Krankenstandstage pro Jahr müssen in Österreich wegen seelischer Beschwerden genommen werden.

Tendenz steigend: In Europa, so zeigt eine aktuelle Untersuchung, entfallen bereits 31 Prozent berufsbedingter Krankenstandstage auf psychische Erkrankungen, nur mehr 29 Prozent sind Folge körperliche Beschwerden. Sogar bei Arbeitsunfällen hat sich das Verhältnis bereits umgekehrt: 44 Prozent aller gemeldeten Arbeitsunfälle sind durch körperliche Belastungen verursacht - während 63 Prozent der Arbeitsunfälle in psychischen Belastungen ihre Ursache haben.

Zwtl.: Körperliche und seelische Hilferufe

Diese Fakten spiegeln sich allerdings nicht ausreichend im öffentlichen Bewusstsein wider, kritisiert Dr. Perner: "Wir leben zwar im Heimatland Sigmund Freuds und vieler anderer weltberühmter PsychotherapeutInnen, dennoch besteht die Hauptsorge der ÖsterreicherInnen mit psychischem Leiden darin, als 'irr', 'nicht belastbar', oder 'lebens- und berufsunfähig' zu gelten." Übermäßige Belastungen schädigen aber auf Dauer Gesundheit und Seele, weiß die Expertin.

Die Konsequenzen für Unternehmen sind Leistungsschwankungen, Fehlerquoten, Fehlzeiten und unproduktive Arbeitsphasen. Schätzungen zufolge verursacht Stress am Arbeitsplatz in der Europäischen Union jährliche Kosten in dreistelliger Milliardenhöhe, wie die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz berichtet.

Zwtl.: Das seelische Wohlbefinden pflegen

Vor Stress und seinen psychischen Folgen kann man sich aber schützen, ist Dr. Perner überzeugt: "Fehlende Ressourcen und Belastungen am Arbeitsplatz können aktiv beeinflusst werden. Ob eine psychische Erkrankung entsteht, hat auch viel mit der Fähigkeit zu tun, Probleme und Krisen konstruktiv zu bewältigen." Ein erster Ansatz sei dabei die Selbsterforschung, sagt die Expertin: "Betroffene müssen überhaupt erst merken, in welchem Verhaltensmuster sie stehen." Freiheit von krankmachender Ausbeutung anderer beginne, so Dr. Perner, "wenn man seine Wünsche und Befürchtungen, Empfindungen und Bewertungen mitzuteilen weiß ohne andere als Energie-Spender zu missbrauchen oder sich selbst missbrauchen zu lassen. Wenn man lernt salutogen zu leben."

Zwtl.: Fonds Gesundes Österreich: Schwerpunkt "Seelische Gesundheit"

Aktuelle Zahlen belegen, dass seelische Beschwerden einerseits stark zunehmen, diese andererseits aber immer noch als Tabuthemen gelten. Der Fonds Gesundes Österreich hat "Seelische Gesundheit" deshalb neben Bewegung und Ernährungen zu einem seiner Schwerpunktthemen für das Dreijahresprogramm 2003 bis 2005 gemacht. Ein Teil der entsprechenden Aktivitäten ist die eben zu Ende gegangene Medienkampagne zum Thema "Seelische Gesundheit" unter dem Motto "Schau auf dich! - Es ist nie zu spät den ersten Schritt zu tun". Geschäftsführer Dennis Beck: "Wir wollen im Bewusstsein der Bevölkerung verankern, dass bei der Pflege der Gesundheit die

seelischen und sozialen Aspekte gleich bedeutend den körperlichen sind. Damit sollen auch im seelischen Bereich jene Maßnahmen Einzug halten, die in anderen Sektoren des Gesundheitswesens längst selbstverständlich sind, nämlich Prävention und Gesundheitsförderung."

~

Rückfragehinweis:

B & K - Bettschart und Kofler
Medien- und Kommunikationsberatung GmbH
Dr. Birgit Kofler-Bettschart
Tel. 0676 / 63 68 930
kofler@bkkommunikation.at
Institut für Stressprophylaxe und Salutogenese
Prof. Dr. Rotraud A. Perner
Tel.: (0)2289 278 78
iss@perner.info
www.perner.info

~

*** OTS-ORIGINALTEXT UNTER AUSSCHLISSLICHER INHALTLICHER
VERANTWORTUNG DES AUSENDERS ***

~

OTS0013 2005-01-03/09:00

~

030900 Jän 05

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20050103_OTS0013