



„Die erschöpfte Gesellschaft? Arbeit und Erholungsfähigkeit im Blickpunkt der Wissenschaft“

Fachtagung am 16. November 2010 in Bochum

Grußwort Dr. Lehmann

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich begrüße Sie herzlich zur heutigen Fachtagung „**Die erschöpfte Gesellschaft? Arbeit und Erholungsfähigkeit im Blickpunkt der Wissenschaft**“ hier im Veranstaltungszentrum der Ruhr-Universität in Bochum. Wir sind gern nach Bochum, zum künftigen Standort des Landesinstituts für Arbeit und Gesundheit, gekommen. Denn mittelfristig wird das Landesinstitut zum Gesundheitscampus Nord-Rhein-Westfalen ziehen, der hier in unmittelbarer Nachbarschaft entsteht und gesundheitsorientierte Kompetenzen im Lande bündeln soll.

Gesundheit betrifft alle Lebenslagen von der Geburt bis ins Alter, in der Freizeit wie bei der Arbeit. Entsprechend vielfältig sind die Arbeitsfelder des Landesinstituts.

Warum beschäftigen wir uns heute mit dem Themen „Schlaf und Erholung“ aus wissenschaftlicher Sicht?

Darauf geben uns Lebenserfahrung und Wissenschaft eine schlichte Antwort: Weil erholsamer Schlaf und eine regenerative Pausen-, Freizeit- und Urlaubsgestaltung wichtige Voraussetzungen für die Wiederherstellung und den Erhalt der körperlichen und geistigen Gesundheit, Leistungsfähigkeit und des Wohlbefindens sind! Und es sind genau diese Aspekte - Gesundheit, Leistungsfähigkeit, Motivation und Lebenszufriedenheit -, die die Basis für die erfolgreiche und dauerhafte Teilhabe am Arbeitsleben bilden.

Meine Damen und Herren, der Arbeitsschutz war in den letzten Jahrzehnten sehr erfolgreich, wenn es darum geht, die Gesundheit gefährdende Belastungen am Arbeitsplatz zu minimieren und Arbeitsunfälle zu verhüten¹. Fragt man die Beschäftigten in den Betrieben – und das macht das Landesinstitut seit 1994 in regelmäßigen Abständen –, so zeigt sich, dass sie Maßnahmen des Arbeitsschutzes wie beispielsweise Sicherheitseinrichtungen und die Bereitstellung persönlicher Schutzausrüstung ziemlich positiv beurteilen. Auch fühlen sie sich über Gefährdungen und Schutzmaßnahmen ziemlich gut informiert.

Aber: Der Arbeitsschutz darf sich nicht auf seinen Lorbeeren ausruhen. Denn in der modernen Arbeitswelt spielen Belastungen eine zentrale Rolle, die sich durch technische Schutzmaßnahmen, Aufklärung und Unterweisung der Beschäftigten oder Tra-

¹ Laut Statistik der BAuA sank die Zahl meldepflichtiger Arbeitsunfälle von 1.585.364 im Jahr 1998 auf 1.063.915 im Jahr 2008.

gen persönlicher Schutzausrüstung nicht beherrschen lassen. Ich spreche hier von den Belastungen, die das Befinden und die Gesundheit beeinträchtigen und die nicht beim Verlassen des Arbeitsplatzes abgeschaltet sind, sondern sich erheblich auf das Denken, Fühlen und Verhalten in der Freizeit auswirken!

Das sind die psychischen und sozialen Belastungen am Arbeitsplatz und deren Folgen, die in den vergangenen Jahren zunehmend an Bedeutung gewonnen haben. Hier sind einige Zahlen aus unserer Erhebung im Jahr 2008. Nach eigenen Angaben der Beschäftigten in NRW sind

41% durch hohen Zeitdruck,
35% durch hohe Verantwortung am Arbeitsplatz und
28% durch die zu leistende Arbeitsmenge

ziemlich oder **stark belastet**. Hinzu kommen bei Vielen Anpassungsdruck und Ängste durch Umstrukturierungsmaßnahmen (24%), schlechtes Informationsmanagement (17%) und ungünstige Arbeitszeiten (16%).

Aber damit nicht genug. Viele Beschäftigte sind durch die Anforderungen des Lebens zusätzlich belastet: 24% der Beschäftigten gaben an, Kinder und Jugendliche betreuen zu müssen, 6% hatten Pflegebedürftige zu versorgen und nahezu 10% gaben an, Nebentätigkeiten zum Gelderwerb nachkommen zu müssen. Und: jeder vierte Beschäftigte ist neben seinem Beruf freiwillig ehrenamtlich in sozialen, kulturellen oder politischen Kontexten tätig, ein wichtiges Engagement und Voraussetzung für das Funktionieren unserer Gesellschaft.

Dass die Anforderungen und Belastungen bei der Arbeit und in der Freizeit nicht ohne Folgen bleiben und sich auf die Gesundheit und das Befinden auswirken, ist wenig verwunderlich. Unsere Daten belegen, dass neben Rücken- und Gelenksbeschwerden (55% der Befragten) weitere psychosomatische Beschwerden und psychische Befindensbeeinträchtigungen auftreten:

Erschöpfung als Auswirkung der Arbeit gaben 48% an.
Wut und Verärgerung 47%.
43% können nach der Arbeit nicht abschalten und 39% führten an, lustlos und ausgebrannt zu sein.
Schlafstörungen nannten ca. 25% der Befragten.

Es ist besonders alarmierend, dass sich Angaben zu arbeitsbedingten Beschwerden und Befindensbeeinträchtigungen in den letzten 10 Jahren deutlich erhöht haben! Zum Beispiel hat sich zwischen 1999 und 2008 der Anteil der Beschäftigten, die angaben, nach der Arbeit nicht abschalten zu können nahezu verdoppelt!

Meine Damen und Herren, auf diese Entwicklungen wollen wir in NRW reagieren.

Wenn es um die Gesundheit der Beschäftigten geht, spielen zwei Gesichtspunkte eine besonders wichtige Rolle: Die Arbeitsbedingungen als primäre Belastungsquelle und die Leistungsvoraussetzungen der Beschäftigten in Form ihrer Kompetenzen, Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten. Eine Vielzahl wissenschaftlicher Modelle bieten uns heute Ansatzpunkte für die gesundheitsgerechte Gestaltung der Arbeit.

Wir wissen aber aus der Praxis, dass die verhältnispräventive, an den Arbeitsbedingungen ansetzende Gestaltung der Arbeit in vielen Tätigkeitsbereichen an ihre Grenzen stößt. Insbesondere im Bereich der Humandienstleistungen finden wir viele hoch belastende Arbeitsplätze, haben aber nur geringe Spielräume, wenn es beispielsweise um die Gestaltung der Tätigkeitsinhalte und der Arbeitsorganisation geht. Viele Probleme an Arbeitsplätzen im Pflegebereich oder in Lehr- und Ausbildungsberufen ließen sich durch eine bessere Personalausstattung lösen. Dafür stehen häufig die notwendigen Ressourcen nicht zur Verfügung.

Entsprechend wichtig ist es, in vielen Arbeitsbereichen auch die persönlichen Leistungsvoraussetzungen der Beschäftigten, ihre Gesundheit, ihre Kompetenzen, ihr Wissen und ihre Problemlösefertigkeiten zu erhalten, zu stärken und zu entwickeln. Viele Betriebe haben das erkannt und bieten Qualifizierungs- und Trainingsmaßnahmen an, lassen Führungskräfte und Beschäftigte coachen, beteiligen sich an Employee Assistance Programmen, also externen Beratungsdiensten für Beschäftigte und Angehörige, oder ergreifen Maßnahmen der innerbetrieblichen Gesundheitsförderung, wobei diese aus Sicht der von uns befragten Beschäftigten deutlich intensiviert werden sollte.

Die Notwendigkeit, sich aktiv – auch oder gerade in der Freizeit – mit der Bewältigung der Folgen arbeitsbedingter Belastungen zu befassen, wird von vielen Beschäftigten zunehmend erkannt. Besondere Bedeutung kommt unseren Daten zufolge Aktivitäten in der Freizeit, mit der Familie und Freunden, und Gesprächen im privatem Bereich und dem Sport zu. Auch hier ist in den letzten 10 Jahren ein deutlicher Trend auszumachen: Gaben 1999 noch 69% der Beschäftigten an, Stress und Belastungen durch Freizeitaktivitäten und Hobbys abzubauen, so stieg dieser Anteil 2008 auf 90%! Unsere Daten sagen uns auch, dass betriebliche Möglichkeiten wie beispielsweise Betriebssport oder Beratungsdienstleistungen nur wenig genutzt werden: 2008 gab nur jeder Dritte der von uns befragten Beschäftigten an, dieses zu tun.

Meine Damen und Herren, bezogen auf das Jahr mit 365 Tagen zu 24 Stunden verbringen in Vollzeit beschäftigte Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer ca. 20% ihrer Lebenszeit am Arbeitsplatz, der Rest ist Zeit, die – soweit möglich – erholungswirksam, intelligent und sinnvoll genutzt werden kann und sollte.

Ich freue mich auf die heutige Veranstaltung und bin gespannt, welche Erkenntnisse die Medizin, die Psychologie und die Soziologie im Forschungsfeld „Arbeit, Schlaf, Entspannung und Gesundheit“ gesammelt haben und ob bzw. wie diese Erkenntnisse in praxistaugliche Handlungsempfehlungen für Beschäftigte und Betriebe umgesetzt werden können.

Diesem Ziel soll auch die Podiumsdiskussion zum Abschluss der heutigen Veranstaltung dienen, in der Vertreterinnen und Vertreter verschiedener Institutionen ihre Sichtweise des Themenfeldes darstellen werden. Wir können gespannt sein auf einen interessanten Diskurs über Forderungen und Lösungsansätze, um die Erholungsfähigkeit der Beschäftigten in NRW sicherzustellen oder sogar zu verbessern.

Mit einem kurzen Dankeswort möchte ich zum Schluss kommen.

Wir haben für die Bearbeitung des Themas kompetente Referentinnen und Referenten sowie Podiumsteilnehmer(innen) gewinnen können. Ihnen allen gilt an dieser Stelle mein herzlicher Dank.

Die Vorbereitung einer Tagung ist bei aller Routine immer wieder eine große Herausforderung. Ich danke meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für ihren unermüdlichen Einsatz.

Ihnen, meine Damen und Herren, danke ich für Ihre Aufmerksamkeit.

Uns allen wünsche ich eine erfolgreiche Tagung mit vielfältigen und bereichernden Impulsen für den Praxisalltag.