

AK

FÜR SIE

wien.arbeiterkammer.at

**Kleine Sparer
schützen**

Zypern und der Euro

**Lernen,
nicht putzen**

Lehre mit Qualität



„Da muss einer Halt sagen“

Die Dachdecker Damir
Dzuzdanovic, Roland Kellner,
Michael Kappel (von links)

Arbeitsdruck: Firmen müssen umdenken

JEDE MENGE TIPPS FÜR SIE: Pflichtpraktikum, Haushaltskasse, Uni-Zugang

Die ArbeitnehmerInnen müssen immer mehr leisten. Aber Menschen sind keine Maschinen – der Druck und das hohe Tempo schlagen sich auf die Gesundheit.

Früher bin ich gerne arbeiten gegangen“, sagt Franz Bezauschka, Staplerfahrer und derzeit Kellermeister bei der Brau Union in Graz. Seit 20 Jahren arbeitet der heute 42-Jährige in der Puntigamer Traditionsbrauerei, die seit 1997 zur Brau Union Österreich gehört, die Teil des Heineken-Konzerns ist. Mittlerweile haben Bezauschka und seine Kollegen aber keine rechte Freude mehr bei der Arbeit, denn seit gut zwei Jahren werde es immer schlechter.

Es sei weit mehr zu tun, aber „wenn ich zum Chef gehe und ihm sage, dass wir zu wenige Leute haben, sagt er: ‚Das geht sich schon noch aus‘“. Es sei schon vorgekommen, dass sie von 14 bis 2 Uhr die Ware hergerichtet hätten, damit in der Früh alles für den Bierfahrer bereitstehe.

12 Stunden Schicht bei schwerer körperlicher Arbeit? Kein Wunder, dass der Konzernbetriebsratsvorsitzende Johann Greimel aufschreit: „Der Druck steigt von Jahr zu Jahr.“ Um den Gewinn zu erhöhen, würde die Zahl der Beschäftigten reduziert, Stehzeiten bei Maschinen verkürzt, ständig die Produktivität verglichen und die Arbeiter aufgefordert, nach Einsparungsmöglichkeiten zu suchen.

Umstrukturierungen und Auslagerungen, Beschleunigung, Flexibilisierung und Lohndruck seien typische Merkmale der globalisierten Wirtschaft, stellt der Sozio-

loge Jörg Flecker fest. Er forscht seit vielen Jahren über die Arbeitswelt. Die Folgen sind dramatisch: die Zahl der festgestellten Verstöße gegen das Arbeitszeitgesetz haben sich von 2010 auf 2011 verdoppelt, 40 Prozent der ArbeitnehmerInnen in Österreich sehen sich ständigem Druck ausgesetzt, mehr als 22 Prozent der Beschäftigten leiden unter Stress. Mehr als die Hälfte der krankheitsbedingten Arbeitsausfälle dürften auf Arbeitsstress zurückzuführen sein, auch die Frühpensionierungen wegen psychischer Krankheit haben sich von 2002 auf 2010 fast verdoppelt.

Die Bremse ziehen

Noch denken wenige Firmenchefs um. Werner Linhart, Geschäftsleiter der Dachdeckerei Linhart in Gänserndorf, ist einer von ihnen: „Es kann mir nicht egal sein, wenn es einem Mitarbeiter schlecht geht, selbst wenn es private Gründe hat.“ Um Arbeitsunfälle zu vermeiden, müsse man nicht nur auf technische Sicherheitsvorkehrungen achten, sondern auch darauf, dass ArbeitnehmerInnen nicht aufgrund von Sorgen oder Ärger mit dem Kopf woanders seien.

Unter Anleitung von humanware, dem Institut für Gesundheit, Sicherheit und Ergonomie im Betrieb, wurden deshalb Workshops durchgeführt, in denen die ArbeitnehmerInnen Belastungen am Arbeits-

„Der Druck steigt von Jahr zu Jahr. Ständig werden Einsparmöglichkeiten gesucht.“

Johann Greimel, Betriebsrat bei Brauunion Österreich



▲ **HABEN DIE BREMSE GEZOGEN:** Wenn sie in die Firma kamen, wusste früher keiner der Beschäftigten in der Dachdeckerei Linhart, was in der Früh zu tun war, sagt Dachdecker Michael Kappel (Bildmitte mit Chef Werner Linhart, li, Kollegen Robert Kellner, re). Jetzt hilft ein Arbeitsplan

► **FAHREN MEHR ALS VOLLSTANDIG:** Bei Puntigamer in Graz sei es schon vorgekommen, dass sie 12 Stunden die Ware hergerichtet haben, sagt Kellermeister Franz Bezauschka (re). „Der Druck steigt von Jahr zu Jahr“, kritisiert der Konzernbetriebsratsvorsitzende Johann Greimel (li)

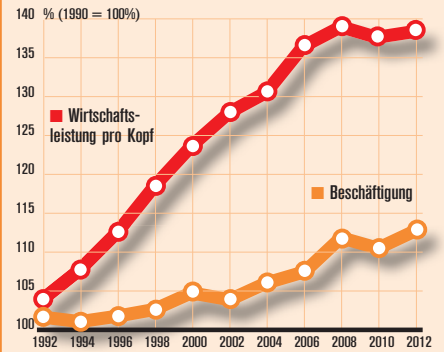


Wann sagt jetzt e



Immer mehr leisten

Die Wirtschaftsleistung pro Kopf steigt in Österreich stärker als die Beschäftigung. Dahinter steht auch steigender Arbeitsdruck.



Alle Fotos: Thomas Lehmann

platz ansprechen können. Das wichtigste Anliegen war, dass die Dachdecker früher informiert werden wollten, mit welcher Partie sie zu welchem Auftrag fahren. Michael Kappel, Dachdecker und Spengler bei der

Firma Linhart: „Das war störend. Du kommst in die Firma, machst deine Werkstücke, aber du hast nicht gewusst, was machst du heute.“ Als Lösung wurde ein Monitor mit dem Arbeitsplan für den nächsten Tag eingeführt, außerdem gibt es in der Früh eine kurze Besprechung über die Aufgaben und Prioritäten des Tages.

Backplan gegen Stress

Die Workshops bei der Dachdeckerei Linhart wurden 2012 im Rahmen des AUVa geförderten Projekts „Impulse gegen Arbeitsstress“ durchgeführt. Auch die Firma Ankerbrot hat gemeinsam mit



▲ **BACKEN, IMBISSE MACHEN, EINSCHLICHTEN:** Um in der Früh nicht ins Schleudern zu kommen, gibt es bei Ankerbrot jetzt einen Backplan. Bild: Filialleiterin Monika Graf

ndlich einer Halt?

Sich selber einteilen

Nur noch Arbeitsziele, aber die Arbeit selbst einteilen: Neue Managementmethoden sind eine Gratwanderung für Beschäftigte.

Die Arbeitswelt ist im Wandel. Sie ist gekennzeichnet von Intensivierung, Beschleunigung und mehr Autonomie, sagt Christian Korunka, Professor für Arbeitspsychologie an der Universität Wien. In vielen Branchen werden den ArbeitnehmerInnen nur mehr Ziele vorgegeben; wie sie diese erreichen, müssen sie selbst bestimmen. Dafür brauchen die Beschäftigten aber mehr Wissen und mehr Fertigkeiten.

Belastungen

Welche Gratwanderung die neue Arbeitswelt sein kann, zeigt die Firma Microsoft Österreich. 2011 wurden die Räumlichkeiten in Wien Meidling komplett umgestaltet. Seither haben nur mehr etwa 30 der rund 300 Beschäftigten einen fixen Schreibtisch, die anderen nutzen je nach Tätigkeit und Verfügbarkeit einen der Schreibtische in den Großraumbüros, unterschiedlich gestaltete Besprechungsräume, eine Telefonier- und Denkstube oder einen Platz im Café. Die neue räumliche Flexibilität ändert den Arbeitsalltag der Beschäftigten.

Früher, erzählt Pressesprecher Thomas Lutz, wären die fix vergebenen Schreibtische oft ein Drittel der Zeit

leer gestanden. „Mir ist egal, wo ich arbeite, ich brauche nur Internet-Zugang und Strom“, sagt Christian Decker, der zwei Drittel seiner Arbeitszeit unterwegs bei Microsoft-Partnern ist. Er sei das gewöhnt, sagt Decker: Sein „Büro“ hat er in Form eines Notebooks und eines Smartphones immer dabei – auch abends daheim im Wohnzimmer.

Abschalten lernen

Auch Barbara Warecka ist viel bei Kunden und arbeitet an zwei Tagen der Woche daheim. Sie sagt, sie empfinde es als große Freiheit, dass sie am Abend am Handy sehen könne, ob bei einem ihrer Projekte ein „Drama passiert“ sei und sie dann schnell eingreifen könne. Man müsse aber lernen, weniger wichtige Dinge liegen zu lassen bis zum nächsten Arbeitstag.

Menschen, die gerne selbstständig arbeiten und ihren Tag flexibel einteilen können, kommt all das entgegen. Realistische Zielvereinbarungen statt Arbeit auf Kommando seien in Ordnung, sagt Alexander Heider von der AK Wien. Man dürfe dabei aber nicht auf Arbeitszeitaufzeichnungen und Arbeitszeitvorschriften vergessen und man müsse nicht immer erreichbar sein.



Arbeit ohne fixen Schreibtisch, nur mit Handy und Laptop: Man müsse auch lernen, weniger Wichtiges liegen zu lassen, sagt Microsoft-Angestellte Barbara Warecka



Foto: Thomas Lehmann

humanware die Stressfaktoren bei der Arbeit analysiert und nach Lösungen gesucht.

Monika Graf, Leiterin der Ankerfiliale in der Opernpassage in Wien erzählt, dass der Zeitdruck in der Früh der Hauptgrund für Stress gewesen sei: „Der Dienst beginnt eineinhalb Stunden vor dem Aufsperrern, und in der Zeit müssen wir backen, veredeln, die Imbisse machen und alles einschichten. In manchen Filialen ist in der Früh aber nur eine Mitarbeiterin da.“

Als Lösung wurde für jede Filiale ein Backplan erstellt, in dem aufgelistet ist, was in welcher Menge in der Früh zu machen ist. Wenn der erste Ansturm vorbei ist und weitere KollegInnen dazukommen, können dann die Waren für den Rest des Tages produziert werden. Durch den Backplan wissen jetzt auch Aushilfen, was zu tun ist.

Vor Belastungen schützen

Anker-Betriebsratsvorsitzende Gerlinde Kastner sagt, das Projekt sei eine gute Sache gewesen, aber die Nachhaltigkeit muss ständig überprüft werden. So muss



▲ **ARBEITSMEDIZINISCHES ZENTRUM:** In der Erste Bank wird Hilfe auch bei psychischen Problemen angeboten. Das Angebot wird angenommen, sagt Leiterin Eva Höttl

etwa kontrolliert werden, ob der Leitfaden für die Einschulung neuer Beschäftigter eingehalten wird, um die Fluktuation in Grenzen zu halten.

Die Arbeiterkammer fordert schon seit längerem, dass nicht nur die Vorbeugung von Arbeitsunfällen und körperlichen Gesundheitsschäden, sondern auch die von psychischen Belastungen vorgeschrieben werden muss. Mit der Novelle des ArbeitnehmerInnenschutzgesetzes ist jetzt seit Jänner 2013 klargestellt, dass der Arbeitsplatz auch auf psychische Belastungen untersucht werden muss.

Oft seien psychische Belastungen in der Organisation der Arbeit begründet, sagt Peter Hoffmann, Arbeits- und Organisationspsychologe in der AK Wien: „Unklare Anweisungen sind ein großes Problem, außerdem gibt es zu viele Sitzungen und Unterbrechungen bei der Arbeit durch Telefon und E-Mails oder KollegInnen und Vorgesetzte.“

AK ArbeitnehmerInnenschützer Alexander Heider ergänzt: Oft werde übersehen, dass Arbeit am Computer ständige Konzentration erfordere und psychisch müde mache. Durch neue Kommunikationstechnologien wie Laptops und Smartphones würden außerdem Arbeit und Freizeit mehr und mehr vermisch. Vielen würde es schwer fallen abzuschalten – im doppelten Wortsinn. „Menschen verlernen, sich zu entspannen.“

AK Präsident Rudi Kaske fordert die Unternehmen auf, „von den ArbeitnehmerInnen nicht ständig mehr zu verlangen, ohne etwas dafür zu geben“. In den letzten Jahren stieg in Österreich die Arbeitsproduktivität, die Wirtschaftsleistung pro Kopf, um 36,5 Prozent. „Da verlange ich Respekt vor den Leistungen der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer.“ Dazu gehören auch gute Arbeitsbedingungen und ein gerechter Anteil am Zuwachs der Produktivität.

Gesundheit rechnet sich

Ein Beispiel für mehr Rücksicht auf die Beschäftigten ist das arbeitsmedizinische Zentrum der Erste Bank. Dieses bietet Unterstützung bei psychischen Belastungen wie nach einem Banküberfall, aber auch Hilfe bei privaten Problemen wie Scheidung oder Tod eines Angehörigen.

Wichtig sei, dass die KollegInnen darauf vertrauen können, dass die ärztliche Schweigepflicht streng eingehalten wird, sagt Betriebsrätin Ilse Fetik. Eva Höttl, Leiterin des Zentrums: „Wir waren anfangs

„Ich fordere Respekt vor der Leistung der ArbeitnehmerInnen – nicht ständig mehr Druck.“

Rudi Kaske, AK Präsident



AK Präsident Rudi Kaske: Unternehmen sollen von Beschäftigten „nicht ständig mehr verlangen, ohne etwas dafür zu geben“

skeptisch, ob die MitarbeiterInnen mit ihren Problemen zu uns kommen würden, aber das Angebot wurde im Lauf der Zeit immer besser angenommen.“

Zusätzlich gibt es einen Leitfaden für Führungskräfte zu den Themen Alkoholprobleme oder Essstörungen, eine Betriebsvereinbarung für partnerschaftliches Verhalten und klare Konsequenzen bei Fehlverhalten wie Mobbing. Ilse Fetik sieht ganz klar, warum die Erste Bank sich hier über das gesetzliche Maß hinaus engagiert: „Unser Haus macht das nicht aus reiner

Menschenliebe, sondern weil es sich wirtschaftlich bezahlt macht.“ ■ SONJA BETTEL

Selbsthilfe gegen Arbeitsdruck

FÜR SIE Was Sie tun können, damit Sie nicht ständig Stress haben.

- **Wenn Sie Ihre Arbeit selbst einteilen müssen,** machen Sie sich einen realistischen Plan und denken Sie auch an Pufferzeiten für Unvorhergesehenes und Pausen.
- **Schaffen Sie sich für schwierige Aufgaben** Zonen und Zeiten der Ruhe. Sorgen Sie dafür, dass diese respektiert werden, etwa durch ein Schild an der Tür.
- **Sie müssen nicht immer erreichbar sein,** schon gar nicht in der Freizeit und im Urlaub. Wenn nicht „der Hut brennt“, müssen Sie nicht jedes Mail (sofort) beantworten.
- **Wenn Sie ständig zu viel Arbeit aufgehalst bekommen:** Schreiben Sie eine Woche lang genau auf, was Sie machen und wie lange es dauert. Notieren Sie auch Unterbrechungen durch den Chef und andere Störungen. Wenn Sie noch mehr tun sollen, können Sie das vorlegen.
- **Wenn der Druck nicht nachlässt:** Holen Sie Hilfe beim Betriebsrat oder bei der AK.