



# Ohne Pillen geht im



## Job nichts mehr!

**DRUCK. Kaffee als Aufputzmittel und Alkohol als Job-Frustkiller waren gestern. Vermehrt können Steirer nur mit Pillen den Arbeitsalltag überstehen.**

Von Johanna Vučak  
✉ johanna.vucak@grazer.at

Psychische Probleme aufgrund von Überforderung im Job sind mittlerweile eines der Hauptthemen, wegen denen Steirer bei Ärzten, Psychologen und diversen Beratungseinrichtungen vorstellig werden – und da schlagen die Experten jetzt einmal mehr Alarm: Arbeitnehmer brauchen nämlich vermehrt leistungssteigernde Drogen und andere Suchtmittel, um den Arbeitsalltag bewältigen zu können. Sprich: Zu Kaffee und Energydrink als Aufputzmittel kommen jetzt oftmals auch Psychopharmaka. „Jeder zweite Steirer erkrankt mittlerweile im Laufe eines Jahres ein-

mal an einer psychischen Störung – und das hat sehr oft auch mit Überlastung im Beruf zu tun. Ebenso die Tatsache, dass Antidepressiva inzwischen eines der am meisten verschriebenen Medikamente sind. Das ist absolut alarmierend“, betont der Psychiater und Burnout-Experte **Dietmar Bayer**.

Und auch **Karl Schneeberger**, Leiter der Abteilung Arbeitnehmerschutz der AK diagnostiziert: „Bei unseren Beratungen hören wir vielfach, dass Menschen zu Tabletten greifen müssen, um am Arbeitsplatz überhaupt noch ‚funktionieren‘ zu können, das ist immer wieder Thema.“ Wie überhaupt Beratungen rund um Überlastung und Burnout mittlerweile einen Hauptteil der Arbeit der Abteilung ausmachen. Schneeberger: „Steigender Leistungsdruck, Personalreduktion, häufige Umstrukturierungen und mangelnde Wertschätzung setzen den Menschen am meisten zu.“ Und wenn laut Statistik Austria bereits 120.000 Steirer Medikamente gegen Depressionen einnehmen, ebenso viele mehr oder weniger regelmäßig zu Schlaftabletten greifen und sieben Prozent Anspannung

mit Tabletten bekämpfen, dann sind sich die Fachleute ebenfalls darüber einig, dass zu einem wachsenden Teil Probleme rund um den Job die Auslöser dafür sind.

### Enorme Kosten

Und sie prognostizieren: In Zukunft wird das für unser Land einen enormen volkswirtschaftlichen Schaden bedeuten. Allein die Folgen des hohen Alkoholkonsums, beliebtes Mittel gegen Jobfrust, haben Österreich 2011 ein volkswirtschaftliches Minus von 738 Millionen Euro beschert – durch Arbeitsausfälle, Therapien usw. Übrigens: Psychisch Kranke fallen am Arbeitsplatz dreimal länger aus als andere Kranke – durch psychische Leiden bedingte Krankenstände dauern im Schnitt 37 Tage.

**Paul Jiménez**, Burnout-Experte und Experte für Arbeits- und Organisationspsychologie: „Leider fehlt in Betrieben noch vielfach das Bewusstsein für gesunde Führung. Aber wenn sich die Mitarbeiter schon mit Pillen aufrecht halten müssen, und das gibt es leider, wird früher oder später auch die Firma zu leiden beginnen.“

### Kurz gefragt ...



#### ... Paul Jiménez

**1 Wo hakt es in den Unternehmen diesbezüglich am meisten?**

**Jiménez:** Arbeitsintensität, Arbeitsabläufe, soziales Umfeld, Wertschätzung – da läuft Vieles nicht optimal.

**2 Mit welchen Folgen?**

**Jiménez:** Vielfach versuchen Mitarbeiter, das alles zu bewältigen, aber irgendwann geht es nicht mehr. Leistungsabfall und Demotivation schaden dann auch der Firma.

**3 Wie lässt sich da gegensteuern?**

**Jiménez:** Wenn es beim Personal krankt, kostet das das Unternehmen viel Geld – das muss erkannt werden. Investitionen in Evaluierungen und entsprechenden Maßnahmen rechnen sich.