



Mit Haufe wissen Sie, was zu tun ist. Versprochen.

HAUFE.



INTRO SITEMAP INFODESK SUCHE PRESSE MEDIADATEN KONTAKT HOME

INFOZENTRUM

DIENSTLEISTUNGSZENTRUM

PRODUKTZENTRUM

RECHTSZENTRUM

FORSCHUNGSZENTRUM

MEDIATHEK

Pressemeldung der Universität Duisburg-Essen

Stress und Burnout in der IT-Branche

Wie Prävention in der Praxis gelingt

14.12.2010

Stress und Burnout in der IT-Branche

Wie Prävention in der Praxis gelingt

Von der einst "schönen neuen Arbeitswelt" ist die Informationstechnik-Branche (IT) inzwischen weit entfernt: Der Preis- und Kostendruck im Projektgeschäft mit immer engeren Zeit- und Budgetvorgaben bringt viele Beschäftigte an die Leistungsgrenze. Psychische Erschöpfungszustände sind unter IT-Spezialisten weit verbreitet. Die Ursachen für Stress und Burnout und wie man in der Praxis vorbeugen kann, untersucht eine aktuelle Publikation aus dem Institut Arbeit und Qualifikation (IAQ) der Universität Duisburg-Essen.

Der Sammelband enthält die Ergebnisse des dreieinhalbjährigen BMBF-geförderten Projektes "Demografischer Wandel und Prävention in der IT-Wirtschaft". Am Forschungsverbund "DIWA-IT" waren neben dem IAQ das Institut für Sozialwissenschaftliche Forschung (ISF/München) sowie das Büro Moderne Arbeitszeiten (Dortmund) beteiligt.

"Arbeitsausfälle und Leistungsprobleme, verursacht durch Stress und Burnout, treten in zunehmend mehr Unternehmen der IT-Branche offen zutage", so die Herausgeber Dr. Anja Gerlmaier und Dr. Erich Latniak. Dennoch werde das Thema bisher eher als individuelles Schicksal betrachtet, dessen Ursachen primär in der Person, etwa ihrer Überengagiertheit, ihrem möglichen Alkoholkonsum oder gesundheitlichen Vorerkrankungen gesucht werden. Damit werde allerdings die Chance vertan, auch die arbeitsbedingten Ursachen für Überforderungen zu identifizieren. Durch betriebliche Prävention kann die Arbeits- und Leistungsfähigkeit der "modernen Wissensarbeiter" dauerhaft gesichert werden.

Stresspräventionskonzept

Neben einer Bestandsaufnahme der Belastungs- und Gesundheitssituation in der IT-Wirtschaft sollte in dem Projekt das Problembewusstsein für Fragen des demografischen Wandels und der Prävention in IT-Unternehmen und -Verbänden geschärft werden. Es ging um gute Praxislösungen für Arbeitsgestaltung und Unternehmenskultur und neue Präventionskonzepte speziell für verschiedene Phasen wie Berufseinstieg, Führung, Familienphase, ältere Beschäftigte. Erste Ergebnisse und Erfahrungen mit einem vom IAQ entwickelten Stresspräventionskonzept zeigen, dass etwa zwei Drittel der Teilnehmer auch ein Jahr nach Abschluss ihres Workshops die dort vermittelten Ansätze zur Stressminderung anwenden.

Zahlreiche Fallbeispiele belegen, wie Konzepte zur Stressprävention gemeinsam von Belegschaft, Management und Interessenvertretung erarbeitet und umgesetzt werden können. Unter anderem werden Ideen gerade für kleine und mittelständische Unternehmen vorgestellt, oder ein flexibles Arbeitszeitmodell in einem Pilotbetrieb, das den betrieblichen und Kunden-Anforderungen genügt und gleichzeitig durch individuelle Zeitspielräume und Pausengestaltung die Work-Life-Balance der Beschäftigten verbessert.

Weitere Informationen:

<http://www.asanger.de/titeluebersicht/arbeitsbetrieb/burnout-in-der-it-branche.php>

Umfang: Anschläge:

Fotos: nein

Herausgeber: Universität Duisburg-Essen 

Quelle/Urheber: Universität Duisburg-Essen