

**Mehr Beratung gegen Burnout soll Leid und Kosten mindern**Tiroler Tageszeitung/Sonntags Ausgabe | Seite 14 | 17. Dezember 2023
Auflage: 85.907 | Reichweite: 262.000

pro mente OÖ

Mehr Beratung gegen Burnout soll Leid und Kosten mindern

Jeder fünfte Arbeitnehmer droht auszubrennen. Die Wartezeiten in der Lanser Reha-Klinik betragen fast ein halbes Jahr. Der ÖGB startet eine Kampagne.

Von Alexandra Plank

Innsbruck – Noch immer wird in Österreich zu wenig Augenmerk auf die Prävention von Krankheiten gelegt, sagen Experten in Endlosschleife.

Tirols ÖGB-Chef Philip Wohlgemuth fordert nun mehr Präventionsstellen gegen Burnout. Eine Aufklärungskampagne soll dazu beitragen, das Thema zu enttabuisie-

„Viele Unternehmen sind bei der Burnout-Prävention, die gesetzlich vorgeschrieben ist, säumig.“

Philip Wohlgemuth
(Tiroler ÖGB-Chef)

ren: „Sehr viele Tiroler ArbeitnehmerInnen befinden sich seit Jahren im Dauerstress: chronischer Personalmangel, Überlastung, kaum Zeit zum Durchschnaufen.“ Die Anspannung münde nicht selten im Burnout. Dies sei mittlerweile eine Volkskrankheit. Laut einer Erhebung der Arbeiterkammer ist jeder fünfte Arbeitnehmer Burnout-gefährdet. Wohlgemuth fordert nun eine niederschwellige, kostenfreie und anonyme Präventionsstelle auch für die Bezirke. Ein digitaler Wegweiser soll an bestehende Hilfsan-

gebote vermitteln. „Wir müssen handeln, ehe die Krankheit entsteht. Die Menschen benötigen Hilfe beim Ausstieg aus dem Hamsterrad“, sagt er.

Eine Aufklärungskampagne soll das Thema enttabuisieren. „Sehr viele Betroffene schämen sich. Vielen ist nicht klar, dass sie längst im Burnout stecken. Je länger man weitermacht, desto länger dauert es, herauszukommen“, sagt er (siehe Bericht unten).

Doch nicht nur menschliches Leid kann durch Prävention verhindert werden. Eine Studie der Johannes Kepler Universität Linz (2014) zeigt, dass die späte Diagnose einer Burnout-Erkrankung Kosten von bis zu 130.000 Euro pro Person verursachen kann. Werden diese früh diagnostiziert, könne der volkswirtschaftliche Schaden auf 1500 bis 2300 Euro



Jeder Fünfte bis Sechste ist Burnout-gefährdet, besonders PflegerInnen, aber auch Mütter. Foto: iStock

reduziert werden. Laut ÖGB ist die beste Burnout-Prävention die gesetzlich vorgesehene Evaluierung arbeitsbedingter psychischer Belastungen. Leider seien viele Unternehmen diesbezüglich säumig.

Die Österreichische Gesellschaft für Arbeitsqualität und das Anton Proksch Institut Wien haben eine repräsentative Studie zum Burnout-Syndrom durchgeführt

(2016/17). Durch die Studie wurden fördernde Faktoren identifiziert: Diese sind etwa Führungsaufgaben, Unterbezahlung und das Fehlen von Privatsphäre, aber auch eine Wochenarbeitszeit über 40 Stunden und Schichtdienst.

Wer im Teufelskreis Erschöpfung gefangen ist, braucht vor allem Geduld. Derzeit liegt die Wartezeit in der Rehaklinik Sonnenpark Lans

bei sechs Monaten. Susanne Baumgartner, ärztliche Leiterin, sagt, die Wartezeiten seien österreichweit gleich lang: „Natürlich besteht Bedarf an mehr Betten, aber wir haben bereits Probleme, genug medizinisches Personal zu finden.“

Prävention müsse früh ansetzen: „Es wäre wichtig, in der Schule zu beginnen, Kindern Werkzeuge zu geben, wie man Stress bewältigt.“