

# „Arbeiten rund um die Uhr - die verhängnisvolle Freiheit, immer gebraucht zu werden“

## Fachtagung der Sonntagsallianz Rheinland-Pfalz in Mainz macht Risiken unrhythmischer Arbeits- und Lebensweisen deutlich

Mainz/ Rheinland-Pfalz. Am Montag, dem 04. November 2013 ging es im Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der EKH (ZGV) um eine fundamentale Entwicklung, die die Gesellschaft und Arbeitswelt aktuell und noch mehr in Zukunft beeinträchtigen und umformen wird. Über 30 Interessierte, überwiegend aus Gewerkschaft, Betriebsratsarbeit, Kirchlichen Einrichtungen und Berufen folgten der Einladung der Allianz für den freien Sonntag Rheinland- Pfalz und ließen sich auf kompetent besetzte Vorträge, Diskussionsforen und Workshops ein. Das Ergebnis war eindeutig: Alle vom Normalarbeitsverhältnis abweichenden Beschäftigungsverhältnisse führen in der Konsequenz zu deutlich höherem Unfallrisiko, höherem Krankheitsrisiko und haben Auswirkungen auf das soziale Gefüge, dem Freizeitverhalten und erhöhen das Risiko, arbeitsunfähig zu werden, ganz erheblich. Der neueste Trend: Arbeiten während arbeitsfreier Zeit.

### Arbeit zu unüblichen Zeiten – Mit enormen Risiken für Gesundheit, Familie und Gesellschaft

Arbeit müsse so gestaltet sein, sagte Oberkirchenrat Christian Schwindt in seinem Begrüßungswort, dass sie das Wohl des Menschen in den Blick nimmt. Denn sonst würden sozialstaatliche Perspektiven in Frage gestellt, was sich heute bereits abzeichne. „Die Frage, welche Gesellschaft wir haben wollen, ist schließlich auch aus der Sicht ökonomischer Interessen nicht ganz zu revidieren“, so Schwindt.

Als Sprecher der Allianz für den freien Sonntag Rheinland-Pfalz hieß dann Manfred Thesing die Anwesenden herzlich willkommen und hob das bewährte Miteinander von Kirchen, Gewerkschaft, Organisationen und Verbänden hervor, die eine solche Tagung ermöglichten.

Prof. Dr. Friedhelm Nachreiner von der Gesellschaft für Arbeits-, Wirtschafts-, und Organisationspsychologische Forschung e. V. Oldenburg (GAWO), brachte anhand empirisch erfasster arbeitswissenschaftlicher Erkenntnisse zu den gesellschaftlichen, individuell-lebensgestalterischen sowie arbeitsweltbezogenen Auswirkungen der „Rund-um-die-Uhr-Gesellschaft“ auf den Fokus: Einerseits sei der natürliche soziale Rhythmus der Menschen in den letzten Jahrzehnten konstant geblieben und dass es daher andererseits zu Störungen, Unfallrisiken, Beschwerden gesundheitlicher und sozialer Art dann verstärkt kommt, wenn Arbeit und Freizeit sich überschneiden. Und wenn zu unüblichen Zeiten gearbeitet wird.

Inzwischen arbeiten gerade noch knapp 20% der abhängig Beschäftigten in Deutschland in einem „Normalarbeitsverhältnis“ und zur „Normalarbeitszeit“, grob umschrieben mit sozialversicherungspflichtig angestellt, 8 Stunden täglich in einer 5-Tage-Woche, das Wochenende arbeitsfrei, mit einem Einkommen zum Auskommen, usw. . Schichtarbeitsmodelle, Wochenendarbeit, Nacharbeit usw. seien auch europaweit stark auf dem Vormarsch, so die Studie der GAWO.

„Bereits ab einer Arbeitszeit von über 7 Stunden Dauer an einem Tag steigt das Unfallrisiko nicht nur am Arbeitsplatz rasant an“, alarmiert Nachreiner, „und eine Verlängerung der Schichten bedeutet exponentielles Ansteigen und massives Risiko psychovegetativer Beschwerden: Verlängerung und Flexibilisierung der

Arbeitszeit können für die Arbeitswelt also keine Lösung sein, weil in der Konsequenz nicht effizient“, so der Forscher. Desynchronisation rhythmisch gesteuerter Prozesse hätten konkret zur Folge: Störungen der Leistungsfähigkeit, Schlafstörungen, Störungen des Verdauungssystems, Herz-Kreislaufprobleme, soziale Beeinträchtigungen und dergleichen. Es gebe sogar Hinweise, dass Krebserkrankungen Folge von Nacharbeit sein könnten.

Die Folgen dieser Einzug haltenden „Rund-um-die-Uhr-Gesellschaft“ seien aber nicht zuletzt auch für das Familien – und Gesellschaftsleben spürbar. Wer längerfristig in Nacht-Wochenend- oder Schichtarbeit arbeitet, kann an weiten Teilen des gesellschaftlichen Lebens nicht teilnehmen, kann nur schwer Verantwortung für das Gemeinwohl übernehmen, kann kaum gesellschaftlich mitgestalten. Ein Amt in der kommunalen Selbstverwaltung, in einem Sportverein oder das regelmäßige und verlässliche Ausüben eines Ehrenamts sind für zu unüblichen Zeiten Arbeitende kaum vorstellbar.

Das geht so weit, dass es zu sozialer Vererbung von Benachteiligung an die Kinder geht im Sinne einer Übernahme eines Mechanismus, der verhindert, dass Kinder aufsteigen. Ganze bestimmte gesellschaftliche Gruppen würden von Teilnahme und Teilhabe ausgegrenzt. „Es handelt sich um Verzicht auf die Nutzung erschließbarer Humanressourcen“, bringt es Nachreiner auf den Punkt.

Nicht zuletzt sei aber auch die „Arbeit während der arbeitsfreien Zeit“ auf dem Vormarsch. Was sich zunächst paradox anhört, kennen eigentlich fast Alle aus dem eigenen erleben. Man ist permanent erreichbar und verfügbar, liest E-Mails auch am Feierabend, hat das Handy im Urlaub angeschaltet. Das ist verlockend und tückisch zugleich: Man bekommt vom Vorgesetzten einen Anruf mit einer Frage, fühlt sich dadurch vielleicht wertgeschätzt und steht aber unter einer dauerhaften Anspannung. Es könne zu einer Desynchronisation der persönlichen Zeitstrukturen der Betroffenen kommen. Zu einem Verlust normativer Bindungen und zu einer Veränderung von Werthaltungen, beispielsweise hinsichtlich der Präferenzordnung zwischen Arbeit und Leben. Mehr noch: Es könnten schließlich gesamtgesellschaftliche Änderungen eintreten, wenn infolgedessen ganze soziale Strukturen auseinanderbrechen, weil es zu einer verstärkten Werteverchiebung von Solidarität zur Individualität kommt. Letztendlich zur Diffusion von Werten und Normen, zur Anomie.

Eine zeitliche Kompensation für die Arbeit zu unüblichen Zeiten ist für Prof. Nachreiner zwar theoretisch denkbar, indem über logistische Regressionen und Risikoschätzungen, die sich aus dem Beschwerdepotenzial ergeben, zeitliche Abschläge in die Wochenarbeitszeit einbauen würde. „Doch eine solche Kompensation würde sich wirtschaftlich kaum lohnen“, urteilt Nachreiner, „vermutlich würden viele Unternehmen dabei das Interesse an solchen unüblichen Arbeitszeitformen verlieren“. Denn davon ausgehend, dass in einem bestimmten Arbeitsverhältnis abends, samstags und sonntags gearbeitet wird, würden gerade noch 20 Wochenstunden übrig bleiben.

Zusammenfassend stellt Prof. Nachreiner fest, dass für Menschen gesellschaftlich garantierte gemeinsame freie Zeiten und ein regelmäßiger Wochenrhythmus unverzichtbar sind; atypische Beschäftigungsverhältnisse gefährden den Biorhythmus und die Gesundheit, den gesellschaftlichen Zusammenhalt und nicht zuletzt auch die Wirtschaft.

### **Psychische Krankheiten bereits auf Platz Zwei**

Roland Peters von der DAK-Gesundheit, Regionalzentrum Mainz, machte gleich zu Beginn seines Vortrages „Sind wir heute anders krank? - Auffälligkeiten aus dem DAK-Gesundheitsreport“ deutlich: „Psychische Erkrankungen sind inzwischen auf den zweiten Platz vorgerutscht und kommen gleich nach Muskel- und Skeletterkrankungen“, so Peters. Dennoch seien psychische Krankheitsbilder oft verborgen

hinter anderen Diagnosen. Und viele Versicherte trauten sich nach wie vor nicht, mit dem Arzt über psychische Erkrankungen zu sprechen, so die Erkenntnisse des Gesundheitsreports, die auf einer Untersuchung des IGES-Instituts beruhen. Von einer Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen könne ebenfalls nicht die Rede sein. Sicherlich sei ein gewichtiger Grund für die gestiegene Diagnostizierung psychischer Krankheiten auch eine wachsende Sensibilisierung bei Hausärzten und Patienten, schätzt Peters ein. Häufiger als früher werde man mit psychischen Erkrankungen als „krankheitswertig“ betrachtet und man gestehe sich eine psychische Erkrankung häufiger selbst ein.

Die Fakten sprechen eine klare Sprache: Seit 1997 sind die Fehltage aufgrund psychischer Erkrankungen um 165% angestiegen. Im Jahr 2012 betrug die Anzahl der AU-Tage aufgrund psychischer Erkrankungen 203,5 pro 100 Versichertenjahre, so der Report. Auch der Zusammenhang mit wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Krisen lässt sich am Entwicklungsdiagramm des AU-Geschehens klar ablesen: Starke Steigerungen gab es besonders zwischen den Jahren 2006 – 2009; die Einsparungen beim Personalstand wurden seit damals nicht mehr zurückgedreht u.a. was Arbeitsverdichtung, Restrukturierungsmaßnahmen angeht. Die Diagnose „Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen“ ist in diesen Krisenjahren um 25% auf 200 AU-Tage pro 100 Versichertenjahre angestiegen, eine Trendwende ist nicht in Sicht. Insbesondere im Gesundheitswesen und in der öffentlichen Verwaltung treten psychische Erkrankungen zunehmend auf.

### **Erreichbarkeit außerhalb der Arbeitszeit nimmt zu**

Die Beschäftigtenbefragung, die für den Gesundheitsreport durchgeführt wurde, ergab, dass dem Ausmaß der Erreichbarkeit außerhalb der Arbeitszeit eine Schlüsselrolle zukommt. „Denn gerade die geringe und mittlere Erreichbarkeit ist in den letzten Jahren im zweistelligen Prozentsatz gestiegen und je stärker die Erreichbarkeit der befragten ArbeitnehmerInnen, desto höher das Risiko, an einer Depression zu erkranken“, machte der DAK-Gesundheitsexperte deutlich.

Fazit: Wir sind heute tatsächlich „anders krank“. Waren es vor wenigen Jahren noch Atemwegserkrankungen sowie Herz-Kreislauf-Beschwerden, so sind es heute ganz klar die psychischen Krankheitsbilder, die bei Erkrankungen von ArbeitnehmerInnen dominieren.

### **Lösungsansätze: Zwischen Individueller Verantwortung und Kulturwandel in den Betrieben**

Am Nachmittag teilten sich die TeilnehmerInnen in zwei Workshops auf. Margarete Szpilok, Diplom-Psychologin aus Frankfurt a. Main, thematisierte die Gesundheitsförderung in der Praxis und erarbeitete Überlegungen für den Aufbau eines betrieblichen Gesundheitsmanagements.

Es bedürfe eines Studienkreises in einer Firma, der sich mit Fragen des Nutzens, der Art und Weise, des Angebotsformats oder beispielsweise der Häufigkeit der Angebote betrieblicher Gesundheitsförderung beschäftigt. Eine Steuerungsgruppe würde sich dann mit der Implementierung des Gesundheitsmanagements beschäftigen und die eigenen MitarbeiterInnen dahingehend als Spezialisten ansehen

Petra Stay, Gesundheitsberaterin bei der DAK-Gesundheit, Mainz stellte in ihrem Workshopangebot nochmals das Update psychische Krankheiten im betrieblichen Kontext, dessen Ursachen, Auswirkungen und Lösungen in den Mittelpunkt. Ständige berufliche Überlastung können ein übersteigendes Selbstvertrauen wie auch ein fehlendes Selbstvertrauen oder auch Suchtverhalten oder Rückzug zur Folge haben, hielten die TeilnehmerInnen nochmals fest.

Als Lösungsmöglichkeiten arbeitete dieser Workshop individuelle Auszeiten, Besuch und Einbeziehung von Beratungsstellen oder auch Supervision heraus. Drei Bausteine waren dieser Arbeitsgruppe dabei wichtig: Zum einen die Verantwortung einer/ eines Jeden für sich selbst, also die Prävention bzw. die Selbsthilfe.

Dann auch das Betriebliche Eingliederungsmanagement und schließlich die Betriebliche Gesundheitsförderung.

Im abschließenden Plenum wurden zwei offene Fragen nochmals angesprochen und diskutiert. Einmal die Arbeitsverdichtung und ständige Erreichbarkeit als krank machende Ursache. Beides gehöre beachtet und kritisch hinterfragt – das eigene Konsumverhalten zum einen, denn es wird einem ja sehr leicht gemacht, praktisch jederzeit zu bestellen, zu kaufen, zu konsumieren sowie Dienstleistungen abzufragen. Zum anderen aber auch die zunehmenden Öffnungszeiten der Läden auch an außergewöhnlichen Zeiten oder die unsäglichen kommerziellen Sonntagsflohmärkte, die das Land Rheinland-Pfalz wieder zulassen will: So lange niemand dagegen klagt, laufen diese Entwicklungen weiter.

Die zweite Plenumsfrage war, wie man einen Kulturwandel in den Betrieben selbst hinbekommen könne. Denn es fehlt an Solidarität, einhergehend mit der Grundhaltung: „Mir ist es egal, wenn der andere arbeiten muss“. Dann aber auch der wachsende Druck in den Firmen von oben. Man wird immer mehr so behandelt als hätte man Werkverträge und die Arbeit sei die eigene Arbeit der Angestellten. „Mitarbeiter sind Mitarbeiter“, fasste das Plenum die Prämisse zusammen.

### **Resolution an die Landesregierung Rheinland-Pfalz: „Keine Zustimmung zum Entwurf des LMAMG!“**

Aus aktuellem Anlass und im Sinne der Erkenntnisse aus der Fachtagung verabschiedeten die Gründungsmitglieder der rheinland-pfälzischen „Allianz für den freien Sonntag“ stellvertretend für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Tagung einstimmig die Resolution, die Landtagsabgeordneten aufzufordern, dem vorliegenden Entwurf des Landesgesetzes über Messen, Ausstellungen und Märkte (LMAMG) nicht zuzustimmen. Denn es würde insgesamt acht Sonntage im Jahr für gewerbliche Marktzwecke gestatten und eine weitere Aushöhlung des Sonntagsschutzes zur Folge haben. Die „Allianz für den freien Sonntag“ weist darauf hin, dass es infolge einer Zustimmung zu diesem Gesetz im Landesparlament zu erneuten Klagen komme werde, da der verfassungsmäßige Schutz des Sonntags nicht hinreichend gewürdigt werde.

Mehr zum Thema unter [www.sonntagsallianz-rlp.de](http://www.sonntagsallianz-rlp.de)