

«Nicht alle kommen mit Homeoffice-Trend klar»

Psychische Gesundheit Die Fälle von psychischen Erkrankungen nehmen zu und beeinträchtigen die Arbeitswelt. Eine regionale Studie der Handelskammer zeigt, dass über die Hälfte der Arbeitnehmenden betroffen ist.

Gabriele Spiller

Die steigende psychische Belastung der Angestellten fordert die Unternehmen in Winterthur und der Region. Eine wenige Monate alte Umfrage der Handelskammer und Arbeitgebervereinigung Winterthur (HAW) und des lokalen KMU-Verbands hat ergeben, dass mehr als die Hälfte der Befragten angaben, schon von «psychischen Problemen» betroffen gewesen zu sein. Der am häufigsten genannte Grund: zunehmender Druck bei der Arbeit. Zweithäufigster aber auch: die «Empfindlichkeiten» hätten zugenommen.

Im Jahr 2023 machten laut IV-Statistik des Bundesamts für Sozialversicherungen psychische Krankheiten 52 Prozent der Invalditätsrenten aus. Auch bei der Handelskammer und Arbeitgebervereinigung Winterthur und beim lokalen KMU-Verband würden steigende Absenzen am Arbeitsplatz regelmässig diskutiert und es werde vermutet, dass die psychischen Erkrankungen zugenommen hätten, sagt Ralph Peterli, Geschäftsführer HAW.

Teamkultur bleibt auf Strecke

Und so führte die HAW eine Onlinebefragung unter seinen Mitgliedern durch, bei der insgesamt 279 Personen mitmachten, von CEOs bis zu Lernenden aus Winterthur und Region. Schliesslich verursacht die Zunahme psychischer bedingter Absenzen auch steigende volkswirtschaftliche Kosten. Das Ergebnis habe sogar die Studienautoren der Workmed AG überrascht, so Peterli. Über die Hälfte der Teilnehmenden gaben an, selber schon von psychischen Beeinträchtigungen wie negativen Gedanken oder auch psychischen Krankheiten oder Krisen betroffen gewesen zu sein. «Die Ursache ist meist eine Kombination aus mehreren Faktoren», sagt Peterli. Einflussfak-



Einsames Arbeiten im Homeoffice kann psychisch belasten. Archivfoto: Matthias Spicher

tor Nummer 1 ist laut Studie ein belastendes Teamklima, gefolgt von privaten Problemen. Auch die Winterthurer Arbeitspsychologin Barbara Gözl beobachtet in ihrer über 20-jährigen Praxis, dass sich Fälle von psychischen Beeinträchtigungen, die letztlich in Langzeitabsenzen münden, mehren. Die Gründe seien komplex. Erhöhte psychosoziale Risiken sieht sie auch in der vermehrten Homeoffice-Arbeit.

«Für einige ist es wichtig und effizient, remote arbeiten zu können», sagt sie, «aber nicht alle kommen damit klar.» Den offensichtlichen Vorteilen, vor allem verkehrstechnisch, stehe die Abgeschiedenheit vom Team ge-

genüber. Manchen falle es schwer, sich tagelang selbst zu organisieren. Bei anderen vermischten sich Arbeit und privates familiäres Leben so sehr, dass sie nicht mehr abschalteten und auch Arbeitszeiten nicht einhielten: «Doch wer überprüft das?»

In der Umfrage zeigte sich, dass der Druck vielschichtig ist: Ein belastendes Teamklima, private Probleme sowie die Unternehmenskultur waren die häufigsten Gründe. Doch auch für die Führungskraft sei es viel schwieriger, unter Remote-Workern eine gute Teamkultur zu gewährleisten, gibt Gözl zu bedenken. Die Swica-Versicherung, welche die Studie mit finanziert

und geleitet hat, versucht, den Homeoffice-Trend mit eigenen Massnahmen gesundheitsverträglich abzufedern.

Immer noch ein Tabu

«Wir haben Teamtage eingeführt, wo man sich regelmässig, zum Beispiel zum Brunch, trifft», sagt Geschäftsleitungsmitglied Andreas Koller. Dort stellten sich Abteilungen vor, man lege gemeinsame Ziele fest und esse dann gemeinsam. Ausserdem habe man eine Anleitung für die Mitarbeitenden erstellt, die erklärt, wie man mit psychischen Leiden im Kollegenkreis umgehen sollte. «Wir kommunizieren, wie man als Team reagieren sollte.»

Dieser Aspekt ist auch für die Psychologin zentral: «Psychische Erkrankungen sind vonseiten der Betroffenen oft schambehaftet, und die Arbeitgeber wollen niemanden mit Fragen zusätzlich unter Druck setzen.» Eine zentrale Aussage der Studie lautet: Fast 70 Prozent der Führungskräfte sind unsicher, wie sie bei der psychischen Beeinträchtigung eines Mitarbeitenden handeln sollen – und genauso viele wissen eher, wie sie mit körperlichen Einschränkungen umgehen würden.

«Viele Vorgesetzte nehmen Anzeichen psychischer Erkrankungen zu lange gar nicht wahr», sagt Gözl, «erst wenn die Leute



Die Arbeitspsychologin Barbara Gözl berät. Foto: Sabine Fock

Langzeit ausfallen.» Dann ginge es aber meist nur noch um Schadensbegrenzung. Auch Koller wirbt dafür, bei Anzeichen wie sporadischen Kurzvakanzen Spezialisten von der Krankenkassengeldversicherung hinzuzuziehen. Sie könnten im betrieblichen Gesundheitsmanagement niederschwellig unterstützen und abklären, wie man den Menschen im Arbeitsprozess halten könne.

Barbara Gözl streicht aber auch die Eigenverantwortung der Arbeitnehmenden heraus. «Oft könnten Absenzen vermieden oder verkürzt werden, wenn sich Mitarbeitende von sich aus früher an ihre Vorgesetzten wenden würden.» Doch manche befrühten, daraus Nachteile zu erfahren.

Barbara Gözl rät deshalb, das Vorgehen im Unternehmen zu regeln und zu schulen. «Wenn Einzelne mehrmals innert ein paar Monaten auch nur kurzzeitig fehlen – wo man noch kein Arztbesuch braucht – sollten Vorgesetzte nachfragen, etwa: Gibt es etwas, was ich wissen müsste oder wo ich dich unterstützen könnte?» In vielen Fällen seien Betroffene enorm erleichtert, wenn sie eine unterstützende Haltung spürten und offen reden könnten.

Nach dem Gewinn der WM-Medaille ins Stadthaus eingeladen

Schulstadträtin Martina Blum ehrt Lernenden Der Automatiker Leon Bamert holte an den Worldskills Platz zwei in der Kategorie «Industrie 4.0».

Nur die Chinesen waren besser in der Kategorie «Industrie 4.0» an den diesjährigen Worldskills in Lyon, wo die besten Lernenden gegeneinander antreten. Leon Bamert und Maurin Schickli hatten sich nach einem vier Tage langen Intensiv-Wettkampf die Silbermedaille geholt. Die Ausbildung zum Mechatroniker hatte Bamert, der in Dinhard wohnt, an der städtischen Mechatronikschule Winterthur MSW gemacht. Ehre, wenn Ehre gebührt: Gestern lud ihn Schulstadträtin Martina Blum (Grüne) – ihres Zeichens Physikingenieurin – ins Stadthaus ein und gratulierte ihm herzlich.

Nach dem Sieg an den Swisskills hatte sich das Duo Bamert/Schickli das Ticket für die Weltbühne gesichert. Die erste Hürde hat inzwischen ein weiteres lokales Berufstalent genommen: die Winterthurerin Ursina Caviezol vom Montessori-Kinderhaus. Sie machte letzte Woche beim regionalen Berufswettbe-

Nach einem vier Tage langen Intensiv-Wettkampf die Silbermedaille gewonnen.

werb der Fachfrauen und Fachmänner Betreuung den ersten Platz und darf im Herbst an die Swisskills in Bern.

Till Hirsekorn



Leon Bamert, flankiert von Olivier Habegger, Chef de Mission, Markus Hitz, Direktor MSW, Martina Blum mit Weibel Marco Fink (v.l.). Foto: Christian Merz