

Allianz Studie:  
Wie gestresst ist Österreich?

Dr. Inge Schulz  
Leiterin der Abteilung  
Human Resources  
Allianz Gruppe in Österreich

Wien, 22. Februar 2017

# Presse- gespräch

## Allianz Arbeitsmarkt-Studien

- Das Allianz Arbeitsmarktbarometer ermittelt regelmäßig die Einstellungen, Perspektiven und Prioritäten berufstätiger Menschen in Österreich
- Bisherige Studien:
  - Berufszufriedenheit der Österreicherinnen und Österreicher
  - Die berufliche Situation der Frauen in Österreich
  - So erleben die Österreicherinnen und Österreicher ihre ersten Berufsjahre
  - Berufszufriedenheit der Migrantinnen und Migranten

## Volkskrankheit Stress & Burnout

- 5-6 Prozent der Arbeitnehmer (ca. 220.000 Personen) leiden an psychischen Erkrankungen\*
- Rund 1 Million Österreicherinnen und Österreicher sind latent Burnout-gefährdet\*\*
- 66.348 Personen sind aufgrund psychischer Erkrankungen in Frühpension (37.505 Männer, 28.843 Frauen) – das ist mehr als ein Drittel aller Frühpensionisten\*\*\*

\* Quelle: Statistik Austria

\*\* Quelle: Burnout Network Austria

\*\*\* Quelle: PVA

## Allianz Stress-Studie

- Wie hoch ist die Stressbelastung im Berufs- und Privatleben?
- Welche Berufsgruppen empfinden den meisten Stress?
- Bei wem ist das Burnout-Risiko am größten?
- Was sind die stärksten Stressfaktoren?
- Wie wird gegen erhöhte Stressbelastung gekämpft?
- Was erwartet man vom Arbeitgeber in Sachen Stressreduktion?

## Daten zur Umfrage

- Methode: Online-Befragung
- Stichprobe: 1.000 Personen (Berufstätige)
- Alter: 18-65 Jahre
- Institut: Market-Institut

# Vier von zehn Berufstätigen sind stressgeplagt

Frage: „Wie stark fühlen Sie sich im Rahmen Ihrer beruflichen Tätigkeit durch Stress belastet?“

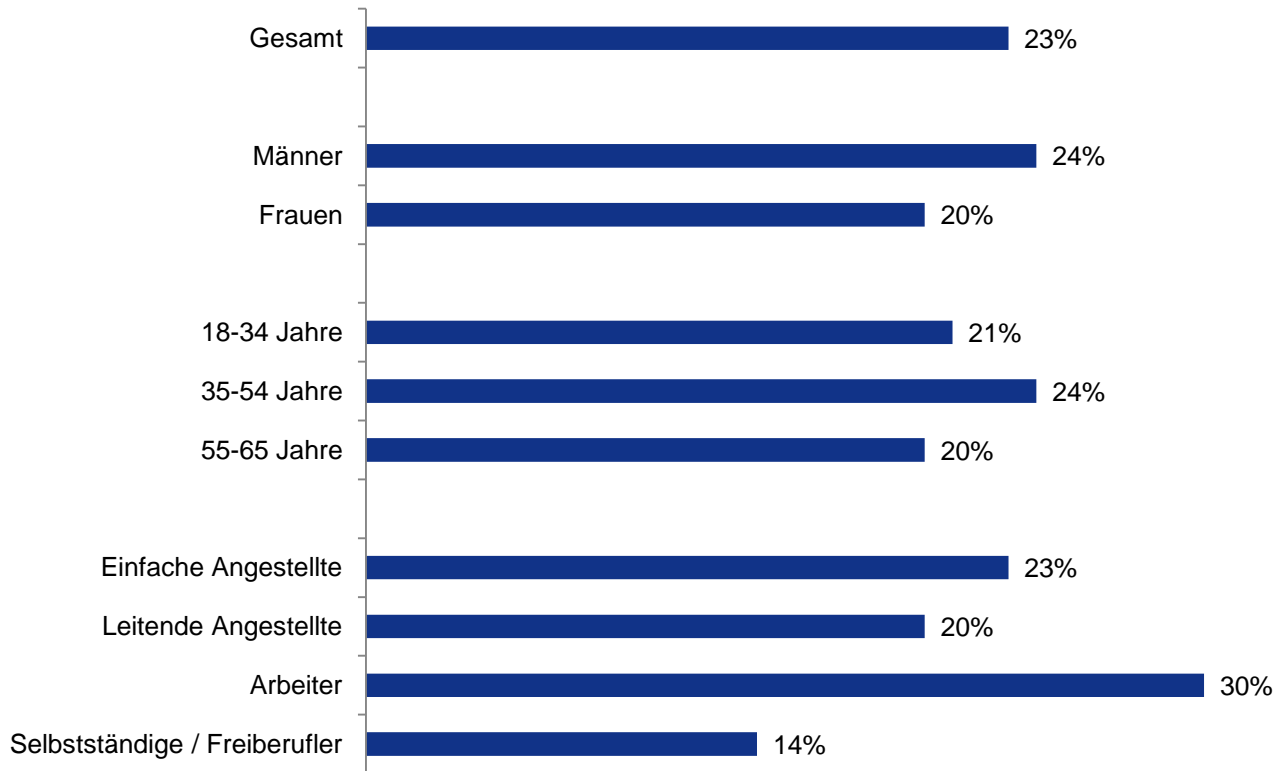
Sehr stark/stark, in Prozent



# Beinahe jede(r) Vierte ist Burnout-gefährdet

Frage: „Fühlen Sie sich durch Ihre berufliche Belastung Burnout-gefährdet?“

Sehr stark/stark, in Prozent



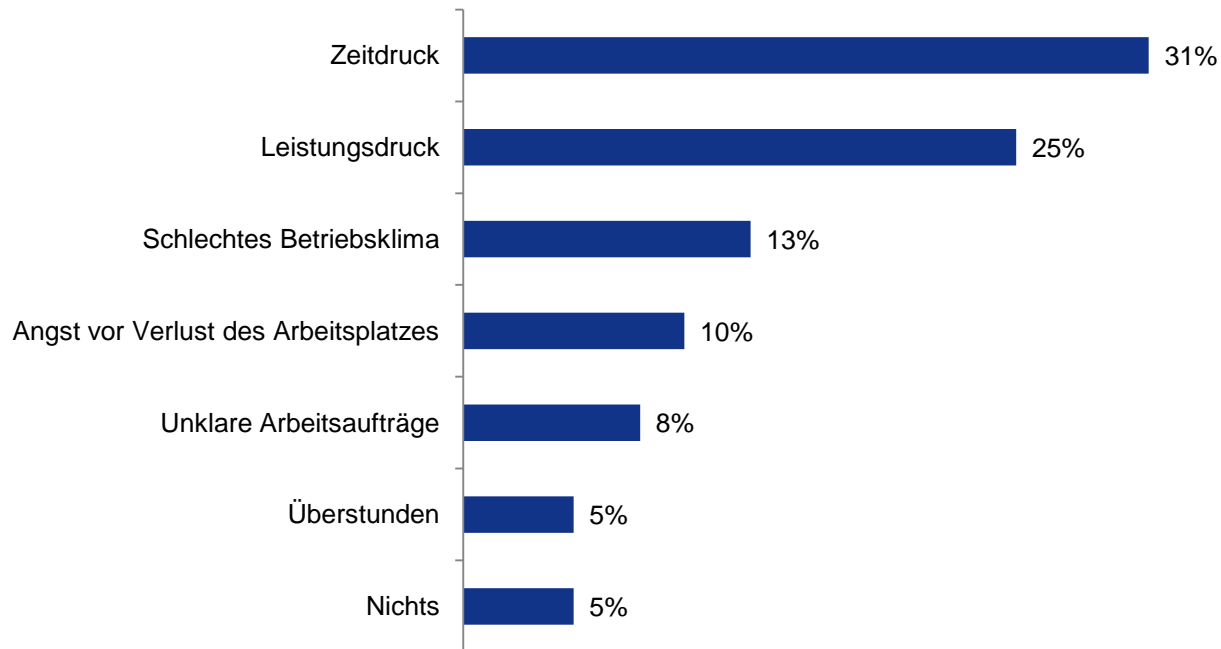
- 73 Prozent kennen eine Person, die schon von Burnout betroffen war.
- 62 Prozent sprechen gelegentlich über das Thema Burnout, hauptsächlich mit Freunden und Familie, selten mit Arzt oder Therapeut.

# Stressfaktoren im Beruf

Frage: „Was bereitet Ihnen persönlich im Berufsleben Stress?“

---

in Prozent

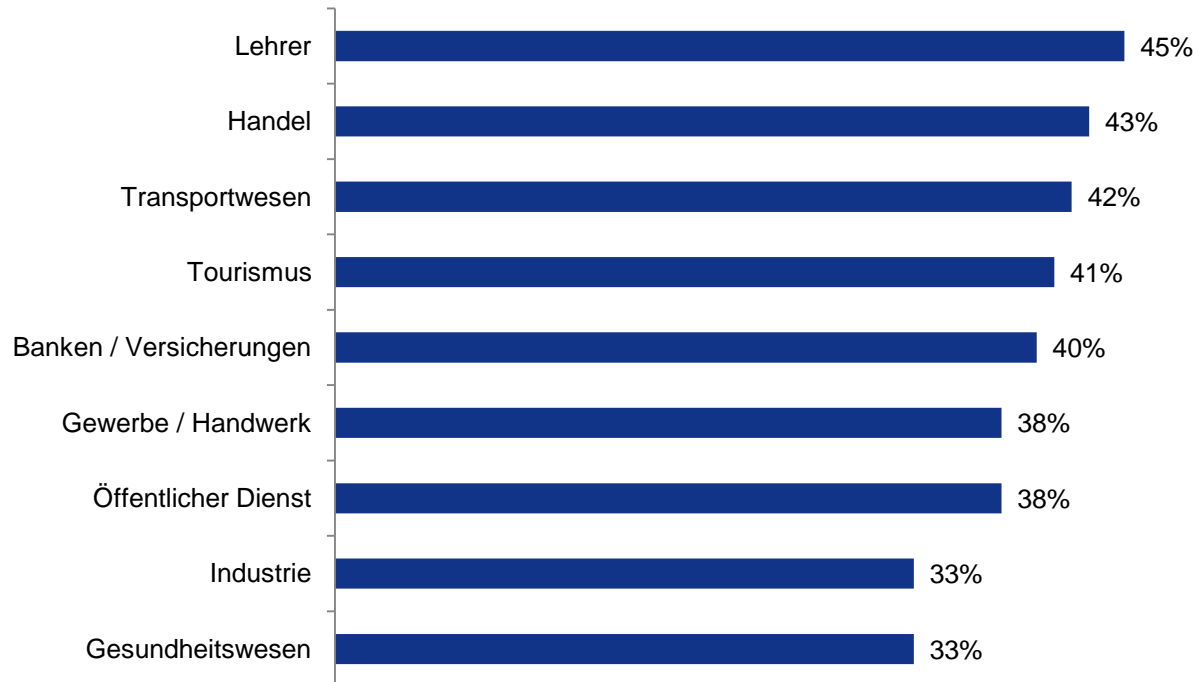




# Lehrer haben den meisten Stress

Frage: „Wie stark fühlen Sie sich im Rahmen Ihrer Berufstätigkeit durch Stress belastet?“

Sehr stark/stark, in Prozent

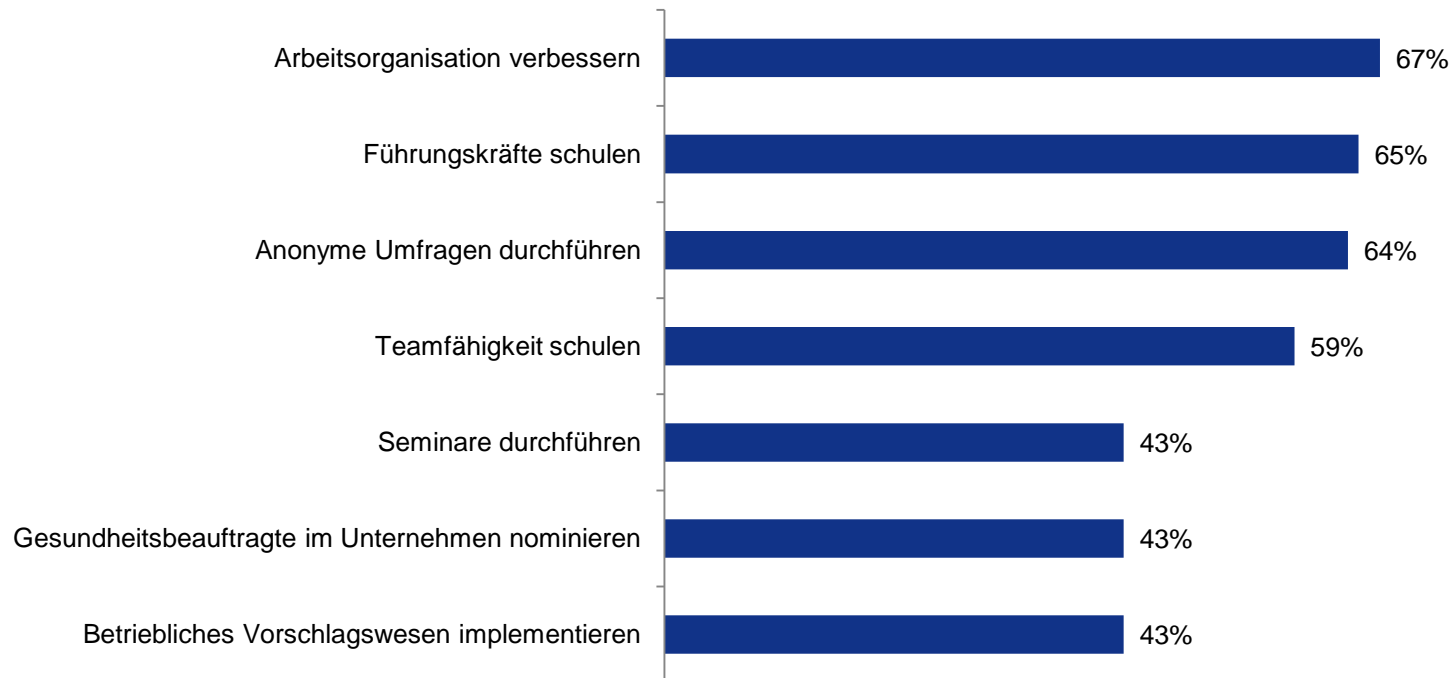


- Mitarbeiter kleinerer Unternehmen sind weniger gestresst.
- Arbeiter sind gestresster als Selbstständige.
- Führungskräfte sind gleich gestresst wie alle anderen.

# Wunschliste an die Arbeitgeber

Frage: „Für wie wirksam halten Sie folgende Maßnahmen des Arbeitgebers zur Stressreduktion?“

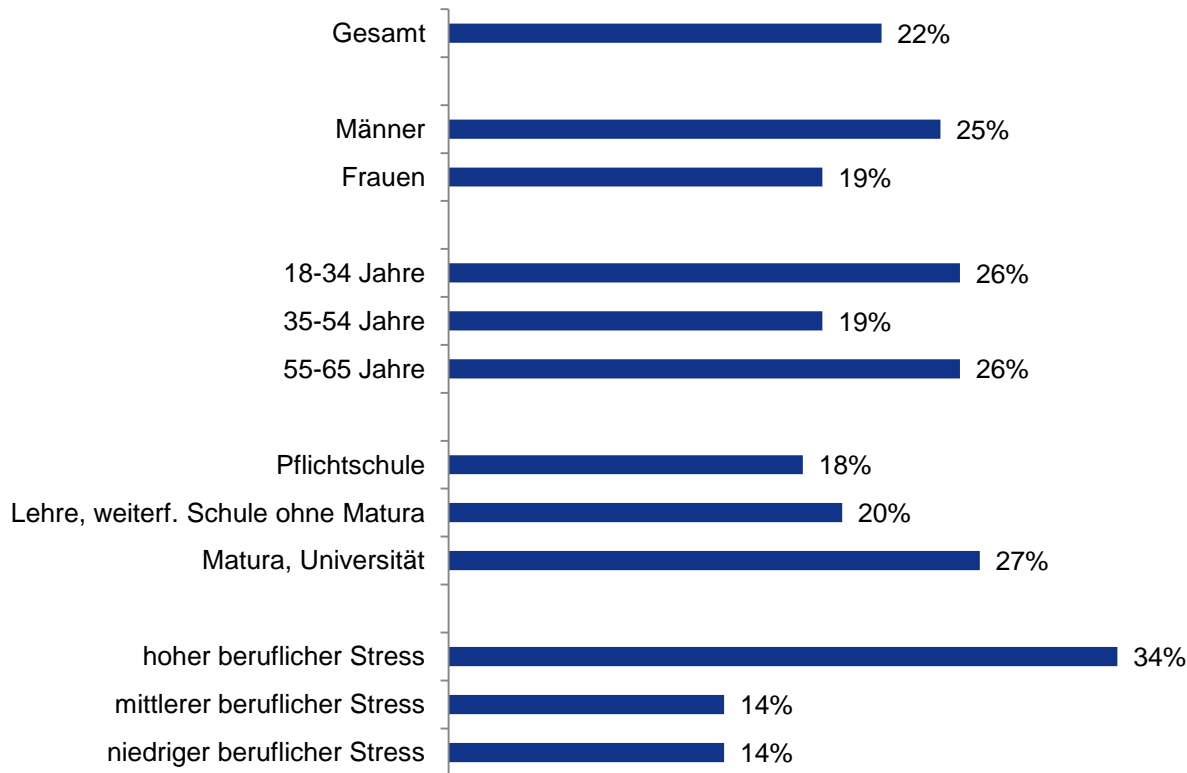
Sehr wirksam/wirksam, in Prozent



# Beruf über alles?

Frage: „Stimmen Sie der Aussage zu: ‚Beruflicher Erfolg ist mir äußerst wichtig und ich bin bereit, meine privaten Bedürfnisse zumindest gelegentlich unterzuordnen‘?“

in Prozent

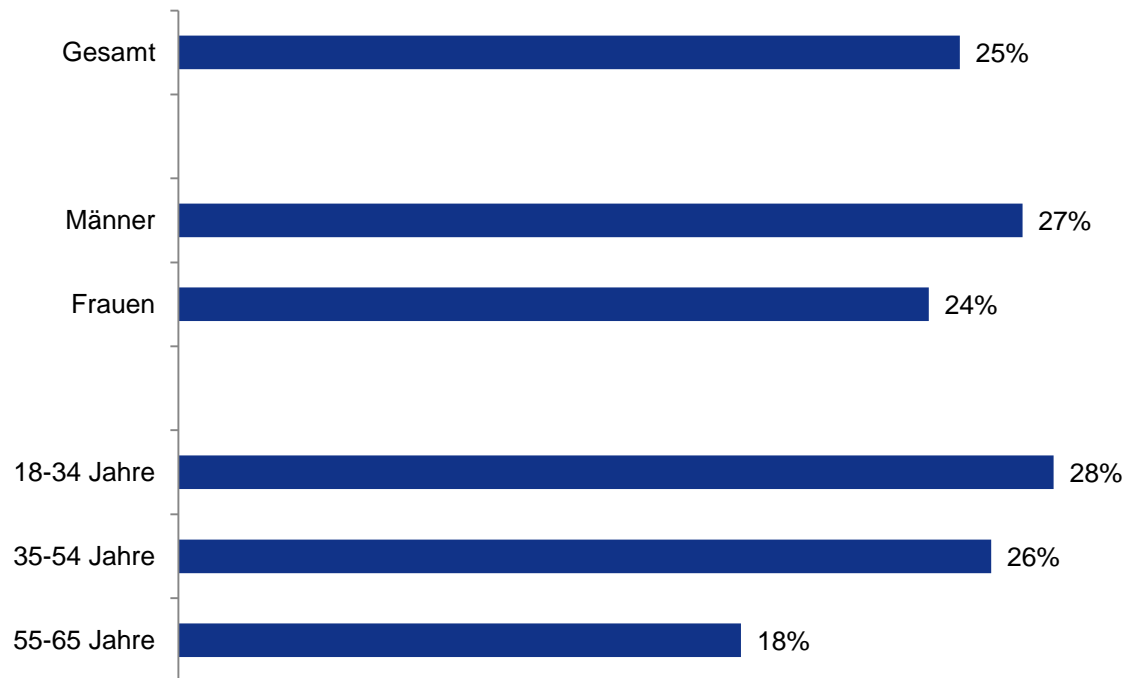


- „Beruf über alles“ gilt am häufigsten in Gewerbe / Handwerk, am seltensten im Transportwesen.

# Jeder Vierte empfindet Privatleben als stressig

Frage: „Wie stark fühlen Sie sich im Privatleben durch Stress belastet?“

Sehr stark/stark, in Prozent

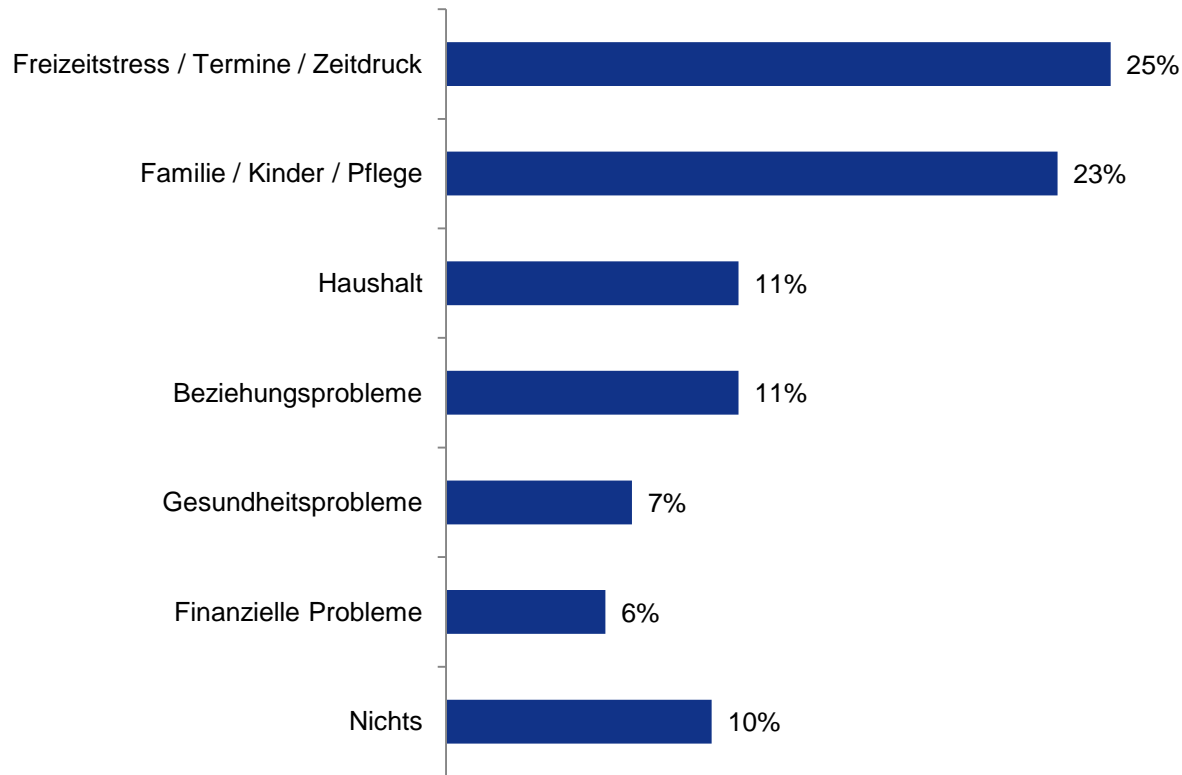


• 15 Prozent fühlen sich durch ihre private Stressbelastung Burnout-gefährdet.

# Stressfaktoren im Privatleben

Frage: „Was bereitet Ihnen persönlich in Ihrem Privatleben Stress?“

in Prozent

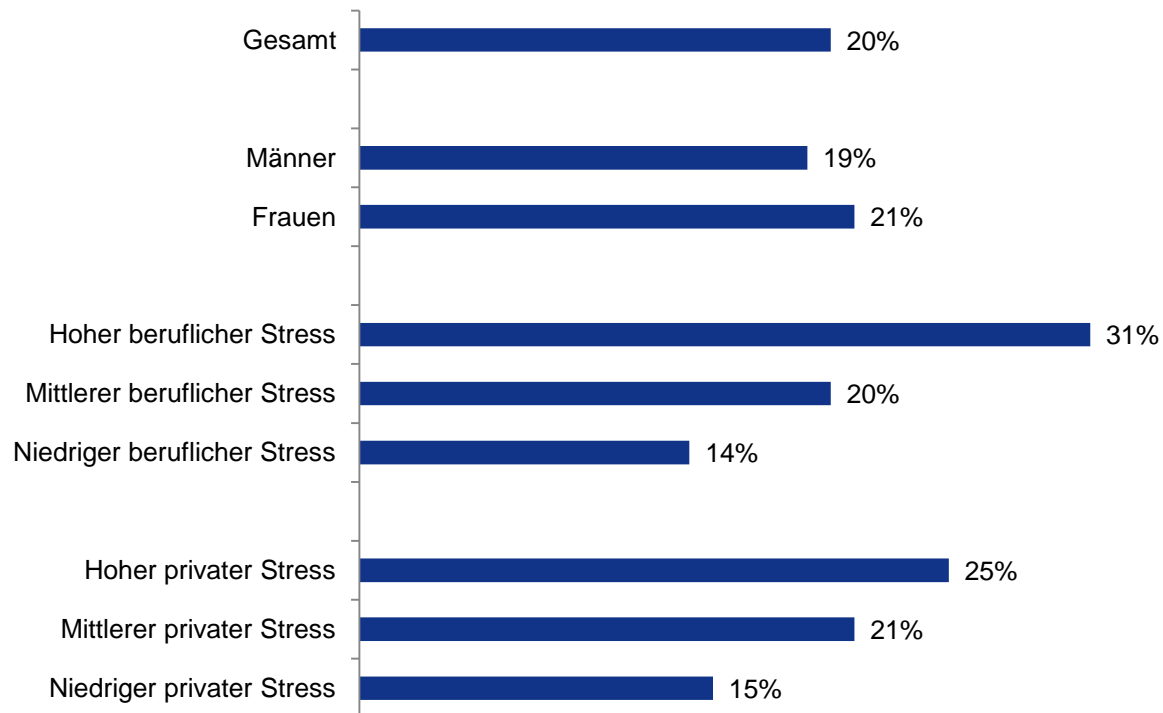


• Privat gestresste Menschen empfinden auch im Beruf häufiger Stress – und umgekehrt.

# Stress macht krank

Frage: „Wie würden Sie Ihren Gesundheitszustand beschreiben?“

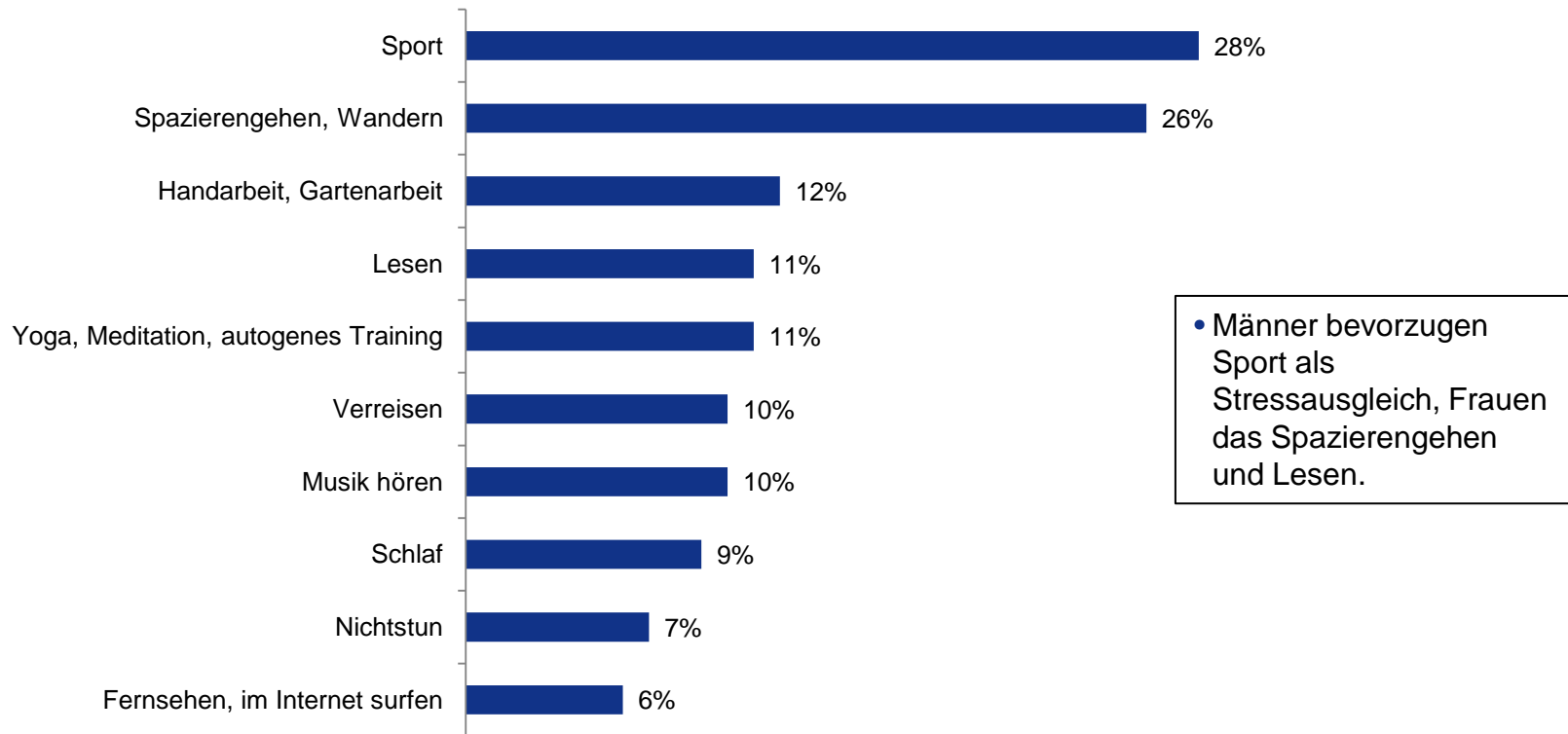
Nicht gut/habe Gesundheitsprobleme, in Prozent



# Sport und Spazierengehen als „Stresskiller“

Frage: „ Was hilft Ihnen, in Stressphasen zu entspannen bzw. den Stress zu reduzieren?“

in Prozent



# Zusammenfassung der Umfrageergebnisse

- Vier von zehn Berufstätigen sind akut stressgeplagt, knapp ein Viertel der Berufstätigen fühlt sich Burnout-gefährdet. Männer leiden mehr unter Stress als Frauen.
- Lehrer und Handelsangestellte empfinden am meisten Stress bei ihrer Arbeit, Industriearbeiter und Gesundheitsbedienstete am wenigsten.
- Zeitdruck und schlechte Arbeitsorganisation werden von Vielen als schlimmster Stressfaktor genannt.
- Termindruck steht auch in der Freizeit an erster Stelle der Stressfaktoren, gefolgt von familiären Aufgaben wie Pflege oder Kindererziehung.
- Wer im Beruf zu Stressempfinden neigt, tut es oft auch privat – und neigt stärker zu Gesundheitsproblemen.
- Bewegung ist für die meisten Menschen der beste Stressausgleich.



## Allianz: Work-Well-Index

Weltweit einheitliche jährliche Befragung aller Allianz Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:

- Beanspruchung
- Kontrolle (Ich habe die Situation im Griff)
- Unterstützung (Ich werde mit der Herausforderung nicht allein gelassen)
- Gegenleistung (Meine Arbeitsleistung wird angemessen gewürdigt)
- Soziales Umfeld (Ich werde fair behandelt)

## Pressekontakt

Dr. Marita Roloff  
Allianz Gruppe in Österreich  
Hietzinger Kai 101-105  
1130 Wien

Tel.: 05 9009 80690  
Fax: 05 9009 40261  
[marita.roloff@allianz.at](mailto:marita.roloff@allianz.at)  
[www.allianz.at](http://www.allianz.at)