

05.02.2013: „Die Krankheit des 21. Jahrhunderts ist der Stress“, schrieb der belgische Arzt und Genosse Hans Krammisch in seinem aktuellen Buch über den Stress in der Arbeit. Wie recht er damit hatte, zeigt der jüngst veröffentlichte „Stressreport Deutschland 2012“. Waren früher Staublungen der Bergleute, Bleivergiftungen der Schriftsetzer und kaputte Kreuze der Fernfahrer typisch für Berufskrankheiten, so sind dies heute Magengeschwüre, Bluthochdruck, Herzinfarkt und das sogenannte Burnoutsyndrom. 59 Mio. Krankheitstage, 28 Mrd. Euro Behandlungskosten und 41 % aller Frühverrentungen im Durchschnittsalter von 48 Jahren allein infolge psychischer Erkrankungen schrecken sogar bürgerliche Ökonomen und Politiker auf. Alle finden es schlimm. Bei der Frage nach den Ursachen und der richtigen „Medizin“ dagegen gehen die Meinungen dann aber gehörig auseinander. Dass das auch etwas mit Kapitalismus zu tun hat, bleibt in den Mainstream-Medien unerwähnt.

Unter kapitalistischen Verhältnissen hat sich die wissenschaftlich-technische Revolution der letzten Jahrzehnte, der Siegeszug der Mikroelektronik, gegen die Arbeitenden gerichtet, statt ihnen einen Anteil an der Produktivkraftentwicklung zu bringen, z. B. wesentlich kürzere Arbeitszeiten. Wie zuvor in der Produktion, wurden Dienstleistung, Verwaltung, Entwicklung und Planung in einzelne Tätigkeiten zerlegt und so wieder zusammengefasst, dass immer mehr eintönige Arbeit den Berufsalltag bestimmt und kreative Bereiche bei wenigen „Spitzenkräften“ verbleiben. Zudem ermöglichen die neuen Produktionsmittel immer mehr Leistungs- und Verhaltenskontrollen bis hin zur Videoüberwachung, die CDU und FDP jüngst im „Arbeitnehmerüberwachungsgesetz“ weitgehend legalisieren wollten. Hatte der Fließbandarbeiter nach Feierabend und im Urlaub noch seine Ruhe, wird die jetzt vielen mit Handy, Laptop, Smartphone usw. geraubt. Ständige Erreichbarkeit, auch im Urlaub, nicht erfasste Überzeiten sonntags am Laptop usw. verwischen die Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit immer mehr. Das „Menschsein“ kommt immer weniger vor, damit auch die Regenerierung von Körper und Geist, man wird krank. Stressfaktoren sind auch die oft langen Wege zur Arbeit. Viele haben Abwesenheitszeiten von über 12 Stunden.

Sogenannte leistungsbezogene Entgeltbestandteile, Prämien statt Festlohn, betriebliche Beurteilungssysteme etc. sind weitere Stressursachen. Wenn eine große Tageszeitung schrieb, dass selbst Schuld habe, wer nach Feierabend seine dienstlichen Mails lese, mag das juristisch stimmen. Es hilft aber im Alltag nicht denen, die Montags morgens erst mal ihre elektronische Post lesen, während die „Schwarzarbeiter“ vom Wochenende gleich loslegen. Erstere sind dann die, die „rumsitzen“, während andere arbeiten. Mit allen Folgen durch oben genannte Systeme. Frau von der Leyen sieht die betrieblichen „Sozialpartner“ in der Pflicht. Betriebsräte sollen reparieren, was profitgesteuerte Manager kaputt machen. Tatsächlich haben Betriebsräte beim Arbeitsschutz einige Möglichkeiten, Technologieberatungsstellen des DGB unterstützen sie dabei. So gibt es bei VW und bei Daimler Betriebsvereinbarungen, nach denen außerhalb gewisser Kernzeiten dienstliche Blackberrys nicht mehr erreichbar sein dürfen bzw. im Urlaub eingehende E-Mails gelöscht werden können. Aber nur gut 40 % aller Beschäftigten arbeiten in Betrieben mit Betriebsräten, und längst nicht überall sind die so handlungsfähig wie in den genannten Konzernen. Es gibt tausende Ratgeber zum Umgang mit Stress, sowohl Personen als auch Bücher, Hefte, Videos etc. Den meisten ist gemein, dass sie nur an den Symptomen herumdoktern. Wenn jemand krank wurde, weil zur leistbaren Arbeitsmenge X noch die Menge Y hinzukam, dann kann der ggf. mit Sport, autogenem Training und vieles andere mehr sich selbst, zumeist in der Freizeit, so stärken, dass dann X+Y zu schaffen sind. Die Gesetzmäßigkeiten der kapitalistischen Konkurrenz werden dann aber bald dazu führen, dass dem „motivierten und belastbaren Mitarbeiter“ zusätzlich die Arbeitsmenge Z aufgebrummt wird und er dann unter X+Y+Z an den Punkt kommt, wo ihm alle Ratgeber nicht mehr

## Gesünder durch Arbeitszeitverkürzung

Kategorie: Der Kommentar

Veröffentlicht: Mittwoch, 06. Februar 2013 12:28

---

weiterhelfen können.

Zu allem kommt die steigende Verunsicherung über die eigene Zukunft. Werde ich meinen Arbeitsplatz behalten, kriege ich als 50-Jähriger überhaupt wieder Arbeit oder als 25-Jähriger endlich mal einen unbefristeten Job? Zu den Ablenkungsstrategien von Personalmanagern gehört auch zu bezweifeln, dass der Stress großteils beruflich bedingt ist. Häusliche und familiäre Probleme seien viel gravierender. Klar, wenn der Partner nach 13 Stunden Arbeit und Bahnfahrt genervt nach Hause kommt und der Jüngste noch Hilfe bei den Schularbeiten will, die Partnerin auf dem Sprung zur Nachtschicht ist, der Sohn gefrustet in der vierten Warteschleife statt auf einem Ausbildungsplatz ist und die Tochter zwei eigene Minijobs koordinieren muss, dann liegen öfters die Nerven blank, ist heimischer Zoff vorprogrammiert. Wo da aber die häuslichen Probleme herkommen, sieht doch der Blinde mit dem Krückstock.

Es will niemand behaupten, dass alle Probleme mit Arbeitszeitverkürzung zu lösen seien, schon gar nicht in einer kapitalistischen Gesellschaft. Dennoch wäre eine Arbeitszeitverkürzung auf 30 Stunden in der Woche nicht nur gut zur Schaffung und Sicherung von Arbeitsplätzen und für ein neues Normalarbeitsverhältnis als Voraussetzung für wirkliche Gleichstellung der Geschlechter. Die 30-Stunden-Woche bei vollem Lohn und Personalausgleich wäre auch ein großer Schritt zu Arbeitsverhältnissen, in denen die Arbeitenden statt nur noch Anhängsel von Maschinen und Computern auch gesündere Menschen sein könnten.

Gastkolumne von Volker Metzroth (Vorabdruck aus der UZ vom 8.2.13)

Das 30-Std-Woche-Plakat ist in A3 im [Download-Bereich](#) verfügbar