

# „Notanker“ Krankmeldung

Zentrale Ergebnisse einer  
Repräsentativbefragung  
unter Erwerbstätigen



Berlin, 10. März 2014

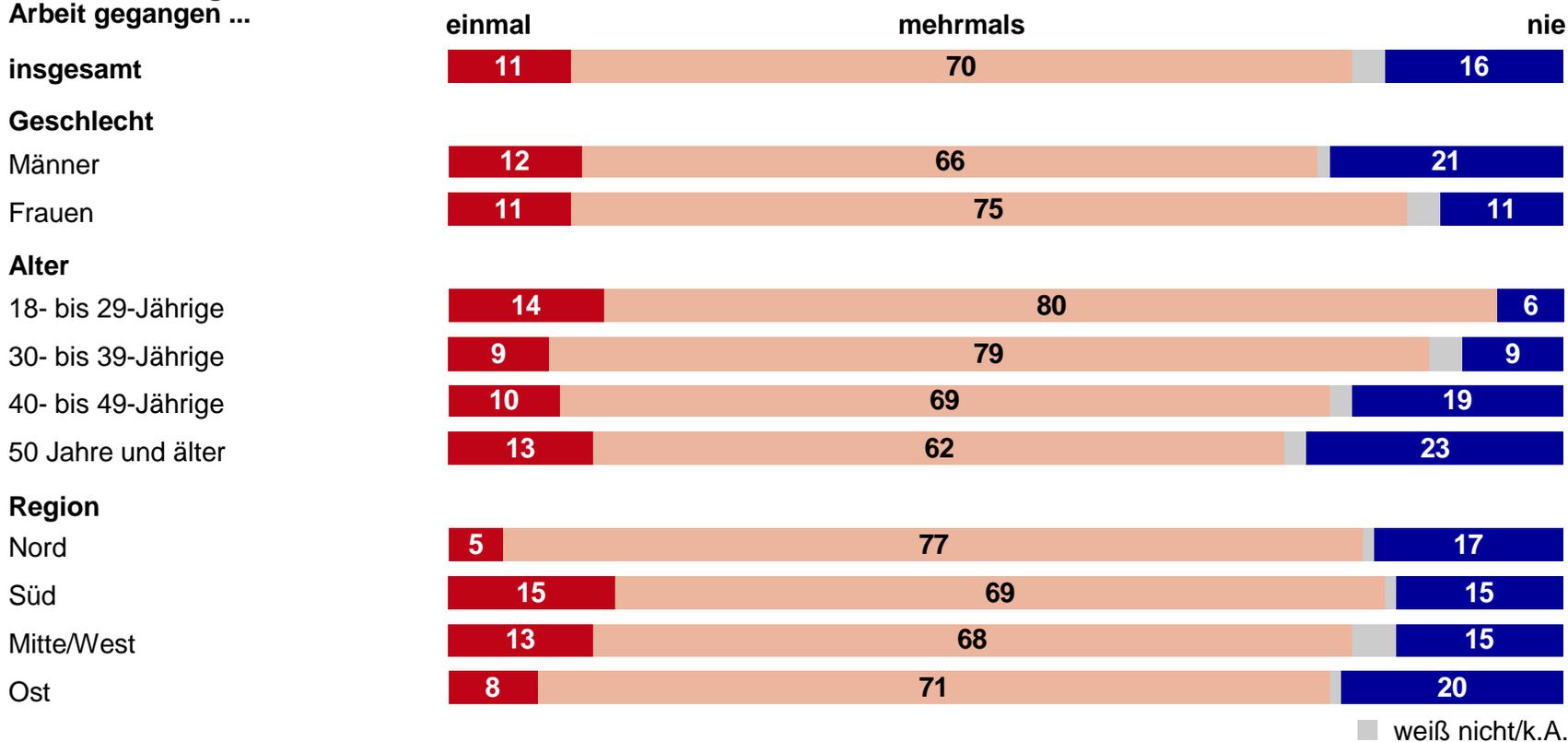
## Eckdaten

<b>Grundgesamtheit:</b>	Die in Privathaushalten in Deutschland lebenden deutschsprachigen Erwerbstätigen im Alter von 18 bis 65 Jahren, bundesweit repräsentativ.
<b>Stichprobengröße:</b>	1.000 Erwerbstätige
<b>Erhebungsmethode:</b>	Computergestützte Telefoninterviews (CATI) anhand eines strukturierten Fragebogens, Einschaltung in forsa.omniTel®.
<b>Erhebungszeitraum:</b>	3. bis 11. Februar 2014
<b>Gewichtung:</b>	Gewichtung der Personenstichprobe nach Region, Alter, Geschlecht und Bildung.

## Präsentismus - Arbeit trotz Erkrankung

**Die deutliche Mehrheit ist in den letzten 2 Jahren schon mindestens einmal trotz (leichter) Erkrankung zur Arbeit gegangen. In den höheren Altersgruppen kam dies etwas seltener vor.**

Es sind in den letzten 2 Jahren trotz Erkrankung zur Arbeit gegangen ...



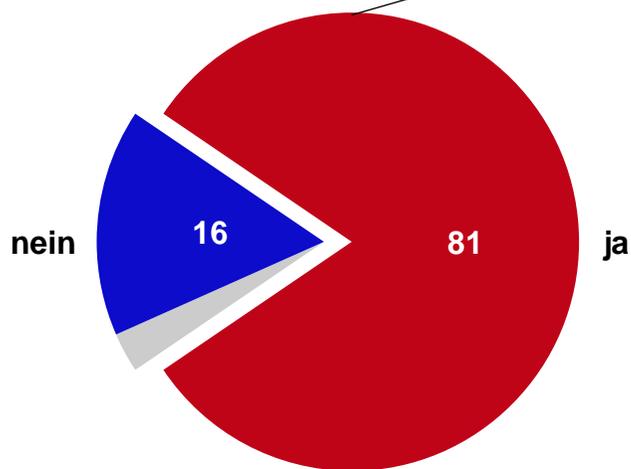
**Frage:** „Wenn Sie einmal daran denken, wie häufig Sie in den letzten 2 Jahren krank waren, leichte Erkrankungen wie z. B. Schnupfen inbegriffen. Wie häufig kam es da vor, dass Sie trotzdem zur Arbeit gegangen sind: Einmal - mehrmals - oder nie?“

**Basis:** 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

## Gründe für Arbeit trotz Erkrankung

**Der häufigste Grund, trotz Erkrankung zur Arbeit zu gehen, ist - abgesehen von nur leichten Beschwerden - das Arbeitsvolumen, das den Kollegen nicht noch zusätzlich aufgebürdet werden soll.**

Es sind in den letzten 2 Jahren  
trotz Erkrankung zur  
Arbeit gegangen ...



### Gründe für Arbeit trotz Erkrankung

(Basis: 815 Befragte, die in den letzten 2 Jahren trotz Erkrankung zur Arbeit gegangen sind)



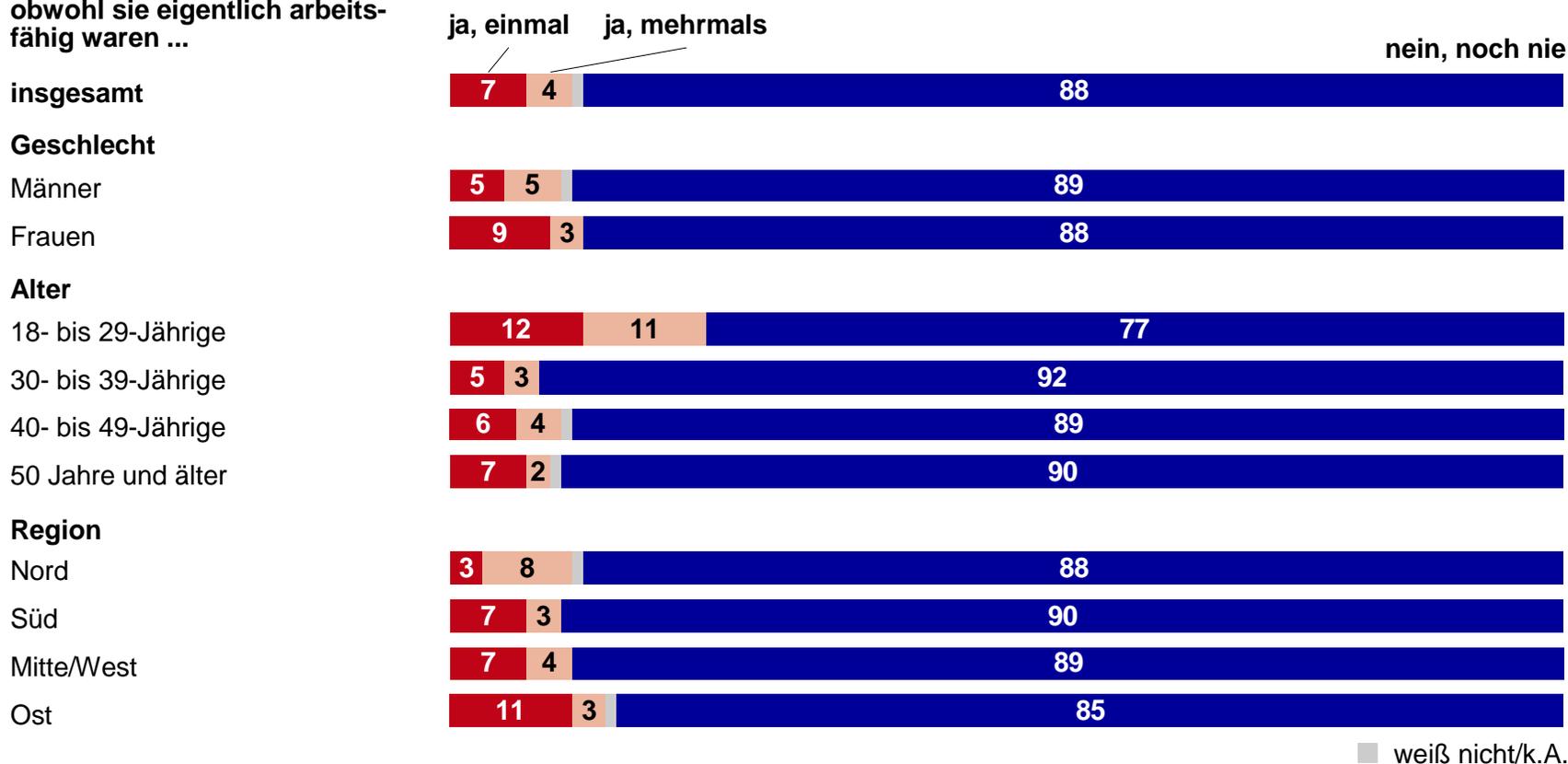
**Frage:** „Wenn Sie einmal daran denken, wie häufig Sie in den letzten 2 Jahren krank waren, leichte Erkrankungen wie z. B. Schnupfen inbegriffen. Wie häufig kam es da vor, dass Sie trotzdem zur Arbeit gegangen sind: Einmal - mehrmals - oder nie?“ / „Ich lese Ihnen jetzt einige mögliche Gründe vor, die einen dazu bewegen können, trotz Krankheit zur Arbeit gehen. Sagen Sie mir bitte jeweils, ob dies für Sie in den letzten 2 Jahren ein Grund war, krank zur Arbeit zu gehen.“

**Basis:** 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

## Absentismus - Krankmeldung trotz Arbeitsfähigkeit

**Etwa jeder Zehnte hat sich eigenen Angaben zufolge schon mindestens einmal krank gemeldet, obwohl er eigentlich arbeitsfähig war. 18- bis 29-Jährige geben dies tendenziell häufiger zu als ältere Erwerbstätige.**

Es haben sich krank gemeldet, obwohl sie eigentlich arbeitsfähig waren ...



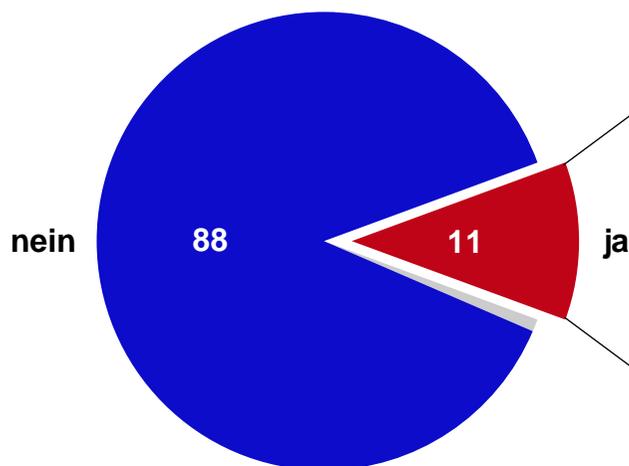
**Frage:** „Genauso wie man manchmal arbeitet, obwohl man eigentlich krank ist, kann es ja auch vorkommen, dass man sich krank meldet, obwohl man eigentlich arbeitsfähig ist - (...). Ist das bei Ihnen schon mal vorgekommen? Ja, einmal - ja, mehrmals - oder noch nie?“

**Basis:** 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

## Gründe für Krankmeldung trotz Arbeitsfähigkeit

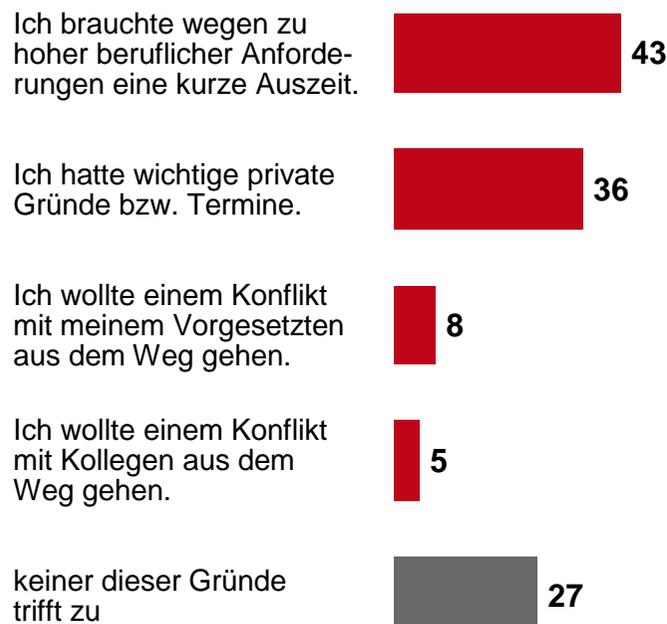
Die häufigsten Gründe für eine Krankmeldung trotz Arbeitsfähigkeit sind das Bedürfnis nach einer kurzen Auszeit wegen zu hoher beruflicher Anforderungen oder privater Termine. Konflikte im Arbeitsumfeld sind dagegen eher selten Anlass.

Es haben sich schon einmal krank gemeldet, obwohl sie eigentlich arbeitsfähig waren ...



### Gründe für die Krankmeldung

(Basis: 110 Befragte, die sich trotz Arbeitsfähigkeit schon einmal krank gemeldet haben)



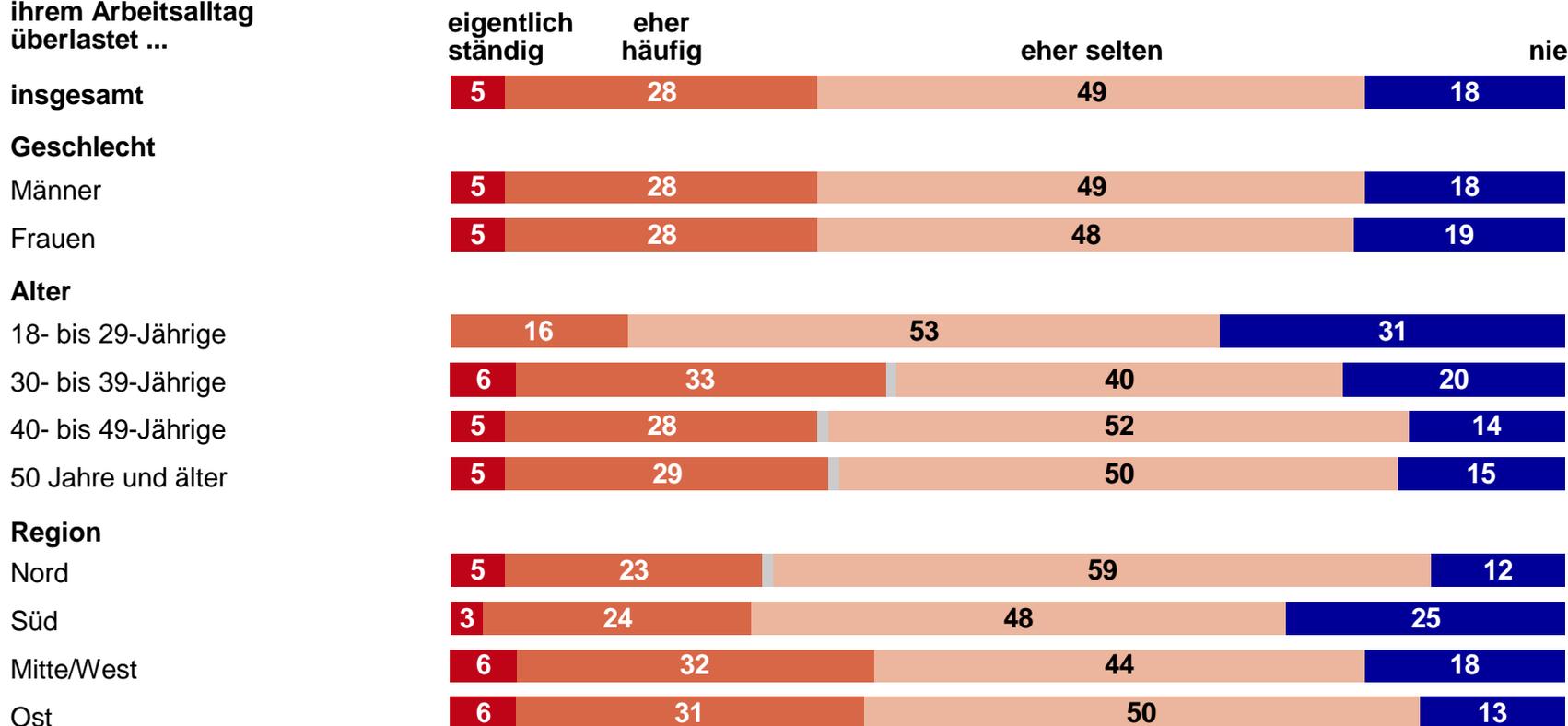
**Fragen:** „Genauso wie man manchmal arbeitet, obwohl man eigentlich krank ist, kann es ja auch vorkommen, dass man sich krank meldet, obwohl man eigentlich arbeitsfähig ist - (...). Ist das bei Ihnen schon mal vorgekommen? Ja, einmal - ja, mehrmals - oder noch nie?“ / „Sagen Sie mir jetzt bitte jeweils, ob dies für Sie schon mal ein Grund war, sich krank zu melden, obwohl Sie eigentlich arbeitsfähig waren.“

**Basis:** 1.000 Befragte  
**Angaben in Prozent**

## Überlastung im Arbeitsalltag (1)

**Die deutliche Mehrheit fühlt sich im Arbeitsalltag zumindest manchmal überlastet - jeder Dritte sogar häufig. Über 30-Jährige berichten vergleichsweise häufiger über eine zu starke berufliche Belastung als jüngere Erwerbstätige.**

Es fühlen sich in ihrem Arbeitsalltag überlastet ...



■ weiß nicht/k.A.

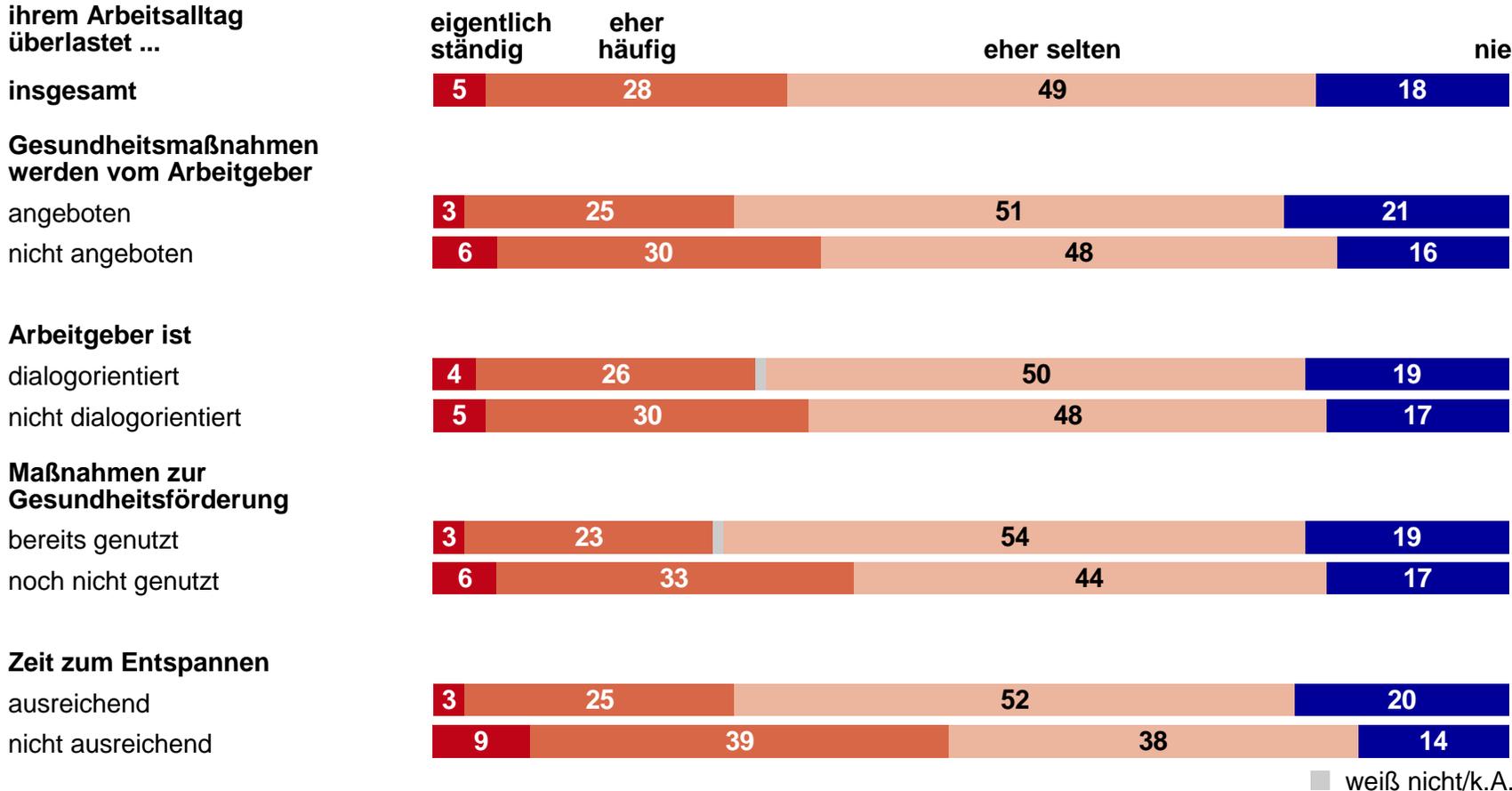
**Frage:** „Wenn Sie einmal an Ihren Arbeitsalltag denken, also an die Menge Ihrer Arbeit, das Arbeitsklima, zeitliche Vorgaben oder inhaltliche Anforderungen: Wie häufig fühlen Sie sich dadurch überlastet: Eigentlich ständig - eher häufig - eher selten - oder nie?“

**Basis:** 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

## Überlastung im Arbeitsalltag (2)

**Die empfundene Belastung ist geringer, wenn etwas für die eigene Gesundheit getan wird, z. B. mit gesundheitsfördernden Maßnahmen oder mehr Zeit zum Entspannen.**

Es fühlen sich in ihrem Arbeitsalltag überlastet ...

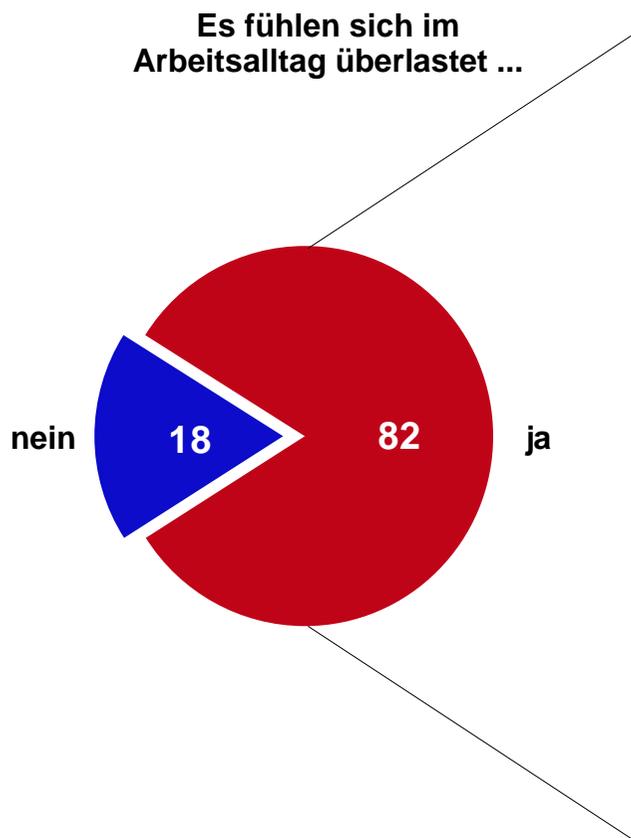


**Frage:** „Wenn Sie einmal an Ihren Arbeitsalltag denken, also an die Menge Ihrer Arbeit, das Arbeitsklima, zeitliche Vorgaben oder inhaltliche Anforderungen: Wie häufig fühlen Sie sich dadurch überlastet: Eigentlich ständig - eher häufig - eher selten - oder nie?“

**Basis:** 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

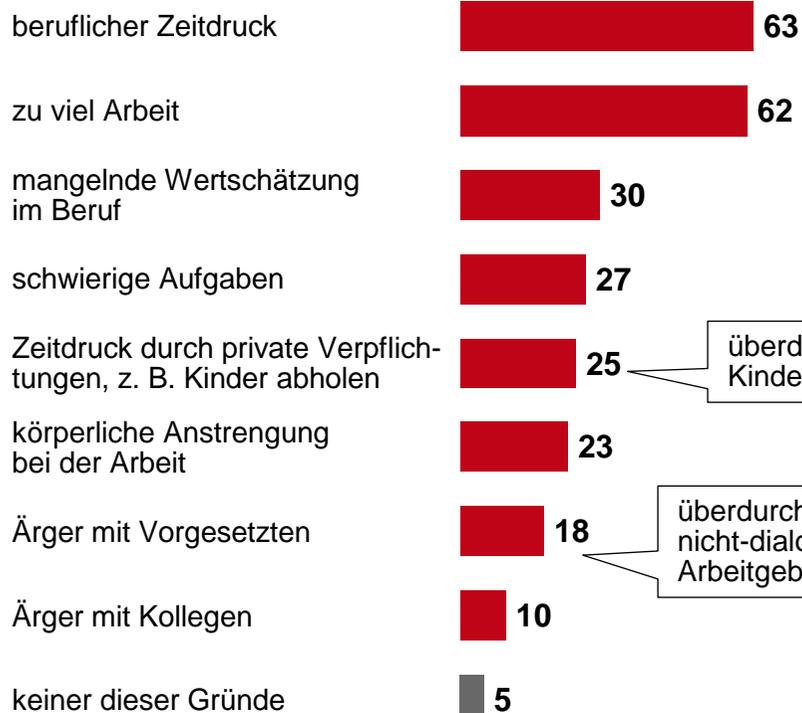
## Gründe für Überlastung

Die Mehrheit derjenigen, die sich überlastet fühlen, gibt beruflichen Zeitdruck und zu viel Arbeit als vorrangige Gründe an.



### Gründe für Überlastung

(Basis: 816 Befragte, die sich mindestens „selten“ überlastet fühlen)



überdurchschnittlich häufig, wenn Kinder im Haushalt: 40 %

überdurchschnittlich häufig bei nicht-dialogorientierten Arbeitgebern: 33%

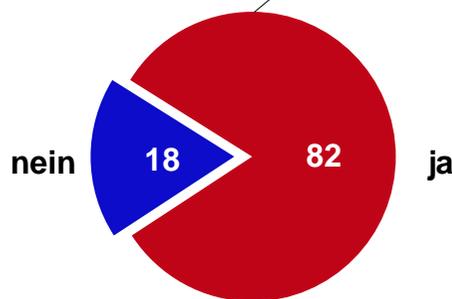
Frage: „Wenn Sie einmal an Ihren Arbeitsalltag denken, also an die Menge Ihrer Arbeit, das Arbeitsklima, zeitliche Vorgaben oder inhaltliche Anforderungen: Wie häufig fühlen Sie sich dadurch überlastet: Eigentlich ständig - eher häufig - eher selten - oder nie?“ / „Und was sind die hauptsächlichen Gründe für diese Überlastung in Ihrem Arbeitsalltag? Ich lese Ihnen wieder einige Möglichkeiten vor.“

Basis: 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

# Beeinträchtigung der Gesundheit durch berufliche Überlastung (1)

**Gut jeder zweite beruflich Belastete befürchtet gesundheitliche Beeinträchtigungen - Jüngere sind etwas sorgloser.**

Es fühlen sich im Arbeitsalltag überlastet ...



**Die beruflichen Belastungen werden früher oder später die Gesundheit beeinträchtigen ...**

(Basis: 816 Befragte, die sich mind. „selten“ überlastet fühlen)

	ja, auf jeden Fall	wahrscheinlich ja	wahrscheinlich nicht	nein, auf keinen Fall
<b>insgesamt</b>	20	34	30	13
<b>Geschlecht</b>				
Männer	19	36	31	11
Frauen	22	33	29	15
<b>Alter</b>				
18- bis 29-Jährige	9	25	54	12
30- bis 39-Jährige	17	37	24	14
40- bis 49-Jährige	24	35	28	12
50 Jahre und älter	23	35	28	13
<b>Region</b>				
Nord	19	24	46	11
Süd	21	33	26	18
Mitte/West	22	36	26	11
Ost	19	42	29	10

■ weiß nicht/k.A.

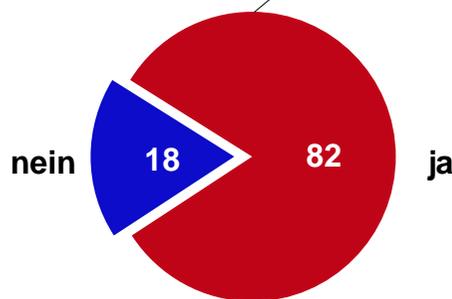
**Frage:** „Wenn Sie einmal an Ihren Arbeitsalltag denken, also an die Menge Ihrer Arbeit, das Arbeitsklima, zeitliche Vorgaben oder inhaltliche Anforderungen: Wie häufig fühlen Sie sich dadurch überlastet: Eigentlich ständig - eher häufig - eher selten - oder nie?“ / „Was meinen Sie: Werden diese beruflichen Belastungen früher oder später auch Ihre Gesundheit beeinträchtigen: Ja, auf jeden Fall - wahrscheinlich ja - wahrscheinlich nicht - oder nein, auf keinen Fall?“

**Basis:** 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

## Beeinträchtigung der Gesundheit durch berufliche Überlastung (2)

**Gesundheitliche Beeinträchtigungen durch berufliche Überlastung befürchten besonders diejenigen, die weniger gut abschalten bzw. entspannen können.**

Es fühlen sich im Arbeitsalltag überlastet ...



**Die beruflichen Belastungen werden früher oder später die Gesundheit beeinträchtigen ...**

(Basis: 816 Befragte, die sich mind. „selten“ überlastet fühlen)

**insgesamt**



**Arbeitgeber ist**

dialogorientiert



nicht dialogorientiert



**Maßnahmen zur Gesundheitsförderung**

bereits genutzt



noch nicht genutzt



**kann in der Freizeit von der Arbeit**

abschalten

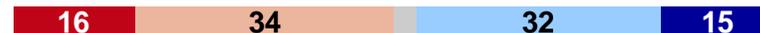


nicht abschalten



**Zeit zum Entspannen**

ausreichend



nicht ausreichend



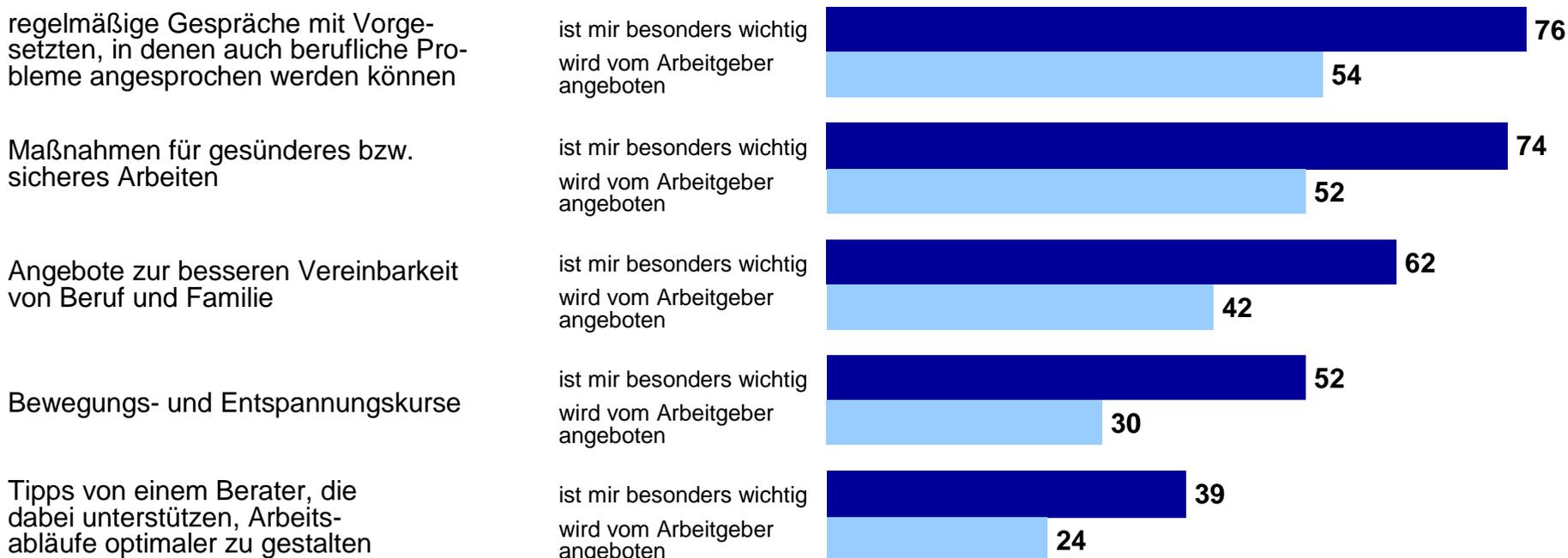
■ weiß nicht/k.A.

**Frage:** „Wenn Sie einmal an Ihren Arbeitsalltag denken, also an die Menge Ihrer Arbeit, das Arbeitsklima, zeitliche Vorgaben oder inhaltliche Anforderungen: Wie häufig fühlen Sie sich dadurch überlastet: Eigentlich ständig - eher häufig - eher selten - oder nie?“ / „Was meinen Sie: Werden diese beruflichen Belastungen früher oder später auch Ihre Gesundheit beeinträchtigen: Ja, auf jeden Fall - wahrscheinlich ja - wahrscheinlich nicht - oder nein, auf keinen Fall?“

**Basis:** 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

## Maßnahmen zur Gesundheitsförderung

**Gut jeder 2. Erwerbstätige hat regelmäßig die Möglichkeit, mit dem Vorgesetzten auch über berufliche Probleme zu sprechen. Und ein vergleichbarer Anteil berichtet von Maßnahmen des Arbeitgebers für gesünderes bzw. sicheres Arbeiten. Insgesamt bleibt aber das Angebot solcher Maßnahmen klar hinter dem Bedarf zurück.**



**Fragen:** „Man denkt ja nicht immer gleich an alles. Ich lese Ihnen jetzt einige konkrete Maßnahmen zur Gesundheitsförderung vor.

Bitte sagen Sie mir jeweils, ob Ihr Arbeitgeber dies anbietet.“ /

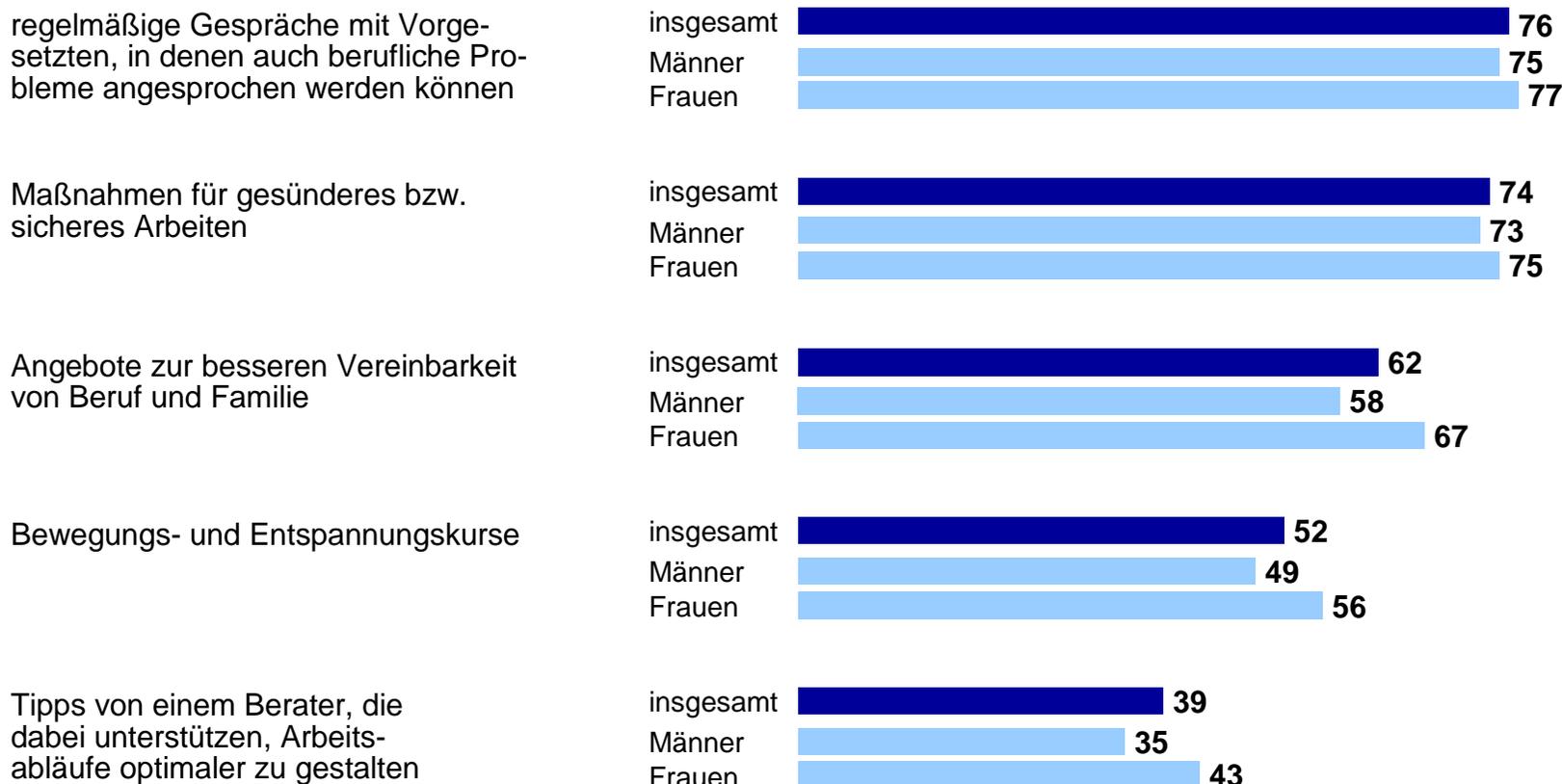
„Ich lese Ihnen diese Maßnahmen jetzt noch einmal vor. Sagen Sie mir bitte diesmal jeweils, ob Ihnen dies besonders wichtig wäre.“

**Basis:** 1.000 Befragte

**Angaben in Prozent**

## Wichtigkeit von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung

**Angebote zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Familie, Bewegungs- und Entspannungskurse sowie Beratertipps zur optimalen Gestaltung von Arbeitsabläufen werden besonders von Frauen geschätzt.**



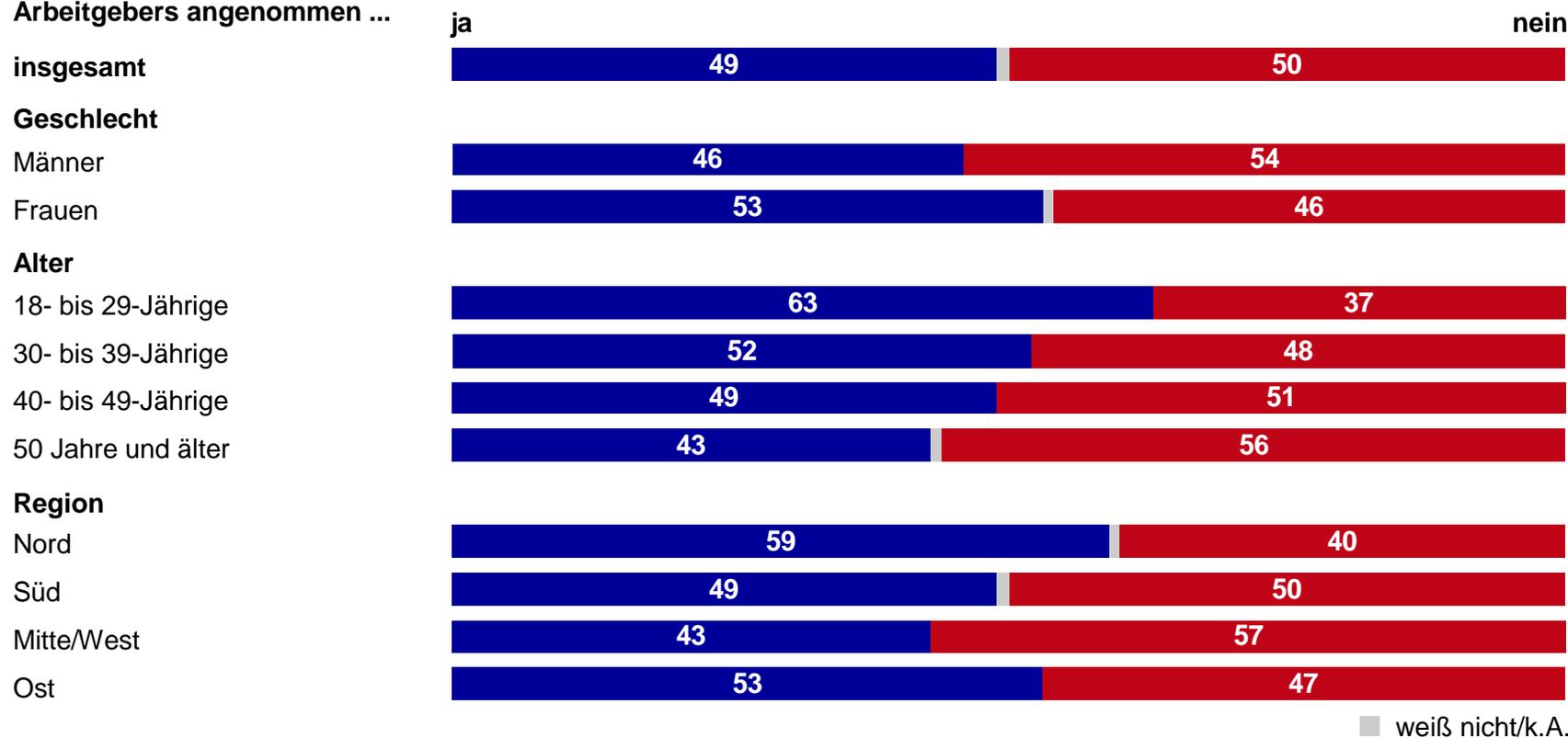
**Fragen:** „Ich lese Ihnen diese Maßnahmen jetzt noch einmal vor. Sagen Sie mir bitte diesmal jeweils, ob Ihnen dies besonders wichtig wäre.“

**Basis:** 1.000 Befragte  
**Angaben in Prozent**

## Erfahrung mit Maßnahmen zur Gesundheitsförderung

**Jeder Zweite hat schon einmal ein Angebot seines Arbeitgebers zur Gesundheitsförderung wahrgenommen - Frauen und Jüngere haben damit vergleichsweise mehr Erfahrung.**

Es haben schon einmal ein solches Angebot ihres Arbeitgebers angenommen ...



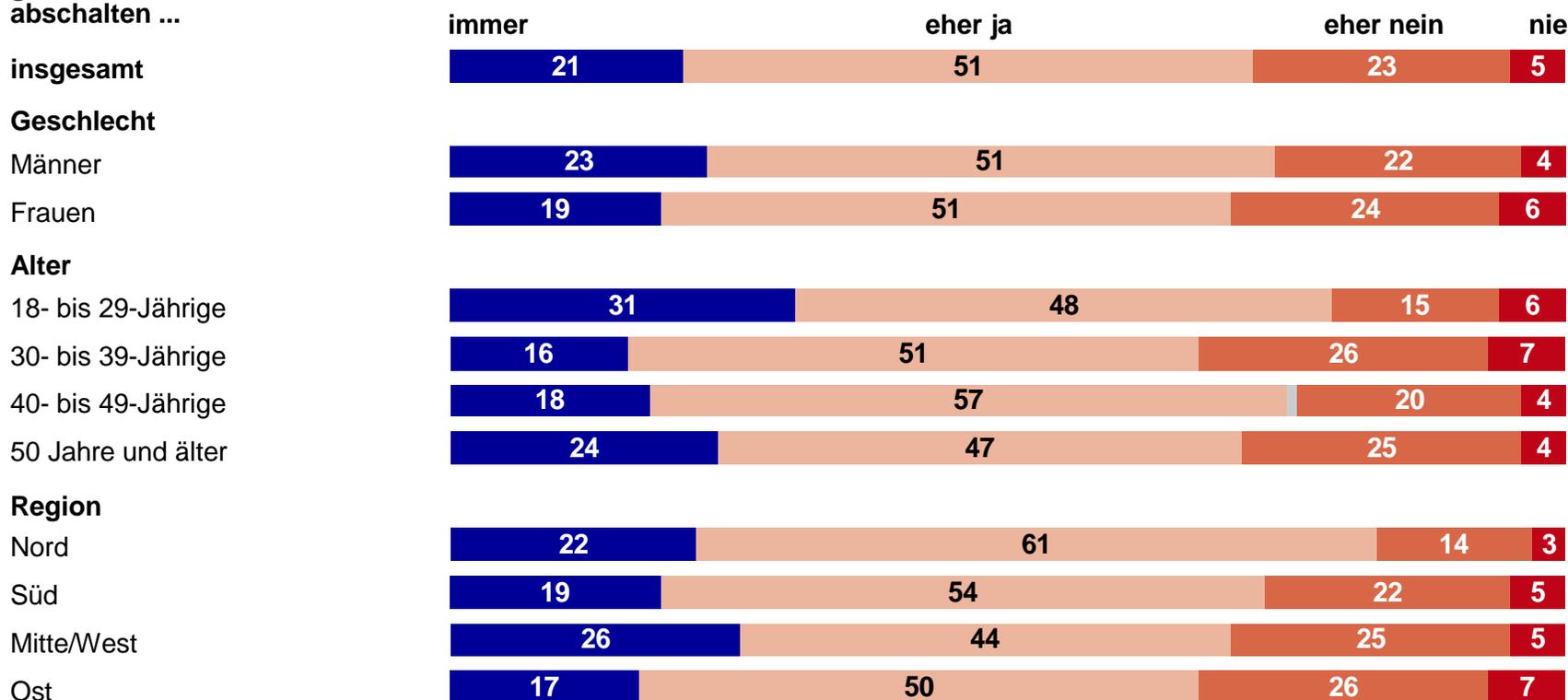
**Fragen:** „Und haben Sie schon einmal ein solches Angebot von Ihrem Arbeitgeber angenommen, egal ob an Ihrem derzeitigen oder einem früheren Arbeitsplatz?“

**Basis:** 1.000 Befragte  
**Angaben in Prozent**

## Abschalten in der Freizeit (1)

**Fast ein Drittel schafft es nicht immer, in der Freizeit gut von der Arbeit abzuschalten. Weiteren 51 Prozent gelingt dies nur bedingt. 30- bis 39-Jährige, die häufig Karriere und Familie ausbalancieren müssen, haben damit eher Probleme.**

Es können in ihrer Freizeit gut von der Arbeit abschalten ...



■ weiß nicht/k.A.

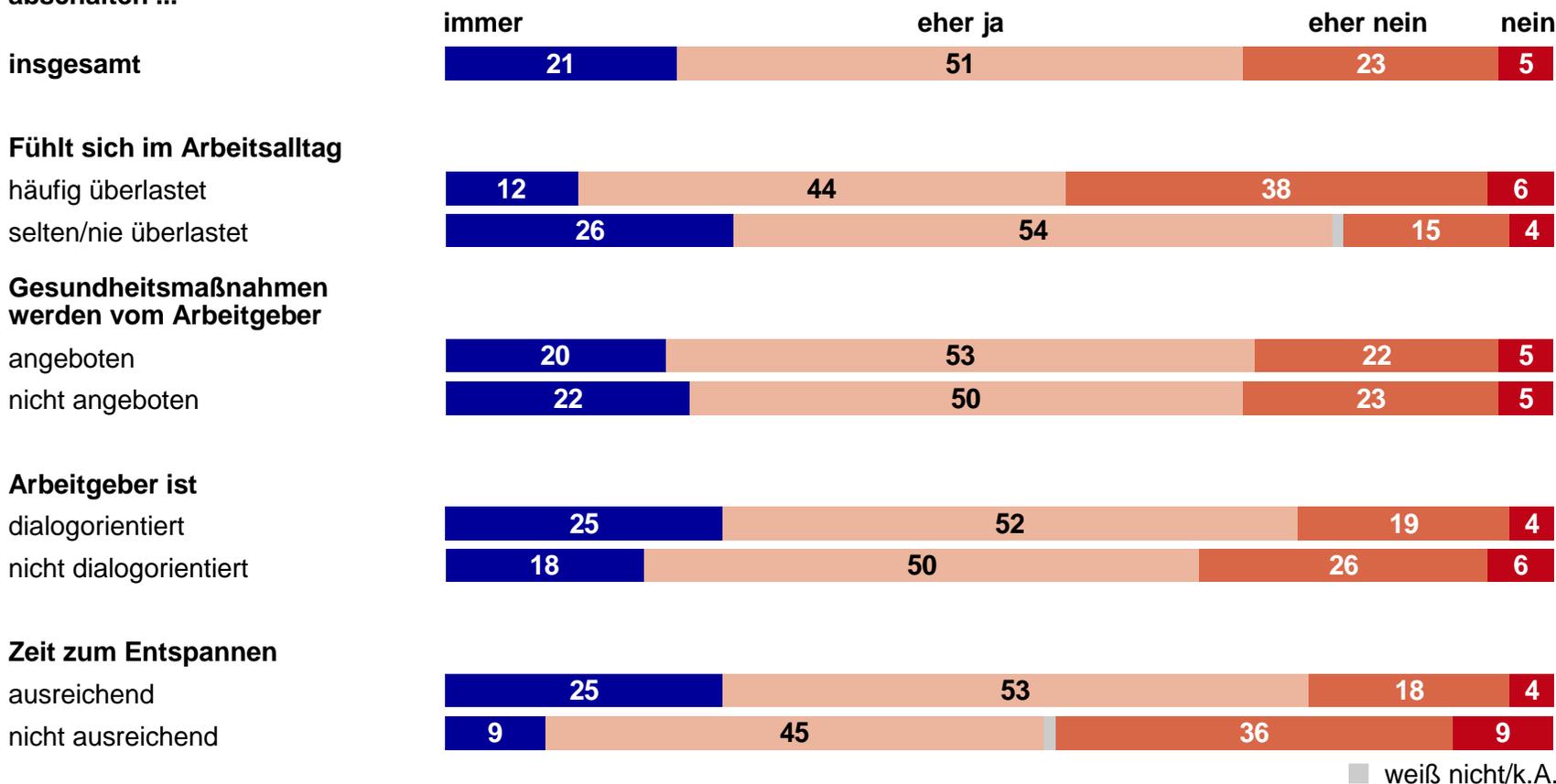
Frage: „Wie ist das bei Ihnen: Können Sie in Ihrer Freizeit immer gut von der Arbeit „abschalten“ - eher ja - eher nein - oder nie?“

Basis: 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

## Abschalten in der Freizeit (2)

**Erwerbstätige, die sich häufig überlastet fühlen bzw. sich nicht ausreichend Zeit zum Entspannen nehmen, können besonders schlecht nach Feierabend abschalten.**

Es können in ihrer Freizeit gut von der Arbeit abschalten ...



Frage: „Wie ist das bei Ihnen: Können Sie in Ihrer Freizeit immer gut von der Arbeit „abschalten“ - eher ja - eher nein - oder nie?“

Basis: 1.000 Befragte  
Angaben in Prozent

## Aktivitäten für die eigene Gesundheit

**Die Mehrheit der Erwerbstätigen tut bereits selbst etwas für die eigene Gesundheit. Aber es gibt durchaus noch Potenzial, in dieser Richtung aktiv zu werden: Während drei von Vieren sich Zeit zum Entspannen nehmen, findet jeder Vierte hierfür keine Zeit. Jeder Dritte achtet bisher nicht auf gesunde und ausgewogene Ernährung. Für sportliche Aktivitäten mehrere Stunden wöchentlich zu reservieren gelingt ca. 40% .**

Ich nehme mir ausreichend Zeit zum Entspannen, z. B. zum Spaziergehen oder um meinem Hobby nachzugehen.



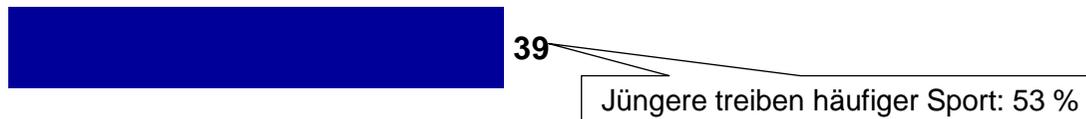
Häufig Überlastete nehmen sich weniger Zeit zur Entspannung: 65 %

Ich achte bewusst auf gesunde und ausgewogene Ernährung.



Frauen achten häufiger auf eine gesunde Ernährung: 74 %

Ich treibe mindestens 3 bis 4 Stunden pro Woche Sport.



Jüngere treiben häufiger Sport: 53 %

Frage: „Welche der folgende Dinge tun Sie aktiv für Ihre Gesundheit?“

Basis: 1.000 Befragte

Angaben in Prozent

## Zusammenfassung (1)

- Die Mehrheit der Erwerbstätigen ist in den letzten zwei Jahren trotz (leichter) Erkrankung schon einmal zur Arbeit gegangen - 70 Prozent sogar mehrmals. Frauen und unter 40-Jährige haben gesundheitliche Probleme in den letzten beiden Jahren häufiger ignoriert - ebenso Arbeitnehmer, die sich häufig beruflich belastet fühlen. Hauptgrund für diese Präsenz ist - neben nur leichten Beschwerden - das Pflichtgefühl der Beschäftigten: Zwei Drittel möchten ihren Kollegen nicht zumuten, zusätzliche Arbeit zu übernehmen.
- Das gegenteilige Verhalten ist - eigenen Angaben zufolge - deutlich seltener: Jeder Zehnte hat sich schon einmal krank gemeldet, obwohl er eigentlich arbeitsfähig war. Auszeit von zu hohen beruflichen Anforderungen bzw. private Termine sind die häufigsten Beweggründe für diese Absenz.
- Sowohl bei Absenz als auch bei Präsenz spielt die empfundene Arbeitsbelastung eine wichtige Rolle, mit der der Einzelne unterschiedlich umgeht. Jeder dritte Arbeitnehmer fühlt sich im Arbeitsalltag häufig überlastet - sei es durch die Arbeitsmenge, die inhaltlichen Anforderungen oder das Arbeitsklima. Besonders ausgeprägt ist das Überlastungsempfinden bei Erwerbstätigen, die in ihrer Freizeit nicht gut vom Arbeitsalltag abschalten können bzw. sich nicht genug Zeit zur Entspannung nehmen.
- Vorrangig genannte Gründe für die empfundene Belastung sind beruflicher Zeitdruck und zu viel Arbeit. Erwartungsgemäß fällt der Zeitdruck durch private Verpflichtungen stärker ins Gewicht, wenn es Kinder im Haushalt gibt, die z. B. von Hort oder Schule abgeholt werden müssen.
- Gut jeder Zweite befürchtet, dass die berufliche Überlastung früher oder später auch die eigene Gesundheit beeinträchtigen wird. Ab 30-Jährige sind darüber tendenziell besorgter, ebenso Berufstätige, die in ihrer Freizeit nicht gut abschalten oder entspannen können.

## Zusammenfassung (2)

- Gut jeder zweite Erwerbstätige gibt an, dass ihm sein Arbeitgeber regelmäßige Gespräche mit Vorgesetzten anbietet, in denen auch berufliche Probleme besprochen werden können. Fast ebenso vielen werden vom Arbeitgeber auch Maßnahmen für gesünderes und sicheres Arbeiten angeboten, wie z. B. ergonomisch gestaltete Arbeitsplätze. Gut 40 Prozent erhalten Angebote zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Familie, jeder Dritte kann Bewegungs- und Entspannungskurse in Anspruch nehmen, und jeder Vierte kann von Tipps eines Beraters zur optimalen Gestaltung von Arbeitsabläufen profitieren.

Vergleicht man das vorhandene Angebot mit der Bedeutung, die solche Maßnahmen für die Arbeitnehmer haben, so fällt allerdings eine deutliche Diskrepanz auf: Das Angebot von Seiten der Arbeitgeber fällt klar hinter dem Bedarf zurück. Hier gäbe es also durchaus Handlungspotenzial für Arbeitgeber, gesundheitsfördernde Maßnahmen verstärkt für die Arbeitnehmerschaft anzubieten, um Phänomenen wie Präsentismus oder Absentismus entgegen zu wirken.

- Abgesehen von Beratertipps zur Optimierung der Arbeitsabläufe, sind den Erwerbstätigen alle abgefragten Maßnahmen mehrheitlich besonders wichtig: Für jeweils drei Viertel sind regelmäßige Gespräche mit Vorgesetzten bzw. Maßnahmen für gesünderes und sicheres Arbeit von hoher Bedeutung. Angebote zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Familie sprechen über 60 Prozent an, und gut die Hälfte schätzt Bewegungs- und Entspannungskurse zur Gesundheitsförderung.

Erwartungsgemäß liegen die Angebote zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Familie besonders den Erwerbstätigen mit Kindern im Haushalt bzw. Frauen am Herzen. Frauen sind auch Kurse zur Bewegung und Entspannung bzw. Unterstützung bei der Optimierung der Arbeitsabläufe deutlich wichtiger als Männern.

## Zusammenfassung (3)

- Jeder zweite Erwerbstätige konnte bereits Erfahrungen mit gesundheitsfördernden Maßnahmen machen, die ihm vom aktuellen oder früheren Arbeitgeber angeboten wurden. Frauen sowie jüngere Arbeitnehmer haben von diesen Angeboten vergleichsweise häufiger Gebrauch gemacht.
- Fast jeder Dritte schafft es nicht immer, in der Freizeit gut von der Arbeit abzuschalten. Weiteren 50 Prozent gelingt dies nur bedingt. 30- bis 39-Jährige, von denen viele den Spagat zwischen Karriere und Familie ausbalancieren müssen, haben damit eher Probleme.

Erwerbstätige, die sich häufig im Arbeitsalltag überlastet fühlen bzw. sich zu wenig Zeit zur Entspannung nehmen, können in ihrer Freizeit auch weniger gut von der Arbeit abschalten. Auch wenn sich der Arbeitgeber wenig dialogorientiert zeigt, fällt das Abschalten vergleichsweise schwerer.

- Die meisten Erwerbstätigen tun bereits einiges, wenn es um die eigene Gesundheit geht. Allerdings gibt es durchaus Potenzial, hier noch aktiver zu werden: Zwar nehmen sich drei Viertel ausreichend Zeit zum Entspannen, z. B. bei einem Spaziergang oder der Beschäftigung mit einem Hobby, aber ein Viertel findet hierfür keine Zeit. Ein gutes Drittel achtet bisher noch nicht auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung. Und mindestens 3 bis 4 Stunden für sportliche Aktivitäten aufzuwenden gelingt ca. 40 Prozent. Frauen achten häufiger auf gesunde Ernährung, Jüngere sind dagegen tendenziell häufiger sportlich aktiv. Diejenigen, die sich selten bzw. nie überlastet fühlen, nehmen sich auch häufiger Zeit zur Entspannung.
- Fazit: Ein dialogorientierter Arbeitgeber, der außerdem gesundheitsfördernde Maßnahmen anbietet, kann dazu beitragen, dass sich Erwerbstätige im Arbeitsalltag weniger überlastet fühlen. Aber jeder muss auch selbst aktiv werden und sich ausreichend Möglichkeiten schaffen, um in der Freizeit von der Arbeit abschalten zu können, zu entspannen und mehr auf die eigene Gesundheit zu achten.