

Text » André Gärlich

Fotos » Getty Images/Deagreez

BÜRO STICHT BETT

Krank arbeiten gehen ist „in“. Immer mehr Angestellte quälen sich zum Job, obwohl sie sich miserabel fühlen. Warum tun sie das und wie können Grenzen gesetzt werden?

Julia will nicht aufstehen. Ihr Körper – geschwächt, ihr Kopf – durchgeschüttelt. Doch sie fährt ins Büro, trotz Grippe. „Die Krankheit kann ich schon irgendwie ‚wegarbeiten‘“, lautet ihre Devise. Konzentrationsschwächen? Geschenkt. Die Gefahr, Kollegen anzustecken? Passiert schon nicht. Rücksicht auf das eigene Wohlbefinden? Der Job geht vor.

„Früher bin ich krank arbeiten gegangen, heute mache ich das nicht mehr“, sagt die 31-Jährige. „Das liegt einerseits an meinem neuen Arbeitgeber, andererseits daran, dass sich meine Einstellung zum Job geändert hat.“ In ihren alten Firmen sei eine ungesunde Start-up-Mentalität gelebt worden: Überstunden, ohne dafür vernünftig entlohnt zu werden, Arbeit bei Fieber, Migräne und anderen Leiden. „Unterschwellig wurde vermittelt, dass Krankheiten kein Grund seien, daheim zu bleiben. Schließlich mussten die Projekte abgeschlossen werden. Oft plagte einen das schlechte Gewissen“, blickt Julia zurück. „Im Zweifel haben wir uns gegenseitig angesteckt. Den Chefs war das egal.“

Bei ihrem aktuellen Arbeitgeber, einer Frankfurter PR-Agentur für Technologie und Digitalisierung, sei „krank“ glücklicherweise nicht gleich „faul“: „Die Chefs achten massiv darauf, dass kranke Mitarbeiter auch wirklich daheim bleiben.“ Julia ist begeistert von der sensiblen Kultur innerhalb des Teams: „Wir achten aufeinander, jeder, der angeschlagen kommt, wird kritisch beäugt, meist schließen sich eine Diskussion und eine professionelle Übergabe an. Wer denkt, dringend arbeiten zu müssen, darf das zuhause tun – wenn es aber wirklich nicht mehr geht, soll er den Laptop ausschalten.“ Niemand wolle riskieren, dass jemand angesteckt oder die Krankheit verschleppt wird.

„HART IM NEHMEN“

Einer Studie des Deutschen Gewerkschaftsbundes (DGB) zufolge sind im vergangenen Jahr etwa zwei Drittel der Beschäftigten in Deutschland mindestens einmal krank zur Arbeit gegangen. Fast die Hälfte hat eine Woche und mehr krank gearbeitet. Das Phänomen trägt einen Namen: „Präsentismus.“ Die Folgen sind weitreichend, wie Katja Mierke, Professorin an der Psychology School der Hochschule Fresenius Köln und Co-Auto-

rin des Buchs „Klare Ziele, klare Grenzen. Teamorientiert Nein sagen und delegieren in der Arbeitswelt 4.0“, erklärt: „Diese Art der ‚Anwesenheitsmoral‘ führt dazu, dass Krankheiten länger dauern, dass das Risiko für chronische Beschwerden und gesundheitliche Langzeitschäden steigt.“ Auch der Arbeitgeber setze sich Risiken aus: „Kranke erfassen komplexe Situationen vielleicht nicht vollständig, treffen eventuell teure Fehlentscheidungen, sind Kunden gegenüber schneller genervt oder verursachen womöglich Unfälle mit Maschinen. Nicht zuletzt stecken sie ihre Kollegen an.“



Katja Mierke

Gründe für Präsentismus wurden kürzlich von Ann Cathrin Bach, Masterabsolventin des Studiengangs Wirtschaftspsychologie an der Hochschule Fresenius Köln, untersucht. Weit oben rangieren Pflichtgefühl hinsichtlich der Aufgaben und Loyalität gegenüber den Kollegen. Zudem spiele die Angst davor, als nicht belastbar zu gelten, eine Rolle. „Je nach Branche und Art des Jobs geht mit Fehlzeiten die Sorge einher, echte Nachteile zu erleiden – Übernahme, Beförderung oder Zusatzzahlungen stehen auf dem Spiel“, sagt Mierke. Besonders hoch sei das Risiko im Gesundheitswesen und in sozialen Berufen, „wo das Pflichtbewusstsein gegenüber den Patienten, Klienten oder Schülern stark ausgeprägt ist und zugleich die Arbeit nicht warten kann“. Auch für Gastronomie und Industrie, wo der Betrieb notfalls mit Unterbesetzung weiterläuft, gelte dies.

UMDENKEN ERFORDERLICH

Um Grenzen besser einschätzen zu können, empfiehlt Mierke den Blick von außen. Die entscheidende Frage laute: „Würden Sie sich Ihre Kollegen in diesem Zustand auf der Arbeit wünschen?“ Und die Schlussfolgerung: „Wer Fehler macht, Kollegen gefährdet oder Kunden verprellt, dient niemandem.“ Hier sei es wichtig, entschieden „Nein“ zu sagen und sich eine Auszeit zu gönnen, um dadurch die eigene Leistungsfähigkeit zu erhalten. Das Robert-Koch-Institut rät, direkt zu Beginn einer Erkältung wenigstens ein paar Tage zu pausieren, denn die Infektionsgefahr sei dann am größten.

„Die Personaldecken sind vielerorts zu dünn geworden. Das erzeugt Druck, gerade wenn im Schichtdienst gearbeitet wird oder Vorschriften über eine Minimalbesetzung existieren. Führungsverantwortliche sind gefragt, gesunde Rahmenbedingungen zu schaffen und nicht immer weiter Stellen abzubauen“, mahnt Mierke. Auch bei der Angst, schlecht bewertet zu werden, sehe sie den Ball beim Arbeitgeber: „Es muss vorgelebt werden, dass die Genesung Vorrang hat, dass keine Nachteile befürchtet werden müssen.“ Vor dem Hintergrund höherer finanzieller Schäden durch Präsentismus als durch ‚Krankfeiern‘ sollte das den Betrieben zukünftig leichter fallen.