

Was das Fass zum Überlaufen bringt

Das Leibniz-Institut für Arbeitsforschung zeigt, wie Aufgaben mit hohen Anforderungen an die Selbstkontrolle Menschen mit emotionaler Erschöpfung an ihre Grenzen bringen

Mitteilung: Leibniz-Institut für Arbeitsforschung an der TU Dortmund

Neuer Post im Forum. Irina71 ist Erzieherin und arbeitet mit verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen. Die Amtsärztin hat bei ihr eine chronische emotionale Erschöpfung festgestellt, sie darf nicht länger im Schichtdienst arbeiten. Falls der Arbeitgeber nicht den Wechsel auf den Tagdienst zulässt, muss sie sich nach der Kur eine neue Arbeit suchen.

Die Leistungsanforderungen im Arbeitsleben nehmen zu, so dass immer mehr Beschäftigte an einer emotionalen Erschöpfung leiden. Sie äußert sich in massiven Ermüdungserscheinungen und dem Gefühl einer lähmenden Schwäche.

Oder ist das nur eine willkommene Ausrede, um unangenehmen Aufgaben zu entkommen? Tatsächlich ist die Bedeutung der emotionalen Erschöpfung umstritten. Bislang wurde sie wissenschaftlich noch nicht als Krankheit anerkannt. Am Leibniz-Institut für Arbeitsforschung konnte nun herausgefunden werden, dass das Hauptproblem einer emotionalen Erschöpfung die Schwächung der Selbstkontrolle ist, was sich dann auf die Leistung auswirken kann.

Stefan Diestel und Klaus-Helmut Schmidt von der Arbeitsgruppe „Flexible Verhaltenssteuerung“ luden Pfleger/innen aus der Altenpflege zu einem Experiment ein. Zunächst füllten diese einen Fragebogen aus, mit dem ihre emotionale Erschöpfung gemessen wurde. Dann bearbeiteten sie Aufgaben, bei denen ihre Fähigkeit zur Selbstkontrolle in unterschiedlichem Maße gefordert war.

Solange die Anforderungen an die Selbstkontrolle moderat waren, spielte der Grad der emotionalen Erschöpfung keine Rolle. Waren aber die Anforderungen hoch, so verschlechterten sich die Personen mit einer ausgeprägten emotionalen Erschöpfung drastisch – die hohen Anforderungen an die Selbstkontrolle überstiegen dann ihre entsprechenden Fähigkeiten.

Diestel und Schmidt plädieren dafür, dass Führungskräfte auf solche Zustände einer emotionalen Erschöpfung eingehen und dies bei ihrer Arbeitsplanung und Aufgabenverteilung berücksichtigen.

*Pressemitteilung v. 29.08.2013
Dr. Stefan Diestel
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Leibniz-Institut für Arbeitsforschung an der TU Dortmund
Quelle: idw-online.de*