

Manager – Ein Risikoberuf?

Prof. Dr. Rolf Taubert



Präsentationsübersicht

1. Fragestellung
2. Der Skolamed-Datensatz
3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“
4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden
5. Zusammenfassung
6. Forschung in Arbeit



1. Fragestellung

Veränderte Aufgaben von Managern

- Führen in einem „schlanken“, „sich permanent verändernden“, „globalen“ Unternehmen

Anforderungen an Manager

- Management von ...
 - ... Komplexität
 - ... Veränderungen
 - ... interkulturellen Teams

Persönliche und gesundheitliche
Risiken für Manager?



2. Der Skolamed-Datensatz

- Erhoben während Gesundheits-Check-Ups der Skolamed GmbH zwischen 2005 – 2006
- Auswahl: 448 Führungskräfte der Ebenen 1 – 4
- Selbsteinschätzung von Gesundheitsverhalten

Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer Work-Life-Balance?

Ihre Zeit ist begrenzt. Wichtig ist, wie Sie sie nutzen. Dazu möchten wir Ihnen drei Fragen stellen.

So lebe ich jetzt:
Wie viel Zeit investieren Sie tatsächlich in die unten aufgeführten fünf Lebensbereiche?
Bitte schätzen Sie ab, welchen Stellenwert jeder dieser Bereiche tatsächlich für Sie hat: Unabhängig davon, ob Sie dies wirklich so wollen.

So möchte ich gerne leben:
Wie viel Zeit würden Sie gern in die aufgeführten fünf Lebensbereiche investieren, wenn Sie völlig frei über Ihre Zeit verfügen könnten?

Das ist mir wichtig:
Wie wichtig ist Ihnen jeder Bereich für Ihre Lebensqualität?

Zutreffende Antwort bitte ankreuzen:

	1 = keine Zeit		1 = unwichtig
	2 = wenig Zeit		2 = kaum wichtig
	3 = etwas Zeit		3 = etwas wichtig
	4 = viel Zeit		4 = wichtig
	5 = sehr viel Zeit		5 = sehr wichtig

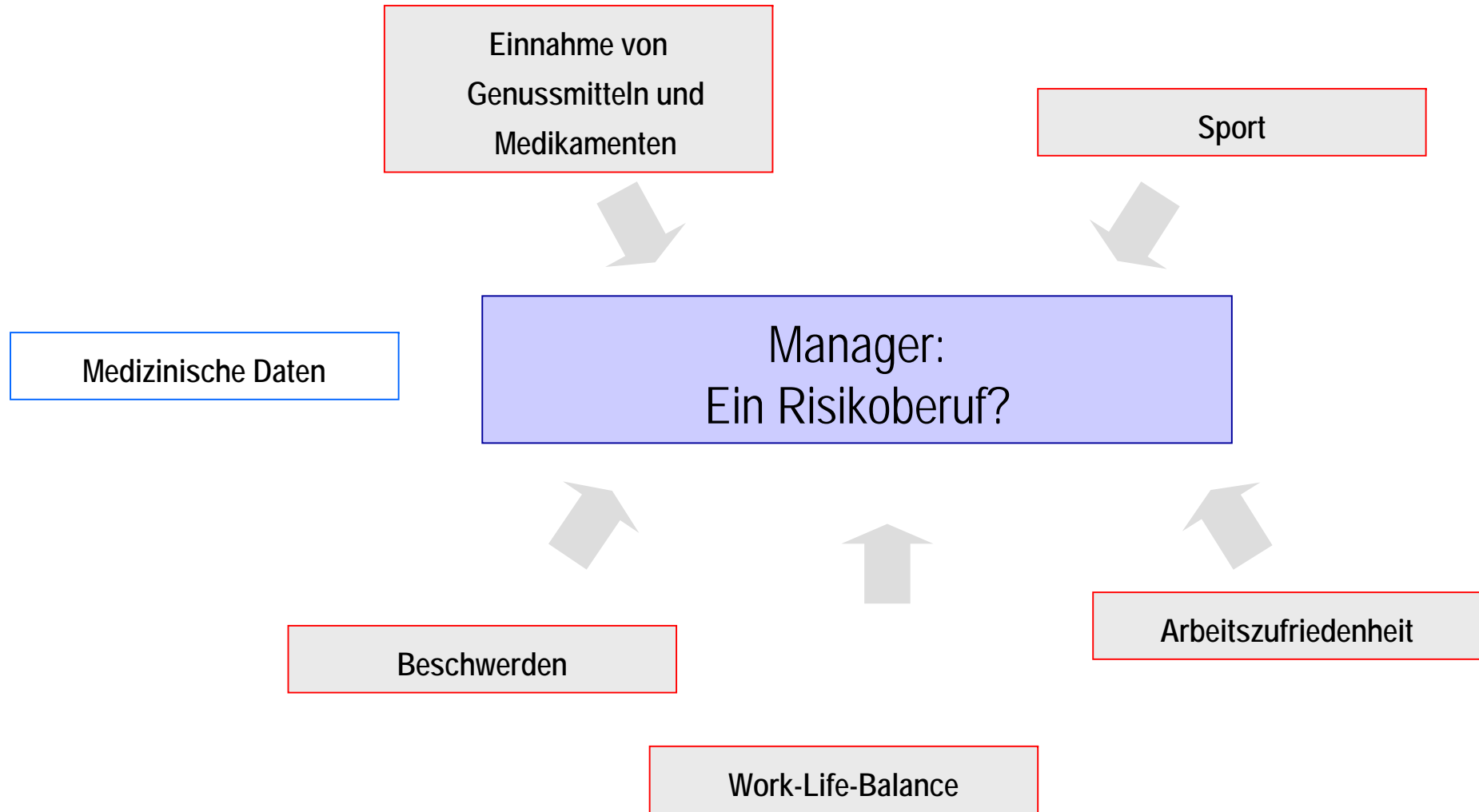
	So lebe ich jetzt:	So möchte ich gerne leben:	Das ist mir wichtig:
Arbeit, Beruf	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Familie, Kinder	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Freunde, Bekannte	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Reise, Urlaub	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Sport, Bewegung	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
Entspannen, Faulenzen	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

SKOLAMED GmbH
 Petersberg - 52039 Königswinter
 T. 02223/2983-0 • F. 02223/2989-20
 www.skolamed.de

Abb. 1: Ausschnitt Skolamed-Fragebogen



2. Der Skolamed-Datensatz Themenbereiche





2. Der Skolamed-Datensatz Anmerkungen

■ Fehleranfälligkeit von Selbsteinschätzungen

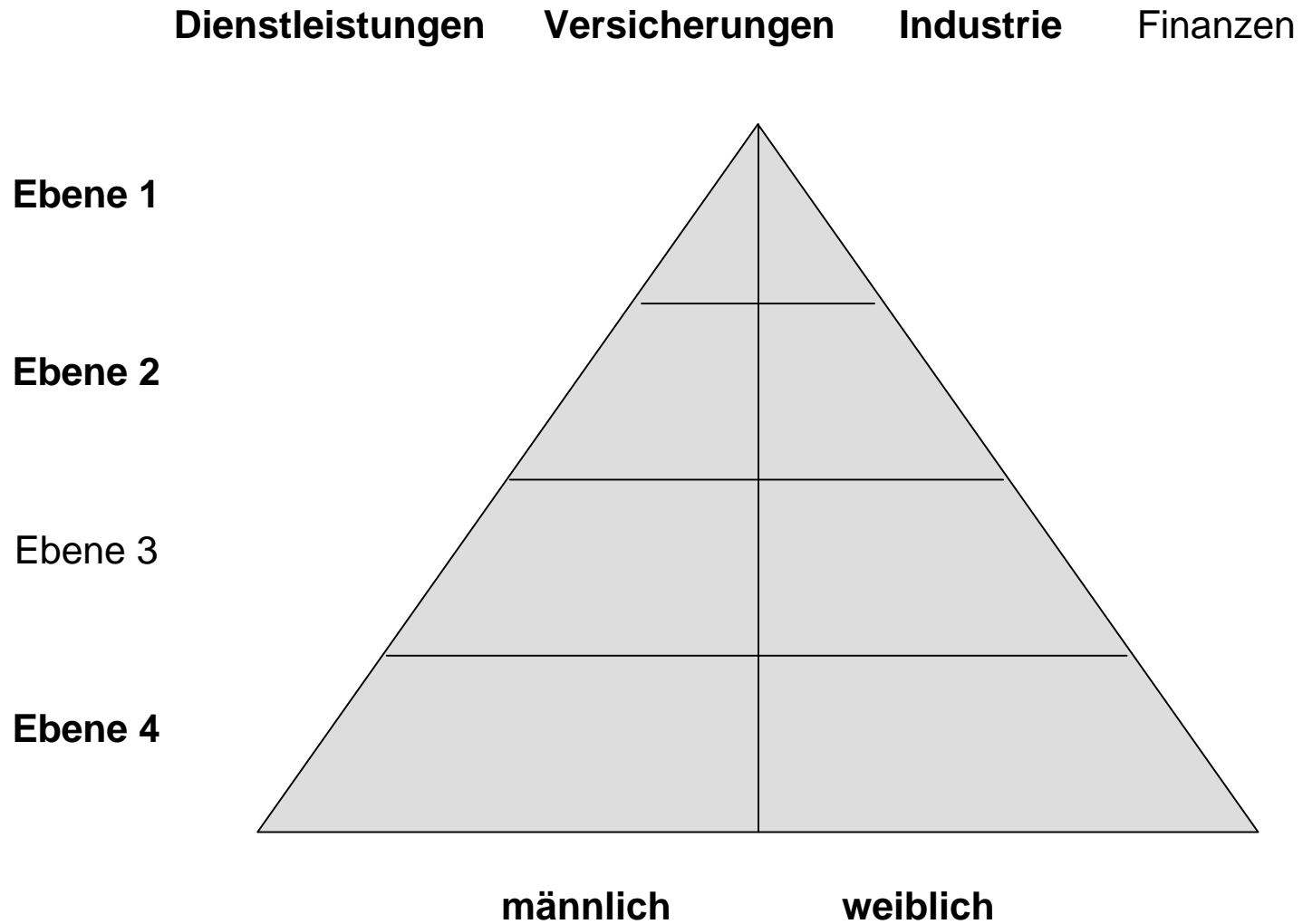
- Wahrnehmungsverzerrungen: z.B.
 - (1) Tendenz zur Mitte/Extremen
 - (2) Selbstwertfördernde Einschätzung
 - (3) soziale Erwünschtheit

■ Selektivität der Stichprobe

- Menschen, die die besonders gesundheitsbewusst vs. wenig gesundheitsbewusst erleben?
- Menschen mit hohem vs. niedrigem Gesundheitsrisiko?
- Menschen die bereit sind, für eine präventive Maßnahme Geld auszugeben?



2. Der Skolamed-Datensatz Schichtung der Stichprobe





3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Demographische Variablen

■ Anzahl der Führungskräfte Ebene 1 – 4 in der Stichprobe

- N = 448
- Erhoben 2005 – 2006

■ Geschlecht

- Männlich: 410
- Weiblich: 38

■ Familienstand

- Ledig 43
- Verheiratet 397

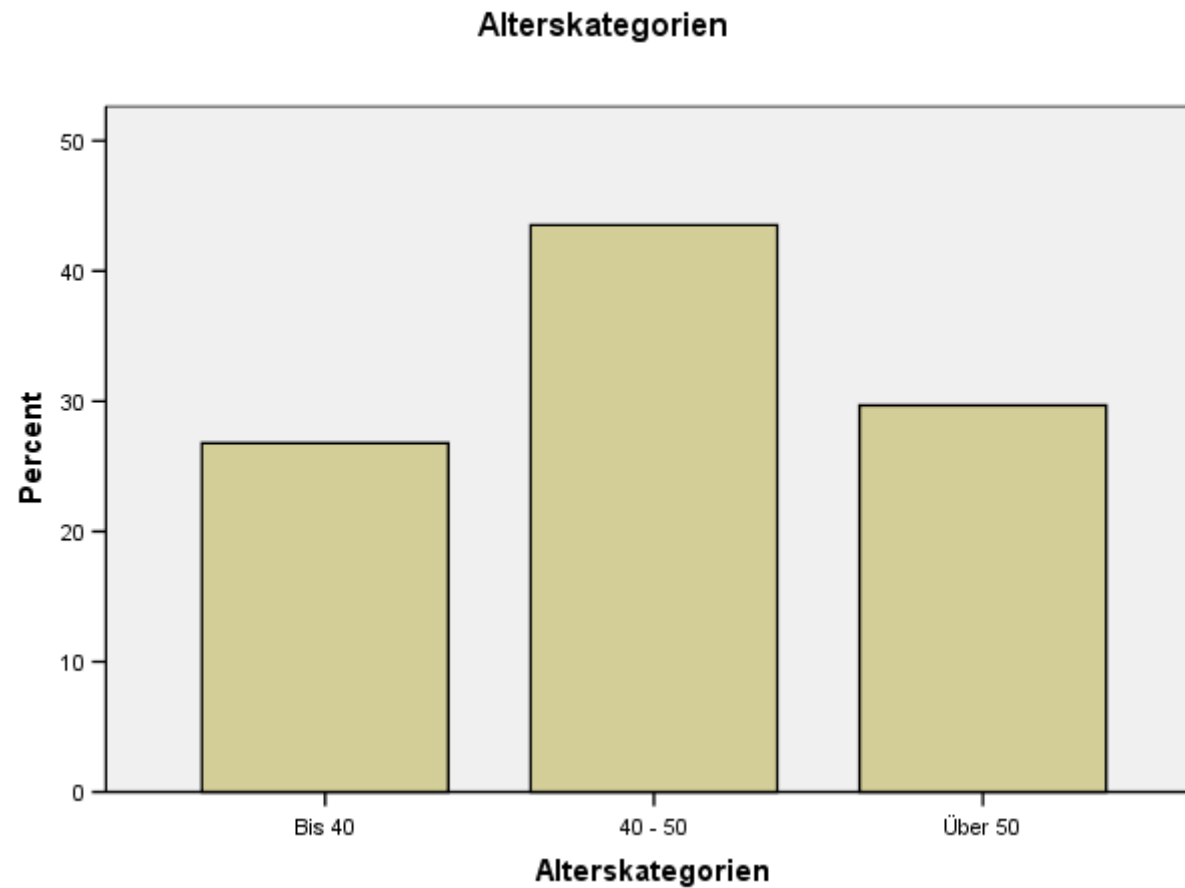
■ Anzahl Kinder

- N = 0,97



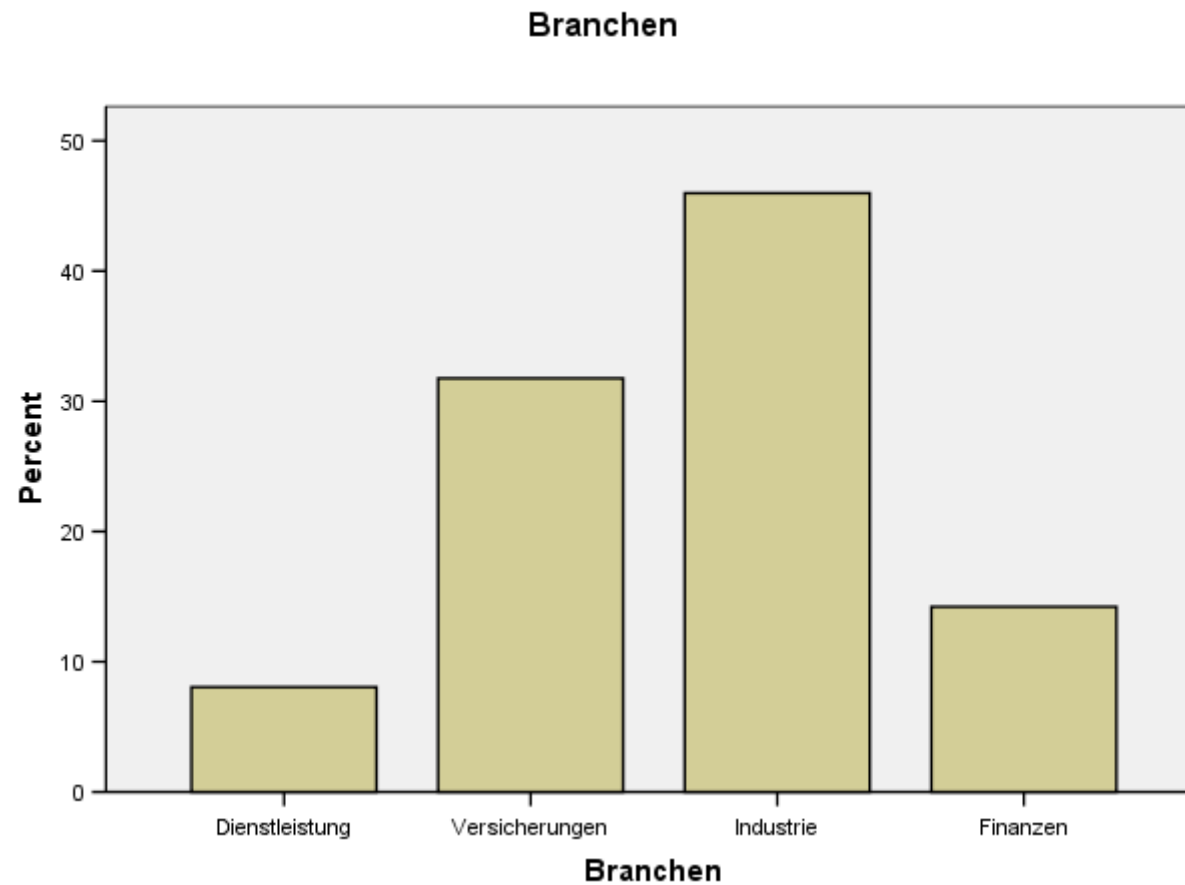
3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Demographische Variablen

Mittelwert Alter: 46,6





3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Demographische Variablen





3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Demographische Variablen

	Min	Max	Mittelwert
Dauer Unternehmenszugehörigkeit	0,50	46,33	14,7
Arbeitsstunden/ Woche	9,50	80,00	52,9
Genommene Urlaubstage/Jahr	10,00	45,00	27,9
Anzahl Krankheitstage/Jahr	0,00	45,00	2,2 *

* AU-Tage gesamt 12,6 Tage/Jahr (Quelle: BKK)

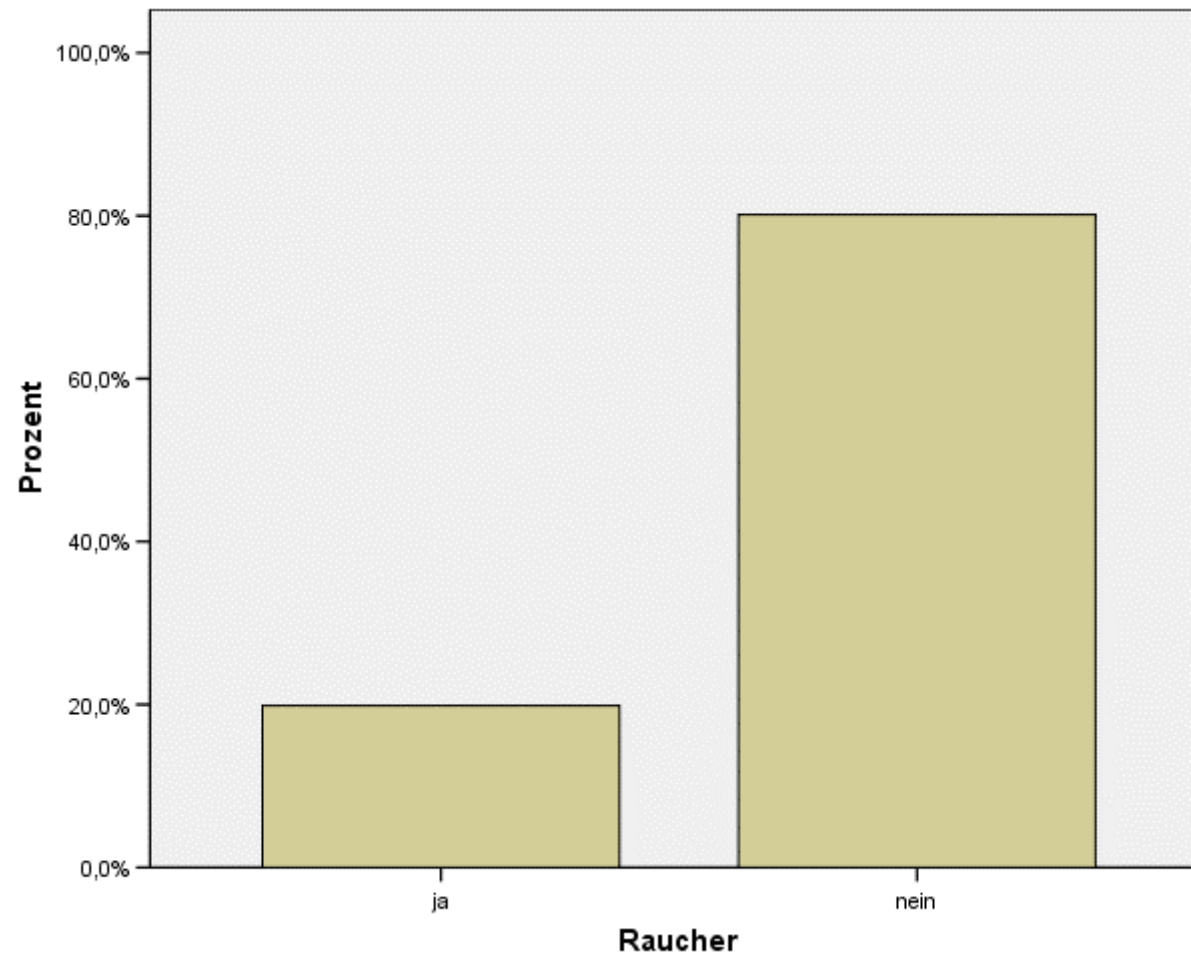


3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Genussmittel

Kaffee und Alkohol	Min	Max	Mittelwert
Anzahl der Tassen Kaffee (0,2l)/ Tag	0,00	20,00	3,3
ml Alkohol / Tag	0,89	122,46	23,0



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Genussmittel





3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Sport

Sport	Min	Max	Mittelwert
Stunden Sport/Woche	0,1	21	3,5
Ausdauertraining (Jogge, Aerobic, Wandern, Walken, Skilanglauf, Schwimmen, Inlineskating, Radfahren)	0,13	21	3,1
Dehnungsgymnastik (Stretching, Yoga)	0,05	9,00	1,2
Kraftsport (Gewichtheben, Bodybuilding)	0,20	15,00	1,9
Tennis, Squash, Badminton	0,25	13,75	2,2

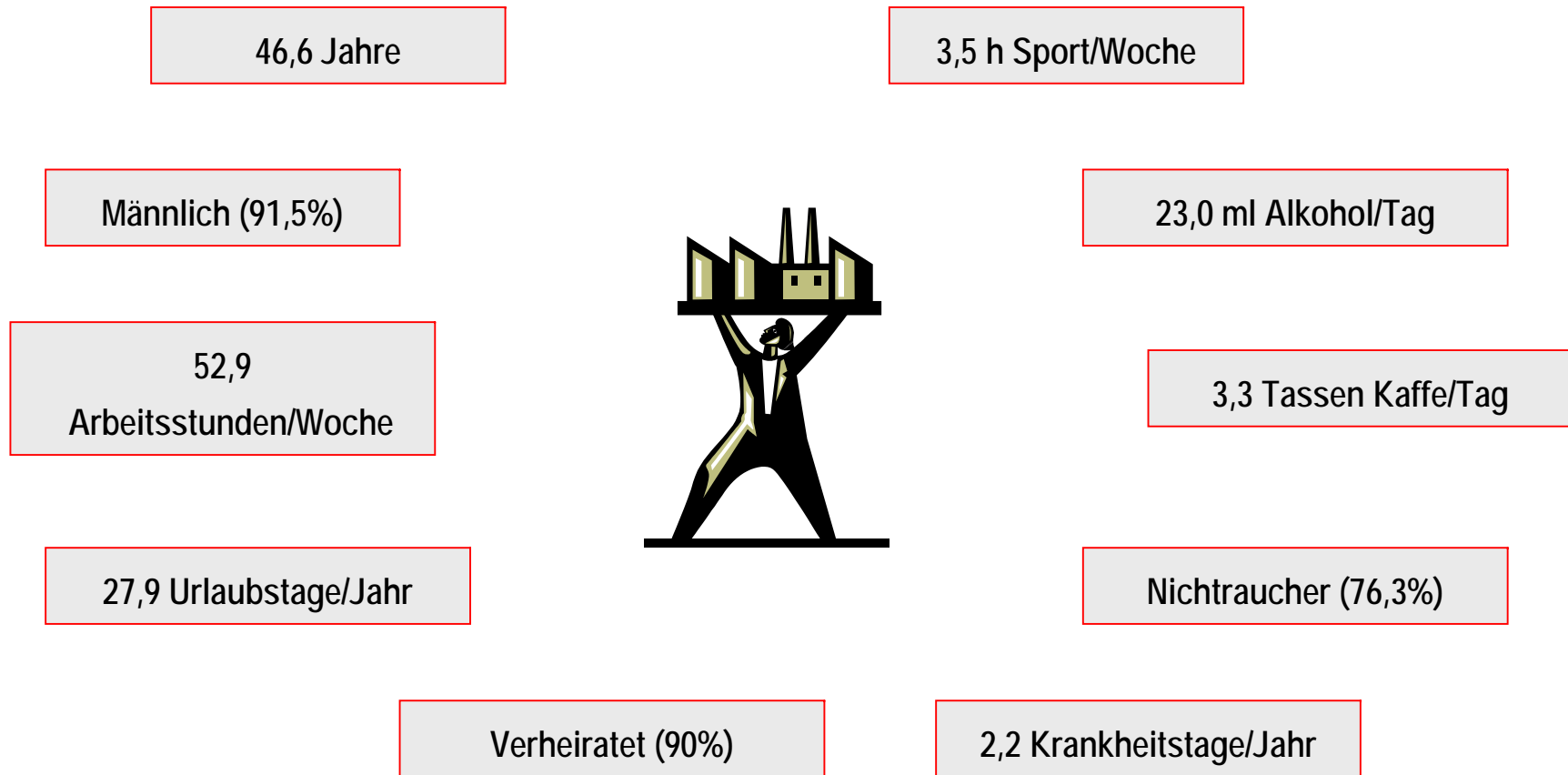


3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Sport

Sport	Min	Max	Mittelwert
Ballsportarten (Fußball, Basketball, Volleyball, Handball)	0,25	9,00	1,9721
Kampfsportarten/ -kunst (Judo, Karate)	2,00	3,00	2,5000
Sonstige Sportarten	0,20	36,00	3,4479



3. Zusammenfassung 1: Soziodemographische Lage des „durchschnittlichen Managers“





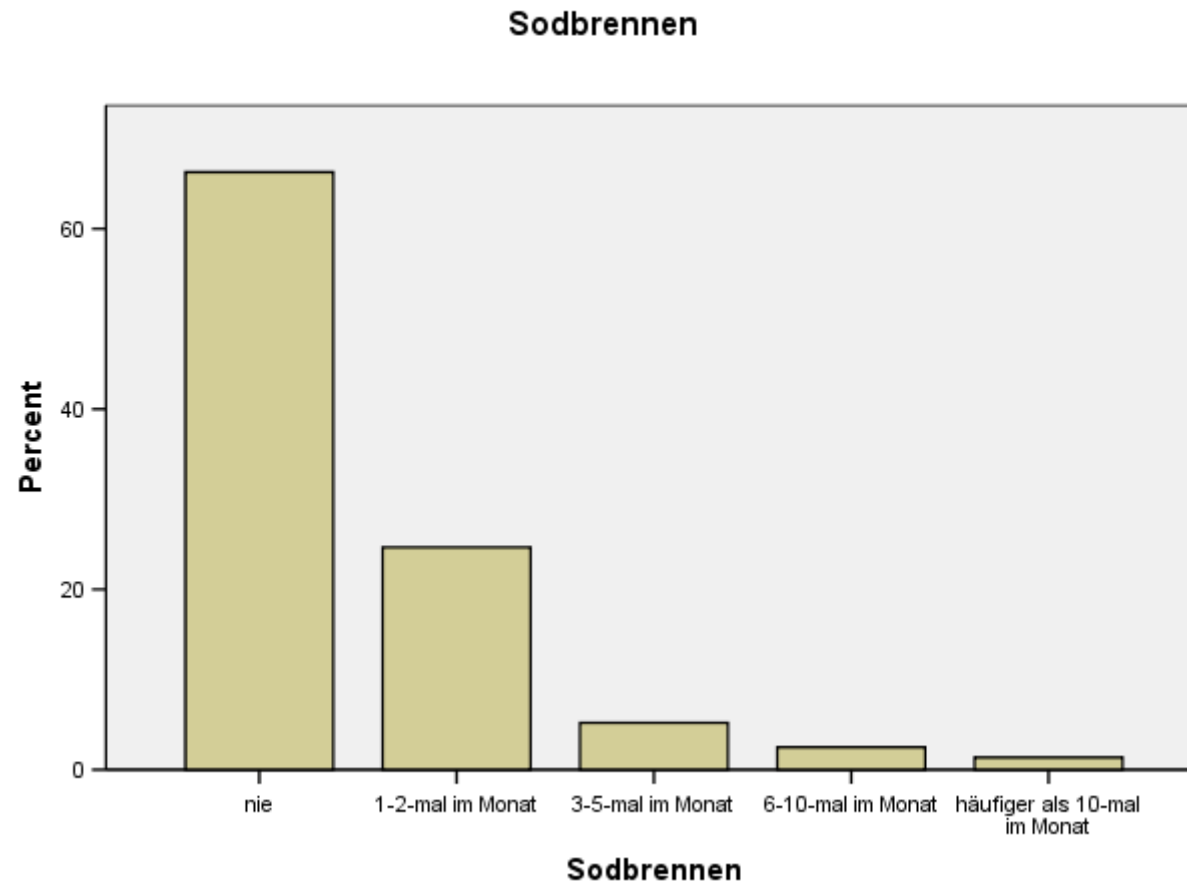
3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Beschwerden

■ Worunter leiden Manager?



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Beschwerden

Durchschnitt Bevölkerung*: ca. 20 – 40 %

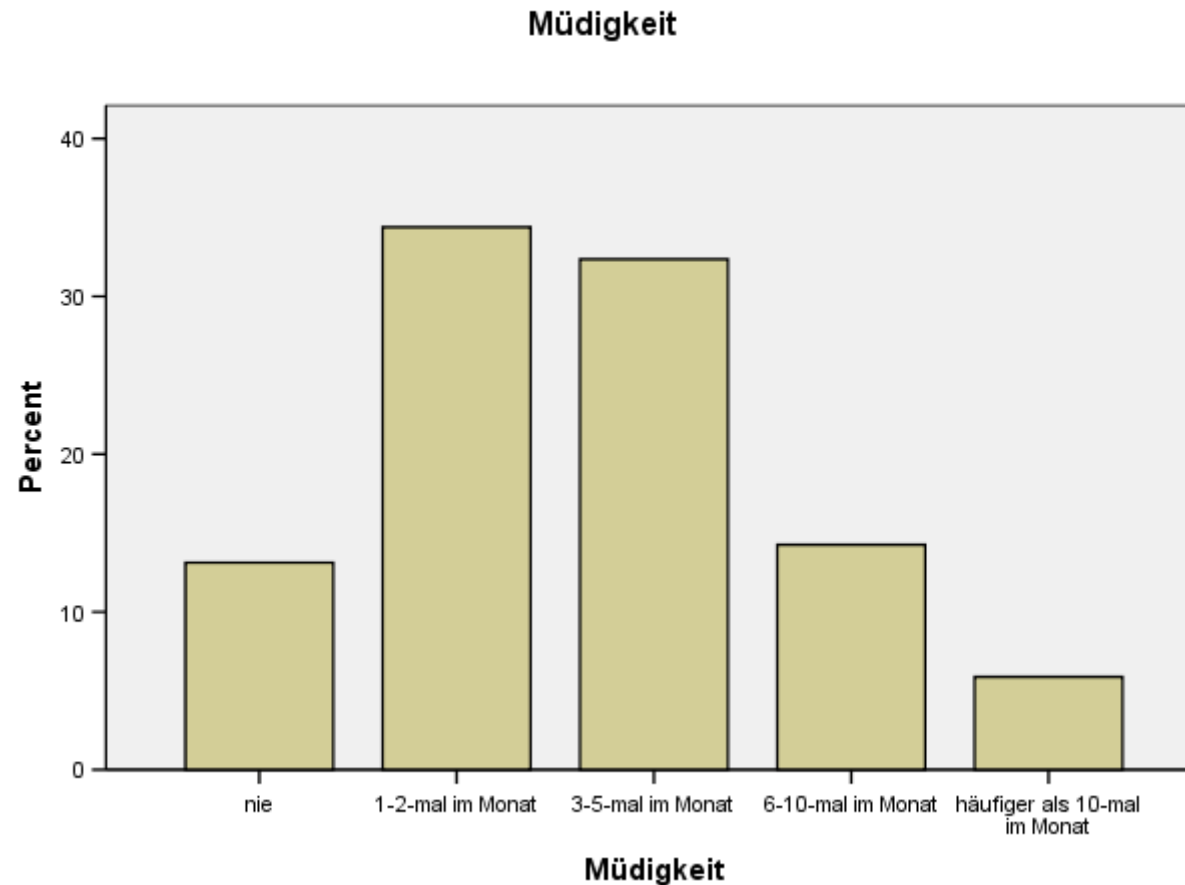


* Quelle: Robert Koch Institut



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Beschwerden

Durchschnitt „Ständige Müdigkeit/ chronische Erschöpfung“*: ca. 20%

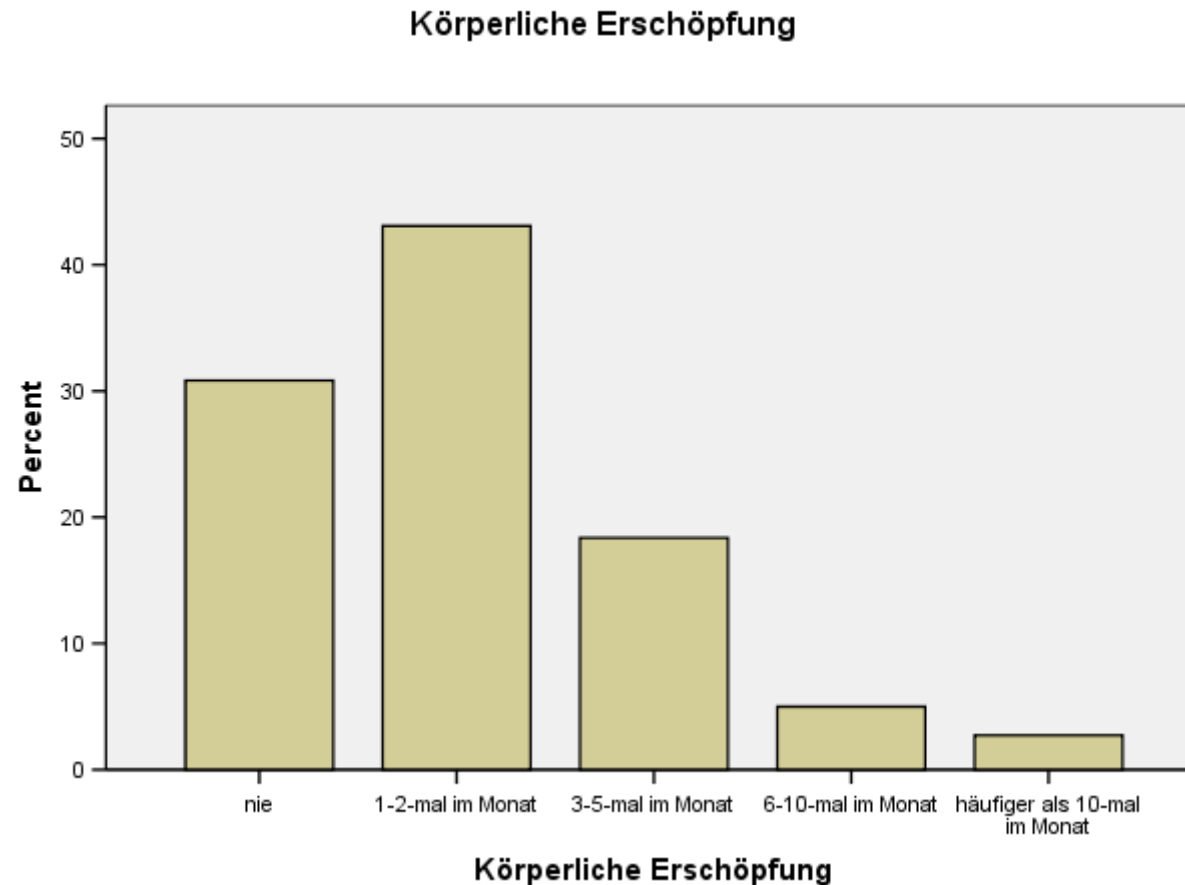


* Quelle: Robert Koch Institut



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Beschwerden

Durchschnitt „Ständige Müdigkeit/ chronische Erschöpfung“*: ca. 20%



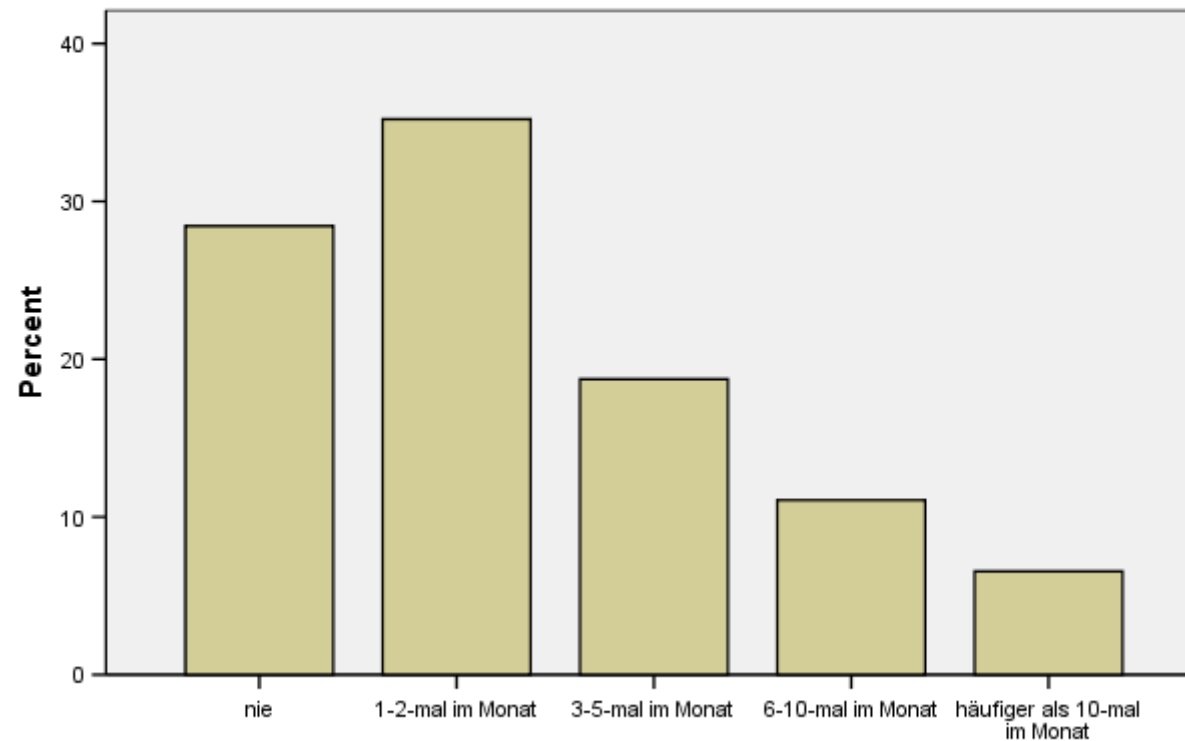
* Quelle: Robert Koch Institut



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Beschwerden

Durchschnitt Rückenschmerzen*: ca. 15 - 45 %

Muskelverspannungen im Hals-, Nacken- oder Schulterbereich



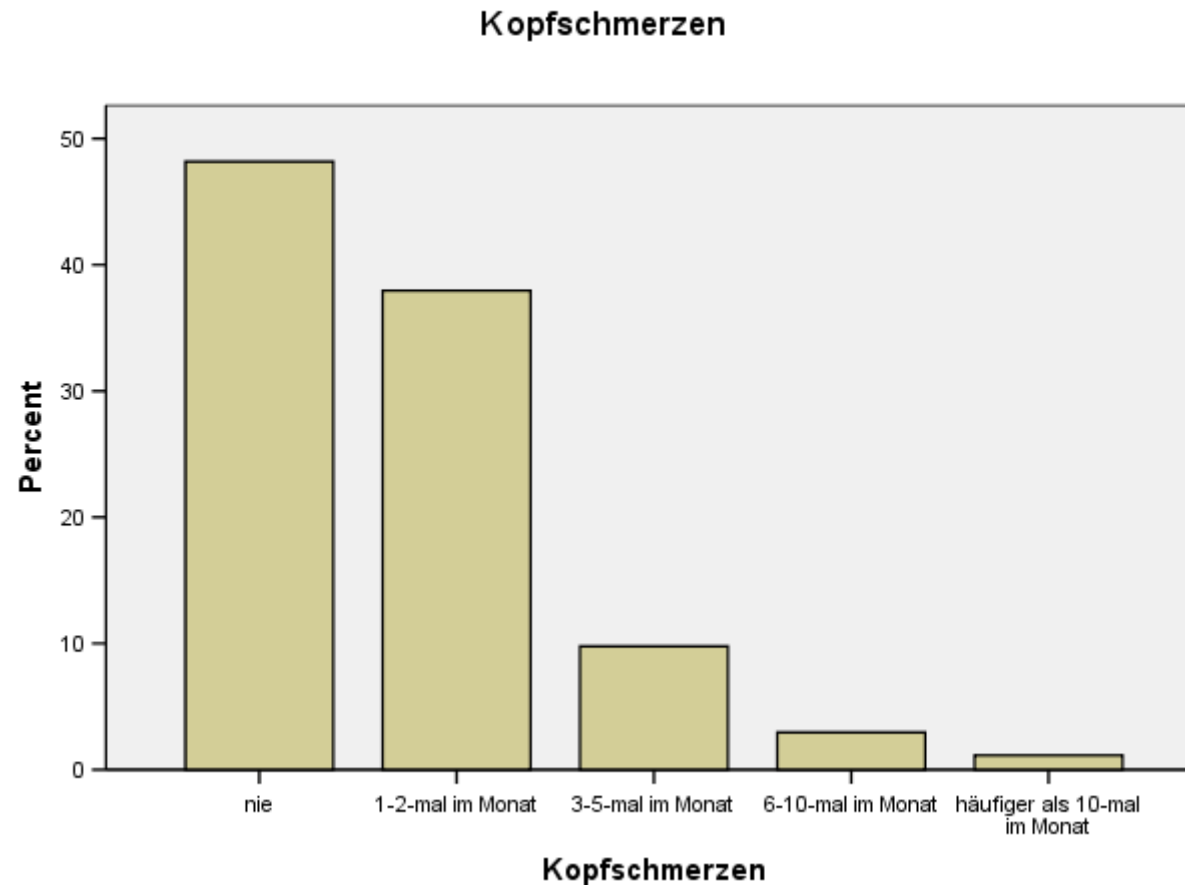
Muskelverspannungen im Hals-, Nacken- oder Schulterbereich

* Quelle: Robert Koch Institut



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Beschwerden

Durchschnitt Kopfschmerzen*: ca. 40 – 50 %

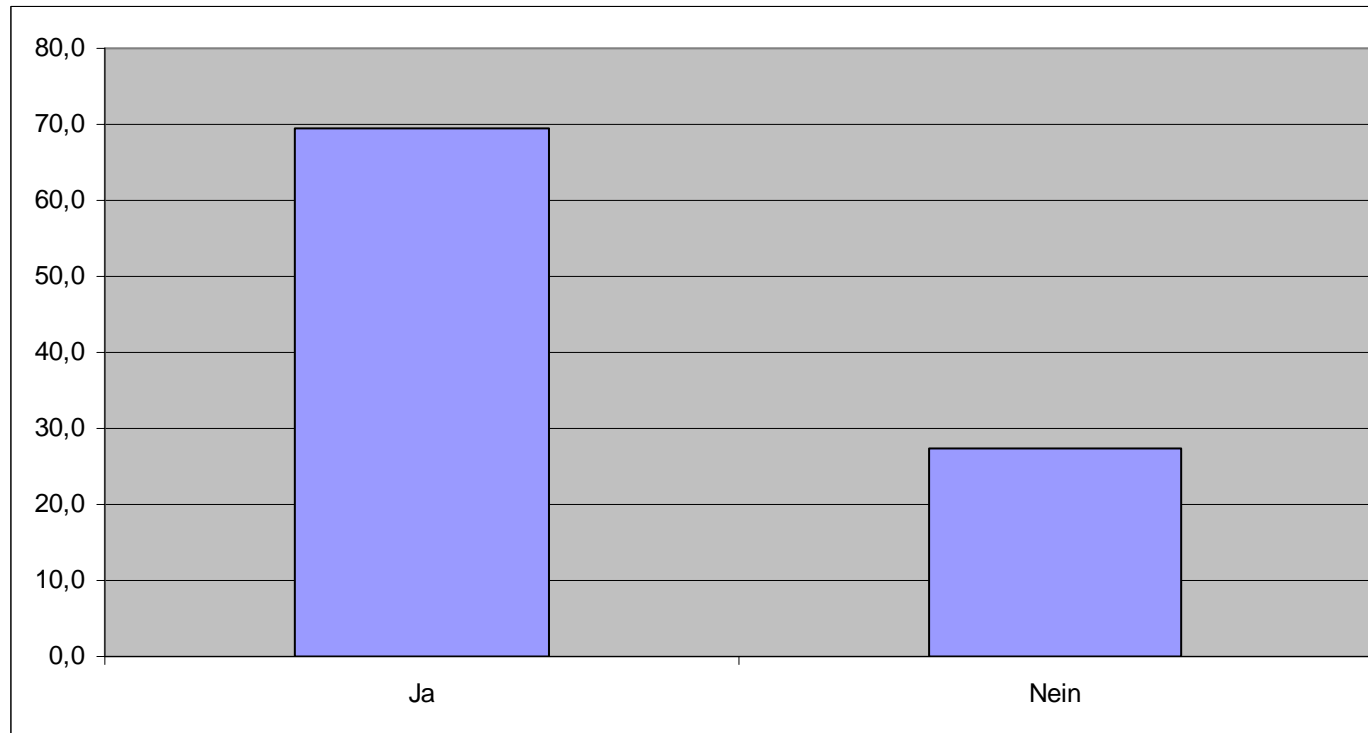


* Quelle: Robert Koch Institut



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Stress

„Haben Sie regelmäßig Stress?“

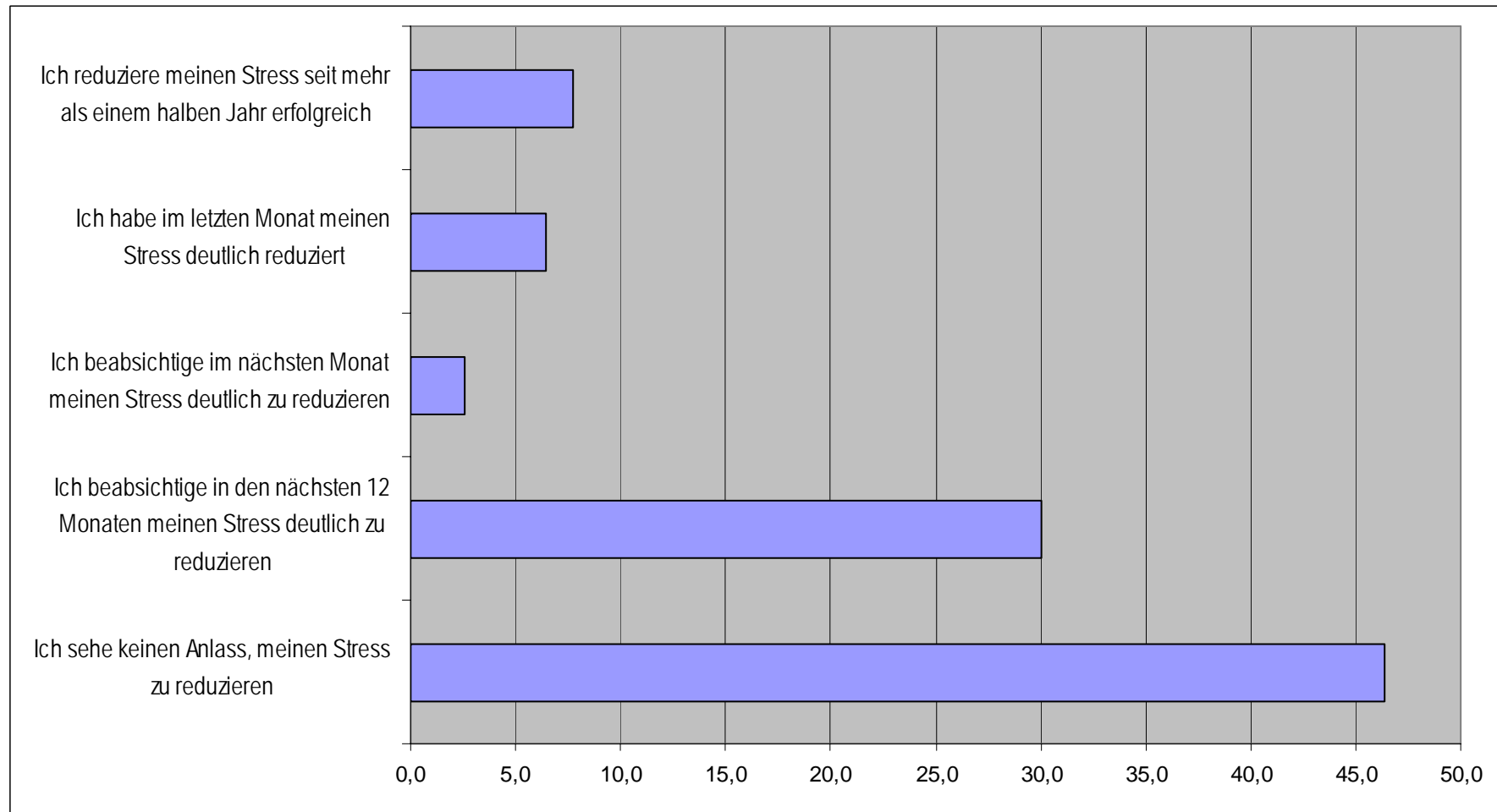


Durchschnitt Deutschland*: 31%, Quelle Eurobarometer 52.1 1999



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Stress

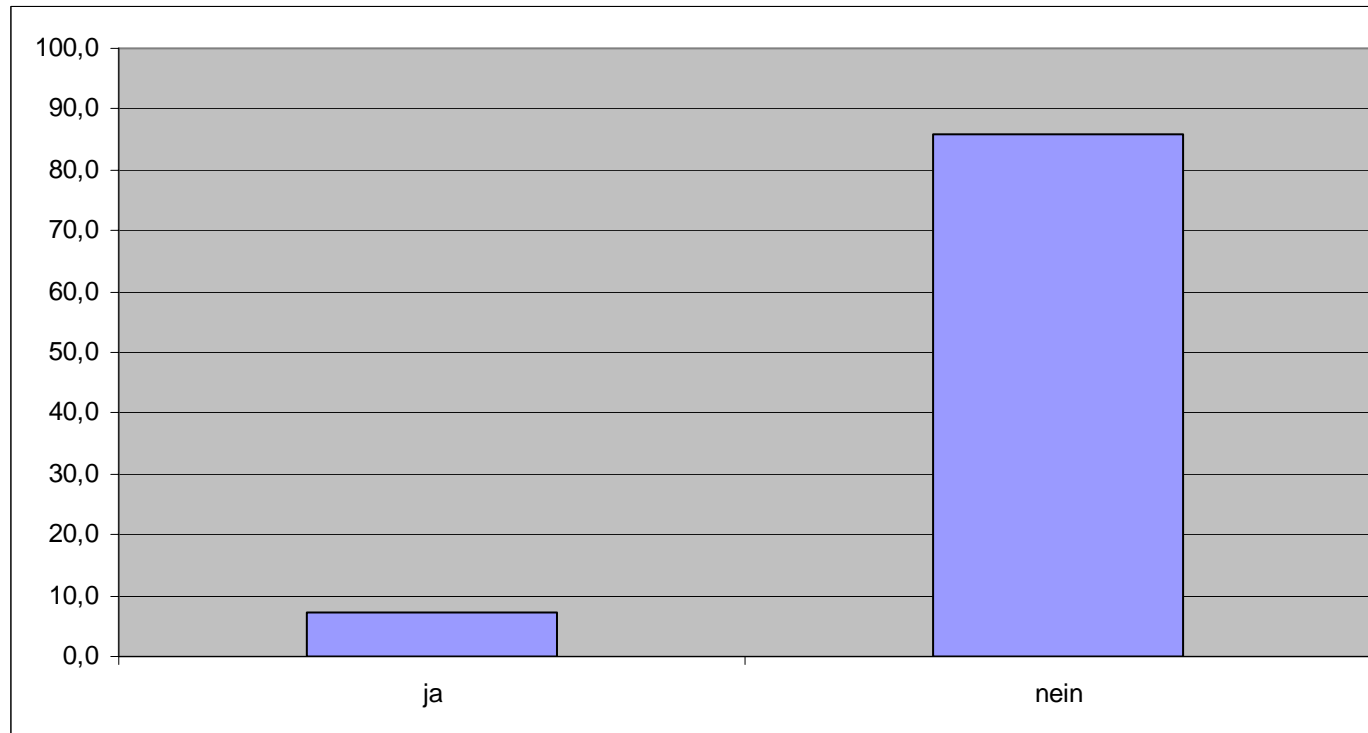
„Welche Aussagen beschreiben Ihre Einstellung zur Stressreduktion am besten?“





3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Stress

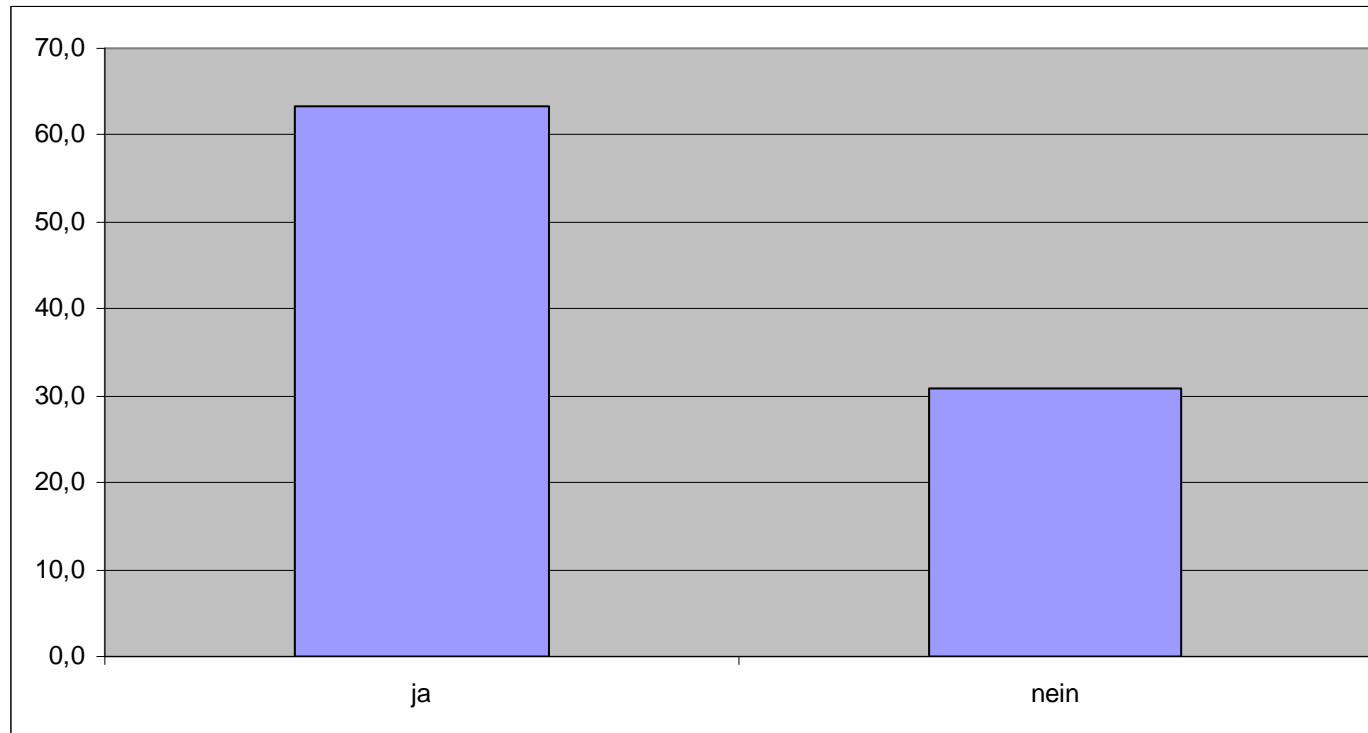
„Trinken Sie mehr Alkohol, wenn Sie unter Druck stehen?“





3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Stress

„Vernachlässigen Sie in Phasen starker beruflicher oder privater Belastung den Sport?“





3. Zusammenfassung 2: Beschwerden und Erkrankungen bei Managern

Müdigkeit

Stress



Körperliche Erschöpfung

Muskelverspannungen

Kopfschmerzen



3. Zusammenfassung 2: Beschwerden und Erkrankungen bei Managern

■ Ergebnis:

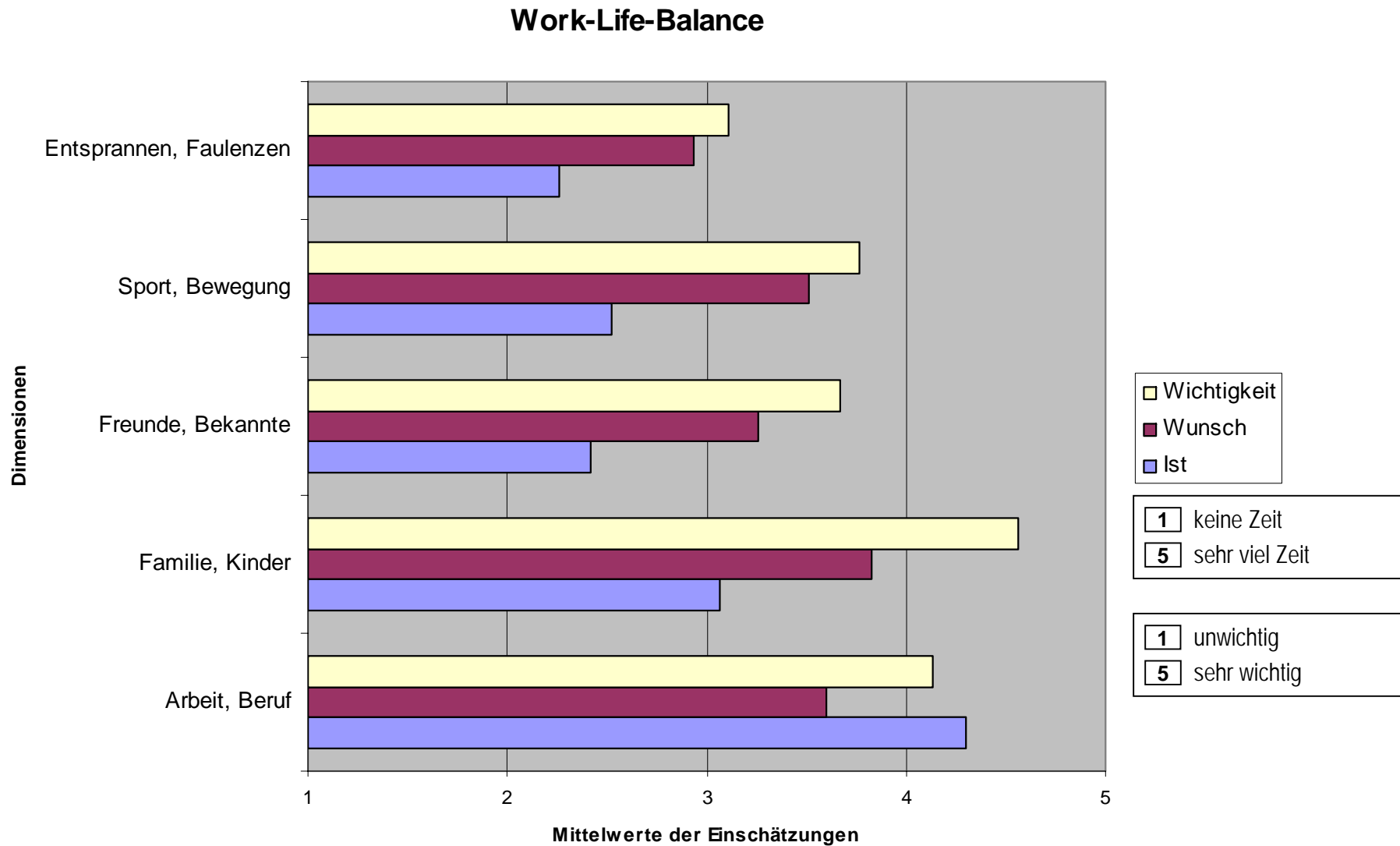
- Insgesamt ähnlich zur Gesamtbevölkerung

■ Hypothesen:

- Für potenziell vorhandene Gesundheitsrisiken (vor allem durch Stress) nutzen Manager insgesamt geeignete Ressourcen (z.B. Sport, eher niedriger Alkoholkonsum)
- Real vorhandene Beschwerden werden nicht als solche wahrgenommen und berichtet (2,2 Krankentage)?



3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Work-Life-Balance

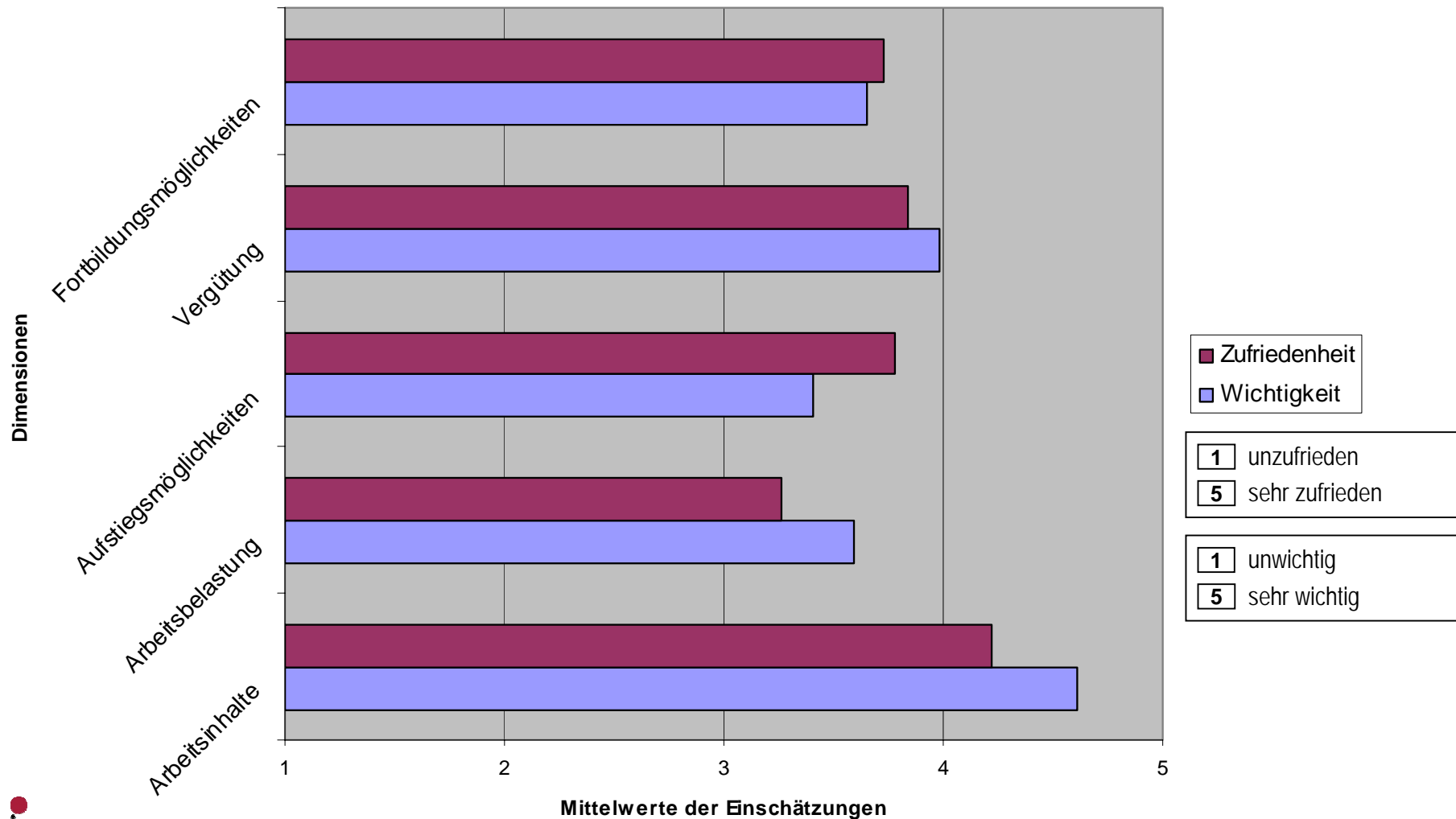




3. Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“

Arbeitszufriedenheit

Ausschnitt der Ergebnisse



3. Zusammenfassung II: Work-Life-Balance und Arbeitszufriedenheit

Work-Life-Balance:

„Klassische“ Werte werden
als wichtig genannt:
(1) Familie, (2) Arbeit,
(3) Sport



Work-Life-Balance:

Für alle nichtberuflichen
Tätigkeiten wird „zu“ wenig
Zeit eingesetzt, für den
Beruf mehr als gewünscht

Arbeitszufriedenheit:

(1) Arbeitsinhalte,
(2) Zusammenarbeit mit
Kollegen/innen,
(3) Betriebsklima und
(4) Führung im Unternehmen werden
als die wichtigsten Faktoren
der Arbeitszufriedenheit
genannt



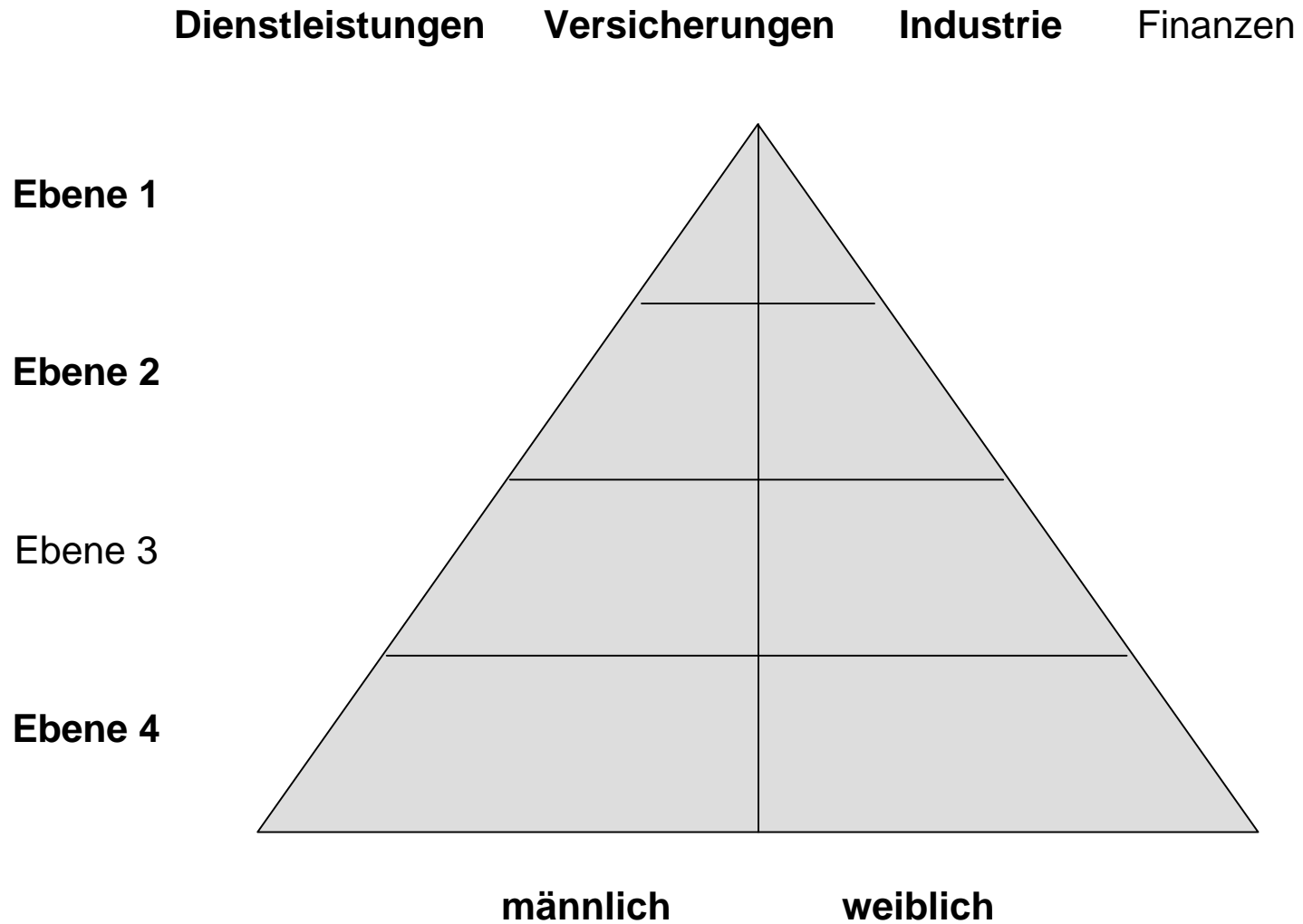
3. Zusammenfassung III: Work Life Balance und Arbeitszufriedenheit

■ Hypothesen:

- Antworten sind hochgradig von generellen gesellschaftlichen Werten überformt: z.B. „muss“ Familie als wichtig eingeschätzt werden
- Work-Life-Balance von Führungskräften gelingt nur unvollständig

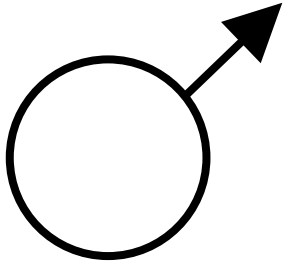


4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Schichtung der Stichprobe





4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Geschlecht

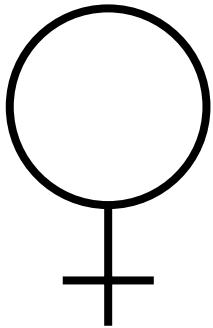


■ Höher bei männlichen Führungskräften:

- Anzahl Kinder (1,03 vs. 0,34)
- BMI (25,9350 vs. 23,4147)
- Anzahl Tassen Kaffee (0,2 l)/ Tag (3,3859 vs. 2,3158)
- ml Alkohol/ Tag (23,4787 vs. 16,9493)



4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Geschlecht



■ Höher/ mehr bei weiblichen Führungskräften

– Medikamenteneinnahme

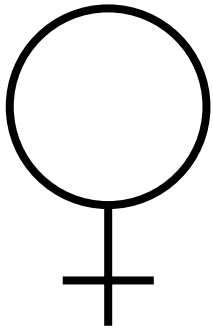
- Häufigkeit Einnahme Schmerzmittel
- Häufigkeit Einnahme Vitaminpräparate/ Mineralstoffpräparate

– Work-Life Balance

- Zeit mit Freunden und Bekannten verbringen (Ist, Wunsch, Wichtigkeit)
- Reise, Urlaub (Ist, Wichtigkeit)
- Zeit zum Entspannen, Faulenzen (Ist, Wunsch, Wichtigkeit)



4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Geschlecht



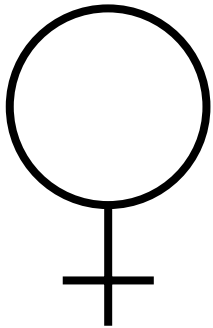
■ Höher / mehr bei weiblichen Führungskräften

– Arbeitszufriedenheit

- Arbeitsinhalte (Wichtigkeit, Zufriedenheit)
- Aufstiegsmöglichkeiten (Zufriedenheit, Wichtigkeit)
- Zusammenarbeit mit Kollegen (Wichtigkeit)



4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Geschlecht



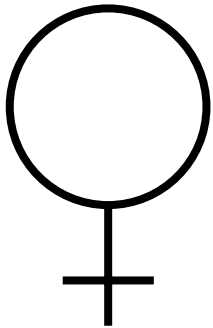
■ Höher / mehr bei weiblichen Führungskräften

– Beschwerden

- Verstopfung
- Körperliche Erschöpfung
- Ein- und Durchschlafstörungen
- Kopfschmerzen

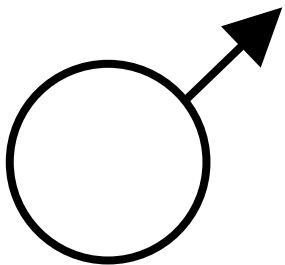


4. Zusammenfassung III: Work Life Balance und Arbeitszufriedenheit



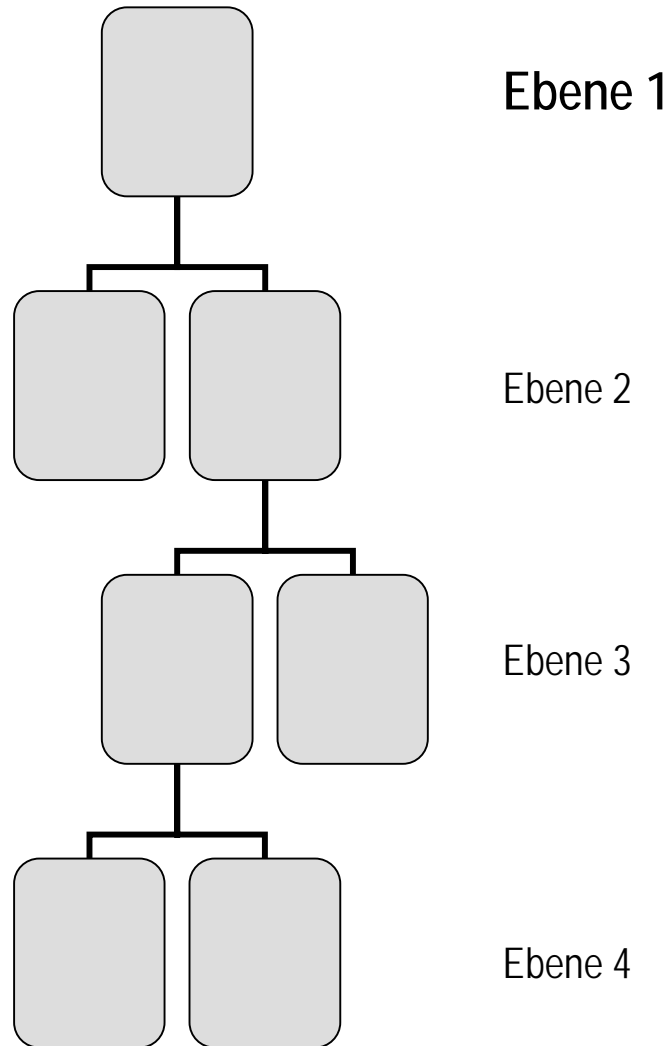
■ Ergebnis:

- Die tradierten Rollenmodelle für Männer und Frauen sind im Bereich des Managements nach wie vor gültig
- Frauen beschreiben vermehrt körperliche Beschwerden während Männer stärker Gebrauch von Genussmitteln beschreiben
- Entsprechend gängigen Rollenmodellen geben männliche Führungskräfte an, weniger Beschwerden als Frauen zu haben





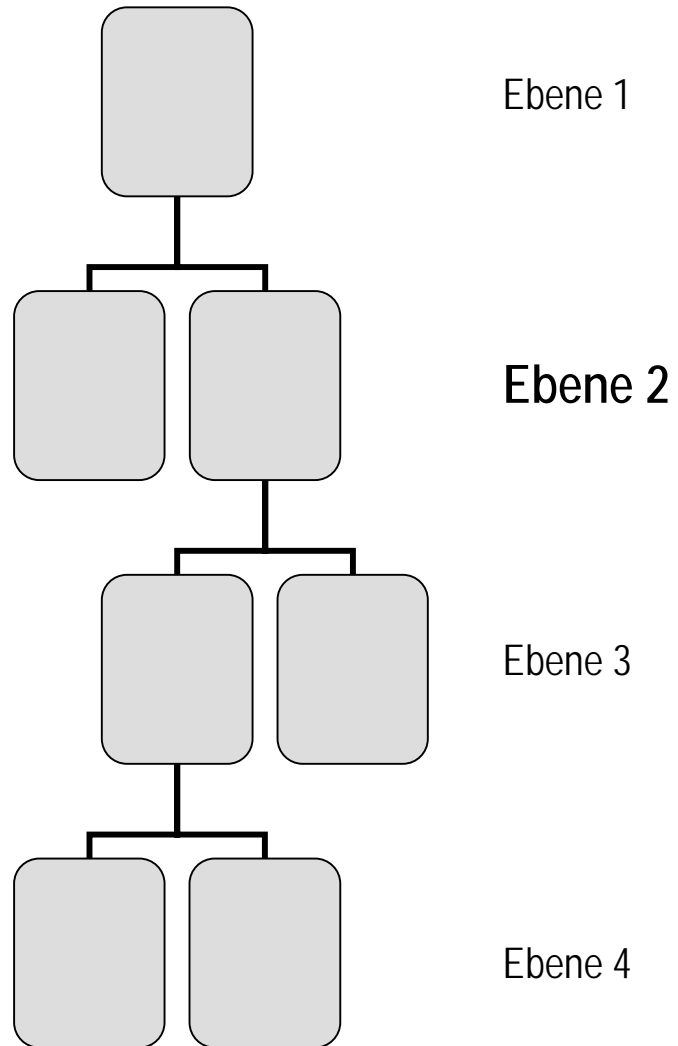
4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Hierarchieebenen



- Höchste Anzahl Arbeitsstunden (56,6)
- Dem Beruf wird höchste Wichtigkeit zugemessen
- Trinken den meisten Alkohol (28,6 ml/Tag)
- Sind am zufriedensten mit Ihren Arbeitsinhalten
- Misst dem Thema „Führung“ im Unternehmen die höchste Wichtigkeit zu
- Ist mit der Führung im Unternehmen am zufriedensten



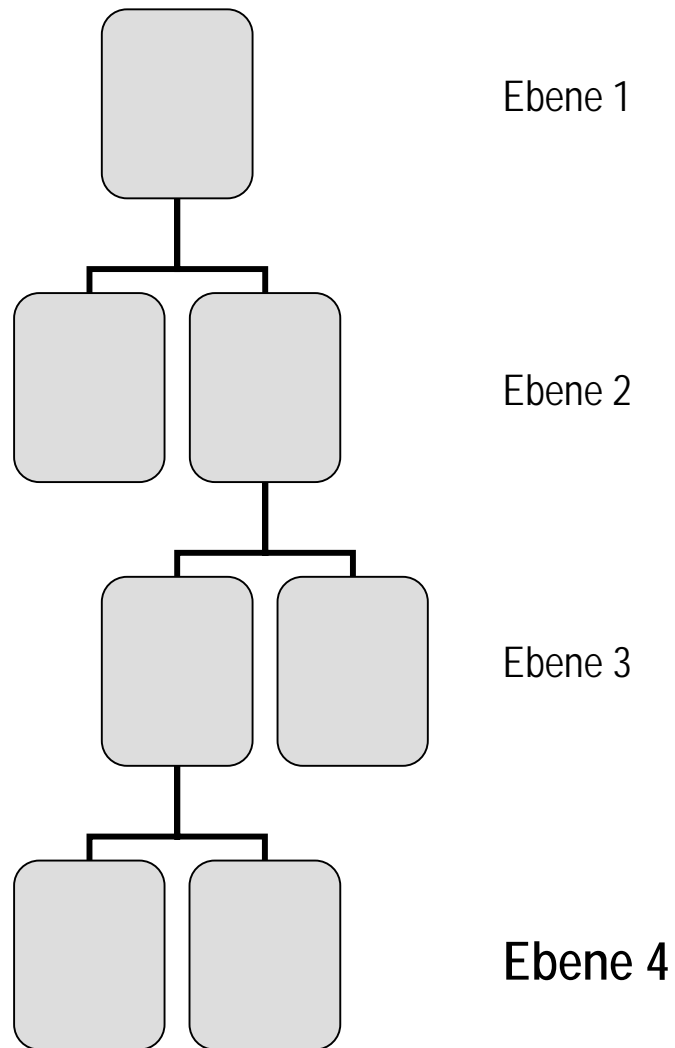
4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Hierarchieebenen



- Höchster BMI (26,2)
- Guten Aufstiegsmöglichkeiten wird die höchste Wichtigkeit zugeschrieben



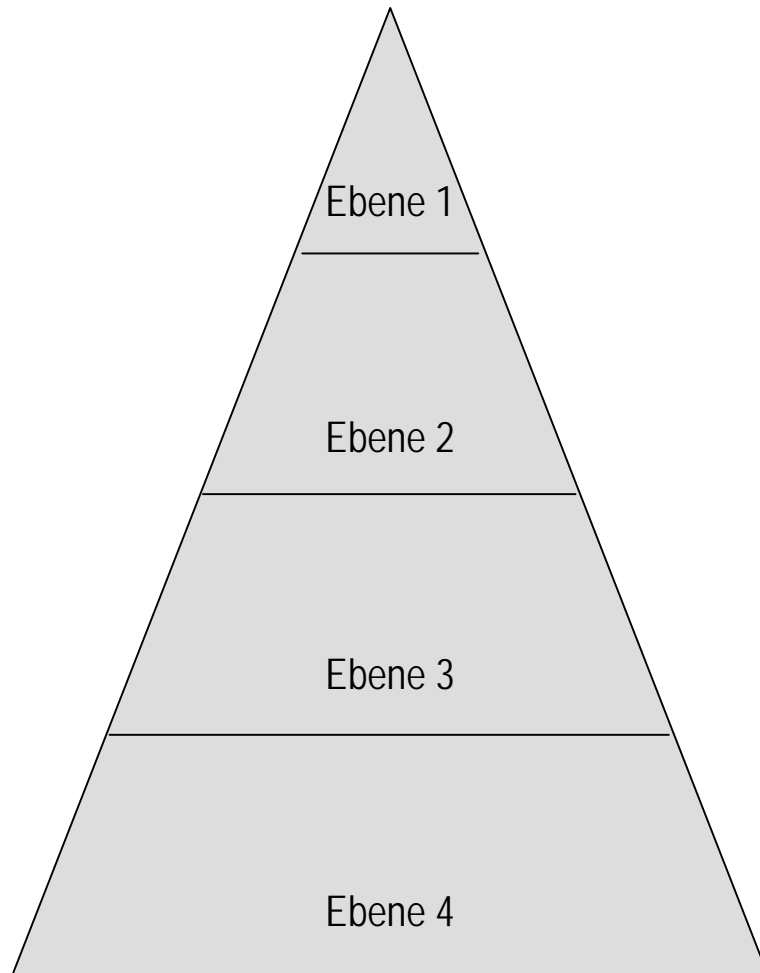
4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Hierarchieebenen



- Ist mit der Führung im Unternehmen am wenigsten zufriedensten
- Ist mit dem Betriebsklima am wenigsten zufrieden
- Ist mit seinem/ihrer Ansehen in der Firma am wenigsten zufriedensten



4. Zusammenfassung III: Work Life Balance und Arbeitszufriedenheit Hypothesen



- „Klischee“ des zufriedenen Manager der ersten Stufe
- Ist auf Aufstieg ausgerichtet
- Sieht keine Möglichkeit, die Situation zu verändern, daher Resignation



4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden Familienstand

Höher bei
unverheirateten
Führungskräften:

■ Work-Life-Balance:

- Zeit für Freunde und Bekannte (Ist-Zustand)
- Zeit zum Entspannen (Wunsch und Ist-Zustand)

■ Beschwerden

- Müdigkeit
- Körperliche Erschöpfung
- Durchschlafstörung
- Burnout

■ Hypothese

- Die Ehe ist eine gesundheitsschützende Ressource?



4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden: Branchen

Dienstleistung

- Sind mit Aufstiegsmöglichkeiten im Unternehmen am zufriedensten

Versicherung

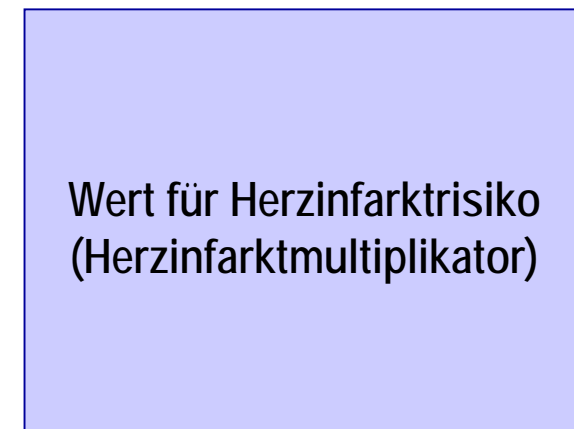
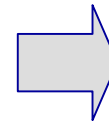
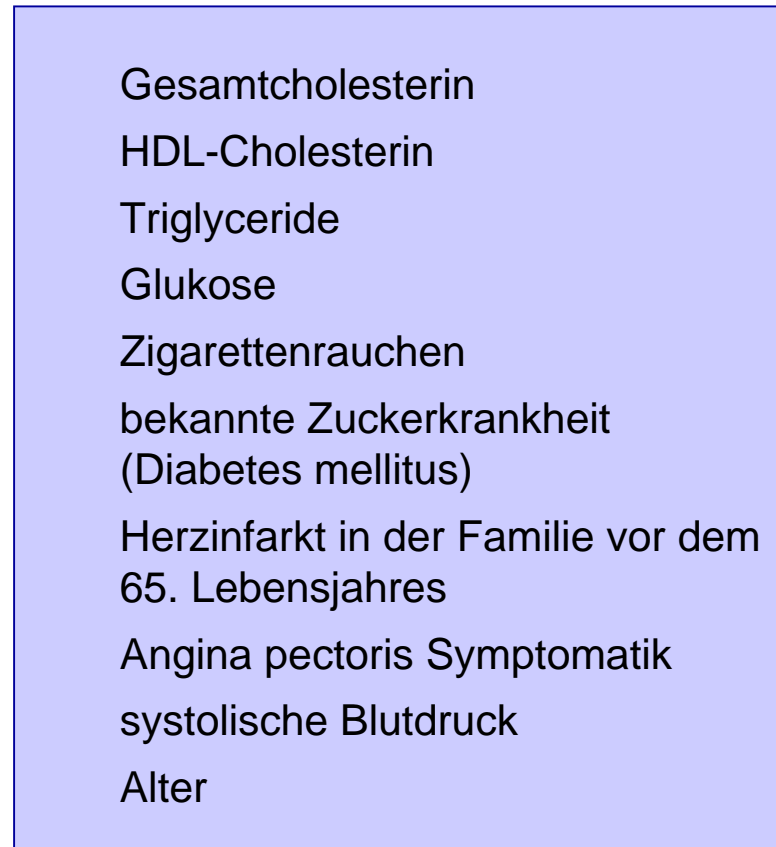
- Höchste Anzahl genommene Urlaubstage (28,9)
- Verbringen die meiste Zeit mit Freunden und Bekannten

Industrie

- Leiden am stärksten unter körperlichen Beschwerden (Druck oder Völlegefühl, Appetitlosigkeit, Herzklopfen und Muskelverspannungen im Lendenwirbelbereich)



4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden: Risiko Herzinfarkt



Quelle: PROCAM Studie



4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden: Risiko Herzinfarkt

**hohes Risiko
(8,5% der Befragten)**

geringes Risiko
(91,5%)

- Mehr Krankheitstage
- Höherer BMI
- Höherer Körperfettanteil
- Mehr Kaffee je Tag
- Mehr Blähungen, Herzklopfen, Muskelverspannungen
- Höhere Selbsteinschätzung des aktuellen Gesundheitszustandes



4. Ergebnisse: Analyse von Unterschieden: Risiko Herzinfarkt

hohes Risiko
(8,5% der Befragten)

geringes Risiko
(91,5%)

- Mehr Urlaubstage
- Mehr Alkohol/Tag
- Mehr Ausdauersport/Woche
- Verwenden mehr Zeit für Reisen und Urlaube
- Sport wird eine höhere Wichtigkeit zugeschrieben, wird mehr Zeit verwendet
- Achten stärker auf gesunde Ernährung



5. Zusammenfassung

- Teilgruppe der Manager schreibt sich einige Besonderheiten zu, aber sieht sich nicht grundlegend unterschiedlich von der Durchschnittspopulation.
- Das gesellschaftliche Klischee, das Manager zu einer gesundheitlichen Hochrisikogruppe gehören, wird durch die Eigenwahrnehmung der Manager nicht geteilt.



5. Zusammenfassung

- Bescheinigen sich ein unausgewogenes Verhältnis zwischen Arbeit einerseits, Familie und Freizeit andererseits
- Frauen beschreiben andere Bewältigungsstrategien des beruflichen Alltags
- Es scheint eine grundlegende Bewusstseinsdichotomie zwischen der ersten Hierarchieebene und den anderen Führungspositionen in Unternehmen zu geben



5. Zusammenfassung

- Manager – ein Risikoberuf?

Manager sehen sich durch ihre berufliche Anforderungen keinem besonderen gesundheitlichen Risiko ausgesetzt



6. In Arbeit

■ Fragestellung:

- Gibt es ein Instrument, mit dem Führungskräfte ihr Gesundheitsverhalten und ihr Gesundheitsrisiko einschätzen können?

■ Instrumentenentwicklung

- Quick Check gesundheitsförderliches und gesundheitsschädigendes Verhalten: Vorhersage über die Wahrscheinlichkeit, bestimmte Krankheiten und Beschwerden zu entwickeln



6. In Arbeit

1	Gesunde Ernährung	<ul style="list-style-type: none">• Legt großen Wert auf gesunde Ernährung
2	Burnout	<ul style="list-style-type: none">• Fühlt sich überlastet• Reagiert nervös• Reagiert auf Stress mit körperlichen Symptomen
3	Negative Körperschema	<ul style="list-style-type: none">• Fühlt sich mit seinem/ihrem Körper unwohl• Macht wenig Sport
4	Soziale Unterstützttheit	<ul style="list-style-type: none">• Wird vom sozialen Umfeld in schwierigen Situationen unterstützt.• Hat verständnisvolle Zuhörer

Anhang



Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Demographische Variablen

	Min	Max	Mittelwert
BMI	19,15	36,73	25,7
Systolischer Blutdruck	90,00	170,00	125,1
Diastolischer Blutdruck	60,00	120,00	84,6
Körperfett	10,00	38,40	20,8
Cardiologisches Alter	34,00	63,00	40,7



Ergebnisse: „Die durchschnittliche Führungskraft“ Genussmittel

Rauchen	Min	Max	Mittelwert
Anzahl Zigaretten/ Tag	0,50	60,00	14,2
Anzahl Zigarrillos/ Tag	0,10	10,00	3,6
Anzahl Zigarren/ Tag	0,20	5,00	1,4
Anzahl Pfeifen/ Tag	1,00	10,00	3,6