

Stress und mangelnde Bewegung setzen Managern zu

Stress und Bewegungsmangel sind die gravierendsten Gesundheitsrisiken für Managerinnen und Manager in Österreich, wie die sechste Gesundheitsstudie des Wirtschaftsforums der Führungskräfte (WdF) ermittelte. Seit über zehn Jahren befragt das WdF heimische Manager zu ihrer Gesundheit und erhebt im Langzeitvergleich Veränderungen in der Work-Life-Balance. An der aktuellen Onlineerhebung in Zusammenarbeit mit dem Marktforschungsinstitut Triconsult nahmen rund 260 Managerinnen und Manager bundesweit teil.

Stress geben 53 Prozent, Bewegungsmangel 41 Prozent aller Befragten als gesundheitliche Risikofaktoren an. Der Prävention dienen aus Sicht der befragten Manager vor allem Sport und Bewegung (75 Prozent), gesunde Ernährung (58 Prozent) und Vorsorgeuntersuchungen (56 Prozent). Im Rahmen der Gesundheitsvorsorge betreiben die Führungskräfte insgesamt mehr Sport als in den letzten Jahren. Bei den Managerinnen zeigen sich jedoch größere Unterschiede – sowohl

im Vergleich zu den Männern als auch untereinander. Einerseits sind Frauen beruflich mehr gefordert, haben ein größeres Ungleichgewicht in der Work-Life-Balance, andererseits geben vergleichsweise viele weibliche Führungskräfte an, selten bis nie Sport zu betreiben.

Eine betriebliche Gesundheitsvorsorge bieten 47 Prozent der Unternehmen der befragten Führungskräfte an. Weitere Leistungen, welche die Manager in der Studie besonders häufig nennen, sind eine betriebliche Sportorganisation, ein Angebot zur gesunden Ernährung, Informationen zu Gesundheit und Ernährung sowie gemeinsame Vorsorgeuntersuchungen. Um Bewegungsprogramme im Unternehmen gestalten und umsetzen zu können, würden 55 Prozent der Führungskräfte auf die Hilfe durch externe Trainer setzen. Nahezu 80 Prozent aller befragten Manager erwarten, dass Bewegungsprogramme dazu beitragen können, im eigenen Unternehmen die Gesundheit eines erheblichen Anteils (mehr als 25 Prozent) der Kollegen verbessern zu können.

Wahrgenommene gesundheitliche Risikofaktoren

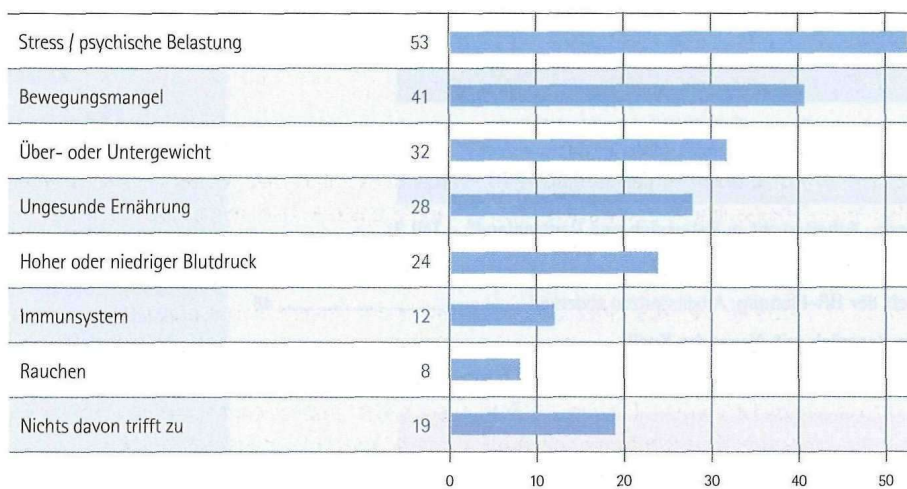


Abbildung 1: Wahrgenommene gesundheitliche Risikofaktoren unter Managern in Österreich