

Krank macht nur die Unzufriedenheit

Von "Blick vom Fernsehturm", aktualisiert am 05.05.2010 um 04:30

Hohenheim. Ein Mangel an Arbeit kann der Gesundheit genauso schaden wie ein Übermaß. Von Rüdiger Ott

Manche Menschen macht ein Halbtagsjob krank. Arbeiten sie 60 Stunden in der Woche, kurieren sie damit ihre Zipperlein. Hört sich paradox an, ist aber wahr. Das hat jedenfalls Alfonso Sousa-Poza von der Universität Hohenheim herausgefunden. Er widerlegt damit die allgemeine Auffassung, dass Vielarbeiter häufiger krank sind. Was tatsächlich an der körperlichen Konstitution zehrt, ist die Unzufriedenheit mit einem Job.

"Die meisten Studien zu diesem Thema wurden von Medizinern geschrieben", sagt der Professor am Institut für Haushalts- und Konsumökonomik. Das Problem daran sind die geringen Fallzahlen, weshalb die Studien kaum taugen, eine Tendenz zu belegen. "Aus methodischer Sicht nützen sie überhaupt nicht", sagt Sousa-Poza. Er greift stattdessen auf Daten des so genannten sozioökonomischen Panels zurück. Das ist eine sich wiederholende, repräsentative Umfrage des deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung in Berlin. Seit 1984 werden jährlich Menschen in rund 12 000 Haushalten zu allerlei Aspekten ihres Lebens befragt.

Einer dieser Aspekte ist die Zufriedenheit am Arbeitsplatz. Die setzt sich aus vielem zusammen und schwankt auch je nach Persönlichkeit. Für manche ist der Lohn wichtig, für andere eine abwechslungsreiche Tätigkeit, wieder andere legen Wert auf ein angenehmes Betriebsklima. Zudem neigen generell positiv denkende Menschen dazu, auch bei der Arbeit glücklicher zu sein. Trotz all dieser wechselnden Faktoren gibt es einen eindeutigen Zusammenhang "zwischen Gesundheit und Arbeitszeit", sagt Sousa-Poza, "genauer gesagt zwischen der gewünschten Arbeitszeit und der tatsächlichen."

Es ist egal, ob ein Mensch 20, 40 oder 60 Stunden in der Woche arbeitet. Was zählt, ist allein die Tatsache, dass er auch 20, 40 oder 60 Stunden in der Woche arbeiten will. "Überarbeitung ist der erklärende Faktor", sagt der Wissenschaftler. Nicht tatsächliche, sondern unerwünschte. "Und auch Unterbeschäftigung hat einen negativen Einfluss", wengleich dieser weit weniger stark ausgeprägt ist.

Krank ist aber nicht gleich krank. "Das Objektivste wären klinische Tests", sagt Sousa-Poza. Die hat er aber nicht und greift stattdessen auf Fragen über die Zahl der Arztbesuche, Krankheitstage, das subjektive Wohlbefinden oder Übergewicht zurück. Auch die Frage, ob man Probleme beim Treppensteigen hat, findet sich in dem Katalog. Um bessere Ergebnisse zu erzielen, will Sousa-Poza künftig zwischen psychischen und physischen Krankheiten unterscheiden.

Denn allzu befriedigend ist die Studie des Hohenheimers nicht. Sie bestätigt zwar die anderen, meist medizinischen Studien. Aber "der Zusammenhang, den wir ermittelt haben, ist nicht sonderlich groß", sagt Sousa-Poza. Damit sich auf einer Zehnerskala die Gesundheit um einen Punkt verbessert, muss sich die Zufriedenheit mit dem Job um

sieben Punkte verbessern. Das trifft im Übrigen nicht nur auf die Deutschen zu. "Die Ergebnisse sind in Großbritannien ganz ähnlich", sagt er. Der Doktorand Steffen Otterbach hat eben dies bei einem Aufenthalt an der University of Sterling in Schottland erforscht.

Die Studie werden die beiden bei einer Tagung Anfang Juli in Paris vorstellen. Zum 32. Mal lädt das Centre for Time Use Research zu der Konferenz, bei der sich fünf Tage lang alles nur um Zeit dreht. Mal unterhalten sich die Forscher darüber, wie sehr die Ortszeit die Lebensqualität beeinflusst. Immerhin geht die Sonne in Warschau derzeit um fünf Uhr auf und in Madrid erst um kurz nach sieben. Mal fragen sich die Wissenschaftler, wie viel ein Kind seine Eltern eigentlich in Stunden gerechnet kostet. Und natürlich wollen sie wissen, wer international unter dem größten Zeitdruck steht.