



Arbeit galt lange Zeit als notwendiges Übel – dass man in seiner Tätigkeit aufgeht, aus ihr Anerkennung und Selbstwert zieht, ist erst eine Entwicklung des 20. Jahrhunderts

Erfüllung gefunden

ARBEITSWELT. Im Jahre 1890 wurde zum ersten Mal in Österreich der 1. Mai gefeiert, der Tag der Arbeit. Nun ist es wieder soweit – und für uns Anlass, die Arbeitswelt von Darnals & Heute aus dem arbeitspsychologischen Blickwinkel zu beleuchten. *Von Manuela Fritz*

Eine der ersten Fragen beim Kennenlernen heute lautet: „Und was machen Sie beruflich?“ Wir definieren uns vielfach über unsere Tätigkeit – was wir arbeiten, das sind wir. Das war aber nicht immer so: In der griechischen Antike z. B. arbeiteten Sklaven und das einfache Volk, Bürger beschäftigten sich mit Politik und Philosophie. Überhaupt

galt Arbeit lange Zeit als notwendiges Übel – sie musste erledigt werden, Stichwort Landwirtschaft, oder sicherte das Überleben, wie etwa das der Arbeiterschicht in Zeiten der Industrialisierung.

Selbstverwirklichung. Dass Arbeit ein Instrument zur persönlichen Erfüllung ist, hat sich erst im Laufe des 20. Jahrhunderts entwickelt: „Vor al-



„Ich liebe, was ich tue“ – optimal, wenn der Job Spaß macht, erfüllt & Geld bringt.

lem die jüngere Generation sucht heute in der Arbeit die Möglichkeit, sich selbst zu verwirklichen. Dies geschieht zum einen durch die Wahl des Jobs, der auch Spaß macht, zum anderen spielt auch der Faktor Geld eine Rolle“, erklärt die Tiroler Arbeitspsychologin Cornelia Schallhart. Erfreulich: Laut Umfrage zur Arbeitszufriedenheit vom Oktober 2019 waren die Tiroler

SHORT TALK



Cornelia Schallhart, Systemische Psychotherapeutin, Unternehmensberaterin und Arbeitspsychologin in Innsbruck und in Telfs

Arbeitgeber, fördert Talente!

Wie wichtig ist heute der Aspekt gesundes Arbeiten?

Die Ressource Mensch findet zunehmend Beachtung – den Firmen ist es immer wichtiger, dass die Mitarbeiter gesund bleiben. Von gesetzlicher Seite her wurde das Arbeitnehmerschutzgesetz geschaffen, das für die körperliche Sicherheit und Gesundheit der Arbeitnehmer sorgt. Dieses Gesetz wurde 2013 um psychische Gesundheit erweitert. Seit-

her ist es verpflichtend, dass Firmen die psychische Belastung der Mitarbeiter regelmäßig evaluieren und Belastungen entgegenwirken.

Was sind Warnsignale für ein Burnout?

Etwa wachsender Zynismus, das Gefühl der Distanziertheit zu Mitarbeitern oder Kunden, ein Gefühl des Misserfolgs trotz großen Einsatzes oder emotionale Erschöpfung.

Wie sieht heute das optimale Unternehmen aus?

Es sollte die Möglichkeit bieten, dass sich Mitarbeiter entwickeln, Bestätigung bekommen und gemeinsam im Team wachsen. Fähigkeiten und Talente sollen gefördert und so im Unternehmen optimal eingesetzt werden. Der Erhalt der physischen & psychischen Gesundheit wird von erfolgreichen Unternehmen unterstützt.