



Innere Kündigung: Arbeit kann so belastend sein wie Erwerbslosigkeit

Von *Laternchen*

Erstellt am 13 Nov 2013 - 09:28

Sorgen, Traurigkeit, Stress oder Wut: Mitarbeiter, die innerlich bereits gekündigt haben, leiden oft noch stärker als Arbeitslose.

Neben den gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Folgen der Arbeitslosigkeit sind auch die individuellen Folgen für den Einzelnen bekannt: Für Erwerbslose ist das Leben oft sehr belastend. Zu finanziellen Schwierigkeiten gesellen sich, insbesondere bei Langzeitarbeitslosen, gesundheitliche und psychische Probleme wie Niedergeschlagenheit, Schuldgefühle, Depressionen und psychosomatische Beschwerden in Form von Kopf- oder Rückenschmerzen.

Umso überraschender ist das Ergebnis einer aktuellen Gallup-Studie: Mitarbeiter, deren Bedürfnisse am Arbeitsplatz ignoriert werden, leiden oft stärker als Arbeitslose.

Die Untersuchung zeigt, dass Arbeitnehmer, die sich emotional nicht an ihren Arbeitgeber gebunden fühlen, häufiger als Arbeitslose über negative Gefühle wie Sorgen, Traurigkeit, Stress oder Wut berichten. "Gerade Stress hat schlechte Auswirkungen auf die Gesundheit. Insbesondere vor dem Hintergrund des demographischen Wandels sollten Unternehmen ein großes Interesse daran haben, dass ihre Mitarbeiter langfristig gesund und damit leistungsfähig sind", so Marco Nink, Senior Consultant bei Gallup Deutschland.

Hintergrund für die innere Kündigung ist durchweg die Unzufriedenheit mit der Arbeitssituation. Betroffene beschränken die Arbeitsleistung auf ein Mindestmaß und verweigern jegliche Eigeninitiative. Nachgewiesenermaßen ist diese Haltung ungeeignet zur Bewältigung von Stress: Körper und Psyche verbleiben in Alarmbereitschaft, der Mensch verharrt in hilfloser Passivität - das macht krank. Schlimmstenfalls droht ein [Burnout](#) [1].

Innere Kündigung durch Führungsfehler

Der Umfrage zufolge hat bereits jeder vierte Arbeitnehmer in Deutschland innerlich gekündigt. Die Ursachen für den Rückzug aus der engagierten Mitarbeit liegen in erster Linie im Führungsverhalten der Vorgesetzten. Laut einer Studie der Hay-Group schaffen nur 37 Prozent der Chefs in Deutschland ein Klima, das Leistung fördert und die Mitarbeiter motiviert. Knapp die Hälfte (49 Prozent) der Chefs demotiviert Mitarbeiter. Zu den häufigsten Fehlern der Vorgesetzten gehören das Abweisen von Mitarbeiterwissen, autoritäres Verhalten bei Zielvorgaben, unzureichende Informationen und fehlendes positives Feedback.

"Die wenigsten Vorgesetzten sind Naturtalente", so Nink, und empfiehlt regelmäßige Schulungen und Weiterbildungen gerade für Führungskräfte. Diese sollten zudem nicht nur an rein finanziellen Kennzahlen gemessen werden, sondern auch an der Qualität ihrer Mitarbeiterführung.

Thorsten Kraft - Internetdienstleistungen

Schwemmstr.8

64572 Büttelborn

Tel.: 06152/8551643

eMail: info@burnout-wegweiser.eu [2]



Innere Kündigung: Arbeit kann so belastend sein wie Erwerbslosigkeit

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://www.medkom24.eu>)

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:30): <http://www.medkom24.eu/node/18439>

Links:

[1] <https://www.burnout-wegweiser.eu>

[2] <mailto:info@burnout-wegweiser.eu>