

«Ein modernes Arbeitsgesetz sollte die Gesundheit priorisieren»

Valentina Smajli arbeitet seit 15 Jahren bei syndicom. Die (mentale) Gesundheit der arbeitenden Menschen ist für sie ein Schwerpunkt und auch Thema in ihrer Masterarbeit. Für die mehrjährige Untersuchung sprach sie mit Dutzenden Mitarbeitenden im Netzbau.

Valentina Smajli untersuchte an der Hochschule Luzern den Zusammenhang zwischen Arbeitsengagement und dem sogenannten Kohärenzgefühl in den Tätigkeiten der Netzinfrastukturbbranche. Der Begriff Kohärenzgefühl meint die Empfindung von Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit. Mitarbeitende, die ihren Arbeitsalltag verstehen und seinen Sinn erkennen, sind weniger gestresst. Sie können ihr Potenzial besser ausschöpfen, und das hat einen positiven Einfluss auf das Arbeitsengagement.

Die Masterarbeit beruht auf qualitativen Methoden der Sozialwissenschaft, dazu gehören Beobachtungen im Arbeitsalltag und Interviews mit Angestellten und Vorgesetzten. Auch dank der Unterstützung des damaligen calex-CEO Daniel Binzegger konnte Smajli ihre tiefgehenden Einblicke in die Perspektiven der Mitarbeitenden gewinnen.

Produktivität und Resilienz gehören zusammen

Verschiedene Faktoren beeinflussen die Gesundheit und das Arbeitsengagement der Mitarbeitenden massgeblich. Entscheidend, um das Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu fördern, sind Gestaltungsspielraum, klare Kommunikation und eine nachhaltige Gesundheitsförderung. Unternehmen, die diese Faktoren gezielt fördern, schaffen nicht nur eine gesündere Arbeitsumgebung, sondern steigern auch die Zufriedenheit und Produktivität ihrer Belegschaft.

Valentina Smajlis Masterarbeit belegt, dass Unternehmen durch gezielte Massnahmen wie Gesundheitschecks, Workshops zur Stressbewältigung und Mentoring-Programme die Resilienz und Produktivität ihrer Mitarbeitenden nachhaltig fördern können. Ein nachhaltiges Gesundheitsmanagement kann auch die krankheitsbedingten Ausfälle deutlich reduzieren und ist für Unternehmen und Mitarbeitende gleichermaßen ein Gewinn.

Allerdings, so betont Smajli, bestehen nach wie vor erhebliche Unterschiede zwischen Unternehmen, die Gesundheitsprävention ernst nehmen, und solchen, die diesem Thema bisher weniger Beachtung schenken.

Weiter konnte Smajli zeigen, dass ein hohes Mass an Selbstwirksamkeit – also das Vertrauen der Mitarbeitenden in die eigenen Fähigkeiten und Entscheidungen – nicht nur die Motivation der Mitarbeitenden stärkt, sondern auch deren Fähigkeit, mit Belastungen umzugehen.



Valentina Smajli leistet in ihrer Master-Arbeit einen wichtigen Beitrag zum Thema Arbeitsengagement, Ressourcenstärkung und psychische Gesundheit der Arbeitenden. (© HSLU)

Praktische Empfehlungen

Die Ergebnisse ihrer Arbeit liefern nicht nur wissenschaftliche Einblicke, sondern auch praxisorientierte Handlungsempfehlungen für die Branche.

«Die Mitarbeitenden im Netzbau sind die unermüdlichen Helden des Service public – sie leisten tagtäglich einen unverzichtbaren Beitrag, indem sie durch ihre Arbeit die Grundlage für essenzielle Dienste wie Telekommunikation und Energieversorgung schaffen und so die gesellschaftliche und wirtschaftliche Stabilität sichern», erklärt Smajli. Ihre Empfehlungen gelten jedoch branchenübergreifend und betreffen Unternehmen aller Grössen.

Valentina Smajli betont auch die wichtige Rolle der Gewerkschaften: «Indem sie auf Missstände aufmerksam machen und bessere Arbeitsbedingungen einfordern, können sie Unternehmen zum Handeln bewegen.» Gleichzeitig ist die Eigenverantwortung der Mitarbeitenden essenziell: «Mitarbeitende müssen Belastungen und Beanspruchungen frühzeitig melden, damit präventiv gehandelt werden kann», so Smajli weiter.

Um Arbeitnehmende besser und nachhaltiger zu schützen, sieht Smajli Optimierungspotenzial im Arbeitsgesetz. Klare Regelungen zu Arbeitszeiten sind aus ihrer Sicht notwendig, um Überstunden und ständige Erreichbarkeit zu reduzieren. Smajli dazu: «Ein modernes Arbeitsgesetz sollte die Gesundheit der Arbeitnehmenden in den Mittelpunkt stellen und Unternehmen dazu anregen, systematische Präventionsmassnahmen zu etablieren.»

Manuel Hunziker