

## Presseinformation

28. Oktober 2015

### **„Was Frauen stresst“: Buch von Prof. Perner zeigt Belastungsfaktoren von Frauen auf**

#### **Schwarz/Bohuslav: Herausforderungen mit gesundheitlichen Auswirkungen**

In ihrer jüngsten Studie widmete sich die Gesundheitspsychologin Prof. Dr. Rotraud A. Perner dem Thema psychische Beanspruchung und Stressfaktoren im Beruf. Die Ergebnisse aus Niederösterreich fasste sie nun in ihrem neu erschienenen Buch „Was Frauen stresst. Eine Erhebung“ zusammen. Frauen-Landesrätin Mag. Barbara Schwarz und Wirtschafts-Landesrätin Dr. Petra Bohuslav erklären: „Termindruck zwischen familiären und beruflichen Aufgaben sowie Mehrfachbelastung stellen Frauen heutzutage vor große Herausforderungen. Psychische Beanspruchung und Stressfaktoren im Zusammenhang mit der Berufstätigkeit wirken sich deutlich auf die Gesundheit von Frauen aus.“

Die Studie wurde im Herbst 2014 von Prof. Perner als Projektpartnerin der NÖ Landesakademie in Kooperation mit dem Generationenreferat des Landes Niederösterreich und dem RIZ, der Gründungsagentur des Landes Niederösterreich, durchgeführt. Rund 380 niederösterreichische Frauen haben daran teilgenommen, darunter Angestellte und auch Unternehmerinnen. Die Umfragen ergaben unter anderem, dass jede dritte der befragten Frauen unter Schlafstörungen leidet, über ein Viertel musste Hobbys und Freizeitaktivitäten aufgrund der Mehrfachbelastung langfristig aufgeben, und rund 30 Prozent fühlen sich manchmal an ihrer körperlichen Belastungsgrenze. Perner zeigt auf, wie sich diese Belastungen konkret auswirken, die oft verschwiegen, verharmlost oder als mangelnde Organisationskompetenz kritisiert werden.

„Frauen stellen an sich selbst oftmals hohe Ansprüche, sind sehr pflichtbewusst gegenüber ihrer Familie und ihren Kolleginnen und Kollegen und nehmen sich nur wenig Zeit für Ausgleich. Es ist an der Zeit, dass sie im häuslichen Bereich Unterstützung durch ihre Partner finden und die Arbeitgeber die vernünftige Vereinbarkeit von Familie und Beruf erleichtern“, sind Schwarz und Bohuslav überzeugt.

## Presseinformation

Nähere Informationen: Büro LR Schwarz, Mag. (FH) Dieter Kraus, Telefon 02742/9005-12655, e-mail [dieter.kraus@noel.gv.at](mailto:dieter.kraus@noel.gv.at), Büro LR Bohuslav, Christoph Fuchs, Telefon 02742/9005-12322, e-mail [c.fuchs@noel.gv.at](mailto:c.fuchs@noel.gv.at), <http://www.perner.info/>.



Präsentieren das Buch "Was Frauen stresst": Frauen-Landesrätin Mag. Barbara Schwarz, Autorin und Gesundheitspsychologin Prof. Dr. Rotraud A. Perner und Wirtschafts-Landesrätin Dr. Petra Bohuslav.

© NLK