

Fact Sheet zum Teilprojekt "Neue Selbstständige"

switch2006.at ist ein Modellprojekt im Auftrag des Fonds Gesundes Österreich und wurde von ppm forschung + beratung im Zeitraum von 2002 bis 2006 durchgeführt.

Neben der Gesundheitsförderungsarbeit in kleinen und mittleren Unternehmen der IKT-Branche – was das Projekt-Hauptziel darstellte – setzte sich ppm forschung + beratung in einem weiteren Teilprojekt das Ziel, die Situation von ‚**Neuen Selbstständigen**‘ in der Betrieblichen Gesundheitsförderung innerhalb der New Economy zu berücksichtigen.

Aktivitäten des Teilprojekts:

- Aktivierender Fragebogen
- Online-Beratung
- Veranstaltungsangebot ‚Alles im Griff‘
- Website switch2006.at

✦ **Wer sind die Neuen Selbstständigen?**

Wenn wir von "Neuen Selbstständigen" sprechen, meinen wird damit im Bereich der Informations- und Kommunikations-Technologien (IKT) Tätige:

- UnternehmerInnen
- WerkvertragsnehmerInnen
- Freie DienstnehmerInnen

In der IKT-Branche finden sich Neue Selbstständige beispielsweise in folgenden Bereichen:

- Webdesign
- Grafische Gestaltung
- Programmierung
- Service von Internet Providern
- Verkauf
- Weiterbildung und Training
- Arbeit als Callcenter Agent
- Journalismus

IKT durchdringen zunehmend unseren Alltag und verändern sowohl Arbeits- als auch Lebensformen. Auf Basis dieser Entwicklung steigt die Anzahl jener, die eigenverantwortlich und selbstbestimmt ohne dauerhafte Einbindung in ein übergeordnetes Unternehmensgefüge ihren Lebensunterhalt verdienen.

✦ **Rahmenbedingungen für Gesundheit im Zusammenhang mit Neuer Selbstständigkeit im IKT-Bereich**

Studien, die sich mit Arbeitsbedingungen von "neuen Selbstständigen" in IKT-Tätigkeitsfeldern befassen, identifizieren folgende häufig zu beobachtende, die Gesundheit und das Wohlbefinden beeinflussende Merkmale:

- Hohe Anforderungen an individuelles Kompetenzmanagement (Selbstorganisation, Selbstvermarktung, Fortbildung, usw.)
- Schlechte soziale und ökonomische Absicherung
- Hohe Belastung durch Zeit-, Leistungsdruck und Umgang mit KundInnen
- Hohe Geschwindigkeit, in der sich IKT und somit Arbeitsgrundlagen verändern
- Starkes Verschwimmen der Grenzen zwischen Arbeit und Privatleben
- Entfallen von Unterstützung durch KollegInnen
- Hohe Beanspruchung des Stütz- und Bewegungsapparates, sowie der Augen
- Hoher Handlungs- und Entscheidungsspielraum

Gesundheit ist ein komplexes Resultat aus Bedingungen für Körper, Geist und Seele. "Neue Selbstständige" müssen sich Strukturen, die gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen begünstigen, zum Grossteil selbst schaffen, dies verlangt ein bewusstes Aktivwerden.

✦ **Organisatorisches Herangehen im Teilprojekt**

Neben einer Sichtung der Literatur, insbesondere jüngerer Forschungsberichte, stand das switch2006.at-Team von Anfang an in Kontakt mit der Wirtschaftskammer Oberösterreich und dem Österreichischen Gewerkschaftsbund. Von beiden Interessenvertretungen wurde die Kontaktaufnahme durch ppm positiv beantwortet. In der Eingangsphase stand naturgemäß im Vordergrund, in welcher Weise Gesundheitsfragen aus der Erfahrung der Interessenvertretungen für die in der WKOÖ und/oder der GPA organisierten Personen bei der Ausübung ihrer Tätigkeiten spielt und spielen kann. Angesprochen wurde dabei auch, ob sich aus der Sicht der Interessenvertretungen bestimmte Erwartungen an das Projekt formulieren lassen. Schließlich stellte das switch2006.at-Team die in der Recherchephase gewonnenen Informationen zur Verfügung.

✦ **Aufgabe und Aktivitäten im Teilprojekt**

Aufgabe im Teilprojekt „Neue Selbstständige“ war es, Methoden zu erproben, die geeignet erschienen, den Personenkreis der Neuen Selbstständigen zu Schritten im Sinn der betrieblichen Gesundheitsförderung anzuregen:

- **Aktivierender Fragebogen**

Über die beiden Interessenvertretungen WKOÖ und ÖGB wurden die für sie jeweils erreichbaren Mitglieder der Zielgruppe elektronisch mit einem Fragebogen angesprochen, der durch seine Gestaltung einen bewussten Blick auf die eigene Arbeit sowie Nachdenken über und Motivation zu gesundheitsförderlichen Aktivitäten anregen sollte.

- **Online-Beratung**

Online-Beratungen in Form eines über 8 Monate einmal pro Monat angebotenen Chatrooms im Internet, der via Newsletter und andere Wege beworben worden wurde. Zu einem jeweils vorher benannten Themenkomplex stand einE bestimmteR Experte/Expertin aus den Bereichen Arbeitsmedizin, Psychologie und Ernährungswissenschaft als ChatpartnerIn zur Verfügung. Trotz intensiver Bewerbung dieser Maßnahmen war die Teilnahme äußerst gering.

- **Veranstaltungsangebot „Alles im Griff“**

Weiterbildungsangebot: In Abstimmung zwischen WIFI OÖ und switch2006.at wurde im Herbst 2005 ein Abendseminar „Alles im Griff“ organisiert, in dem vor allem gesundheitsrelevante Aspekte von Stress und Selbstorganisation bearbeitet werden sollten.

Unternehmerisches Denken und Handeln ist eine tägliche Herausforderung. Um branchenspezifischen Stresssituationen auf Dauer zu begegnen und dabei

leistungsfähig zu bleiben, braucht es einen bewussten Umgang mit einer unternehmerischen Hauptressource – der eigenen Gesundheit.

Mit einer Trainerin, die selbst als Einzelunternehmerin arbeitet, war vereinbart, ihre Erfahrungen anschließend zu analysieren und gegebenenfalls ein erweitertes Angebot einzurichten.

- **Website switch2006.at**

Während der Projektlaufzeit wurden laufend Informationen und Links, die geeignet erschienen, Neue Selbstständige in ihrer besonderen Situation anzusprechen und zu unterstützen, in den entsprechenden Teil der Website eingebaut.

✦ **Was wir aus diesem Teilprojekt folgern**

Bereits in den ersten Kontakten mit der Wirtschaftskammer und der GPA zeigte sich, dass die professionell als InteressensvertreterInnen tätigen Personen nicht mit hoher Beteiligung von Personen aus der Zielgruppe Neue Selbstständige an Aktivitäten zur Gesundheitsförderung rechneten.

Zugrunde liegt dieser Einschätzung die Erfahrung, dass insgesamt Rückmeldungen aus diesen Mitgliedergruppen spärlich sind und am ehesten noch unmittelbar verwertbare Serviceangebote aufgegriffen werden. Nicht zu Unrecht wird vermutet, dass die Beschäftigung mit der eigenen Gesundheit angesichts der für einzeln Tätige eher ungünstigen Arbeits- / Geschäftsbedingungen in weiten Bereichen der IKT-Branchen eher als ‚Luxus‘ begriffen wird, den man sich in vielen Fällen nicht leisten kann oder sich nicht leisten zu können glaubt.

Je schwerer die Zielgruppe erreichbar wird, desto wichtiger scheint auch die Dauer des Vorhandenseins eines Angebots. Ein diesbezüglicher Sickereffekt kann in anderen Bereichen der Betrieblichen Gesundheitsförderung bzw. der Gesundheitsarbeit mit bestimmten Personengruppen in Betrieben gleichfalls beobachtet werden. Eine Erhöhung der Aufmerksamkeit könnte – nach den Projekterfahrungen, dass die Arbeit in der IKT-Branche in einem sehr hohen Maß ausdifferenziert ist – durch das gezielte Ansprechen von Personen mit definierten Berufs- und Tätigkeitsbezeichnungen sein.