



2012/45 dschungel

<https://shop.jungle.world/artikel/2012/45/manager-oder-angestellter-wer-hat-den-stress>

Manager oder Angestellter, wer hat den Stress?

<none>

Studie II. Glaubt man einschlägigen Darstellungen in Focus und Spiegel, erreicht der Manager wegen all seiner Termine und Verantwortung regelmäßig ein derart hohes Stressniveau, das er nur mit teuren Burn-out-Seminaren, drei Mal Maleviden im Jahr und speziellen Entspannungstechniken wie Porschefahren überleben kann. Während sich der Angestellte nach seinem netten Arbeitstag mit nur leichtem bis moderatem Stress und ganz ohne Verantwortung und Termine entspannt in die überfüllte U-Bahn quetscht und all die Typen, die ständig auf die Malediven müssen, nur bedauern kann. Falsch, sagt eine Studie der Harvard-Universität, für die 148 Führungskräfte auf die im Speichel enthaltene Menge des Stresshormons Cortisol getestet wurden. Ergebnis: Die Vergleichsgruppe der Angestellten weist viel höhere Werte auf. Die Forscher erklären das nicht mit der Aussicht der Chefs auf den nächsten Malediven-Trip, sondern mit der Möglichkeit von Managern, selbst Kontrolle über die Situation auszuüben. Das beruhigt die Nerven. HER