Ressort: Gesundheit

Studie: Deutschlands Manager schlafen schlecht

Bühl, 03.04.2016, 02:00 Uhr

GDN - Mehr als jeder zweite Manager in Deutschland schläft schlecht. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen Umfrage der Max Grundig Klinik in Bühl, das der "Welt am Sonntag" vorliegt.

Demnach sind 54 Prozent der männlichen Führungskräfte unzufrieden mit ihrer Nachtruhe. Bei Frauen sind es sogar 59 Prozent. "Es ist offensichtlich, dass der moderne Arbeitsstil, rund um die Uhr online zu sein, vielen Führungskräften die innere Ruhe raubt", sagte Professor Curt Diehm, Ärztlicher Direktor der Klinik. Der Studie zufolge sind 27 Prozent der Manager bis kurz vor dem Schlafen online, 54 Prozent ein- bis zwei Stunden vor der Nachtruhe. Mehr als jeder dritte Befragte legt sein Handy nachts angeschaltet neben das Bett. Drei Viertel der Führungskräfte rufen E-Mails zu Hause vor der Fahrt zur Arbeit ab. Aber auch Alkoholkonsum beeinträchtigt den Schlaf. Vier von zehn Chefs trinken abends in der Regel mehr als ein Glas Wein oder ein Glas Bier, bei den Männern sind es mehr als 50 Prozent. Als Grund für schlechten Schlaf gibt knapp jeder Zweite beruflichen Stress an, jeder Vierte nennt private Probleme und 17 Prozent finanzielle Sorgen.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-70350/studie-deutschlands-manager-schlafen-schlecht.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619