

1. Österreich im gesellschaftlichen Burnout? 62 Prozent würden dieser Analyse der Gegenwartsgesellschaft zustimmen

Unlängst veröffentlichte der Facharzt und Berater Dr. Thomas Bergner ein Buch mit dem Titel "German Burnout" und beschreibt dabei, woher die Erschöpfung und die Unzufriedenheit der deutschen Bevölkerung kommt und warum dies zu einem gesellschaftlichen Burnout führt. Das IMAS Institut hat nun die Österreicher:innen dazu befragt. Das Ergebnis ist relativ eindeutig: Drei Fünftel stimmen der Aussage, dass sich die österreichische Gesellschaft in einem Zustand der Überforderung und Unzufriedenheit befindet, der mit einem gesellschaftlichen Burnout zu vergleichen ist, zumindest eher zu. Nur jeder Zehnte schließt dies kategorisch aus. Dieses Antwortverhalten erstreckt sich homogen über unterschiedliche soziodemografische Gruppen.

2. Kenntnis des Begriffs "Burnout" hoch, die Mehrheit sieht berufliche und private Aspekte als ausschlaggebend

Die Kenntnis des Begriffs "Burnout" ist hoch, 9 von 10 Österreicher:innen haben diesen Begriff schon einmal gehört oder gelesen. Burnout ist in den Augen der Gesamtbevölkerung sicher keine Modeerscheinung, sondern eine ernstzunehmende Krankheit. In den Ergebnissen gilt als Faustregel, dass diese Krankheit aber nicht nur mit steigendem Druck und Geschwindigkeit am Arbeitsplatz, sondern auch private Ursachen haben kann.

3. Faktoren Burnout-Prävention: guter Schlaf, wenig Termindruck, ein bewältigbares Arbeitspensum, gute Abgrenzungsfähigkeit zum Job

Unter verschiedenen Aspekten, die dazu dienen können, einer Burnout-Erkrankung vorzubeugen, werden von der Bevölkerung vor allem folgende Faktoren als besonders wichtig erachtet: Ausreichend Schlaf (60%), wenig Termindruck (54%), ein bewältigbares Arbeitspensum (53%) sowie eine gute Abgrenzungsfähigkeit zum eigenen Job (49%). Insgesamt verteilen sich private und berufliche Faktoren in den Augen der Befragten relativ gleichförmig.

Dokumentation

Zeitraum der Umfrage: 4. – 28. April 2025

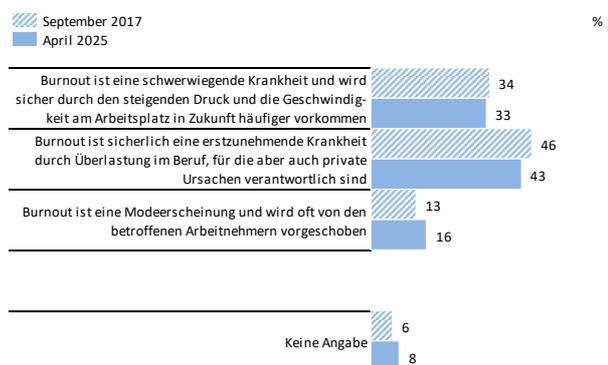
Sample: n=1.015 Personen, statistisch repräsentativ für die österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren, Quotaauswahl, face-to-face, Mehr-Themen-Umfrage, IMAS International Eigenstudie

Archiv-Nummer der Umfrage: 025041



Meinungen zum Thema Burnout – Trend

Frage: "Hier sehen Sie drei Aussagen über das Thema Burnout. Welche dieser drei Aussagen beschreibt Ihrer Meinung nach am ehesten auch Ihre Ansicht, welche lautet so, wie auch Sie es am besten finden? Bitte klicken Sie die zutreffende Antwort einfach selbst an."



Kennntnis Begriff Burnout – Trend

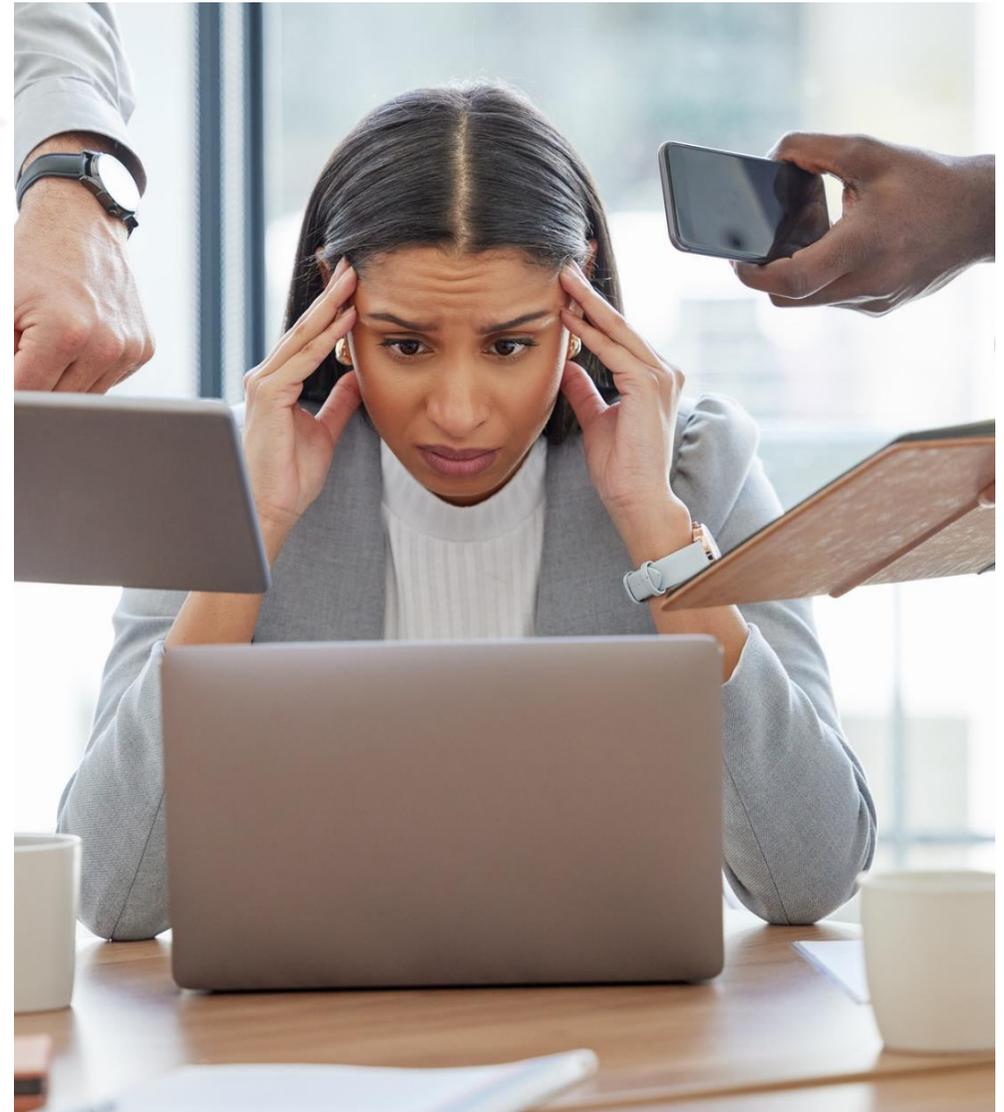
Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Haben Sie schon einmal von dem Begriff 'Burnout' gehört oder gelesen, oder war dies bisher noch nicht der Fall?"



April 2025	90%	9%
Sept. 2017	94%	4%

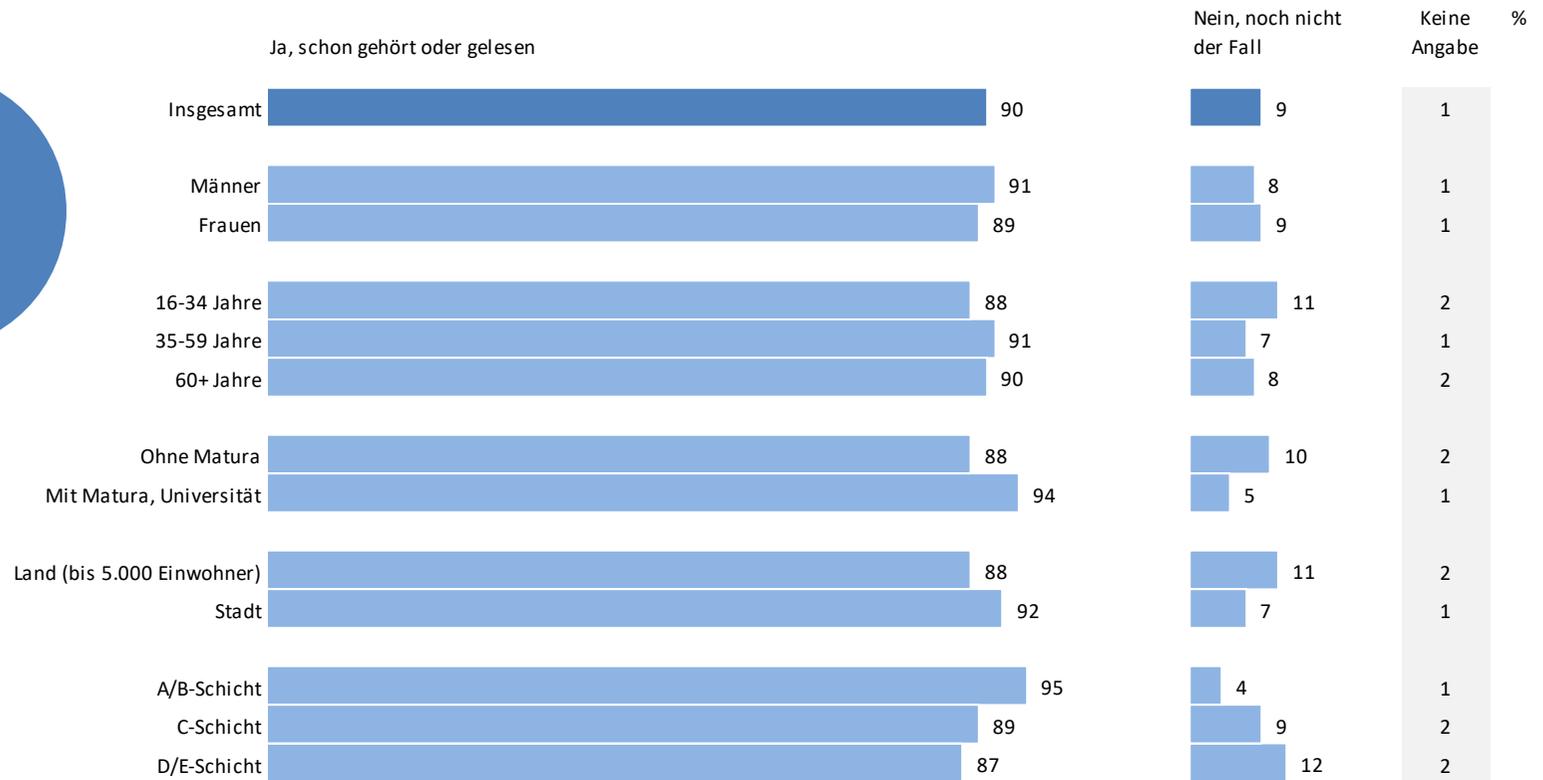
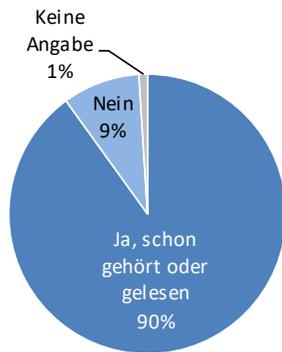
 2025: 1%
2017: 2% Keine Angabe



Kennntnis Begriff Burnout

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

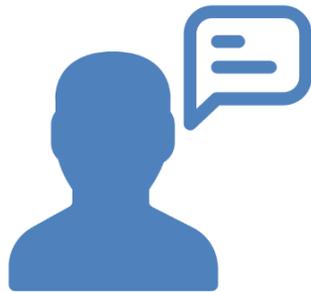
Frage: "Haben Sie schon einmal von dem Begriff 'Burnout' gehört oder gelesen, oder war dies bisher noch nicht der Fall?"



Meinungen zum Thema Burnout

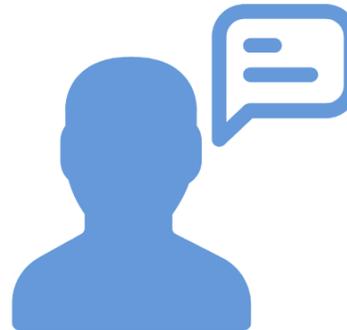
Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Hier sehen Sie drei Aussagen über das Thema Burnout. Welche dieser drei Aussagen beschreibt Ihrer Meinung nach am ehesten auch Ihre Ansicht, welche lautet so, wie auch Sie es am besten finden? Bitte klicken Sie die zutreffende Antwort einfach selbst an."



33%

Burnout ist eine schwerwiegende Krankheit und wird sicher durch den steigenden Druck und die Geschwindigkeit am Arbeitsplatz in Zukunft häufiger vorkommen



43%

Burnout ist sicherlich eine erstzunehmende Krankheit durch Überlastung im Beruf, für die aber auch private Ursachen verantwortlich sind



16%

Burnout ist eine Modeerscheinung und wird oft von den betroffenen Arbeitnehmern vorgeschoben



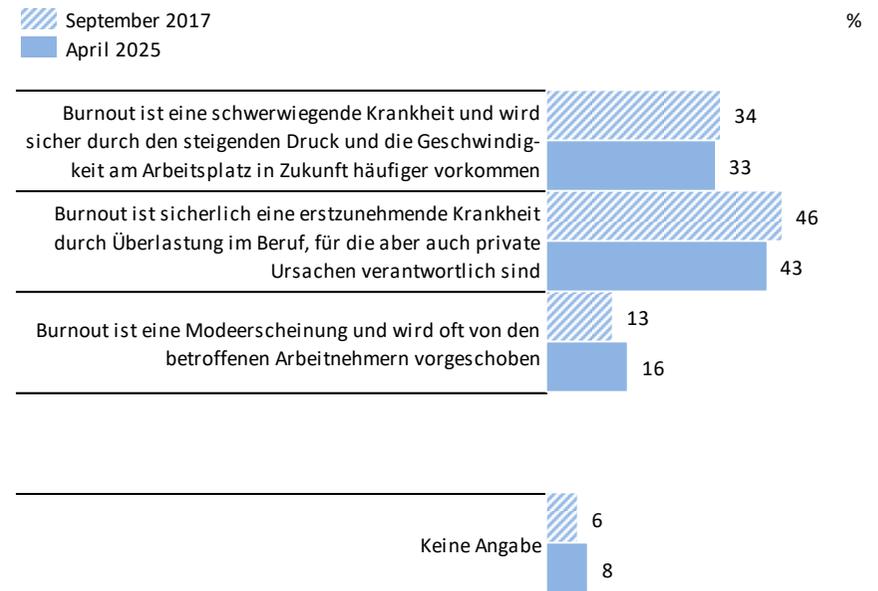
8% Keine Angabe



Meinungen zum Thema Burnout – Trend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

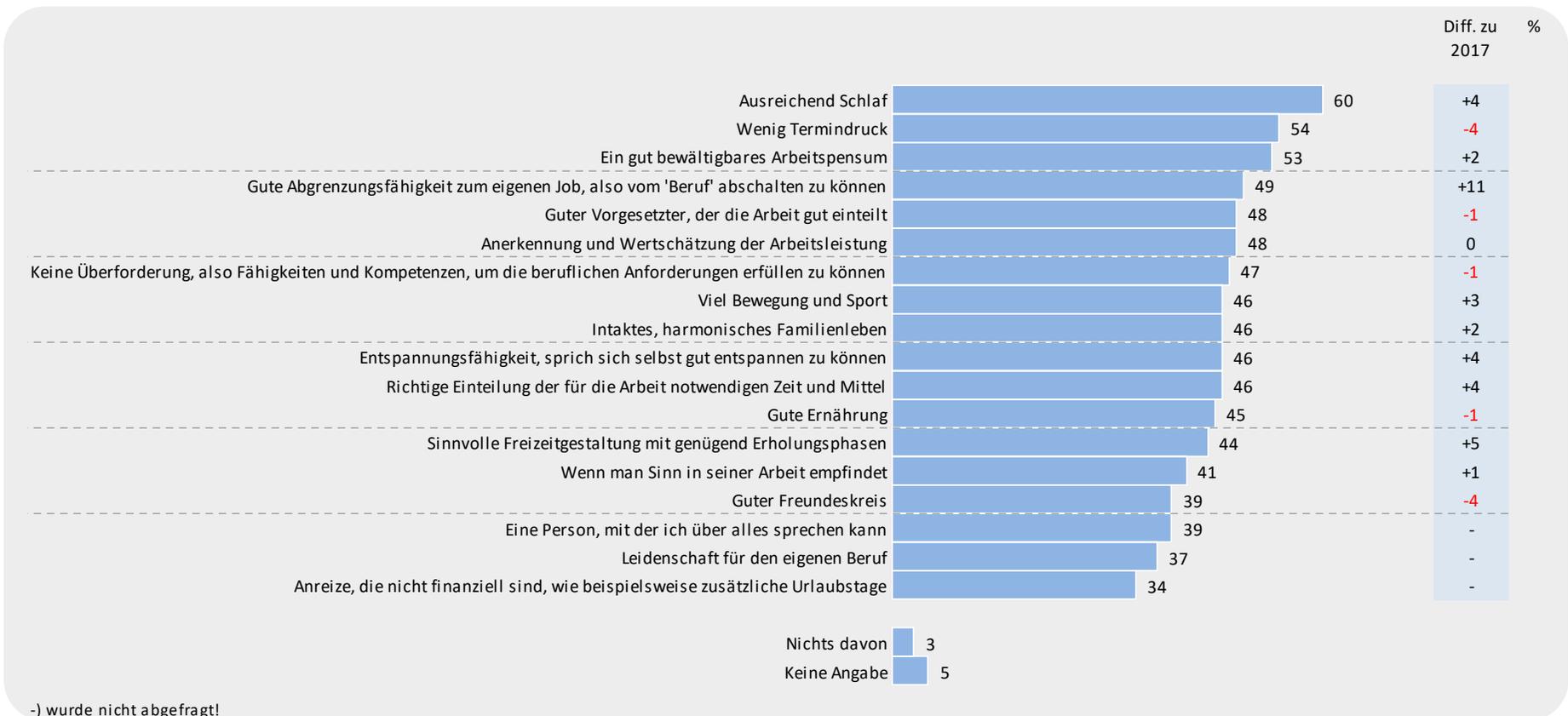
Frage: "Hier sehen Sie drei Aussagen über das Thema Burnout. Welche dieser drei Aussagen beschreibt Ihrer Meinung nach am ehesten auch Ihre Ansicht, welche lautet so, wie auch Sie es am besten finden? Bitte klicken Sie die zutreffende Antwort einfach selbst an."



Faktoren zur Burnout-Prävention – Trend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Ich lese Ihnen nun verschiedene Aspekte im Leben eines Berufstätigen vor. Sagen Sie mir bitte, welche davon besonders wichtig sind, um nicht an Burnout zu erkranken?" (mehrere Angaben möglich)



Österreichische Gesellschaft im Burnout?

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Würden Sie folgender Aussage voll und ganz, eher, eher nicht oder überhaupt nicht zustimmen? 'Die österreichische Gesellschaft befindet sich in einem Zustand der Überforderung und Unzufriedenheit, der mit einem gesellschaftlichen Burnout vergleichbar ist'."

