

Ressort: Finanzen

## Umfrage: Mehrheit der Manager lebt äußerst diszipliniert

Berlin, 04.07.2013, 17:08 Uhr

**GDN** - Um fit für den Job zu sein, lebt die Mehrheit der Manager in Deutschland äußerst diszipliniert. Mit der Balance zwischen Beruf und Privatleben ist dennoch jeder zweite unzufrieden.

Das ist Ergebnis einer Umfrage vom "Handelsblatt" und der Personalberatung Heidrick & Struggles, an der sich mehr als 1.200 Manager und Managerinnen beteiligten und über die die Zeitung in ihrer Freitagausgabe berichtet. Neun von zehn Führungskräften treiben demnach Sport. Für so manchen ist Bewegung mehr als bloßer Ausgleich: Jeder siebte Sportsmann in Spitzenposition nimmt an Wettkämpfen teil. "Ehrgeiz und Disziplin im Beruf übertragen viele Führungskräfte auch auf den Sport", beobachtet Christine Stimpel, Deutschlandchefin von Heidrick & Struggles. "Fitness ist das neue Statussymbol der Manager." Auf lange Feiern mit Kunden oder Kollegen verzichtet das Gros der Manager ebenso wie auf Zigaretten. Nur jeder zehnte raucht regelmäßig. Stattdessen steht bei der Mehrheit gesunde Ernährung auf dem Plan. Denn Manager wollen fit sein für ihren anstrengenden Berufsalltag: Die Hälfte der Befragten arbeitet zwischen 51 und 60 Stunden in der Woche. Jeder fünfte rackert sogar 61 bis 70 Stunden. Viele Manager sind chronisch übermüdet. 42 Prozent kommen jede Nacht auf fünf bis sechs Stunden Schlaf. Frühes Aufstehen ist an der Tagesordnung, zumal die meisten viel reisen. Jeder Vierte ist sogar drei bis vier Tage in der Woche für den Job unterwegs. Die hohe Arbeitsbelastung und Selbstdisziplin suchen sich ein Ventil: 60 Prozent der befragten Manager trinken unter der Woche Alkohol. "Wer Alkohol braucht, um entspannen zu können und Ärger herunter zu spülen, ist bereits auf dem Weg zur Abhängigkeit", warnt Peter Michael Roth, Chefarzt der Oberbergklinik Berlin-Brandenburg.

### Bericht online:

<https://www.germindailynews.com/bericht-17130/umfrage-mehrheit-der-manager-lebt-aeusserst-diszipliniert.html>

### Redaktion und Verantwortlichkeit:

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