

Psychische Erkrankungen sind immer häufiger ein Grund für Arbeitsunfähigkeit – „Komplexe Abhängigkeiten machen psychisch krank“

Seelische Gesundheit in der modernen Arbeitswelt

Knapp elf Prozent aller Fehltage von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern in Deutschland gingen im Jahr 2008 auf psychische Erkrankungen zurück; die Zahl dieser Krankschreibungen hat sich seit 1990 fast verdoppelt. Dies berichtet die Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) nach der Auswertung von Gesundheitsberichten der gesetzlichen Krankenkassen. „Die ständig steigende Zahl der Tage, an denen Arbeitnehmer aufgrund psychischer Krankheiten arbeitsunfähig sind, belegt die tatsächliche Dimension psychischer Erkrankungen“, betonte BPtK-Präsident Prof. Dr. Rainer Richter bei der Vorstellung der Studie: „Psychische Krankheiten wurden jahrzehntelang übersehen oder nicht richtig diagnostiziert. Die wachsende Zahl von Arbeitnehmern, die aufgrund einer seelischen Störung arbeitsunfähig sind, ist deshalb nicht überraschend. Die Zunahme ist aber auch eine Folge der steigenden psychomentalen Anforderungen in modernen Dienstleistungsgesellschaften“.

Hintergrund

In den jährlich vorgelegten Gesundheitsreporten der gesetzlichen Krankenkassen wird übereinstimmend die Zunahme des Anteils psychischer Erkrankungen an den Krankschreibungen dokumentiert. Seit den 1980er Jahren wird diese Entwicklung beobachtet, der Trend hat sich seit Mitte der 1990er Jahre noch einmal deutlich verstärkt. Im Jahr 2009 widmeten die AOK und die BARMER ihre jährlichen Gesundheitsreporte dem Schwerpunktthema psychische Erkrankungen, 2008 hatten bereits die TK und die BKK einen Fokus auf dieses Thema gelegt. In den vergangenen zehn Jahren gab es zudem Schwerpunktthefte der DAK (2005, 2002) und der BKK (2005) zu psychischen Erkrankungen. Die GEK befasste sich in ihrem Report zur ambulanten-ärztlichen Versorgung 2007 mit der ambulanten Psychotherapie und bereits 2001 mit psychischen Erkrankungen. Die Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) hat in einer so genannten Metaanalyse die Gesundheitsberichte der gesetzlichen Krankenkassen seit dem Jahr 2001 ausgewertet und wissenschaftliche Studien gesichtet, die untersuchen, welche Faktoren in der modernen Arbeitswelt zu einer Erhöhung des Anteils psychischer Erkrankung beitragen können. Der Bericht „Komplexe Abhängigkeiten machen psychisch krank – BPtK-Studie zu psychischen Belastungen in der modernen Arbeitswelt“ ist im Internet abrufbar unter www.bptk.de. Die wichtigsten Befunde werden hier vorgestellt.

Belastend sind hohe Anforderungen bei geringem Einfluss auf den Arbeitsprozess – Psychisch gesund bleibt eher, wer erlebt, dass er Einfluss auf seine Arbeitsabläufe hat

Psychische Erkrankungen treten überdurchschnittlich häufig auf, wenn hohe Anforderungen wie Zeitdruck, Komplexität der Aufgaben und Verantwortung mit einem geringen Einfluss auf den Arbeitsprozess einhergehen. Auch ein starkes Ungleichgewicht zwischen Einsatz im Beruf („Verausgabung“) und Anerkennung („Gratifikation“) – ausgedrückt beispielsweise in Gehalt, menschlicher Wertschätzung, Aufstiegschancen oder Arbeitsplatzsicherheit – sind belastend.

„Die psychische Gesundheit des Menschen ist dann besonders gefährdet, wenn er an seinem Arbeitsplatz zwischen hoch verdichteten Anforderungen und komplexen Abhängigkeiten erlebt, dass er mit seinen Entscheidungen und Handlungen wenig oder nichts bewirkt“, sagt Richter. Ein Stahlarbeiter arbeitet primär unter hohen körperlichen Belastungen, ein Büroangestellter muss weniger körperlich, sondern vor allem mental leistungsfähig sein. Mitarbeiter in Callcentern müssen sich zum Beispiel im Minutentakt mit unzufriedenen Kunden auseinandersetzen. „Das ständige Gefühl, nichts daran ändern zu können, dass man von außen gesetzten Anforderungen nicht gerecht werden kann, macht krank. Psychisch gesund bleibt eher, wer erlebt, dass er Einfluss auf seine Tätigkeitsabläufe hat.“

Überdurchschnittlich häufig kommen psychische Erkrankungen in Dienstleistungsberufen vor. Alle Krankenkassen verzeichneten bei Beschäftigten im Sozial- und Gesundheitswesen, in der Telekommunikation und in öffentlichen Verwaltungen überdurchschnittlich viele Fehltage aufgrund psychischer Störungen. Eine besonders belastete Berufsgruppe sind Mitarbeiter in Callcentern, die etwa doppelt so häufig aufgrund psychischer Erkrankungen ausfallen wie der Durchschnitt. Dagegen ist der Anteil der psychischen Erkrankungen am Krankenstand in klassischen Arbeiterberufen wie beispielsweise in der Land- und Forstwirtschaft oder im Baugewerbe um ein Drittel bis um die Hälfte niedriger als im Durchschnitt aller Erwerbstätigen.

Der häufigste Grund für Arbeitsunfähigkeit aufgrund psychischer Erkrankungen sind Depressionen, die oft mit sehr langen Fehlzeiten – im Durchschnitt 35 bis 50 Tage im Jahr – verbunden sind. An zweiter Stelle stehen die so genannten Belastungsreaktionen und Anpassungsstörungen, die z. B. durch belastende Lebensereignisse hervorgerufen werden. Es folgen unspezifisch-neurotische und somatoforme Störungen, d.h. körperliche Beschwerden, die sich nicht auf eine organische Erkrankung zurückführen lassen. Trotz der unterschiedlichen Mitgliederstrukturen der Krankenkassen treten diese Diagnosen bei allen Kassen in vergleichbarer Reihenfolge auf. Kassenübergreifend zeigt sich auch, dass der insgesamt gestiegene Anteil psychischer Erkrankungen im AU-Geschehen nicht

auf die Zunahme einer bestimmten Erkrankung zurückzuführen ist, sondern sich gleichmäßig auf alle Erkrankungen verteilt.

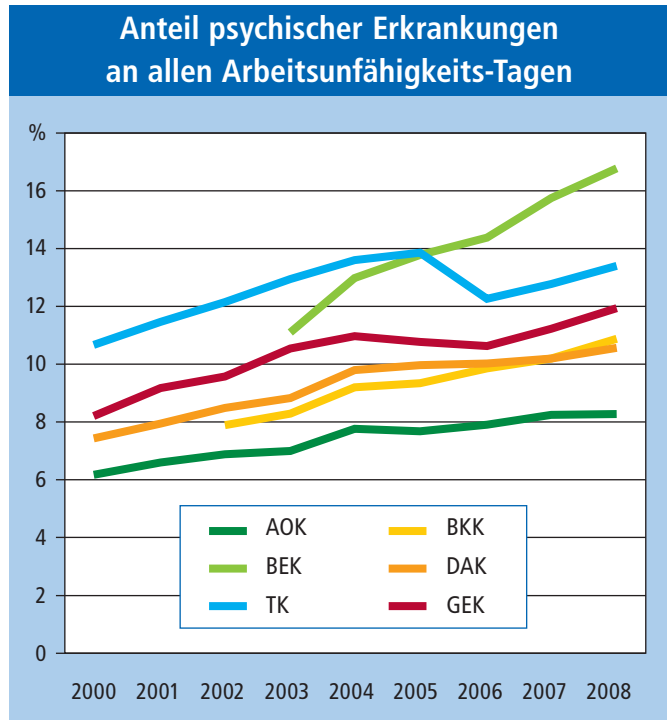
Arbeitslosigkeit als besondere Gefährdung der psychischen Gesundheit

Mehr noch als berufliche Belastungen ist jedoch der Verlust des Arbeitsplatzes ein Risiko für die psychische Gesundheit, betont die BPTK: „Der Verlust der Arbeit kann krank machen, weil mit der Arbeit der berufliche Status, die Zeitstruktur des Tages und der Woche, die Kontakte zu Arbeitskollegen und gemeinsame berufliche Zielsetzungen gefährdet sind“.

Arbeit gesund gestalten

Eine wirksame Prävention psychischer Krankheiten erfordert aus Sicht der Psychotherapeutenkammer zwei Ansätze: Zum einen sollten Erkenntnisse zur humaneren Gestaltung der Arbeitsprozesse, die in der industriellen Produktion bereits in vielen Bereichen umgesetzt wurden, auch auf den Dienstleistungsbereich übertragen werden: „Arbeitsstakkato und Überforderung müssen vermieden werden. Ziel ist es außerdem, dass der Einzelne mehr Kontrolle über seine Arbeitsabläufe zurückgewinnt“. Zum anderen sollten im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung vermehrt gezielte „Resilienztrainings“ angeboten werden, die die psychische Widerstandskraft stärken und mit denen die gesunde Bewältigung von belastenden Situationen gefördert wird.

Allerdings sind der betrieblichen Prävention auch Grenzen gesetzt, weil Risiken für die psychische Gesundheit der Beschäftigten auch außerhalb des beruflichen Bereichs liegen können, betont die BPTK. Daher komme es zugleich darauf an, psychisch kranken Menschen einen niedrigschwelligen Zugang zum Gesundheitssystem anzubieten. Im Hinblick auf die besonders belastete Gruppe arbeitssuchender Menschen sei es



Die gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland verzeichneten in den vergangenen Jahren einen Anstieg des Anteils der Arbeitsunfähigkeits-Tage (AU-Tage) durch psychische Erkrankungen an allen AU-Tagen. Für die Krankenkassen sind psychische Erkrankungen vor allem auch aufgrund der Länge der Krankschreibungen von Bedeutung (ca. drei bis sechs Wochen im Vergleich zu durchschnittlich sechs bis sieben Tagen bei Erkrankungen des Atmungs- oder Verdauungssystems).

zudem wichtig, die Zusammenarbeit zwischen Krankenkassen und der Agentur für Arbeit auszubauen, um Bezieher von Arbeitslosengeld in der Erhaltung ihrer psychischen Gesundheit zu unterstützen.

Burnout im Beruf?

Wenn Führungskräfte ihre Mitarbeiter bei der Arbeit sozial unterstützen, sinkt das Risiko berufsbedingter psychischer Belastungen

Soziale Unterstützung ist gesundheitswirksam: Was in zahlreichen wissenschaftlichen Studien eindrücklich belegt wurde, gilt für das Berufsleben ebenso wie für das Privatleben. Welche Rolle die Unterstützung durch Vorgesetzte spielt, hat die Bertelsmann-Stiftung gemeinsam mit dem Schweizer Institut sciencetransfer untersucht. In den Jahren 2006 bis 2009 waren dazu jährlich 120 Beschäftigte eines Pharmaunternehmens befragt worden. Die Teilnehmer waren Führungskräfte, 67 Prozent von ihnen Männer, durchschnittlich 39 Jahre alt. Im Mittelpunkt der Studie standen die Aspekte Burnout und soziale Unterstützung. „Burnout“ steht für „ausgebrannt sein“, für eine körperliche und emotionale Erschöpfung, die hier anhand der Fragen des „Copenhagen Burnout Inventory“ ermittelt wurde.

Das Ergebnis: Je intensiver die Unterstützung durch Vorgesetzte, desto geringer war das Risiko für einen Burnout. „Bereits eine um 20 Prozent intensivere Unterstützung seitens der Führungskräfte führt zu 10 Prozent weniger Burnoutbedingten Erkrankungen. Ein derartiger Wert gilt arbeitsmedizinisch als deutliche Verbesserung“, berichtet die Bertelsmann-Stiftung. Die Unterstützung könne einerseits instrumentell durch Arbeitsmittel, Tipps und Arbeitsentlastung erfolgen, andererseits emotional durch Zuspruch, Trost, Motivation und Zuhören. Dies müsse von Seiten des Vorgesetzten allerdings kontinuierlich erfolgen. „Man kann diese Leistung nicht bevorraten. Sozial unterstützendes Verhalten ist eine ständige Führungsaufgabe“. Fazit: „Wer qualifizierte Fachkräfte halten und den wirtschaftlichen Erfolg seines Unternehmens sichern will, wird die Burnout-Raten im Betrieb deutlich senken müssen. Das sozial unterstützende Verhalten von Vorgesetzten muss zum festen Teil einer modernen Personalpolitik werden“.