

Pressemitteilung

Komplexe Abhängigkeiten machen psychisch krank BPtK-Studie zu psychischen Belastungen in der modernen Arbeitswelt

Berlin, 23. März 2010: Deutsche Arbeitnehmer sind immer häufiger aufgrund von psychischen Erkrankungen arbeitsunfähig. Knapp elf Prozent aller Fehltage gingen 2008 auf psychische Erkrankungen zurück. Seit 1990 haben sich diese Krankschreibungen fast verdoppelt. Psychische Erkrankungen verursachen überdurchschnittlich lange Fehlzeiten in den Betrieben: bei AOK-Versicherten durchschnittlich ca. drei Wochen, bei DAK-Versicherten vier Wochen und bei BARMER-Versicherten sogar rund fünfeinhalb Wochen pro Krankschreibung. Dies ergibt eine Übersichtsstudie der Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK), die die Gesundheitsreporte der gesetzlichen Krankenkassen auswertet.

„Die ständig steigende Zahl der Tage, an denen Arbeitnehmer aufgrund psychischer Krankheiten arbeitsunfähig sind, belegt die tatsächliche Dimension psychischer Erkrankungen“ stellt BPtK-Präsident Prof. Dr. Rainer Richter fest. „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.

Metaanalysen belegen, dass Erwerbstätige bei der Kombination aus hohen Anforderungen (z. B. Zeitdruck, Komplexität der Aufgaben, Verantwortung) und geringem Einfluss auf den Arbeitsprozess überdurchschnittlich häufig psychische Erkrankungen entwickeln. Weitere Studien zeigen eine Häufung psychosomatischer Beschwerden, wenn ein gravierendes Ungleichgewicht zwischen Einsatz im Beruf („Verausgabung“) und Entlohnung sowie Anerkennung (z. B. Gehalt, Wertschätzung der Person, Aufstiegschancen, Arbeitsplatzsicherheit) besteht. Neueste Studien weisen nach, dass eine hohe Arbeitsintensität (Zeitdruck, Störung des Arbeitsablaufs und wenig Möglichkeiten, Aufgaben an andere zu delegieren) das Risiko erhöht, an einer Depression zu erkranken.

„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“, erläutert BPtK-Präsident 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 z. B. 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“, betont Rainer Richter. „Psychisch gesund bleibt eher, wer erlebt, dass er Einfluss auf seine Tätigkeitsabläufe hat.“

Seelische Erkrankungen treten gehäuft in Dienstleistungsbranchen auf. Alle Krankenkassen verzeichneten, z. B. bei den Beschäftigten im Sozial- und Gesundheitswesen, in der

Telekommunikation und in öffentlichen Verwaltungen, überdurchschnittlich viele Fehltage aufgrund psychischer Störungen. Eine besonders belastete Berufsgruppe sind Telefonisten, die in 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, ein Drittel bis um die Hälfte niedriger als im Durchschnitt aller Erwerbstätigen.

Mehr noch als berufliche Belastungen führt jedoch der Verlust des Arbeitsplatzes zu psychischen Erkrankungen. Arbeitslose sind drei- bis viermal so häufig psychisch krank wie Erwerbstätige. GEK und BKK berichten, dass Arbeitslose besonders häufig wegen Alkoholabhängigkeit und Depressionen in Krankenhäusern behandelt werden. Arbeitslosigkeit verursacht deutlich häufiger psychische Erkrankungen, als dass Arbeitnehmer umgekehrt infolge einer bestehenden psychischen Erkrankung ihre Arbeit verlieren. Arbeitslosigkeit ist damit ein gravierendes Risiko für die psychische Gesundheit. Arbeit dient der Existenzsicherung, der materiellen aber auch der geistigen. Der Mensch gibt in der Regel mit seiner Arbeit seinem Leben einen Sinn. 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. Arbeitslose leiden häufig unter einem so genannten „Inkongruenzerleben“: Die Berufstätigkeit hat in ihrem persönlichen Wertesystem nach wie vor eine ähnlich hohe Bedeutung wie bei Werkträgern. „Etwas sein zu müssen, was man nicht sein möchte, macht auf Dauer fast zwangsläufig psychisch krank“, erläutert BPtK-Präsident Richter.

Insgesamt erkranken deutsche Arbeitnehmer am häufigsten an Depressionen. Depressionen verursachen deutlich längere Krankschreibungen als solche psychischen Erkrankungen, die z. B. durch belastende Lebensereignisse hervorgerufen werden („Belastungsreaktionen oder Anpassungsstörungen“). Ein depressiv Erkrankter fehlt durchschnittlich 35 bis 50 Tage an seinem Arbeitsplatz. Eine Analyse der BARMER (2009) ergab, dass manche Depressive sogar 13 Wochen ausfallen. Die Behandlungskosten für depressive Störungen in Deutschland betragen 2004 rund 4,3 Milliarden Euro, für einen depressiven Patienten jährlich durchschnittlich 4.000 Euro. Diese direkten Kosten machen nur einen Teil der Gesamtkosten aus. Als indirekte Kosten kommen insbesondere die Ausgaben aufgrund von Arbeitsunfähigkeit (Lohnfortzahlung, Krankengeld) und vorzeitiger Berentung hinzu.

Eine wirksame Prävention psychischer Krankheiten erfordert aus Sicht von BPtK-Präsident Richter zwei Dinge: Die Erkenntnisse zur humaneren Arbeitsgestaltung in der industriellen Massenfertigung sind bisher im Dienstleistungssektor unzureichend angekommen. „Die Arbeitsbedingungen müssen auch bei Dienstleistungen so gestaltet werden, dass Arbeitsstakato und Überforderung vermieden werden. Ziel ist es außerdem, dass der Einzelne mehr Kontrolle über seine Arbeitsabläufe zurückgewinnt.“ Betriebliche Gesundheitsförderung sollte darüber hinaus Arbeitnehmern vermehrt gezielte Resilienztrainings anbieten, die die psychische Widerstandskraft stärken und mit denen die gesunde Bewältigung von belastenden Situationen gefördert wird. Betriebliche Prävention kann jedoch nicht verhindern, dass Arbeitnehmer auch weiterhin psychisch erkranken, da die Ursachen oft außerhalb der Arbeit liegen.

Depressionen sind trotz aller Diskussion in der Öffentlichkeit immer noch ein Tabu. Symptom dafür ist, dass sich Menschen lieber wegen eines Burnout als wegen einer Depression behandeln lassen. Für eine wirksame Therapie einer Depression ist es aber entscheidend, dass sie frühzeitig erkannt wird und Hürden eine professionelle Behandlung nicht

verhindern. „Depressionen werden immer noch zu häufig zu spät oder gar nicht erkannt und unzureichend, d. h. vor allem einseitig, medikamentös behandelt“, kritisiert der BPTK-Präsident. Die Nationale Versorgungsleitlinie Depression betont, dass Psychotherapie vielfach die wirksamste Behandlungsoption ist. Die besondere Stärke der Psychotherapie ist, dass sie anhaltend und längerfristig wirkt. Psychotherapie vermag auch das Rückfallrisiko zu senken. Unbehandelte Depressionen hingegen entwickeln sich oft zu langwierigen und chronischen Erkrankungen, bei denen nicht selten wiederholte stationäre Behandlungen erforderlich sind.

Ihr Ansprechpartner:

Herr Kay Funke-Kaiser
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Telefon: 030 - 2787850
E-Mail: presse@bptk.de