

Krank zur Arbeit

Hohes Pflichtgefühl und unwissende Führungskräfte fördern, dass kranke Mitarbeiter weniger oft zu Hause bleiben und eher mit Beschwerden am Arbeitsplatz erscheinen. Das geht aber langfristig zu Lasten der Betroffenen, der Produktivität der Betriebe und der Volkswirtschaft.

► Der Österreichische Arbeitsgesundheitsmonitor ist eine umfassende Erhebung der subjektiven gesundheitlichen Befindlichkeit von Arbeitnehmern. Neben klassischen Beeinträchtigungen und psychosomatischen Beschwerdebildern wie

Herz-Kreislauf-Problemen, Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, Verdauungsbeschwerden, Kopfschmerzen oder Beschwerden im Bewegungs- und Stützapparat werden auch psychische Beeinträchtigungen wie Gereiztheit, Depressivität oder

Motivationsverlust sowie positive Indikatoren der Gesundheit wie Persönlichkeitsentwicklung, Selbstwirksamkeit, Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Sinnwahrnehmung im Leben erhoben. Erhoben werden die Daten in Face-to-face-Interviews im

Nachgefragt bei ...

... **Mag. Natascha Klinser, Leiterin der Fachsektion Arbeits-, Wirtschafts- und Organisationspsychologie, Berufsverband Österreichischer PsychologInnen (BÖP), klinser@arbeitspsychologie-klinser.at, www.arbeitspsychologie-klinser.at**



Steigt die Zahl der psychischen Erkrankungen am Arbeitsplatz an?

Bis zum Jahr 2012 wurde ein starker Anstieg beobachtet, mittlerweile ist die Kurve flacher geworden. Ich denke, dieser starke Anstieg bis 2012 hat seine Ursache zum einen in einem Bewusstseinswandel, der bewirkt, dass psychische Erkrankungen häufiger als solche diagnostiziert werden, und zum anderen in einer sich immer schneller verändernden Welt, die Stress mit all seinen negativen Konsequenzen erzeugt. Die Folgen der Fehlbeanspruchung zeigen sich in einer Zunahme von Erkrankungen, insbesondere Depressionen und Angstzustände, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, aber unter anderen auch Demenz. Die Veränderung der Altersstruktur in unserer Gesellschaft geht mit einer Zunahme von Erkrankungen einher und mit zunehmendem Alter bewirken negative Arbeitsbedingungen eine stärkere Verschlechterung des Gesundheitszustandes.

Gibt es Branchen oder Berufe, die eher betroffen sind?

Branchen mit hoher Belastung sind vor allem im Humandienstleistungsbereich zu finden, wie etwa in Gesundheitsberufen, aber auch im Unterrichtswesen und im Sozialbereich. Dort, wo mit Menschen gearbeitet wird, in helfenden Berufen, gibt es statistisch gesehen

mehr Krankenstände auf Grund arbeitsbedingter psychischer Belastungen.

Wohin wenden sich Betroffene im ersten Schritt?

Depressionen und Angststörungen werden vorrangig vom Hausarzt diagnostiziert und dann wird an Fachärzte sowie klinische Psychologen überwiesen. Mit Formen einer leichten Depression gehen viele Betroffene häufig zur Arbeit, bei der Diagnose „schwere Depression“ wird dieses unmöglich.

Welche Rolle spielen Psychologen bei der Behandlung?

Sie helfen vor allem, Strategien zu entwickeln, positive Aktivitäten aufzubauen und jene Faktoren zu identifizieren und zu bewältigen, die zur Depression geführt bzw. diese begünstigt haben.

Welche Entwicklungen am Arbeitsmarkt begünstigen Depressionen?

Durch die Industrialisierung und den technischen Fortschritt arbeiten mittlerweile mehr als 50 Prozent der Beschäftigten im Dienstleistungssektor, Beschäftigungsverhältnisse in Industrie und Gewerbe sind hingegen zurückgegangen. Unsere Psyche wird in der heutigen Arbeitswelt viel stärker und intensiver beansprucht. Im Hinblick

auf die Arbeitsbedingungen begünstigen insbesondere hohe

Arbeitsintensität, widersprüchliche Anforderungen, geringer Tätigkeitsspielraum, wenig berufliche Anerkennung und geringe soziale Unterstützung Depressionen und Angsterkrankungen. Parallel dazu haben wir auch immer mehr Langzeitarbeitslose, die ein erhöhtes Risiko für psychische Erkrankungen, insbesondere Angstzustände und Depressionen, aufweisen.

Ist Prävention möglich?

Es gibt viele Weichen, die gestellt werden können: Jeder Einzelne muss mit dem Raubbau an der eigenen Gesundheit aufhören und Pausen sowie ausreichend Schlaf einplanen. Die Flexibilisierung der Arbeit im Hinblick auf Zeit und Raum sowie die Beschleunigung durch neue Technologien verstärken den Druck auf die Menschen. Wir brauchen dringend Arbeitsbedingungen, die Gesundheit und Prävention berücksichtigen. Arbeitspsychologen und Arbeitsmediziner sind dringend gefordert, sich hier einzubringen, das betrifft die Arbeitsorganisation, menschengerechte Strukturen, gesundheitsförderliches Führungsverhalten, Mitsprache, aber auch die passenden Arbeitsmittel.