

SWR2 Wissen

Psychisch krank am Arbeitsplatz

Von Franziska Hochwald

Sendung: Donnerstag, 15. Oktober 2020, 8:30 Uhr

Redaktion: Vera Kern

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2020

Ausgebrannt, depressiv, arbeitsunfähig: Die Zahl der Fehltage aufgrund psychischer Probleme nimmt stetig zu. Woran liegt das? Und wie gelingt trotzdem ein normales Berufsleben?

SWR2 Wissen können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/swr2-wissen-podcast-102.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert.
Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...
Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

MANUSKRIFT

OT 01:

Sibylle: Ich hatte eine kurze Tätigkeit als Lagerleiterin, und immer mehr Stunden, wurden mir abverlangt. Das ging einfach nicht mehr weiter. Der große Zusammenbruch führte dazu, dass meine Familie auseinanderbrach.

OT 02:

Plössl: Menschen, die eine schwere psychische Erkrankung haben, von denen arbeiten mehr als die Hälfte überhaupt nicht. Die haben es oftmals versucht, sind aber gescheitert, und landen dann, bildlich gesprochen auf dem Sofa. Und je länger sie auf diesem Sofa sitzen, desto verzweifelter sind sie.

OT 03:

Birner: Ich glaube, wir könnten einen großen Fortschritt erzielen, wenn wir weg kämen von einem Schwarzweiß-Denken, was Gesundheit und Krankheit anbelangt, vor allem bei der beruflichen Wiedereingliederung nach einer längeren psychischen Erkrankung.

Ansage: Psychisch krank am Arbeitsplatz. Von Franziska Hochwald.

Sprecherin:

Nach Gelenk- und Rückenschmerzen sind psychische Erkrankungen der häufigste Grund für Krankschreibungen. Der Gesundheitsreport der Betriebskrankenkassen von 2018 meldet, dass ihr Anteil in den vergangenen 40 Jahren von zwei Prozent auf 16,6 Prozent angestiegen ist. Die Corona-Pandemie, die viele Menschen auch seelisch belastet, dürfte diesen Trend verstärken, legen erste Untersuchungen nahe. Wie erklärt sich diese Zunahme? Wird unsere Arbeitswelt immer unmenschlicher? Ulrich Birner, Leiter des Fachreferats für psychische Gesundheit für den Siemens-Konzern, relativiert die Zahlen:

OT 04:

Birner: Es gab eine Verschiebung von körperlichen hin zu psychischen Diagnosen; das ist eigentlich eine Korrektur, die da stattgefunden hat, und keine Zunahme an psychischen Erkrankungen. Also ich glaube, wir haben heute ein realistischeres Bild auf das Thema psychische Gesundheit und Erkrankungen als es früher war, aber deswegen nicht zwingend eine Zunahme.

Sprecherin:

Tatsächlich ist es aber nicht nur eine Verschiebung in der Diagnose. Die Arbeitsbedingungen haben sich auch deutlich verschärft, wie Harald Metzger, zweiter Vorsitzender des Landesverbands Psychiatrie-Erfahrener Baden-Württemberg, erklärt:

OT 05:

Metzger: Die Arbeitsverdichtung wird mehr, der Termindruck wird größer, die Stressbelastung. Man muss mehr Kompetenzen haben. Man muss Erfahrung

mitbringen. Das ganze Arbeitsfeld, auch die Flexibilität. Werd ich jetzt morgen versetzt nach Hamburg? Das sind alles Dinge, die die Leute krank machen.

Sprecherin:

Der neunundzwanzigjährige Georg Schmidt, der im wirklichen Leben anders heißt, kam mit diesen harten Anforderungen der Berufswelt nach seinem Informatikstudium nicht zurecht:

OT 06:

Schmidt: Am Anfang lief es eigentlich noch ganz okay. Also, die Arbeit wurde halt immer mehr. Es kamen immer mehr Aufgaben auf mich zu, immer mehr Zuständigkeiten. Viele Dinge liefen nicht ganz rund. Was zum Teil auch nicht an mir lag, sondern generell an der Stelle, dass die einfach mega unstrukturiert war und mir dann schon Probleme bereitet hat, weil ich mehr Struktur brauche, um dann auch meine Arbeit gut machen zu können. Es war aber alles relativ chaotisch und auch diese Springerei zwischen verschiedenen Baustellen fiel mir extrem schwer.

Sprecherin:

Georg Schmidt hatte schon in der Schule und auch während seines Studiums mit Schlaf- und Arbeitsstörungen zu kämpfen. Damals reichten ihm die Phasen nach den Prüfungen zur Erholung gerade so aus, aber im Berufsleben klappte das nicht mehr:

OT 07:

Schmidt: Wenn man dann einfach gedanklich gar nicht so schnell switchen kann, wie schnell man gleichzeitig an verschiedenen Sachen arbeiten muss. Ich hab dann mein Defizit im Arbeitstempo ausgeglichen, indem ich Überstunden gemacht habe. Aber was dann wiederum dazu geführt hat, dass ich einfach noch weniger Schlaf hatte durch die Schlafprobleme, und es war dann so ein Teufelskreis, der dann über Monate ging. Und ich hab dann gemerkt, dass ich irgendwie nach ungefähr einem Jahr das einfach nicht mehr konnte.

Sprecherin:

Mit 26 Jahren erlitt Georg Schmidt einen Zusammenbruch. Von seinen Arbeitgebern bekam er keine Unterstützung, sondern nur Kritik an seiner Leistung. Er sah keinen anderen Ausweg, als die Kündigung einzureichen. Dieses Beispiel ist ganz typisch für Arbeitsbedingungen, die krank machen. Bei der 55-jährigen Sibylle fingen die psychischen Probleme bereits lange vor ihrem Start ins Berufsleben mit einer sehr belasteten Kindheit an. Trotzdem schaffte sie den Hauptschulabschluss und fand eine Lehrstelle als Verkäuferin im Einzelhandel. Doch während der Lehre fielen ihre psychischen Probleme auf:

OT 08:

Sibylle: Ich bekam eine gute Ausbildungsstelle, hab die Ausbildung auch mit 2,5 abgeschlossen wurde leider nicht übernommen. Anfangs hieß es ja, ich sei psychisch labil, ist ihnen aufgefallen, und ich bekam noch meine Chance. Hab dann zwei Jahre dort gearbeitet, mein Substitut gemacht.

Sprecherin:

Doch diese Art der Arbeit im Verkauf lag ihr nicht, Konkurrenz und Mobbing machten ihr zu schaffen, und so suchte sie sich eine neue Stelle:

OT 09:

Sibylle: Ich hatte mal einen Gefallen gefunden an der Lagerarbeit und nach verschiedenen Arbeitsstellen gelangte ich denn zu einem großen Lebensmittelhändler, Und da konnte ich mich fortbilden, mich weiter ausbilden und war sehr erfolgreich.

Sprecherin:

Sibylles Einstieg ins Berufsleben ist ein gutes Beispiel dafür, dass der richtige Arbeitsplatz ein stabilisierender Faktor sein kann, auch wenn ein Mensch mit psychischen Belastungen zu kämpfen hat. Ute Engelbach ist Oberärztin für den Bereich Psychosomatik in der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am Universitätsklinikum in Frankfurt.

Sie war an einem von der Hans-Böckler-Stiftung geförderten Forschungsprojekt mit dem Titel „Erwerbsarbeit und psychische Erkrankung“ beteiligt.

OT 10:

Engelbach: Erwerbsarbeit ist ja nicht nur etwas, mit dem Menschen Geld verdienen, sondern spätestens seit der Marienthal-Studie, also seit den dreißiger Jahren des letzten Jahrhunderts, wissen wir ja, dass es verschiedene psychosoziale Funktionen auch der Arbeit gibt.

Sprecherin:

Schon damals fand die Forschung heraus: Arbeit kann den Alltag strukturieren, sie ist ein wesentlicher Faktor für gesellschaftliche Anerkennung und stiftet Identität. Mit der passenden Arbeitsstelle haben wir zudem die Möglichkeit, uns selbst zu verwirklichen und unsere Fähigkeiten zu nutzen. Ute Engelbach und ihr Team fanden noch eine weitere Funktion der Arbeit heraus, die besonders für Menschen mit psychischen Belastungen bedeutsam ist.

OT 11:

Engelbach: In unserer Studie hatten wir jetzt quasi so aus der psychodynamischen Perspektive nochmal eine fünfte Funktion herausgearbeitet. Und die haben wir in Ermangelung eines besseren Begriffs quasi als die Funktion der Selbstheilung durch Erwerbsarbeit beschrieben.

Sprecherin:

„Selbstheilung durch Arbeit“ – Es zeigte sich, dass es nicht zwingend Berufe gibt, die krank machen oder die Gesundheit erhalten, sondern dass Menschen ihre jeweilige Tätigkeit ganz individuell bewerten:

OT 12:

Engelbach: Dabei fiel auf, dass bestimmte Arbeitsbedingungen, die wir jetzt aus unserer Perspektive alle objektiv eher als schwierig empfunden haben, anscheinend

Patientinnen stabilisiert haben. Ein Fall, der dort auffiel, war ein Patient, der im Rahmen von Militär, also ein Arbeitskontext, wo durchaus Bedrohung im Raum steht, ja auch meines Erachtens das, was wir jetzt sofort auch unter Stress verstehen würden, im Sicherheitsdienst oder in Situationen, wo er durchaus auch, eventuell bewaffnet sein musste, dass er dort sehr stabil war. Und als er diese Jobs nicht mehr hatte, da ist er dann eingebrochen.

Sprecherin:

Dieser Patient konnte über seine Arbeit beim Militär sein Bedürfnis nach Sicherheit und Wehrhaftigkeit befriedigen.

Andere Patienten hatten in der Kindheit kranke oder hilfsbedürftige Eltern und suchten sich einen Beruf in der Pflege. Es ist also nicht allein die Art der Arbeit, die krank macht, sondern bedeutsam ist auch, ob sie auf die individuellen Bedürfnisse des Einzelnen passt. Zumeist ist es eine Kombination verschiedener Belastungen, die irgendwann zur Erkrankung führt. Die Fachärztin für psychosomatische Medizin und Psychologie Eva Rothermund forscht zu psychischer Erkrankung am Arbeitsplatz an der Universitätsklinik Ulm. Sie erklärt:

OT 13:

Rothermund: Da ist irgendwie schon eine Belastung da. Die Eltern werden pflegebedürftig. Am Haus wird was gebaut, und dann gibt es noch irgendeine Änderung am Arbeitsplatz, vielleicht eine Zusammenlegung von verschiedenen Abteilungen oder ein anderer Chef oder ein anderes Aufgabengebiet oder neuer Kollege, mit denen man nicht klarkommt. Und vielleicht kann man zwei Baustellen noch gut ausbalancieren, drei wird schon schwierig, und bei vier geht es dann irgendwann nicht mehr.

Sprecherin:

So war es dann schließlich auch bei Sibylle, als sie nach ihrer Scheidung alleinerziehende Mutter wurde und eine neue Stelle annahm:

OT 14:

Sibylle: Ich hatte eine kurze Tätigkeit als Lagerleiterin, und immer mehr Stunden, wurden mir abverlangt. Anstatt sechs wurden dann acht, neun Stunden. Ich musste meine Kinder innerhalb unseres Hauses, den Nachbarn, den Schlüssel geben, um die Kinder dort zu versorgen. Mittagessen und das war kein Dauerzustand. Das ging einfach nicht mehr weiter. Der große Zusammenbruch führte dazu, dass meine Familie auseinanderbrach. Das Jugendamt hat die Kinder in Pflegefamilie untergebracht. Und ja, das war der Anfang vom Ende.

Sprecherin:

Es muss also meist einiges zusammenkommen: Eine gewisse Vulnerabilität, also Anfälligkeit, sei es durch biografische Erfahrungen, Veranlagungen oder auch ungünstige Gewohnheiten, die dann wie ein Verstärker wirken für andere schwierige Lebensumstände oder ein problematisches Arbeitsumfeld. Doch in immerhin einem Drittel der Fälle ist die Arbeitssituation der Hauptauslöser für eine psychische Belastung. Harald Metzger, Aktivist beim Landesverband Psychiatrie-Erfahrener, erzählt seine Geschichte:

OT 15:

Metzger: Es ging ja damals um größere Probleme wie Mobbing und so weiter. Ja, also von daher habe ich psychisch bedingt damals so Atemnot gehabt, dass ich fast keine Luft mehr gekriegt habe. Und der Lungenarzt hat es eben alles bestätigt, und dadurch wurde ich dann frühpensioniert. Und ich muss aber sagen, natürlich war das auch zu 50 Prozent mindestens oder noch mehr, psychisch dann bedingt und durch die Arbeitssituation veranlasst. Und es war eigentlich auch eine Erlösung.

Sprecherin:

Harald Metzger, der als Bankkaufmann gearbeitet hatte, hat seine Frühpensionierung gut genutzt. Er investiert seine Energie jetzt in die Hilfe für psychisch kranke Menschen und bemüht sich darum, anderen sein eigenes Schicksal zu ersparen.

OT 16:

Metzger: Wir kümmern uns natürlich viel um Öffentlichkeitsarbeit. Wir kümmern uns auch um Krisendienste. Es geht um die Stärkung der Psychiatrie-Erfahrenen im Allgemeinen und die Rechte der Psychiatrie-Erfahrenen durchzusetzen im Landesverband.

Sprecherin:

Metzger ist dabei in engem Austausch mit dem Stuttgarter gemeindepsychiatrischen Zentrum der Caritas, einer Anlaufstelle für psychisch Kranke, die aus dem regulären Arbeitsmarkt herausgefallen sind, so wie Sibylle. Klaus Obert, Bereichsleiter Sucht und sozialpsychiatrische Hilfen:

OT 17:

Obert: Unser grundlegendes Ziel ist Menschen, die psychische Erkrankungen haben, mit ihnen einen Weg zu finden, dass sie mit ihren Fähigkeiten, mit ihren Konflikten, mit ihren Problemen in ihrem Alltag zurechtkommen und die Umgebung mit ihnen zurechtkommt. Das heißt, es ist uns wichtig, dass alle Menschen das Recht haben, dass sie im Gemeinwesen leben und dort verbleiben können. Unabhängig jetzt mal davon in Führungsstrichen, wie verrückt sie sind.

Sprecherin:

Der sozialpsychiatrische Dienst hilft bei der Wohnungssuche, bei Problemen mit den Nachbarn, bei Behördengängen und manchmal auch den ganz normalen Anforderungen des Alltags wie Briefe öffnen oder Einkaufen gehen.

Darüber hinaus bietet er auch eine Reihe von Arbeitsmöglichkeiten für Menschen an, die auf dem ersten Arbeitsmarkt keine Beschäftigung mehr finden.

OT 18:

Obert: Wir haben stundenweise Arbeitsprojekte, oder wir haben Freizeitaktivitäten in den Tagesstätten, einfach, um mit diesen Menschen entsprechend ihren Möglichkeiten, ihren Fähigkeiten, ihre Lebensrhythmen, sozusagen ihren Lebensentwurf, Wege zu finden. Dass sie einigermaßen zufriedenstellend leben können, also eine sehr umfassende Tätigkeit, die im Prinzip alle Lebensbereiche eines Menschen betreffen kann.

Sprecherin:

Für Sibylle sind die sozialen Angebote eine große Hilfe, doch die Arbeit in Werkstätten spricht sie nicht an:

OT 19:

Sibylle: Ich hatte mal eine Tätigkeit, die war so monoton und geistlos, immer dieselbe Handbewegung. Und da gehe ich unter. Mit meinem Wissen mit meinem Know-How. Und ich muss gefördert werden für mehr.

Sprecherin:

Wenn psychisch kranke Menschen einmal aus dem ersten Arbeitsmarkt herausgefallen sind, haben sie häufig keine Chance mehr auf Wiedereinstieg: Die Psychologin Irmgard Plössl leitet den Bereich Arbeit und berufliche Teilhabe im Rudolf-Sophien-Stift:

OT 20:

Plössl: Mehr als die Hälfte der Menschen, die eine schwere psychische Erkrankung haben, von denen arbeiten mehr als die Hälfte überhaupt nicht. Wir müssen uns klarmachen, das ist eine wirklich große Gruppe. Das sind viele tausend Menschen in Baden-Württemberg. Und von denen sind sehr, sehr viele, mit hoher Qualifikation teilweise und mit hohem Arbeitswillen einfach abgeschnitten vom Arbeitssystem.

Sprecherin:

Zwar gibt es Eingliederungsmaßnahmen von Seiten des Arbeitsamts, doch die fruchten häufig nicht: Auch Georg Schmidt hat es erst einmal mit einem solchen Angebot versucht, aber damit wurde er nicht glücklich.

OT 21:

Schmidt: Was mich da ein bisschen gestört hat, war einfach, dass viele Maßnahmen darauf abzielen, dass man seinen Beruf wechselt. Und so eine Stufe nach unten geht, was anderes macht, also teilweise wirklich komplett umschult. Und das wollte ich eigentlich nicht, weil mir mein Beruf eigentlich Spaß macht. Und ich hätte jetzt auch nicht gewusst, was dann anders wäre, wenn ich irgendetwas anderes gemacht hätte.

Sprecherin:

Auch die Weiterbildungen beispielsweise in Excel oder Computerbedienung waren für den studierten Informatiker keine sinnvolle Unterstützung. Doch es gibt auch neue, zukunftsweisende Projekte, die Menschen mit psychischer Erkrankung wieder zurück in den Beruf bringen sollen. Eines davon ist Rubikon, eine gemeinschaftliche Initiative des Rudolf-Sophien-Stifts und der Stadt Stuttgart.

OT 22:

Schmidt: Dann habe ich mich über diese Maßnahme zirka ein halbes Jahr lang auf Jobsuche gemacht. Klar lief es am Anfang auch nicht so gut. Man muss erst wieder ein bisschen reinkommen. Einfach, dass man regelmäßig Bewerbungen schreibt. Aber man hat dann die Unterstützung von der Maßnahme und kompetente Anleitung. Und man kann ja dann trotzdem noch nebenher Therapie machen und weiter an seinen Ressourcen arbeiten.

Sprecherin:

Das Besondere am Rubikon-Projekt ist die enge, individuelle Begleitung der Unternehmen wie auch der Teilnehmenden, erklärt Jobcoach Carolin Stemmler:

OT 23:

Stemmler: Das Kernelement ist, sich in Arbeit zu erleben. In betrieblicher Struktur und für jeden Unterstützungsbedarf, Hilfebedarf akquirieren wir Trainings-Arbeitsplätze für die Teilnehmenden oder die Teilnehmer akquirieren diese selber ganz selbständig.

Sprecherin:

Menschen mit psychischen Erkrankungen individuell zu begleiten sei am wichtigsten, damit die Wiedereingliederung in den Beruf gelingt. Denn, so Psychologin Plössl:

OT 24:

Plössl: Das ist, glaube ich, das Hauptkennzeichen der gesamten Gruppe von Menschen mit psychischen Erkrankungen. Dass es nicht eine gemeinsame Eigenschaft gibt oder ein Problem, dass alle gleichermaßen haben. Wenn Menschen offensichtlichere Behinderungen haben, körperlicher Natur oder Sinnesbehinderungen, dann ist das sehr viel leichter nachvollziehbar. Was können Sie denn nicht? Wo brauchen Sie Unterstützung? Durch welche anderen Hilfsmittel können Sie das vielleicht auch leichter bewältigen?

Sprecherin:

Ein Arbeitnehmer mit Rückenbeschwerden kann durch eine Hebehilfe oder einen ergonomischen Bürostuhl unterstützt werden. Bei psychischen Erkrankungen geht es nicht um technische Lösungen, sondern um Kommunikation und Begleitung.

OT 25:

Plössl: Bei psychischen Erkrankungen bestehen die Barrieren einfach nicht in der äußeren Umwelt, sondern die Barrieren bestehen in den Herzen und Köpfen, das muss man klar sehen. Es sind Ängste, es ist Selbst-Unsicherheit, ist fehlende Selbsteinschätzung. Schlechte Erinnerungen an früher, Probleme mit Emotionen umzugehen, Grübeln, bestimmte Gedanken, die immer wieder kommen.

Sprecherin:

Eigentlich schreibt der Gesetzgeber auch für die psychische Belastung eine sogenannte Gefahrenbeurteilung des Arbeitsplatzes vor. Doch viele Führungskräfte wissen nicht, wie sie die Gefahr überhaupt korrekt beurteilen können. Auch hier helfen die Jobcoaches von Rubikon. Carolin Stemmler:

OT 26:

Stemmler: Uns ist im Wesentlichen wichtig, dass wir in der Kommunikation mit Arbeitgebern den Punkt hervorheben, dass es sich um Menschen mit einer psychischen Symptomatik handelt nach stattgefundener Erkrankung, die den Mut haben, wieder ins Arbeitsleben einzusteigen. Wir nennen keine spezifischen Diagnosen, sondern beschreiben eher den Hilfebedarf.

Sprecherin:

Für Georg Schmidt ist der Wiedereinstieg in den Beruf mit Rubikon eine Erfolgsgeschichte:

OT 27:

Schmidt: Das fing an mit – ich glaube drei Stunden am Tag, und das wurde dann langsam gesteigert. Von Monat zu Monat wurde es ein bisschen mehr, was auch ziemlich sinnvoll war. Einfach, dass man seine Leistungsgrenzen kennenlernen konnte, das herausfinden konnte: Okay, bis zu der Stundenanzahl pro Woche kann ich meine Arbeit gut erledigen, ohne dass ich meine Ressourcen so auslauge, dass es dann nicht mehr geht. Aber am Ende habe ich dann doch wieder Vollzeit arbeiten können.

Sprecherin:

Solche Projekte zum Wiedereinstieg sind eine große Chance. Dennoch bleibt die Frage: Was ließe sich tun, damit psychisch kranke Menschen gar nicht erst arbeitslos werden?

Nicht nur der soziale Schaden für die Betroffenen ist immens, auch die volkswirtschaftlichen Kosten. Die Bundesanstalt für Arbeit und Arbeitsmedizin hat erhoben, dass im Jahr 2018 über 90 Millionen Krankheitstage auf psychische Erkrankungen zurückzuführen sind. Die daraus resultierenden Kosten für Behandlung und Krankengeld schlagen mit 44,4 Milliarden Euro pro Jahr zu Buche. Dazu kommen Kosten für den Produktionsausfall, die sich auf 13,3 Milliarden Euro belaufen. Eigentlich müsste das Grund genug sein, die Unterstützung für psychisch kranke Menschen zu optimieren. Doch dies ist nicht immer der Fall. Ute Engelbach vom Universitätsklinikum Frankfurt verweist auf die mangelnde Vernetzung der Unterstützungsangebote:

OT 28:

Engelbach: Die Klinik, die guckt aus ihrer Perspektive und ist wenig zum Beispiel mit dem BEM, mit dem betrieblichen Eingliederungsmanagement in Kontakt, der Betrieb, der ist wiederum auf die Eingliederung orientiert, wenig mit den Kliniken. Da sind auch gar keine Strukturen in unserem Gesundheitssystem dafür wirklich vorhanden.

Sprecherin:

Dazu kommt, dass viele niedergelassene Psychologen wenig Augenmerk auf die Arbeitsprobleme ihrer Klienten legen. Das Kompetenzzentrum für seelische Gesundheit am Arbeitsplatz am Universitätsklinikum Ulm erforscht, wie diese Lücke zu schließen sein könnte. Ein Ansatz, der dort entwickelt wurde, ist die Psychosomatische Sprechstunde im Betrieb. Eva Rothermund, Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und Oberärztin am Uniklinikum Ulm erläutert.

OT 29:

Rothermund: Also, das heißt ein Betriebsarzt zum Beispiel merkt, da gibt es einen Mitarbeiter. Der hat sich gemeldet, weil das Klima am Arbeitsplatz nicht gut ist, oft weil es zieht. Und dann unterhalten die sich mit dem Betroffenen und merken: Tatsächlich stimmt das Klima an der Stelle nicht. Aber es ist nicht die Zugluft,

sondern vielleicht ein anderes Thema. Also wir sind in Betriebe geholt worden in der Regel, wenn Führungskräfte oder Betriebsmediziner sensibel für dieses Thema sind.

Sprecherin:

Die Erfahrungen mit dieser Betriebsprechstunde sollen zeigen, ob es hilfreich ist, wenn Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer schon früh erreicht werden, also nicht erst, wenn der Druck so groß ist, dass sie aus dem Arbeitsleben herausfallen. Die ersten Erfahrungen sind vielversprechend:

OT 30:

Rothermund: Wir sehen deutlich mehr Leute, die in einem Risiko-Bereich lediglich sind, also die noch nicht krank sind. Aber diese merken, da gerät gerade was aus dem Gleichgewicht, wenn wir ins Unternehmen gehen. Und spannender Weise ist aber doch so knapp die Hälfte auch tatsächlich so, dass man denkt na ja, vom Fragebogen her ist recht wahrscheinlich, dass die Diagnosen haben und auch so 20 Prozent im Betrieb, die wirklich eine schwere Erkrankung haben.

Sprecherin:

Die Betriebsprechstunde ist ein niedrighschwelliges Angebot. Die Betroffenen müssen sich nicht selbst auf die Suche nach Hilfe machen, und ihr Anliegen bleibt anonym, sprich die Kollegen und Vorgesetzten wissen nicht, was der Anlass des Gesprächs mit dem Betriebsarzt ist. Vor allem der frühe Zeitpunkt, zu dem die Betroffenen Hilfe erhalten, ist eine große Chance, so Rothermund:

OT 31:

Rothermund: Die haben noch diesen Handlungsspielraum. Also die haben noch einen strukturierten Tag. Die haben zum Teil auch noch eben positive Erlebnisse im Job. Also da ist einfach die, ja, die Kraft und Energie, sich einen guten Therapeuten zu suchen, ganz anders da. Da ist noch deutlich mehr möglich.

Sprecherin:

Auch in den Betrieben selbst findet ein Umdenken statt. Der Leiter des Fachreferats für psychische Gesundheit Ulrich Birner beschreibt die Vorgehensweise beim Siemens-Konzern:

OT 32:

Birner: Wir haben Führungskräfte interviewt und sie gefragt, wie kompetent sie sich speziell bei dem Thema psychische Gesundheit bei der Mitarbeitenden fühlen. Und sie haben uns bestätigt, dass es für sie ein sehr wichtiges Thema ist, dass sie aber sehr wenig Kompetenz darin haben, dass sie gerne mehr lernen würden. Aber dass dieses Lernen sich auch gut in ihren Arbeitsalltag einfügen muss und das am allerbesten selbstgesteuert stattfinden sollte. Und so sind wir auf das Format gamifizierter Lernprogramme gekommen.

Sprecherin:

Das Lernprogramm ist Teil des Siemens-Konzepts „Breaking the Silence“, das sich zum Ziel gesetzt hat, psychische Erkrankungen weniger zu stigmatisieren.

OT 33:

Birner: Dazu gehören neben anderem auch zum Beispiel Poster-Kampagnen, die Mitarbeiter an den Standorten anregen, über das Thema psychische Gesundheit nachzudenken, die ihnen Informationen liefern, die sie vorher vielleicht nicht hatten. Und die so ganz sanfte Impulse auch geben zum Beispiel Kollegen einfach mal zu fragen wie geht's dir denn wirklich. Dieses „wie geht's dir wirklich“ war etwas, was sehr, sehr gut angenommen wurde und was man auch jetzt, sozusagen in den Fluren noch häufiger hört.

Sprecherin:

Auch Filme mit Firmenmitarbeitern entstanden, in denen diese ihre Krankengeschichte erzählen und ihre Kolleginnen und Kollegen ermuntern, offener mit psychischer Erkrankung umzugehen. Diese Ansätze sind ein erster Schritt, doch Ulrich Birner sieht, dass es grundlegender Änderungen bedarf, um psychisch kranken Menschen im Beruf gerecht zu werden:

OT 34:

Birner: Menschen mit psychischen Erkrankungen sind sehr wohl noch in vielen Bereichen leistungsfähig, und Arbeit an und für sich ist ein gesundheitsförderlicher Faktor. Heute sagt man ein salutogener Faktor. Und solange jemand krankgeschrieben ist, verzichtet er oder sie natürlich auch in gewisser Weise auf diese Möglichkeit, über Arbeit wieder Selbstbewusstsein zu entwickeln, dem Tag Struktur zu geben, in Kontakt mit anderen zu kommen.

Sprecherin:

Die Bemühungen der Betriebe, psychisch kranke Mitarbeiter zu unterstützen, sind wichtig. Gleichzeitig finden sie in einer Zeit statt, in der Motivation und Hingabe an den Beruf zu neuen Paradigmen geworden sind. Die ideale Mitarbeiterin muss nicht nur leistungsstark sein, sondern ununterbrochene Leidenschaft für ihren Beruf ausstrahlen. Dieses Spannungsfeld sieht auch Eva Rothermund:

OT 35:

Rothermund: Es kann nicht darum gehen, dass wir, wenn wir in den Betrieb gehen, dabei helfen, dass Leute einfach noch fitter, noch stressresilienter werden und die Arbeitsbedingungen sich dadurch nicht ändern müssen, Und da ist es wichtig, immer wieder den kritischen Blick drauf zu haben und da nicht als Feigenblatt zu fungieren oder nicht als Erfüllungsgehilfe von einer Wirtschaft, die versucht, immer noch mehr aus Menschen rauszupressen, also auch da nachhaltig zu sein.

Sprecherin:

Einerseits brauchen Menschen mit psychischen Erkrankungen Hilfe und Unterstützung. Andererseits bleibt die Frage: Ist es der richtige Weg, die Probleme zu individualisieren und die Verantwortung allein bei den Betroffenen zu belassen? Wäre es nicht ebenso wichtig, die Arbeitsbedingungen zu hinterfragen, die in einem beträchtlichen Teil der Fälle Auslöser für eine Erkrankung sind? Oder wie Sozialpädagoge Klaus Obert von der Caritas es formuliert:

OT 37:

Obert: Also ich glaube, es kommt darauf an, dass es um Humanisierung der Arbeitswelt geht, es kommt darauf an, dass die Arbeit für den Menschen da ist und die Menschen nicht für die Arbeit. Manchmal denke ich, dass das, was wir gemeinsam mit der Selbsthilfe in den verschiedenen Projekten entwickeln genau das ist, was wir vielleicht im größeren Stil bräuchten, dass wir gemeinsam mit den Menschen überlegen, was für eine Arbeit, was für eine Tätigkeit benötigen sie, dass sie einigermaßen gesund bleiben.

Sprecherin:

Viele sehen psychisch kranke Menschen zumeist nur mit ihren Defiziten. Wir könnten sie aber auch als hochsensible Indikatoren wahrnehmen, die zeigen, wo unsere Arbeitswelt sich weiterentwickeln sollte. Die Psychologin Irmgard Plössl hat hierfür ein gutes Beispiel:

OT 38:

Plössl: Ich habe einen Klienten, der sich wirklich konkret als Teststäbchen bezeichnet hat, mir gegenüber. Der sagte: Frau Plössl, ich bin dein Teststäbchen. Ich merke immer gleich, wenn es irgendwie nicht stimmt am Arbeitsplatz, wenn da negative Schwingungen sind oder schlechte Einflüsse. Mir schlägt das gleich aufs Gemüt. Ich kann dann nicht mehr.

Sprecherin:

Wenn die Arbeitsbedingungen nicht gut sind, belastet das letztlich nicht nur Menschen mit psychischen Erkrankungen. Alle anderen leiden auch darunter. Sie halten es nur länger durch.

* * * * *