

**Veranstaltung Prävention – Erhalt der seelischen Gesundheit von  
Arbeitnehmern/Arbeitnehmerinnen 15.10.2014  
Martin Kraus, Dipl.-Psychologe**

## Einführung

Am 09. September fand die Auftaktveranstaltung unserer Herbst-Trilogie Seelische Gesundheit im Arbeitsleben statt. In der vergangenen „Woche der seelischen Gesundheit“, die anlässlich des 25-jährigen Bestehens des Stephanuswerk stattfand, konnten wir weitere vielfältige Erkenntnisse und Erfahrungen zum Thema sammeln.

Zur Einleitung in das heutige Thema fasse ich einige wesentliche Ergebnisse zusammen und ergänze sie um einige Aspekte, die Martin Dornes in seinem Buch „Die Modernisierung der Seele“ zusammengeführt hat:

Während die jährlichen AU-Tage in den vergangenen zehn Jahren insgesamt gleich geblieben sind, sogar tendenziell gesunken, so ist der Anteil an diagnostizierten psychischen Erkrankungen massiv gestiegen. In den vergangenen zehn Jahren stieg der Anteil der Arbeitsunfähigkeitstage aufgrund der Diagnose psychischer Erkrankungen von 6,6 auf 13,1%. Diagnostizierte Angststörungen nahmen um 27% zu, diagnostizierte Depressionen um 42%.

Aufgrund der vielfältigen Schreckensbilder in den Medien hinsichtlich der Entwicklung der seelischen Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen entstand der Eindruck eines deutlichen Anstiegs von seelisch Erkrankten in der Bevölkerung. *Dies ist jedoch nicht der Fall!* Die Inanspruchnahme unseres Gesundheitswesens und die damit verbundene Diagnosestellung von psychischen Erkrankungen ist nicht gleichzusetzen mit einer Zunahme der seelisch Erkrankten in der Gesamtbevölkerung. Zumindest für die westlichen Industrienationen gilt seit fast 100 Jahren, dass 20 bis 30% der Erwachsenen seelische Erkrankungen aufweisen wobei die Hälfte, d.h. 15% aller aufgrund der Schwere und der Dauer der Erkrankung behandlungsbedürftig sind.

Psychische Erkrankungen werden im historischen Vergleich ähnliche bis gleiche Ursachen zugeschrieben, so die jeweils moderne Arbeitswelt (Industrialisierung), gesteigerte Arbeitsbelastungen, zunehmende Lebensgeschwindigkeit und einen Unsicherheiten auslösender Zuwachs an persönlichen Freiheiten. So war es vor 100 Jahren bei der Diagnose der Neurasthenie, so ist es in unseren heutigen Zeiten bei dem Thema Burn out. Die gesellschaftlichen Bedingungen und hier im Besonderen die Bedingungen im Arbeitsleben und in der Arbeitslosigkeit sind die **Auslöser** und nicht die Ursachen für psychische Erkrankungen.

Betrachtet man die lebenslange Prävalenz von psychischen Erkrankungen und nicht nur einen Zeitpunkt oder einen begrenzten Zeitraum, so ist von 30% der Menschen auszugehen, die in ihrem Leben zeitweise von psychogenen Erkrankungen betroffen sind. Knapp die Hälfte aller Erwachsenen bleibt lebenslang von psychogenen Erkrankungen verschont.

In der Bevölkerung sind seelische Erkrankungen immer noch deutlich tabuisiert und Betroffene aufgrund ihrer Stigmatisierung besonderen Herausforderungen und Anstrengungen ausgesetzt sich wieder zu erholen und sich im Alltag/Arbeitsleben zu integrieren. Dies mag mit der Laienmeinung im Zusammenhang stehen, dass psychische Erkrankungen nicht/kaum heilbar seien. Professor Dr. Schulz hat dies in seinem Vortrag zum Thema „Recovery“ widerlegt, in dem er Studien präsentierte, die eine Genesungsquote von 40% bis 80% belegen.

Insgesamt stellen wir eine zunehmende Sensibilisierung in der Bevölkerung für erlebte psychische Belastungen, psycho-somatische Reaktionsweisen sowie die Bereitschaft fest, sich aus diesen Gründen auch behandeln und krankschreiben zu lassen. Dies kann ein Zeichen für stattgefundene Enttabuisierung sein.

Die gegebenen Bedingungen im Arbeitsleben sind wie beschrieben nicht die Ursachen für die Entwicklung psychischer Erkrankungssymptome, können aber sehr wohl **Auslöser** für Verunsicherung, erlebten Stress, Überforderung, und Angst sein. Auf sie kann im betrieblichen Alltag entsprechend Einfluss genommen werden.

Insofern ist es von überragender Bedeutung und im gesamtgesellschaftlichen und betrieblichen Interesse Krankheiten generell vorzubeugen und genesende Betroffene wieder schnell betrieblich einzugliedern.