

Arbeit und Psychische Krankheiten

Zukunftsfähige Arbeit gesund gestalten- Wiesbaden 4.2.2009





Management

**Arbeit
und
psych.
Krank-
heit**

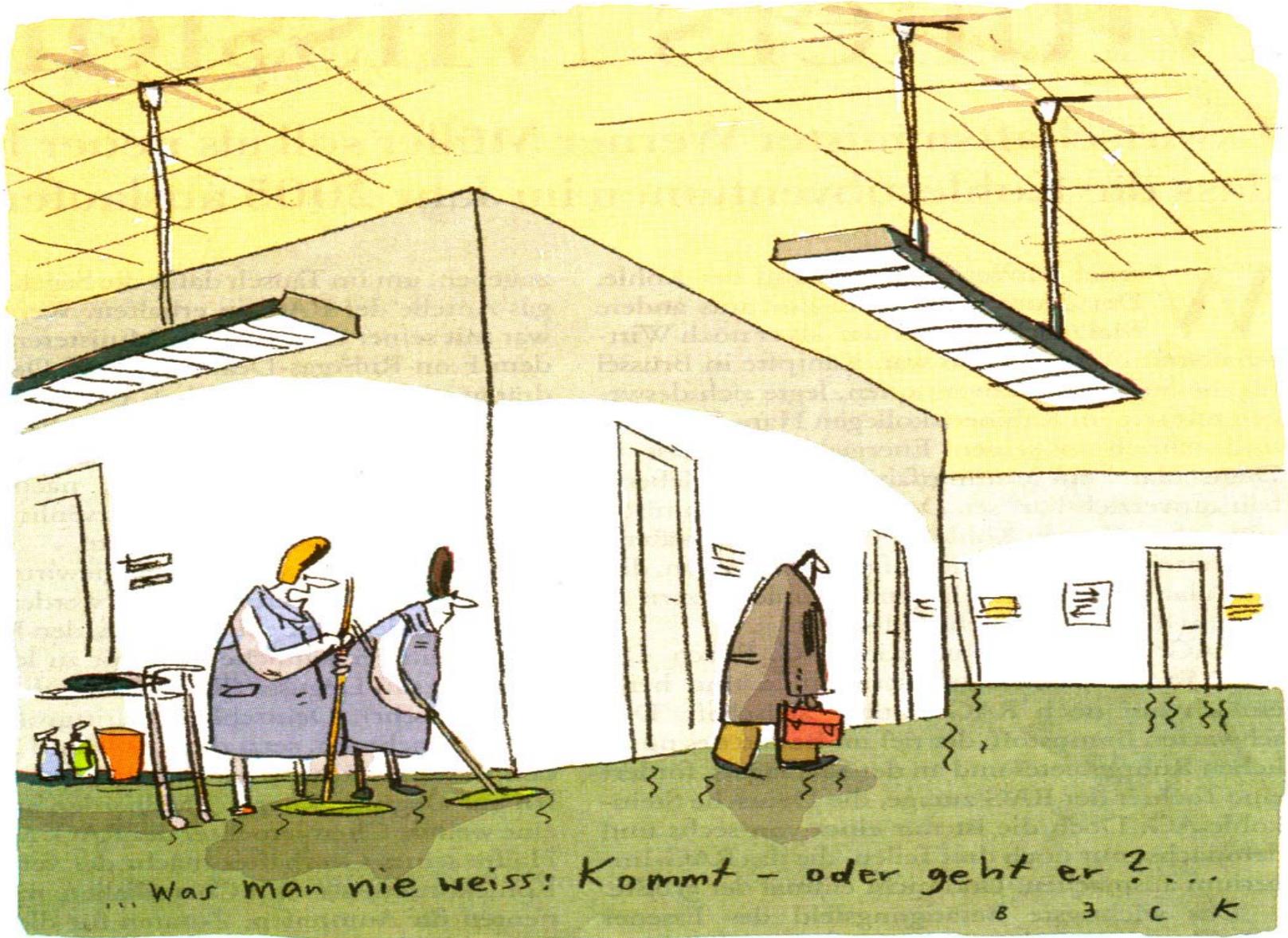
„Großes graues Thema“

© Th. Weber, HSK, Wiesbaden

- **Was bedeutet Arbeit?**
- Die Zeitungen wissen's – Statistik
- Was sind psychische Krankheiten,
- Was sind die Ursachen psychischer Krankheiten, wie entstehen sie?
- Betriebliche Ursachen
- Betriebliche Prävention und Intervention
- Betriebliches Gesundheitsmanagement als Allzweckwaffe
- Work life Balance



Der Arme Poet – Carl Spitzweg



Zeichnungen: Beck für DIE ZEIT

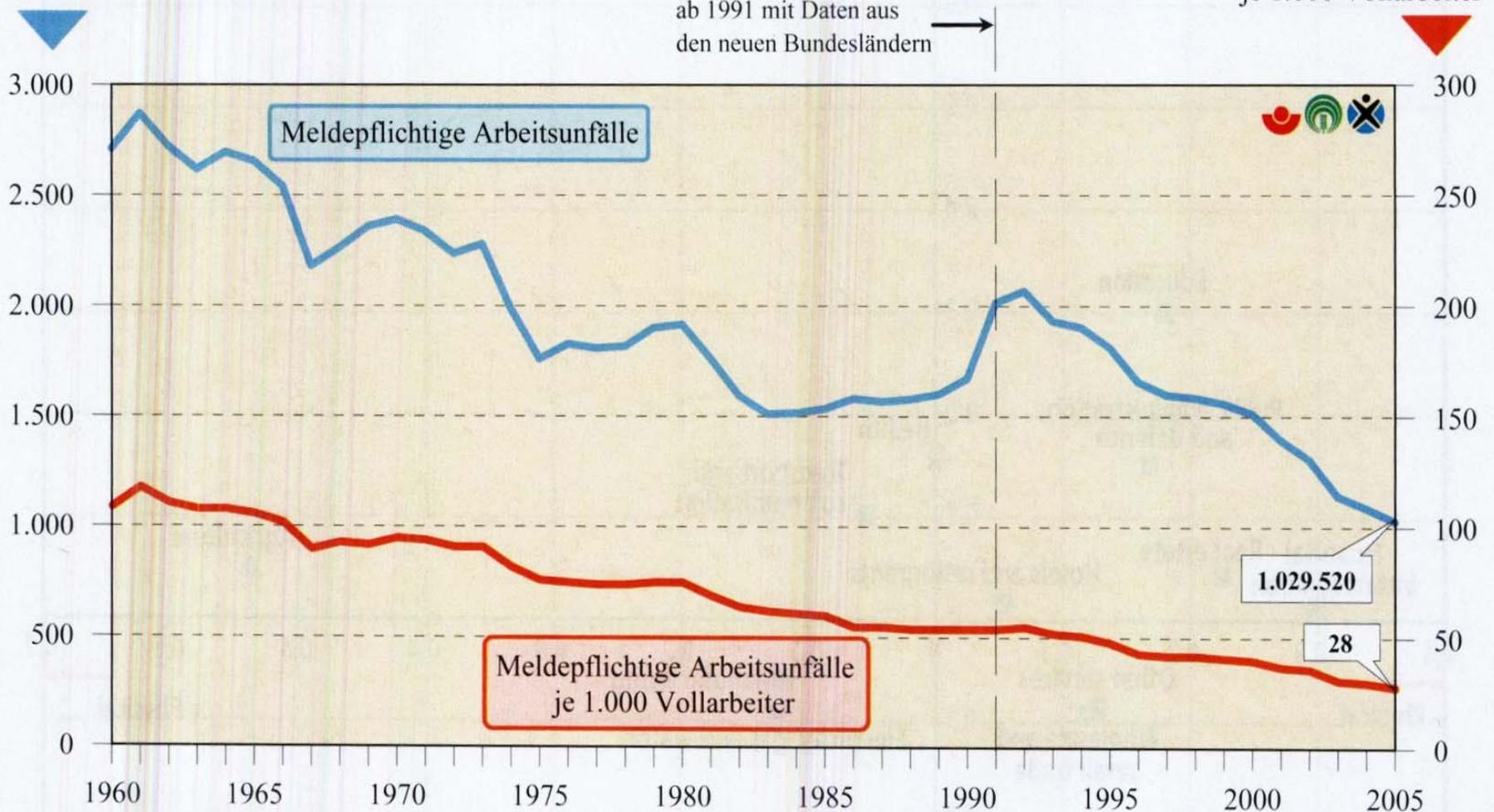
Workaholic

- Was bedeutet Arbeit?
- **Die Zeitungen wissen's – Statistik**
- Was sind psychische Krankheiten,
- Was sind die Ursachen psychischer Krankheiten, wie entstehen sie?
- Betriebliche Ursachen
- Betriebliche Prävention und Intervention
- Betriebliches Gesundheitsmanagement als Allzweckwaffe
- Work life Balance

Arbeitsunfälle BRD 1960 bis 2005 im Verlauf

Meldepflichtige Arbeitsunfälle
in Tsd.

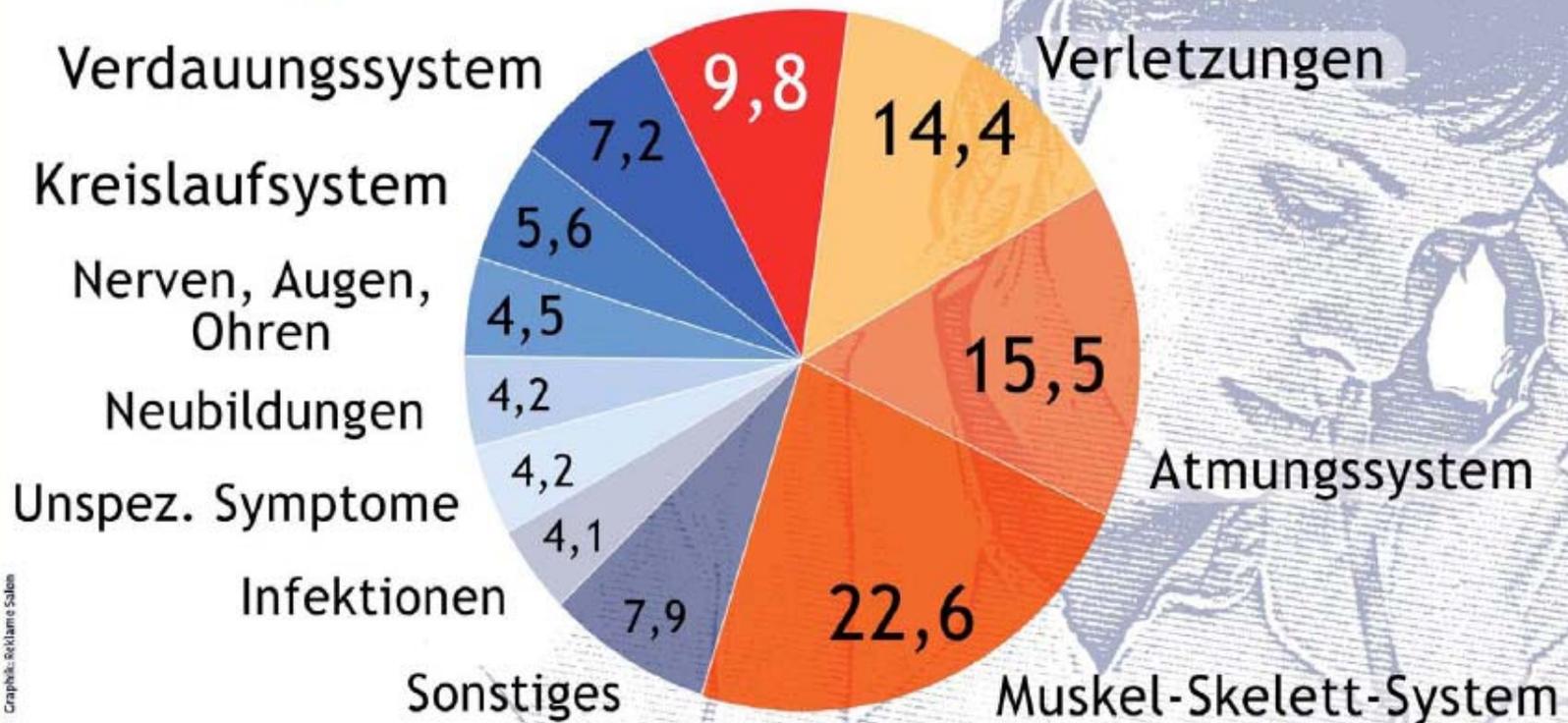
Meldepflichtige Arbeitsunfälle
je 1.000 Vollarbeiter



Krankenstand 2004 nach Diagnosen

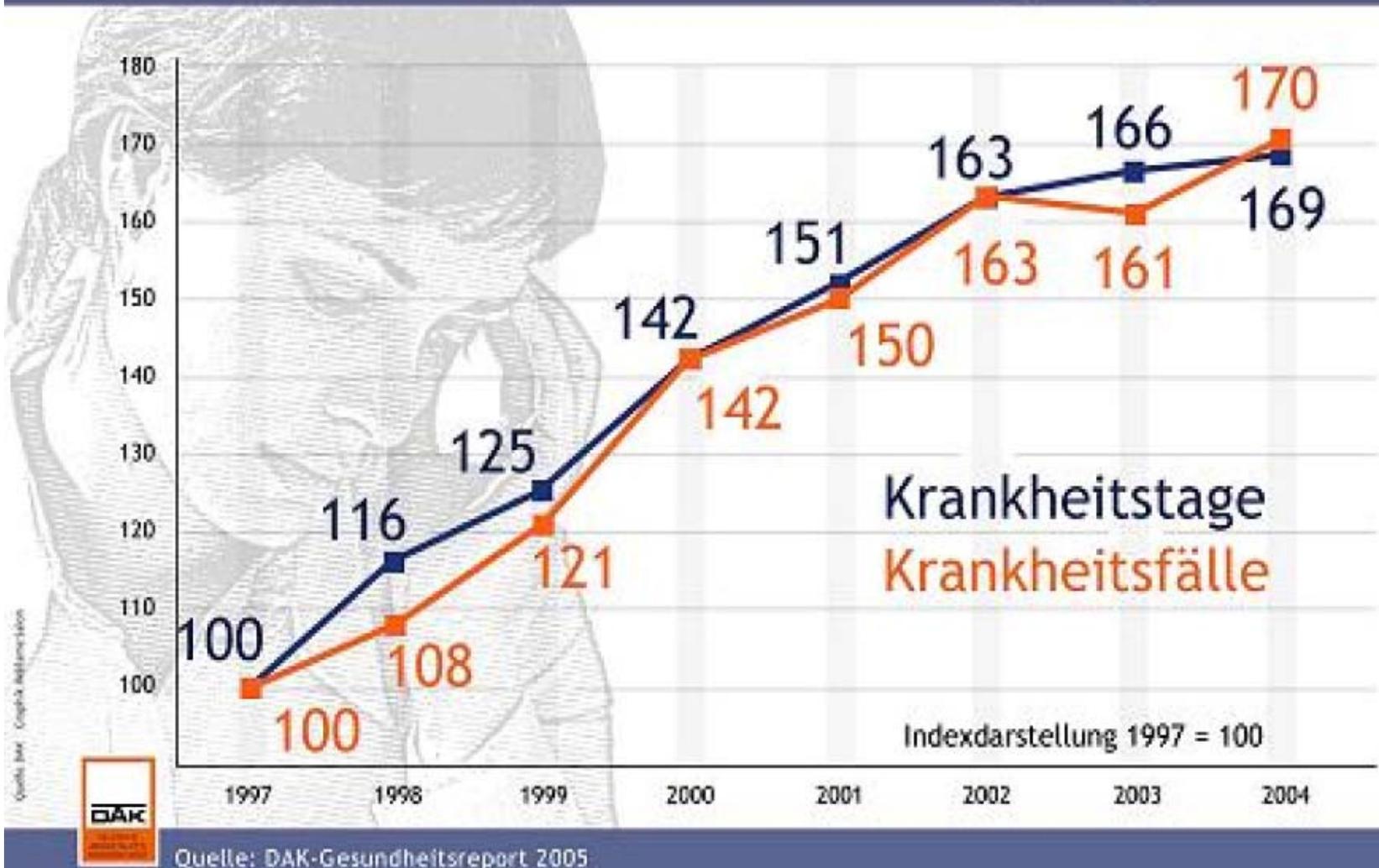
Prozentualer Anteil der wichtigsten Krankheitsarten an AU-Tagen

Psychische Erkrankungen



Psychische Erkrankungen steigen dramatisch

Krankheitsfälle seit 1997 um 70 Prozent gestiegen





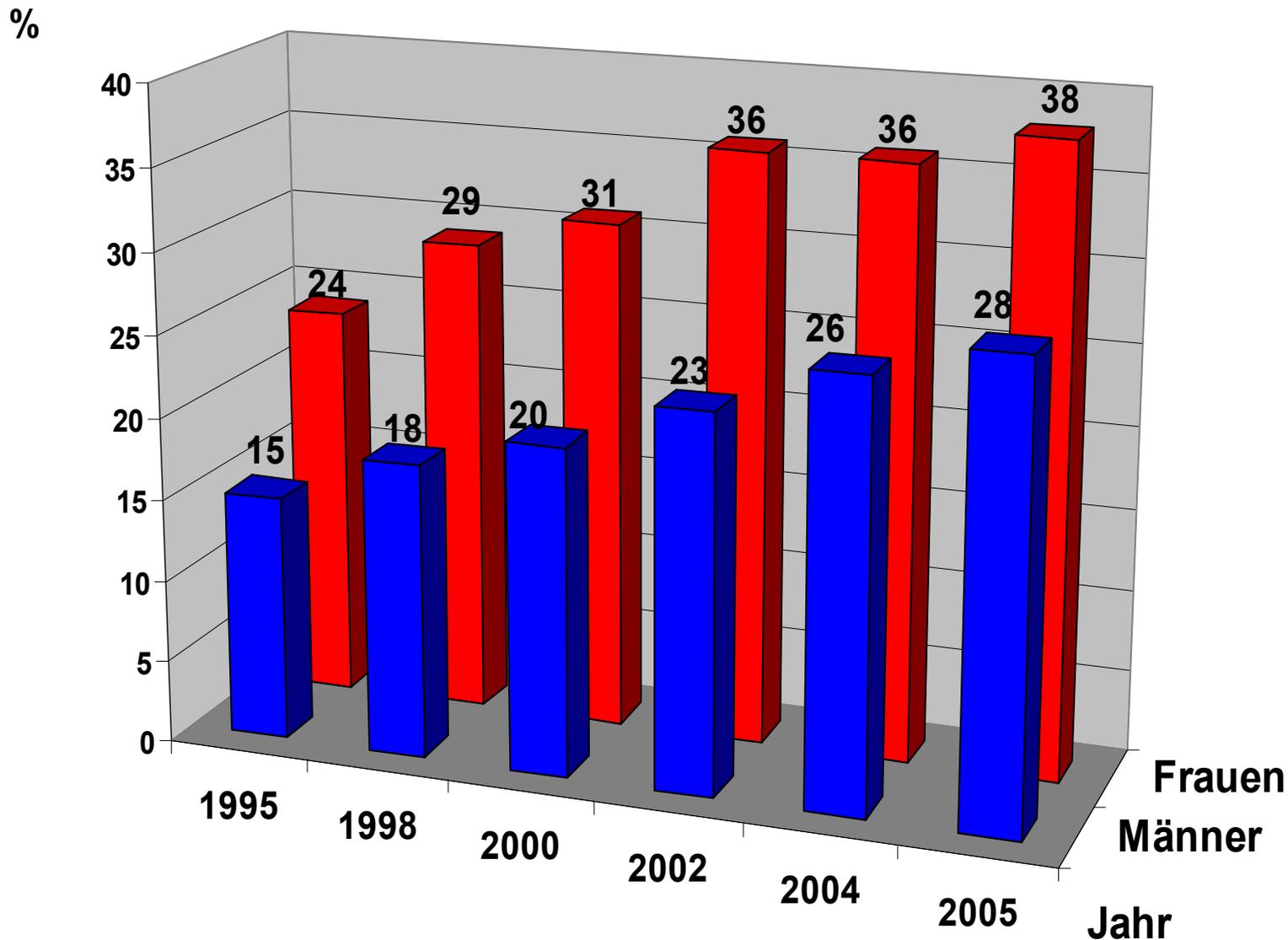
Behandlungstage im Krankenhaus

Durchschnittliche Verweildauer bei psychischen Störungen 2007

20 Tage Männer, vor allem wegen Alkoholkrankheit

24 Tage Frauen vor allem wegen Depressionen

Frühberentung Anteil psychischer Erkrankungen BRD



Th. Weber nach VDR/DRV- Statistik Rentenzugänge

Zunahme psychischer Erkrankungen real ?

- **Zunahme Arbeitsbelastung (Termindruck, komplexe Anforderungen)**
 - **Wenig Handlungsspielraum, problematische Führungsstrukturen**
 - **Zunahme von Konflikten, Mobbing, Aggression**
 - **Wachsende Zahl unsicherer Arbeitsplätze, Arbeitslosigkeit**
 - **Schnelle Veränderungen der Arbeitswelt (Fusion, Globalisierung)**
 - **Fehlende Nachhaltigkeit und Planbarkeit de Zukunft**
-
- **Höhere Belastungen durch Wegfall sozialer Strukturen/Unterstützung**
 - **Zunahme frühkindlicher Konflikte, Entwicklungsstörungen**
 - **Lebensstil, Fehlende Work-Life-Balance, Kommunikationsdefizite**
 - **Wegfall von Sinnggebungskonzepten, Zunahme Individualisierung**
 - **Primat der Ökonomie aller Lebensbereiche, Wettbewerbsgesellschaft**
 - **24-Stunden-Gesellschaft**

- **Was bedeutet Arbeit?**
- **Die Zeitungen wissen's – Statistik**
- **Was sind psychische Krankheiten**
- **Was sind die Ursachen psychischer Krankheiten, wie entstehen sie?**
- **Betriebl. Phänomene: Demotivation, Mobbing, Burn out, Fehlzeiten**
- **Betriebliche Prävention und Intervention**
- **Betriebliches Gesundheitsmanagement als Allzweckwaffe**
- **Work life Balance**

Krankheit ist die Normalität – nicht Gesundheit

Ergebnisse des bundesweiten Gesundheitssurveys 1998*

* Letzte 12 Monate, N = 7.221 Personen (18-65)

Psychische Störungen

		Psychische Störungen	
		ja	nein
Körperliche Erkrankung	ja	28,3%	36,4%
	nein	12,0%	23,4%

Körperliche Erkrankungen: ohne Bagatellerkrankungen (z.B. Erkältung)

Psychische Störungen: einschl. Schlafstörungen (>4 Wochen) & Nikotinabhängigkeit

Wittchen, H.-U., Pfister, H., et al. (2000). Zusatzsurvey "Psychische Störungen" (Bundesgesundheitsurvey 98): Häufigkeit, psychosoziale Beeinträchtigungen und Zusammenhänge mit körperlichen Erkrankungen. München: MPI

Psychische Störungen sind häufig

... der spinnt ja

... der ist verrückt

... der hat ´ne Macke

... die ist neurotisch

... der hat ´ne Depression ...

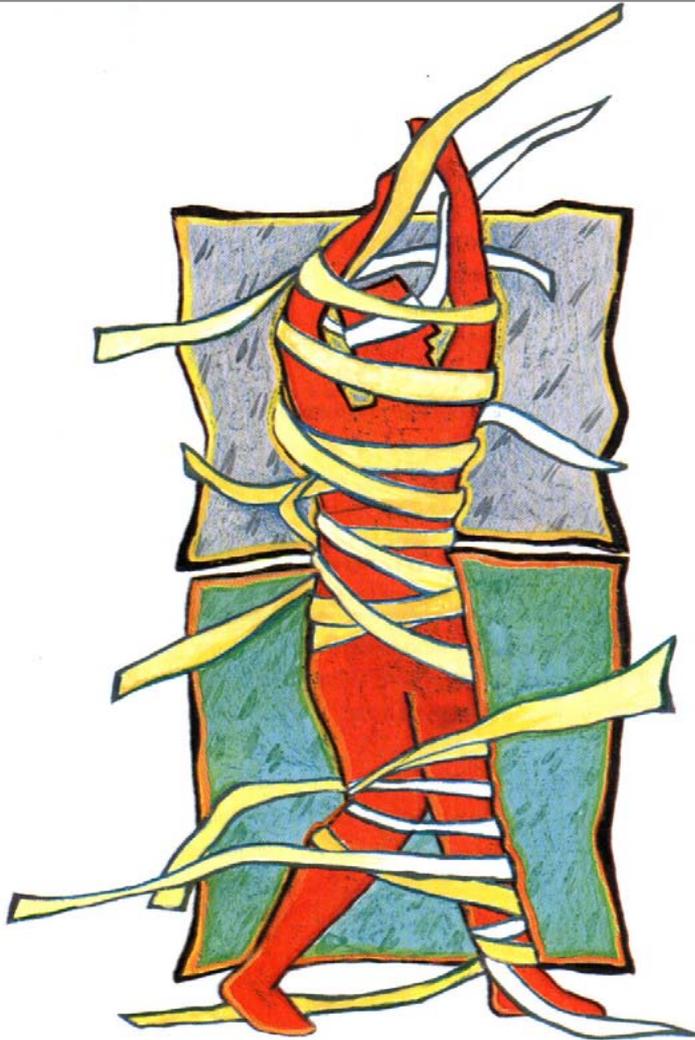
... die hat ´ne Prüfungsangst

*... die reagiert ja vollkommen
paranoid*

... der ist doch schizophren

STERN 6/2004

- ➔ **Es fällt schwer psychische Störungen als solche zu erkennen**
- ➔ **Es fällt schwer psychische Störungen zu verstehen**
- ➔ **Es fällt schwer Prävention zu betreiben**
- ➔ **Es fällt schwer psychisch Erkrankten zu helfen**



Erschöpfung

Vegetative Störungen

Psychosomatische Störungen

Sucht

Burn out

Depression

Angst- und Panikstörungen

Manische Depression

Borderline-Syndrom

Schizophrenie

- Was bedeutet Arbeit?
- Die Zeitungen wissen's – Statistik
- Was sind psychische Krankheiten
- **Ursachen psychischer Krankheiten, wie entstehen sie?**
- Betriebl. Phänomene: Demotivation, Mobbing, Burn out, Fehlzeiten
- Betriebliche Prävention und Intervention
- Betriebliches Gesundheitsmanagement als Allzweckwaffe
- Work life Balance

**„Beeinträchtigt^{es} psychisches Befinden
ist eine der häufigsten Ursachen für
mangelhafte
Arbeitsleistung und krankheitsbedingte
Abwesenheit von der Arbeit“**

International Labour Organisation (ILO 2000)

Belastung – Beanspruchung - Beanspruchungsfolgen

Empfänglichkeit

Bewältigungs-
fähigkeit

Arbeit, Umwelt

Belastung

individuell

Beanspruchung

© Th. Weber, Wiesbaden

Beanspruchungsfolgen

- ▶ **Krankheit**
- **Befindlichkeitsstörung**
- **Regulationsstörung**
- **Passager/dauerhaft messbare pathophysiologische Veränderung**
- ▶ **Fitness („trainiert“)**

Cofaktoren
extern/intern

Ressourcen

Resilienz, Coping
Soziale Unterstützung
Persönlichkeit
Fitness
Kompetenz
Kontroll- /Entscheidungsspielraum

Ansatz Prävention

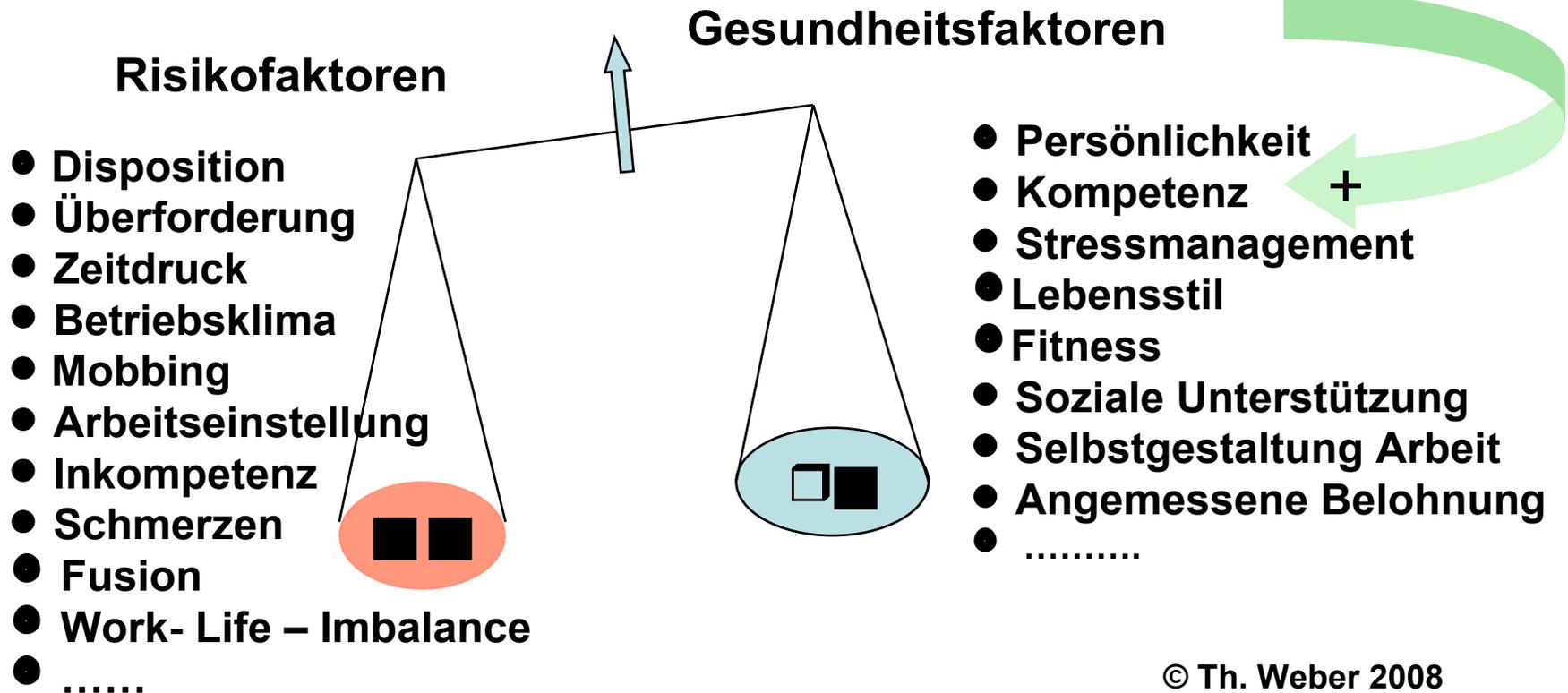
Ansatz Gesundheitsförderung

Psychische Gesundheit

Gesundheit: Zustand völligen körperlich, seelischen und sozialen Wohlbefindens (WHO)

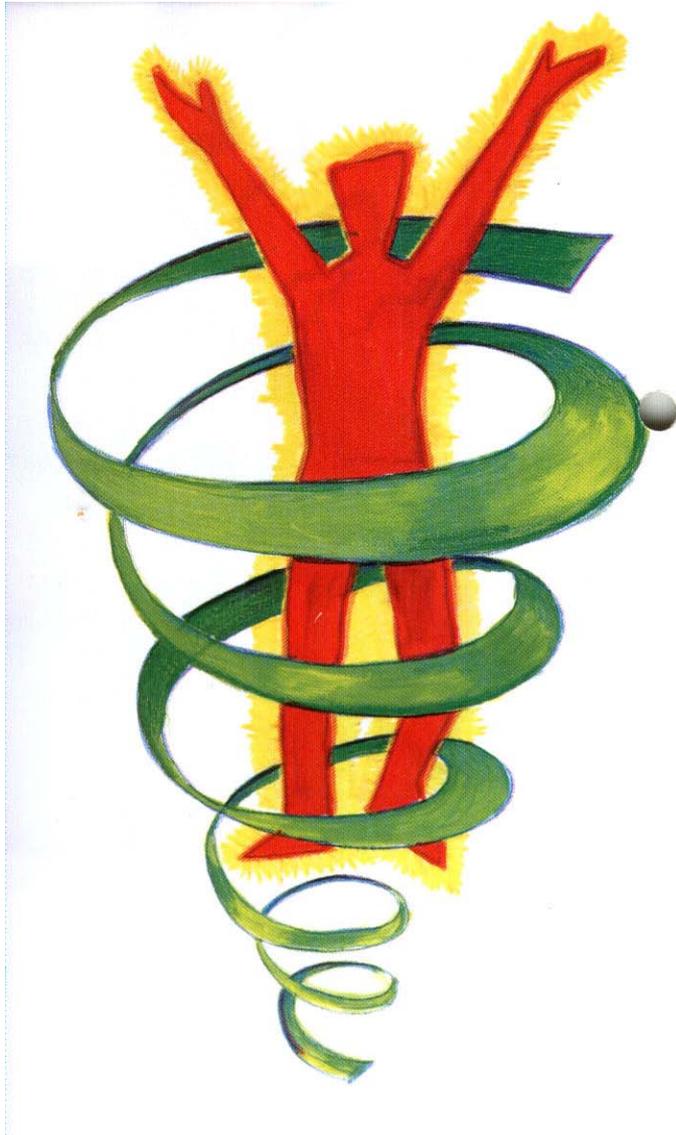
Gesundheit „salutogenetischer“ Aspekt statt nur Krankheitsprävention

© Th. Weber, Wiesbaden



© Th. Weber 2008

Stress



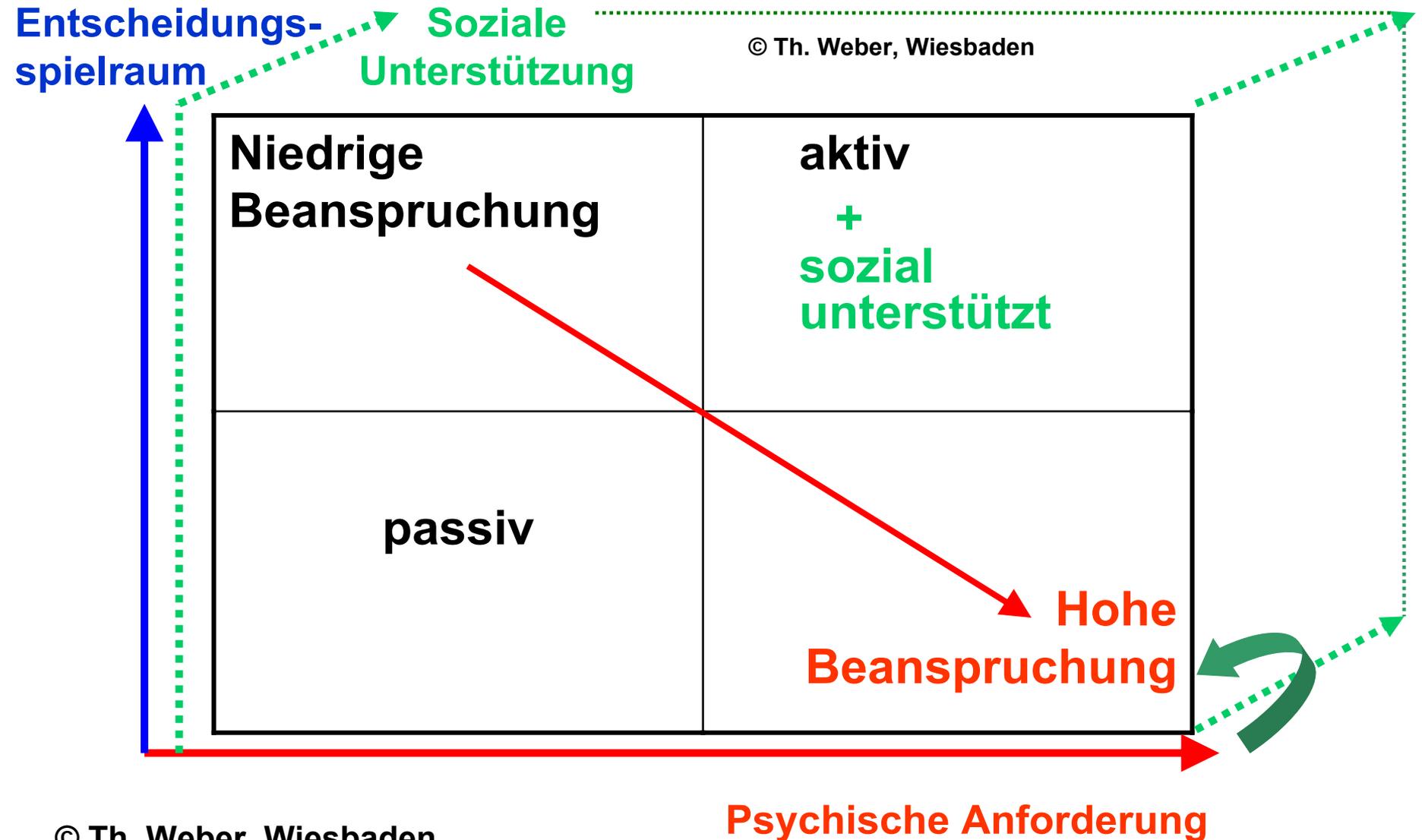
individuell



Job-strain- (Demand-control-) + Social support- Modell

(nach Karasek & Thorell & Johnson)

© Th. Weber, Wiesbaden

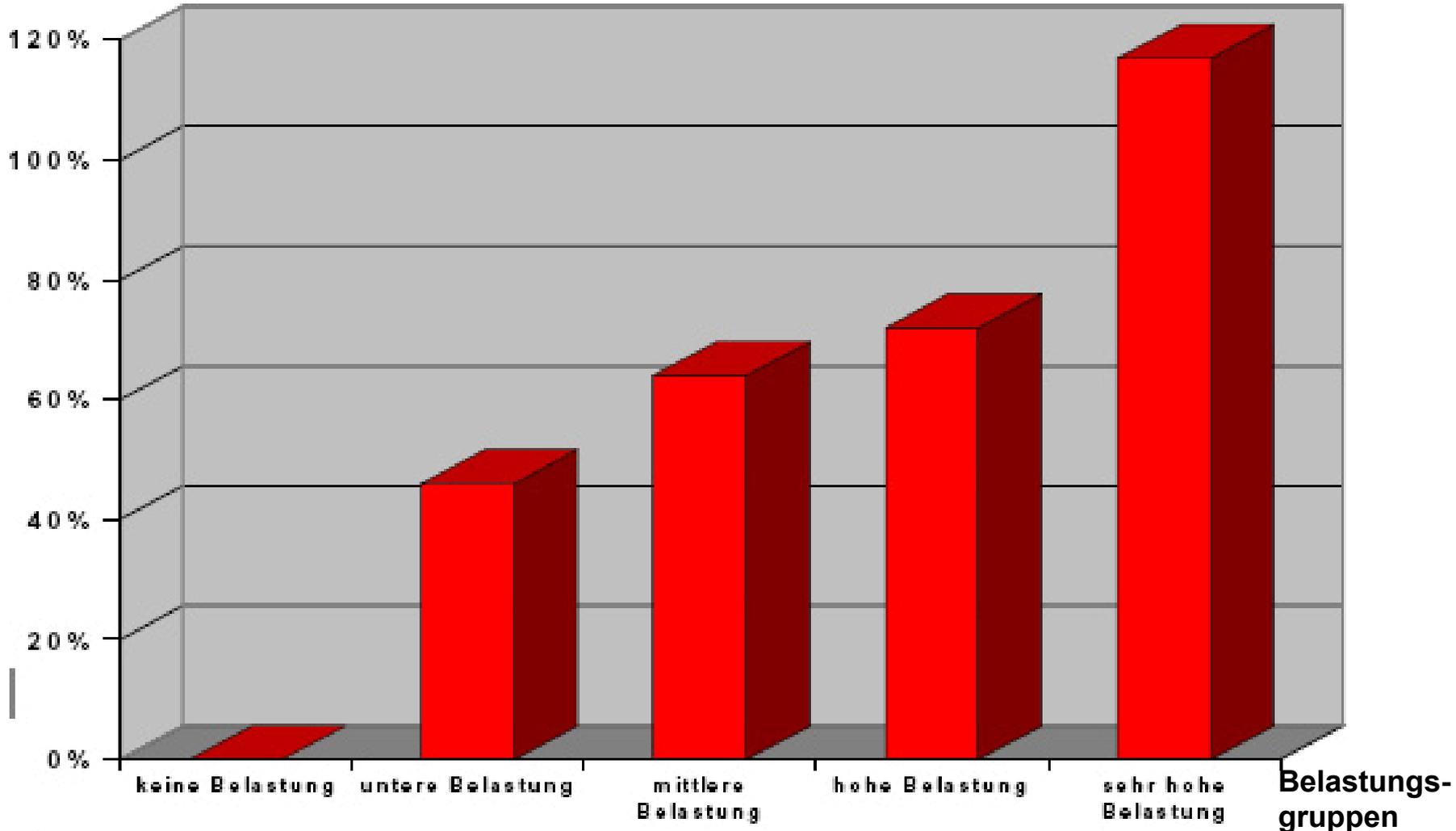


© Th. Weber, Wiesbaden

Psychische Belastungen und Arbeitsunfähigkeit (Mangelnder Handlungsspielraum, Arbeitsaufgaben, Monotonie)

Zusammenhang nach U. Westerhoff BKK/German Network for Mental Health 2008

Prozentuale
Zunahme



Krankenstand nur die Spitze des Eisbergs

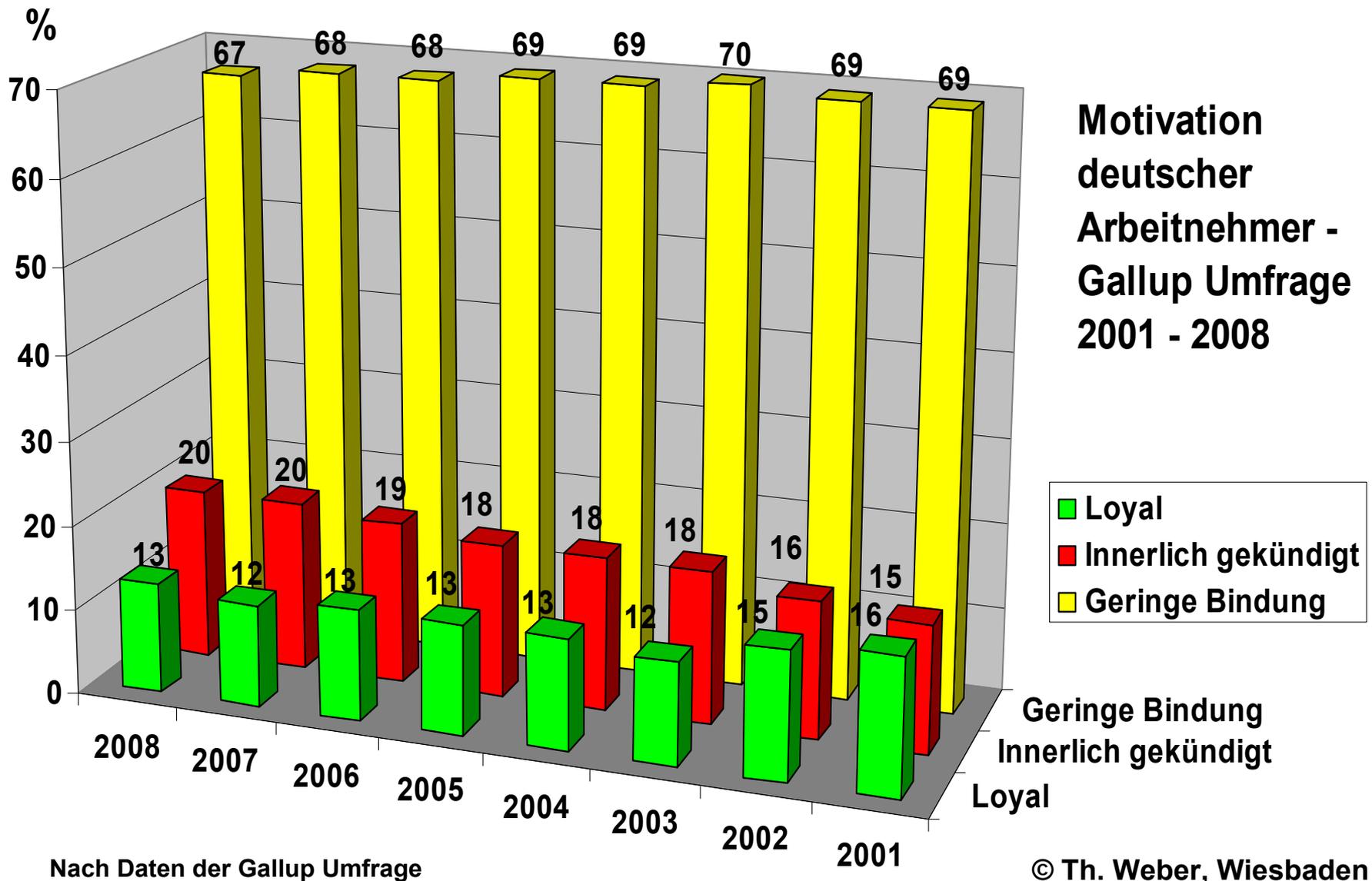


Krankheitshäufigkeit u.a. abhängig von

- **Körperlicher und seelischer Gesundheit**
- **Berufsbelastungen**
- **Motivation/Freude**
- **Betriebsklima/soziale Unterstützung**
- **Führungsverhalten Vorgesetzte und Verbindlichkeit**
- **Arbeits- und Organisationsbedingungen**
- **Soziale Schicht, Alter und Geschlecht**
- **Bildungsniveau**
- **Einkommen/Anerkennung**
- **Gestaltungsmöglichkeiten der Arbeit**
- **Anreizsystem, Sanktionen**
- **Unternehmenskultur der Nachhaltigkeit**

- **Was bedeutet Arbeit?**
- **Die Zeitungen wissen's – Statistik**
- **Was sind psychische Krankheiten,**
- **Was sind die Ursachen psychischer Krankheiten, wie entstehen sie?**
- **Betriebl. Phänomene: Demotivation, Mobbing, Burn out, Fehlzeiten**
- **Betriebliche Prävention und Intervention**
- **Betriebliches Gesundheitsmanagement als Allzweckwaffe**
- **Work life Balance**

Motivation deutscher Arbeitnehmer Gallup - Umfrage 2001-2008



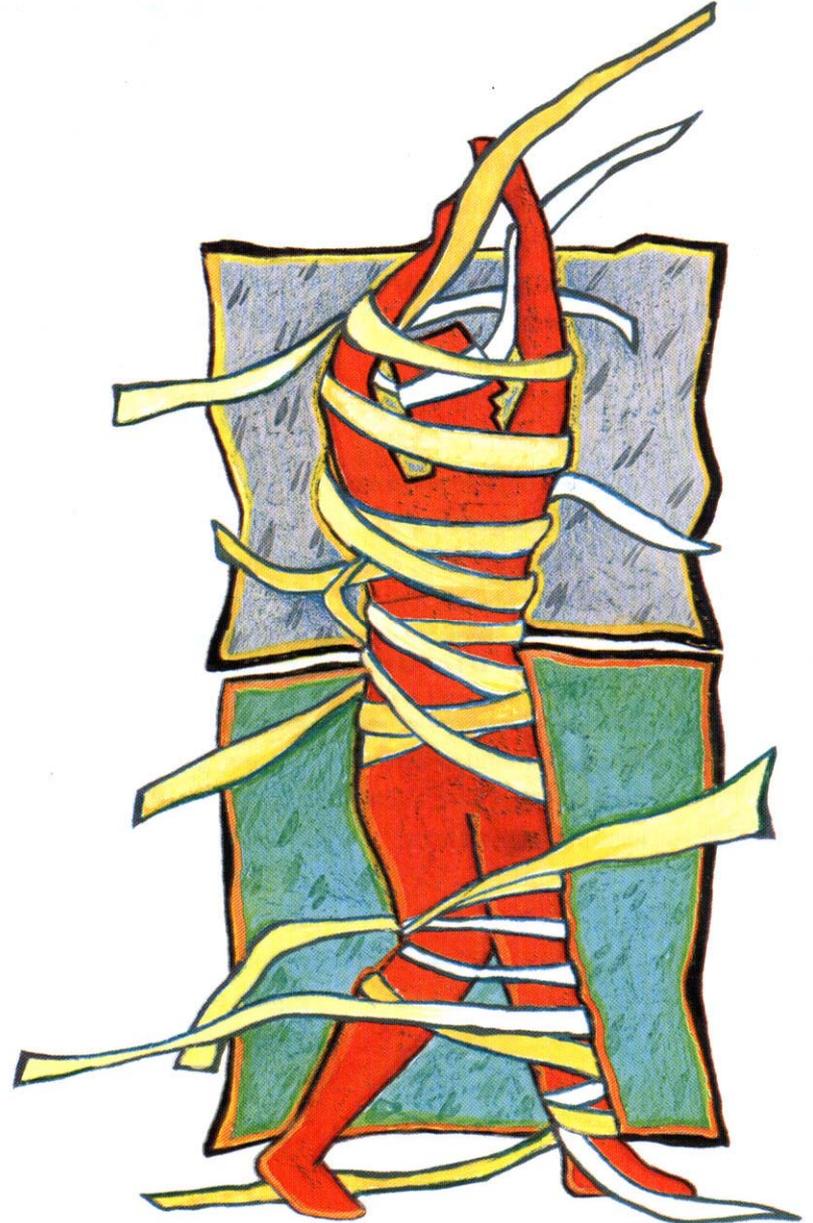
*„Unter Mobbing wird eine **konfliktbelastete Kommunikation** am **Arbeitsplatz unter Kollegen oder zwischen Vorgesetzten** und Untergebenen verstanden, bei der die angegriffene Person **unterlegen** ist und von einer oder einigen Personen **systematisch oft und während längerer Zeit** mit dem Ziel und/oder dem Effekt des Ausstoßes aus dem Arbeitsverhältnis **direkt oder indirekt angegriffen** wird und dies als **Diskriminierung** empfindet,*

Gesellschaft für psychosozialen Stress und Mobbing (GPSM)

Nach dieser Definition ist nicht jeder Konflikt oder Auseinandersetzungen unter Mitarbeitern am Arbeitsplatz als Mobbing zu verstehen.

Burn out („Ausgebranntsein“) I

- Folgezustand komplexer psychosozialer Belastung bei primär hohem Engagement und Erwartungshaltung
- in Berufen mit v.a. hoher sozialer Zuwendung und bestimmten Persönlichkeitsmerkmalen.
- Krankheitsbild mit protrahiertem Überlastungssyndrom und schleichender körperlicher, seelischer und geistiger Erschöpfung



- Was bedeutet Arbeit?
- Die Zeitungen wissen's – Statistik
- Was sind psychische Krankheiten,
- Was sind die Ursachen psychischer Krankheiten, wie entstehen sie?
- Betriebl. Phänomene: Demotivation, Mobbing, Burn out, Fehlzeiten
- **Betriebliche Prävention und Intervention**
- Betriebliches Gesundheitsmanagement als Allzweckwaffe
- Work life Balance

Prävention und Intervention bei psychischen Krankheiten

Notwendigkeit und Vorteile

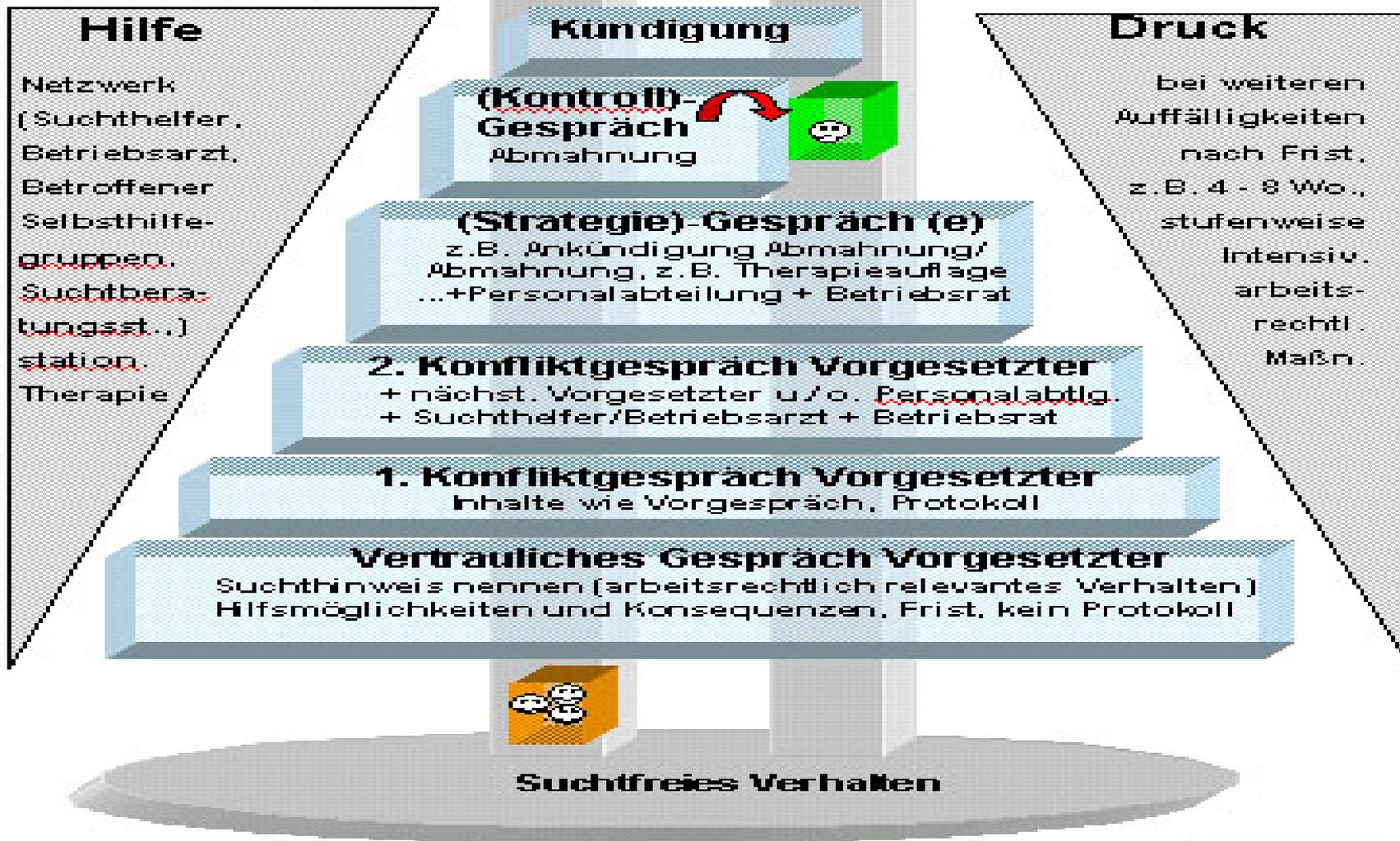
- ... sind durch die Arbeit mitbedingt → **Gesetzliche und soziale Verpflichtung**
- **Verursachen hohe Kosten durch Demotivation, Fehler und Fehlzeiten**
- **Produktivität sinkt, Betriebsklima ist beeinträchtigt**
- **Angesichts knapper und älter werdender Mitarbeiter besteht ein Ressourcenproblem**
- **Befindlichkeitsstörungen & psychische Erkrankungen sind ein entscheidendes Zukunftsproblem der Betriebe**
- **Beeinträchtigung Work-Life-Balance und Gesellschaft**

Stufenschema Sucht

Gestaltungsbeispiel im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Suchtverhalten

© Th. Weber, Wiesbaden



- **Arbeits- und Gesundheitsschutz mit**
 - **Verhältnis- und Verhaltensprävention am Arbeitsplatz**

- **Allgemeine Gesundheitsförderung**
 - **Bewegung, ● Ernährung, ● Stressmanagement**
 - **Konsummanagement, ● Sinnfindung**

- **Arbeits- und Organisationsbedingungen u.a.**
 - **Arbeits- und Personalmanagement**
 - **Führungsverhalten, Motivation**
 - **Betriebsklima, soziale Unterstützung**
 - **Selbstgestaltung bei der Arbeit**
 - **Entlohnung, Anreizsysteme**
 - **Personal- und Fehlzeitengespräche,**
 - **Gesundheitszirkel**

Mitarbeiterzufriedenheit, Gesundheit und Leistungsfähigkeit am Arbeitsplatz

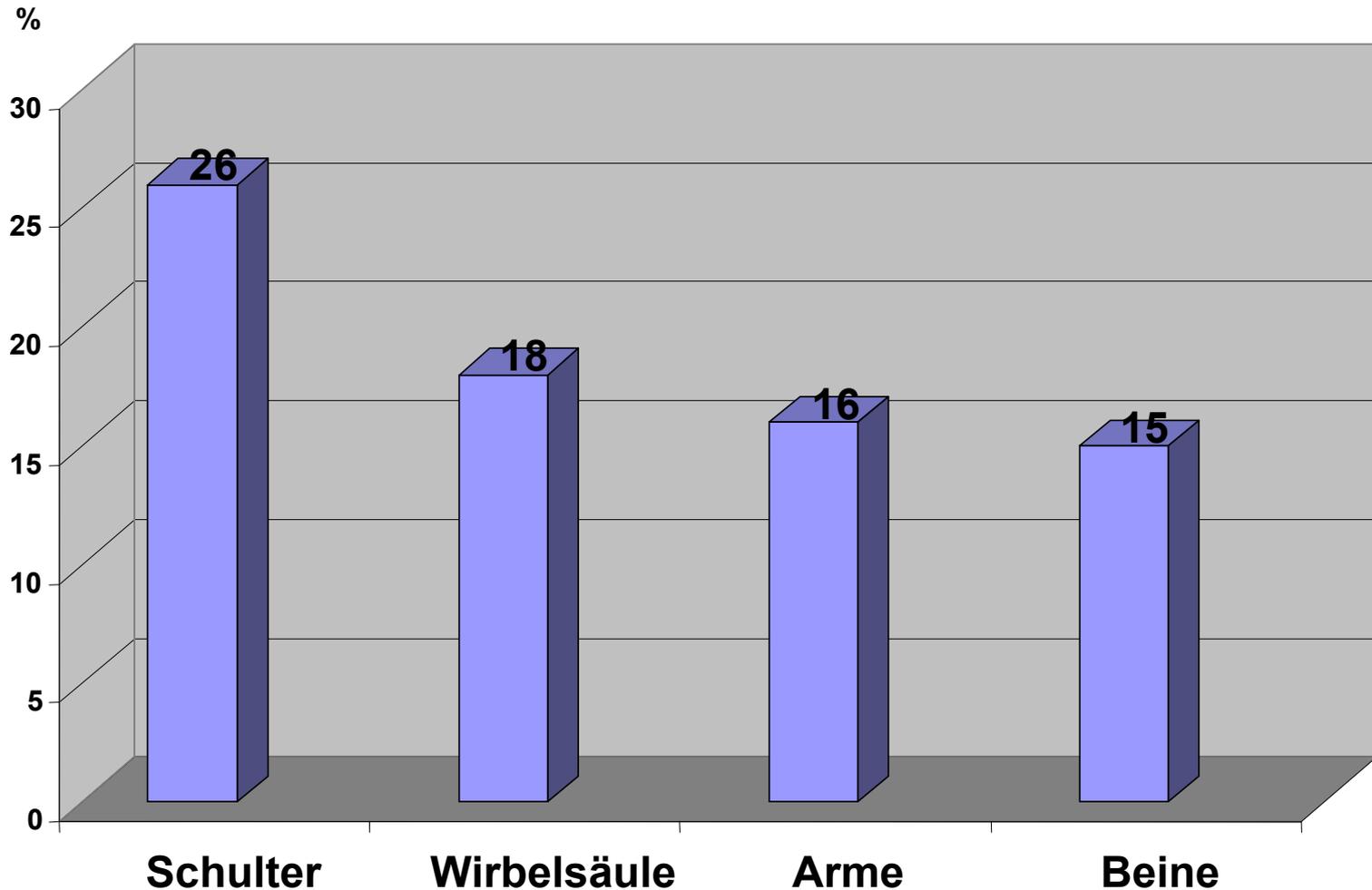
Integriertes betriebliches Gesundheitsmanagement

Gesundheitszirkel Reinigungsdienst eines Krankenhauses

Als Ursachen der komplexen Probleme sehen die Mitglieder in absteigender Reihenfolge an

Ursachen	Wertigkeit	Primäre Lösungsansätze
1. Mängel der Ergonomie	●●●●●●	Teleskopstile, Reinigungswagen, Schulung
2. Fehlende Anerkennung	●●●●●	Hosenanzüge, Klinikzeitung, Stationszuordnung
3. Hohes Alter/lange Dienstdauer	●●●●●	
4. Doppel- und Dauerbelastung	●●●●●	Angebot Teilzeittätigkeit
5. Fehlende Motivation	●●●	Fehlzeitengespräche, (Vorgesetztenwechsel)
6. Hohe körperliche Belastung	●●●	Schulung, spezielles Fitnesstraining
7. Leistungsverdichtung bei gleichzeitiger Personalreduktion	●●●	
8. Mängel in der Arbeitsorganisation	●●●	(Vorgesetztenwechsel)
9. Fehlendes Gesundheitsbewusstsein	●●	Schulung
10. Mangelnde Hilfsmittel	●●	Teleskopstile, Reinigungswagen, Leitern
11. Eigene hohe Ansprüche an Sauberkeit	●	
12. Zu geringe Vergütung	●	
13. Ungeeignete Kleidung	●	Hosenanzüge,
14. Ungenügende Hautpflege	●	Schulung

Beschwerdebesserung Nachbefragung bei 60 Reinigungsdienstmitarbeitern



Beispiel Betriebsvereinbarung Mobbing (1)

Präambel:

Mobbing nicht kompatibel mit freier Persönlichkeitsentfaltung und Menschenwürde § 2, Abs.1 GG

§ 1 Definition:

Persönliche Auseinandersetzung, wiederholter systematischer Angriff und Verletzung von

- Handlungs- und Entscheidungsfreiheit einer Person
- Persönlichkeitsentwicklung und Selbstwertgefühl
- Sozialer Entwicklung, sozialem Ansehen
- Sinnvoller Integration in den Arbeitsprozess

§ 3 Gegenstand: Definition, Vorbeugung, Feststellung, Konfliktlösung

§ 4 Bis zu vier interne Mobbingbeauftragte: eigene Weiterbildung und Supervision, Aufgaben Mobbingprävention sowie Konfliktlösung (Mitarbeiterschulung, Sprechstunden, Mobbingbericht, Mobbingkommission)

§ 5 Externer Mobbingberater:

Konfliktlösung, Vorschläge für Arbeits- und Betriebsorganisation und Unternehmenskultur, Supervision der Beauftragten, Coaching Betroffener, Fortbildungsbedarf für Vorgesetzte, Konfliktmanagementworkshops

§ 6 Mobbingkommission:

Mobbingbeauftragte, Mobbingberater (beratend), Personalabteilung, Personalrat

§ 7 Maßnahmen: gestaffelte Intervention auf der Vorgesetztenebene, ggf. Einbindung Mobbingbeauftragte, ggf. Mobbingberater

§ 8 Arbeitsrechtliche Maßnahmen bei arbeitsvertragswidrigem Verhalten

§ 9 Führungskräfte

werden zu Konfliktmanagement qualifiziert, zu Mobbing sensibilisiert

- **Was bedeutet Arbeit?**
- **Die Zeitungen wissen's – Statistik**
- **Was sind psychische Krankheiten,**
- **Was sind die Ursachen psychischer Krankheiten, wie entstehen sie?**
- **Betriebl. Phänomene: Demotivation, Mobbing, Burn out, Fehlzeiten**
- **Betriebliche Prävention und Intervention**
- **Betriebliches Gesundheitsmanagement Allzweckwaffe?**
- **Work life Balance**

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Ansatz	Arbeits- und Gesundheitsschutz	Human Resources Management	Gesundheitsförderung
Synonym	Betriebliche Gesundheitsförderung - Berufsbedingte Belastungen am Arbeitsplatz	(Betriebliche Gesundheitsförderung) - Arbeits-/Betriebsorganisation - Personalentwicklung	Betriebliche Gesundheitsförderung - Lifestyle des Individuums (am /für den Arbeitsplatz)
Ziel	Gesundheit im Betrieb • Unfälle und Berufskrankheiten senken ► klass. Ziel • Prävention arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren (z.B. psychosoziale Belastungen) ► modernes Ziel	Leistungsfähigkeit & Mitarbeiterzufriedenheit	Gesundheit = Wohlbefinden • Gesundheit WHO/Ottawa-Charta - körperlich - psychisch - sozial + Eigenbeteiligung/Lebenswelten-(Setting-) Ansatz
Methode	• Verhältnisprävention -Arbeitsplatzgestaltung • Verhaltensprävention -Betriebsklima/Kommunikation -Stress-/Konfliktmanagement -Suchtprävention	• Kompetenz Mitarbeiter/Führ. • Arbeits(platz)organisation • Leist.anreize, Motivation • Handlungsspielraum • Führen mit Zielen • Fehlzeitengespräche	• Lifestylebeeinflussung - Ernährung - Bewegung/Fitness - Stress/Freizeit - Rauchen/Alkohol - Work life Balance
Meßparameter	Unfälle, Berufskrankheiten Suchthäufigkeit, Mobbing	Fehlzeiten, Fluktuation, Qualität, Zufriedenheit	Gesundheitsparameter, Fehlzeiten, Zufriedenheit

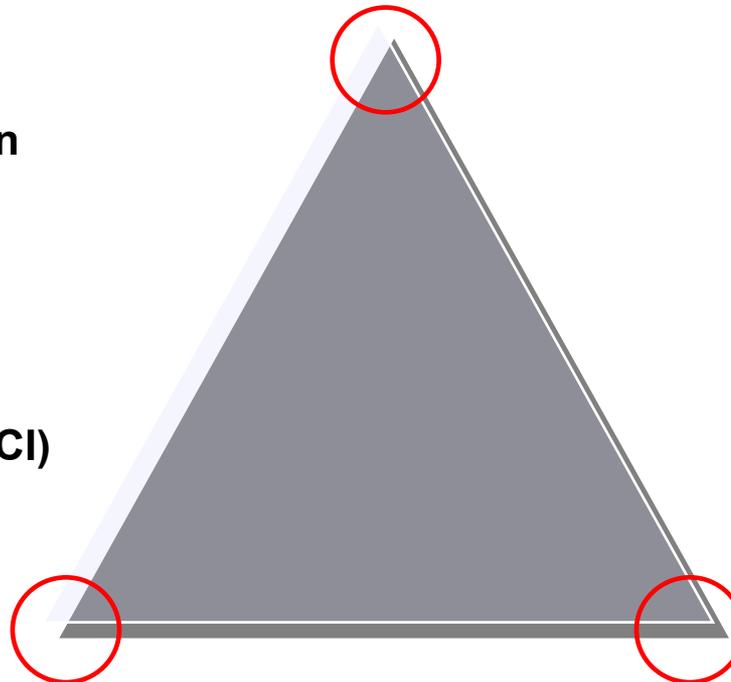
Motivation und Mitarbeiterzufriedenheit im Unternehmen

Unternehmens-, Personal- und Gesundheitsmanagement

- Wertschätzung Mitarbeiter als hohes Gut („Humankapital“)
- Personalentwicklung & Gesundheitsförderung Teil der Unternehmenskultur
- Prozessorientierung, kontinuierliche Verbesserung, Fachkompetenz & Instrumente

Führungskräfte

- Führungskompetenz
- Fordern und Fördern' in der täglichen Führungspraxis
- Zielvereinbarung
- Mitarbeitergespräche
- Kommunikation
- Gemeinschaftsgefühl (CI)
- Qualifikation
- Anerkennung
- Handlungsspielraum
- Soziale Unterstützung
- Flexible Arbeit



Mitarbeiter

- Wertschätzung Arbeit
- Identifikation Unternehmensziele
- Leistungsbereitschaft
- Offenheit für Neues
- Lernbereitschaft
- Teamfähigkeit
- Selbstverantwortung
- Fitness

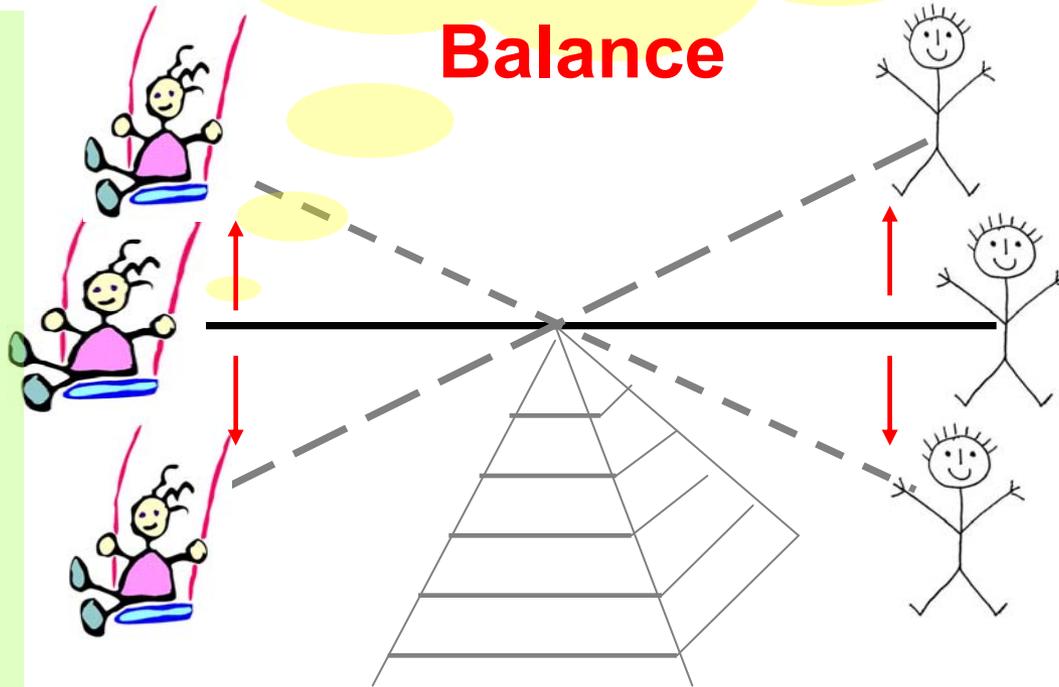
Work life Balance →

Gesundheit &
Wohlbefinden

© Th. Weber, Wiesbaden

- 💣* **Älter werden**
- 💣* **Dynaxizität ***
- 💣* **Globalisierung**

Balance



Work

- Im Betrieb
- Eigene Leistung

Life

- Zu Hause
- In der Stadt

- Behinderung akzeptieren
- Bewegung/Fitness
- **Entspannung**
- Empowerment ***
- Ernährung
- Familie
- Freizeit gestalten
- Kinderbetreuung
- Kommunikation
- Lebensstil
- Limonen zu Limonade machen
- Sinn finden
- Soziale Netze & Unterstützung
- Streß & Konflikte managen

- **Anstrengung/ Leistung (→Flow **)**
- **Alternsgerechte Arbeit**
- **Belohnung**
- **Betriebl. Gesundheitsmanagement**
- **Diversity**
- **Flexible Arbeit**
- **Fordern & Fördern**
- **Führungsprinzipien**
- **Lebenslang Lernen**
- **Motivation**
- **Selbstgestaltung der Arbeit**
- **Sozialbetreuung**
- **Unternehmensphil.**
- **Wertschätzung Arbeit/Mitarbeiter**



Management

**Arbeit
und
psych.
Krank-
heit**

„Wichtiges Thema“ Vielen Dank!