

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Jens Parpart

Facharzt für Allgemeinmedizin

Betriebsmedizin

Psychotherapie

Verhaltenstherapie

Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Lehrbeauftragter der Universitätsmedizin Göttingen



**Landesarbeitskreis
für Arbeitssicherheit**

beim Niedersächsischen
Ministerium für Soziales,
Frauen, Familie, Gesundheit
und Integration

Regionaler Arbeitskreis
Göttingen

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Fahrplan

- » Psychische Dimensionen und Arbeit/Arbeitslosigkeit
- » Aktuelle versorgungsepidemiologische Daten/Demographie
- » Belastungs-Beanspruchungskonzept
- » Aktueller Stand der Entwicklungspsychologie
- » Aktuelle psychologische Störungskonzepte
- » Dynamik der modernen Arbeitswelten
- » Exkurs Psychosomatik

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

WHO Definition: Psychische Gesundheit

Zustand des Wohlbefindens, indem der Einzelne

- » seine Fähigkeiten ausschöpfen,
- » die normalen Lebensbelastungen bewältigen,
- » produktiv und fruchtbar arbeiten kann
- » und imstande ist, etwas zu seiner Gemeinschaft beizutragen.

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Potentiell psychische Funktionen der Arbeit

- Selbstverwirklichung
- Identitätsbildung
- Sinnbildung
- Gefühl von Autonomie, Selbstkontrolle und -wirksamkeit
- Soziale Einbindung und Anerkennung
- Planbarkeit des Lebens und der Beziehungen
- Materielle Sicherheit

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Drei-Teilung des Arbeitsmarktes

**spezielle, hohe
Qualifikationen**

**sichere
Gratifikationen**

hohe Motivation

ständiges Lernen

hohe Mobilität

**Arbeitsplatz-
Sicherheit: hoch**

**geringe
Qualifikationen**

**wechselnde
Gratifikationen**

**wechselnde
Motivation**

**Lernen, wenn
nötig**

geringe Mobilität

**Arbeitsplatz-
Sicherheit: gering**

kaum qualifiziert

**ausbleibende
Gratifikationen**

**erschöpfte
Motivation**

Lern- Stop

keine Mobilität

**Arbeitsplatz-
Sicherheit: keine**

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

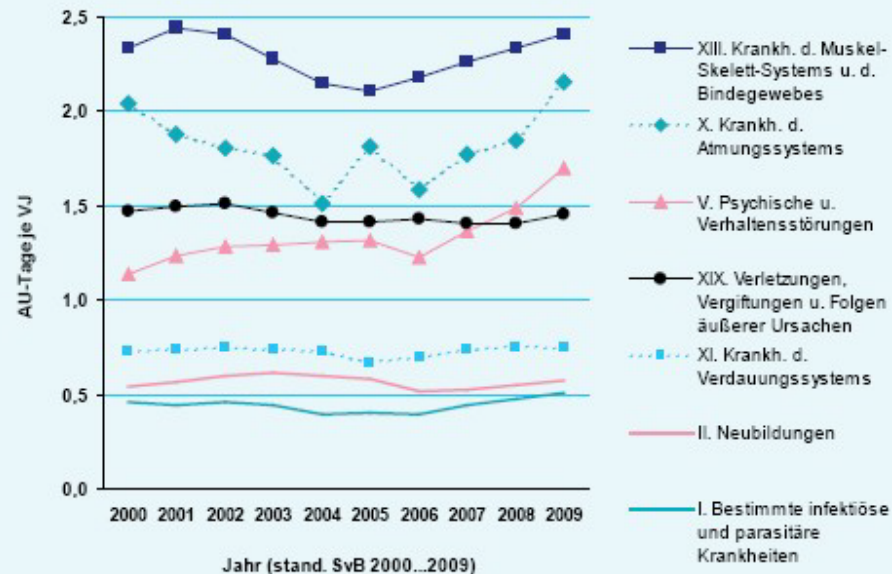
Mögliche psychosoziale Folgen der Arbeitslosigkeit

- materielle Einschränkungen
- veränderte familiäre Strukturen und Rollen
- Erfahrung von Kontrolle durch soziale Institutionen
- Erfahrung von Stigmatisierung und sozialer Ausgrenzung
- Abbau persönlicher und sozialer Ressourcen
- Erhöhung des Morbiditätsrisiko

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

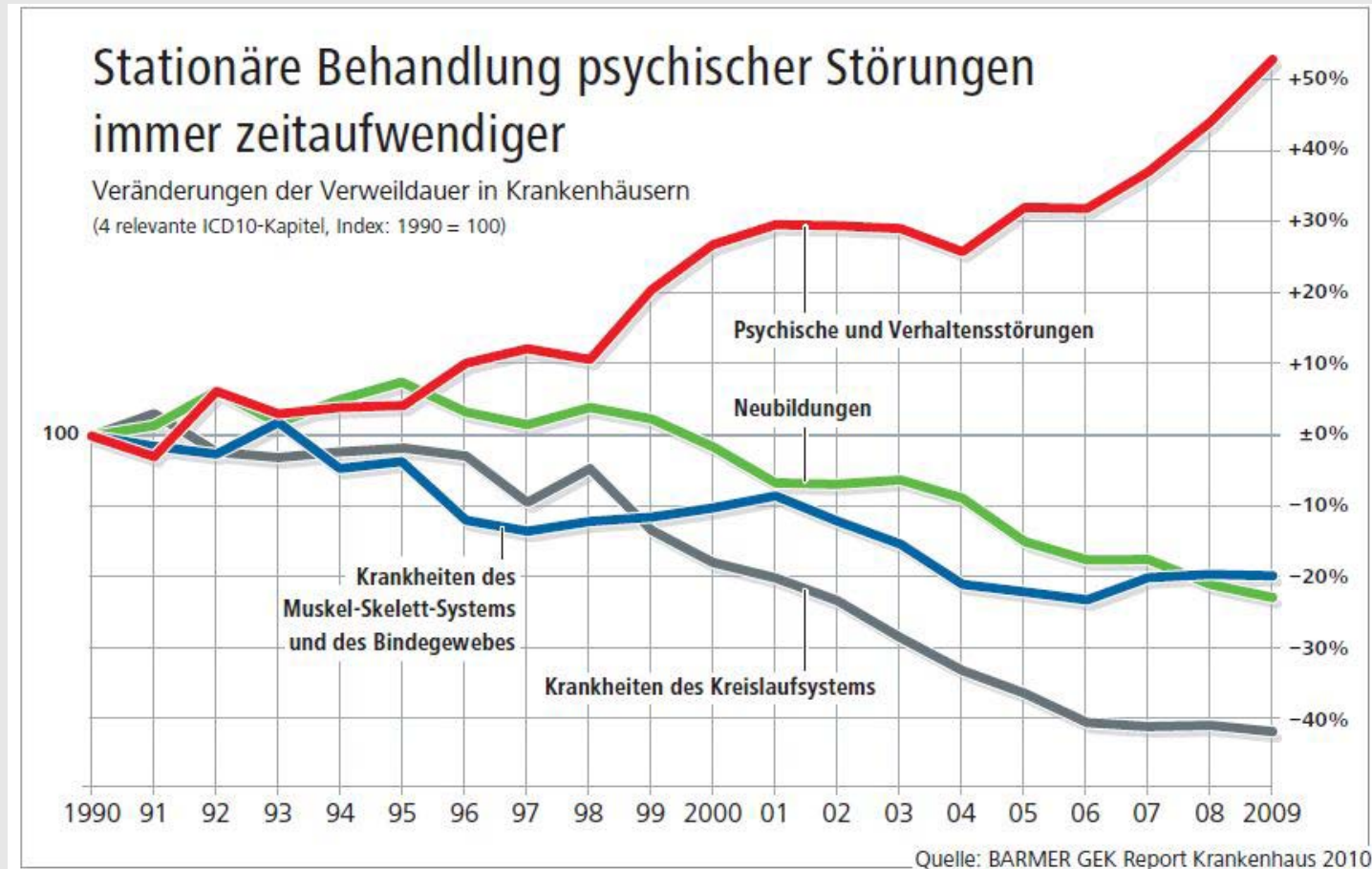


AU-Tage je VJ nach Diagnosekapiteln 2000 bis 2009 bei Berufstätigen



Bei **Berufstätigen** haben Fehlzeiten unter der Diagnose psychischer Störungen von 2006 bis 2009 stetig um insgesamt 39 Prozent zugenommen. Demgegenüber waren unter Berufstätigen in Bezug auf Fehlzeiten unter entsprechenden Diagnosen bis 2005 nur moderate Änderungen feststellbar.

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt



Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Rentenzugänge wegen verminderter Erwerbsfähigkeit nach Diagnosegruppen – von 2004 bis 2006

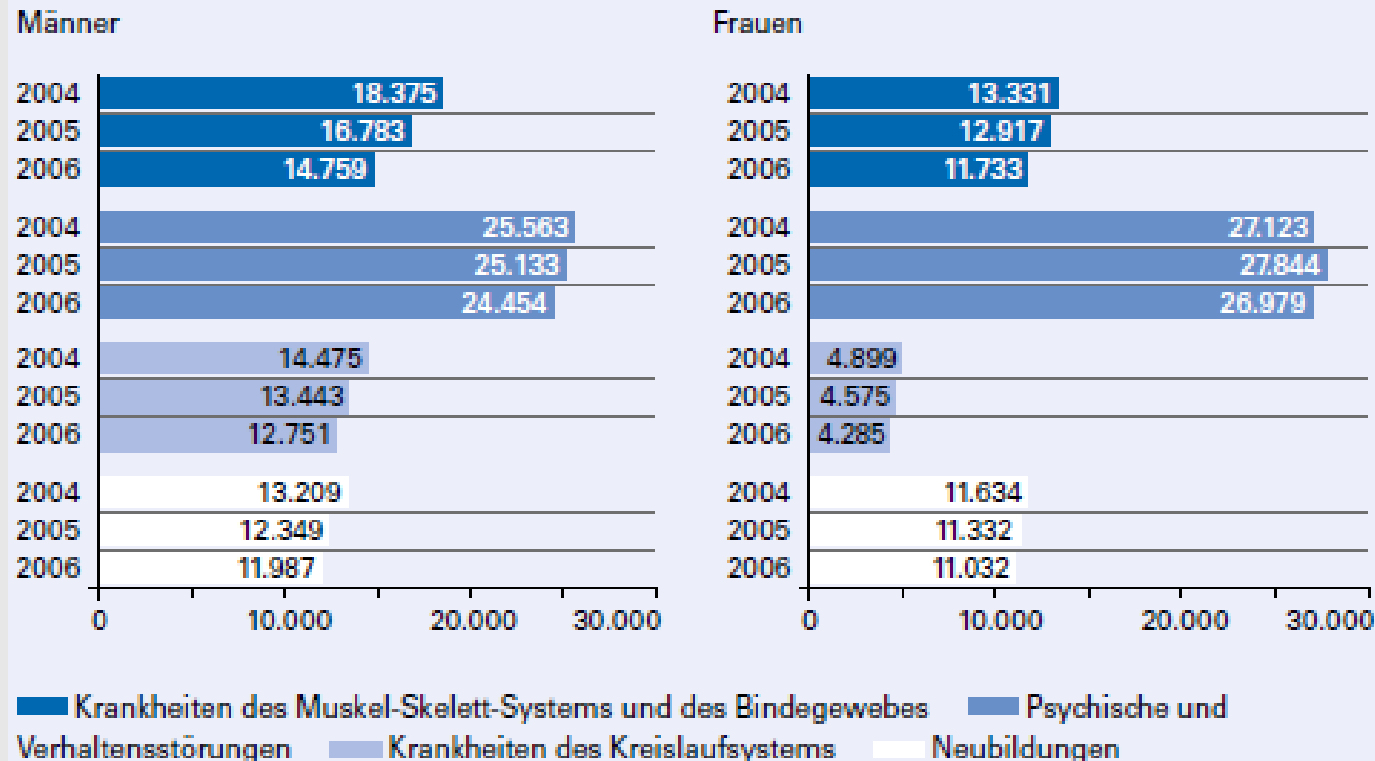
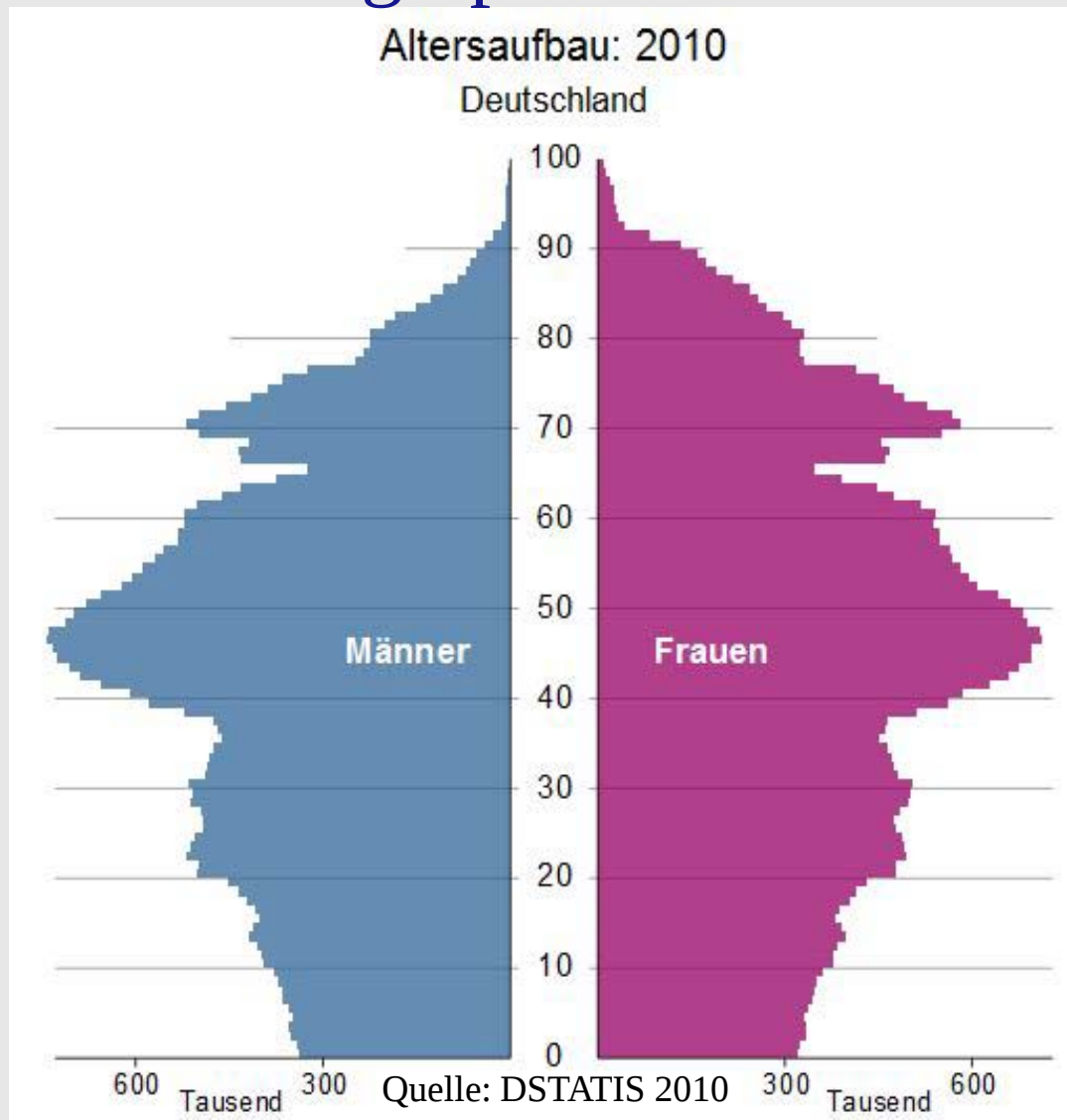


Abb. 2: Bericht der Bundesregierung „Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit 2006“ (SUGA 2006)

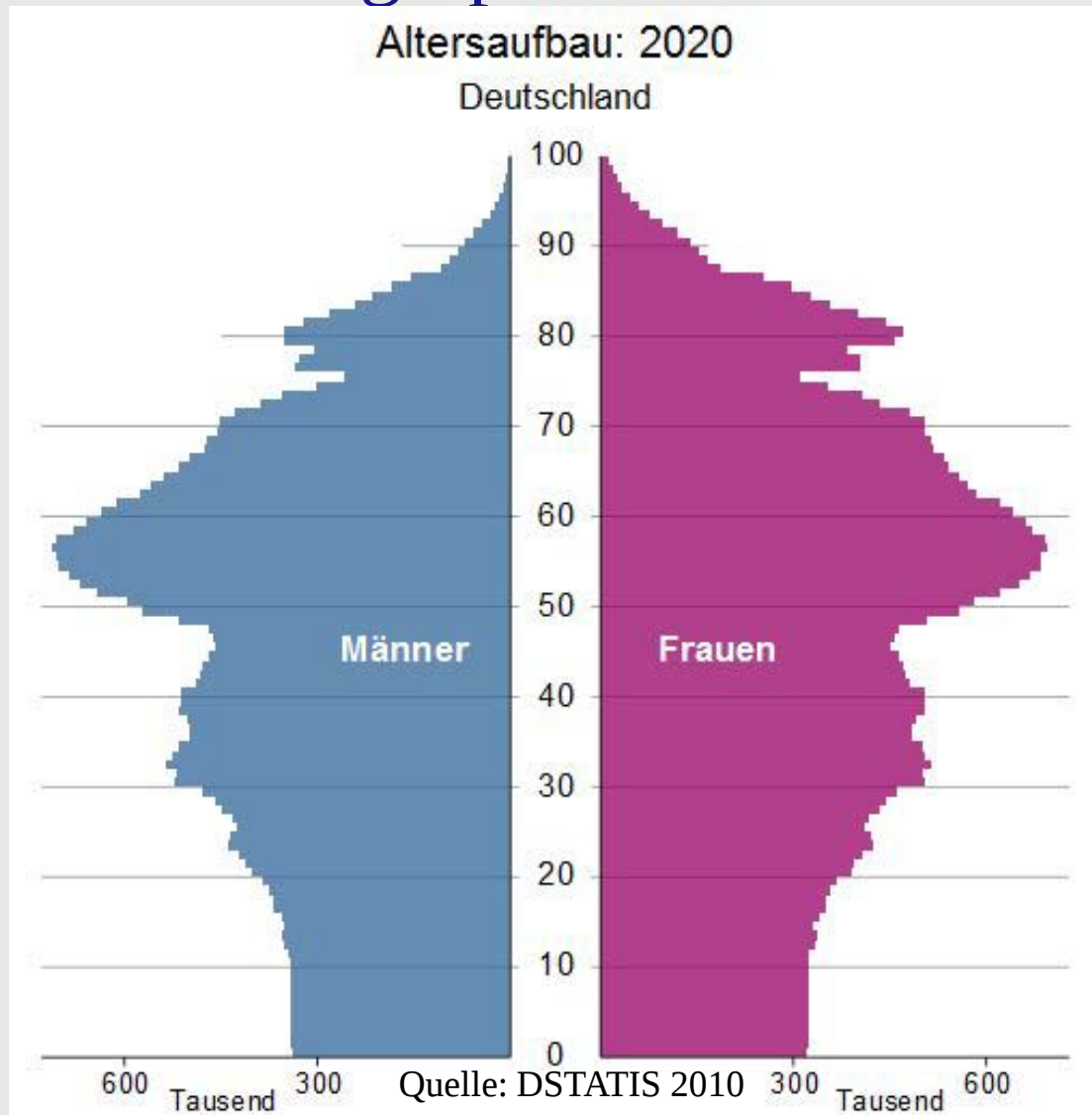
Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Die demographische Entwicklung



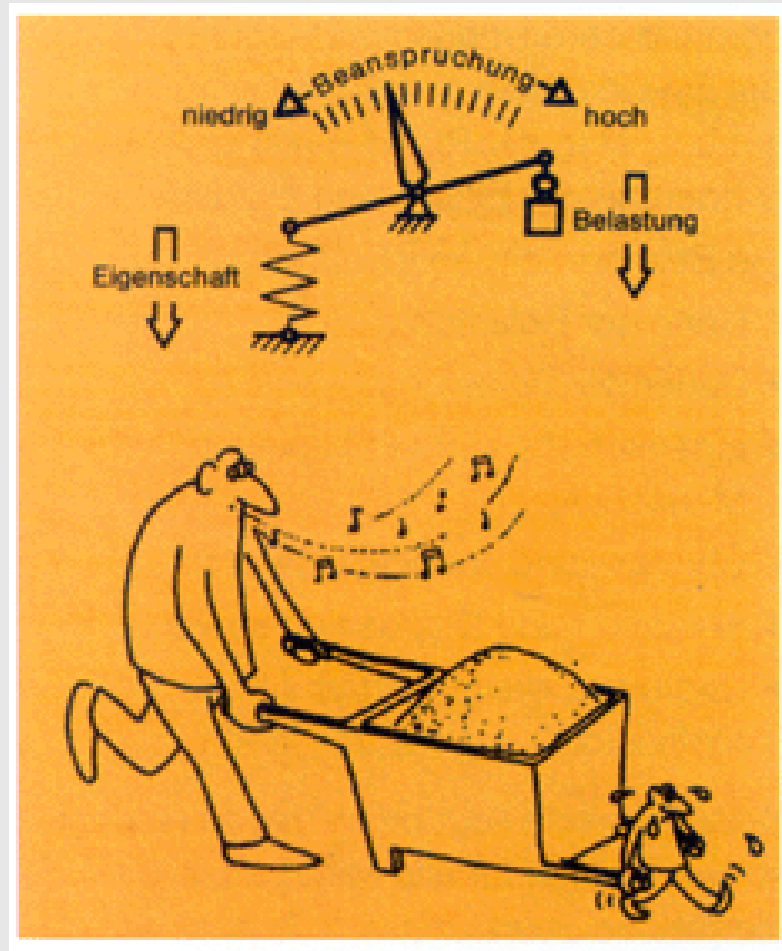
Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Die demographische Entwicklung



Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Belastung

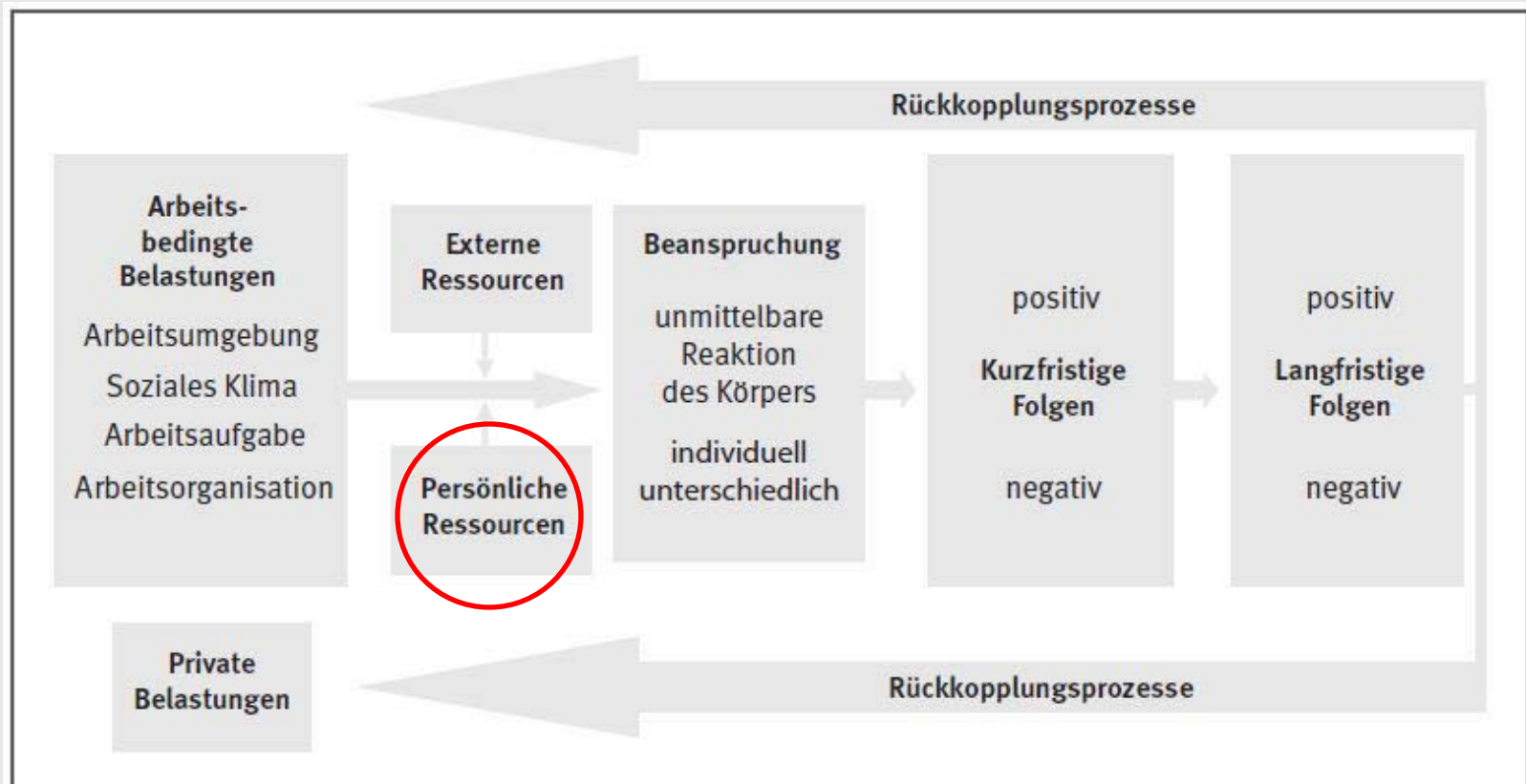


Beanspruchung

Quelle: <http://www.bghw.de/>

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Eine etwas komplexere Sichtweise:



Quelle: DGUV 2009

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Persönliche Ressourcen....(Entwicklung)

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Persönliche Ressourcen....(Entwicklung)

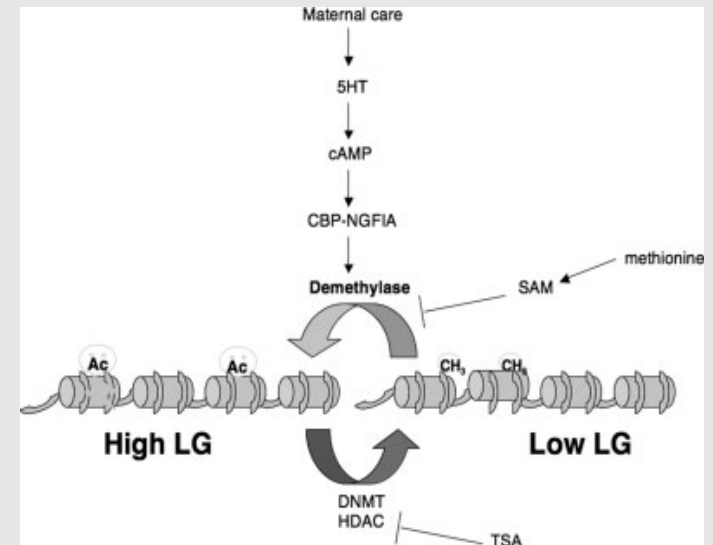
Eine kurze Einführung in die
Entwicklungspsychologie:

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Epigenetik



Prof. Dr. Michael Meaney
Toronto 2005



Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Die psychische Entwicklung des Menschen

Ein individuell einzigartiger Weg der Anpassung
des Vorhanden an die vorgefundene Umwelt

Ein Weg, der durch sich selbst beeinflussbar ist

Ein Weg, der erst mit dem Tod endet

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Was treibt uns an?

Sicherheit, Kohärenz,

Bindungen, Fortpflanzung,

Wertschätzung, Anerkennung,

Neugier, Kreativität

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

emotionale Grundbedürfnisse nach Jeffrey Young



1. Bindung
2. Autonomie, Kompetenz, Identitätsgefühl
3. Freiheit
4. Spontanität und Spiel
5. realistische Grenzen setzen, selbst Kontrolle haben

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

- | | |
|--|--|
| 1. Verlassenheit/Instabilität | 10. Negativismus / Pessimismus |
| 2. Misstrauen/ Missbrauch | 11. Bestrafen |
| 3. Emotionale Entbehrung | 12. Anspruchshaltung/ Grandiosität |
| 4. Unzulänglichkeit/Scham | 13. Unzureichende |
| 5. soziale
Isolierung/Entfremdung | Selbstkontrolle/Selbstdisziplin |
| 6. Abhängigkeit/Inkompetenz | 14. Unterwerfung |
| 7. Anfälligkeit für Schädigungen
oder Krankheiten | 15. Selbstaufopferung |
| 8. Verstrickung/Unterentwickelt
es Selbst | 16. Streben nach Zustimmung und
Anerkennung |
| 9. Versagen | 17. Emotionale Gehemmtheit |
| | 18. überhöhte
Standards/übertriebene kritische
Haltung |

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Strukturelle Funktionen

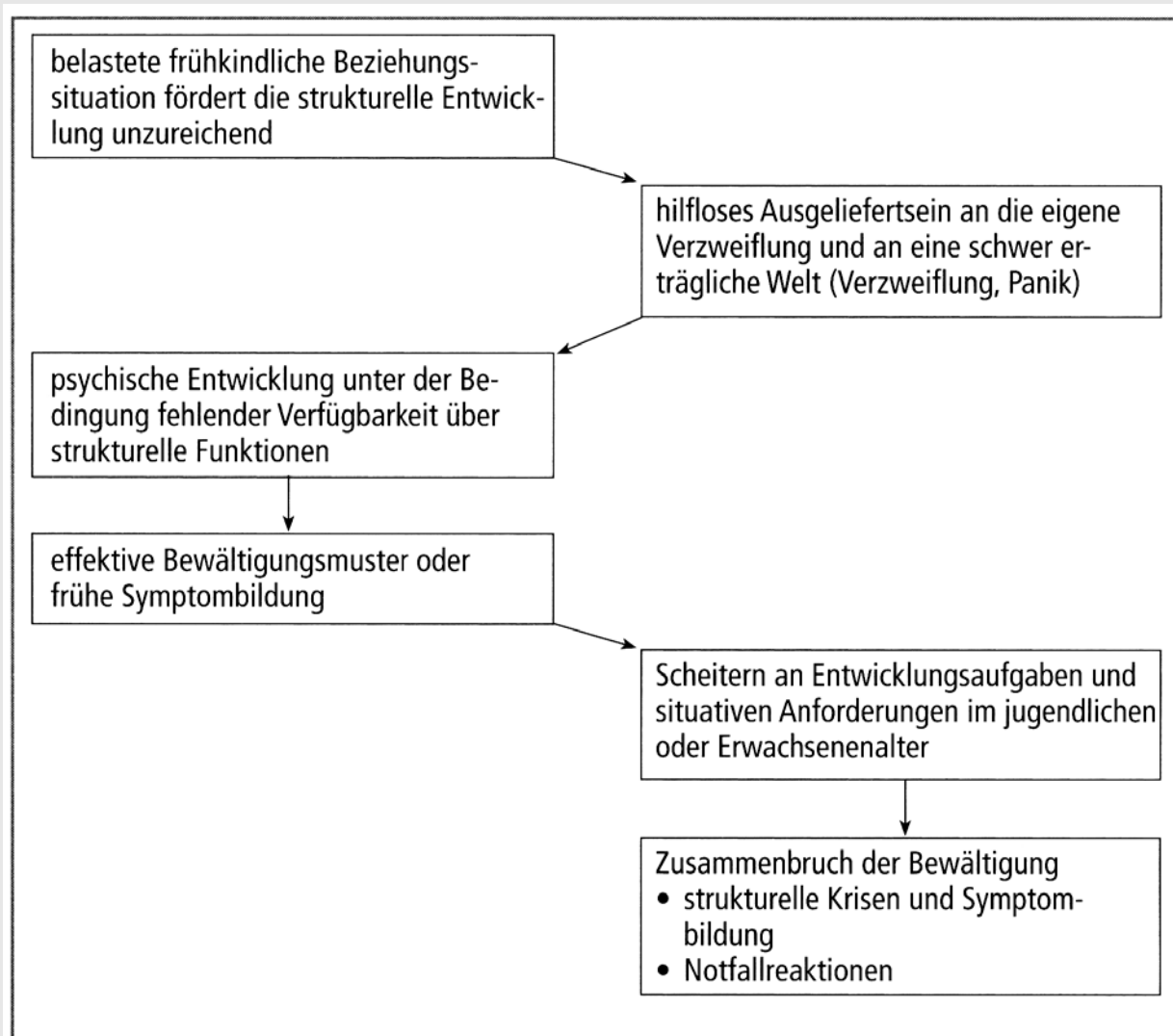
Nähe	Bindung	Autonomie	Identität
• Affektgenerierung • Affektregulierung • intentionale Ausrichtung • Näheregulation • kommunikatives Einschwingen • gemeinsame Affekte • Konzentration • Affektmitteilung • Affekte verstehen • eigene/fremde Affekte	• Selbst-Objekt-Differenzierung • Objektwahrnehmung • Empathie • Internalisierung • Bindung/Lösung	• Impulssteuerung • Affektregulierung • Selbstwertregulierung • Affekttoleranz	• Selbstreflexivität • Identität • realistische Objektwahrnehmung • psychisches Innen/soziales Außen



Prof. Dr. Gerd Rudolf 2010

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Struktur – Bewältigung - Symptom



Prof. Dr. Gerd Rudolf 2010

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Erschöpfte Bewältigungsstrategien?

Oskar Lafontaine

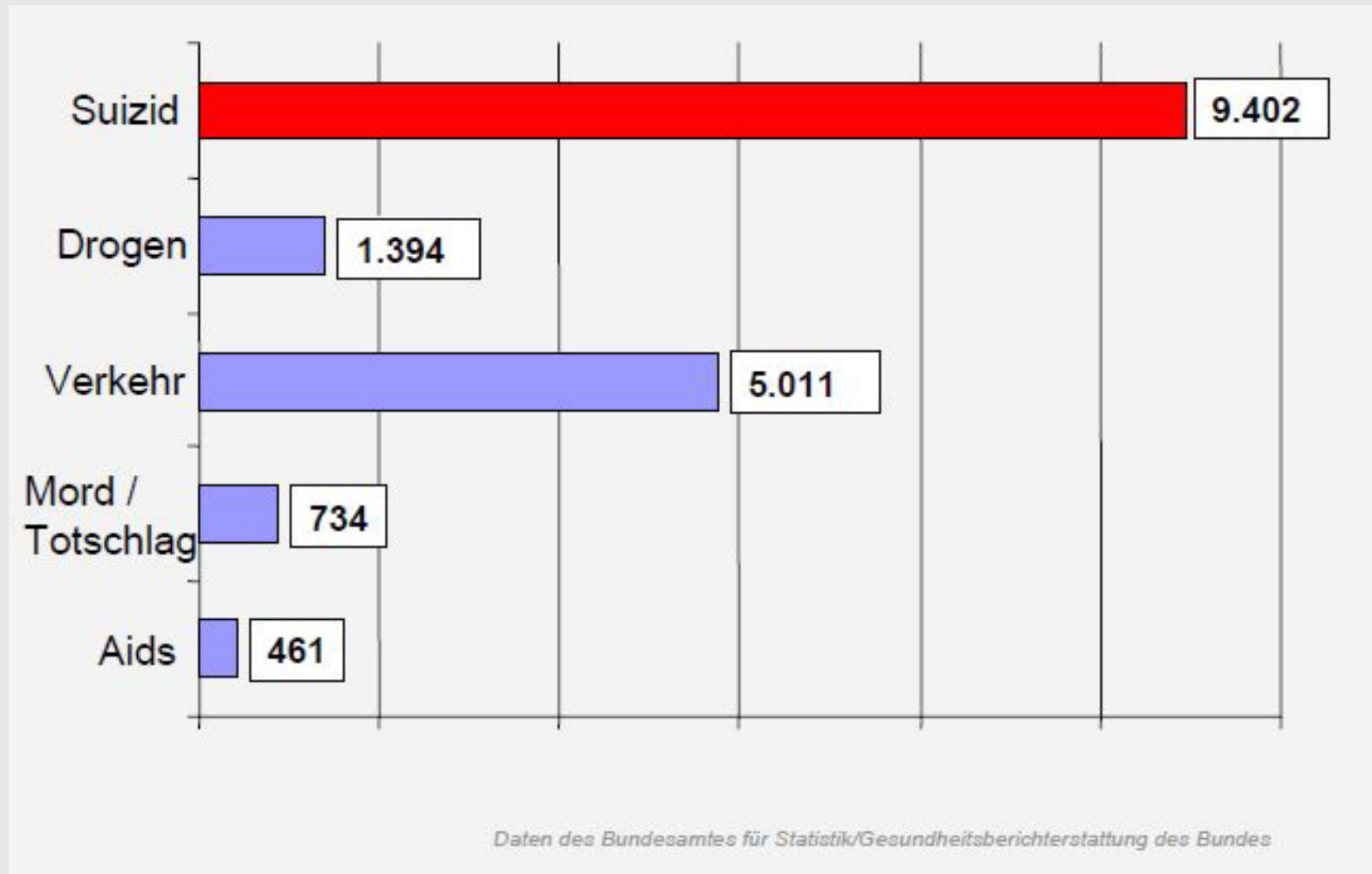
Bundespräsident Köhler

Jürgen Möllemann

Robert Enke

Waren diese Männer im „burn-out“,
wurden sie gemobbt,
oder waren sie gekränkt und schließlich depressiv?

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt



Todesursachen im Vergleich, BRD 2007, Quelle: Netzwerk gegen Depression

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Veränderungen in der Arbeitswelt

- » Beschleunigte Veränderungs- und Optimierungszyklen
- » Zunehmende bis vollständige Kontrolle der Arbeitsprozesse
- » Ökonomische Optimierungsprozesse bei Dienstleistungen
- » Erhöhte Komplexität der Wertschöpfungsprozesse
- » Erhöhte Anforderungen an die Mobilität der Beschäftigten
- » Zunehmende Arbeitsplatzunsicherheit, Aufteilung des Arbeitsmarktes
- »

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Mögliche psychische Auswirkungen der modernen Arbeitswelt

- Zeitdruck, Arbeitsverdichtung und Erhöhung der Arbeitsintensität (Stress)
- Unter- bzw. Überforderung (Stress)
- Fehlender/mangelnder Sinnzusammenhang
- Gratifikationskrisen (Bezahlung, Karrieremöglichkeiten)
- Veränderungen der Hierarchien, Führungsverhalten
- Wachsende Anforderungen an Kooperation und Kommunikation (Teamarbeit, Org.-atmosphäre, Konflikte)
- Werte der Organisation nach Innen und Außen (Sinn)

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

„Betriebskulturen“:

„Betriebe sind auf gesunde und motivierte Mitarbeiter angewiesen, damit sie sich der Herausforderung, der Globalisierung und der Entwicklung zu einer Informations- und Dienstleistungsgesellschaft erfolgreich stellen können.“

(Müller 2009, Geschäftsführer, Arbeitgeberverband)

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

„Betriebskulturen“:

„Zumindest größere Unternehmen haben längst erkannt, dass eine gesunde, motivierte Belegschaft ihr größtes Kapital ist. Dieses zu erhalten, ist eine der großen Aufgaben der heutigen und zukünftigen Arbeitsmedizin.“

(Dr. Oetker 2008, Unternehmer)

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

„Betriebskulturen“:

„Es mehren sich mit der Europäisierung und Globalisierung von Produktion und Dienstleistung und dem damit verbundenen Überangebot von Arbeitskräften die Gelegenheiten, Personal nicht zu pflegen, sondern schnell zu vernutzen.“

(Urban 2009, geschäftsführender Vorstand, IG-Metall)

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

These:

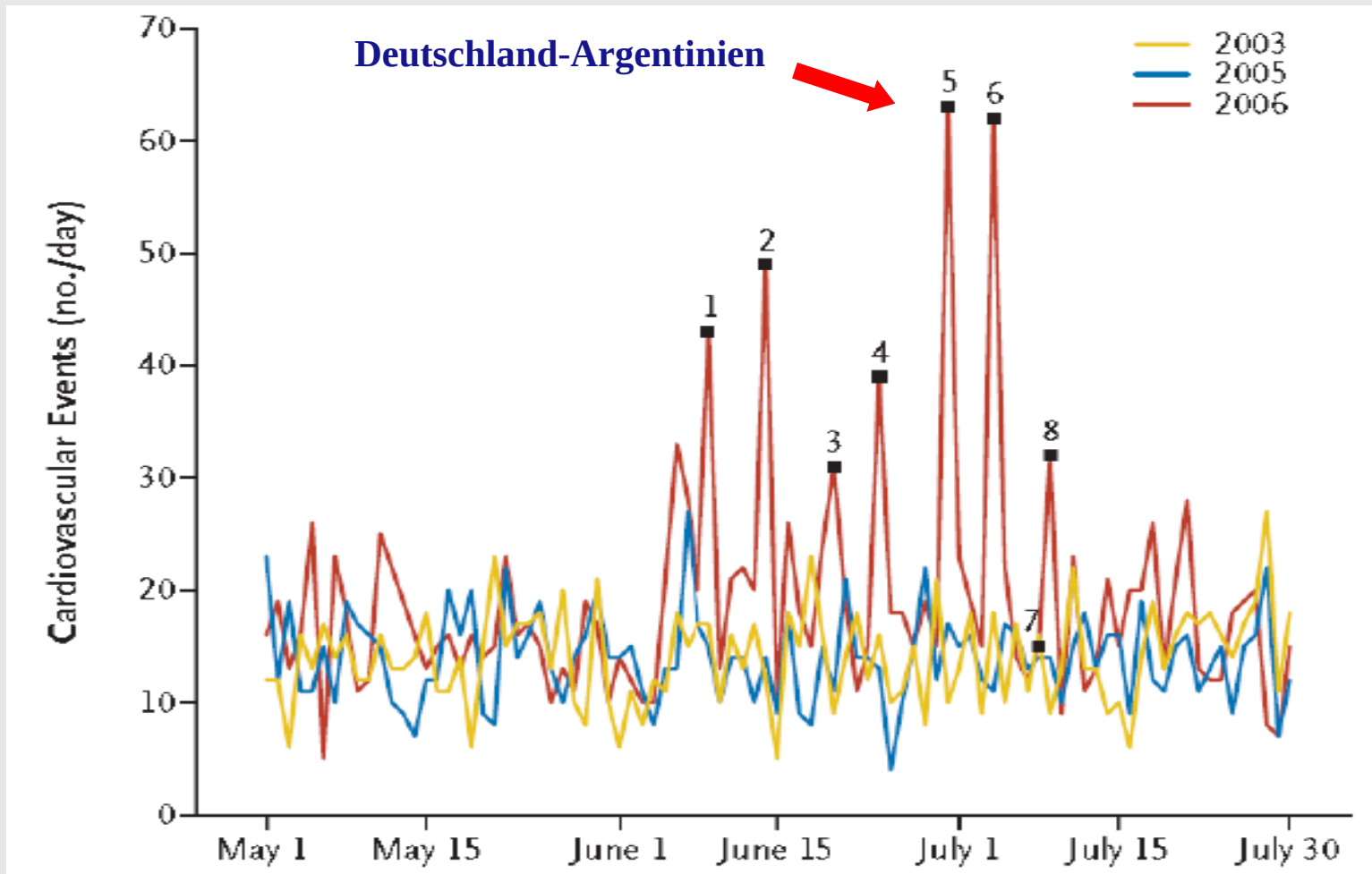
Ob Beschäftigte „in den Genuss“ einer betrieblichen Prävention auch hinsichtlich psychischer Störungen kommen, die mittel- bis langfristige Gesundheitsziele beinhalten, scheint nicht nur von den gesetzlichen Regelungen abzuhängen, sondern auch von ihrer Position im Arbeitsmarkt.

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Psychosomatische Perspektiven:

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Psychosomatische Perspektiven:



Quelle: Wilbert-Lampen U et al., NEJM 2008

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Psychosomatische Perspektiven:



INTER-HEART: Relevanz koronarer Risikofaktoren für Infarktentscheidung

(n= ca. 30.000; 15152 Fälle +14820 Kontrollen, in 52 Ländern, Yusuf et al., Lancet 2004)

Risikofaktor	Anteil der hierdurch mitbedingten Infarkte
ApoB/ApoA-1 (Apolipoproteine) (höchstens vs. niedrigstens 1/5)	49,2%
Aktives Rauchen	36,7%
Psychosoziale Faktoren	32,5%
Abdominelle Adipositas	20,1%
Hypertonus	17,9%
Täglich Obst/Gemüse _	13,7%
Bewegung _	12,2%
Diabetes	9,9%
Alkoholkonsum	6,7%
Gesamt	90,4%

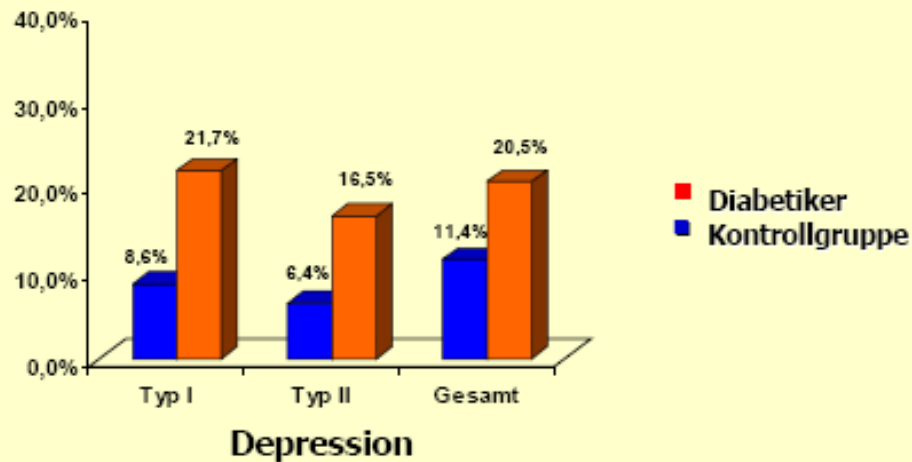
Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Psychosomatische Perspektiven:

Depressions-Prävalenz bei Diabetes

Meta-Analyse ; n=20 Studien

(Anderson et al. 2001)



Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Die Trennung zwischen

Geist/Psyche und Körper

ist zwar gedanklich

und handlungstheoretisch praktisch,

aber real nicht vorhanden!

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

Dank Ihnen für Ihre

Aufmerksamkeit!