



Stressfolgeerkrankungen und Burnout werden immer häufiger diagnostiziert

Ein Beitrag von Diplom-Psychologe Ulrich Höbner

Die Zahl der Personen mit psychischen Erkrankungen in Deutschland nimmt zu. Je nach Studie liegen psychische Erkrankungen mittlerweile an zweiter oder dritter Stelle bei den Ursachen für krankheitsbedingte Fehlzeiten in deutschen Unternehmen.

Die Gründe für die Zunahme psychischer Belastung in der Arbeitswelt sind vielfältiger Natur. Zum Einen werden psychische Leiden zunehmend enttabuisiert und dadurch auch häufiger diagnostiziert. Zum Anderen findet mit der Zunahme an Dienstleistung und der Abnahme reiner Produktionstätigkeit eine Verlagerung beruflicher Belastung vom Körper auf die Psyche statt. Moderne Informations- und Kommunikationsmedien beschleunigen Arbeitsprozesse und fördern die Verlagerung von Arbeitstätigkeiten in den Privatbereich. Die auf dem Smartphone eintreffende E-Mail vom Chef erfordert nun mal nicht selten eine umgehende Reaktion. Hinzu kommen eine höhere Eigenverantwortung und flexible, unsichere Beschäftigungsverhältnisse, die die psychische Belastung am Arbeitsplatz erhöhen. Unabhängig von den Gründen werden die durch psychische Belastung am Arbeitsplatz entstehenden Kosten pro Jahr auf eine Summe im zweistelligen Milliardenbereich geschätzt. Es lohnt sich also, v.a. im Hinblick auf die demografische Entwicklung und den drohenden Fachkräftemangel, für Unternehmen langfristig, Arbeitsplätze so zu gestalten, dass die psychische Belastung minimiert wird. Konkret heißt das: Die Kosten für Fehlzeiten durch psychische Erkrankung werden reduziert, Arbeitszufriedenheit und -motivation erhöht, was wiederum zu gesteigerter Leistungsfähigkeit, Leistungsbereitschaft und Lebensqualität der Beschäftigten führt. Das Erkennen und Verstehen psychischer Belastungsphänomene am Arbeitsplatz hilft damit, langfristig die Wettbewerbsfähigkeit zu sichern.

Doch während für die Beurteilung der Arbeitssicherheit objektive Kriterien verfügbar sind, die von Experten überprüft werden können, spielen bei psychischer Belastung das Individuum und subjektive Faktoren eine große Rolle. Nicht jeder entwickelt aufgrund von Termindruck und ständiger Erreichbarkeit psychische Stressfolgeerkrankungen wie Burnout oder Depression. Eine seriöse Beurteilung der Gefährdung durch psychische Belastungen am Arbeitsplatz muss neben allgemeinen und tätigkeitsspezifischen Belastungsfaktoren und Stressreaktionen auch die Ressourcen der Beschäftigten berücksichtigen. Für die konkrete praktische Durchführung einer Gefährdungsbeurteilung erfordert das eine individuelle und auf die jeweiligen Rahmenbedingungen des Unternehmens angepasste, Vorgehensweise.

Der Autor

Diplom-Psychologe Ulrich Höbner

Ulrich Höbner ist freiberuflich selbständiger Trainer und Berater im Bereich Arbeits- und Organisationspsychologie. Die dafür nötigen theoretischen Kenntnisse und didaktischen Fertigkeiten erwarb er sich während des Studiums der Psychologie in Regensburg und den USA, als langjähriger Dozent und Programmverantwortlicher des Zusatzstudiums Internationale Handlungskompetenz an den Regensburger Hochschulen, als Gastdozent in Indonesien. Am GMS-Institut ist Ulrich Höbner Experte für angewandte Forschung.

