

Psychische Gesundheit und Arbeit



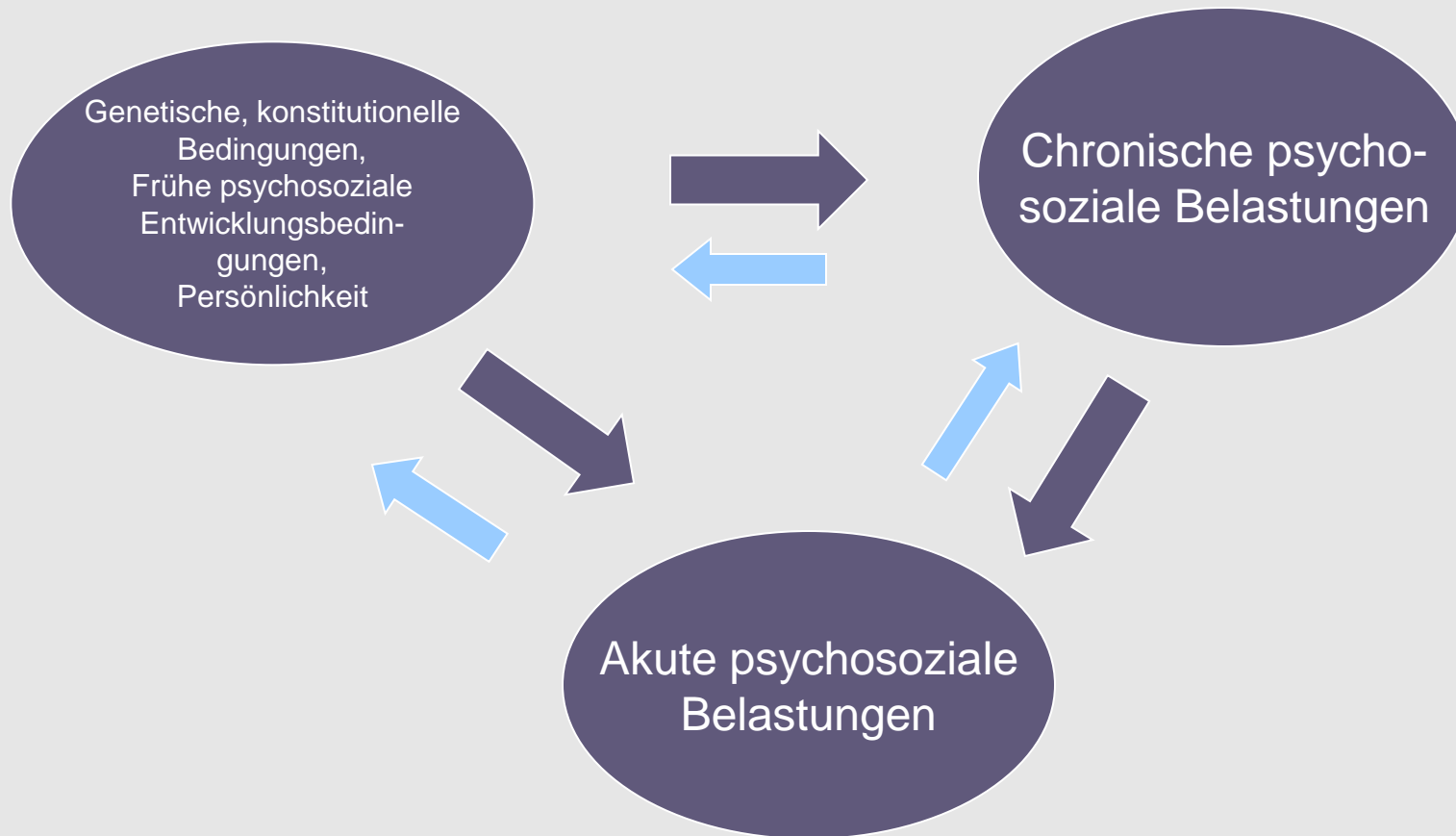
Schwerin 11.3.2010

**Wolfgang Schneider
Medizinische Fakultät der
Universität Rostock
Klinik und Poliklinik für Psychosomatik
und Psychotherapeutische Medizin**

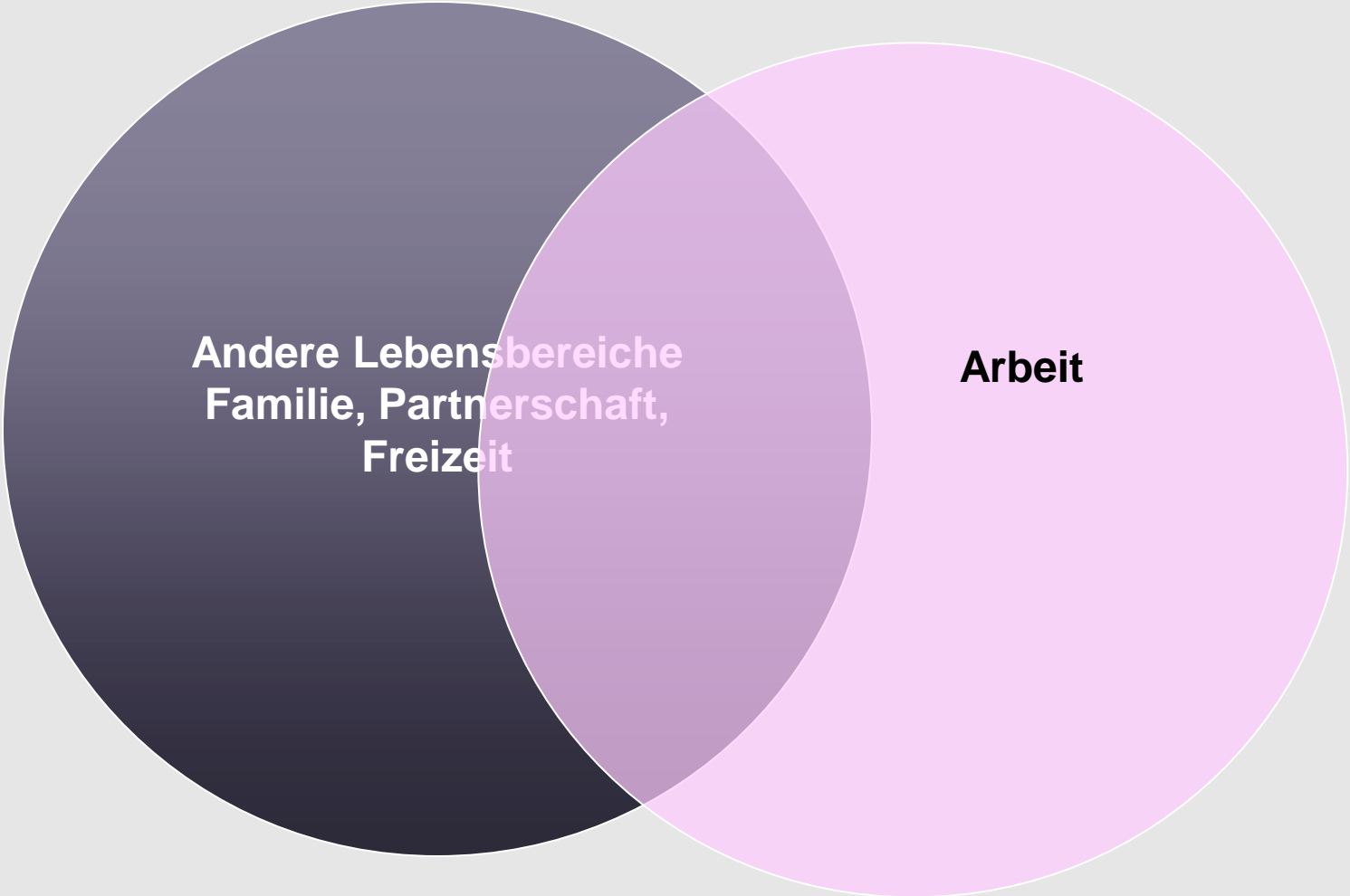
Bedeutung von Erwerbsarbeit

- Materielle Sicherheit
- Soziale Einbindung und Anerkennung
- Vermittlung von Selbstwertgefühl
- Wichtig für die persönliche Identität
- Gefühl von Autonomie, Selbstkontrolle und –
wirksamkeit
- Sinnhaftigkeit von Arbeit
- Planbarkeit des Lebens und der Beziehungen

Entstehungsbedingungen psychischer und psychosomatischer Probleme/ Erkrankungen



Bedingungsgefüge der Entstehung und des Verlaufs von psychischen und psychosomatischen Störungen

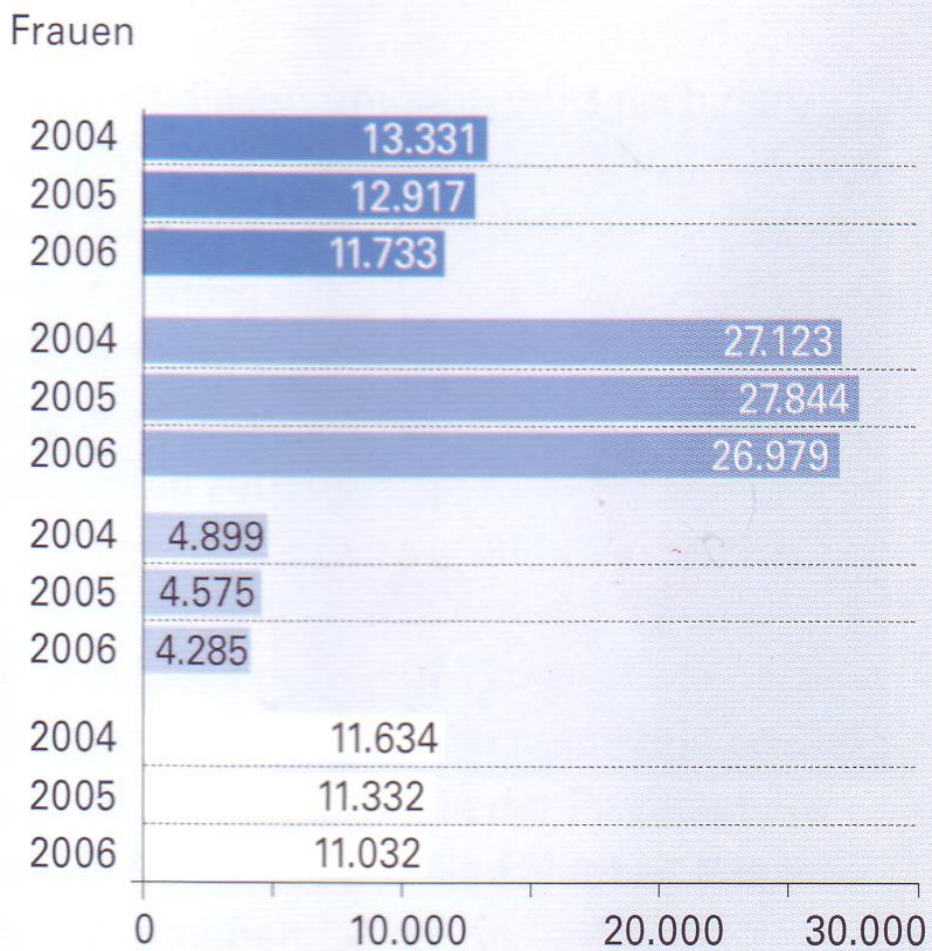
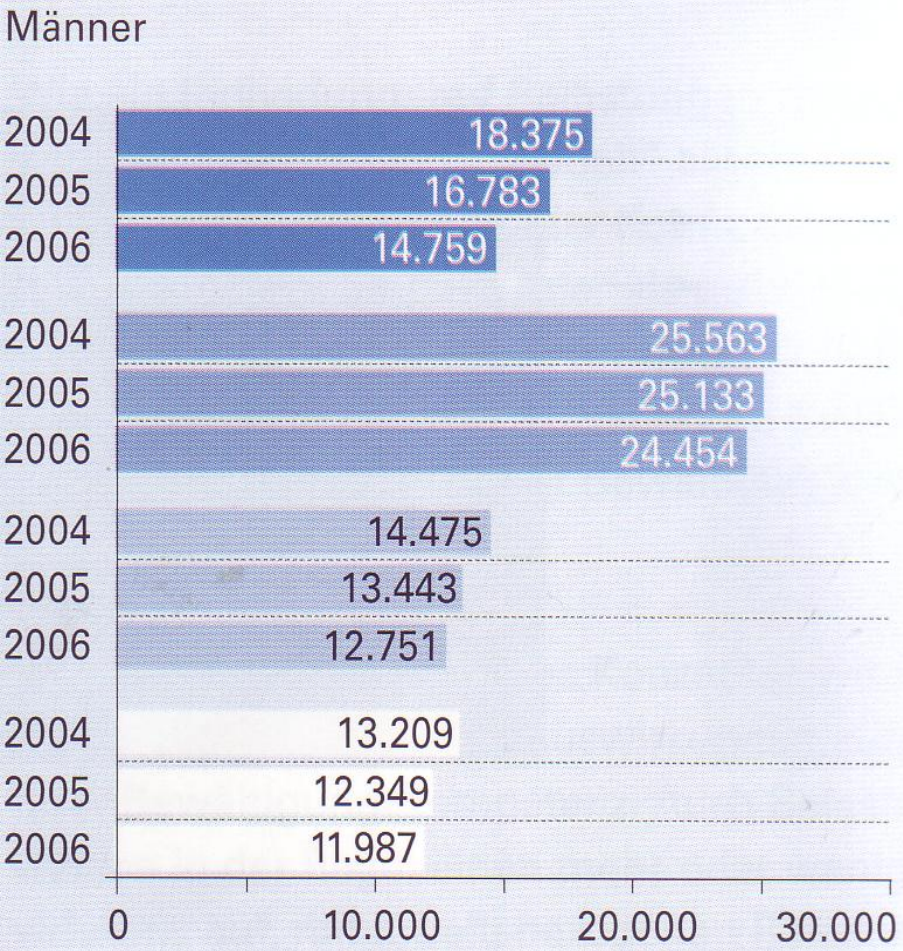


Work-Life-Balance

Zur Bedeutung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen

- **Epidemiologie (ca.30-35% Lebenszeitprävalenz)**
- **AU-Tage wg. psychischer und psychosomatischer Krankheiten nehmen zu; AU-zeiten dauern länger als bei vielen anderen Erkrankungen (AOK 2009; 23,7 Tage durchschnittlich)**
- **Psychische und psychosomatische Erkrankungen führend bei den Renten wg. verminderter Erwerbsfähigkeit**

Rentenzugänge wegen verminderter Erwerbsfähigkeit nach Diagnosegruppen – von 2004 bis 2006



■ Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems und des Bindegewebes
 ■ Psychische und Verhaltensstörungen
 ■ Krankheiten des Kreislaufsystems
 ■ Neubildungen

Die gesellschaftliche Dimension

Besondere Psychosoziale Herausforderungen unserer Zeit

Globalisierung, Dynamik und Komplexität

Vielfältige/ widersprüchliche soziale Rollen/Kontexte;

Wegbrechen stabilisierender sozialer Bezüge/Institutionen

**Aufbrechen tradierter kultureller und gesellschaftlicher
Norm- und Wertesysteme**

Hohes Ausmaß an Mobilität

Prekarisierung des Arbeitsmarktes

**erhöhte Anforderungen an die Autonomie und
Selbstwirksamkeit**

Demographische Entwicklung

veränderte Beziehungsmuster

Der Wandel der Arbeitswelt

Wandel der Arbeitswelt

- **Abnahme des klassischen industriellen Arbeitssektors und der damit verbunden Gefahrenpotentiale**
- **Dienstleistungs- und Wissensgesellschaft**
- **Neue Technologien und Organisationsformen der Arbeit erfordern mehr Flexibilität und Mobilität seitens der Arbeitnehmer**
- **Anwachsen psychosozialer Belastungen sowie höhere Anforderungen an kommunikative und interaktionelle Kompetenzen**
- **Wachsende Anforderungen an die Selbstregulation des einzelnen Mitarbeiters durch neue Arbeitsformen**
- **Zunehmende Vermischung von Arbeit und Freizeit (Work-Life-Balance)**
- **Demographischer Faktor**

Belastungen/Anforderungen infolge der Struktur, Organisation und Inhalte der Arbeit

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

- **Die Kontextbedingungen (unregelmäßigen Arbeitszeiten, befristete und unsichere Arbeitsverhältnisse, hoher Anspruch an Flexibilität und Mobilität, Bereitschaft zur lebenslangen Fort- und Weiterbildung)**

Konsequenzen aus demografischer Entwicklung

Stärken der Generationen nutzen (BAuA) 2006)

• Jüngere Arbeitnehmer

- Körperliche Belastbarkeit
- Konzentrationsfähigkeit
- Tempo-und Informationsverarbeitung
- Flexibilität
- Lernbereitschaft
- Risikobereitschaft

Ältere Arbeitnehmer

- Lebenserfahrung
- Expertenwissen
- Handlungssicherheit
- Soziale und kommunikative Kompetenz
- Zuverlässigkeit/Loyalität

Mögliche psychosoziale Folgen der Arbeitslosigkeit

- **Verlust der positiven Funktionen von Arbeit**
- **finanzielle Einschränkungen**
- **Veränderte familiäre Strukturen und Rollen**
- **zunehmende Alltagsorgen**
- **Erfahrung von Kontrolle durch soziale Institutionen,**
- **Erfahrung von Stigmatisierung und sozialer Ausgrenzung**
- **Fehlen persönlicher Ressourcen (Bewältigungs-
kompetenzen) und sozialer Ressourcen (soziale Unterstützung)
kann zu Kontrollverlust und Reaktionen von Hilflosigkeit führen**
- **Chronifizierung von Erkrankungen**

Gesellschaftliche Rahmenbedingungen

**Vielfalt
Komplexität
Dynamik
Unübersichtlichkeit
Werteunsicherheit
wenig gesellschaftl.
Struktur
Hohe soziale
Kontrolle
unsichere
Bedingungen
d. Identitätsbildung
und Beziehungen**

geforderte individuelle Kompetenzen

**Autonomie
Durchsetzungs-
vermögen
Narzissmus
Kommunikations- und
Interaktionsfähigkeit
Anpassungsfähigkeit
Flexibilität
in Bezug auf Identität
und Beziehungen
Mobilität**

Relevante psychische und psychosomatische Folgen

**Egozentrismus
Überforderung
narzist. Krisen
Burn-out
Hilflosigkeit
Depressivität
Vereinsamung
Ängste
Somatisierung
Aggression**

A
b
h
ä
h
n
g
i
g
k
e
i
t

Welche Konsequenzen resultieren für die Psychotherapie?

- **Krankheit als Ausdruck von spezifischen gesellschaftlichen Verhältnissen zu verstehen**
- **Krankheit als individueller Versuch, zwischen den individuellen Ressourcen/Hemmnissen und den gesellschaftlichen Anforderungen zu vermitteln**
- **Die subjektive Sicht (Ziele und Werte) und die subjektiven Möglichkeiten des Individuums zu reflektieren und zu akzeptieren**
- **An den konkreten sozialen Problemstellungen der Patienten anzusetzen**
- **Den gesellschaftlichen Werte- und Normendiskurs zu fördern**

Therapeutische Ziele

**Reduzierung von
Leiden**

Symptomreduktion

**Förderung der
Selbstregulation**

**Sinnrekonstruktion
und -suche**