

PRESSEMITTEILUNG

IMABE, Symposium, 8.11.2013, PVA

MENTAL HEALTH UND ARBEITSWELT. Arbeit zwischen Stress und Lebenssinn

Experten diskutierten im Rahmen einer interdisziplinären Tagung am Freitag, 8.11.2013 darüber, ob der Anstieg psychischer Erkrankungen vielleicht auch nur ein Scheinphänomen ist – und warum der Umbruch von der Industrie- zur Dienstleistungsepoche eine historische Chance für eine Humanisierung der Arbeitswelt bedeuten kann.

Wien (IMABE), 11.11.2013: „Ist das Psychische wirklich in der Medizin am besten aufgehoben?“ Der Hamburger Mediziner und Sozialpsychiater Klaus Dörner nahm am Symposium zum Thema „Mental Health und Arbeitswelt. Arbeit zwischen Stress und Lebenssinn“, das vergangenen Freitag in Wien stattfand, seine eigene Zunft kritisch unter die Lupe. Während früher auch andere - etwa kulturelle, soziale, ökonomische oder religiöse – Gründe als Erklärung für ein zunächst nicht klar definierbares psychisches Unwohlsein gültig waren, habe inzwischen die Medizin das Monopol über die Definition, was seelisches Leiden ist, übernommen. Die Kehrseite: Seelisches Leiden werde dadurch pathologisiert und medikalisiert. „Wir beobachten, dass die Zahl der schweren psychischen Störungen gleich bleibt, während die Zahl der leichteren Befindlichkeitsstörungen sich offenbar beliebig vermehren lässt“, kritisiert Dörner im Rahmen des von IMABE- Institut für medizinische Anthropologie und Bioethik in der Pensionsversicherungsanstalt veranstalteten Symposiums.

Medizin schafft sich einen neuen Markt von Krankheiten

Der epidemische Anstieg von psychischen Erkrankungen zur Volkskrankheit Nummer Eins verdanke sich dem Ideal der Beschleunigung und Leistungssteigerung, das seit der Industrialisierung vorherrscht. Außerdem verstünde sich die Medizin heute als vor allem naturwissenschaftliche Disziplin, die von Leid befreien soll – und dazu einen Markt von Medikamenten und Therapeuten hochrüstet. „Die Zahl der Depressionen hat sich vervierfacht, die Zahl der Therapeuten hat sich verachtfacht. Da ist ein Zusammenhang erkennbar.“

Dörner plädierte dagegen für ein Umdenken: Statt alle Probleme in medizinische Probleme umzuwandeln, sollte man im Sinne Viktor Frankls auf das Sinnstreben des Menschen und seine Leidensfähigkeit setzen - und ihn nicht nur auf seine Arbeits- und Genussfähigkeit zu reduzieren. Außerdem müsse der „Leistungsbeschleunigungszwang“ neutralisiert werden: Im Umbruch von der Industrie-Epoche zur Dienstleistungs-Epoche sieht der Sozialpsychiater eine historische Chance für eine Humanisierung der Arbeitswelt.

„Um als Unternehmen attraktiv zu sein, müssen wir ein Umfeld bieten, wo sich Mitarbeiter entwickeln können“, erklärt Joachim Burger, Geschäftsleiter Human Resource bei T-Mobile Austria. Das Angebot von Gleitzeit oder die Möglichkeit, auch einmal von Zuhause aus Arbeiten zu können, gäbe den Mitarbeitern eine Freiraum, die sich als „gefühlte Freiheit“ positiv auf das Arbeitsklima auswirke. Dank des Gesundheitsmanagements konnte die Mitarbeiterzufriedenheit im Konzern auf 75%, die Balance zwischen Beruf und Privat von 52 auf 64% und die Gesundheitsrate auf 97% gesteigert werden, berichtet Burger.

Prävention für seelische Gesundheit: Elternhaus, Schule und Social Skills

Laut Chefarzt Rudolf Müller, Pensionsversicherungsanstalt, wurden 1999 in Österreich 1,3 Millionen Krankenstandstage wegen psychischer Erkrankungen gezählt, 2009 waren es 2,4 Millionen und im Vorjahr bereits 3,4 Millionen. Psychiatrische Erkrankungen sind die Nummer eins bei den Zuerkennungen von Berufsunfähigkeits- oder Invaliditätspensionen. In Österreich leidet jeder Fünfte ein Mal in seinem Leben an einer Depression. Bei den Frauen ist jede Vierte betroffen, bei den Männern jeder Achte. Jeder sechste Österreicher hat Angststörungen. Frauen sind stärker betroffen als Männer und es trifft sie in jüngeren Jahren Warum trifft es Frauen mehr als Männer? Eine Aufsplitterung andere Faktoren – wie viele Mütter, kinderlose Frauen, doppelt belastet Frauen usw. – ist nicht erfasst. Christian Haring, Ärztlicher Leiter der Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie B, LKH Hall in Tirol, lässt auch offen, ob das Diagnoseschema für Depression hier eine Rolle spielt: „Frauen passen wohl auch besser in das vorhandene Profil als Männer.“

Haring sieht aber vor allem in der postmodernen Auflösung der Strukturen von Arbeitswelt, Familie - etwa die Zunahme von Single-Haushalten - und der Verschiebung von Werten einen Co-Faktor dafür, dass Menschen heute seelisch verwundbarer sind. Als Basis für protektive Faktoren mentaler Stärke nennt der Tiroler Psychiater das Elternhaus, die Schule und das frühe Einüben in Social Skills. „Wenn ich selbst nicht existent bin, sondern nur außen gesteuert, bin ich extrem anfällig“, betont Haring und unterstreicht die Bedeutung von „inneren Quellen“, die jeder Mensch zum Fließen bringen muss.

Arbeit hat einen Zweck – und braucht Sinn

„Das innere Bedürfnis des Menschen nach Lebenssinn ist keinesfalls durch Effizienz und das Funktionieren in der Arbeit abgedeckt“, betonte die deutsche Religionsphilosophin Hanna Barbara Gerl-Falkovitz, Vorständin des Europäischen Instituts für Philosophie und Religion EUPHRat in Heiligenkreuz. Eine Phänomenologie der Arbeit im Zeitalter seelischer Erkrankungen zeigt: Arbeit hat einen Zweck und braucht Sinn. Wer ein Haus baut, will natürlich, dass es bald fertig wird und setzt die Mittel ein: rational, effektiv, zielbewusst. Der

Zweck ist ein Ziel, das in einer zeitlichen Begrenzung, nämlich möglichst schnell, mit rationellen Mitteln erreicht werden soll. „Sinn dagegen hat kein Ziel in der Zeit, sondern ist ein Vorgang der sich selbst trägt“, so die Philosophin. Das Hören einer Symphonie sei beispielsweise in sich sinnvoll, zweckfrei. Die Musik schneller spielen, nur um es „endlich hinter sich zu haben“, wäre Unsinn. Wenn der Sinn der Arbeit nur auf eine Zweck-Nutzen-Relation reduziert wird oder nur gemacht wird, damit man es schneller hinter sich hat oder dann mehr Freizeit, erlauben keine Freude und Befriedigung am eigenen Tun. Genau das sei aber der tiefere Sinn von Arbeit im christlich-jüdischen Erbe: nicht nur Last, sondern Weltgestaltung, Hingabe und Selbstgestaltung, „im Tun die Freude am Tun selber“.

Ethische Dimension der Prävention

Burnout ist ein Risikozustand, bei dem nicht nur eine Störung in der Verarbeitung von Stress vorliegt, sondern zugleich eine Lebenssinnskrise, ergänzt Susanne Kummer, Geschäftsführerin von IMABE. Eine Burnout-Prävention muss laut Ethikerin Kummer da ansetzen, wo eine Person Gefahr läuft, sich immer stärker in ein erhöhtes Engagement hineinzusteigern, sodass irgendwann ein krankmachendes Missverhältnis zwischen Engagement und Erfolg droht. Prävention bedeutet, dass ein Mensch gesunden Abstand gewinnt zu dem, was er tut. Sein Leben muss wieder offen werden, Weite bekommen, darin Zeit für „nutzlos“ Beglückende: Beziehungen - Familie, Freundschaften -, Erholung, Lebensfreude, Erfahrungen des Schönen und der Natur. Als wichtiger Ansatz für eine Burnout-Prävention wird deshalb auch die Eigenverantwortung des einzelnen genannt, der seine persönliche Werteskala innerlich umgestalten muss. Die Sinnfrage sollte daher in der Therapie aktiv aufgegriffen werden, dem Patienten Handlungsmöglichkeiten eröffnet werden, wo Werte, Ziele und Lebensführung neu definiert und eingeübt werden können.

Medienservice, Fotos, Pressespiegel:

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Homepage:

<http://www.imabe.org/index.php?id=1906>

Veranstalter: IMABE•Institut für Medizinische Anthropologie und Bioethik (www.imabe.org)

Mitveranstalter: Pensionsversicherungsanstalt (PV), Allgemeine Unfallversicherungsanstalt (AUVA) Hauptverband der Österreichischen Sozialversicherungsträger, Österreichische Ärztekammer

Kontakt und Anfragen:

Mag. Susanne Kummer
IMABE • Institut für medizinische Anthropologie und Bioethik
Landstraßer Hauptstraße 4/13, A-1030 Wien
T: +43-1-715 35 92
M: +43 (0) 650 909 18 21
E: skummer@imabe.org