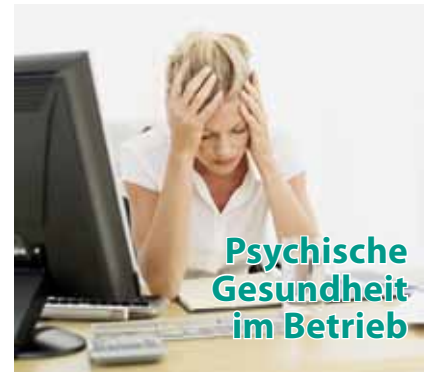


Psychische Gesundheit im Betrieb

Folge 2



Einleitung

Die arbeitsmedizinische Empfehlung „Psychische Gesundheit im Betrieb“ des Ausschusses für Arbeitsmedizin des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales nennt Eckdaten zur Psychischen Gesundheit und stellt dabei die Rolle des Betriebsarztes in den Mittelpunkt.

In den Folgen 1 bis 4 werden die **Grundlagen** vermittelt. Hier findet ein wissenschaftlicher Exkurs zum Bedingungsgefüge von psychischer Gesundheit und Krankheit statt. Dieser hilft, die Komplexität der Interaktion von biologischen und psychischen Prozessen zu verstehen. Die für den Erhalt und die Förderung psychischer Gesundheit in der Arbeit wesentlichen Faktoren werden zusammengefasst und mit den aktuellen Entwicklungen in der Arbeitswelt konfrontiert. Gängige wissenschaftliche Hypothesen und Modelle vermitteln mögliche Lösungsoptionen für die Gestaltung gesundheitsförderlicher Arbeitsbedingungen.

In den Folgen 5 und 6 **Perspektiven und Methoden** werden ausgewählte Ansätze und Analyseinstrumente für den Methodenkoffer des Betriebsarztes zur Identifikation von psychischen Belastungen und Ressourcen im Rahmen der Gefährdungsermittlung und -beurteilung ausführlich vorgestellt, auf eine umfassende Darstellung wird aber bewusst verzichtet. Mögliche externe Kooperationspartner werden benannt. Die Rahmenbedingungen in kleinen und mittelgroßen Unternehmen werden stets berücksichtigt. Für die praktische Umsetzung wird ein bewährtes dreistufiges Vorgehen empfohlen.

Die Vorstellung erfolgreicher **betrieblicher Beispiele** in Folge 7, Handlungsansätze und eine Darstellung wesentlicher **Erfolgsfaktoren** in Folge 8 runden die Empfehlung ab.

Grundlagen

Wissenschaftliche Untersuchungen und Ergebnisse

Einfluss biologischer, gesellschaftlicher und betrieblicher Rahmenbedingungen auf die psychische Gesundheit

Ätiologie psychischer Erkrankungen

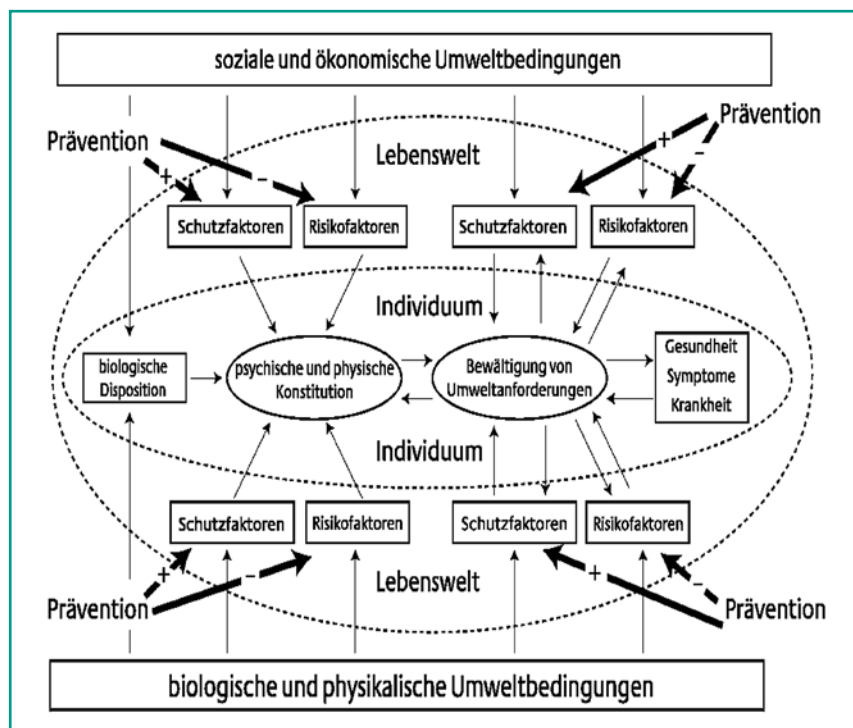
Nach den gegenwärtig allgemein akzeptierten Modellvorstellungen zur Ätiologie psychischer Erkrankungen (siehe Abbildung 1) erfolgt die Entwicklung der kognitiven und emotionalen Konstitution eines Menschen auf der Grundlage einer biologischen Disposition und seiner Sozialisation (Gaebel 2003). Vor dem Hintergrund dieser biologischen Disposition entwickelt sich im Verlauf von Kindheit und Jugend eine mehr oder weniger stabile psychische Konstitution, das heißt relativ stabile spezifische Erlebens- und Verhaltensmuster, welche die Grundlage für die subjektive Interpretation von Umweltreizen und die psychische Bewältigung von Umweltanforderungen bilden (Felner et al. 2000; Schüssler 2003).

Neuere Erkenntnisse der neurobiologischen Forschung deuten darauf hin, dass diese Erlebens- und Verhaltensmuster eine weit reichende biologische Verankerung haben (Lesch 2003; Maier et al. 2003). Diese biologische Verankerung

bedeutet jedoch nicht, dass hier eine einseitige biologische Determination vorliegt, sondern dass zwischen psychischen und biologischen Prozessen vielfältige Interaktionsbeziehungen existieren (Thome & Riederer 2003).

Die Herausbildung der psychischen Konstitution eines Menschen wird dabei von den Merkmalen seiner sozioökonomischen und biophysikalischen Lebensbedingungen beeinflusst (hier sind in beiden Aspekten auch die Arbeitsbedingungen gemeint), welche entweder die Eigenschaft von Risikofaktoren oder von protektiven Faktoren einer gesunden Entwicklung aufweisen (Egle et al. 1997; World Health Organization 2004). Als Ergebnis dieser Entwicklung verfügt ein Mensch in seiner jeweiligen Lebensphase über eine spezifische adaptive Kapazität (Gaebel 2003), die es ihm ermöglicht, auf die Anforderungen seiner Umwelt in angemessener Form zu reagieren (Felner et al. 2000). Die psychische Konstitution bildet damit die zentrale interne Ressource zur Bewältigung von Umweltanforderungen.

Neben dieser internen Ressource verfügen Menschen in unterschiedlichem Umfang über externe Ressourcen wie beispielsweise soziale Beziehungen, finanzielle Mittel, materielle Güter, soziale Sicherheit, welche die Bewältigung von Umweltanforderungen unterstützen. Zwischen internen und externen Ressourcen und der Bewältigung von Umweltanforderungen bestehen Wechselbeziehungen. Das heißt einerseits bildet die psychische Konstitution die zentrale Voraussetzung von Umweltanforderungen und damit auch für die Gewinnung externer Ressourcen, andererseits wirkt sich die Bewältigung von



Umweltanforderungen und damit die Verfügbarkeit externer Ressourcen auf die psychische Konstitution aus.

Die Dynamik der Wechselwirkungen zwischen psychischer Konstitution, externen Ressourcen und der Bewältigung von Umweltanforderungen ist in starkem Maße altersabhängig. Ihre höchste Intensität entfaltet sie in den frühen Entwicklungsphasen von Kindheit und Jugend. Mit dem Erreichen des Erwachsenenalters zeigt sich die psychische Konstitution eines gesunden Menschen demgegenüber zunehmend gefestigt und gegenüber äußeren Einflüssen eher immun. Allerdings können sowohl der dauerhafte Verlust externer Ressourcen (beispielsweise Arbeitslosigkeit, Partnerverlust) als auch eine erhebliche Steigerung der Umweltanforderungen (beispielsweise kritische Lebensereignisse, berufliche Belastungen) die psychische Konstitution auch im Erwachsenenalter beeinträchtigen.

Eine psychische Erkrankung entsteht nach dem vorliegenden Modell dann, wenn interne und externe Ressourcen eines Menschen zu einer angemessenen Bewältigung der Anforderungen seiner Umwelt nicht ausreichen. Die Ursache dieser Diskrepanz kann entweder darin

liegen, dass aufgrund von Beeinträchtigungen der psychosozialen Entwicklung die adaptive Kapazität nur unzureichend ausgebildet wurde, oder darin, dass eine den normalen Anforderungen genügende Kapazität durch eine gravierende Steigerung der äußeren Anforderungen überfordert wird. Nach allen gegenwärtigen Erkenntnissen sind diese Entstehungsbedingungen psychischer Erkrankungen nicht störungsspezifisch, das heißt, einerseits kann sich eine bestimmte Form der Überforderung der adaptiven Kapazität in sehr unterschiedlichen Krankheitsbildern manifestieren und andererseits können sehr unterschiedliche Formen der Überforderung die gleiche Erkrankung hervorrufen (Greenberg et al. 2001).



Die Bedeutung beruflicher Tätigkeit

Die berufliche Tätigkeit bildet für die Mehrzahl der Erwachsenenbevölkerung einen zentralen Bestandteil ihrer Lebenswelt. Im Hinblick auf die psychische Befindlichkeit ergeben sich aus der beruflichen Tätigkeit sowohl Anforderungen als auch Schutz- und Risikofaktoren. Erst aus dem Zusammenwirken dieser Faktoren mit den jeweiligen Merkmalen der individuellen psychischen Konstitution ergeben sich konkrete Risiken für die Entstehung psychischer Erkrankungen.

Die **protektive Funktion** beruflicher Tätigkeit für das psychische Wohlbefinden ergibt sich zum einen daraus, dass die berufliche Tätigkeit für den erwachsenen Menschen die zentrale Grundlage für seinen sozialen Status als auch für seine materielle Reproduktion bildet, zum anderen aber auch daraus, dass die berufliche Tätigkeit Rahmenbedingungen für kreative Betätigung und soziale Interaktion sowie das Erleben von Erfolg und Anerkennung schafft. Aus diesen verschiedenen positiven Funktionen ergibt sich neben der emotionalen Wirkung eine starke normative Bindungskraft der beruflichen Tätigkeit.

Zum **Risikofaktor** für die Entstehung psychischer Erkrankungen kann die berufliche Tätigkeit dadurch werden, dass nicht ausreichende interne und/oder externe Ressourcen zur Bewältigung der Aufgaben zur Verfügung stehen oder dadurch, dass die Arbeitstätigkeit unter gesundheitsschädigenden Bedingungen erfolgt.

Interne Ressourcen zur Bewältigung beruflicher Anforderungen bilden zum einen die individuelle berufliche Qualifikation und Leistungsfähigkeit und zum anderen die oben beschriebene psychische Konstitution in Verbindung mit sozialen Kompetenzen, wie beispielsweise Kommunikationsfähigkeit, Einfühlungsvermögen und Durchsetzungsfähigkeit.

Externe Ressourcen können sowohl sozialer, materieller als auch organisatorischer Natur sein. Ein sozial unterstützendes Verhalten von Vorgesetzten

und Kollegen ist hier ebenso von Bedeutung, wie eine ergonomische Gestaltung der Arbeitsumgebung, eine adäquate Strukturierung von Arbeitsaufgaben und Arbeitszeit, ein angemessenes Verhältnis von Verantwortung und Entscheidungsspielräumen, ein transparentes und angemessenes System von Leistungskontrolle und Belohnung, sowie die mittel- und langfristige Planbarkeit beruflicher Laufbahnen.

Ein erhöhtes Risiko der Entstehung einer psychischen Erkrankung ergibt sich vor dem Hintergrund dieser Wirkungszusammenhänge dann, wenn die Anforderungen die Leistungsvoraussetzungen überfordern beziehungsweise wenn Mitarbeiter eine Diskrepanz zwischen den beruflichen Anforderungen und den für die Bewältigung dieser Anforderungen notwendigen internen und externen Ressourcen wahrnehmen und wenn sich aus dieser Diskrepanz für sie die subjektive Gefahr negativer Konsequenzen für die Befriedigung ökonomischer, kreativer oder emotionaler Bedürfnisse ergibt.

Ursache des Erlebens von Diskrepanzen zwischen beruflichen Anforderungen und Bewältigungsressourcen können dabei in der Veränderung der Leistungsanforderung von außen (z. B. durch Vorgesetzte) aber auch von innen (z. B. durch Rivalität um Belohnungen) oder in der Veränderung der externen (z. B. der Verlust sozialer Unterstützung) oder internen (z. B. verminderte Leistungsfähigkeit durch Krankheit) Ressourcen liegen.

Eingebettet ist der Prozess der Anforderungsbewältigung in mikro- und makroökonomische Rahmenbedingungen, die als kulturell, politisch und organisatorisch vermittelt erlebt werden. □

Der Beitrag wird fortgesetzt.
Die Redaktion dankt Dr. A. Schoeller für die redaktionelle Aufbereitung des Textes.



Literatur:

- AOK-Bundesverband (2010). Fehlzeiten-Report 2010: Wettbewerbsvorteil Vielfalt. Pressemitteilung. Berlin, 08.07.2010. Verfügbar unter: http://www.aok-bv.de/presse/pressemitteilungen/2010/index_04292.html
- Badura, B. et al. (2008): Sozialkapital. Grundlagen von Gesundheit und Unternehmenserfolg. Berlin.
- BARMER GEK (Hrsg.) (2010): BARMER GEK Gesundheitsreport 2010. Teil 1 Gesundheitskompetenz in Unternehmen stärken, Gesundheitskultur fördern.
- BKK Gesundheitsreport 2009. Gesundheit in Zeiten der Krise. Berlin.
- BKK-Bundesverband (Hrsg.) (2010): BKK Gesundheitsreport 2010. Gesundheit in einer älter werdenden Gesellschaft.
- DAK – Deutsche Angestellten Krankenkasse (2010). Gesundheitsreport 2010. DAK Zentrale. Hamburg.
- Egle, U. T., Hoffmann, S. O., Steffens, M. (1997) Psychosoziale Risiko- und Schutzfaktoren in Kindheit und Jugend als Prädisposition für psychische Störungen im Erwachsenenalter. Nervenarzt, 68: 683–695.
- Felner, R. D., Felner, T. Y., Silverman, M. M. (2000) Prevention in mental health and social intervention. Conceptual and methodological issues in the evolution of the science and practice of prevention, In: J. Rappaport & E. Seidman (Hrsg.), Handbook of community psychology, Kluwer Academic / Plenum Publishers, New York, Boston, Dordrecht, 9–42.
- Gaebel, W. (2003) Ätiopathogenetische Konzepte und Krankheitsmodelle in der Psychiatrie, In: H.-J. Möller, G. Laux, H.-P. Kapfhammer (Hrsg.), Psychiatrie & Psychotherapie, 2. Auflage, Springer, Berlin, Heidelberg, New York, 26–48.
- Greenberg, M. T., Domitrovich, C., Bumbarger, B. (2001) The prevention of mental disorders in school-aged children: Current state of the field. Prevention & Treatment, 4: 1–55.
- IGES Institut GmbH (beauftragt von der DAK) (2010): DAK-Gesundheitsreport 2010. Analyse der Arbeitsunfähigkeitsdaten. Schwerpunkt Schlafstörungen.
- Kilian, R., Becker, T. (2006) Die Prävention psychischer Erkrankungen und die Förderung psychischer Gesundheit. In: Kirch, W., Badura, B. (Hrsg.) Prävention. Ausgewählte Beiträge des Nationalen Präventionskongresses. Dresden, 1. und 2. Dez. 2005. Heidelberg: Springer. pp 443–472)
- Lesch, K. P. (2003) Gene-environment interaction and the genetics of depression. J Psychiatry Neuroscience, 29: 174–184.
- Maier, W., Schwab, S., Rietschel, M. (2003) Genetik psychiatrischer Störungen, In: H.-J. Möller, G. Laux, H.-P. Kapfhammer (Hrsg.), Psychiatrie & Psychotherapie, 2. Auflage. Springer, Berlin, Heidelberg, New York, 69–105.
- Rau, R., Gebele, N., Morling, K., Rösler, U. Untersuchung arbeitsbedingter Ursachen für das Auftreten von depressiven Störungen. Dortmund, Berlin, Dresden 2010.
- Schüssler, G. (2003) Psychologische Grundlagen psychiatrischer Erkrankungen, in: H.-J. Möller, G. Laux, H.-P. Kapfhammer (Hrsg.), Psychiatrie & Psychotherapie, Springer, Berlin, Heidelberg, New York, 178–207.
- Techniker Krankenkasse (Hrsg.) (2010): Gesundheitsreport 2010. Gesundheitliche Veränderungen bei Berufstätigen und Arbeitslosen von 2000 bis 2009.
- Thome, J., Riederer, R. (2003) Störungen der Neurotransmission als Grundlage psychiatrischer Erkrankungen, In: H.-J. Möller, G. Laux, H.-P. Kapfhammer (Hrsg.), Psychiatrie & Psychotherapie, 2. Auflage, Springer, Berlin, Heidelberg, New York, 123–140.
- World Health Organization (2004) Prevention of mental disorders. Effective interventions and policy options World Health Organization, Geneva.