

Wenn der Urlaub Angst macht



Autor

Dr. Stefan Poppelreuter, Jahrgang 1964, Diplom-Psychologe, Berater, Trainer und Coach bei TÜV Rheinland Personal GmbH, Köln/Bonn.

Für viele Bürger ist es die schönste Zeit des Jahres: der Urlaub! Verreisen, ausruhen, neue Eindrücke sammeln, faulenzen, Sport treiben, schlemmen, andere Menschen kennen lernen. Die Möglichkeiten, den Urlaub zu gestalten, sind vielfältig. Der Zweck, der verfolgt wird, ist meist ähnlich: mal abschalten, mal rauskommen, sich inspirieren lassen, die Batterien aufladen. Kaum vorstellbar, dass es Menschen gibt, für die ihre Urlaubszeit zur Qual wird. Nicht am Arbeitsplatz zu sein und nichts wirklich Produktives tun zu können, ängstigt sie. Diese Menschen sind süchtig – süchtig nach Arbeit.

Sigmund Freud wurde einmal gefragt, was seiner Meinung nach ein normaler Mensch können müsse. Er hat kurz und knapp geantwortet: „Lieben und arbeiten.“ Der Vater der Psychoanalyse hat damit die Eckpfeiler des menschlichen Daseins, wenn man so will, den Lebenssinn, skizziert. Und in der Tat besteht heute – zumindest in den westlichen Industrienationen – Einigkeit darüber, dass die Arbeit ein, vielleicht das zentrale den Menschen kennzeichnende Merkmal ist.

Wenn Sie auf einer Party neue Leute kennenlernen und diese bitten, etwas über sich selbst zu sagen, so wird in der Regel der Name, vielleicht das Alter, dann aber sehr bald auch der Beruf genannt. Das, was wir tun, unsere Arbeit, trägt maßgeblich zu unserer Identität, zu dem, was wir sind, bei.

Daneben kommen der Arbeit aber noch zahlreiche weitere positive Funktionen zu, die sie für uns als Menschen unentbehrlich macht: So sichert die Erwerbsarbeit unsere Existenzgrundlage, sie ermöglicht uns die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben und am Konsum. Die Arbeit vermittelt uns Erfolgserlebnisse und stärkt unser Selbstwertgefühl. Wir demonstrieren in ihr Aktivität und Kompetenz. Durch die Arbeit erhalten wir sozialen Kontakt – nach wie vor wird eine Vielzahl von Freundschaften und Ehen „am Arbeitsplatz“ geschlossen. Arbeit strukturiert unseren Tag, unsere Woche, unser Jahr.

Der Wegfall von Arbeit, die Arbeitslosigkeit, ist für die Betroffenen nicht nur deshalb so gravierend, weil existenzielle Nöte entstehen. Vor allem die Unstruk-

turiertheit des Tagesablaufs bereitet Probleme. Ähnliches lässt sich häufig auch beim Eintritt ins Rentnerleben feststellen.

Bei so vielen positiven Effekten der Arbeit wird gerne verkannt (oder verdrängt), dass die Arbeit auch negative Folgen nach sich ziehen kann. Wer weiß das besser als Betriebsärzte und Betriebspsychologen, Sicherheitsexperten und Umweltmediziner? Über Gefahren und Risiken am Arbeitsplatz, beispielsweise durch Maschinen, Lärm, Chemikalien, Lärm und Hitze, wird vielfach berichtet, und zahlreiche gesetzliche Verordnungen und Regelungen sollen dazu dienen, diese Gefahren und Risiken zu minimieren.

Stress, Herzinfarkte und Suchtprobleme werden als mögliche Folgen unbefriedigender Arbeitssituationen diskutiert, aber die Annahme, dass ein Zuviel an Arbeit, eine eindimensionale Ausrichtung des Lebens auf die Arbeit ebenfalls nachteilige Konsequenzen für den Einzelnen, aber auch sein Umfeld und die gesamte Gesellschaft haben kann, wird häufig als prinzipieller Angriff auf grundlegende Norm- und Wertvorstellungen unseres Gesellschaftssystems missverstanden und daher abgelehnt.

Das „Vielarbeiten“ gilt – nicht zuletzt auch bei den Betriebsärzten selbst – als notwendig, üblich oder im „besten“ Falle unvermeidbar. Die Arbeit als unverzichtbares Fundament für menschliches Wohlbefinden, für Wohlstand und Konsum erscheint unantastbar. „Wir sind“, so der Soziologe Bernd Guggen-



Es gibt Menschen, für die ihre Urlaubszeit zur Qual wird: Nicht am Arbeitsplatz zu sein und nichts wirklich Produktives tun zu können, ängstigt sie.

berger, „in den letzten 200 bis 300 Jahren so gründlich durch die Schule der Arbeit gegangen, haben uns so sehr mit ihr eingelassen, dass wir kaum mehr über sie hinauszudenken vermögen. Für die meisten von uns gilt, dass sie und ihre Hervorbringungen von unserer ganzen Existenz Besitz ergriffen haben, dass sie das Gesamt unserer Hoffnungen und Sehnsüchte umschreiben. Wir haben nur noch Augen und Ohren für die Arbeit, ihre Erfordernisse und das, was durch sie unmittelbar bewirkt und ermöglicht wird: Konsum, Verzehr ihrer Hervorbringungen.“ Anders gesagt, wir sind abhängig geworden von der Arbeit, als Gesamtgesellschaft, aber auch als einzelnes Individuum.

Sucht nach Arbeit – gibt es das überhaupt?

Es mehren sich die kritischen Stimmen und auch die wissenschaftlichen Befunde, dass die Abhängigkeit von der Arbeit, die Sucht nach Arbeit, ein zunehmendes und vor allem ernst zu nehmendes Problem in unserer Gesellschaft darstellt. Das Krankheitsbild vom Arbeitssüchtigen, vom Workaholic, findet mehr und mehr Anerkennung und Bestätigung, sowohl in alltäglichen Beobachtungen als auch in wissenschaftlichen Untersuchungen. Und auch wenn die Diagnose „Arbeitssucht“ noch keinen offiziellen Eingang in die Krankheitsmanuale der Mediziner und Psychologen und die Leistungskataloge der Krankenkassen gefunden hat, so setzt sich doch die Erkenntnis durch, dass Arbeit tatsächlich süchtig entgleisen kann.

Es lassen sich Arbeitsformen und Arbeitsstile – und zwar sowohl innerhalb als auch außerhalb der Erwerbsarbeit – finden, die man als süchtig kennzeichnen muss, und die das einzelne Individuum, aber auch sein näheres soziales Umfeld, den Arbeitgeber und schließlich auch die gesamte Gesellschaft nachhaltig schädigen.

Dabei wird durchaus noch kontrovers diskutiert, ob es angemessen ist, bestimmte exzessive Verhaltensmuster



Das Krankheitsbild vom Workaholic findet mehr und mehr Anerkennung und Bestätigung, sowohl in alltäglichen Beobachtungen als auch in wissenschaftlichen Untersuchungen.

mit dem Begriff „Sucht“ zu belegen. Die Existenz stoffungebundener Suchtformen wie beispielsweise Spiel-, Sex- und eben auch Arbeitssucht wird von zahlreichen Fachleuten und auch Laien bestritten. Stattdessen fordern diese immer wieder, die Begriffe Missbrauch, Abhängigkeit und Sucht nur im Zusammenhang mit dem Konsum einer spezifischen Substanz wie beispielsweise Alkohol, Nikotin oder Kokain zu verwenden.

Andererseits gibt es jedoch die psychologische Erkenntnis, dass jedes menschliche Verhalten in eine süchtige Entwicklung einmünden kann, die in der Umgangssprache beispielsweise als Gier, Wut oder Leidenschaft beschrieben wird. Insofern kann jedes Bedürfnis und jede Tätigkeit eines Menschen zur Sucht werden. Als Abgrenzung zu lieb gewordenen Gewohnheiten, auf die man nicht verzichten möchte, gehört zur Sucht allerdings ein zwanghaftes Moment. Der Süchtige kann in der Regel nicht aufhören, der Süchtige „muss“.

Ein weiteres Problem in der gesellschaftlichen und wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit der Arbeitssuchtproblematik ergibt sich aus der Tatsache, dass die Arbeitssucht im Gegensatz zu den stoffgebundenen Abhängigkeiten (wie zum Beispiel Alkoholismus, Drogen-

und Medikamentenabhängigkeit) und anderen stoffungebundenen Suchtformen (beispielsweise Spielsucht, Sexsucht) oberflächlich betrachtet eine „saubere“ Sucht ist: Der Arbeitssüchtige wirkt aktiv, erfolgreich und scheint sein Leben perfekt im Griff zu haben, während etwa alkoholranke oder spielsüchtige Menschen als labil und außengesteuert gelten.

Obwohl tradierte Sinnsprüche wie „Ohne Fleiß kein Preis“ oder „Arbeit macht das Leben süß“ in der heutigen Zeit antiquiert anmuten, werden Tüchtigkeit und Einsatzbereitschaft immer noch als Grundfesten der Leistungsgesellschaft angesehen. Der Widerspruch, dass diese höchst anerkannten Tugenden Ausdruck einer Krankheit sein können, führt zu erheblichen Vorbehalten gegenüber einer Auseinandersetzung mit dem Thema Arbeitssucht, die so weitreichend sind, dass manche Menschen – in völliger Verkennung der Ernsthaftigkeit der Problematik – sich selbst stolz als süchtig nach ihrer Arbeit bezeichnen.

Arbeitssucht – ein altbekanntes Phänomen

Das Konzept von der „Arbeitssucht“ und dem englischen Pendant „Workaholism“ hat sich im deutschsprachigen Raum in den 80er und 90er Jahren in der fach- wie populärwissenschaftlichen Literatur etablieren können. Dabei ist arbeitssüchtiges Verhalten keineswegs ein Phänomen unserer Zeit. Sowohl in der Belletristik als auch in der gesellschaftspolitischen und der wissenschaftlichen Literatur finden sich schon sehr viel früher Darstellungen arbeitssüchtiger Verhaltensmuster. Diese wurden dort aber selten explizit als Arbeitssucht bezeichnet.

Bereits 1852 beschreibt der französische Schriftsteller Gustav Flaubert seine frenetische, pervertierte Liebe zur Arbeit. Paul Lafargue, französischer Sozialist und Schwiegersohn von Karl Marx, beklagt 1883 in seiner Schrift „Das Recht auf Faulheit“ eine „seltsame Sucht“, die die Arbeiterklasse

aller Länder mit kapitalistischer Zivilisation beherrsche, „die rasende, bis zur Erschöpfung der Individuen und ihrer Nachkommenschaft gehende Arbeitssucht“. Der ungarische Psychoanalytiker Sandor Ferenczi erwähnt in einem Aufsatz aus dem Jahre 1919 Patienten, die unter einer „Sonntagsneurose“ leiden, welche sich in regelmäßig am Sonntag wiederkehrenden Beschwerden wie Kopfschmerzen, Unwohlsein und Erbrechen äußert. Ferenczi interpretiert das Auftreten der Beschwerden als Reaktion auf die fehlende Arbeit am Sonntag. Für ihn sind diese Patienten abhängig von der Arbeit wie Morphinisten von ihrem gewohnten Gift.

Arbeitssucht – Definition und Häufigkeit

Doch was ist Arbeitssucht nun genau? Wie lässt sie sich definieren? Woran erkennt man, ob jemand arbeitssüchtig ist? Allgemein wird unter Arbeitssucht eine Symptomatik verstanden, die sich primär durch folgende Merkmale kennzeichnen lässt:

- Der Betroffene ist der Arbeit völlig verfallen, sein gesamtes Denken und Handeln kreist mehr oder weniger um sie.
- Der Betroffene hat die Kontrolle über sein Arbeitsverhalten verloren, er ist nicht (mehr) in der Lage, Umfang und Dauer des Arbeitens zu bestimmen. Er arbeitet länger als er eigentlich will. Er arbeitet auch zu Zeiten, die eigentlich der Entspannung und dem Abschalten vorbehalten sind.
- Der Betroffene ist abstinenzunfähig. Er erlebt es subjektiv als unmöglich, kürzere oder längere Zeit nicht zu arbeiten, beispielsweise am Wochenende oder im Urlaub.
- Beim Betroffenen treten Entzugsserscheinungen auf, wenn er nicht arbeitet, bis hin zu vegetativen Symptomen wie Schweißausbrüchen, Herzrasen und Atemnot.

Der Betroffene entwickelt eine gewisse Toleranz gegenüber der Arbeitsmenge,



Die Grundlagen der Arbeitssucht sind in Verstärkungen und Bekräftigungen spezifischer Arbeitsverhaltensweisen zu suchen.

das heißt, um das Gefühl des „Arbeitsrausches“ zu bekommen, muss immer mehr gearbeitet werden.

Beim Betroffenen treten soziale und/oder psychische Störungen auf. Partnerschaften werden brüchig, die Beziehung zu den Kindern geht verloren, alte Hobbys und Freunde werden vernachlässigt.

Daneben konnte festgestellt werden, dass bei Arbeitssüchtigen häufig eine zwanghaft-perfektionistische Grundeinstellung vorzufinden ist. Die Arbeit muss nach bestimmten, festgelegten Regeln ablaufen. Flexibilität und innovative Veränderungen des Arbeitsablaufs werden vermieden. An die Qualität der Arbeitserledigung werden extrem hohe Ansprüche gestellt, und zwar unabhängig von der Bedeutung einer Arbeitsaufgabe für das Gesamtziel. Die Unfähigkeit, unwichtige von wichtigen Aufgaben unterscheiden zu können, und das Unvermögen, Aufgaben zu delegieren, das heißt Verantwortung abzugeben, kennzeichnen den Arbeitssüchtigen ebenfalls. So übernimmt der Geschäftsführer auch Kopierarbeiten oder kocht den Kaffee, weil er glaubt, dass dies niemand so gut kann wie er.

Es ist deutlich herauszustellen, dass die Arbeitssuchtdiagnose keinesfalls nur an

rein quantitativen Merkmalen festgemacht werden sollte. Es gibt keine objektiv bestimmbare Wochenarbeitsstundenzahl, ab der von süchtigem Arbeiten die Rede sein kann. Es ist längst nicht entscheidend, wie viele Stunden jemand arbeitet. Viel entscheidender ist die Frage, wie und warum jemand arbeitet, um eine Arbeitssuchtdiagnose stellen zu können.

Angesichts der diagnostischen Schwierigkeiten im Zusammenhang mit der Arbeitssucht verwundert es nicht, dass Aussagen zur Häufigkeit der Problematik nur selten zu finden sind. US-amerikanische Forscher schätzen, dass etwa 5% bis 10% der (amerikanischen) Erwachsenenbevölkerung als arbeitssüchtig zu bezeichnen seien, eine Zahl, die jedoch nicht als statistisch gesichert gelten kann. Es ist davon auszugehen, dass das Vollbild einer Arbeitssuchtproblematik im Vergleich beispielsweise zur Alkoholabhängigkeit sehr viel seltener auftritt. Wichtig jedoch ist festzustellen, dass die Arbeitssucht gleichermaßen Männer wie Frauen betreffen kann. Ebenso handelt es sich bei den von Arbeitssucht betroffenen Personen keinesfalls ausschließlich um Manager oder selbstständig Tätige. Arbeiter und Angestellte können ebenso eine solche Problematik entwickeln. Arbeitssucht

tritt im Übrigen auch bei Personen auf, die nicht einer Erwerbstätigkeit im eigentlichen Sinne nachgehen, beispielsweise bei Hausfrauen, Studenten oder Rentnern.

Wege in die Arbeitssucht

Innerhalb der Psychologie gibt es verschiedene Ansätze zur Erklärung der Entstehung von Arbeitssucht, die in der Regel auf verhaltenstheoretischen oder psychoanalytischen Überlegungen beruhen. Süchtiges Verhalten wird als eine spezielle Form menschlichen Verhaltens verstanden, ohne hinsichtlich der Erklärung der Entstehung von Sucht zwischen einzelnen Suchtmitteln zu differenzieren.

Verhaltenstheoretische Erklärungen zur Entstehung von Arbeitssucht gehen dabei von der Annahme aus, dass ein Mensch sein persönliches Arbeitsverhalten und seinen persönlichen Arbeitsstil auf der Basis von Erfahrungen erlernt, aufrecht erhält und verändert. Süchtiges und normales Arbeitsverhalten unterscheiden sich in diesem Punkt nicht grundsätzlich voneinander. Die Grundlagen der Arbeitssucht sind in Verstärkungen und Bekräftigungen spezifischer Arbeitsverhaltensweisen zu suchen. Arbeitssüchtige lernen schon in frühester Kindheit Verhaltensmuster und Einstellungen bzw. Werthaltungen, die eine enge Beziehung zu Leistung und Produktivität aufweisen („Lese, lerne, leiste was, dann hast du, kannst du, bist du was!“).

Aber nicht nur Belohnungen, sondern auch der Wegfall einer „Bestrafung“, kann Ursache für exzessives Arbeitsverhalten sein, beispielsweise wenn durch das viele Arbeiten eine Auseinandersetzung mit Problemsituationen, eigenen Unzulänglichkeiten oder unangenehmen Gefühlszuständen vermieden wird. Arbeitssüchtige können die Arbeit auch dazu missbrauchen, Gefühle der Angst, der Schuld oder der Unsicherheit zu verdrängen, oder um das eigene Selbstwertgefühl zu stärken.

Die psychoanalytischen Erklärungsmodelle zur Suchtentstehung beziehen sich



Arbeitssüchtige Verhaltensmuster können zu erheblichen körperlichen, seelischen und sozialen Problemen führen, die den betroffenen Menschen nachhaltig beeinträchtigen und schädigen können.

nicht nur auf den Konsum von psychoaktiven Substanzen, sondern finden auch Anwendung bei sogenannten rauschmittellosten Süchten. Innerhalb der Psychoanalyse lassen sich unterschiedliche theoretische Ansätze zur Suchtproblematik differenzieren, die unterschiedliche Schwerpunkte setzen und damit verschiedenartige Beiträge zur Theorie der Sucht liefern. Die Selbstpsychologie beispielsweise bietet eine Erklärungsmöglichkeit für die insbesondere bei Arbeitssüchtigen häufig feststellbaren Vorstellungen eigener Großartigkeit. Da es Süchtigen nach Auffassung der Selbstpsychologie generell nicht genügend gelungen ist, eine tragfähige Identität zu entwickeln, bleiben sie einem grandiosen Selbst verhaftet. Bei solchen narzisstischen Persönlichkeiten dient das süchtige Arbeitsverhalten dazu, das krankhafte Größen-Selbst aufzutanken und sich dessen Allmächtigkeit und Schutzfunktion gegenüber einer zumeist als frustrierend und feindlich erlebten Umwelt, die nicht mehr genügend an Beachtung und Bewunderung zu bieten hat, zu versichern.

Solche narzisstischen Persönlichkeitsstörungen sind häufig bei Arbeitssüchtigen zu finden. Sie haben zur Folge, dass der Arbeitssüchtige durch ein ständiges (Mehr-) Arbeiten ein Gefühl eigener Größe und persönlicher Identität zu erlangen versucht.

Warum Arbeitssucht den Unternehmen schadet

Überstunden und Mehrarbeit belegen es: Vielarbeit ist „in“. In Zeiten, wo wegen hoher Personalnebenkosten mit immer weniger Arbeitskräften immer mehr Produktivität erzielt werden soll, ist es nicht verwunderlich, dass die Unternehmen und Organisationen bislang für das Thema „Arbeitssucht“ kaum sensibilisiert sind. Viele Unternehmen scheinen im Gegenteil immer noch von dem Gedanken beseelt zu sein, dass der Vielarbeiter gleichzeitig immer auch ein guter Arbeiter ist. Das dies keineswegs generell angenommen werden kann, haben zahlreiche psychologische Forschungsarbeiten eindrucksvoll unter Beweis stellen können. Arbeitszeit und Arbeitsoutput stehen eben nicht in einem linearen Verhältnis zueinander, und schon gar nicht in einem exponentiellen, wie manche Arbeitssüchtige eigenen Angaben zufolge manchmal zu denken geneigt sind.

Arbeitssucht schadet also nicht nur dem Betroffenen, sondern auch und gerade dem Unternehmen, für das er arbeitet. Unternehmen täten also gut daran, arbeitssüchtige Verhaltensmuster ihrer Mitarbeiter frühzeitig zu erkennen und entsprechende Gegenmaßnahmen zu ergreifen. Dabei sind die Gründe dafür, eine arbeitssüchtige Belegschaft zu vermeiden, vielfältig:

- a) Arbeitssucht hat einen negativen Einfluss auf die Aufgabenerfüllung (betroffene Mitarbeiter halten sich nicht an Arbeitsteilungen und Kompetenzzuweisungen, sie mischen sich in alles ein, glauben, alles besser zu können).
- b) Arbeitssucht hat einen negativen Einfluss auf das Interaktionsverhalten (betroffene Mitarbeiter werden zunehmend kommunikationsunfähig, sie ziehen sich zurück, als Vorgesetzte überfordern sie ihre Mitarbeiter, sie delegieren nicht).
- c) Arbeitssucht hat einen negativen Einfluss auf die individuelle Leistungsfähigkeit (der problematische Arbeitsstil führt mit fortschreitender Zeit zu physischen und psychischen Auffälligkeiten,



die krankheitsbedingte Abwesenheit nimmt zu, längere Arbeitsunfähigkeit und/oder Frühinvalidität droht).

Was kann ein Unternehmen gegen Arbeitssucht tun?

Zunächst sollten Unternehmen ihre Personalauswahlverfahren und ihre Anforderungsprofile bei Stellenbesetzungen überdenken, um zu vermeiden, dass eine arbeitssüchtiges Verhalten fördernde Organisationsumgebung entsteht. Es ist durchaus mit Skepsis zu betrachten, wenn Unternehmen in Stellenanzeigen nach „hochmotivierten Workaholics“ fragen. Dies käme einer Brauerei gleich, die einen „trinkfesten Geschäftsführer“ sucht. Zusätzlich sollten die Anreizsysteme, aber auch Arbeitszeit-, Pausen- und Urlaubsregelungen im Hinblick auf suchtfördernde Aspekte untersucht werden. Die zugesagten Urlaubstage sollten beispielsweise auch tatsächlich genommen, und nicht ausbezahlt werden. Schließlich sollten Unternehmen sich bemühen, Arbeitssüchtige in ihrer Organisation zu identifizieren, die Mitarbeiter insgesamt für die Problematik zu sensibilisieren und geeignete Maßnahmen zur Prävention und Rehabilitation bei Arbeitssucht zu realisieren.

Auf Unternehmensseite können solche Maßnahmen beispielsweise abzielen auf die anforderungs- und leistungsgerechte Aufgabenstrukturierung und -verteilung, auf die stärkere Betonung der Partizipation und des Arbeitens in Gruppen, auf die Einrichtung sinnvoller Karriereentwicklungsprogramme und auf die Arbeitsumfeld-Gestaltung.

Durch Maßnahmen wie Rollenanalysen, Zielvereinbarungen, soziale Unterstützung und Teamentwicklung können zudem die Arbeitsplatzbeziehungen verbessert werden. Schließlich können Mitarbeiter darin unterstützt werden, zu einer angemesseneren Koordination von Arbeitsanforderungen und persönlichen Bedürfnissen zu gelangen, zum Beispiel über Stressbewältigungsprogramme, eine individuelle Gestaltung

der persönlichen Arbeitsumgebung sowie Maßnahmen zur Lebensstilplanung. Entspannungstrainings, körperliche Übungen und Coaching sind ebenfalls denkbar. Wichtig ist, dass organisationale Maßnahmen nur dann Erfolg haben werden, wenn auch der Arbeitssuchtgefährdete oder -betroffene prinzipiell bereit ist, die Problematik aktiv zu bewältigen.

Was kann der Einzelne gegen Arbeitssucht tun?

Arbeitssucht ist eine gefährliche, im Einzelfall sogar tödlich verlaufende Krankheit. Arbeitssüchtige Verhaltensmuster können zu erheblichen körperlichen, seelischen und sozialen Problemen führen, die den betroffenen Menschen nachhaltig beeinträchtigen und schädigen können. Ist eine erste Einsicht entstanden, dass mit dem eigenen Arbeitsverhalten etwas „nicht stimmt“ und man „etwas tun“ möchte, so sind gute Voraussetzungen zur Bewältigung der Problematik gegeben. Umgekehrt ist ohne diesen „Leidensdruck“ kaum zu erwarten, dass ein Arbeitssüchtiger erfolgreich therapiert werden kann.

Bislang gibt es keine spezifischen therapeutischen Interventionen oder gar spezielle Trainings zur Überwindung einer Arbeitssuchtproblematik. Die Aufnahme einer individual- oder gruppentherapeutischen Maßnahme oder auch der Besuch einer Selbsthilfegruppe für Personen mit Arbeitsstörungen dürfte jedoch in jedem Fall hilfreich und auch unumgänglich sein, um sich der persönlichen Arbeitssuchtproblematik und insbesondere den dahinterstehenden Gründen und Ursachen anzunähern, um dann darauf aufbauend zu einer Einstellungs- und Verhaltensänderung im Problembereich zu gelangen.

Impressum ASUpraxis

ASUpraxis – Der Betriebsarzt

ASUpraxis ist ein regelmäßiges Special für Betriebsärztinnen / Betriebsärzte und redaktioneller Bestandteil der Zeitschrift *Arbeitsmedizin, Sozialmedizin Umweltmedizin (ASU)*

Online-Archiv:

www.asu-praxis.de

Chefredaktion

Dr. med. O. Erens (verantwortlich)

Redaktion

Dr. med. U. Hein-Rusinek
Dr. med. R. Hess-Gräfenberg
Dr. med. M. Konner
Dr. med. A. Schoeller
Dr. med. M. Stichert

Anschrift für Manuskripteinsendung:

Redaktion ASUpraxis
Alfons W. Gentner Verlag GmbH & Co. KG
Forststraße 131
70193 Stuttgart
E-Mail: asu@gentner.de

Unterschiedliche therapeutische Schulen wenden dabei unterschiedliche Vorgehensweisen an. Letztlich gilt es wie bei jeder Therapiemaßnahme individuell und selbstverantwortlich zu prüfen, ob durch die angefragte Hilfe der Betroffene eigene Wünsche, Bedürfnisse und Zielsetzungen realisieren kann oder nicht. Die zunehmende Zahl von Selbsthilfegruppen für Arbeitssüchtige, aber auch die Spezialisierung von ambulant tätigen Psychotherapeuten und stationär arbeitenden Kliniken verdeutlichen, dass es einerseits offensichtlich sowohl eine Nachfrage nach solchen Leistungen, aber auch eine verstärkte Professionalisierung bei der Bewältigung der Arbeitssuchtproblematik gibt.

Es bleibt zu wünschen, dass weitere intensive Forschungsbemühungen in Theorie und Praxis zu fundierten Erkenntnissen bezüglich der Diagnose, Vermeidung und Behandlung der vielschichtigen wie auch an Relevanz gewinnenden Problematik Arbeitssucht führen. □

Dr. Stefan Poppelreuter