

Info Psyche und Arbeit

2018-06

Liebe Kolleginnen und Kollegen, sehr geehrte Damen und Herren,

hier wieder eine Zusammenstellung von Informationen und Hinweisen zum Thema Psyche und Arbeit, die mir im Juni 2018 aufgefallen sind. Herzlichen Dank an alle, die mir den einen oder anderen Hinweis haben zukommen lassen!

Ich stelle den Newsletter bis auf weiteres auf meine Webseite, da ein rechtssicherer Versand nach der neuen DSGVO mich zur Zeit überfordert; wer den Newsletter in der Vergangenheit innerhalb seiner Kreise versandt hat, kann gerne weiter so verfahren.

Mit den besten Wünschen – achtet auf Euch, Ihr werdet gebraucht!

Hans Dieter Gimbel

www.systemberatung-gimbel.de

info@systemberatung-gimbel.de

Tel: 0203-345820

Von wegen krank

Zum Internationalen Tag der Frauengesundheit wird wieder proklamiert, Frauen seien anfälliger für Krankheiten. Auch, weil das der Pharmaindustrie gut passt.

...zur mangelhaften Studienlage gesellen sich Vorurteile über vermeintlich typisch weibliche Eigenschaften. Namhafte Wissenschaftler wie der Bremer Arzneimittelexperte Gerd Glaeske verweisen hier vor allem auf psychische Erkrankungen. Seit Jahren gebe es in der Arzneimittelversorgung den auffälligen Befund, dass Schlafmittel, Tranquilizer, Neuroleptika und vor allem Antidepressiva nahezu doppelt so häufig Frauen verschrieben würden wie Männern.

<http://www.fr.de/panorama/pharmaindustrie-von-wegen-krank-a-1513729,0#artpager-1513729-1>

Erschöpfung erkennen - sicher handeln

Wie Führungskräfte mit psychisch beanspruchten Beschäftigten professionell umgehen

Die Anzahl der Arbeitsunfähigkeitstage aufgrund psychischer Diagnosen hat sich in den letzten 20 Jahren verdoppelt (DAK-Gesundheitsreport 2017): Zur Führungsverantwortung von Vorgesetzten gehört daher auch, die psychische Gesundheit ihrer Beschäftigten im Blick

zu haben. Aber wie erkennen sie möglichst früh, dass jemand überlastet oder erschöpft ist?
[Erschöpfung erkennen - sicher handeln herunterladen \(PDF, 6MB\)](#)

https://www.bgw-online.de/DE/Medien-Service/Medien-Center/Medientypen/BGW-Broschueren/BGW08-00-115_Erschoepfung-erkennen.html

Diese 5 Indizien zeigen, dass man den Job wechseln sollte

Die Arbeit nimmt im Leben vieler Menschen großen Raum ein. Deshalb sollte man Spaß und Leidenschaft am Beruf nicht verlieren. Wenn die folgenden Indizien zutreffen, sollte Sie sich aber überlegen, den Job zu wechseln.

<https://www.capital.de/karriere/diese-5-indizien-zeigen-dass-man-den-job-wechseln-sollte>

So gehen Chefs am besten mit psychisch belasteten Mitarbeitern um

Psychische Erkrankungen stehen in der Fehlzeitenstatistik weit oben. Wie Chefs mit betroffenen Mitarbeitern umgehen, ohne sich als Hobbypsychiater aufzuspielen.

Psychische Probleme der Mitarbeiter bedeuten für Unternehmen lange Fehlzeiten und anspruchsvolle Führungsaufgaben. [In der Fehlzeitenstatistik der Krankenkassen](#) stehen sie an zweiter Stelle nach den Erkrankungen des Bewegungsapparates. Umso wichtiger ist es, dass Führungskräfte die Betroffenen richtig auffangen, ohne sich selbst als „Hobbypsychiater“ zu verausgaben.

<http://www.handelsblatt.com/meinung/kolumnen/expertenrat/schonert-hirz/expertenrat-dr-med-sabine-schonert-hirz-so-gehen-chefs-am-besten-mit-psychisch-belasteten-mitarbeitern-um/22657414.html?ticket=ST-1365683-eqvOSfQK170J2Kc4zPKk-ap2>

Pflegekräfte sind oft krank

Mitarbeiter in Altenheimen fallen häufig und auch lange aus

Der neue AOK-Report Pflege birgt gleich zwei beunruhigende Nachrichten: Im vergangenen Jahr sind demnach in Bayerns Pflege-Einrichtungen mehr Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter denn je durch Krankheit ausgefallen, hauptsächlich bedingt durch körperliche und psychische Belastungen. Wie die Kasse am Mittwoch mitteilte, waren "die Pflegeheim-Mitarbeiter an 6,8 Prozent aller Kalendertage erkrankt".

<http://www.sueddeutsche.de/bayern/aok-report-pflegekraefte-sind-oft-krank-1.4013826>

Auch dazu: <https://www.bibliomed-pflege.de/alle-news/detailansicht/35580-krankenstand-in-pflegeheimen-auf-rekordhoch/>

Aus Sicht der Wissenschaftstheorie

Was sind psychische Störungen? - Teil 3

Im ersten Teil der Serie ging es um [die "amtliche" Fassung psychischer Störungen](#). Wir haben gesehen, dass die Amerikanische Psychiatische Vereinigung (APA) eine sehr breite Definition vertritt: Entscheidend sind dafür das subjektive Leiden und/oder die Einschränkung im täglichen Funktionieren. Diese müssen "klinisch signifikant" sein, was einen Interpretationsspielraum lässt.

<https://www.heise.de/tp/features/Aus-Sicht-der-Wissenschaftstheorie-3936040.html?seite=all>

Psychotherapie im Internet: Jede Kasse bietet ein anderes Programm an

Das deutschsprachige Angebote internetbasierter Interventionen zur Behandlung psychischer Störung ist vielfältig./Präsentation Jan Philipp Klein, Median Wissenschaftsforum 2018

Berlin – Das Angebot Internet- und mobil-basierter Interventionen (IMI) für psychische Störungen nimmt stetig zu. Einige der Anwendungen konnten ihre Wirksamkeit bereits in randomisierten kontrollierten Studien (RCT) nachweisen, [berichtete Jan Philipp Klein](#) von der Universität Lübeck diese Woche beim [Median Wissenschaftsforum](#) in Berlin. Mindestens eine RCT definieren auch Fachgesellschaften als ein entscheidendes Qualitätskriterium.

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/95846/Psychotherapie-im-Internet-Jede-Kasse-bietet-ein-anderes-Programm-an>

Hochfunktionelle Depressionen - wenn das Umfeld glaubt, alles sei in Ordnung

Ich arbeite Vollzeit in der Finanzbranche. Wenn ich am frühen Montagmorgen im Büro ankomme, sehe ich ausgeschlafen und fit für die neue Woche aus. Was meine Kollegen nicht wissen, ist, dass ich das gesamte Wochenende nur geschlafen und meine Wohnung nicht verlassen habe. Aus meinem abgedunkelten Schlafzimmer bin ich nur gegangen, um dem Pizzaservice die Tür aufzumachen und meine Antidepressiva zu nehmen. Ich führe zwei komplett verschiedene Leben: Auf der einen Seite bin ich eine ehrgeizige junge Frau, die sich jeden Tag aufs Neue ihren Verantwortungen stellt, auf der anderen Seite bin ich ausgelaugt, depressiv und stehe am Rande eines Selbstmords.

<https://www.refinery29.de/hochfunktionale-depression-symptome>

Diese 6 Stress-Faktoren im Job können töten

Wer häufig Überstunden macht, ständig Stress hat und dabei Angst haben muss, den Job zu verlieren, kann krank werden durch die Arbeit. Und an den Folgen sogar sterben.

<https://www.stern.de/wirtschaft/job/stress-am-arbeitsplatz--diese-5-faktoren-im-job-koennen-krank-machen-8126832.html>

Warten auf die Psychotherapie: Fünf Möglichkeiten, die Wartezeit zu überbrücken

Wer eine seelische Erkrankung hat, braucht dringend Hilfe – nicht erst in ein paar Monaten. So lange dauert es aber leider, bis psychisch Kranke in Deutschland einen Therapieplatz bekommen. Was können sie tun, um die Wartezeit zu überbrücken? Und was sollten sie lieber lassen? Fünf Tipps

<https://www.onmeda.de/magazin/wartezeit-therapieplatz-psychotherapie-ueberbruecken.html>

Transsexualität soll keine psychische Erkrankung mehr sein - Videospielesucht schon

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) will Transsexualität von der Liste psychischer Erkrankungen streichen. Videospielesucht soll dagegen aufgenommen werden.

<https://www.hna.de/welt/transsexualitaet-soll-keine-psychische-erkrankung-mehr-sein-videospielsucht-schon-zr-9966439.html>

Rückkehr zur Arbeit nach psychischer Krise

Psychische Erkrankungen erhöhen das Risiko arbeitslos zu werden und bilden die häufigste Ursache für Frühverrentungen. Daher ist es wichtig, Beschäftigte nach einer psychischen Krise bei der Rückkehr in den Betrieb zu unterstützen. Dies muss gemeinsam mit Betroffenen, Betrieben und Akteuren des Versorgungssystems erreicht werden. Mit welchen Ansätzen dies gelingen kann, erforscht die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) in einer aktuellen Studie.

<https://idw-online.de/de/news697722>

<https://www.asu-arbeitsmedizin.com/Archiv/ASU-Heftarchiv/article-823614-110576/rueckkehr-zur-arbeit-nach-psychischer-krise-.html>

App zur Gefährdungsbeurteilung

Die Gefährdungsbeurteilung können Unternehmen bis 10 Beschäftigte mit Hilfe des VBG Praxis-Checks jederzeit direkt vor Ort durchführen und dokumentieren. So lässt sich Arbeit effektiv und sicher gestalten.

https://www.haufe.de/arbeitsschutz/sicherheit/app-zur-gefaehrungsbeurteilung-vbg-praxis-check_96_455734.html

Schweiz:

Firmen sehen Stress, Burnout oder Mobbing oft als individuelles Problem der Mitarbeiter

Unternehmen unterstützen vermehrt Angestellte, die unter den Folgen von Stress oder Mobbing leiden. Sie führen dies häufig auf Probleme einzelner Mitarbeiter zurück. Dabei sollten die Arbeitsbedingungen verstärkt in den Fokus rücken, kommt eine Studie des Staatssekretariats für Wirtschaft zum Schluss.

<https://www.nzz.ch/wirtschaft/firmen-sehen-stress-burnout-oder-mobbing-oft-als-individuelles-problem-der-mitarbeiter-ld.1397053>

Radikaler Umbruch

Die Bedingungen gewerkschaftlicher Arbeitspolitik ändern sich. Was das bedeutet, war Thema einer Tagung zu »guter Arbeit« in Frankfurt am Main.

Auf den ersten Blick erscheint »gute Arbeit« als Wohlfühlthema. Wer kann schon etwas gegen gute Arbeitsbedingungen einzuwenden haben? Doch in der Realität handelt es sich um ein »hartes Konfliktthema«, betonte Jürgen Reusch, Mitorganisator einer Tagung zum zehnjährigen Jubiläum des Jahrbuchs »Gute Arbeit« am Samstag in der Frankfurter IG-Metall-Zentrale. Grundsätzlich herrschte auf der Konferenz mit etwa 100 Teilnehmern Einigkeit, dass die Gestaltung der Arbeitsbedingungen letztlich eine »Machtfrage« ist.

<https://www.jungewelt.de/artikel/334865.radikaler-umbruch.html>

Gelten stressbedingte Depressionen und Burnout als Berufskrankheiten?

Wenn die berufliche Tätigkeit eine Berufskrankheit verursacht, haben die Versicherten der gesetzlichen Unfallversicherung Anspruch auf Entschädigung. Das Bayerische Landessozialgericht hatte zu entscheiden, ob psychische Erkrankungen aufgrund von Stress als Berufskrankheiten gelten.

https://www.haufe.de/sozialwesen/leistungen-sozialversicherung/psychische-erkrankungen-als-berufskrankheiten_242_456430.html

Schweiz:

Der Slogan «Keine Rente unter 30» ist erledigt

In der eben veröffentlichten, im Auftrag des Bundesamtes für Sozialversicherungen durchgeführten Studie «Berufliche Eingliederung aus Versichertenperspektive» kommt der Studienautor Niklas Baer zu einem simplen Schluss: «Der Erfolg von IV-Eingliederungsmassnahmen bei psychisch Kranken ist gering.»

<https://www.nzz.ch/meinung/der-slogan-keine-rente-unter-30-ist-erledigt-ld.1394495>

Bericht als pdf:

https://www.bsvlive.admin.ch/praxis/forschung/publikationen/index.html?lang=de&lnr=08/18&iframe_style=yes#pubdb

Depressionen Männer leiden anders

Bei Männern äussern sich Depressionen nicht immer so wie bei Frauen. Statt sich zurückzuziehen, reagieren viele aggressiv, trinken Alkohol oder stürzen sich in die Arbeit. Häufig bleiben die Probleme unerkannt.

Wenn es um das Thema [Depression](#) geht, scheinen die klassischen Rollenmodelle immer noch gültig zu sein: Der Mann - das starke Geschlecht - darf und will sich keine Schwäche erlauben. Schon gar keine psychische Erkrankung. Sorgen werden totgeschwiegen oder gar in Alkohol ertränkt. Und Bedenken der engsten Vertrauten ignoriert. Mit zum Teil fatalen Folgen.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/depressionen-so-aeussert-sich-die-krankheit-bei-maennern-a-1215443.html>
