



Titel

Arbeit und Burnout
Burnout. Psychisch krank oder psychisch verletzt? Seite 8

Burnout durch Sprechstunde im Betrieb vorbeugen Seite 15

Die Rolle der Achtsamkeit für die Prävention und Bewältigung von Burnout Seite 18

Arbeitsstörungen. Ursachen, Folgen und Behandlungsmöglichkeiten Seite 22

Versachlichung der Burnout-Debatte gefordert. DGPPN erarbeitet Positionspapier Seite 25

Meldungen zum Titelthema Seite 26

Aktuell

Suchttherapie
ICF in der Suchttherapie. Lästige Pflicht oder innovative Entwicklung? Seite 29

Einführung in das Konzept der ICF Seite 29

Fachtagung
Was macht unsere Jugend süchtig? Seite 36

Suchthilfe
Bundesprojekt Eltern.aktiv Seite 39

Das Lotsennetzwerk Thüringen Seite 42

Geberts Kolumne
Psychische Belastungen. Unsere Gedanken beeinflussen unseren Körper Seite 44

Ausland

News international Seite 46

Cannabisproduktion und Cannabismärkte in Europa Seite 48



Titelthema

Im März dieses Jahres warnte die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN) davor, den Begriff Burnout unkritisch für quasi sämtliche psychischen Störungen zu verwenden, die im Zusammenhang mit einer Arbeitsbelastung stehen. Wie kann ein Burnout also möglichst genau definiert und erkannt werden? Wie unterscheidet es sich von „normalen“ Arbeitsstörungen? Welche Behandlungsmethoden haben sich bewährt? Diesen Fragen geht KONTUREN in dieser Ausgabe nach.

Foto©Peter Remmling

Kurz vor Redaktionsschluss

Psychische Erkrankungen belegen erstmals Rang 3

Deutschlands Arbeitnehmer meldeten sich im ersten Halbjahr 2012 genau so häufig krank wie ein Jahr zuvor. Der Krankenstand lag unverändert bei 3,6 Prozent. Dennoch gab es eine alarmierende Entwicklung: Erstmals rückten die psychischen Erkrankungen mit 13,6 Prozent an allen Ausfalltagen auf Platz 3 der Fehlzeiten vor. Damit setzt sich ein jahrzehntelanger Trend fort: Vor 15 Jahren machten Depressionen & Co. nur 6,6 Prozent aller Fehltag aus und lagen noch auf dem 6. Platz. „Die Zahlen machen deutlich, dass der Handlungsbedarf für Betriebe bei Arbeitsorganisation und Prävention wächst“, kommentiert Herbert Rebscher, Chef der DAK-Gesundheit, die Entwicklung. Experten sehen unter anderem in mehr Stress und beschleunigten Arbeitsprozessen Risikofaktoren für psychische Erkrankungen. Vor den psychischen Leiden liegen nur Muskel-Skelett-Erkrankungen (21,3 Prozent) und Atemwegsinfektionen (16,8 Prozent). Verletzungen folgen jetzt mit 13,1 Prozent an vierter Stelle. Durchschnittlich fehlte ein Beschäftigter in den ersten sechs Monaten 6,5 Tage im Job. Auch im ersten Halbjahr 2012 bestanden Unterschiede zwischen den Bundesländern: In den westlichen Bundesländern (mit Berlin) betrug der Krankenstand durchschnittlich 3,4 Prozent. Im Osten lag er bei 4,5 Prozent. „Es ist kaum möglich, schon jetzt eine Prognose zum Krankenstand für das gesamte Jahr abzugeben“, sagt Rebscher. Die DAK-Gesundheit gehört zu den größten bundesweiten Kassen mit 6,6 Millionen Versicherten und einem Haushaltsvolumen von rund 19 Milliarden Euro. In die Auswertung flossen die Daten von rund 2,4 Millionen erwerbstätigen Versicherten ein.

Pressestelle der DAK-Gesundheit

Beruflicher Aufstieg macht nicht glücklich

Beförderungen am Arbeitsplatz schaden auf Dauer der psychischen Verfassung, ohne positive Auswirkungen auf körperliche Gesundheit und Lebenszufriedenheit zu entfalten. Das ist das Ergebnis einer Studie australischer Wissenschaftler, die das Bonner Institut zur Zukunft der Arbeit (IZA) veröffentlicht hat. Trotz dauerhaften Einkommenssteigerungen und höherem sozialen Status überwiegen langfristig die negativen Effekte von vermehrtem Stress und längeren Arbeitszeiten. Die Forscher nutzten einen umfangreichen Datensatz mit detaillierten Befragungsdaten zu Arbeitsplatzaspekten, Gesundheit und Lebenszufriedenheit. So konnten sie rund 2.000 Beförderungen von Vollzeitbeschäftigten im Alter von 18 bis 64 Jahren analysieren und die Entwicklung der Betroffenen über einen Zeitraum von zehn Jahren verfolgen. Unmittelbar nach einer Beförderung gaben die Befragten im Durchschnitt an, mehr Verantwortung zu tragen, einen sichereren Arbeitsplatz zu haben und fairer bezahlt zu werden. Zugleich berichteten sie von längeren Arbeitszeiten und gestiegenem Stress. Spätestens nach drei Jahren war die Karriere-Euphorie verfliegen: Trotz mehr Geld und höherem Status gingen Jobzufriedenheit, subjektive Arbeitsplatzsicherheit und das Gefühl, angemessen bezahlt zu werden, wieder auf das Niveau vor der Beförderung zurück. Körperliche Gesundheit und allgemeine Lebenszufriedenheit blieben auf lange Sicht weitgehend unverändert. Die psychische Gesundheit litt jedoch dauerhaft unter der gestiegenen beruflichen Belastung, die verbreitet zu Nervosität und Unruhezuständen führte.

Pressestelle des Instituts zur Zukunft der Arbeit



Ausstellung Seite 49

Suchthilfe intern

- Haus Eckberg
Künstler der Region zeigen ihre Werke
im „Outelier“ Seite 49
- Deutscher Orden Suchthilfe
Rehabilitationseinrichtungen zertifiziert Seite 50
- Lauer Mühle
Firmlinge kommen in den LebensMittelpunkt
Das „Laafer Gärtla“ Seite 50
- Deutscher Orden Suchthilfe
Liste der Einrichtungen Seite 51

Rubriken

- Aktuelle Meldungen Seite 6
- Personalien Seite 52
- Lesezeichen Seite 54
- Termine Seite 56
- Impressum Seite 58
- Stellenangebote Seite 58