

MEIN VEREIN

SCHLARAFFIA: Freundschaft, Kunst und Humor werden nach eigenen Regeln gepflegt **SEITE 11**

WETTFLIEGEN

MODELLE: 16 Kinder konnten in Hegi ihre eigenen Kreationen auf Flugtauglichkeit testen **SEITE 11**

FRIEDENSPREIS

ANSELM KIEFER: Die «Stunde null» habe es nicht gegeben, sagte der Künstler **SEITE 15**



«Die meisten Kranken arbeiten weiter»

Nächste Woche versammeln sich Fachleute aus Wirtschaft und Gesundheit zu einem Forum zur psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz. Es gibt auch praktische Tipps, wie man mit gestressten Mitarbeitern umgehen soll.

Stress, Mobbing, Burn-out: Diese Begriffe hört man doch überall. Warum braucht es jetzt noch ein Forum zum Thema «Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz?»

Sibylle Schröder: Es geht dabei nicht um die Betroffenen, sondern um die Führungskräfte. Sie haben die Hauptverantwortung gegenüber ihren Mitarbeitern. Sie sollen an diesem Forum praktische Tipps erhalten, wie sie psychische Störungen verhindern können, wie sie mit psychisch kranken Mitarbeitern umgehen und sie zurück an den Arbeitsplatz führen können.

Maja Ingold: Das Forum wird von der Stadt organisiert. Winterthur hat ja kein Gesundheitsdepartement. Ich habe aber seit zwei Jahren eine Public-Health-Spezialistin – Heidi Liechti – die die kleine Fachstelle «Gesundheit und Prävention» führt. Dieses Forum ist ein Instrument dieser Fachstelle.



Die Gesprächspartner zum Thema psychische Gesundheit am Arbeitsplatz: v. l. Thomas Hensius, Sibylle Schröder, Maja Ingold und Bernhard Gierer. Bild: Urs Baptista

Welches sind denn die häufigsten Krankheiten, die am Arbeitsplatz entstehen?

Burkhard Gierer: Angst und Depressionen kommen am häufigsten vor. Ob und wie sie am Arbeitsplatz entstehen, ist Gegenstand der Diskussion. Die wenigsten psychischen Störungen können genau auf eine Ursache zurückgeführt werden. Sicher ist aber, dass sich diese Störungen am Arbeitsplatz äussern. Man muss sich klarmachen, dass die meisten Leute, die krank sind, trotzdem weiterarbeiten.

Thomas Heinsius: Eine psychische Störung steht immer auch in Zusammenhang mit der persönlichen Geschichte und mit der Veranlagung. Es entwickeln ja nicht alle Mitarbeiter einer Firma gleichzeitig ein Burn-out.

Merken die Chefs nichts, wenn Mitarbeiter krank werden – oder wollen sie es nicht merken?

Gierer: Beides. Zum Teil wird die Störung nicht erkannt, weil die Betroffenen ihre Probleme verstecken oder weil die Symptome unspezifisch sind. Zum Teil trifft das andere zu. Psychische Störungen sind immer noch ein Tabu.

Welches sind die wichtigsten Anzeichen für eine psychische Störung?

Schröder: Viele Absenzen oder viele Überstunden, aber auch ein verän-

deres Verhalten im Team oder dem Chef gegenüber. Das ist ganz unterschiedlich. Der eine zieht sich zurück, der andere wird aggressiver.

Was sollte eine Chefin oder ein Chef tun, wenn er diese Anzeichen bei einem Mitarbeiter feststellt?

Schröder: Ideal ist, wenn er ihn darauf anspricht. Ein Gespräch unter vier Augen erbitten, Fürsorge ausdrücken und klar sagen, dass es nicht um Kontrolle geht. «Was ist los?» – «Wie geht es Ihnen?» Der Mitarbeiter merkt, dass der Chef sich Sorgen macht. Das ist eine sehr anspruchsvolle Aufgabe. Es gibt Mitarbeiter, die sagen: «Nein, es ist nichts.» Oft merken die Betroffenen gar nicht, dass sie krank sind. Meine Klienten merken zu Beginn nur, dass sie müde und gereizter sind. Bis sie zum Arzt gehen, vergehen Monate.

Frau Ingold, hatten Sie als Stadträtin schon mit psychisch kranken Mitarbeitern zu tun?

Ingold: Ich bin als Vorgesetzte immer wieder in dieser Situation. Man muss alle Antennen ausfahren. Die wenigsten wollen, dass die anderen etwas merken. Hellhörig sein ist eine Führungskompetenz. Beim Ansprechen muss man darauf achten, dass der Mechanismus der Verdeckung nicht verstärkt wird. Man will doch am Arbeits-

Stress: Volkswirtschaftlicher Schaden von 6 Milliarden

Die Zahlen und Fakten der Organisation «Gesundheitsförderung Schweiz» sind alarmierend: Jeder Dritte in der Bevölkerung leidet mindestens einmal im Leben an einer psychischen Störung. Seit 1986 hat sich die Anzahl der Invalidenrenten wegen psychischer Beeinträchtigung fast vervierfacht. Und bis 2020 rechnet die Weltgesundheitsorganisation damit, dass depressive Erkrankungen auf dem zweiten Platz der Krankheiten stehen werden.

Einer der wichtigsten Risikofaktoren für die Gesundheit ist Stress. Das Staatssekretariat für Wirtschaft (Seco) hat im Jahr 2000 eine Studie über die Kosten des Stresses in der Schweiz veröffentlicht. Demnach fühlen sich 44 Prozent der Erwerbstätigen gestresst, gut ein Viertel oft oder sehr oft. Die Kosten von Stress werden auf 1,44 Prozent des Bruttoinlandsprodukts geschätzt – für das Jahr 2004 also auf 6,4 Milliarden Franken. Gemäss dieser Studie werden

40 Prozent der Ausgaben für medizinische Behandlungen aufgewendet und rund 10 Prozent für Renten. Der Anteil von Fehlzeiten und Produktionsverlusten beläuft sich auf 50 Prozent der Kosten. In der Studie wurden schwere Fälle – mit 90 oder mehr Fehltagen, Arztrechnungen ab 6000 oder Spalkkosten ab 10000 Franken – nicht berücksichtigt, weil die Autoren den Stress nicht als Hauptursache sahen. Auch bei ihnen könnte Stress jedoch eine Rolle spielen. (ba)

platz gut sein. Wenn der Arbeitgeber daran ritzt, könnte der Mitarbeiter das Gefühl haben, dass man ihm den Boden unter den Füßen wegzieht.

Hat Frau Ingold richtig gehandelt?

Heinsius: Ich höre hier die Haltung heraus: «Ich bin bereit für einen gemeinsamen Prozess.» Das ist wichtig. Ein Vorgesetzter sollte nie einfach sagen: «Gehen Sie zum Psychiater», sondern er sollte signalisieren, dass er die Arbeitssituation ändern kann und nicht nur dann am Mitarbeiter interessiert ist, wenn er gesund ist. Betroffene, Vorgesetzte und Ärzte müssen koordiniert zusammenarbeiten, denn die Lösung liegt nicht rein in der psychiatrischen Behandlung oder beim Betrieb. Das ist auch die Schnittstelle, an der die «Arsana» arbeitet.

Schröder: Genau. Wir vermitteln zwischen den Schlüsselpersonen: dem betroffenen Mitarbeiter, dem Vorgesetzten und den Ärzten. Die Kommunikation ist nicht einfach. Gerade gestern sagte mir ein Unternehmer: «Ich habe gar nicht gewusst, dass ich mit dem Arzt sprechen darf.» Und der Arzt meinte danach: «Ich bin sehr offen für seine Anrufe.» Das ist oft so. Beide Seiten warten und nichts passiert.

Die Verantwortung für die Gesundheit liegt nicht allein bei den Vorgesetzten.
Schröder: Das ist klar. Der Mitarbeiter muss für seine Gesundheit sorgen.

Hat er immer wieder Schlafstörungen, Migräne oder Bauchschmerzen, muss er sich Hilfe holen. Für den Arbeitgeber ist es ein Problem, wenn der Mitarbeiter nichts unternimmt. Die Invalidenversicherung leistet gute Dienste: Nach 30 Krankheitstagen kann man Invalidenversicherung beiziehen. Sie erhält den Arbeitsplatz und unterstützt Mitarbeiter und Unternehmen.

Das ist aber auch schwierig. Wer nicht zum Arzt will wegen psychischer Probleme, geht kaum zur IV.

Ingold: Die fünfte IV-Revision muss die Vertrauenshürde noch nehmen. Sie ist nämlich keine Stigmatisierung, sondern der kürzeste Weg zur Reintegration. Der akzeptiertere Weg ist gegenwärtig noch das «Case Management» von spezialisierten Firmen.

Frau Schröder, in einer dieser Firmen sind Sie Geschäftsführerin. Wie läuft ein solches «Case Management» ab?

Schröder: Das Ziel ist, dass der Betroffene die Arbeitsfähigkeit wieder erreicht. Wir begleiten den Mitarbeiter zum Arbeitsplatz und in die Arztpraxis. Wir überlegen gemeinsam, wie Rückkehr und Aufbau organisiert werden. Oft haben die Betroffenen Angst vor der Reaktion der Kollegen oder befürchten, dass sie die Stelle verlieren. Zentral ist auch die Beratung der Vorgesetzten, die dabei eine Schlüsselrolle haben.

Welche Bedingungen müssen in einer Firma gegeben sein, damit die Mitarbeiter gesund bleiben?

Heinsius: Wenn hohe Anforderungen mit geringer Selbstbestimmung zusammenkommen, ist das sehr ungünstig.

Schröder: Ich kann das nur bestätigen. Wir haben eine Tendenz, jeden Arbeitsschritt zu definieren. Freiräume sind aber sehr wichtig.

Was ist für Sie rund ums Thema «psychische Gesundheit am Arbeitsplatz» das Wichtigste?

Gierer: Den Arbeitgebern ist es natürlich wichtig, dass ihre Mitarbeiter produktiv arbeiten. Hier können wir die Arbeitgeber abholen. Gesunde Mitarbeiter sind nämlich produktiver als kranke. Es gibt drei Kostenbereiche: Krankheitsabwesenheiten, geringere Produktivität und Kündigungen. Gerade bei Hochqualifizierten ist es oft wesentlich teurer, jemanden neu einzuarbeiten, als in Gesundheitsmassnahmen zu investieren.

Heinsius: Für den Einzelnen geht es um die «Work-life-balance». Wer Schlafstörungen hat, Kopf- oder Bauchschmerzen, soll reagieren und nicht warten. Noch besser ist, sich vorher zu überlegen, ob man genug Energie zur Regeneration hat.

Schröder: Die oberste Führung muss die Haltung entwickeln: «Uns ist wichtig, dass die Mitarbeiter gesund bleiben.»

INTERVIEW: KATHARINA BAUMANN

ZU DEN PERSONEN

Burkhard Gierer arbeitet an der Integrierten Psychiatrie Winterthur (IPW). Er ist Assistenzarzt an der Psychiatrischen Poliklinik am Kantonsspital. Zudem ist er designierter Oberarzt ab Dezember. Er hat den Auftrag, eine Spezialsprechstunde «Arbeit und psychische Gesundheit» an der IPW aufzubauen und anzubieten.

Thomas Heinsius arbeitet ebenfalls bei der (IPW). Er ist Betriebsleiter der Psychiatrischen Poliklinik am Kantonsspital und Oberarzt mit Schwerpunkt Angststörungen und Depression. Er leitet eine Sprechstunde für Angst- und Zwangsstörungen an der Poliklinik.

Maja Ingold ist EVP-Stadträtin und Vortsteherin des Departements Soziales. Innerhalb ihres Departements besteht seit zwei Jahren die Fachstelle «Gesundheit und Prävention».

Sibylle Schröder ist Geschäftsführerin der Arsana GmbH, ein Dienstleistungsunternehmen zur Arbeitsintegration von psychisch kranken Menschen. Das Unternehmen bietet «Case Managements» an – die gezielte Beratung und Betreuung erkrankter Mitarbeiter im Hinblick auf einen Wiedereinstieg. Das Forum «Psychische Gesundheit im Unternehmen» richtet sich an Fachleute, ist jedoch bereits ausgebucht. (ba)