

Die Wirtschaft gesundet – und wie steht es mit der arbeitenden Bevölkerung?



Dr. Cornelia Nussle

Mit Freude und Genugtuung sehen KMUs dem wirtschaftlichen Aufschwung entgegen. Was auch immer die Zukunftsforscher sehen mögen, eines haben sie bislang übersehen: die zunehmende Gesundheitsproblematik unserer Gesellschaft. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) warnt seit Jahren, dass der Anteil an psychischen Erkrankungen weltweit zunimmt (2002). Die Gesundheitsbefragung des Bundesamtes für Gesundheit (BAG 2007) weist 27% der Bevölkerung mit einer dauerhaften Krankheit oder einem dauerhaften gesundheitlichen Problem aus. Wo findet man diese Personengruppen? Zu Hause? Nein, der grösste Teil befindet sich am Arbeitsplatz – also auch bei Ihnen, den KMUs!

Chronische Erkrankungen haben mit Sicherheit Auswirkungen auf den Alltag der Betroffenen. Die häufigsten dauerhaften Erkrankungen sind Rücken- oder Kreuzschmerzen, allgemeine Schwäche, Müdigkeit, Energielosigkeit, Kopfschmerzen oder Einschlafstörungen. Weitere Auswirkungen werden durch psychische Probleme hervorgerufen und äussern sich in Motivationsbarrieren, Konzentrationsmangel und undefinierten Ängsten. Laut BAG sprechen rund 46% der Männer und 36% der Frauen von sehr starker psychischer und nervlicher Anspannung am Arbeitsplatz. Diese Zahlen stehen in eigenartigem Kontrast zur Aussage von 87% der untersuchten Bevölkerungsgruppe, dass es ihnen gesundheitlich gut oder sehr gut gehe. Dies steht im Widerspruch zu den stetig steigenden Gesundheitskosten. Aber sie zeigen, dass Schweizer auch

unter erschwerten Bedingungen arbeiten. Also alles paletti? Nicht ganz, denn allgemein wird die Tatsache ausgeblendet, dass Präsentismus (heisst: trotz Krankheit am Arbeitsplatz zu sein) teurer zu stehen kommt, als das Auskurieren der Krankheit. Die Konzentrationsfähigkeit ist bei körperlich oder psychisch belasteten Mitarbeitenden eingeschränkt und führt zu mehr Fehlern. Trotz körperlicher Anwesenheit kann sich die volle Leistung nicht entfalten. Die Produktivität sinkt und die Unfallgefahr bzw. das Risiko von Fehleinschätzungen steigt.

Krank ist nicht krank

Bei dauerhaften Beschwerden nicht den Arzt aufzusuchen, kann sich langfristig als falsche Entscheidung entpuppen. Die Mediziner ihrerseits sind manchmal ratlos, wenn die Patienten den externen Stress nicht vermeiden können bzw. in sich selbst gestresst sind. Auf der anderen Seite werden viele chronische Erkrankungen lange als solche nicht oder falsch diagnostiziert. Das gilt besonders für die generalisierte Angststörung, welche sehr verbreitet ist und nach unserer Studie markant öfters Betroffene in die Arztpraxis führt – meist ohne nennenswerte somatische Diagnose. Aber auch Personen, die unter Panikattacken leiden – und das sind 15-30% der Bevölkerung, welche mitten in ihrer beruflichen Karriere stehen – werden zu lange ineffizient behandelt.

Stress ist oft die Ursache

Der Ausgangspunkt vieler Erkrankungen ist Stress. Stress entsteht nicht allein am Arbeitsplatz sondern auch im Privatleben. Die Art und Weise des individuellen Umgangs mit Stress entscheidet letztlich darüber, ob und in welcher Form Stress zu Erkrankungen führt. 95% der gesamten Kosten von Stresserkrankungen in Unternehmen werden entweder durch Absenzen oder durch Produktivitätseinbussen wegen Präsentismus verursacht. Der privatwirtschaftliche Schaden vergrössert sich zusätzlich durch den mit dem plötzlichen Wegfall eines Mitarbeitenden verbundenen Know-how-Verlust. Die persönlichen Auswirkungen wie Verlust der Stellung im Unternehmen, Selbstwertverlust und soziale Isolation der Betroffenen verschärfen die Gesundheitskrise noch weiter.

Effizientes BGM

Im betrieblichen Gesundheitsmanagement

(BGM) ist all diesen Themen besonders Rechnung zu tragen und in einem auf das Unternehmen zugeschnittenen Paket zu integrieren. Dies verlangt nach zusätzlichen Kompetenzen, die Massnahmen müssen über «Apfel und Fitnessangebot» hinausgehen. Fachleute schätzen die Effizienz und Effektivität betrieblicher Gesundheitsförderung mit ca. 55% Reduktion von Fehlzeiten und erhöhter Arbeitszufriedenheit ein. Voraussetzung dazu ist, dass die breit gefächerte Beratungskompetenz vorhanden ist.

Spezifische Studie zum individuellen Umgang mit Stress

Psycon gmbh forscht am Thema Stress, Angst und Burnout – dem Kernelement im BGM. Wir stellen uns die Frage nach den persönlichen Voraussetzungen im konstruktiven Umgang mit Stress. Die ersten Resultate dieser unabhängigen, privat finanzierten, empirischen Untersuchung zeigen völlig neue Ansätze für Therapie und Prävention von Stress-Störungen. Unser – noch unveröffentlichtes – Forschungsmodell liefert dazu die Schlüsselthemen. Das Stress-Modell geht über die derzeit gängigen Erklärungsmodelle zur Ursache von Angststörungen und Burnout hinaus. Dazu haben wir einen Online-Fragebogen entwickelt. Darin wurden auch Berufsgruppen eingebaut, die unter Stress sicher «funktionieren» müssen und Gruppen, die unter Angst/Panik resp. Burnout leiden. Diese Gegenüberstellungen zeigen wesentliche Faktoren zur Stress-Prävention und zur Therapie auf. Stress, Angst und Burnout haben zudem wesentlichen Einfluss auf die Entscheidungsfindung insbesondere in komplexen Situationen. Daher verdient das Thema auf allen Ebenen eine hohe Beachtung.

Von einer Beratung unabhängig werden weiterhin Personen und Teams zur Teilnahme an der Online-Studie gesucht, welche unter Stress stehen, Panik/Angst oder Burnout erleben. Die Daten bleiben anonym, persönliche Rückfragen der Teilnehmenden sind möglich. Wir beraten Sie als Unternehmen oder als Privatperson gerne weiter.

psycon gmbh

Tel. 041 790 75 45

cornelia.nussle@psycon.ch, www.psycon.ch

Dr. phil. Cornelia Nussle

Weitere Informationen und Adresse auf Seite 62