

Depression am Arbeitsplatz

„Prävention wird immer wichtiger“

Psychische Erkrankungen sind der häufigste Grund für eine Berentung und gemessen an den Arbeitsunfähigkeitstagen die zweithäufigste Krankheitsart.

Wie Unternehmen auf diese Herausforderung reagieren sollten, erklärt Prof. Martin Schäfer, Direktor der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Suchtmedizin der Kliniken Essen-Mitte.

Viele Betroffene gestehen sich ihre psychische Erkrankung nicht ein oder trauen sich nicht, diese am Arbeitsplatz publik zu machen. Was bedeutet das für die Betriebe?

Prof. Schäfer: Wenn Mitarbeiter gehäuft wegen einer Depression oder einem Burn-out ausfallen, steht eine Abteilung oder sogar ein ganzes Unternehmen vor einem großen Problem. Denn die Ausfälle können unter Umständen sehr lange dauern und auch immer wieder auftreten, wenn die Ursache dafür unter anderem am Arbeitsplatz oder im Betrieb selbst zu suchen ist. Spätestens wenn sich solche Fälle häufen, ist es wichtig für Betriebe zu analysieren, ob die Ausfälle wirklich nur auf die Arbeitnehmer zurückzuführen sind, etwa aufgrund fehlender Qualifikation oder Belastbarkeit. Oder ob es eher mit Faktoren innerhalb des Betriebes wie Arbeitsvolumen, Betriebsklima, Arbeitsorganisation oder Führungsqualitäten zu tun hat.

Damit es erst gar nicht so weit kommt: Wie können Unternehmen dieses sensible Thema präventiv angehen und in ihr betriebliches Gesundheitsmanagement integrieren?

Prof. Schäfer: Niemand geht mit einer Depression hausieren. Aber weil es so ein wichtiges Thema ist, sollten Betriebe es in ihr Gesundheitsmanagement einbauen und Ansprechpartner schaffen. Das können auch außerbetriebliche Kooperationspartner sein, von denen man sich beraten lassen kann und die die notwendige Qualität sicherstellen können. Prävention wird allerdings in Zukunft mit die größte Rolle spielen.



Prof. Martin Schäfer

Foto: Udo Geisler

Wo bekommt man denn externe Hilfe?

Prof. Schäfer: Basisinformationen über die Krankheit und lokale Hilfsangebote findet man u. a. beim Essener Bündnis gegen Depression, einem lokalen Ableger des Deutschen Bündnisses. Für den einzelnen Betroffenen kann der Hausarzt oder Betriebsarzt für allgemeine Fragen und sollte ein Facharzt für spezielle Diagnostik und Therapiefragen der Ansprechpartner sein. Dort kann auch eine Beratung erfolgen, wie weit man mit der Erkrankung in der Kommunikation mit dem Arbeitgeber offen umgehen sollte, denn in den verschiedenen Branchen und Betrieben wird auch unterschiedlich auf eine psychische Erkrankung reagiert.

Wie sollte sich ein Vorgesetzter oder ein Kollege verhalten, wenn er eine Depression bei einem Mitarbeiter vermutet?

Prof. Schäfer: Zunächst ist es schon mal ein erfreulicher Fortschritt, wenn ein Chef oder Kollege überhaupt daran denkt, dass hinter einem bestimmten Verhalten eine psychische Erkrankung, insbesondere eine Depression, stecken kann. In einem vertraulichen Gespräch kann er seine Vermutung äußern und Hilfe anbieten. Natürlich muss der betroffene Mitarbeiter auch bereit sein, Hilfen anzunehmen. Wir machen aber die Erfahrung, dass Betroffene in den allermeisten Fällen sehr dankbar dafür sind und schätzen, dass man sie unterstützt und sich um sie sorgt.

Wie sieht eine gute Wiedereingliederung depressiv Erkrankter aus und warum ist sie für die Betriebe so wichtig?

Prof. Schäfer: Die Wiedereingliederung eines Erkrankten wird individuell festgelegt zwischen Ärzten, Unternehmen und Betroffenen. Für die Unternehmen ist sie sehr wichtig, um den Mitarbeiter wieder schnell ins Unternehmen zu bekommen und ein Gefühl für seine Leistungsfähigkeit zu haben. Für den Betroffenen ist es eine Möglichkeit, sich zu regenerieren und die Arbeit möglichst wieder als positiven und machbaren Teil des Lebens zu empfinden. Arbeiten in einem wertschätzenden und überwiegend positiven Umfeld hat häufig sogar eine antidepressive Wirkung!

Mehr Informationen unter
www.buendnis-depression.de/depression/essen.php
www.ebgd.de