

# Drastischer Anstieg der AU-Zeiten wegen psychischer Störungen seit 2007 - eine Analyse anhand der Krankenkassendaten

**Symposium der DPtV**

**Berlin, 26.05.2011**

**Heinz Kowalski, Geschäftsführender Direktor des BGF-Instituts Köln und Hamburg**

Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung

Heinz.Kowalski@bgef-institut.de

www.bgef-institut.de



- Unternehmensberatung
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Fehlzeitenanalysen, Projekte
- Alle Branchen, alle Betriebsgrößen
- Tochter der AOK Rheinland/Hamburg
- 40 Festbeschäftigte, davon 30 Berater/innen
- Institutsbeirat
- Wissenschaftlicher Beirat
- Angewandte Forschung
- BGF-Gesundheitspreis

## Gesundheit und Arbeit

***„Gesundheit ist das vollkommene physische, psychische und soziale Wohlbefinden – auch bei der Arbeit“***

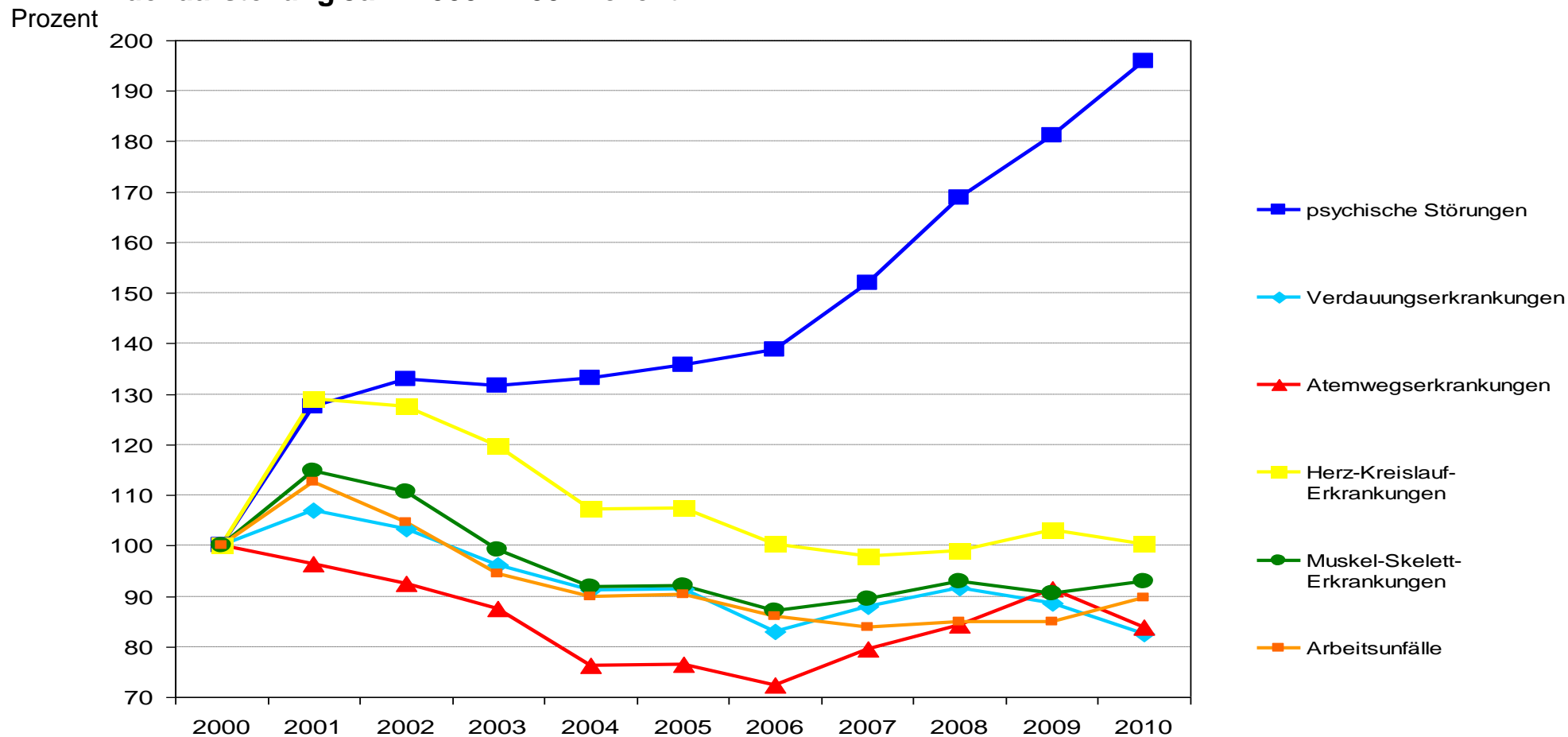
(nach WHO-Definition)

***„Arbeit ist heute eine Quelle von Selbstwertgefühl, von Sozialprestige und von innerer Zufriedenheit“***

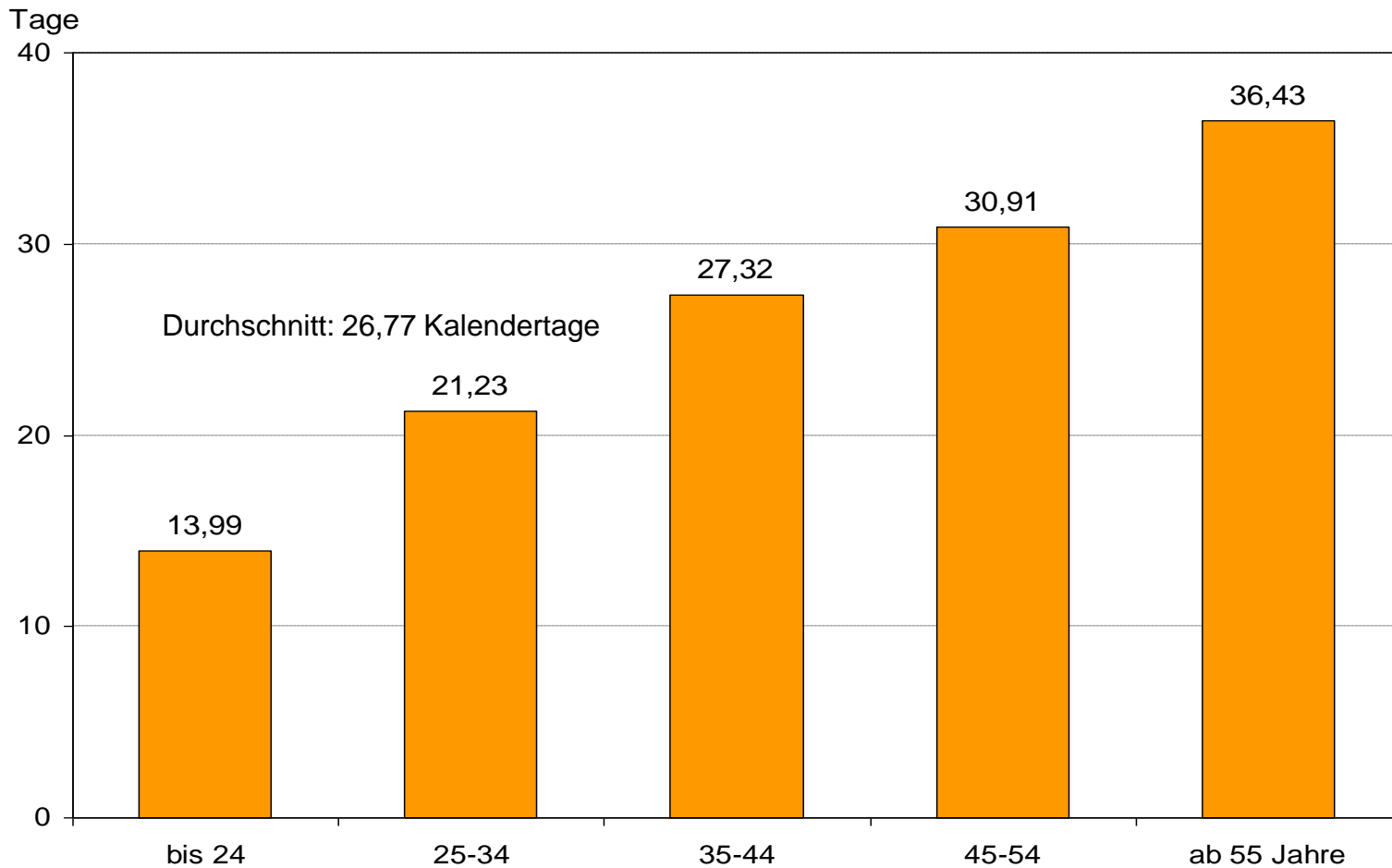
(Prof. Dr. Roman Herzog als Bundespräsident)

# Entwicklung der Arbeitsunfähigkeitsfälle je 100 AOK Versichertenjahre Rheinland

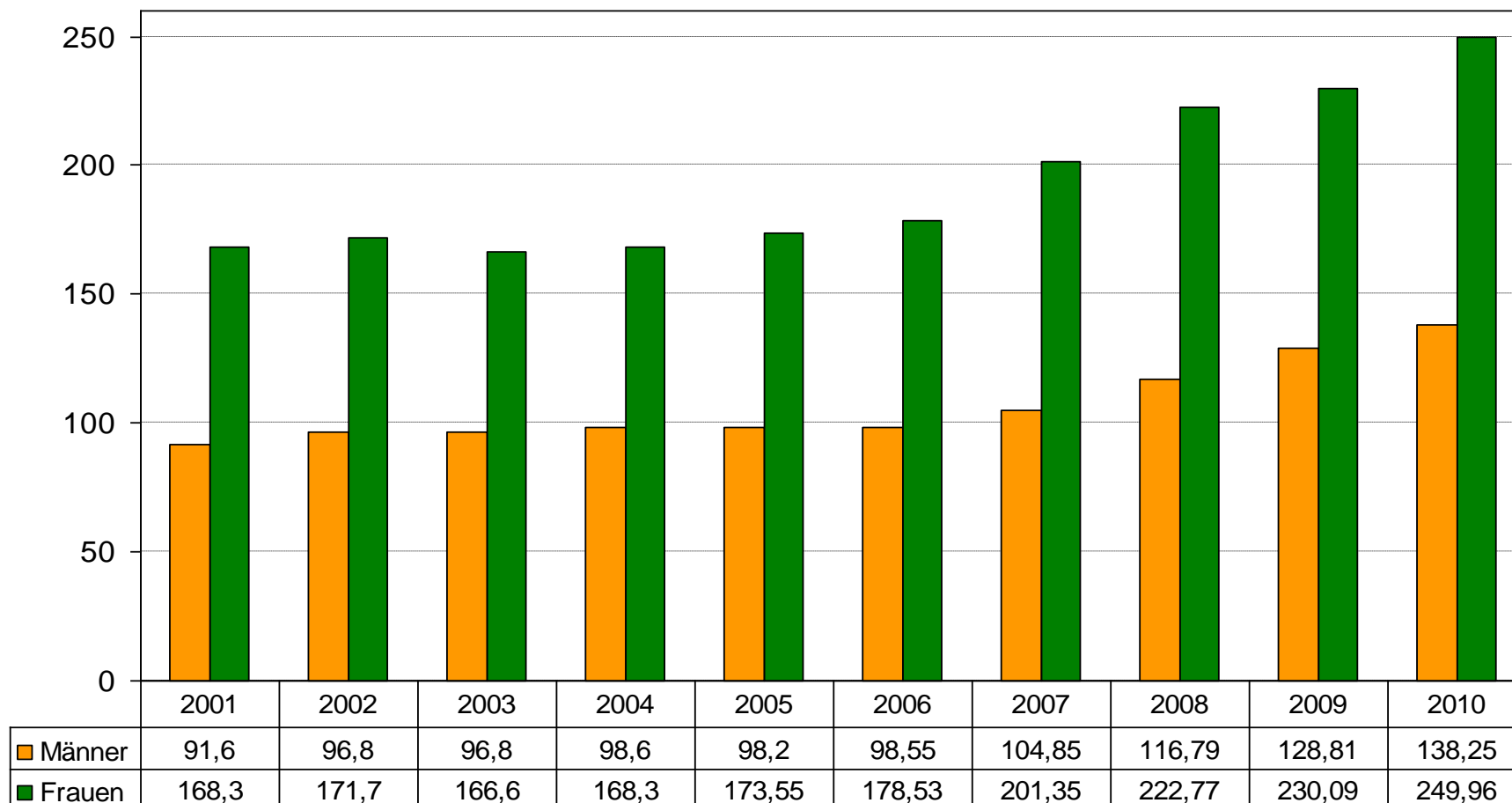
Indexdarstellung Jahr 2000 = 100 Prozent



## Psychische Störungen Arbeitsunfähigkeitsdauer nach Altersstufen, 2010, AOK Rheinland

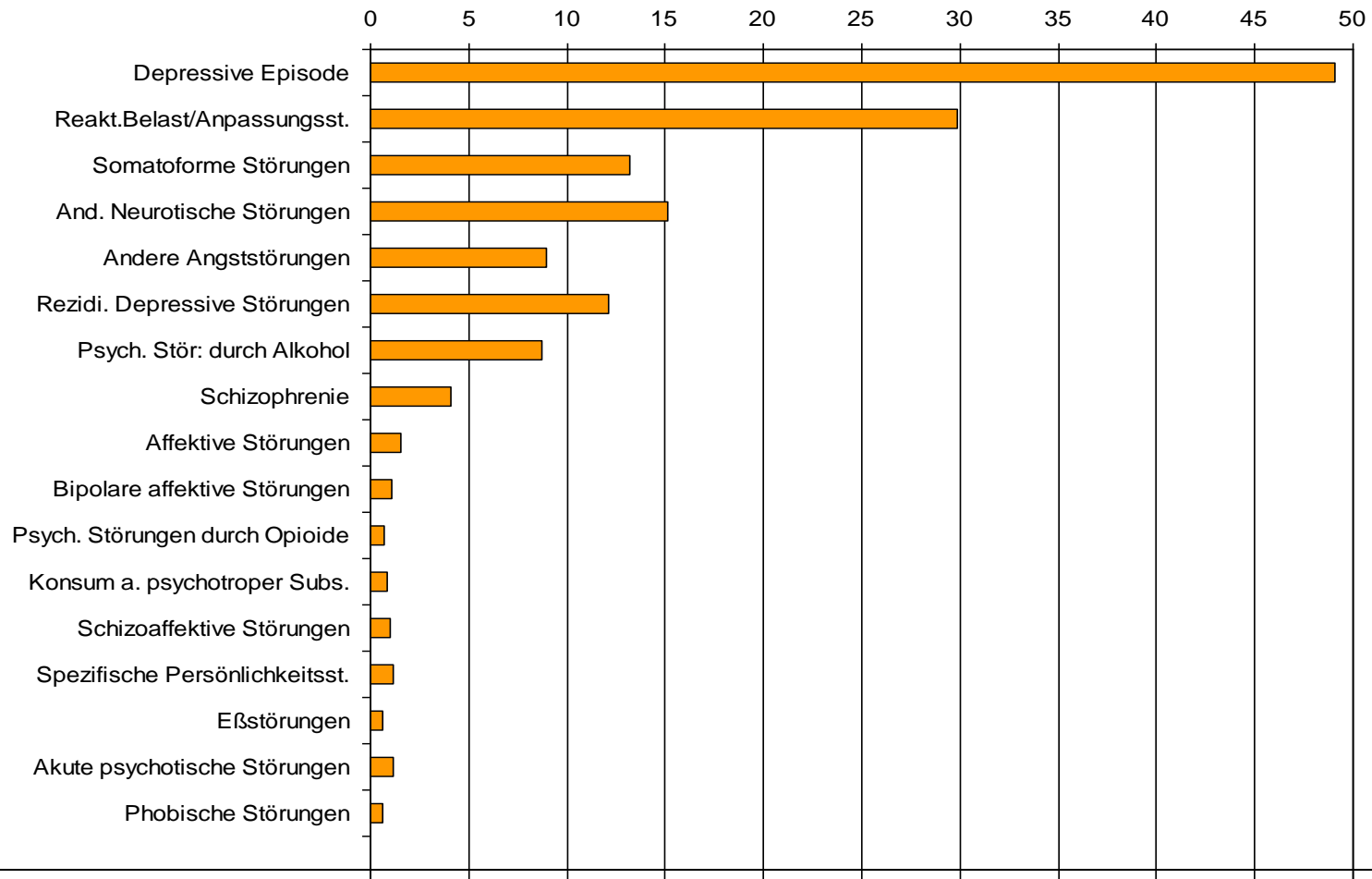


## Arbeitsunfähigkeitstage aufgrund Psychischer Erkrankungen Männer und Frauen, AOK Rheinland



# Psychische Erkrankungen

## Arbeitsunfähigkeitstage je 100 VJ, Unterdiagnosen, AOK Rheinland



## **RWI-Gutachten im Auftrag der Allianz, 2011**

# **Depressionen verursachen 22 Milliarden Euro Kosten**

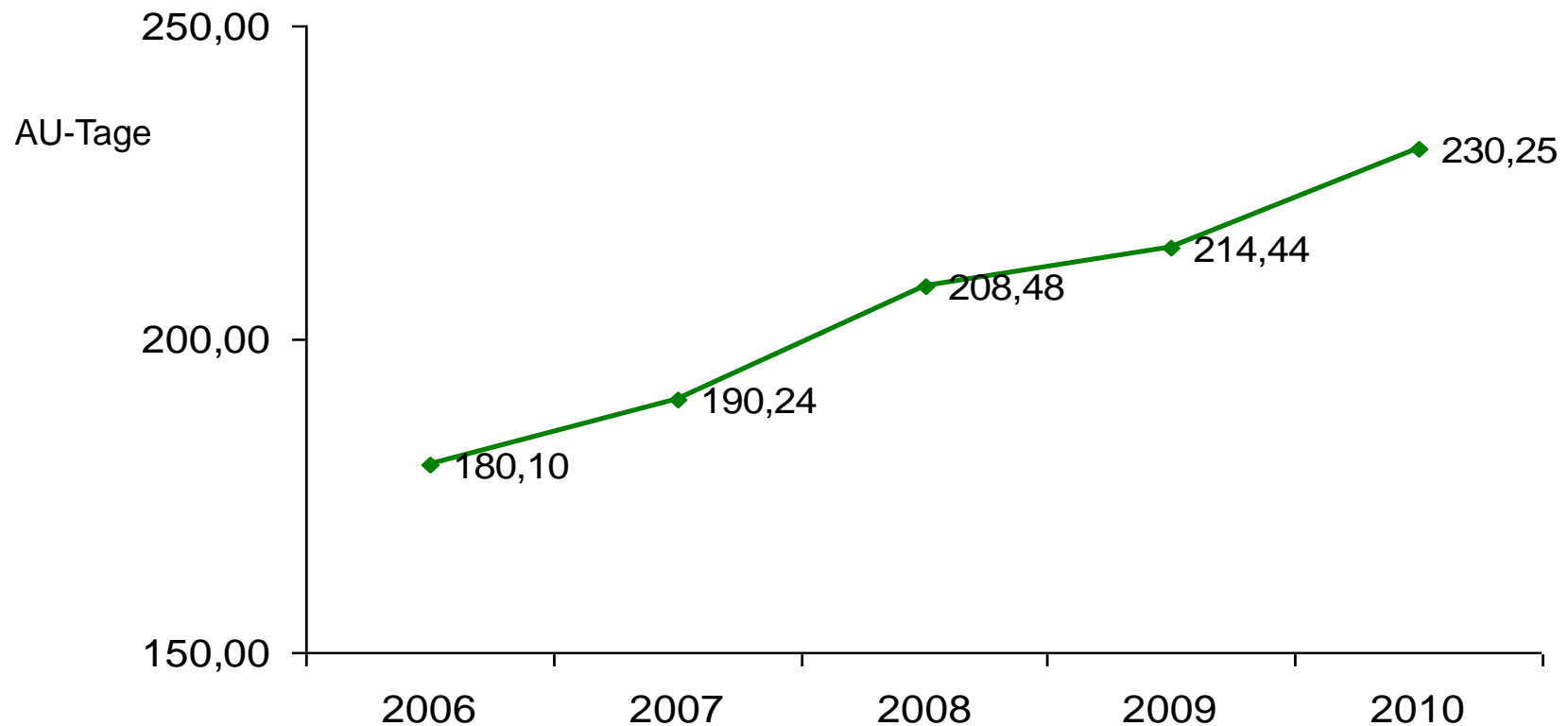
***„Die Unternehmen sind längst nicht auf die wachsende Zahl von Arbeitnehmerern vorbereitet, die an psychischen Störungen leiden.“***

***„Noch immer ist die Prävention psych. Erkrankungen in den meisten Unternehmen ein Tabuthema.“***

***„Dabei kommt den Arbeitgebern beim Kampf gegen Depression eine besondere Rolle zu.“***



## Arbeitsunfähigkeitstage wegen „Psychischer Störungen“ je 100 VJ AOK Hamburg



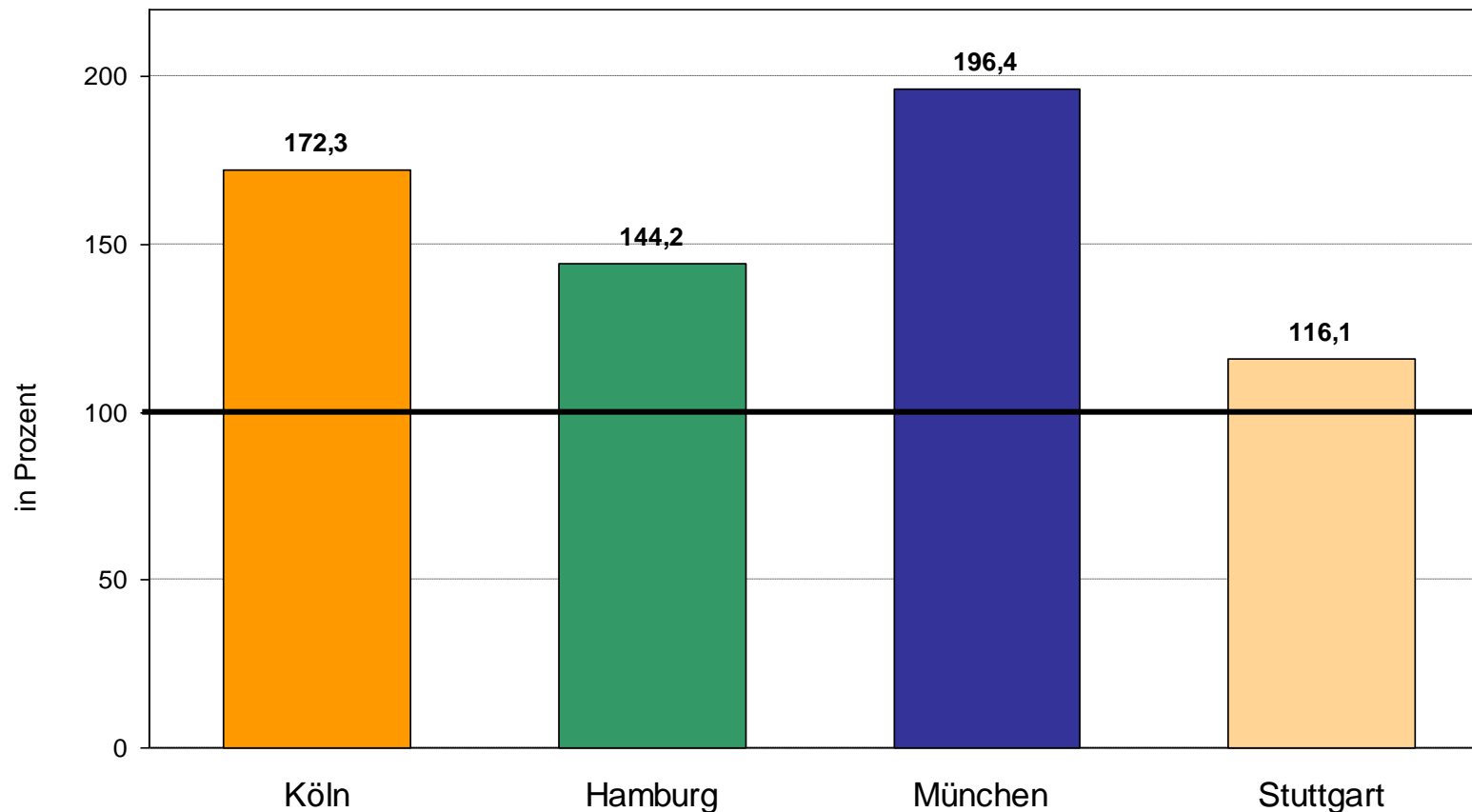
## **AU-Städtevergleich 2009 - Tage je 100 VJ (nur AOK)** **„Alles nur Großstadtneurotiker?“**

### **Psychische Störungen**

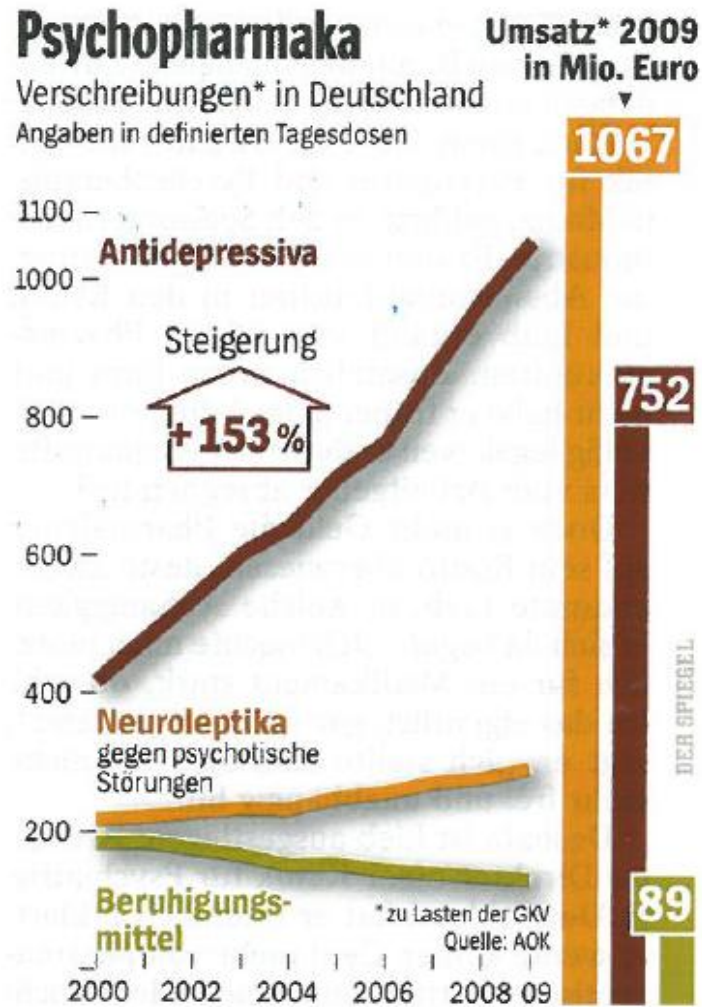
Frankfurt	233,79	München	204,24
Bremen	230,14	Hannover	185,87
Berlin	216,65	Düsseldorf	182,91
Stuttgart	215,30	Essen	174,81
Hamburg	214,44	Köln	165,73
(TK Hamburg)	251,89	Kreis Kleve	126,08

## Versorgungsgrad – Städtevergleich

Vollversorgung bei den Psychotherapeuten (100%) = 1 Arzt / 2.577 Einwohner



Quellen: Kassenärztliche Vereinigungen Nordrhein, Hamburg, Bayern, Baden-Württemberg

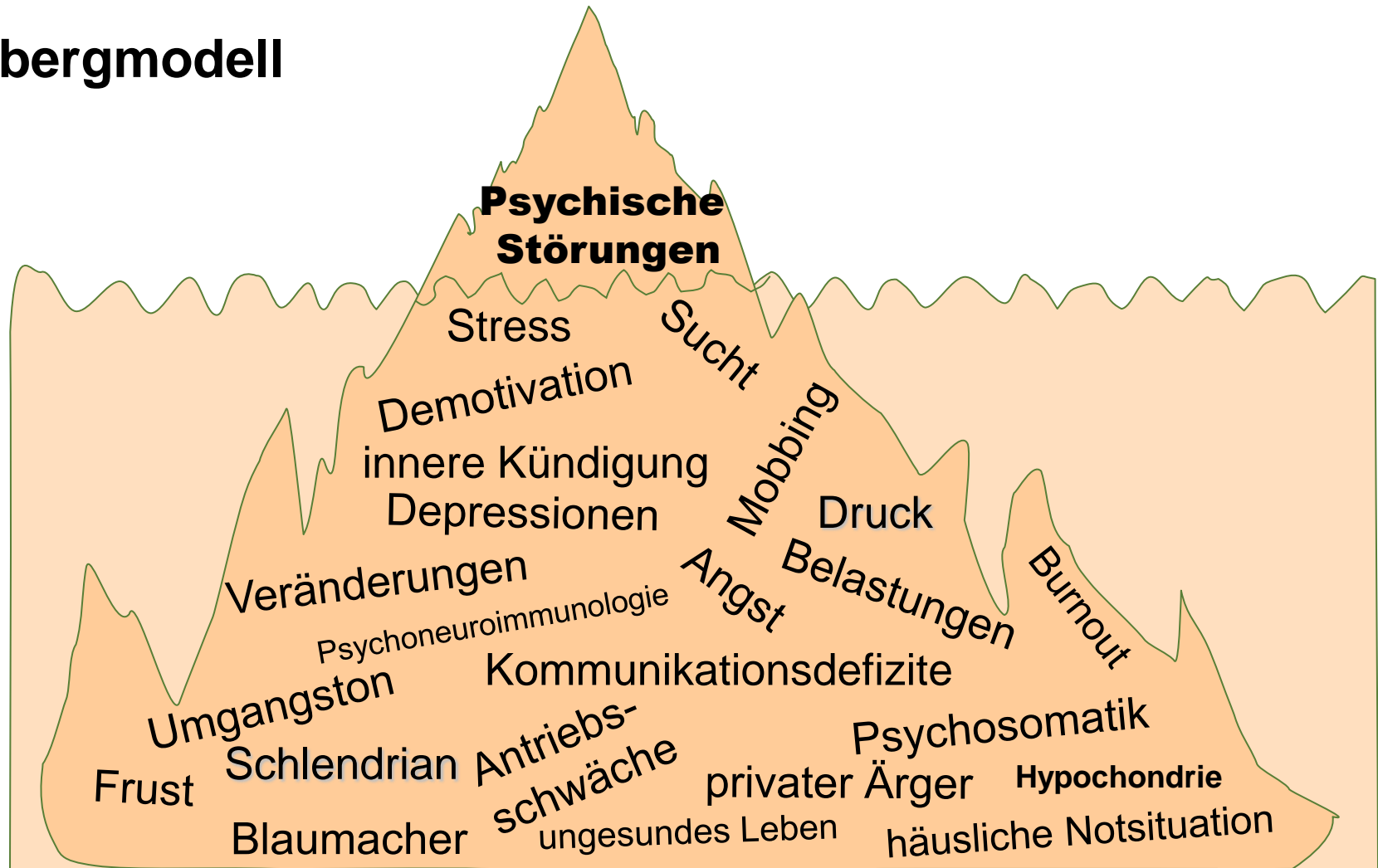


Quellen: Der Spiegel 20/2011

## Drei Zielrichtungen der BGF



# Eisbergmodell



# Gesunde Lebensweise und gesunder Betrieb

**Positives Denken**

Soziale Sicherheit  
Job-Enrichment  
Job-Enlargement  
Innere Zufriedenheit  
Lob  
Ergebnisorientierung  
Nachhaltigkeit  
Innovation  
Konfliktfähigkeit  
Kritikfähigkeit

Angstfrei  
Zuverlässigkeit  
Motivation  
Leistungsgerechter Lohn  
Disziplin  
Gesundheitsförderung  
Partizipation  
Gesellschaftliche Verantwortung  
Arbeitsschutz  
Klarheit  
Commitment  
Gerechtigkeit  
Orientierung  
Lebenslanges Lernen  
SOZIALPRESTIGE  
Kollektialität

Offene Kommunikation  
Firmenimage  
Feedback  
ökologisch  
Ordnung  
Gesundheitsförderung  
Sozialer Rückhalt  
Pflichtbewusstsein  
Ergonomie  
Selbstwertgefühl  
Identifikation  
Sauberkeit  
Gute Arbeit




## Zunahme psychischer Störungen

- Zunahme psychischer Belastungen durch Globalisierung/Wettbewerb, Wissensgesellschaft, Emotionsarbeit, Arbeitsverdichtung, Freizeit- und Leistungsdruck, Erosion der Normalarbeit, Präsentismus, Arbeitsplatzunsicherheit, Gratifikationskrisen (Missverhältnis zwischen wahrgenommener Arbeitsbelastung und materieller sowie immaterieller Entlohnung)
- Wie viel Veränderungen und wie viel Veränderungsgeschwindigkeit verträgt der arbeitende Mensch?



## **Multitasking ist Körperverletzung** **(Frank Schirrmacher: Payback, 2009, Blessing-Verlag)**

- Multitasking setzt voraus, dass Menschen jederzeit mehrere Dinge gleichzeitig machen können.
- Sie verlieren, was sie von Computern unterscheidet: Kreativität, Flexibilität und Spontaneität.
- Multitasker reagieren häufiger auf „falschen Alarm“
- Multitasker werden nicht immer effizienter, sondern immer schlechter.
- Multitasking ist der zum Scheitern verurteilte Versuch des Menschen, selbst zum Computer zu werden.

## Mental Health

- für Leistungsbereitschaft (Motivation)
- für positive Lebenseinstellung
- für ein gesundes Betriebsklima
- zur mentalen Bewältigung des Wandels und von Krisen
- gegen Belastung und Stress
- gegen Angst, Unwohlsein, Abgeschlagenheit, Schlafstörungen, Resignation, Depression, Sexualstörungen
- gegen psychovegetatives Belastungssyndrom

## Was das Unternehmen tun kann (I):

- Belastungen reduzieren, Change- und Stressmanagement
- Veränderungen wahrnehmen (Achtsamkeitsradar)
  - Arbeitsverhalten
  - Leistungsverhalten
  - Sozialverhalten
  - Gefühlsäußerungen/Gefühlslage
  - Körperliche Veränderungen
  - Alltagsleben
- Wissen, wie man mit psychisch kranken MitarbeiterInnen umgeht
- „tüchtig oder süchtig“ unterscheiden lernen
- Kommunikation, Rückkehrgespräche, BEM-Verfahren
- Betriebsärztlicher Dienst

## Was das Unternehmen tun kann (II):

- Psychosoziale Betreuungsangebote
- Mobbing verhindern
- Behandlung vermitteln, auch Reha
- Personalpolitische Perspektive geben
- Resilienz vermitteln (psychische Robustheit für MitarbeiterInnen und Führungskräfte)
- AOK-Gesundheitsberichte nutzen
- Dienste in Anspruch nehmen, z.B. BGF-Institut

# **H-I-L-F-E - Konzept**

**H** - Hinsehen

**I** - Initiative ergreifen

**L** - Leitungsfunktion wahrnehmen

**F** - Führungsverantwortung, d.h. fördern und fordern

**E** - Experten hinzuziehen

(nach Hommelsen, K., 2006)

## Was wir machen:

- Präventionsangebote
- Analysen (MAU, ASA P LuS, Interviews)
- Seminarangebote
- Coaching von Führungskräften + MitarbeiterInnen
- Tandemgespräche mit Krankengeldempfängern
- Forschungsprojekte (Erkenntnisse für die Praxis)

## **Was der Einzelne tun kann (z.T. mit ext. Hilfe):**

- Stressvermeidung lernen
- Stressreduzierung lernen
- Stressbewältigung lernen
- Interessierte Selbstgefährdung vermeiden
- Work-Life-Balance
- Offene Kommunikation suchen
- Zielgerichtete Behandlung annehmen
- Resilienz und Veränderungsbereitschaft lernen
- Vulnerabilität abbauen
- Verhaltensänderung lernen
- Optimismus lernen
- Realismus behalten

**Danke für Ihre Aufmerksamkeit  
- Ad multos Annos ! –**

**oder**

**„Bleiben Sie gesund,  
anders wär nämlich schlecht!“**