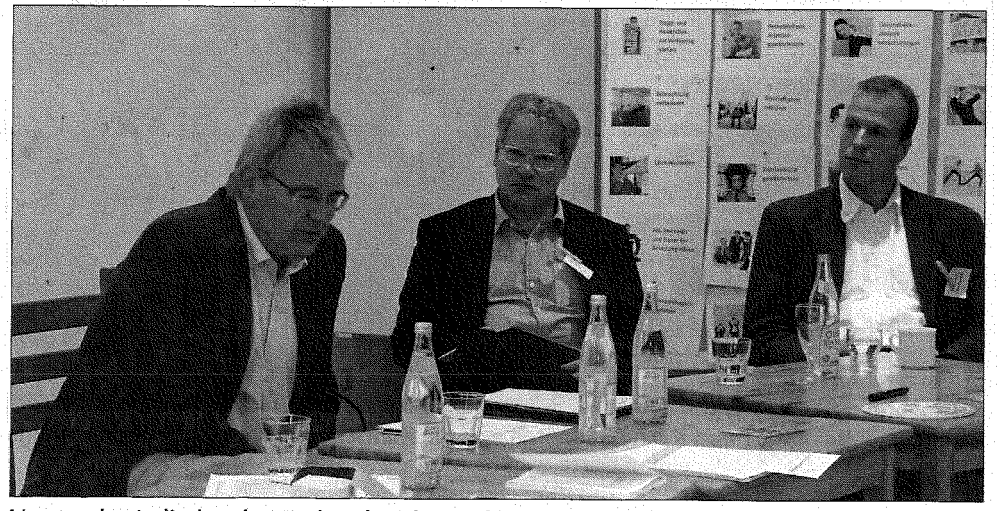
VILSBIBURGER ZEITUNG Samstag, 5. Oktober 2013

Hohe Anforderungen und geringe Anerkennung

Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz als Thema einer Regionaltagung

Kröning. Die erste Regionaltagung „Rückengesundheit und psychische Gesundheit", die der Diplompsychologe Dr. Gerd Wenninger zusammen mit der Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI) im Burnout-Zentrum Bödlhof veranstaltete, war gut besucht. Rücken und Psyche sind zwei höchst gefährdete „Bereiche", die am häufigsten für Arbeitsunfähigkeit und Frühverrentung verantwortlich sind.



Vorstandsmitglieder des Fachverbands Psychologie für Arbeitssicherheit und Gesundheit diskutierten mit dem Abgeordneten Dr. Thomas Gambke (links).

Experten und Berufsgenossenschaften beklagen ein dramatisches Ansteigen von berufsbedingten Krankheiten. Dabei nehmen Rückenerkrankungen und vor allem das sogenannte Burn-out dramatisch zu. Das hängt sowohl mit den vielen Arbeitsplätzen an Computern als auch mit der hohen Leistungsverdichtung am Arbeitsplatz zusammen. Viele Menschen unterscheiden nicht mehr zwischen Arbeit und privat – die Arbeit wird mit dem „Smartphone" und dem Tablet Computer mit nach Hause oder sogar in den Urlaub mitgenommen.

Dem Rücken hat die BG RCI die bundesweite Präventions-Kampagne „Denk an mich. Dein Rücken" gewidmet. Das Burnout-Zentrum Bödlhof hat für Einzelpersonen und Unternehmen unterschiedliche Präventionsangebote entwickelt. Sie sollen für psychische Überlastungs- und Alarmzeichen sensibel machen und rechtzeitig zu persönlichen und betrieblichen Maßnahmen führen, um psychisch belastbar und gesund zu bleiben.

Am ersten „Rückentag" berichtete unter anderem der Vilsbiburger Internist und Sportmediziner Dr. Rüdiger Meesters über das „Kreuz mit dem Kreuz" aus medizinischer Sicht. Er plädierte für einen ganzheitlichen Ansatz, für die frühe und aktive Beteiligung des Patienten an der Krankheitsbewältigung und für die Einbindung von Krankenkassen und Arbeitgebern in die Präventivmaßnahmen.

Die Gesundheitsberaterin Cornelia Dittmar schilderte sehr anschaulich am Beispiel eines Automotive-Unternehmens (Entwicklung und Herstellung von Komponenten und Systemen für die Pkw-Innenausstattung), wie schwierig es ist, im Rahmen eines Gesundheitsmanagements technische und organisatorische Vorschläge umzusetzen, die eine Überlastung der Wirbelsäule verhindern sollen.

Der Münchner Fach-Psychotherapeut für Traumatherapie Gerhard Wolfrum wies darauf hin, wie segensreich die Myoreflextherapie vor allem für Schmerzpatienten mit „eingefrorenen" Körpererfahrungen sein kann. Zum Abschluss des ersten Tags schilderte schließlich der Vizepräsident der deutschen Gesellschaft für Gesundheitsvorsorge, Prof. Sven Tönnies, wie wohltuend sich Entspannungsverfahren bei körperlichen Verspannungen auswirken. Das konnten die Teilnehmer zu Beginn des zweiten Tags in einer ihm angeleiteten Entspannungsmeditation gleich am eigenen Leib erfahren.

Danach standen die psychischen Belastungen im Arbeits- und Privatleben, Dauerstress mit der Folge von Burn-out und die unterschiedlichen Angebote zur Burn-out-Prävention im Vordergrund. Den einführenden Überblick gab der Arbeitspsychologe Roland Portuné aus Heidelberg, und der IT-Experten Tim Sturm aus Salzburg stellte eine Drei-Länder-Studie über das Ausmaß der Burn-out-Gefährdung in der IT-Branche vor. Die Arbeitspsychologin Martina Molnar aus Wien erläuterte die neueste Version des auch in Deutschland weit verbreiteten IMPULS-Tests, einem Online-Fragebogen, mit dem sich die psychische Belastung der Mitarbeiter im Unternehmen prüfen lässt. Prof. Rainer Wieland, Inhaber eines Lehrstuhls für Arbeits- und Organisationspsychologie in Wuppertal, zeigte in einem Statusbericht, welchen prominenten Platz das Thema „Psychische Belastung und Beanspruchung" in manchen Unternehmen inzwischen einnimmt. Ein Beispiel dafür ist auch, wie Barbara Thiel, Leiterin des Personalservice und Gesundheitsmanagements im ADAC, an den Präventionsmaßnahmen aufzeigte, die dort gegen hohe emotionale Anforderungen bei der Arbeit und geringe Anerkennung bei zugleich starker persönlicher Verausgabung für die im Kundenservice tätigen Mitarbeiter entwickelt wurden.

Den Schlusspunkt der von den Teilnehmern äußerst positiv beurteilten Veranstaltung setzte die Podiumsdiskussion „Wie kümmern sich Parteien und Organisationen um unsere Gesundheit?" mit Vorstandsmitgliedern des kürzlich gegründeten Fachverbands Psychologie für Arbeitssicherheit und Gesundheit e.V. (www.FV-PA-SIG.de) und Dr. Thomas Gambke, dem wiedergewählten Bundestagsabgeordneten der Fraktion Bündnis 90/Die Grünen. Dr. Gambke war Mitverfasser eines Antrags „Psychische Gefährdungen mindern – alters- und alternsgerecht arbeiten", der im September 2012 dem Bundestag zur Beschlussfassung vorgelegt wurde. Er gab kompetente, präzise Auskünfte unter anderem über die Anti-Stress-Verordnung zum Schutz vor psychischen Gefährdungen und Stress am Arbeitsplatz sowie über die Praxis des betrieblichen Eingliederungsmanagements.