

Stress am Arbeitsplatz

Schon längst zeigen die Zahlen, dass psychische Probleme am Arbeitsplatz zu langen Krankenständen und Fehlzeiten führen auch bis zum Ausstieg der betroffenen Personen. Das verursacht langfristig hohe Kosten. Bereits die Zahl der Invaliditäts-Pensionen nimmt drastisch zu und dabei werden die betroffenen Personen immer jünger. Hauptursache dabei sind Stress, Depression, Überforderung und Burnout. Bekannt ist auch, dass frühzeitige Hilfe durch ExpertInnen einen langen Leidensweg ersparen kann. Medizinisch alleine lassen sich jedoch psychische Erkrankungen nicht bewältigen. Ein Ineinandergreifen und die Zusammenarbeit multiprofessioneller Fachkräfte erscheint als einzig sinnvoll. Den Kassen ist dieser Zugang einer ganzheitlichen Behandlung wohl bewusst, aber aus finanziellen Engpässen kann sie den steigenden Bedarf nicht decken. So bleibt den Betroffenen nur das Wahlarztprinzip und ist für viele oft nicht leistbar.

In jüngster Gegenwart erkennt die Privatwirtschaft den Eigennutzen, selber in die Gesundheit ihrer MitarbeiterInnen zu investieren, damit Krankenstände verhindert bzw. verkürzt werden und ein frühzeitiger Ausstieg nicht stattfindet.

Eingeschultes Personal, das unter starkem Leistungsdruck steht und viel Verantwortung trägt, ist nicht leicht ersetzbar und so ist die Investition in Prävention der Gesunderhaltung ein geringeres finanzielles Übel. Jetzt werden viele Betriebe sich angesprochen fühlen und denken „das passiert schon lange – das ist ein alter Hut!“ Was hier aber gemeint ist, ist eine individuelle Behandlung durch Psychotherapie. Allgemeine Schwerpunktseminare (wie z. B. „Umgang mit Stress am Arbeitsplatz“) sind ideal zur Psychoedukation und zur Entwicklung eines Problembewusstseins. Jeder Mensch ist einzigartig und hat sein eigenes individuelles Bedingungsmodell und es bedarf darüber

Mag.^a Marina Gottwald

Psychotherapeutin
(Verhaltenstherapeutin)
Klinische und Gesundheitspsychologin



hinaus manchmal maßgeschneiderter Maßnahmen.

Neuerdings bieten mittlerweile zwei Betriebe in Oberösterreich ihren MitarbeiterInnen die Möglichkeit einer 10-stündigen Behandlung bei niedergelassenen PsychotherapeutInnen der eigenen Wahl an. Die Kosten der ersten zehn Stunden werden vom Betrieb getragen. Wenn die betroffene Person die Behandlung fortsetzen will, muss sie ab da die Kosten selber übernehmen. So wird die Verantwortung für die Erhaltung der eigenen Gesundheit und Erhaltung der Arbeitsfähigkeit geteilt und alle Beteiligten können (gesundheitlich und finanziell) profitieren. Wünschenswert wäre, wenn mehr Betriebe auf diesen Zug aufspringen und dem Vorzeigebispiel folgen. ■