

Auffälliges Verhalten ansprechen

Arbeitsunfähigkeiten aufgrund psychischer Erkrankungen nehmen zu. Was lässt sich dagegen tun – und wie sollen sich Vorgesetzte und Kollegen verhalten? Dr. Niklas Baer gibt Auskunft. Er ist Psychologe und Leiter Fachstelle Psychiatrische Rehabilitation an der Psychiatrie Baselland.

Herr Baer, es werden immer mehr Arbeitsunfähigkeiten und Invalidisierungen aus psychischen Gründen verzeichnet. Warum ist das so?

Dr. Niklas Baer: Es gibt nicht mehr psychische Erkrankungen als früher, aber der Umgang damit hat sich verändert. Wir haben sehr viel mehr psychiatrische Behandlungsmöglichkeiten und die Menschen lassen sich heute auch behandeln. Das ist nicht grundsätzlich schlecht.

Führen psychische Erkrankungen oft auch in eine Invalidisierung?

Ja, das ist so – und dies ist das grosse Problem der IV. In den letzten Jahrzehnten haben IV-Berentungen wegen psychischer Erkrankungen überproportional zugenommen. Heute ist fast jede zweite IV-Rente darauf zurückzuführen.

Wie lässt sich so eine Entwicklung verändern?

Dazu braucht es alle Beteiligten. Ein wichtiger Punkt ist zum Beispiel die Sensibilisierung der Ärzte. Das Bild von «Arbeit gleich Stress» ist zu einseitig. Arbeit ist existenziell fürs Befinden. So ist es oft nur eine bedingte Hilfe, wenn man Patienten lange krankschreibt und damit ihre Stelle gefährdet. Ärzte sollten Patienten verstärkt dabei unterstützen, Herausforderungen oder Konflikte am Arbeitsplatz zu bewältigen.

Wie wichtig ist es, bei einer Arbeitsunfähigkeit frühzeitig zu intervenieren?

Grundsätzlich sehr wichtig, aber es kommt auf die Krankheit an. Wenn jemand an einer schweren Depression leidet, geht das nicht so schnell. Bei vielen anderen Zuständen ist es besser, so früh wie möglich zu intervenieren. Je länger jemand zu Hause bleibt, desto grösser wird die Angst vor der Rückkehr an den Arbeitsplatz. Und Ängste werden stärker, je länger man etwas vermeidet.

Muss man da etwas von dem Prinzip «ganz oder gar nicht» wegkommen?

Ja, man muss differenzieren. Länder wie Norwegen haben durchgesetzt, dass Ärzte Patienten möglichst zuerst Teilzeit krankschreiben und begründen müssen, wenn das nicht möglich ist – das gibt eine veränderte Perspektive, die ich sinnvoll finde. In England hat man aus dem Arbeitsunfähigkeitszeugnis ein Arbeitsfähigkeitszeugnis gemacht, statt einer «sick note» gibt es eine «fit note». Auch in der Schweiz gibt es neu differenzierte und ressourcenorientierte Zeugnisse.

Welche Schritte in diese Richtung wären nötig?

Alle Beteiligten müssen in ihrem Verhalten, in ihrer Arbeit etwas ändern – Ärzte genauso wie Arbeitgeber. Ausserdem braucht es mehr Kontakt zwischen Arzt und Arbeitgeber.

Welches ist die Kernaufgabe des Arbeitgebers?

Sie liegt zwischen Prävention und Wiedereingliederung – nämlich bei der Frühintervention, wenn ein Mitarbeitender ein auffälliges Verhalten zeigt. Der Arbeitgeber soll möglichst zu Beginn den Kontakt suchen und dies ansprechen. Dazu braucht es Mut. Aber gerade bei psychischen Erkrankungen ist das Schweigen das grösste Problem.

Wie lassen sich solche Hemmschwellen einfacher überschreiten?

Schulung ist ein wichtiger Teil. Führungskräfte sind im Normalfall nicht darin ausgebildet, wie sie mit psychischen Auffälligkeiten bei Mitarbeitenden umgehen sollen. Ein anderer Teil ist die Betriebskultur. Es wäre eine Hilfe für alle, wenn sich das Unternehmen explizit auf die Fahne schreibt, dass man psychische Auffälligkeiten ansprechen respektive als Betroffener Probleme

auch äussern darf – und zwar ohne, dass man damit die berufliche Karriere gefährdet.

Wie sollen Arbeitskollegen mit einem auffälligen Mitarbeitenden umgehen?

Ihn am besten darauf ansprechen. Im Gegensatz zu den Vorgesetzten ist das aber für Kollegen keine Pflicht. Wenn das nicht geht, es dem Vorgesetzten melden. Beim Verheimlichen mitzumachen, ist keine gute Strategie, gerade wenn der Unmut im Team steigt. Erst wenn etwas auf dem Tisch ist, kann man auch Lösungen suchen.

Wir danken Herrn Dr. Niklas Baer für das Interview und Eric Langner, PKRück, für den Text.



Dr. Niklas Baer, Psychologe und Leiter Fachstelle Psychiatrische Rehabilitation an der Psychiatrie Baselland