

Depressionen und Arbeitswelt

Gegen inhumanen Druck zur Wehr setzen

Hoher Arbeitsdruck, fehlende Anerkennung und die Angst um den Arbeitsplatz steigern das Depressionsrisiko um das Zweibis Dreifache. Der Arbeitswissenschaftler Wolfgang Hien fordert mehr Respekt vor unterschiedlichen Leistungspotenzialen und plädiert für ein menschlicheres Maß in der Arbeitswelt.

Menschen sind unterschiedlich – glücklicherweise. Der eine ist langsam, die andere schnell. Es gibt Dickfellige und Sensible, Alte und Junge. Die Liste ist fast unendlich. Jede dieser Eigenschaften hat ihre guten Seiten, auch wenn das zunächst nicht in den Blick gerät. Der Langsame ist oft genauer, der Sensible nimmt bestimmte Probleme im Betriebsablauf früher wahr, die ältere Kollegin, die vielleicht noch immer Schwierigkeiten mit der neuen Technik hat, weiß dafür, wie mit gewissen Kunden umzugehen ist. Die Unterschiedlichkeit der Menschen zeigt sich natürlich auch und vor allem in der Arbeitswelt. In jedem guten Lehrbuch der Arbeitswissenschaft ist zu lesen: Die Menschen sollen gemäß ihren jeweiligen Fähigkeiten und Möglichkeiten eingesetzt werden. Und nicht nur das: Arbeitsaufgaben und Arbeitsbedingungen sind gemäß dieser Unterschiedlichkeit zu gestalten oder umzugestalten, wobei die betroffenen Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer aktiv und mitentscheidend beteiligt werden müssen. Die Arbeitswissenschaft nennt dies – weil es auf die Differenzierung ankommt – „differenzielle Arbeitsgestaltung“. Diese ist ein Aspekt der menschengerechten Arbeitsgestaltung, zu der nach Recht und Gesetz jeder Arbeitgeber verpflichtet ist.

Der Arbeitende soll als Person wertgeschätzt werden

Was sind die Hauptkriterien von menschengerechter Arbeit? Die Aufgaben müssen ausführbar sein, sie dürfen die physische und psychische Gesundheit nicht schädigen und sie sollen jedem oder jeder genügend Handlungsspielraum geben, seine oder ihre Arbeit selbst zu gestalten. Überaus wichtig ist schließlich, dass Arbeitende als Person wahrgenommen, anerkannt, wertgeschätzt und unterstützt werden. Von diesem wünschenswerten Zustand sind die betrieblichen Wirklichkeiten allerdings weit entfernt

und sie entfernen sich davon täglich weiter. Als Arbeitswissenschaftler, der mehr als 30 Jahre die Dinge beobachtet hat, gewinnt man den Eindruck: Die Verhältnisse laufen aus dem Ruder. Die globalen Veränderungen und Verheißungen haben sich tief in die Psyche der Arbeitenden eingepägt: Die Menschen gehen nicht mehr – wie früher – einfach nur ihrer Arbeit nach. Nein, sie setzen sich ein, sie geben ihre ganze Person mit hinein, sie stehen permanent unter Strom. Doch viele Hoffnungen entpuppen sich als Illusionen. Sie schlagen um in Angst – Angst, nicht gut genug zu sein, Angst, zu versagen, Angst, auf der Liste der als nächstes zu Entlassenden zu stehen. Und deshalb machen sie sich im übertragenen Sinne „krumm“.

Entgegen aller arbeitswissenschaftlichen Erkenntnisse werden die Menschen mit kaum zu schaffenden Arbeitsaufgaben überhäuft. Arbeitsplätze und Arbeitsaufgaben sind so gestaltet, als gäbe es nur den 25-jährigen „Immer-Flexiblen“. Menschengerechte, d. h. differenzielle und alternsgerechte Arbeitsgestaltung: Fehlanzeige. Die Folge: Arbeiten unter Dauerdruck, Arbeiten ohne Ende, Kon-

kurrenz unter den Arbeitenden; statt Anerkennung gibt es Maßregelungen, Drohungen, Entwürdigungen, kurz: Der Seele wird die Luft zum Atmen genommen. Die Arbeitgeber – ob privat, öffentlich oder kirchlich – verlangen den stromlinienförmigen angepassten Hochleistungs-Arbeitnehmertypus, der – am besten seelenlos wie in Huxleys „Schöner neuer Welt“ – immer und überall, reibungs- und widerspruchsfrei funktioniert. Die schlimmste Entwürdigung: Wer nicht funktioniert, wird als Arbeitsloser leicht der Nutzlosigkeit geziehen. All das kann nicht gut gehen.

Depression bei fünf Prozent der Erwerbstätigen

Und es geht leider gar nicht gut. Das zeigen die jährlich steigenden Zahlen psychisch erkrankter, restlos erschöpfter, ausgebrannter und in schwere Depressionen fallender Menschen. Fünf Prozent der Erwerbstätigen und zehn Prozent der Erwerbslosen haben mit depressiven Episoden zu kämpfen. Viele betäuben sich mit Psychopharmaka oder greifen zu aufputschenden Mitteln – Doping in der Arbeitswelt. Das ist nicht nur ein deutsches, sondern ein weltweites Phänomen. Internationale Längsschnittstudien zeigen einen ganz entscheidenden Einfluss der Arbeitswelt auf die psychische Gesundheit; auch erste Studien hierzulande bestätigen dies. Sie können wasserdicht belegen, dass hoher Arbeitsdruck, geringer Handlungsspielraum, fehlende Anerkennung, Angst um den Arbeitsplatz und Arbeitslosigkeit das Depressionsrisiko um das Zweibis Dreifache steigert. Immer noch sind psychische Erkrankungen gesellschaftlich tabuisiert, sodass viele Betroffene ihre Krankheit so lange wie irgend möglich zu verheimlichen suchen. Doch gerade das ist fatal.

Statt sich gegen den inhumanen Druck zu wehren und wieder eine aufrechte Haltung einzunehmen, beugen sich viele dem Druck allzu lange und versuchen, sich selbst und anderen etwas vorzumachen. 80 Prozent der Suizide gehen Depressionen voraus. In Deutschland sterben jährlich mehr als 6.000 Personen im erwerbsfähigen Alter an Selbstmord. Es ist an der Zeit, dem Hochleistungswahnsinn Einhalt zu gebieten. Es ist an der Zeit, wieder Achtsamkeit gegenüber sich und anderen zu lernen: Respekt vor der Unterschiedlichkeit der Menschen, ein für jeden angemessenes menschliches Maß und – auch und gerade in der Arbeitswelt – Solidarität, ohne die menschliches Leben auf Dauer nicht möglich ist.

Dr. Wolfgang Hien

AK-Reihe zu Depressionen

Der nebenstehende Artikel fasst die Inhalte eines im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Depression und Arbeitswelt“ gehaltenen Vortrags zusammen. Die gemeinsam mit dem Saarländischen Bündnis gegen Depression organisierte Reihe wird fortgesetzt. Die nächste Veranstaltung findet am 16. März, 17 bis 19 Uhr, in der Dillinger Stadthalle, Pachtener Straße, statt. Dabei geht es um das Thema „Ausgebrannt und aufgegeben? – Burnout und Depression“.