

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---


BERUF

---

## Seelische Last: Wenn Arbeit krank macht

Dossier Beruf & Leben: Psychische Probleme am Arbeitsplatz nehmen zu. Doch Psychotherapie spielt dort kaum eine Rolle. Zögerlich beginnt ein Umdenken.

VON JOCHEN PAULUS

 11. SEP 2019

Mehr als dreißig Jahre hat die 52-jährige Susanne Müller (Name geändert) als Sachbearbeiterin in einer großen Firma gearbeitet. Doch jetzt kann sie nicht mehr. Seit einem halben Jahr ist sie arbeitsunfähig. Zuvor fiel ein Kollege aus und sie bekam deshalb viel zusätzliche Arbeit auf den Tisch. Müller hat versucht, es „trotzdem irgendwie zu schaffen“. Sie machte Überstunden und kaum noch Pausen. Auch in der Freizeit ließ die Arbeit sie nicht mehr los. Schließlich begab sie sich in psychotherapeutische Behandlung. Diagnose: Depression.

Wie ihr geht es vielen Beschäftigten. Die Bundesregierung schätzt die Zahl der Fehltage durch psychische Erkrankungen für 2017 auf 107 Millionen. Das sind mehr als doppelt so viele wie zehn Jahre zuvor.

Doch warum ist die Zahl der Krankschreibungen mit psychischen Störungen stark gestiegen? Und was lässt sich tun, damit es nicht so weit kommt?

Natürlich ist an den psychisch bedingten Ausfällen längst nicht immer nur die Arbeit schuld. Trotzdem ist bekannt, dass belastende Arbeitsbedingungen krank machen können. Die Folgekosten davon veranschlagt eine Studie für Deutschland mit knapp 29 Milliarden Euro jährlich – 10 Milliarden für Behandlung und Rehabilitation, 19 Milliarden durch verlorene Arbeitszeit, weil die Betroffenen krankgeschrieben, frühverrentet oder vorzeitig gestorben sind.

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**

---

---

## DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

GESELLSCHAFT

### **Ernste Warnsignale**

Psychologische und psychotherapeutische Fachgesellschaften sehen Stimmungswandel im Umgang mit der Corona Krise

LEBEN

### **Resilienz lässt sich lernen**

RESILIENZ: Resilienz ist eine Frage des Bewertungsstils. Krisen standzuhalten lässt sich lernen, erklärt der Forscher Raffael Kalisch in einem Buch.

BEZIEHUNG

### **Liebe ich einen Narzissten?**

Buchbesprechung: Bärbel Wardetzki zeigt Wege aus der narzisstischen

Beziehungsfalle.

# MEISTGELESEN

## **1** BEZIEHUNG

### **Nicht mehr erreichbar**

Eine Trennung ohne Ansage, das sogenannte Ghosting, scheint besonders in noch sehr jungen Beziehungen häufiger zu werden. Was hat es damit auf sich?

## **2** BEZIEHUNG

### **Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?**

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

## **3** GESELLSCHAFT

### **Passiv-aggressiv?**

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.