

Job-Coaching hilft im Betrieb

„Der Anker“ kümmert sich um depressive und überforderte Menschen

Welcher Typus von Mensch neigt am ehesten zu Depression beziehungsweise Überforderung am Arbeitsplatz?

Die Depression ist eine Erkrankung, die durch eine besondere Sensibilität begründet ist, die ein Mensch im Laufe seines Lebens erwirbt oder genetisch mitbringt. Wenn Stress hinzukommt, der aktuell nicht zu bewältigen ist, kann es zur Erkrankung oder Überforderungssituation kommen. Der Stress kann aus der Arbeitssituation stammen, muss es aber nicht. Der Begriff Burnout wurde schon 1984 eingeführt und meinte damals die andauernde Überforderung von hoch engagierten Menschen in Sozialberufen, die mehr geben wollen als sie können. Diese Beschreibung trifft es ganz gut. Arbeitnehmer, die in Überforderungssituationen geraten, gefallen dem Chef eher, weil sie fleißig sind und ihr eigenes Wohl hinten lassen. Oft sind sie sehr leistungsorientiert und haben einen hohen Anspruch an sich selbst, sagen selten Nein und gönnen sich keine Erholungszeiten. Sie definieren sich zum großen Teil über ihre Arbeit. Ungünstige Arbeitsbedingungen wie Leistungsdruck, zu wenig Lob und Handlungsspielraum wirken sich negativ auf die psychische Gesundheit aus. Es gibt vielfältige Wechselwirkungen zwischen dem Verhalten des Arbeitnehmers und den Verhältnissen am Arbeitsplatz,

die sorgfältig betrachten werden müssen.

Was genau bedeutet Job-Coaching?

Das Job Coaching, wie wir es praktizieren wollen, basiert auf einem Modell aus den USA, dessen Erfolg auch in Europa durch Forschungen belegt ist. Es besagt, dass bei psychischen Erkrankungen eine direkte Unterstützung der beruflichen Tätigkeit auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt erfolgreicher ist als das Training in Sonderein-

richtungen der Rehabilitation. Mit dem Job-Coaching leisten wir individuelle Beratung, Begleitung und Vermittlung bei der Lösung von Schwierigkeiten am Arbeitsplatz und bei der Rückkehr in den Job. Dabei beziehen wir das persönliche Umfeld, Arbeitgeber, Therapeuten, Sozialleistungsträger und das Job-Center mit ein. Psychisch erkrankte Menschen benötigen oft keine Hilfe bei der konkreten Tätigkeit, sondern eine psychosoziale Unterstützung rund um die Arbeit, in der auch individuelle Themen und der Umgang mit Stress oder Konflikten im Raum haben. Wir unterstützen auch bei der Stellensuche und helfen beim Bewerbungsprozess und bei der Überwindung von Anfangsschwierigkeiten, wenn ein neuer Job gefunden wurde. Arbeitgeber und Kollegen beraten wir zum Umgang mit psychischen Erkrankungen am Arbeitsplatz.

Sind die Unternehmen beim Umgang mit psychischen Erkrankungen oder Burnout überfordert?

Ja, im Moment ist das noch oft so. Viele Arbeitgeber äußern, dass sie zu wenig Informationen über psychische Erkrankungen haben. Dadurch wird ein rechtzeitiges Handeln bei Auffälligkeiten zum Beispiel durch Mitarbeitergespräche verzögert oder sogar vermie-

den - die Situation am Arbeitsplatz spitzt sich weiter zu. Dabei sollen und können weder Arbeitgeber noch Vorgesetzte eine Diagnose stellen. Hilfreich ist es, die Auffälligkeit mit dem Mitarbeiter zu besprechen und gemeinsam weitere Schritte zu planen. Dabei können wir behilflich sein.

Warum hat die Wirtschaft ein Interesse daran, stärker betriebliche Gesundheitsförderung zu betreiben?

Ein betriebliches Gesundheitsmanagement fördert die Gesundheit und Zufriedenheit der Mitarbeiter. Es ist gleichzeitig auch Ausdruck der Wertschätzung des Unternehmens für seine Mitarbeiter. Das hat unmittelbar Einfluss auf den Erfolg des Unternehmens, denn zufriedene und gesunde Mitarbeiter wollen ihren Beitrag zum Erfolg leisten.

Welchen Beitrag können Sozialversicherungen und Arbeitsagentur beim Netzwerk Gesunde Arbeit leisten?

Sie können ihre gesetzlich geregelten Unterstützungsleistungen in einem Netzwerk besser auf die Bedürfnisse aller Beteiligten, nämlich die erkrankten Arbeitnehmer, die Unternehmen und das Gesundheitssystem, ausrichten und die jeweiligen Verantwortlichkeiten untereinander abstimmen.

INTERVIEW DER WOCHE

In Celle ist ein Netzwerk Gesunde Arbeit ins Leben gerufen worden. Ziel ist die Gesundheitsförderung in Betrieben. Ein Akteur in diesem Netzwerk ist der Verein für psychosoziale Arbeit „Der Anker“. Er bietet das sogenannte Job-Coaching für Menschen mit psychischer Erkrankung an. Was das genau ist, erläutert Karin Lohöfener, „Anker“-Mitarbeiterin für den Bereich Arbeit und Beschäftigung, im Vorfeld einer Informationsveranstaltung für Unternehmen am Montag ab 16 Uhr in der alten Exerzierhalle im Gespräch mit CZ-Redakteur Oliver Gatz.

richtungen der Rehabilitation. Mit dem Job-Coaching leisten wir individuelle Beratung, Begleitung und Vermittlung bei

