

### Willkommen in der Burnout-Gesellschaft!

#### Müssen wir erst depressiv werden, um zu erfahren, in welcher Welt wir uns bewegen?

Ein Beitrag von Dr. Hans-Jürgen Stöhr

Der französische Philosoph René Descartes (1596 – 1650) ist berühmt geworden durch seinen Satz „Cogito ergo sum“ (Ich denke, also bin.). Der fleißige, arbeitsame und strebsame Deutsche scheint diesen Ausspruch umgewandelt zu haben in den Satz „Labore ergo sum“ (Ich arbeite, also bin ich.).

Stress, Burnout, Depression sind zu Reizwörtern unserer Arbeitswelt geworden. Der heutige moderne (deutsche) Mensch scheint sich nicht nur über sein „Lieblingsspielzeug“ Auto oder über sein neues i-Phon zu definieren, sondern gleichermaßen über den Beruf, über seine Arbeit.



Sicherlich nimmt Arbeit aus altbekannten Gründen in unserem Leben einen ganz wichtigen Platz ein. Was das menschliche Wesen (im Vergleich zum Tier) ausmacht, ist seine ihm bewusste, gezielte und selbstreflektierbare Tätigkeit. Sie ist ohne Zweifel Quelle seines Daseins und seiner Entwicklung.

Doch es kommen angesichts gegenwärtiger Veränderungen in unserer Arbeitswelt Fragen auf:

- 🚧 Warum und wofür arbeiten wir?
- 🚧 Welche Werte liegen unserer gegenwärtigen Arbeitswelt zugrunde?
- 🚧 Ist Arbeit in unserer Gegenwart zu einem Epizentrum von Stress, Burnout und Depression geworden? – Wenn ja, warum?
- 🚧 Welches sind unsere Ansprüche, die wir mit Arbeit verknüpfen und lassen sie sich noch im Arbeitsalltag erleben?
- 🚧 Haben wir uns vielleicht selbst zu Sklaven unserer eigenen unerfüllbaren Erwartungen und des beruflichen Ethos gemacht und laufen neuzeitig einer Illusion hinterher – dem Glück und einer nachhaltigen Zufriedenheit am Arbeitsplatz?

Wir sind schon lange in einer Welt angekommen,

in der körperliche und geistige Arbeit verschmelzen, voraussagte und die Unterscheidung von Privates und Berufliches immer mehr ineinander übergehen. Dafür stehen heute „Work-Life-Balance“ oder „Sabbatical“ oder „Me-Time“.

Mit einer sich in dieser Gesellschaft entfremdeten Arbeit, die vielfach dem Geld statt den menschlichen Bedürfnissen den Vorrang gibt, kommt jetzt noch hinzu die ungewollte gewollte Selbstaussbeutung durch Pflichterfüllung, Überstunden oder die Erfüllung von Ansprüchen bei gemindertem Arbeitskräftepotenzial.

Die Arbeitswelt – auch im Sozialen – ist dabei sich grundlegend zu verändern. Diese Veränderung ist nicht allein erklärbar mit gesetzlichen Rahmenbedingungen oder einer Veralterung bzw. Entjüngung der im Beruf Tätigen. Die Arbeitswelt als intelligente Wissenswelt wandelt sich um in eine Lern- und Entwicklungswelt.

Der Ruf nach mehr Geld, Personal, nach einer angemessenen Entlohnung der anspruchsvollen und verantwortungsvollen Tätigkeit ist berechtigt und findet meine Unterstützung. Unsere Sozialministerin, Frau Schwesig, hat dies wiederholt auf der Eröffnung der Landespflegekonferenz/Pflegemesse (24./25. Oktober 2013) in Rostock bekräftigt.

Bei aller möglichen Kritik, wie wir heute Arbeit sehen mögen, so ist deren heutige Betrachtung eine andere geworden. Arbeit ist in ihrem Wert anders geworden. Die Zeit, Arbeit als Mühsal, Last oder Not zu betrachten, gehört weitestgehend der Vergangenheit an. Arbeit hat sich zum bewussten, anerkannten, integrierten Bestandteil des Lebens etabliert. Arbeit und Leben verschmelzen.

Wir wollen arbeiten, weil wir mit Arbeit *Selbstwahrnehmung*, *Selbstbestätigung* und *Selbstverwirklichung* ermöglichen. Das macht uns zum kreativen und zugleich sozialen Wesen. Damit wird eine „Tür“ geöffnet, Arbeit auch mit Herausforderung, Lust und Freude zu verbinden.

Diese Sichtweise spiegelt sich im heutigen modernen Unternehmensverständnis wider: Einrichtungen profilieren sich als „lernende Organisationen“. Veränderung ist als Normalfall und nicht mehr als Ausnahmefall anzusehen. Mit-Arbeiter sehen sich immer mehr in der Rolle als Mit-Unternehmer.

Werte wie „Freiheit“, „Verantwortung“, „Dialog“ und „Vertrauen“ erhalten in einer werteorientierten Mitarbeiterführung einen zentralen Platz.

Doch weder diese widersprüchlichen Entwicklungen in der gegenwärtigen Arbeitswelt, noch die Tatsache, dass psychosomatische Erkrankungen, indizierte Depressionen, die inzwischen den zweiten Platz im Ranking der Krankheitshäufigkeiten eingenommen haben, noch der Umstand, dass Präsentismus im Vergleich zum Absentismus überwiegt, mögen im Bemühen um Klärung weder ausreichend noch hilfreich sein. Selbst an digitalen Netzwerken wie Twitter oder Facebook ist kein Vorbeikommen.

Doch was kann die Lösung sein? Da alles noch oder besser: immer wieder in Bewegung und damit sich in Veränderung befindet, ist eine derartige, wenn überhaupt schwer auszumachen. Was bleibt, ist zumindest das Finden von betriebsinternen und mitarbeiterbezogenen Lösungen.

Wenn wir der geldorientierten Gesellschaft ein „Schnippchen“ schlagen wollen und dem Gebrauchswert gegenüber dem Tauschwert einer sozialen Leistung den Vorrang geben, so könnten wir der alltäglichen Arbeit sinnstiftende Ganzheitlichkeit als freies schöpferisches Gestalten der eigenen Tätigkeit wiedergeben. Ziel sollte dann sein, soweit wie möglich die Fremdbestimmtheit sozialer Leistungen aufzulösen.

MitarbeiterInnen in der sozialen Arbeit bringen m. E. aufgrund ihrer inneren positiven Haltung zum Beruf dafür gute Voraussetzungen mit. Nur das reicht nicht, wenn Führungskräfte dies nicht in der Mitarbeiterförderung unterstützen, um so die ungünstigen Rahmenbedingungen einzuschränken.

Den Ansätzen einer neoliberalisierten Arbeitswelt, die im schlimmsten Falle in eine Welt der Ausgebrannten und Depressiven mündet, entgegenzuwirken, sind keine neuartigen „Erfindungen“. Sie müssen nur ernst genommen; und es ist stringent betriebsintern gegenzusteuern. Dabei sind alle Ebenen des Leitens und Führens zu denken: Mitarbeiter, Team, Bereich/Abteilung, Belegschaft bzw. der Betrieb als Ganzes.

In welche Richtung sollte m. E. weitergedacht werden, vor allem mit dem Ziel, sowohl die Wettbewerbsfähigkeit des Unternehmens als auch die Leistungsfähigkeit des Mitarbeiters für die Gesamtzeit seiner Beschäftigung zu sichern?

- ☛ eine werteorientierte, sinnstiftende Mitarbeiterführung entsprechend dem neuen Unternehmensparadigma umsetzen

- ☛ Commitment ohne Überidentifikationen ausbauen
- ☛ angemessene, mit objektiven Kriterien besetzte Fehlerkultur etablieren
- ☛ Gesundheitsmanagement mit Alter(n)smanagement verknüpfen
- ☛ Gesundheitsförderung personifizieren
- ☛ Eigenverantwortlichkeit und Selbstständigkeit stärken ohne zu überfordern
- ☛ Mitarbeiter in ihren Persönlichkeiten und im Selbstwertgefühl befördern
- ☛ unangemessene wertorientierte Ansprüche auflösen helfen
- ☛ Spannungsfeld zwischen Unmöglichem und Möglichem zugunsten des Machbaren aufheben
- ☛ Burnout in Gestalt von Depression des Überflusses auflösen.

Die Arbeitswelt muss wieder Teil der Lebenswelt werden und nicht über die Lebenswelt bestimmen.

### Zum Nachlesen – Links, Tipps, Hinweise

Sh. „Nichts als Arbeit“ in Hohe Luft, 3/2012, S. 36  
Ulrike Pilz-Kusch: Burnout. Praxishandbuch, 2012  
[www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)  
[www.buendnis-depression.de](http://www.buendnis-depression.de)

### Aktuelles

**Das Sozialministerium** verschiebt seine angekündigte Ausschreibung zur Problematik Gesundheitsmanagement/Gesundheitsförderung im Sozialen auf den Jahreswechsel. Die WTA-IGS und das IföM beabsichtigen, sich an dieser Ausschreibung zu beteiligen. Einrichtungen bzw. Organisationen im Sozialen, die sich für 2013 vorgenommen haben, über dieses Förderprojekt Gesundheitsmanagement/-förderung zu etablieren, können sich an diese Institute wenden.

**Weiterbildung über EU-Fördermittel.** Das Kalenderjahr 2013 ist das letzte dieser 7-jährigen Förderperiode. Nutzen Sie Ihre Chance, Mitarbeiterqualifizierung oder andere Projekte zu 75% über den ESF zu finanzieren.

### Der Nach- und Querdenker

Setzen Sie die fehlenden Buchstaben ein? Wie heißen sie?

C	I	I	?
E	F	M	?

Teilen Sie uns bitte das fehlende Wort per e-mail unter [igs@wta-rostock.de](mailto:igs@wta-rostock.de) mit. Unter Ausschluss des Rechtsweges verlosen wir einen Gutschein in Höhe von 10 € und schicken Ihnen diesen per Post zu. Viel Glück!

\*\*\*

Newsletter Nr. 1-2013 des IGS am 10. Januar 2013