

Jedes zweite Burnout führt zum Jobverlust

Krankschreibungen aus psychischen Gründen nehmen stark zu. Diese schaden oft mehr, als dass sie helfen

Albert Steck

Die 22-jährige Svenja K. arbeitet in einem renommierten Gastrobetrieb. Ihre Leistungen werden rundum gelobt. Allerdings gerät sie öfter in Streit mit ihrem Chef. Als sie damit nicht mehr zurechtkommt, schreibt sie der Arzt wegen einer Erschöpfungsdepression arbeitsunfähig. Nach mehreren Wochen Absenz meldet sich die Firma bei Svenja K. und teilt ihr die Kündigung mit.

Solche Fälle von Burnout geschehen jedes Jahr zu Tausenden. Zudem führen sie immer häufiger zu Arbeitsunfähigkeit. Laut Schätzungen gibt es heute dreimal so viele Ausfälle wie vor 25 Jahren. Genaue Daten fehlen allerdings.

Statistisch erfasst werden lediglich jene Personen mit einer Invalidenrente. Alarmierend ist vor allem die Zunahme unter den Jungen. Bei den 18- bis 24-Jährigen sind bereits zwei Drittel aller IV-Fälle psychisch bedingt - auch hier eine Verdreifachung seit 1995 (vgl. Grafik).

Schlechtere Jobchancen

Ein grosser Teil dieser Fälle lasse sich verhindern. Das sagt der Psychologe Niklas Baer, ein führender Experte in diesem Bereich. «In der Gesellschaft sind psychische Leiden oder Depressionen nicht stärker verbreitet als eine Generation zuvor - dies zeigen epidemiologische Studien.» Daher erachte er die starke Zunahme an Krankschreibungen als problematische Entwicklung: «Diese Praxis schadet den Betroffenen oft mehr, als dass sie ihnen hilft.»

Baer leitet das Kompetenzzentrum Workmed der Psychiatrie Baselland. Seinen Befund stützt er auf eine bisher einmalige Studie, die er zusammen mit der Gesundheitsorganisation Swica durchführte. Dabei wertete das Forschungsteam 1350 Fälle von Arbeitsunfähigkeit aus psychischen Gründen aus. Wobei der Zeitaufwand pro Dossier eineinhalb Stunde betrug.

Ein zentrales Resultat dieser minuziösen Analyse lautet: Jede zweite Krankschreibung führt zur Kündigung. Dieser Anteil sei viel zu hoch, urteilt Baer: «Eigentlich liegt der Zweck darin, den Mitarbeitenden zu beschützen. In der Praxis aber kommt es oft zum gegenteiligen Effekt: Die Absenz wird für den Betroffenen zum Risiko, sie wird zu einem häufigen Eingangstor in die strukturelle Arbeitslosigkeit oder gar Invaliderstellung.» Sowohl die Arbeitnehmer als auch die Ärzte seien sich dieser Gefahr zu wenig bewusst. «In 80% der untersuchten Fälle hat sich die Arbeitsmarktprognose ungünstig entwickelt.»

Bei Svenja K. nimmt das Burnout trotz der angedrohten Kündigung eine glückliche Wendung. Die Gesundheitsorganisation Swica organisiert einen runden Tisch mit allen Beteiligten. Ein externer Coach unterstützt die junge Frau bei der Wiedereingliederung und bezieht auch ihren Chef mit ein. Die Gesundheit von Svenja bessert sich, ihre Stelle kann sie behalten.

«Bei Problemen im Job reagieren viele Ärzte mit einer Krankschreibung», erklärt Roger Ritler, Direktionsmitglied der Swica. «Das hilft zwar kurzfristig. Doch der Konflikt am Arbeitsplatz wird durch den Dispens häufig noch verschlimmert.» Um dies zu verhindern, betreibt Swica als grösster Krankentaggeldversicherer ein Care Management mit 70 Mitarbeitenden, welche pro Jahr 3500 Fälle bearbeiten.

Die Hälfte aller Kündigungen, welche auf ein Burnout folgen, könnte man mit einem besseren und präventiven Umgang vermeiden, schätzt Niklas Baer. Dazu brauchte es weniger und kürzere Krankschreibungen sowie einen stärkeren Fokus auf die Eingliederung. Denn laut Studie dauert die Arbeitsunfähigkeit im Schnitt 218 Tage - das sei deutlich zu lang, kritisiert Baer.

Zudem handelt es sich in 95% der Fälle um Vollzeit-Krank-



Die Invalidität hat immer häufiger psychische Ursachen: Bei den Jungen sind es zwei Drittel aller Fälle.

schreibungen, obwohl ein teilweiser Dispens vielfach sinnvoller wäre. «Wenn die Betroffenen komplett weg sind vom Arbeitsplatz, wird die anschließende Wiedereingliederung umso schwieriger. Kommt hinzu, dass die Arbeit gerade psychisch angeschlagenen Menschen einen wichtigen Halt gibt. Nimmt man ihnen diese Struktur weg, so kann dies das Leiden sogar verstärken.» Auch bei Svenja K. erwies es sich als Vorteil, dass der Arzt ihre Arbeitsunfähigkeit nur auf 40% angesetzt hatte.

Was Niklas Baer und seinem Team weiter aufgefallen ist: Ein grosser Teil der Dossiers ist man-

gelhaft dokumentiert. 40% aller Fälle seien nur bedingt nachvollziehbar und wirkten daher «unstimmig»: «Es war nicht ersichtlich, warum die betroffene Person nicht arbeiten konnte. Und gar in jedem zweiten Dossier waren keinerlei Massnahmen definiert, um den Wiedereinstieg zu planen.» Als weiteres Manko habe er festgestellt, dass die Ärzte oftmals keinen Kontakt zu den Arbeitgebern aufnahmen. Aus der Untersuchung der über 1000 Dossiers schliesst der Psychologe: «Vor 30 Jahren wären zwei von drei Fällen unter den gleichen Umständen wohl kaum als arbeitsunfähig deklariert worden.»

Vor 30 Jahren wären zwei Drittel der Fälle kaum als arbeitsunfähig deklariert worden.

Die Zunahme der Krankschreibungen geht ins Geld: Die Länderorganisation OECD schätzt die arbeitsbezogenen Kosten psychischer Erkrankungen in der Schweiz auf 20 Mrd. Fr. Einige Anbieter haben ihre Prämien für den Krankentaggeldversicherung um 10 bis 12% erhöht. Als Grund für den Aufschlag wird zudem die Corona-Pandemie angeführt. Pro IV-Fall kalkuliere man mit einer durchschnittlichen Rentenleistung von 300 000 Fr., heisst es bei der Firma PK Rück. Diese zählt mit 230 000 Versicherten zu den führenden Risikomanagern für Pensionskassen.

Die PK Rück beziffert ihre Erfolgsquote bei der Wiedereingliederung auf 60 bis 70%. Entscheidend sei ein rasches Reagieren, sagt Andreas Heimer. «Wir empfehlen einen ersten Kontakt mit unseren Spezialisten 30 bis 90 Tage nach Beginn der Krankschreibung.» Denn bei einer Absenz von drei Monaten liege die Chance für eine erfolgreiche Eingliederung noch bei hohen 80%. Nach einem Jahr dagegen sinke die Wahrscheinlichkeit auf unter 20%. «Burnout-Patienten leiden besonders darunter, wenn sie aufgrund der Arbeitsunfähigkeit ihre geregelte Tagesstruktur verlieren. Dies kann ihre Gesundheit weiter verschlechtern.» Allerdings sei es ebenso wichtig, dass sie ohne Performance-Druck in den Job zurückkehren können.

500 000 sind in Therapie

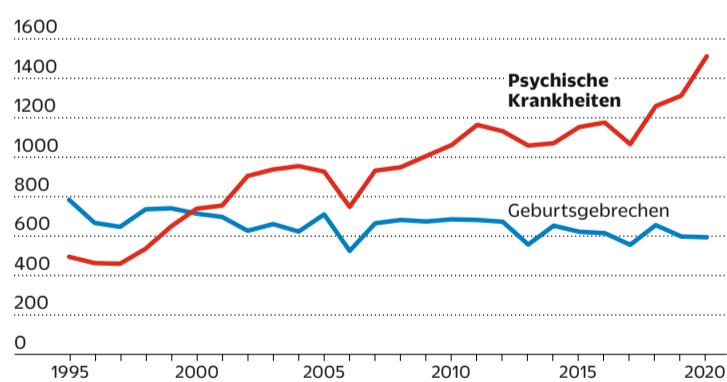
Zwar sind psychische Probleme in der Bevölkerung verbreitet, rund 25% leiden darunter. Etwa 500 000 Personen sind in einer Therapie. Doch schwere Erkrankungen seien zum Glück selten, betont der Psychologe Niklas Baer: «Trotz ihrer Beeinträchtigung sind die meisten Menschen im Arbeitsleben integriert. Und auch von den krankgeschriebenen Personen kann die Mehrheit ihren Alltag normal bewältigen.»

Er hoffe, dass die Untersuchung eine breite Diskussion über den heutigen Umgang mit psychischen Problemen in Gänge bringe, sagt Baer. «Wir stellen fest, dass bei Konflikten oder Spannungen im Beruf vermehrt eine Medikalisierung stattfindet: Statt das Problem dort zu lösen, wo es aufgetreten ist, wird es an die Ärzte ausgelagert.»

Doch eine Krankschreibung könne dieses Dilemma nicht lösen - im Gegenteil. «Viele der Betroffenen leiden unter Einsamkeit. Fällt der Job jedoch weg, haben sie noch weniger soziale Kontakte und geraten erst recht in eine Negativspirale.» Die Arbeit führe somit nicht nur zu Stress, so Baer, sondern sie erbringe meist auch einen wichtigen Beitrag für die psychische Gesundheit.

Starke Zunahme bei den Jungen

Neue IV-Rentner in der Altersklasse 18 bis 24 nach Ursachen



Quelle: BSV

Jetzt will auch die Migros-Spitze Alkohol verkaufen

Die Genossenschaft erzielt bereits heute Umsätze von 170 Millionen Franken mit Wein, Bier und Spirituosen.

Moritz Kaufmann

Die Migros macht sich bereit für den Event des Jahres: Am 4. Juni lässt der Schweizer Supermarkt-Multi darüber abstimmen, ob er künftig alkoholische Getränke ins Sortiment aufnehmen soll oder nicht. Bisher sind Wein, Bier und Schnaps, ebenso wie Tabak, tabu. Die Abstimmungsresultate dürften Mitte Juni eintreffen. Es wäre ein harter Bruch mit der eigenen Tradition.

Doch beim Management sind die Meinungen gemacht. Alle zehn Migros-Regionalgenossenschaften, sie teilen sich das Schweiz-Geschäft untereinander auf, sind für ein Ja.

Und nun hat auch die Zentrale in Zürich ihre Stimme noch gefunden. Der Migros-Verwaltungsrat ist ebenfalls dafür, dass künftig Alkohol verkauft werden darf. Lange wollte sich die Konzernspitze nicht zum Anliegen äussern. Sie wurde vergangenes Jahr überrumpelt vom Vorstoss, der von der Migros-Basis lanciert wurde, und wollte sich nicht in die Diskussion einmischen. «Ich habe eine Meinung. Und ich

werde meine Stimme abgeben, wenn ich als Genossenschafter dazu aufgerufen bin», zitierte die «Handelszeitung» Migros-Direktor Fabrice Zumbrunnen im letzten Herbst.

Nun aber sagt das Gremium, in dem VR-Präsidentin Ursula Nold sowie Zumbrunnen einsitzen, ebenfalls Ja zum Alkohol. Insider berichten, dass vor allem die Konkurrenz dafür gesorgt habe. Die Discounter Aldi und Lidl breiten sich in der Schweiz aus. Beide bieten aber nur eine fix begrenzte Anzahl Artikel an: Bei Aldi sind es 1500, bei Lidl 2000. Migros - wie auch Coop - grenzt sich zur deutlichen Konkurrenz mit einer grös-

seren Auswahl ab. Konsumenten sollen möglichst alles in der Migros finden, was sie brauchen. Und dazu gehört heutzutage halt auch eine Flasche Wein oder ein Sixpack Bier.

Kommt dazu: Bereits heute verdient die Migros rund 170 Mio. Fr. im Jahr mit alkoholischen Getränken, berichten mit der Materie vertraute Personen. Dies, weil Tochterfirmen wie Denner, Pizzeria Molino, Schnellanbieter Migrolino und verschiedene weitere kein Alkoholverbot kennen. Da ist es nur ehrlich, wenn auch die Hauptfilialen Bier, Wein und vielleicht sogar Spirituosen verkaufen. Die Migros will die Zahl



Migros-Präsidentin Ursula Nold.

nicht kommentieren, dementiert aber auch nicht.

Die Genossenschaft jedenfalls ist bestrebt, die Abstimmung als Musterbeispiel für Konzerndemokratie zu verkaufen. Präsidentin Nold hat dafür extra eine Kommunikationsagentur engagiert. Diese Woche kündete die Migros zum Beispiel zwei neue Produkte an: ein Bier mit Alkohol namens «Oui» und eines ohne, welches «Non» heisst. Es dürften noch einige solcher Gags aus dem Hut gezaubert werden bis am 4. Juni.

An der Abstimmung teilnehmen dürfen alle Migros-Mitglieder. Schweizweit sind das 2,3 Mio. Personen.