

# **Aushalten und krank werden – Auswirkungen von ungelösten Konflikten am Arbeitsplatz und drohendem Arbeitsplatzverlust**

(Auszug aus der Präsentation)

**06.02.2014**

**Forum Betriebliche Konfliktkultur**

**Dr. phil. Angela Rischer**

## Überblick

**Wissenschaftliche Studien zu den Auswirkungen von Mobbing und Arbeitsplatzunsicherheit**

**Verläufe chronischer Arbeitsplatzkonflikte und Mobbing: Fallbeispiele**

**Ausblick: Interventionsmöglichkeiten und Thesen**



## Wen trifft es?

„Die Aussage, dass es **typische Mobbingopfer** gibt, lässt sich anhand der (...) Daten **nicht belegen.**“

Repräsentativstudie 2002 der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin

## Bedrohung durch Mobbing und ungelöste Konflikte

Stress entsteht bei

1. **Einschätzung** als Gefahr
2. **Einschätzung eigener Möglichkeiten** als nicht ausreichend, fehlend

**Langdauernde  
Aktivierung des  
sympathischen  
Nervensystems**



**Körperliche und  
psychische  
Beschwerden**

- Schlafstörungen
- Kopfschmerzen
- Rücken- und Nackenschmerzen
- Magen-Darm-Störungen (Erbrechen, Diarrhoe, Sodbrennen, Übelkeit, Magenschleimhautentzündung)
- beeinträchtigte Immunabwehr, häufige Infektionserkrankungen
- Herz-Kreislaufstörungen, Schwindel, Blutdruckveränderungen, „Herzrasen“
- Tinnitus
- Konzentrations-, Problemlöse-  
Merkfähigkeitsstörungen
- Angst
- Depression

## Psychische Bedrohung durch Mobbing und Arbeitsplatzunsicherheit

- **44 %** der Betroffenen erkrankt im Verlauf
- davon **20 % > 6 Wochen**
- Hoher Anteil an Selbstmedikation durch Schmerzmittel, Koffein-, Kokain-, Tabak-, Alkohol-Missbrauch, Aufputsch-, Schlaf-, Beruhigungsmittel, „Neuroenhancer“ (wenige reliable Studien)
- „Dunkelziffer“: Präsentismus, keine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung

## Studien

### England: Whitehall Studie (Ferie et al. 2002)

- **Prospektive Untersuchung an britischen Regierungsangestellten über 2,5 Jahre**
- **Zusammenhang zwischen chronischer Arbeitsplatzunsicherheit und der Entstehung affektiver Störungen (Depression, Angststörungen)**
- **Prospektive Studien mit mehreren Messzeitpunkten liefern klar interpretierbare Ergebnisse für Einflussfaktoren**

### Metaanalyse (Sverke et al. 2004)

- **Arbeitsplatzunsicherheit geht deutlich einher mit psychischen Beeinträchtigungen**

## Ausblick: Interventionsmöglichkeiten

Für die Behandlung hat die wissenschaftliche Psychologie eine Reihe von Interventionsmaßnahmen entwickelt und getestet

- beim verhältnisbasierten Ansatz wird an den **Arbeitsbedingungen** angesetzt: Die Arbeits“verhältnisse“ werden auf ihren Stressfaktor getestet und es werden Maßnahmen zur Reduktion entsprechender Stressfaktoren eingeleitet
- beim verhaltensbasierten Ansatz geht es um den **stressbelasteten Menschen** selbst und um dessen Möglichkeiten der Stressbewältigung
- Programme, die sowohl den aktiven Umgang mit Stresssituationen, als auch ihre Wahrnehmung und Interpretation trainieren. Bsp: Verhaltenstherapie



**Dr. phil. Angela Rischer**

**Dipl.-Psych.**

**Psych. Psychotherapeutin (VT)**

**[angela.rischer@klinikum-nuernberg.de](mailto:angela.rischer@klinikum-nuernberg.de)**

**Ambulantes Behandlungszentrum**

**Klinikum Nürnberg**

[www.betriebliche-konfliktkultur.de](http://www.betriebliche-konfliktkultur.de)

[www.mobbing-netzwerk-nuernberg.de](http://www.mobbing-netzwerk-nuernberg.de)