

**Experten-Weckruf**  
Die drei Initiatoren Joachim Galuska, Ärztlicher Direktor der Psychosomatischen Kliniken Bad Kissingen, Thomas Loew, Universitätsprofessor für Psychosomatische Medizin in Regensburg, und Johannes Vogler, Chefarzt der Klinik Isny-Neutrauchburg, (v.l.) überzeugeten 16 Kollegen, diesen Aufruf zu starten

# Burn-out-Alarm

VON JOACHIM GALUSKA, THOMAS LOEW UND JOHANNES VOGLER

Klinikmanager warnen: **Psychosoziale Krisen** bedrohen als Massenphänomen Wirtschaft und Gesellschaft

In unserer täglichen Praxis als Klinikmanager und Wissenschaftler sind sie allgegenwärtig: die psychischen und psychosozialen Erkrankungen der Menschen. Wir erleben die persönlichen Schicksale, die hinter den Statistiken stecken, und wir sind erschüttert. Denn seelische Erkrankungen und psychosoziale Probleme nehmen in allen Industrienationen ständig zu. Mittlerweile leiden rund 30 Prozent der Bevölkerung innerhalb nur eines Jahres an einer diagnostizierbaren psychischen Störung. Am häufigsten sind Depressionen, Angststörungen, psychosomatische Erkrankungen und Suchterkrankungen. Die Weltgesundheitsorganisation prognostiziert, dass Depressionen bis zum Jahr 2020 nach den Herz-Kreislauf-Erkrankungen die zweithäufigste Erkrankung der Welt werden. Dadurch wird der Herzinfarkt beinahe vom „Infarkt der Seele“ abgelöst.

### Katastrophale ökonomische Schäden

Der gesamtwirtschaftliche Schaden dieser erschreckenden Entwicklung ist durch Produktionsausfälle, medizinische Behandlungen, Krankengeld und Rentenzahlungen enorm. Im Gesundheitsreport der Barmer Krankenkasse vom Jahr 2009 wird der Anteil psychischer Erkrankun-

gen an der Arbeitsunfähigkeit in Deutschland mit knapp 17 Prozent beziffert. Zudem sind sie die häufigste Ursache für frühzeitige Verrentungen: Bei Männern erfolgten im Jahr 2009 rund 32 Prozent aller Rentenanzugänge auf Grund von psychischen Erkrankungen, bei Frauen waren es sogar 44 Prozent. Laut Zahlen des Statistischen Bundesamts vom August stiegen die durch psychische Störungen verursachten Krankheitskosten im Jahr 2008 auf 28,7 Milliarden Euro. Dies ist im Vergleich zum Jahr 2002 eine Steigerung um rund 23 Prozent.

Betrachtet man die Anzahl der Psychologen, Psychotherapeuten und Psychiater und setzt sie in Relation zu den Erkrankungszahlen, dann wird deutlich, dass die Fachleute rund drei bis fünfmal so viele Patienten behandeln müssten, um allen Betroffenen Hilfe bieten zu können. Somit ist eine angemessene medizinische und therapeutische Versorgung derzeit in Deutschland und auch weltweit nicht mehr möglich. Denn obwohl die Anzahl an psychosozialen medizinischen Versorgungsangeboten wächst, steigen die Betroffenzahlen bereits seit Jahren schneller als die Zahl aller Fachkräfte. Wir haben mit unseren bisherigen Mitteln den Kampf gegen diesen massenhaften „Seeleninfarkt“ also bereits

verloren. Selbst mit unglaublichen Geldmitteln (woher sollten diese kommen?) ließe sich kein Seelenfrieden in unserer Gesellschaft erkaufen. Deshalb müssen wir dringend über diesen Befund reden. Jetzt.

Die Ursache dieser Problematik besteht nach unseren Beobachtungen in zwei gesellschaftlichen Entwicklungen: Zum einen nimmt die psychosoziale Belastung des Einzelnen durch individuellen und gesellschaftlichen Stress, wie zum Beispiel Leistungsanforderungen, Informationsüberflutung, seelische Verletzungen, berufliche und persönliche Überforderungen sowie Konsumverführungen stetig zu. Die notwendige Abwechslung zwischen Phasen der Entspannung und der Anspannung fällt dadurch weg.

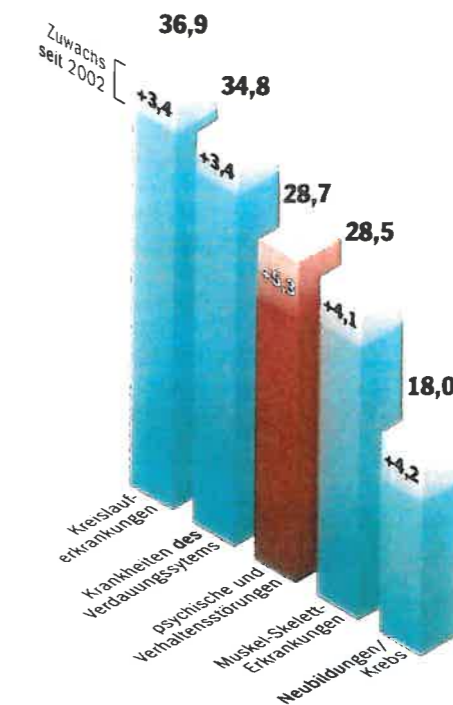
Zum anderen reduzieren sich die sozialen Beziehungen der Menschen sowohl in qualitativer als auch quantitativer Art auf ein Minimum. Die sogenannten familiären Zerfallsprozesse, also weniger stabile Familien und Ehen, führen zur Vereinsamung. Der Mensch ist aber ein „Gesellschaftstier“, tragfähige soziale Beziehungen stabilisieren ihn. Auch die geforderte berufliche Mobilität und der Versuch, die Einsamkeit durch virtuelle Beziehungen etwa über Facebook zu kompensieren, führen zu einer Reduzierung tragfähiger sozialer Beziehungen.

Die Folge aus den aufgezeigten Entwicklungen ist, dass bei vielen Menschen die eigene Kompetenz, ihr Leben zu gestalten, psychosoziale Problemlagen zu lösen und erfüllende soziale Beziehungen

Foto: Wolf Heider-Sawall/FOCUS-Magazin

## Krisen-Quittung

Krankheitskosten in Deutschland 2008 in Mrd. Euro



**Erschreckender Boom**  
Unter allen Krankheiten stiegen zuletzt die Ausgaben für psychische Störungen mit 5,3 Milliarden Euro zusätzlich am schnellsten

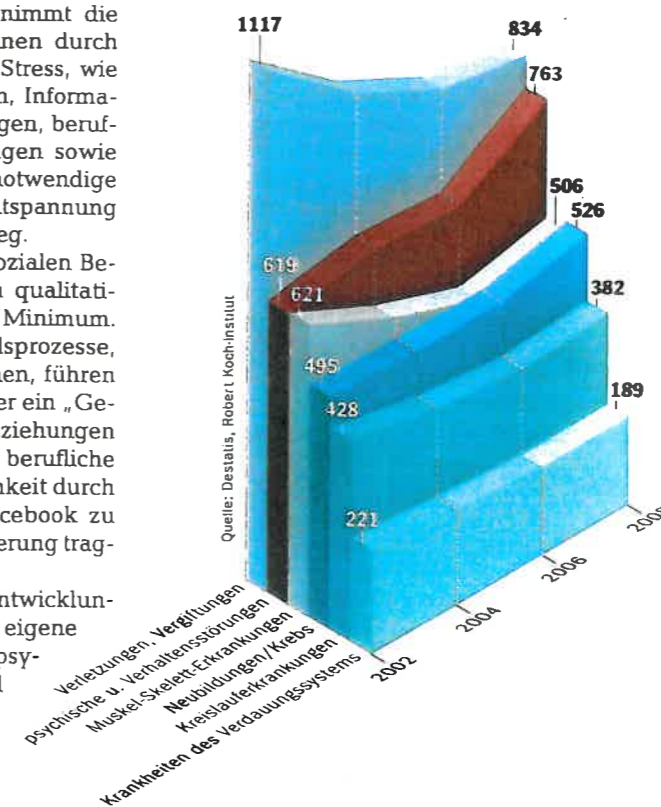
**30 Prozent** der Bevölkerung leiden innerhalb eines Jahres an einer diagnostizierbaren psychischen Störung.

Im Schnitt dauert eine psychische Erkrankung

**39 Tage,** Depressionen dauern **50 Tage.**

... und raus bist du  
Körperliche Verletzungen führen seltener zu Arbeitsausfällen. Seelische Blessuren hingegen werfen immer häufiger Mitarbeiter aus der Bahn

Verlorene Erwerbstätigkeitsjahre für Deutschland in 1000 Jahre



Zwischen 1995 und 2008 stiegen die beruflichen Fehlzeiten laut AOK wegen psychischer Erkrankungen um

**80 Prozent.**

**64 000**

**neue Rentner** allein 2009 meldet die Rentenversicherung wegen psychischer Erkrankungen.

Bei

**32 Prozent der Männer** ist

ein Seelen-Infarkt der Grund für den vorzeitigen Ruhestand, **bei Frauen** sogar in

**44 Prozent der Rentenfälle.**

einzugehen, den Anforderungen und Herausforderungen dieser gesellschaftlichen Entwicklungen nicht gewachsen ist. Viele fühlen sich zunehmend überfordert und gestresst und finden keinen Weg heraus aus der Schnelligkeit des Lebens.

Dass sich die Gesellschaft hauptsächlich an materiellen und äußeren Werten orientiert, spitzt die Lage zusätzlich zu. Dabei wird die Bedeutung des Subjektiven, der inneren Werte und der Sinnverbundenheit kaum wahrgenommen. An einem Beispiel verdeutlicht, könnte man sagen, dass ein Manager danach gemessen wird, wie viel Profit er macht. Dass aber sein Erfolg viel größer sein könnte, wenn er sich mit seiner Arbeit identifiziert und er das Gefühl hat, eine sinnvolle Arbeit zu leisten, wird übersehen.

Über diese erschreckende Entwicklung haben wir, 19 leitende Ärzte psychosomatischer Kliniken, diskutiert. Wir sind zu dem Entschluss gekommen, dass das Ausmaß der Problematik in unserer Gesellschaft nicht ausreichend wahrgenommen wird. Um der erschreckenden Prognose der WHO entgegenzuwirken, brauchen wir in der Gesellschaft einen Dialog über die Bedeutung des Subjektiven, des Seelischen, des geistig-spirituellen, des sozialen Miteinanders und über unseren Umgang mit Problemen und Störungen in diesem Bereich. Um diesen Dialog in der Gesellschaft anzustoßen, haben wir zunächst in unseren Fachnetzen eine Initiative gestartet, deren Grundstein ein Aufruf mit unseren Grundansichten ist. Mittlerweile haben 1250 Personen, die sich für einen Dialog über die zunehmende psychosoziale Belastung der Menschen in Deutschland engagieren wollen, unterschrieben – und das durch alle gesellschaftlichen Ebenen hindurch. Dadurch wird deutlich, dass dieses Thema den Nerv der Zeit trifft. Zielgruppe des ab heute für jedermann zugänglichen Aufrufs sind alle Menschen, die sich verantwortlich fühlen, an einer Bewusstseinsbildung zu diesem Thema mitzuwirken ([www.psychosoziale-lage.de](http://www.psychosoziale-lage.de)).

Die Unterzeichner setzen sich ein für einen neuen Ansatz der Prävention, der sich auf die grundlegenden Kompetenzen zur Lebensführung, zur Bewältigung von Veränderungen und Krisen und zur Entwicklung von tragfähigen und erfüllenden Beziehungen konzentriert. Dieser Präventionsgedanke kann schon bei der Gesundheitsbildung der Kinder im Kindergarten oder in der Schule ansetzen. Dort könnten sie zum Beispiel während eines Schulfachs „Gesundheit“ Selbstführung erlernen und soziale Kompetenz außerhalb der Familie entwickeln.

Die Initiative für einen gesellschaftlichen Dialog über die „psychosoziale Lage in Deutschland“ engagiert sich zudem für eine ganzheitliche, im

echten Sinne psychosomatische Medizin, die die gegenwärtige Technologisierung und Ökonomisierung der Medizin durch eine Subjektorientierung und eine Beziehungsdimension ergänzt. Das bedeutet, dass der Mensch nicht mehr nur als „Patient“ angesehen werden darf, sondern sein Menschsein an sich wieder in den Vordergrund rücken sollte. Zudem soll durch den gesellschaftlichen Dialog erreicht werden, dass in der Wirtschaftswelt, in der die Profit- und Leistungsorientierung im Vordergrund steht, eine Sinn- und Lebensorientierung für die Tätigen eine gößere und grundsätzlichere Bedeutung erlangt. Auch ein integrierender und Sinn stiftender Umgang mit dem Alter, der die sozialen Bezüge erhält, ist Gegenstand der Initiative.

#### Warum wir uns einmischen?

Weil wir glauben, dass man etwas verändern kann, wenn man nur will. Doch all die Wünsche, die unsere Initiative hat, nützen nichts, wenn sie niemand hört. Deshalb gehen wir damit an die Öffentlichkeit. Aber wir glauben nicht, dass nur ein bestimmter Sektor der Gesellschaft, wie etwa die Schule, die Familie, die Politik, die Wirtschaft oder die Medien, dafür verantwortlich ist, sondern dass es sich um eine allgemeine und grundlegende Entwicklung der modernen Gesellschaften handelt, die nicht angemessen wahrgenommen wird. Deshalb wenden wir uns in erster Linie auch nicht an Vertreter dieser gesellschaftlichen Bereiche, sondern an Sie als Mitbürger unserer Gesellschaft und als Menschen, die sich in irgendeiner Weise (mit)verantwortlich fühlen. Denn um den massenhaften Infarkt unserer Seele zu verhindern, brauchen wir „mehr Herz für die Menschen“.

ONLINE  
**FOCUS** Die Leserdebatte von FOCUS Online

#### Burn-out: Wie sollen wir mit Stress im Job umgehen?

In unserem neuen Meinungsforum debattieren unsere Leser das Thema der Woche. Die besten Texte drucken wir nächste Woche, leicht gekürzt, auf der neuen Leserdebatten-Seite. Bedingung: Sie schreiben unter Ihrem echten Namen und verwenden kein Pseudonym.

Beiträge unter: [www.focus.de/magazin/debatte](http://www.focus.de/magazin/debatte)  
Mails an: [debatte@focus-magazin.de](mailto:debatte@focus-magazin.de)  
Smartphone-Benutzer: Über die App „Kooaba“