

PRESSEMITTEILUNG

Sperrvermerk Donnerstag, 4. März 2004 13.15

Arbeit und Familie – Lebensfelder seelischer Gesundheit?

GELDERN – Die Kinder unserer Gesellschaft sind einer Vielzahl von Belastungsfaktoren ausgeliefert, die ihre psychische Entwicklung behindern können. Beziehungsbrüche, der Zeitdruck einer Rund-um-die-Uhr-Ökonomie, mangelnde Betreuungsangebote sowie die sich ausbreitende wirtschaftliche Armut von Familien erhöhen das Risiko seelischer und körperlicher Erkrankungen. Psychotherapie-Forscher und Soziologen fordern die Politik dazu auf, diesem Problemfeld im Rahmen der Vorbeugung dringend mehr Aufmerksamkeit zu widmen.

Gravierende psychosoziale Umwälzungen diagnostiziert Prof. Manfred Cierpka in den Familien unserer heutigen Gesellschaft. Cierpka ist Familientherapeut an der Psychosomatischen Klinik der Universität Heidelberg. Immer häufiger, so Cierpka, gingen Beziehungen in die Brüche und sowohl Eltern als auch Kinder hätten darunter zu leiden. Eine zunehmende Verarmung von Kindern - auch in den "reichen" Ländern der westlichen Welt – verschärfe das Problem. Ungünstige Kindheitsbedingungen machen aber krank – seelisch und manchmal sogar körperlich krank. Die Betroffenen haben bis ins Erwachsenenalter ein erhöhtes Risiko für Angststörungen, Depressionen, Suchterkrankungen, Schmerzen oder Gefäßerkrankungen bis hin zum Herzinfarkt. Prävention (Vorbeugung) von Krankheit müsse deswegen, so Cierpka, "darauf abzielen, die Bedingungen für psychische Reifung im Kindesalter zu verbessern". Leider würden diese Erkenntnisse bislang viel zu wenig wahrgenommen und in politisches Handeln umgesetzt. Beispielsweise fehle es an einer systematischen, entwicklungspsychologisch fundierten Ausbildung von ErzieherInnen und LehrerInnen. FAUSTLOS ist ein Präventionsprogramm für Kindergarten- und Schulkinder, das diesem Mangel Rechnung tragen soll. In strukturierten Lerneinheiten und anhand eines dazugehörigen Materialienkoffers können LehrerInnen bzw. ErzieherInnen die Kinder im Umgang mit Aggressionen und in der Erarbeitung von Konfliktlösungsstrategien anleiten. Auch Angst und zurückgezogenes Verhalten

gingen einer Studie zufolge bei den Kindern zurück, die an dem Programm teilgenommen hatten.

Familie im Würgegriff der Arbeitszeiten

Veränderungen der Arbeitswelt können ebenfalls zu der vermehrten Belastung von Familien beigetragen haben. "In der Breite sind diese Auswirkungen allerdings noch nicht absehbar", erklärt PD Dr. Günter Reich, Leiter der Ambulanz für Familientherapie an der Psychosomatischen Universitätsklinik Göttingen. Immerhin habe man beobachten können, dass die flexibleren Arbeitszeiten zu einer faktischen Ausdehnung der Arbeitszeit zuungunsten der Familienzeit geführt haben. Der deutschen Politik falle es aber nach wie vor schwer, beispielsweise das Faktum anzuerkennen, dass Frauen berufstätig sind. Die Folge sei unter anderem, dass Frauen, die abends oder an Wochendenden arbeiten müssen, keinen Betreuungsplatz für ihre Kinder finden. Prof. Harriet Presser, Soziologin aus Maryland, USA, ergänzt: "Die Nachfrage nach Jobs am Wochenende oder in der Spätschicht nimmt zu." Dies sei zum einen durch die selbstverständlich gewordene Berufstätigkeit von Frauen zu erklären, unter anderen aber auch durch technologische Veränderungen, die dazu geführt hätten, dass wir in einer Rund-um-die-Uhr-Wirtschaft leben. Anhand zweier großen US-amerikanischen Studien konnte Presser zeigen, dass Schicht- und Wochenendarbeit eine erhebliche Belastung für Familien darstellen kann, bis hin zu Beziehungsbruch, problematischer Eltern-Kind-Interaktion und dem ständigen Zwang, komplizierte Arrangements zur Kinderbetreuung zu schustern. Presser unterstreicht die Forderung nach einer politischen Antwort auf dieses wachsende Problem, das in besonderem Maße die "Working Poor (arbeitenden Armen)", aber auch weite Teile der gesamten Bevölkerung quer durch alle Schichten betreffe.

Psychotherapie am Bahnsteig Eins?

Eine andere Begleiterscheinung der modernen Arbeitswelt, die unter Umständen krank machen kann, ist die Mobilität, die immer selbstverständlicher als Voraussetzung beruflicher Karriere gesehen wird. "Berufspendler leiden in viel höherem Ausmaß als Arbeitnehmer mit kurzem Arbeitsweg an psychosomatischen Beschwerden wie zum Beispiel Kopfschmerzen, Ängsten, Störungen der Sexualität,

funktionellen Magen-Darm-Beschwerden und Bluthochdruck,” berichtet Dr. Steffen Häfner, Facharzt für Psychotherapeutische Medizin an der Forschungsstelle für Psychotherapie, Stuttgart. Auch Schlafstörungen, Tagesmüdigkeit und Konzentrationsstörungen kämen bei Pendlern gehäuft vor und erhöhten das Risiko von Wege- und Arbeitsunfällen. Die bisherige Forschung zur Gesundheitsbelastung durch Mobilität bezog sich vor allem auf Autopendler. Häfner stellt nun eine aktuelle Studie vor, in der nur Fern-Bahnpendler berücksichtigt wurden. Darin konnte bestätigt werden, dass sich auch das Bahn-Pendeln negativ auf den psychischen Gesundheitszustand auswirken kann. “Allerdings wird der Beschwerdedruck geringer, wenn die Pendler während der Fahrt lesen, schlafen oder lernen können,” sagt Häfner. Insbesondere Pendler, die lange unterwegs sind, schienen der Studie zufolge psychosoziale Beratungsangebote und Psychotherapie kaum in Anspruch nehmen zu können. “Für diese Gruppe könnten spezielle Beratungs- und Behandlungsangebote direkt in den Betrieben bzw. an Bahnhöfen oder in Zügen sinnvoll sein”, schlägt Häfner vor.

Sperrvermerk 04.03.04, 13.15 Uhr, Abdruck honorarfrei; Belege erbeten an das Deutsche Kollegium für Psychosomatische Medizin (DKPM), c/o Dr. med. Thomas Heim, Gerstenhalmstr 4, 79115 Freiburg