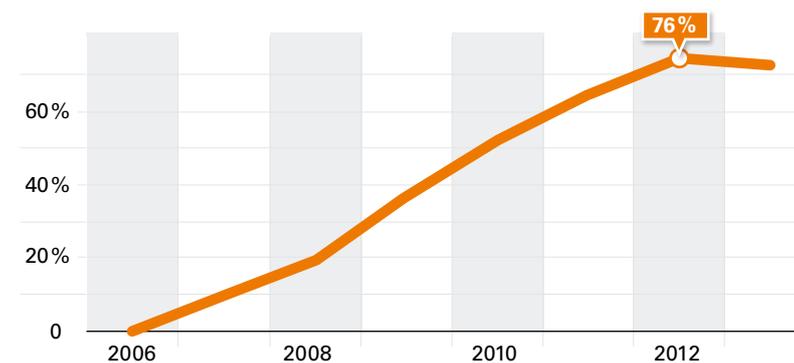


# Ausgebrannt statt selbstverwirklicht

Wachsende Anforderungen, Wettbewerbsdruck ohne Feierabend und ein hoher Anspruch an die eigene Arbeit – wo diese Faktoren zusammenkommen, steigt das Burnout-Risiko. Soziologen sehen das Leiden als Symptom einer entgrenzten Arbeits- und Wirtschaftsweise.

## Die Psyche streikt

Fehlzeiten wegen psychischer Störungen nahmen seit 2006 zu um ...



Quelle: Techniker Krankenkasse 2014 | © Hans-Böckler-Stiftung 2014

Begonnen hat es in der alternativen Nische. Als der amerikanische Psychoanalytiker Herbert Freudenberger 1974 erstmals Fälle von Burnout beschrieb, waren seine Patienten Sozialarbeiter und Lehrer, die wie er in Spanish Harlem arbeiteten: hoch motiviert, politisch engagiert – und nach Jahren frustriert durch die Erfahrung, dass sie trotz eines Einsatzes weit jenseits normaler Arbeitszeiten im damaligen New Yorker Problemviertel nicht wirklich etwas ändern konnten – eben „ausgebrannt“.

Die besondere Kombination aus hoher eigener Identifikation und systematischer Überforderung von Beschäftigten sei ein Schlüssel, um zu verstehen, warum sich Burnout stark ausbreitet, schreiben Sighard Neckel und Greta Wagner.\*

**Eine Selbstverantwortungs- und Wettbewerbslogik, die das Berufsleben prägt, aber längst auch in den privaten Bereich hineinreicht** – von der Konkurrenz zwischen betrieblichen Profit-Centern über die Sorge um den Schulerfolg der Kinder bis hin zur Castingshow im Fernsehen. Neckel und Wagner sehen einen Zusammenhang zur „Ausbreitung des Neoliberalismus in den 1990er-Jahren“. In deren Folge sei „es zu einer zeitlichen und sachlichen Entgrenzung von Wettbewerben“ gekommen, „sodass Wettbewerbe zunehmend die Sozialordnung als Ganzes bestimmten“.

Einerseits seien zuvor weitgehend nach anderen Logiken organisierte Bereiche wie Hochschulen oder öffentliche Verwaltung in den Wettbewerb einbezogen worden, so die ▶

Natürlich gab es immer schon harte Arbeit und Stress. Trotzdem sei Burnout keineswegs nur eine Modediagnose, betonen der Frankfurter Soziologie-Professor und seine Mitarbeiterin. Das Syndrom spiegele vielmehr gewichtige Veränderungen in Arbeitswelt und kapitalistischem Wirtschaftsmodell wider: „Unrealistische Erwartungen an die Belastbarkeit von Mitarbeitern entstammen längst nicht mehr dem Idealismus alternativer Milieus der 1970er-Jahre, sondern sind in einer ökonomischen Kultur zur Regel geworden, die um jeden Preis auf permanente Leistungssteigerung setzt.“

Zwei wesentliche Trends greifen nach Analyse der Wissenschaftler ineinander:

## GENDER

# Einzelkämpferinnen unter Beobachtung

**Frauen in Männerberufen weisen ein erhöhtes Depressionsrisiko auf. Für Männer in Frauenberufen gilt das nicht.**

Traditionell gibt es klare Ansichten darüber, welche Profession zu welchem Geschlecht passt: Richtige Männer, so das Stereotyp, werden KFZ-Mechaniker, Feuerwehrmann oder Maschinenbauer, Frauen Erzieherin, Bibliothekarin oder Krankenschwester. Männer im Kindergarten und Frauen in der Werkstatt gelten als ungewöhnlich. Wie es sich gesundheitlich auswirkt, wenn Beschäftigte einem „untypischen“ Beruf nachgehen, haben Silke Tophoven vom Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung, Jean-Baptist du Prel und Richard Peter von der Universität Ulm und Veronika Kretschmer von der Universität Wuppertal untersucht.\* Sie

können nachweisen, dass Frauen stärker zu Depressionen neigen, wenn sie in einem von Männern dominierten Beruf tätig sind. Für Männer in Frauenberufen besteht kein vergleichbarer Zusammenhang.

Dass es einen Zusammenhang zwischen der ungleichen Verteilung der Geschlechter über die Berufe und Depressivität geben könnte, leiten die Autoren aus soziologischen und sozialpsychologischen Erkenntnissen ab. Angehörige von Minderheiten – wie Frauen in Männerberufen – sind demnach am Arbeitsplatz erhöhten Belastungen ausgesetzt: Sie stehen unter besonderer Beobachtung, müssen sich permanent beweisen, um Vorurteile zu entkräften. Zudem seien sie oft von Mobbing oder sozialer Isolation betroffen. All das beeinträchtigt das Wohlbefinden und führe zu Stress, worunter die psychische Gesundheit leiden dürfte. ▶

► Forscher. Zum anderen verkürzten sich für sehr viele Erwerbstätige die Abstände, in denen „der erreichte Status wieder zur Disposition gestellt und ‚performativ‘ neu erkämpft werden“ musste. Begünstigt wurde das durch Fortschritte in der Informationstechnik. Leistungsfähige Computer bildeten eine zentrale Voraussetzung für engmaschige Leistungs- und Erfolgskontrollen. Mobilgeräte eröffneten die Möglichkeit, Beschäftigte dauernd zu erreichen. Hinzu kamen Deregulierungen auf dem Arbeitsmarkt. Sie erleichterten beispielsweise die Einrichtung befristeter Jobs, die der Analyse von Neckel und Wagner zufolge „den Leistungsdruck auf die Mitarbeiter erhöhen und sie zwingen, ihren Wert für die Organisation immer wieder von Neuem beweisen zu müssen“.

**Verletzlichkeit durch Identifikation.** Als zweiten, „subjektiven“ Faktor der Entgrenzung identifizieren die Soziologen den Wunsch vieler Menschen, „dass die Arbeit mehr sein möge als bloßer Lebensunterhalt“. Der Anspruch, sich im Beruf selbst zu verwirklichen, habe sich seit Freudenbergers Zeiten stark ausgebreitet und werde auch dort gepflegt, wo das früher nicht üblich war.

Was aus Sicht des einzelnen Arbeitnehmers grundsätzlich nachvollziehbar und sinnvoll sei, könne jedoch „zum Köder“ werden. Nämlich dann, **wenn Unternehmen mit praktisch grenzenlosem Einsatz kalkulieren** – nach Ansicht der Forscher sind beispielsweise kräftige Zuwächse bei atypischen oder überlangen Arbeitszeiten ein Indiz dafür. Besonders problematisch sei es, wenn Beschäftigte keine echten Möglichkeiten hätten, ihre Arbeitsgestaltung mitzubestimmen. Neckel und Wagner resümieren typische psychologische Fallbeschreibungen zum Burnout: „Die Identifikation mit der Arbeit trieb die späteren Burnout-Patienten, je unzulänglicher die Arbeitsbedingungen waren, in immer größeres Engage-

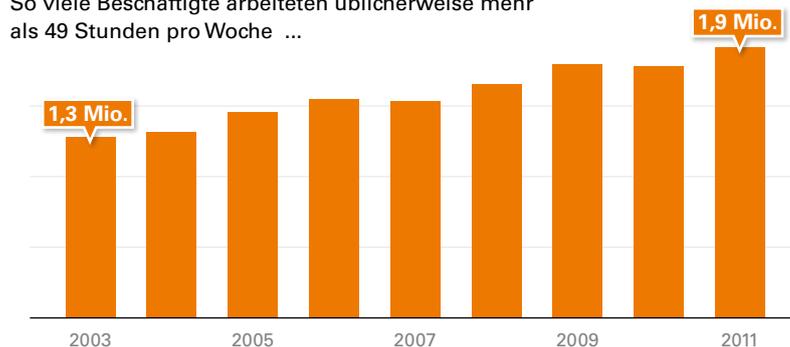
ment, was schließlich zum Erschöpfungszusammenbruch führte“.

Dass Burnout in den Medien prominent behandelt wird, halten die Soziologen für durchaus positiv. Das Syndrom sei zu einem griffigen Symbol geworden, über das „der Wandel der Arbeitswelt und die daraus entstehenden psychischen Kosten, welche die Arbeitssoziologie teilweise bereits seit Jahrzehnten beschrieben hatte“, nun verstärkt Thema in breiteren gesellschaftlichen Debatten würden. Statt aus Überforderung resultierende psychische Erkrankungen als individuelle Probleme abzutun, gerieten die Schattenseiten einer übersteigerten Wettbewerbsgesellschaft in den Blick, die die Arbeitskraft verschleisse. Nicht selten bereits in Vorauswahlen oder Antragsprozessen für Projekte, die am Ende nie umgesetzt werden. Die öffentliche Kritik könnte helfen, die Wirtschaft auf einen stärker nachhaltigen Entwicklungspfad zu bringen, hoffen Neckel und Wagner. In manchen Unternehmen seien schon Anzeichen dafür zu beobachten. ◀

\* Quelle: Sighard Neckel, Greta Wagner: Burnout. Soziales Leiden an Wachstum und Wettbewerb. In: WSI-Mitteilungen 7/2014  
Mehr Informationen unter [boecklerimpuls.de](http://boecklerimpuls.de)

## Arbeiten ohne Grenzen

So viele Beschäftigte arbeiteten üblicherweise mehr als 49 Stunden pro Woche ...



Quelle: Statistisches Bundesamt 2013 | © Hans-Böckler-Stiftung 2014

nicht der Fall. Auch wenn Faktoren wie das Alter, der sozio-ökonomische Status oder der Umfang der Erwerbstätigkeit herausgerechnet werden, ändert sich daran nichts. Stress und Konflikte zwischen Beruf und Familie könnten die erhöhte Neigung zu Depressionen von Frauen in Männerberufen zum Teil statistisch erklären, schreiben die Wissenschaftler. Dass für Männer kein analoger Zusammenhang nachweisbar ist, erscheine durchaus plausibel, wenn man die Ergebnisse anderer Studien berücksichtige. Demnach profitieren Männer in Frauenberufen oft sogar von ihrem Minderheitenstatus, weil ihnen – infolge der vorherrschenden Geschlechterklischees – im Vergleich zu den Kolleginnen mehr Autorität und Führungsstärke zugetraut wird. ◀

\* Quelle: Silke Tophoven, Jean-Baptist du Prel, Richard Peter, Veronika Kretschmer: Working in gender-dominated occupations and depressive symptoms: findings from the two age cohorts of the lidA study, in: Journal of Labour Market Research (online)  
Mehr Informationen unter [boecklerimpuls.de](http://boecklerimpuls.de)