

Psychische Belastungen bei der Arbeit und Neuroenhancement

Ergebnisse einer empirischen Studie an Erwerbstätigen



BAUA-BERICHT KOMPAKT

Mit Neuroenhancement, umgangssprachlich auch „Gehirndoping“ genannt, versuchen gesunde Menschen die Leistungsfähigkeit ihres Gehirns und ihr psychisches Wohlbefinden zu verbessern. Dafür konsumieren sie verschreibungspflichtige Medikamente missbräuchlich und ohne ärztliche Indikation. Hinweise zum Einfluss der Arbeit auf den Konsum tauchen seit einiger Zeit immer wieder auf. Allerdings gibt es bis heute keine systematischen Untersuchungen auf der Basis repräsentativer Daten. Die BAuA-Studie zum Neuroenhancement fragt nach einem Zusammenhang zwischen belastenden Arbeitsbedingungen, daraus entstehender psychischer Fehlbeanspruchung und der Einnahme.

Bei der Suche nach den Ursachen geht die öffentliche Diskussion oft davon aus, dass Menschen vor allem deswegen zu psychotrop wirkenden Arzneimitteln greifen, weil sie sich davon einen Vorteil im beruflichen und gesellschaftlichen Wettbewerb erhoffen. Das Forschungsprojekt „Einfluss psychischer Belastungen am Arbeitsplatz auf das Neuroenhancement“ der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin¹ fasst das Thema weiter. Die Bedingungen, unter denen die Beschäftigten arbeiten, die Anforderungen, die an sie gestellt werden und Persönlichkeitsmerkmale als Voraussetzungen für die eventuelle Einnahme der Mittel stehen im Fokus des Projekts.

Wer wurde untersucht? – Die Stichprobe

Die Studie konzentriert sich auf vier Berufe mit besonders hohen Arbeitsbelastungen: Angestellte Ärzte, Programmierer, Werbefachleute und Publizisten. Die Beschäftigten dieser Berufsgruppen wurden mit einer repräsentativen Vergleichsstichprobe (S-MGA)² von mehr als 4.500 Beschäftigten verglichen. Dabei zeigte sich, dass die Arbeitsanforderungen in diesen Berufen tatsächlich höher sind als beim Durchschnitt der gesamten deutschen Erwerbsbevölkerung. Insbesondere die Ärzte haben hohe Belastungen durch lange Arbeitszeiten (s. Abb. 1), Schichtdienst, hohen Zeitdruck und durch Tätigkeiten, die eine hohe Konzentration und Aufmerksamkeit erfordern. Sie sind kognitiv und in psychosozialer Hinsicht besonders gefordert. Darüber hinaus haben sie nur eingeschränkte Entscheidungsspielräume und das Verhalten von Führungskräften weist häufig Defizite auf.

MITTELWERT DER TATSÄCHLICHEN WÖCHENTLICHEN ARBEITSZEIT

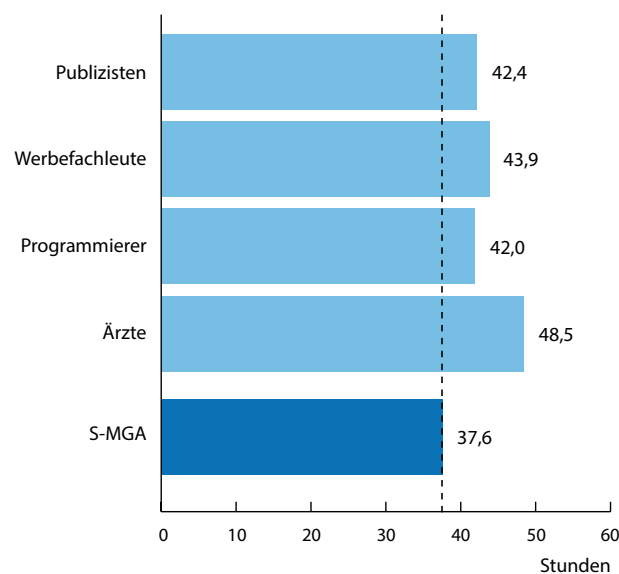


Abb. 1 Die untersuchten Berufsgruppen haben im Mittel eine deutlich höhere wöchentliche Arbeitszeit als die durchschnittliche Erwerbsbevölkerung (S-MGA).

Wie wurde untersucht? – Die Methodik

Die Wissenschaftler wählten einen dreistufigen Untersuchungsansatz, um den Zusammenhang zwischen Arbeitsbelastungen und Neuroenhancement zu untersuchen: Befragungen, Tagebücher und Tiefeninterviews.

In einstündigen persönlichen Interviews beantworteten die Beschäftigten Fragen zu ihren Arbeitsbedingungen, ihrer Gesundheit und ihrem Einnahmeverhalten. Personen, die Erfahrungen mit der Einnahme von Neuroenhancement-Präparaten hatten, protokollierten in der zweiten Erhebungsstufe in Tagebüchern aufgetretene Arbeitsbelastungen und ihr Einnahmeverhalten. Ziel war es hier, Antworten auf die Frage „Gibt es einen zeitlichen Zusammenhang zwischen Belastungen und Konsum der Medikamente?“ zu erhalten. In der dritten Stufe führten psychologisch geschulte Therapeuten problemzentrierte Tiefeninterviews durch, um weitere Informationen über Motive und Effekte des Neuroenhancements zu gewinnen.

Einfluss der Arbeit – Die Ergebnisse

Die Ergebnisse weisen auf einen Zusammenhang zwischen Arbeitsbelastungen und Neuroenhancement hin. Dabei hat sich herausgestellt, dass der Konsum bei regelmäßiger Schichtarbeit eine besondere Rolle spielt. Die Medikamente werden überwiegend punktuell bei hoher Belastung eingenommen. Meistens nicht zur Leistungssteigerung, sondern weil die Betroffenen befürchten, den Belastungen nicht gewachsen zu sein. Leistungserhalt steht damit im Vordergrund der Selbstmedikation.

Weiterhin zeigte sich, dass Personen, die Medikamente einnehmen, häufiger Probleme mit ihrer psychischen Gesundheit aufweisen. Sie sind häufiger gestresst, erschöpfter und depressiver gestimmt (s. Abb. 2).

Auch die Persönlichkeit spielt eine Rolle. Diejenigen, die überengagiert sind und Schwierigkeiten haben, sich von der Arbeit zu distanzieren, denken bei hohen Arbeitsbelastungen häufiger an die Einnahme von Neuroenhancern.

Wie verbreitet Neuroenhancement tatsächlich ist

Hohe Arbeitsbelastung führt nicht zwangsläufig zum „Gehirndoping“. Etwa 13 von 1.000 Befragten griffen in den vergangenen vier Wochen mindestens einmal zu Neuroenhancern (Vierwochenprävalenz). Mindestens einmal im Laufe des vergangenen Jahres konsumierten 28 von 1.000 Befragten (Jahresprävalenz) Neuroenhancer und 83 von 1.000 Befragten mindestens einmal in ihrem Leben (Lebenszeitprävalenz). Damit zeigt die Studie, dass der Konsum von Mitteln zum Neuroenhancement nicht so stark verbreitet ist, wie es nach Medienberichten oft den Anschein hat.

Betroffenen am Arbeitsplatz helfen

Das Phänomen Neuroenhancement bleibt ein ernstzunehmendes Problem, auch wenn die Zahl der betroffenen Arbeitnehmer weniger hoch als angenommen ist. Arbeitgeber sollten Arbeit und Arbeitsplatzbedingungen so gestalten, dass die Betroffenen Belastungen nicht durch Medikamenteneinnahme kompensieren. Denn „Gehirn-

AUSPRÄGUNG KOGNITIVER STRESSSYMPTOME

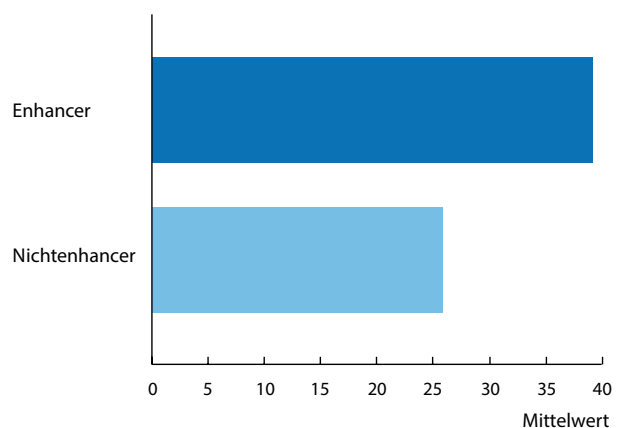


Abb. 2 Durchschnittswerte für die Ausprägung von kognitiven Stresssymptomen bei Enhancer und Nicht-Enhancer auf einer Skala von 0 bis 100. Die Symptome treten z. B. in Form von Konzentrationsproblemen und Schwierigkeiten, Entscheidungen zu treffen auf.

doping“ stellt sich deutlich als ein fehlgeleitetes Bewältigungsverhalten dar. Eine Sensibilisierung für das Thema und Hilfsangebote sollten Gegenstand des betrieblichen Arbeits- und Gesundheitsschutzes sowie der Suchtprävention sein. Der Griff zur Pille ist nicht das geeignete Mittel, um mit hohen Arbeitsbelastungen umzugehen. Vielmehr sollte an den Ursachen angesetzt werden. Eine gesundheitsförderliche Gestaltung der Arbeit und adäquate Bewältigungsformen bei Fehlbeanspruchung sollten im Zentrum präventiven Handelns stehen.

Sie wollen mehr wissen?

- 1 Schröder, H., Köhler, T., Knerr, P., Kühne, S. und Moesgen, D., Klein, M.: Einfluss psychischer Belastungen am Arbeitsplatz auf das Neuroenhancement – empirische Untersuchungen an Erwerbstätigen. Dortmund, Berlin, Dresden 2015
- 2 Schröder, H., Schiel, St., Schulz, S., Kleudgen, M.: Mentale Gesundheit bei der Arbeit (S-MGA). Methodenbericht zur Repräsentativerhebung an Erwerbstätigen in Deutschland. Dortmund, Berlin, Dresden 2015