

Arbeitsplatzbezogene Ängste

Dr. Beate Muschalla

DRV Bund Abteilung Rehabilitation &
Forschungsgruppe Psychosomatische Rehabilitation (FPR)
an der Charité Universitätsmedizin Berlin

Arbeit macht Angst?!

- soziale Unterordnung
 - „Hackordnung“, „Mobbing“, Chefin
- Leistungsanforderungen
 - berufliches Scheitern, Controlling, gesundheitliche Beeinträchtigungen
- Bedrohung durch Dritte
 - unfreundliche (gefährliche) Kunden, Patientinnen, Schüler
- Sachliche Bedrohung
 - Unfallgefahr
- Unkontrollierbare Veränderungen
 - Firmenfusion, neue Technologien

Machen Arbeitsprobleme krank oder macht krank Arbeitsprobleme?

- Ängste in verschiedenen Berufsgruppen (Wieclaw, 2006, Fehm & Schmidt, 2006, Price et al., 2006)
- Zusammenhang Ängste und (Belastungs-)Faktoren am Arbeitsplatz (Albini et al., 2007; Chevalier et al., 1996; Dormann et al., 2002; Lindblom et al., 2006)
- Angsterkrankungen und Auswirkungen auf die Arbeit: Arbeitsunfähigkeitszeiten und Absentismus, Produktivitätsverlust, Arbeitssicherheit (Haslam et al., 2005; Napolliello, 1980; Nieuwenhuisjen et al., 2006; Smith, 2009)
- Physiologische Reaktionen bei Arbeitsplatzphobie (Haines et al., 2002)

Arbeitsplatz und Ängste in der Forschung

■ Konzepte

- Angst als Globalkonstrukt (Angst ist gleich Angst, z.B. STAI)
- Angst entsprechend des Gegenstands (Computerangst, z.B. Beutel et al., 2004)
- Angst am Arbeitsplatz physiologisch (Payne et al., 1982; Haines et al., 2002)
- Psychopathologisch entsprechend der Angst-Qualität (AMDP, klinischer Ansatz)

Sozialmedizinische Relevanz von Arbeitsplatzängsten

Exploration von Arbeitsängsten

Halbstrukturiertes diagnostisches *Mini-Arbeits-Angst-Interview* (Mini-AAI;
Muschalla & Linden, 2013; analog zu DSM-Kriterien)

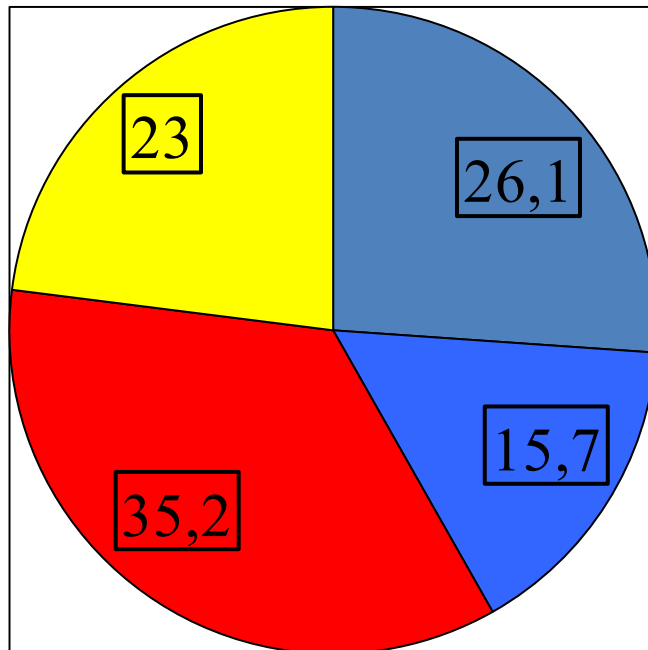
„Arbeitsplatzbezogene...“

- ...PTSD Posttraumatische Belastungsstörung
- ...ARA Anpassungsstörung mit Angst
- ...SSP Spezifische Soziale Phobie
- ...USP Unspezifische Soziale Phobie
- ...SA Situationsängste
- ...H Hypochondrische Ängste
- ...IA Insuffizienzängste
- ...GA Generalisierte Angst

- ...AP Arbeitsplatzphobie

Klassische Ängste und Arbeitsplatzängste

(Psychosomatikpatienten N=230)



■ ohne Angst

■ nur klassische Angsterkrankung

■ klassische und arbeitsplatzbezogene Angst

■ nur Arbeitsplatzangst

Arbeitsplatzängste bei Psychosomatikpatienten (Linden, Muschalla et al., 2009)

- **58%** von 230 befragten Patienten litten an arbeitsplatzbezogenen Ängsten unterschiedlicher Art
- **17%** unter einer Arbeitsplatzphobie

Arbeitsplatzängste in somatischen Indikationen (Linden et al., 2009; Muschalla et al., 2014)

- **32%** von 209 befragten **Kardiologie-Patienten** litten an arbeitsplatzbezogenen Ängsten unterschiedlicher Art
- **5%** unter einer Arbeitsplatzphobie
- **30%** der **Orthopädiepatienten** in der Reha haben „besondere berufliche Problemlagen“

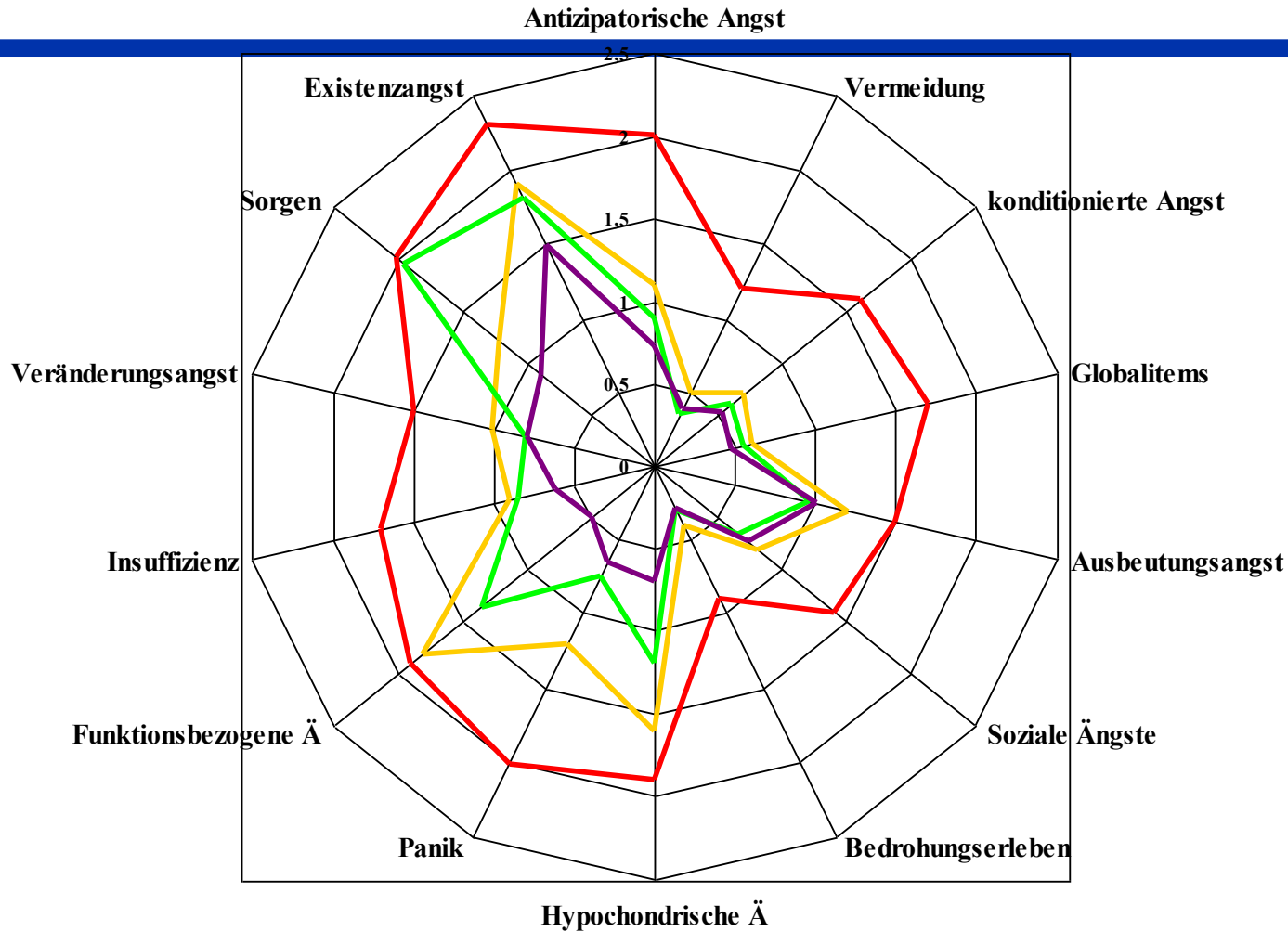
Arbeitsplatzängste bei psychisch gesunden (!) Erwerbstätigen (Muschalla, Heldmann, Fay, 2013)

- 5% geben an, dass sie sich schon einmal haben „krankschreiben lassen“ weil sie „die Probleme am Arbeitsplatz nicht länger ausgehalten [hätten]“

Arbeitsplatzängste Deutschland und Italien

	Deutschland Berufstätige verschiedener Branchen (Muschalla, Fay, Heldmann, 2013)	Italien Berufstätige verschiedener Branchen (Vignoli & Muschalla, 2014)
Arbeitsangst	<i>N = 330</i>	<i>N = 700</i>
Gering	<i>n = 283</i>	<i>n = 579</i>
%	85.8%	82.7%
Mäßig	<i>n = 35</i>	<i>n = 90</i>
%	10.6%	12.9%
Deutlich	<i>n = 7</i>	<i>n = 26</i>
%	2.1%	3.7%
Schwer	<i>n = 5</i>	<i>n = 5</i>
%	1.5%	0.7%

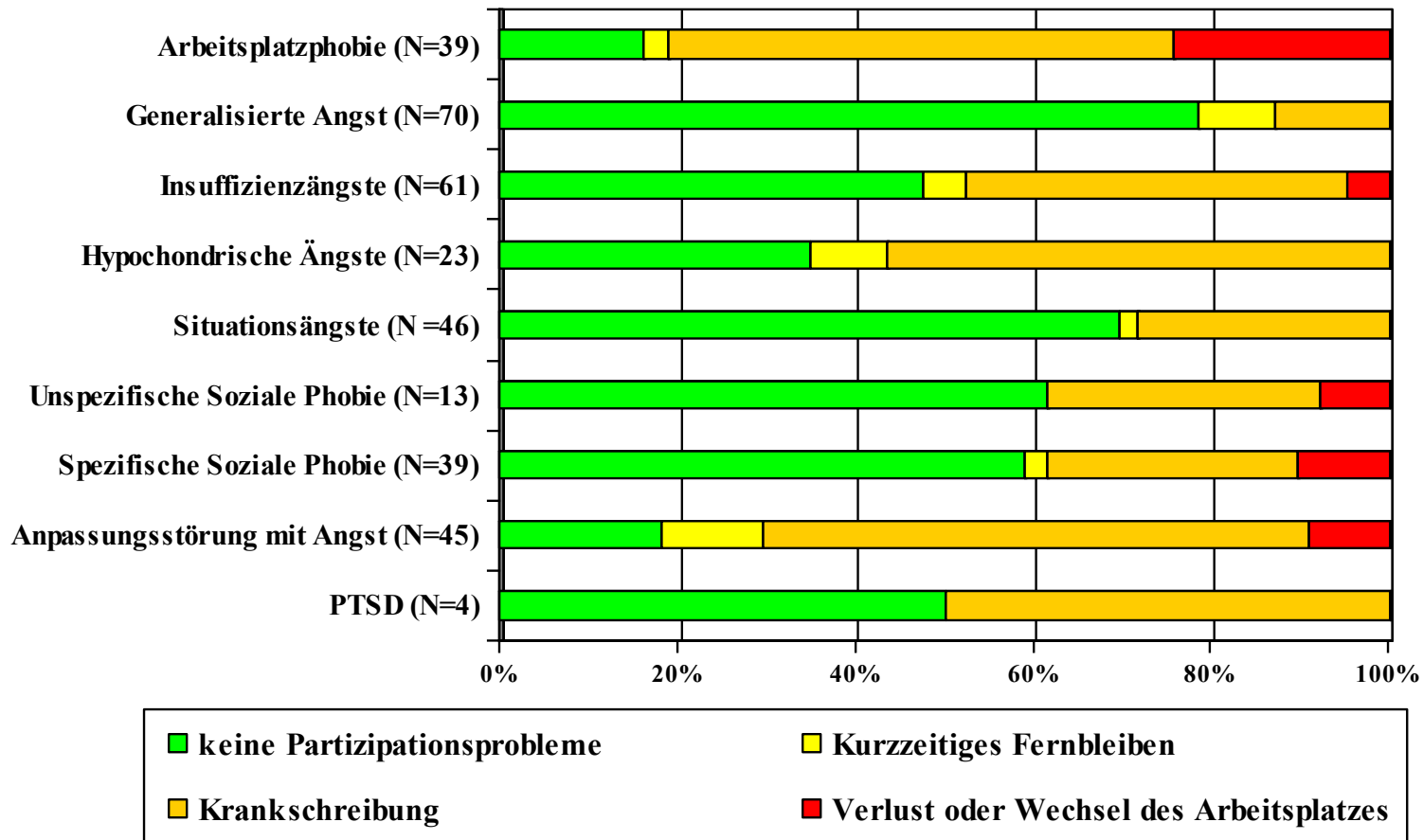
Arbeitsängste im Indikationen-Vergleich



— Psychosomatik (N=90)
 — Orthopädie (N=100)
 — Kardiologie (N=182)
 — Nicht-Klinische (N=293)

Teilhabebeeinträchtigungen

(Psychosomatikpatienten mit Arbeitsängsten)



Zusammenhang mit Arbeitsunfähigkeit (AU)

Angst-Diagnosen-Muster	Patienten ohne Angst-Diagnose (N=60)	Patienten mit arbeitsplatzbezogener Angst-Diagnose (N=53)	Patienten mit klassischer Angst-Diagnose (N=36)	Patienten mit klassischer und arbeitsplatzbezogener Angst-Diagnose (N=81)	Signifikanz der Differenz p
Arbeitsunfähig vor Aufnahme in die Rehabilitation (%)	25%	53%	22%	53%	a.019** b.012** c1.000

, ^a Patienten mit arbeitsplatzbezogener Angst-Diagnose versus Patienten mit klassischer Angst-Diagnose, ^b Patienten mit arbeitsplatzbezogener Angst- und klassischer Angst-Diagnose versus Patienten mit klassischer Angst-Diagnose, ^c Patienten mit arbeitsplatzbezogener Angst- und klassischer Angst-Diagnose versus Patienten mit arbeitsplatzbezogener Angst-Diagnose

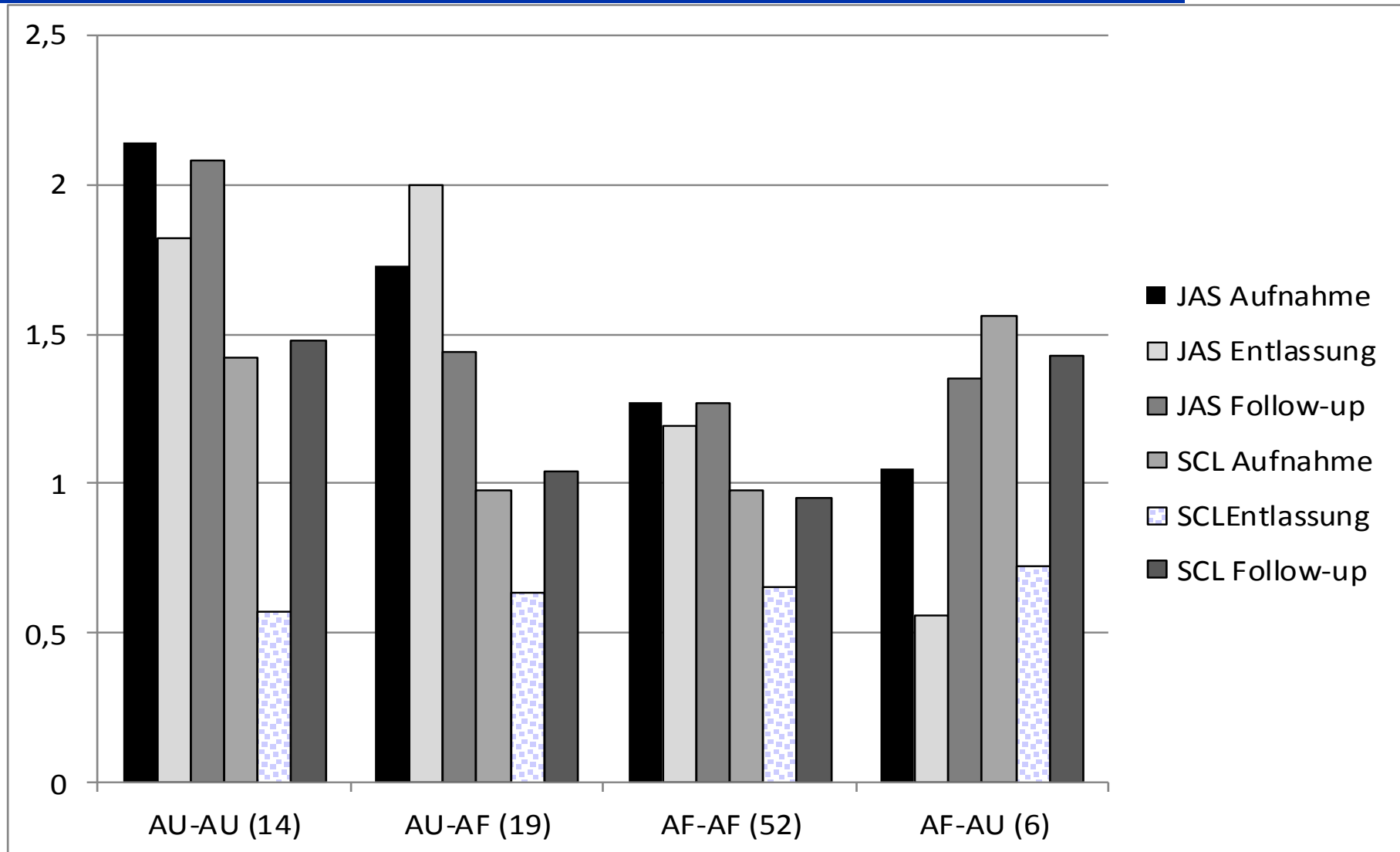
Arbeitsplatzwahrnehmung – ein Indiz für Arbeitsangst?

KFZA Arbeitswahrnehmung	Berufstätige Patienten mit psychischer Erkrankung (N = 148)¹	
	Mit Arbeitsangst (n = 85)	Ohne Arbeitsangst (n = 63)
1 Handlungsspielraum	2.98** (1.12)	3.71 (1.04)
2 Vielseitigkeit	3.60 (0.94)	3.73 (0.87)
3 Ganzheitliche Arbeit	3.16** (1.21)	3.57 (1.14)
4 Soziale Unterstützung	2.68** (1.06)	3.77 (0.91)
5 Kooperation(snotwendigkeit)	3.04** (0.80)	3.52 (0.86)
6 Qualitative Überforderung	2.74** (1.24)	2.26 (1.10)
7 Quantitative Überforderung	4.07** (0.93)	3.21 (1.19)
8 Unterbrechungen und Ausstattungsdefizite	3.37** (1.04)	2.45 (1.14)
9 Physikalische Stressoren	2.91** (1.40)	2.24 (1.12)
10 Information und Mitsprache	2.65** (0.85)	3.21 (1.05)
11 Aufstiegs- und Weiterbildungsmöglichkeit	2.31 (1.00)	2.48 (1.00)

MBOR-Interventionen bei Arbeitsplatzproblemen im Rehasentrum Seehof

- Einzel- und Gruppenpsychotherapie zur Besserung von Selbstwirksamkeit, Angstabbau, Belastungsbewältigung
- Ergotherapeutisches Leistungstraining (Konzentration, Ausdauer, Funktionstraining)
- Therapiegruppe „Konfliktmanagement am Arbeitsplatz“
- Therapiegruppe „Zeitmanagement am Arbeitsplatz“
- Therapiegruppe „Beruf und Chance - Bewerbungstraining“
- Internetsuche, Bewerbung aus der Klinik
- berufliche Reha-Beratung
- arbeitsplatzbezogene Einzelberatung
- Kontakte mit Arbeitgebern
- Berufliche Belastungserprobung
- nachgehende sozialarbeiterische Betreuung

Outcomes für Interventionen? – Globales Wohlbefinden oder Arbeitsangst reicht nicht



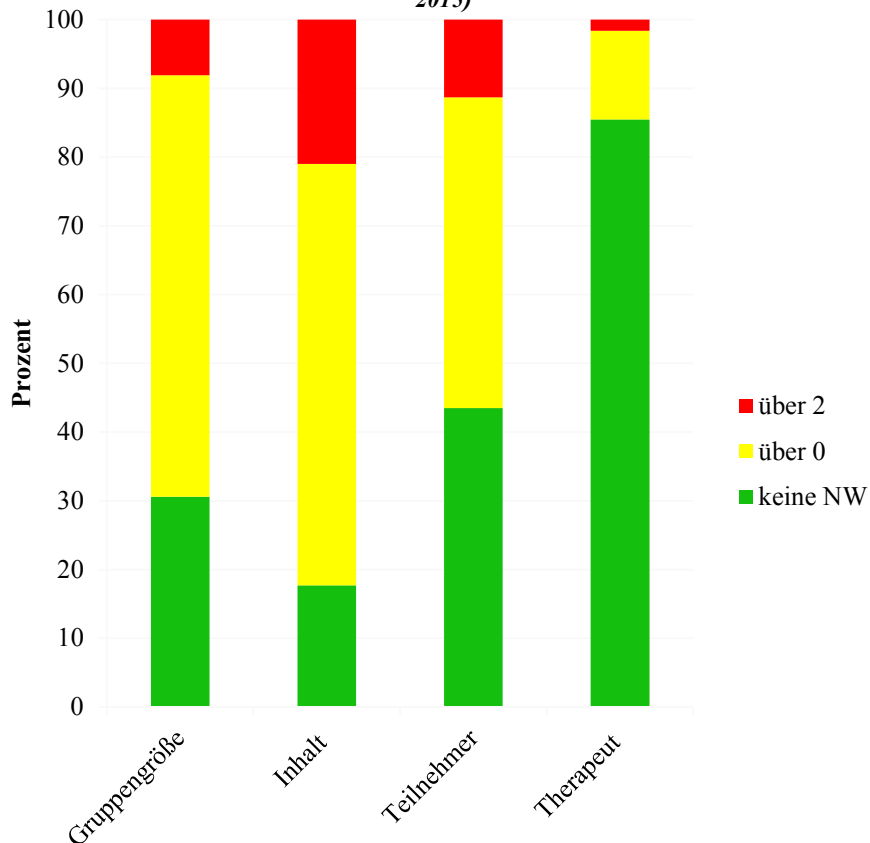
Arbeits-Angst-Coping-Gruppe

(JoCoRi; Muschalla, Fay, Hoffmann, 2016; Muschalla et al., 2016)

1. Wenn ich bei der Arbeit unsicher oder nervös werde, kann ich mich selbst beruhigen
2. Ich kann es tolerieren, das ich mich bei der Arbeit nicht immer wohlfühle.
3. Ich kann mit meinen Kollegen und Vorgesetzten sachbezogen zusammenarbeiten, auch mit solchen die ich nicht persönlich mag.
4. Wenn bei der Arbeit ein Konflikt entsteht, spreche ich diese an oder helfe aktiv bei der Problemlösung
5. Wenn ich Probleme mit Arbeitsaufgaben oder –abläufen habe, besorge ich mir Informationen und frage den dafür Zuständigen um Rat.
6. Wenn ich viel Arbeit habe, sage ich mir, dass ich es schon schaffen werde und fange erstmal mit einem Arbeitsvorgang an.
7. Wenn ich durch gesundheitliche Probleme bei der Arbeit beeinträchtigt bin, Sorge ich dafür, dies dem Vorgesetzten so mitzuteilen, dass er Verständnis dafür gewinnen kann und wir gemeinsam eine Lösung suchen.

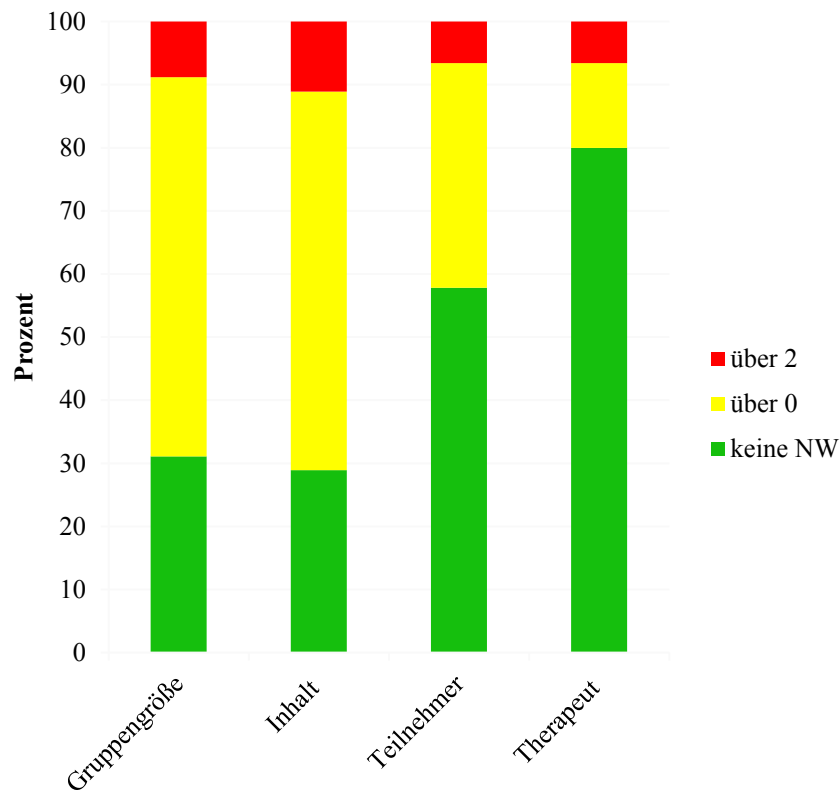
Häufigkeiten Nebenwirkungen Arbeitsangst-Coping-Gruppe

(Instrument: UE-G-Checkliste, Linden, Fritz, Walter, & Muschalla, 2015)



Häufigkeiten Nebenwirkungen Freizeit-Gruppe

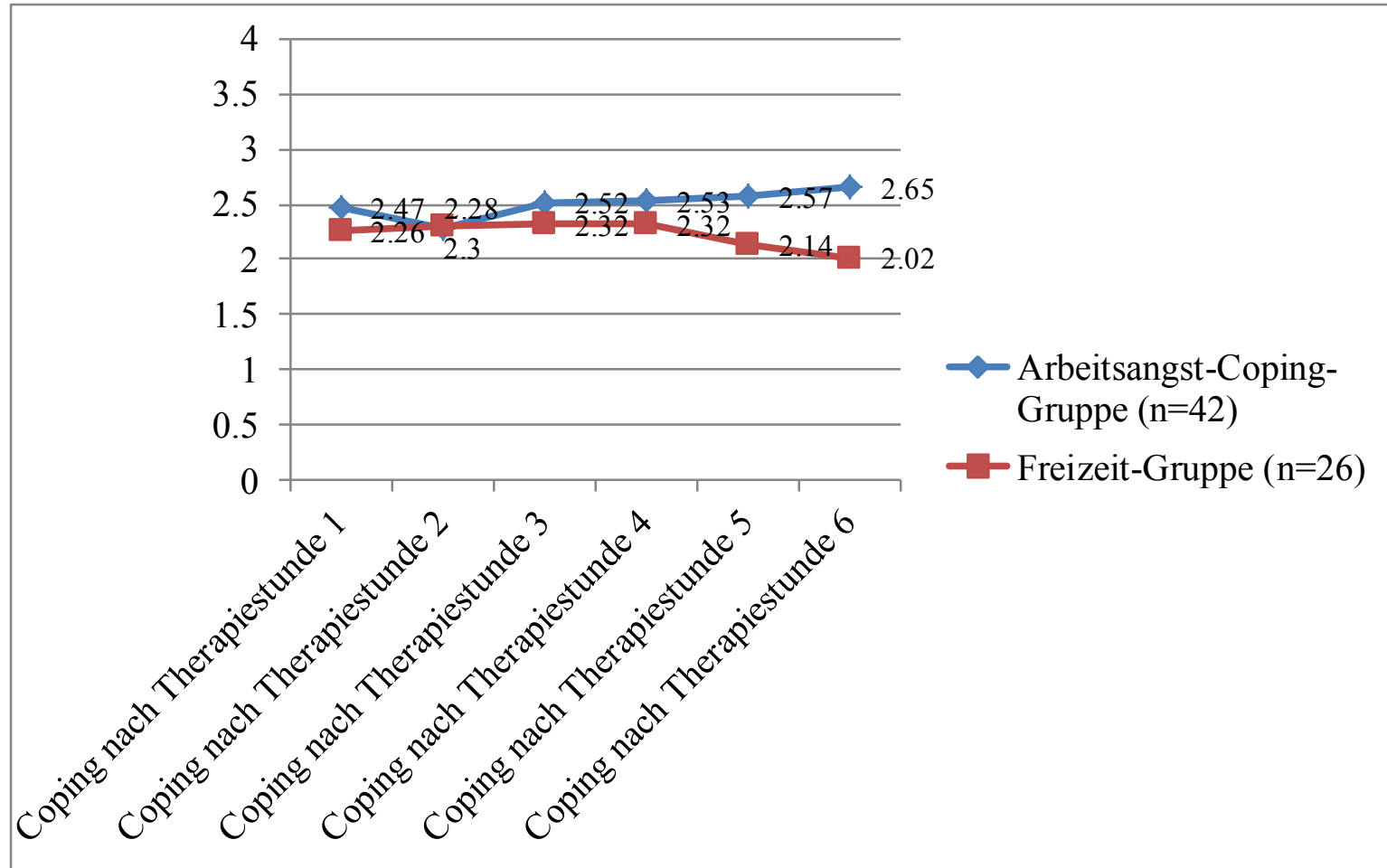
(Instrument: UE-G-Checkliste; Linden, Fritz, Walter, & Muschalla, 2015)



	Gruppe	n	MW	SD	T	p
Anzahl der „Nebenwirkungen“ (mit 1 bis 4 geratete Items, bezogen auf den Gesamtfragebogen von 47 Items)	IG	62	7.69	7.01	.52	.60
	KG	45	6.96	7.44		
Anzahl der „belastenden Nebenwirkungen“ (mit 3 oder 4 geratete Items, bezogen auf den Gesamtfragebogen von 47 Items)	IG	62	1.19	2.30	.31	.15
	KG	45	1.04	2.60		

Arbeitsbezogenes Coping im Therapieverlauf

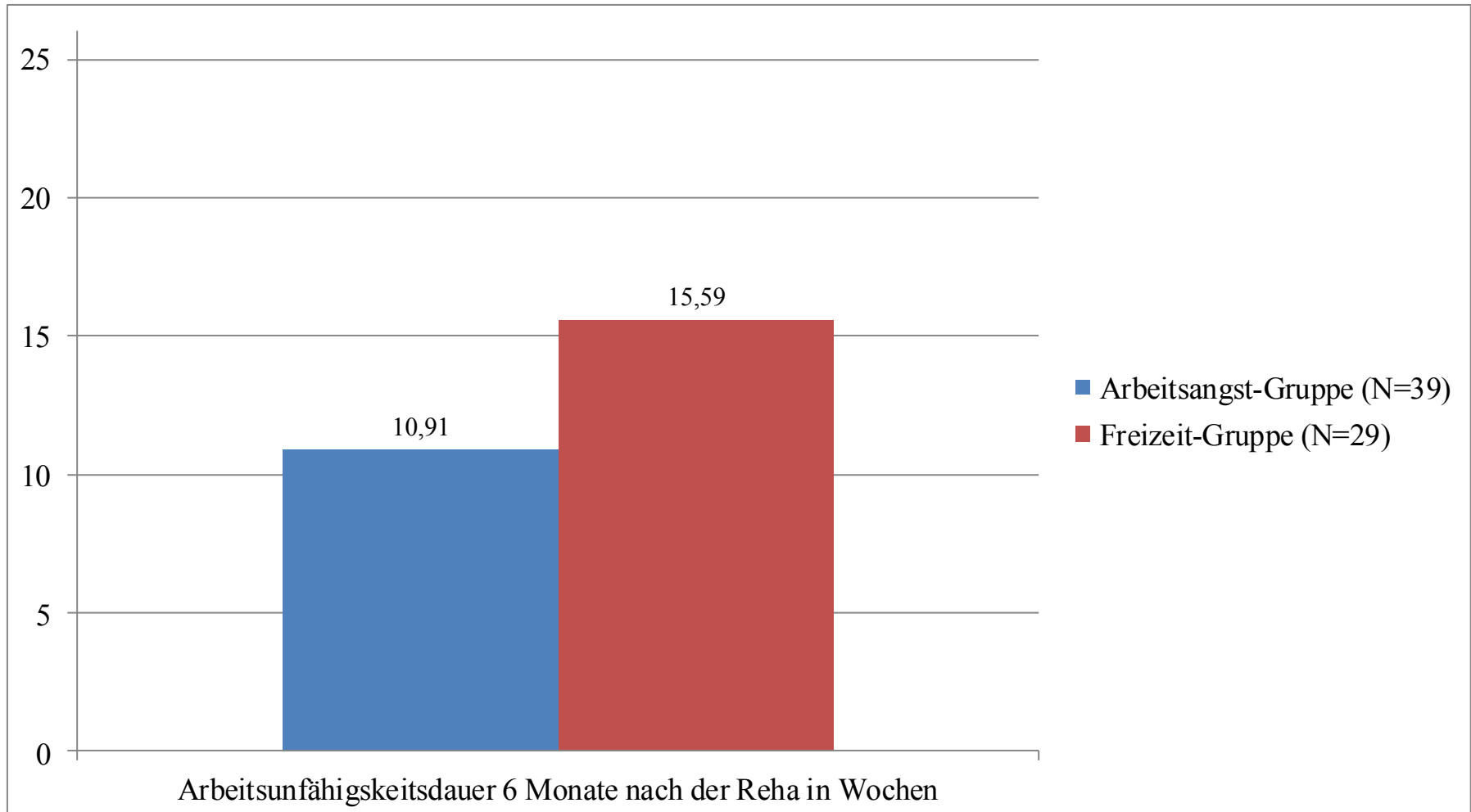
(Instrument: JoCoRi, Muschalla, Fay, Hoffmann, 2016)



Marginal Sig. Interaktion Messwiederholung x Gruppenzugehörigkeit ($p=.056$)

Arbeitsfähigkeitsdauer innerhalb 6 Monaten nach der Reha bei Patienten mit isolierten Arbeitsängsten

(Baseline KEINE Sig. Unterschiede zwischen Arbeitsangst-Gruppe und Freizeit-Gruppe in AU-Dauer der letzten 12 Monate, arbeitsbezogener Attribution von Gesundheitsproblemen, Alter, Schul- und Berufsabschluss, aktuelle Arbeitssituation)



Es gibt einiges zu tun...

- Klinische Differentialdiagnostik!
- Gezielte Angstbehandlung statt Vermeidungsunterstützung
 - Symptomtoleranz
 - Arbeitsbewältigungsfähigkeiten, Selektive Optimierung und Kompensation
 - Arbeitsplatzanpassung
- Person-Environment-Fit: „leidensgerechte Arbeitsplätze“
- Psychotherapeuten benötigen arbeitspsychologisches Know-How
- Minimalangstauslösende Arbeitsplätze

Beate Muschalla, Michael Linden

**Arbeitsplatzbezogene
Ängste und
Arbeitsplatzphobie**

Phänomenologie, Diagnostik,
Behandlung, Sozialmedizin

Literaturauswahl

- Linden M, Muschalla B (2007). Arbeitsplatzbezogene Ängste und Arbeitsplatzphobie. *Der Nervenarzt*, 78, 39-44.
- Linden M, Muschalla B (2007). Anxiety disorders and workplace-related anxieties. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 467-474.
- Linden M, Muschalla B, Olbrich D (2008). Die Job-Angst-Skala (JAS). Ein Fragebogen zur Erfassung arbeitsplatzbezogener Ängste. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 52, 126-134.
- Muschalla B, Linden M (2008). Die Arbeitsplatzphobieskala. Ein Screening-Instrument für die medizinische Rehabilitation. *Ärztliche Psychotherapie*, 3, 258-262.
- Muschalla B, Linden M, Olbrich D (2010). The relationship between job-anxiety and trait-anxiety – A differential diagnostic investigation with the Job-Anxiety-Scale and the State-Trait-Anxiety-Inventory. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 366-371.
- Muschalla B, Linden M (2012). Specific job-anxiety in comparison to general psychosomatic symptoms at admission, discharge and six months after psychosomatic inpatient treatment. *Psychopathology*, 45, 167-173.
- Muschalla B, Hoffmann K, Fay D (2013). Fragebogen zu Arbeitsbezogenen Copingfähigkeiten und Rückkehrintention (JoCoRi) als Outcomemaß einer Gruppentherapie bei Arbeitsplatzängsten. *DRV-Schriften*.
- Muschalla B, Heldmann M, Fay D (2013). The significance of job-anxiety in a working population. *Occupational Medicine*, 63, 415-421.
- Muschalla B, Linden M (2013). *Arbeitsplatzbezogene Ängste und Arbeitsplatzphobie. Phänomenologie, Differentialdiagnostik, Therapie, Sozialmedizin*. Stuttgart: Kohlhammer-Verlag.
- Muschalla B, Fay D, Linden M, Jöbges M (2015). Does a work-resource-oriented or a wellbeing-oriented group intervention lead to a changed work perception and higher return to work intention? A randomized controlled trial in a risk group of people with work-related anxieties. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, under review.
- Muschalla B, Fay D, Hoffmann K (2015). Entwicklung eines Inventars zur Erfassung arbeitsbezogener Copingfähigkeiten und Rückkehrintention (JoCoRi). *Diagnostica*, im Druck
- Muschalla B (2014). Arbeitsbezogene Ängste in Forschung und Praxis – Ein aktuelles Schnittstellenphänomen. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 58, 206-214. .