

Zahlen, Daten, Fakten

Inzwischen gibt es verschiedenste Studien in Bezug auf die Entwicklung von psychischen Erkrankungen. Laut einer Analyse des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) sind die psychischen Erkrankungen unverändert auf dem Vormarsch. Bundesweite Untersuchungen von Krankmeldungen von ca. 10 Million AOK-Versicherten zeigen:

- Zwischen 2004 und 2010 sind die Krankheitstage wegen Burnout um das 9-fache gestiegen.
- Die Fehlzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen sind seit 1999 um fast 80 Prozent gestiegen.
- Diese Ausfallzeiten sind fast doppelt so lange (ca. 23,4 Tage) wie der Durchschnitt der Fehlzeiten (11,6 Tage in 2010).
- Knapp 100.000 Menschen mit insgesamt 1,8 Millionen Fehltagen wurden demnach in 2010 wegen Burnout arbeitsunfähig geschrieben.
- Frauen sind beinahe doppelt so oft wegen Burnout arbeitsunfähig geschrieben als Männer.
- Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, von Burnout betroffen zu sein.
- Auffällig sind Menschen in helfenden Berufen wie Sozialpädagogen, Heimleiter, Lehrer etc.

Wichtig ist es, nicht nur die Belastungen im beruflichen und privaten Umfeld zu reduzieren, sondern gleichzeitig auch die individuellen Ressourcen zu fördern und einen anderen Umgang mit Belastungen zu erlernen.