

# „Stress und Unsicherheit lassen Menschen zur Flasche greifen“

Suchtberater Johannes Diekmann zu Fehltagen am Arbeitsplatz

WeserKurier 23.08.2013/S.8

Die Krankenkassen warnen: Immer mehr Menschen fehlen am Arbeitsplatz aufgrund von Suchtproblemen. Allein im vergangenen Jahr waren das 2,42 Millionen Fehltag. Beängstigende Ergebnisse, die der aktuelle Fehlzeiten-Report 2013 des Wissenschaftlichen Instituts der AOK zum Vorschein bringt. Über Ursachen für den rapiden Anstieg hat Julia Gypas mit dem Vorsitzenden der Bremischen Landesstelle für Suchtfragen, Johannes Diekmann, gesprochen.

## Überraschen Sie die Ergebnisse des Fehlzeiten-Reports?

**Johannes Diekmann:** Mich überraschen diese Zahlen ehrlich gesagt überhaupt nicht. Es kommt zu immer mehr Arbeitsverdichtung, Druck, Stress und Unsicherheit, auch im sozialen Umfeld. Diese Faktoren führen dazu, dass Menschen häufiger zur Flasche greifen. Aus dem Genuss wird Missbrauch und das endet dann in einem Suchtproblem.

## Es geht nicht nur um Alkohol. Es scheint auch einen Trend zu leistungssteigernden Aufputschmitteln zu geben.

Auf lange Sicht ist es schwieriger am Arbeitsplatz regelmäßig Alkohol zu konsumieren, als zum Beispiel Pillen. Bei der Medizinsucht spricht man ja auch von der heimlichen Sucht. Tabletten kann man jahrelang am Arbeitsplatz einnehmen, ohne dass die Kollegen bemerken, dass es sich dabei um ein Suchtverhalten handelt.

## Welche Gründe sehen Sie für diese Entwicklung?

Neben den Faktoren, die am Arbeitsplatz eine Rolle spielen, kommen noch soziale Aspekte hinzu. Unsere Gesellschaft wird immer anonym. Die Menschen fühlen nicht nur am Arbeitsplatz große Unsicherheit, sondern eben auch in ihrem privaten Umfeld. Für den Absturz in eine Sucht kommen immer viele Motive zusammen.

## Wo steht Bremen bei dieser Problematik?

Man kann nicht sagen, dass es in Bremen überproportional viele suchtkranke Men-

schen gibt. Generell gilt jedoch, dass es in Städten mit hoher Arbeitslosigkeit auch mehr Suchtkranke gibt.

## Wie schätzen Sie die Dunkelziffer bei diesem Problem ein? Sicherlich beziffern nicht alle Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen das wahre Problem.

Die schätze ich sehr hoch ein. Ich tippe, dass in dem Fehlzeiten-Report 2013 nur ein Bruchteil der Menschen erfasst ist, die aufgrund ihrer Sucht nicht zur Arbeit gehen konnten. Ein suchtkranker Mensch ist ja nicht scharf darauf, seinem Arzt zu sagen, warum er beispielsweise Magenschmerzen hat.

## Woran erkenne ich, dass ein Kollege möglicherweise solch ein Problem hat?

Es ist sehr, sehr schwierig das zu erkennen. Die Sucht ist eine Krankheit und die betroffenen Menschen tun alles dafür, damit ihr Problem nicht entdeckt wird. Stellt man jedoch fest, dass ein Kollege oft unruhig ist, sich nur

noch schwer konzentrieren kann und den Raum häufiger verlässt und dann ruhig zurück kommt, ist dies ein mögliches Indiz.

## Wie verhalte ich mich dann am besten?

Da gibt es nur eins: Den Kollegen direkt ansprechen. Was nicht einfach ist, aber das einzige, was dem Betroffenen hilft. Denn erst dann hat er die Chance zu begreifen, dass andere seine Sucht mitbekommen und im besten Fall beginnt er dann eine Auseinandersetzung mit sich und seinem Problem. Allerdings sollte man sich darüber im Klaren sein, dass der Betroffene seine Sucht erst einmal abstreiten wird. Mein Appell als Suchtberater ist dennoch: Immer wieder ansprechen.

**Zur Person: Johannes Diekmann (60)** ist Diplom-Psychologe und arbeitet seit 29 Jahren als Suchtberater. Er ist Vorsitzender der Bremischen Landesstelle für Suchtfragen (BRELS) und zudem für den Caritas-Landesverband Bremen tätig.



Johannes Diekmann, Experte für Suchtfragen. FOTO: VOLLAND