

„Psychologen und Ärzte Tür an Tür“

Interview mit Dipl.-Psych. Dr. med. Frieder Nau über psychische Erkrankungen und Beruf

Die menschliche Psyche leidet unter zunehmender Arbeitsbelastung, so der Tenor vieler Medienberichte. Ist das auch Ihre Einschätzung?

Zunächst einmal: Arbeit ist gesund. Viel schlimmer ist im Zweifel Arbeitslosigkeit. Aber Sie haben recht, „Psycho-Themen“ in Verbindung mit dem Job erhalten mittlerweile ziemlich große mediale Aufmerksamkeit. Das finde ich durchaus begrüßenswert, denn dadurch wird die Öffentlichkeit sensibilisiert. Auch wenn ich fachlich nicht immer allem zustimmen kann, was die Medien dazu verbreiten.

Sehen Sie eine Zunahme psychischer Erkrankungen, die durch den Job ausgelöst werden?

Statistisch gesehen leiden fünf Prozent der Bevölkerung an psychischen Erkrankungen. Der Auslöser ist jedoch selten nur ein einzelnes Problem. Eine hohe Belastung durch Arbeitsverdichtung ist allerdings schon sehr typisch für den Mittelstand und bei höheren Beamten, leitenden Angestellten und Selbständigen signifikant häufiger anzutreffen als bei anderen Berufsgruppen.

Ist es letztlich doch der Stress, der uns krank macht?

Es geht um das Beschwerdebild, eingebettet in die gesamtpsychologische Betrachtung des Einzelnen. Vorrangig sind drei Lebenswelten: das Erwerbsleben, die Familie und das soziale Umfeld sowie das Innere des Individuums; alles ist miteinander vernetzt. Im Eingangsgespräch versuchen wir, das Zusammenwirken und bestimmte Mechanismen aufzudecken. Ich

bin ein Verfechter der funktionalen Verhaltenstherapie und begeben mich nicht auf die Suche nach einem singulären Ereignis aus grauer Vorzeit.

Verfolgen die Kollegen in Ihrer Gemeinschaftspraxis denselben Ansatz?

Bereits seit 27 Jahren existiert unsere deutschlandweit einzigartige Praxisgemeinschaft hier in Köln, eben weil für mich die gleichzeitige Betrachtung des Patienten aus psychologischer und medizinischer Sicht besonders wichtig ist. Deshalb ist es ein Riesenvorteil, dass in unserem Team Psychologen und Ärzte Tür an Tür praktizieren.

Was machen Sie genau, um jemanden zu heilen?

Meist stellen wir ein ganzes Gefüge von Belastungen fest, die den Patienten fordern – nicht selten begleitet von körperlichen Beschwerden. Denken Sie nur an die „Volkskrankheit“ Rückenschmerz. Man muss als Therapeut allerdings sehr umsichtig sein, um das sehr komplexe Geschehen zu verstehen. Das ist wie ein eng ineinander verwobenes Wollknäuel aus diversen Fäden, deren Enden man finden muss. Für eine erfolgreiche Therapie ist das jedoch die Voraussetzung. Dabei gibt es keine Allgemeinplätze, jedes Rezept gestaltet sich individuell anders. Ziel ist, gemeinsam mit dem Patienten die passende Ordnung wiederzufinden.

Und wie geht es nach der Therapie weiter? Die meisten Erwerbstätigen können sich ja nicht mal eben ein oder zwei Jahre Auszeit nehmen.

Die Wiedereingliederung ins Berufsleben muss sehr sorgfältig und behutsam erfolgen. Was vielfach nicht wahrgenommen wird: Die psychosomatische Rehabilitation dauert viel länger als eine medizinische oder orthopädische. Ich bin ja auch ein Stück weit Anwalt meiner Patienten und besuche in manchen Fällen die Betriebe, wenn das dem Zweck dient, dass jemand wieder in Arbeit kommt. Oft finden wir gemeinsam mit den dortigen Betriebsärzten Möglichkeiten, die Belastungen zu reduzieren. In anderen Fällen muss ein vorzeitiges Berufsende eingeleitet werden. ▲▲

► www.praxis-nau.de

Gemeinschaftspraxis Dr. Nau

Dipl. Psych. Dr. med. Frieder Nau & Kollegen betreiben eine Gemeinschaftspraxis im Richmodis-Haus direkt am Kölner Neumarkt. Sie umfasst 1.100 Quadratmeter auf zwei Stockwerken. Seit mehr als 27 Jahren werden hier von mittlerweile 30 Ärzten diagnostische, therapeutische und gutachtliche Leistungen erbracht. Zum Team zählen sowohl psychologische Psychotherapeuten als auch Ärzte.

» Meist stellen wir ein ganzes Gefüge von Belastungen fest, die den Patienten fordern – nicht selten begleitet von körperlichen Beschwerden.



Dr. Frieder Nau mit seinem Praxis-Team.