

Mit Adipositas arbeiten

REPORT DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG IN DEUTSCHLAND

Dieser Bericht wurde gemeinsam von Novo Nordisk und ADC erarbeitet

09-10-2023



Inhalt

1.	Einleitung	S. 4
2.	Mit Adipositas arbeiten – Ergebnisse der anthropologischen Untersuchung	S. 6
3.	Bericht aus dem Workshop mit Patientenorganisationen	S. 28
4.	Wichtige Erkenntnisse und sich daraus ergebende Fragestellungen	S. 31

1. EINLEITUNG

Adipositas ist eine anerkannte chronische Erkrankung, von der immer mehr Menschen auf der ganzen Welt betroffen sind. Dennoch herrscht in breiten Teilen der Gesellschaft nach wie vor das Vorurteil, Adipositas sei eine „Lifestyle-Krankheit“ und das Übergewicht allein selbstverschuldet und durch entsprechende Disziplin von jedem einzelnen Menschen selbst in den Griff zu bekommen.

Mit der vorliegenden **anthropologischen Untersuchung und dem Dialog darüber** möchten wir dazu beitragen, diesem Narrativ entgegenzuwirken: **weg von einem individuellen Problem hin zu einem gesellschaftlichen Thema, das uns alle in die Verantwortung nimmt**. Um diese Veränderung herbeizuführen, ist ein umfassendes Verständnis darüber, wie vielschichtig Adipositas ist, unerlässlich.

Aus diesem Grund hat **Novo Nordisk insgesamt fünf nationale anthropologische Studien in Deutschland, Frankreich, Brasilien, Kanada und Japan durchgeführt**. Darauf aufbauend sind Symposien in jedem Land sowie ein zusammenführender globaler Summit geplant. Ziel ist es, für die komplexen Herausforderungen mit Adipositas zu sensibilisieren. Dazu wird auf jeweils ein gesellschaftlich und politisch wichtiges Thema in dem jeweiligen Land fokussiert (z. B. Arbeit/Fachkräftemangel, Minderheiten, Mutterschaft, etc.). Die Veranstaltungen bringen einflussreiche Interessengruppen aus allen Teilen der Gesellschaft zusammen, um gemeinsam an Möglichkeiten zu arbeiten, damit Menschen mit Adipositas auch langfristig am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.

Der vorliegende Bericht fasst die Erkenntnisse der in Deutschland durchgeführten anthropologischen Studie zusammen. Mit Blick auf den demographischen Wandel und den Fachkräftemangel untersucht sie die **Schnittstelle zwischen Adipositas und dem Arbeitsleben im fortgeschrittenen Alter**. Damit sollen tiefere Einblicke in die Herausforderungen älterer Menschen mit Adipositas gewonnen werden, die noch im Arbeitsleben stehen oder aufgrund ihrer Erkrankung früher aus dem Arbeitsleben ausscheiden mussten.

Die Studie umfasst **neun ethnografische Interviews mit Menschen mit Adipositas aus dem Großraum Frankfurt/Main**, die mindestens eine mit Adipositas in Zusammenhang stehende Komorbidität aufwiesen. Diese neueste Untersuchung ergänzt die elf ethnografischen Interviews, die bereits 2019 in Berlin und Frankfurt/Oder mit Menschen mit Adipositas und/oder Typ-2-Diabetes durchgeführt worden waren und baut darauf auf. Im Zentrum stand jeweils die Frage: „Wie gestaltet sich das Leben mit Adipositas in den fortgeschrittenen Phasen des Arbeitslebens in Deutschland in der Realität?“

Diese persönlichen Einblicke der Gesprächspartner:innen bilden eine zentrale Basis für uns, die Komplexität der Erkrankung und die Herausforderungen im Leben und Arbeiten mit Adipositas besser zu verstehen und so befähigt zu sein, Lösungswege für und mit den Betroffenen zu entwickeln.

1. EINLEITUNG

Menschen mit Adipositas haben ein erhöhtes Risiko für weitere chronische Erkrankungen, wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Krebs, Leber- und Nierenerkrankungen oder Arthrose. Der kontinuierliche Anstieg von Adipositas stellt nicht nur für jede/n Einzelne/n eine große Belastung dar, sondern ist auch **für die öffentliche Gesundheit eine immense Herausforderung**, u.a. durch höhere Ausgaben für die Gesundheitsversorgung sowie mehr Fehlzeiten am Arbeitsplatz.

Trotz der offensichtlichen körperlichen und psychologischen Einschränkungen, die Adipositas mit sich bringt, ist es nach wie vor schwierig für die Betroffenen, ihre Sorgen und Probleme am Arbeitsplatz offen zu thematisieren und Hilfe zu suchen.

Nicht zuletzt im Arbeitsumfeld werden Adipositas und chronische Erkrankungen generell weitgehend als Privatangelegenheit betrachtet, über die man nicht oder nur ungern spricht. Zum Teil sind sie sogar ein Tabuthema. Diese Haltung führt dazu, dass **Arbeiten mit Adipositas und die damit verbundenen Herausforderungen zu einem Tabu werden**. Sie werden für die Betroffenen zu einer enormen Aufgabe, die sie alleine bewältigen müssen – und das, obwohl sie doch große Anteile ihrer (Lebens-)Zeit am Arbeitsplatz und mit anderen Menschen verbringen.

Älterwerden bringt häufig gesundheitliche Herausforderungen mit sich. Adipositas ist zunehmend eine davon, die neben den körperlichen Einschränkungen auch die Angst verstärkt, nicht mehr vollumfänglich leistungsfähig zu sein. Wir definieren uns sehr stark über unsere Leistungsfähigkeit und unsere erfolgreiche Teilhabe am Arbeitsleben, eine Haltung, die insbesondere in Deutschland sehr ausgeprägt ist. **Der Erhalt der Arbeitsfähigkeit von Menschen mit Adipositas erfordert gerade mit zunehmendem Alter einen mehrdimensionalen Ansatz – sowohl auf individueller als auch auf gesellschaftlicher Ebene.**

Ein erster wichtiger Schritt muss sein, miteinander ins Gespräch zu treten. Indem wir den Dialog fördern und für gesellschaftliche Verantwortung eintreten, wollen wir Entscheidungsträger befähigen, auf den bereits vorhandenen Präventions- und Behandlungsmaßnahmen für Menschen mit Adipositas am Arbeitsplatz aufzubauen, diese gegebenenfalls zu verbessern und/oder gemeinsam neue wirksame(re) Maßnahmen zu entwickeln.

Vor diesem Hintergrund freuen wir uns, bei der Veranstaltung „Mit Adipositas arbeiten“ die Fragestellung „Individuelle Last oder gemeinschaftliche Aufgabe?“ mit Ihnen aus unterschiedlichen Perspektiven zu diskutieren und erste Lösungsansätze zu entwickeln.

Die zentrale Frage

Wie gestaltet sich in Deutschland das **Arbeiten mit Adipositas**, gerade in den **fortgeschrittenen Phasen** des **Arbeitslebens** ?

Was passiert, wenn Adipositas ins Spiel kommt?

Was passiert, wenn man älter wird?

Was kennzeichnet den Wert von Arbeit?

Wichtige Einblicke aus der anthropologischen Untersuchung

- 1 Nicht zu arbeiten ist kein Traum, nicht arbeiten zu können ist ein Albtraum
- 2 Eine sinnvolle Arbeit ermöglicht ein sinnvolles und würdiges Leben
- 3 Älterwerden stellt ein Risiko bei der Arbeit dar – und deshalb auch im Leben
- 4 Im Arbeitsleben ist Adipositas deplatziert – und deshalb tabu
- 5 Die Tabuisierung von Adipositas reicht in andere Bereiche des Lebens hinein
- 6 Die hiesige Arbeitskultur ermöglicht keine Bewältigung chronischer Krankheiten, auch nicht von Adipositas

Was kennzeichnet den Wert von Arbeit?

- 1 Nicht zu arbeiten ist kein Traum, nicht arbeiten zu können ist ein Albtraum
- 2 Eine sinnvolle Arbeit ermöglicht ein sinnvolles und würdiges Leben
- 3 Älterwerden stellt ein Risiko bei der Arbeit dar – und deshalb auch im Leben
- 4 Im Arbeitsleben ist Adipositas deplatziert – und deshalb tabu
- 5 Die Tabuisierung von Adipositas reicht in andere Bereiche des Lebens hinein
- 6 Die hiesige Arbeitskultur ermöglicht keine Bewältigung chronischer Krankheiten, auch nicht von Adipositas

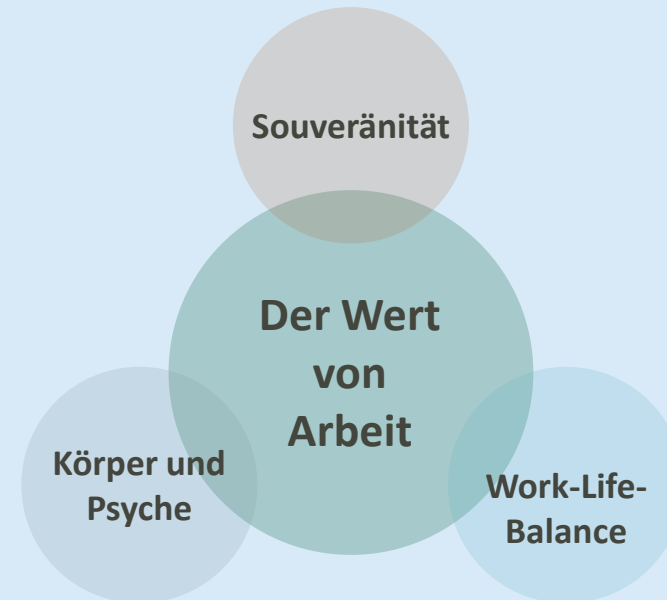
1

Nicht zu arbeiten ist
kein Traum – nicht
arbeiten zu können ist
ein Albtraum

*Meine Arbeitsstelle verlassen zu
müssen war brutal – einfach brutal*

Michael – der Inneneinrichter

Unser Arbeits-Begriff setzt sich aus
drei Grundwerten zusammen, die auch
ein gutes Leben kennzeichnen



2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG

Das Konzept der Souveränität

In Deutschland definieren wir uns stark über unsere Arbeit. Dabei setzt sich unser Arbeitsbegriff aus verschiedenen Aspekten zusammen.

1. Souveränität: Die Fähigkeit, etwas selbstständig tun zu können, indem man seine Kompetenzen sinnvoll einsetzt, sodass ein Gefühl von Sinnhaftigkeit und Wertschätzung entsteht. Dabei kann die Wertschätzung nicht nur für eine bezahlte Tätigkeit entgegengebracht werden, sondern auch für andere, etwa ehrenamtliche Tätigkeiten. Souveränität beinhaltet auch die Unabhängigkeit etwa wirtschaftlicher Art, die daraus entsteht. Sie definiert unser Selbstwertgefühl, ermöglicht Zufriedenheit, und gesellschaftliche Anerkennung.

2. Souveränität setzt Disziplin, Struktur und Grenzen voraus: Wir benötigen Ehrgeiz und Disziplin, um zu lernen, uns weiterzubilden und auch um in Krisen leistungsfähig zu bleiben. Dabei helfen uns auch Struktur und eine feste Routine. Klare Grenzen, wie etwa der örtlich definierte Arbeitsplatz, geregelte Arbeitszeiten oder Arbeitskleidung und Titel sind Elemente, die uns Struktur geben.

Einklang von Körper und Psyche

Jede Arbeit erfordert eine Leistung von Körper und Psyche: In der postindustriellen Gesellschaft verlangt jede noch so manuelle Tätigkeit die Fähigkeit, zu denken. Rein manuelle Aufgaben werden mittlerweile häufig von Maschinen erledigt. Aber auch Büroarbeit erfordert ein gewisses Maß an körperlicher Einsatzbereitschaft. So erfordert sie etwa, dass man auf unbequemen Stühlen still sitzt, Bewegungen wiederholt ausführt, selbst wenn man nur am Schreibtisch sitzt, oder dass man sich in einem guten körperlichen Zustand als fit und kompetent z. B. in Besprechungen präsentiert.

In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist. Nicht körperlich aktiv zu sein schadet der kognitiven Leistungsfähigkeit: Körperliche Fitness und regelmäßige Aktivität sind Voraussetzungen für körperliche und psychische Belastbarkeit sowie für kognitive Fähigkeiten, von Merkfähigkeit bis zu Problemlösungskompetenzen. Es geht also darum, Körper und Psyche langfristig fit und aktiv zu halten.

Das Konzept der Balance

Balance ist der Schlüssel zu einem erfüllenden Leben mit Arbeit: Arbeit bedeutet Anstrengung, wir investieren unsere körperliche und / oder geistige Arbeitskraft und erhalten dafür eine Gegenleistung. Die Gegenleistung besteht aus einem Komplex aus Lohn, also wirtschaftlicher Sicherheit, Anerkennung und Wertschätzung und einem Anteil am gesellschaftlichen Leben. Dabei gilt es die Balance zwischen Arbeit und arbeitsfreier Freizeit zu wahren und Pausen und auch längere Auszeiten zur Regeneration einzuhalten, sonst drohen Erschöpfung, Stress und Burn Out. Jedem ist klar, dass es um „Geben und Nehmen“ geht – und zwar in beide Richtungen. Man gibt dem Arbeitgeber etwas und erhält eine Gegenleistung. Zu viel von etwas ist schlecht – „Die Dosis macht das Gift“.

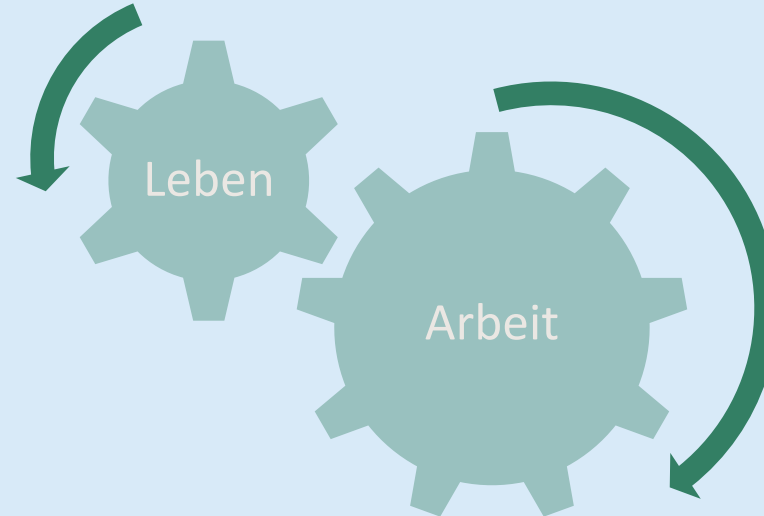
Realistische Erwartungen & Pausen: Heutzutage zieht sich unser Erwerbsleben durchschnittlich über mehrere Jahrzehnte. Es gilt also selbst als gesunder Mensch mit seinen Kräften zu haushalten, und sowohl das Leben mit der Arbeit als auch das Leben außerhalb der Arbeit mit realistischen Erwartungen anzugehen, seinen Ehrgeiz zu zügeln und gegenüber zu hohen Erwartungen Grenzen zu ziehen.

2

Eine sinnvolle Arbeit ermöglicht ein würdiges und sinnvolles Leben

Es dreht sich alles ums Geben und Nehmen. Dort muss man die Balance finden.

Sakir – der Systemingenieur



2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG

Eine sinnvolle Arbeit ermöglicht ein würdiges und sinnvolles Leben

- Eine sinnvolle Arbeit ist Bestandteil eines als erfüllt wahrgenommenen Lebens
- Die Freiheit im Leben ergibt sich aus der Sinnhaftigkeit, der Erwartung nachzukommen, nützlich zu sein
- Die Herstellung der Balance von Arbeit und Privatleben erfordert immer wieder die Aushandlung der jeweiligen Ansprüche und Erwartungen sowie das Setzen von Grenzen. Die Privatperson und die berufliche Person sind voneinander getrennt und gleichzeitig ermöglichen sich beide.

Paradoxe Verflechtung: Die berufliche Erfüllung durch die Arbeit ermöglicht ein sinnvolles Privatleben und umgekehrt. Die beiden Bereiche scheinen sich oft diametral gegenüberzustehen und bedingen sich doch gegenseitig.

Leben und Arbeit sind miteinander verflochten

- Zu viel Arbeit vermindert die Lebensqualität außerhalb der Arbeit.
- Wenn die Arbeit nicht sinnvoll genug ist, muss man den Sinn außerhalb der Arbeit finden.
- Der Wert der Arbeit ist der Wert des Lebens, nicht arbeiten zu können bedeutet kein würdiges Leben führen zu können
- Die außerhalb der Arbeit verbrachte Zeit hat einen Wert, der von dem bei der Arbeit geschaffenen Wert getrennt ist, aber dadurch ermöglicht wird

Arbeit und Privatleben ermöglichen sich nur dann gegenseitig, wenn sie voneinander getrennt sind

- Der berufliche und der private Bereich bleiben am besten klar voneinander getrennt. Bei manchen Menschen geht dies im äußersten Fall sogar so weit, dass sie nichts Privates am Arbeitsplatz preisgeben.
- Manche Beziehungen und Gespräche am Arbeitsplatz können ungezwungen und persönlich sein, doch reichen nur wenige davon über den Arbeitsplatz hinaus
- Kolleg:innen und Mitarbeiter:innen können Menschen sein, denen man zugeneigt ist und zu denen man eine freundschaftliche Beziehung hat – aber sie sind keine persönlichen Freunde.

2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG

Ein sinnvolles Leben entsteht durch den Sinn, der durch die Arbeit geschaffen wird

Arbeiten schafft Sinn, aber die Arbeit muss auch sinnvoll sein. Dabei entsteht der Sinn durch folgende Zutaten:

- Wertschöpfung, Erfüllung von Aufgaben, Produktivität – sich nicht nützlich zu fühlen ist die schlechteste Art zu leben.
- Anstrengungen des Körpers und der Psyche – körperlich präsent zu sein und die Kompetenz der Erfahrung und der „guten Denkweise“ einzubringen.

Wenn die bezahlte Tätigkeit diesen Sinn nicht bietet, erschaffen Menschen sie anderswo, etwa in ehrenamtlichen Tätigkeiten, in persönlichen Beziehungen, in der Kirche, in der Familie.

Freiheit im Leben beruht auf der Möglichkeit arbeiten zu können

Droht der Verlust des Arbeitsplatzes oder auch nur Teilen der Leistungsfähigkeit, ist nicht zu arbeiten kein Traum mehr, und ergo auch nicht mit dem Gefühl der Freiheit verbunden, sondern mit dem Gefühl des Verlustes und des Ausgeschlossenwerdens. Zugleich droht der Verlust der damit verbundenen Sinnhaftigkeit.

Freiheit im Leben ergibt sich aus der Erwartung, nützlich zu sein – zu arbeiten. Die mit dem Privatleben oder mit dem Leben im Ruhestand verbundene Freiheit ist nur dann wirklich frei, wenn sie von der Pflicht, nützlich zu sein oder aktiv zu arbeiten, ermöglicht wird.

Der Wert der Arbeit wird mit dem Wert des Lebens gleichgesetzt. Nicht arbeiten zu können bedeutet in der Folge kein würdiges Leben leben zu können.

Bei der Herstellung der Balance von Arbeit und Leben agieren Privatperson und berufstätige Person voneinander getrennt – und ermöglichen sich gegenseitig

Manche Menschen halten ihr Privatleben ganz für sich und von ihrer Arbeit und ihrem Arbeitsplatz getrennt. Andere teilen auch eher private Angelegenheiten an ihrem Arbeitsplatz und mit ihren Kolleg:innen. Allerdings werden die beiden Bereiche – Privates und Berufliches – weitestgehend getrennt gehalten.

Die Gesprächspartner:innen betonen, dass es nicht leicht ist Berufliches und Privates zu trennen und sicherzustellen, dass die beiden Bereiche nicht kollidieren und zu stark überlappen. Tun sie es doch, wirkt es belastend und verunsichernd.

Doch auch der Verlust von Arbeit ist belastend, es sei denn, er wird als „wohl verdienter Ruhestand“ eingestuft. Ist das nicht der Fall, wird der Verlust als brutal und beschämend wahrgenommen und führt zu Entfremdung, Depression und zum Verlust des Selbstwerts.

Was passiert, wenn man älter wird?

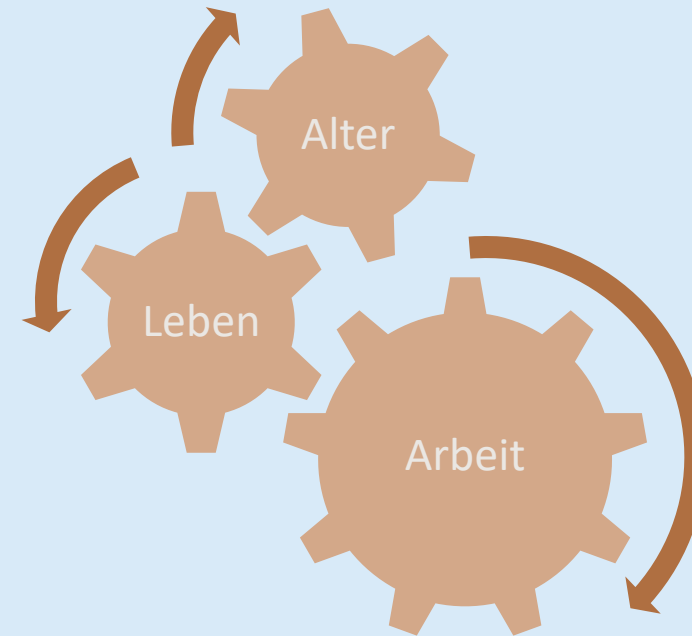
- 1 Nicht zu arbeiten ist kein Traum, nicht arbeiten zu können ist ein Albtraum
- 2 Eine sinnvolle Arbeit ermöglicht ein sinnvolles und würdiges Leben
- 3 Älterwerden stellt ein Risiko bei der Arbeit dar – und deshalb auch im Leben
- 4 Im Arbeitsleben ist Adipositas deplatziert – und deshalb tabu
- 5 Die Tabuisierung von Adipositas reicht in andere Bereiche des Lebens hinein
- 6 Die hiesige Arbeitskultur ermöglicht keine Bewältigung chronischer Krankheiten, auch nicht von Adipositas

3

Älterwerden stellt ein Risiko bei der Arbeit dar – und deshalb auch im Leben

Meine Gesundheit könnte mich in eine schwache Position versetzen, was Verhandlungen um meinen Arbeitsplatz angeht, da man anfängt, mich als weniger wertvollen Mitarbeiter zu sehen

Matthias – der Einkäufer



2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG



Seinen
Wert bei
der Arbeit
erhalten

Altern ist das sichere Ergebnis jeden Lebens – und nährt die Sorge, nicht mehr nützlich zu sein.

Die Vorstellung altersbedingter Gesundheitsprobleme nährt die Sorge, nicht mehr arbeiten zu können. Arbeitslos zu sein, wird dann als beschämend wahrgenommen, Ruhestand kann zu Entfremdung führen und „brutal“ sein und ist nur dann nicht mit einem Stigma behaftet, wenn der Ruhestand „wohl verdient“ ist.

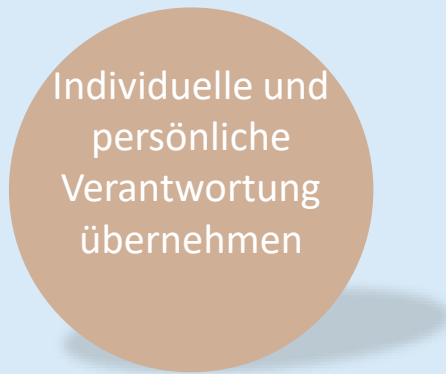
Eine Verringerung der Leistung aufgrund altersbedingter Gesundheitsprobleme ist nicht nur in Bezug auf die Erhaltung des eigenen Wertes am Arbeitsplatz problematisch, sondern stellt – wegen der engen Verbindung von Arbeitsfähigkeit und Lebenssinn – ein Risiko für das allgemeine Wohlbefinden und das Selbstwertgefühl dar.

Älterwerden und die damit einhergehenden Einbußen der eigenen Leistungsfähigkeit werden in der Folge als Risiko wahrgenommen, das man zu minimieren sucht, und zwar möglichst unbemerkt.

Mit einer offensiv kommunizierten realistischen Einschätzung der eigenen Fähigkeiten mit zunehmendem Alter und entsprechender Unterstützung kann der Wert für den Arbeitgeber in gewissem Maße gewahrt oder verlagert werden.

Der Verlust der Muskelkraft etwa kann mit Erfahrung, Gelassenheit und geistiger Gewandtheit kompensiert werden.

2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG

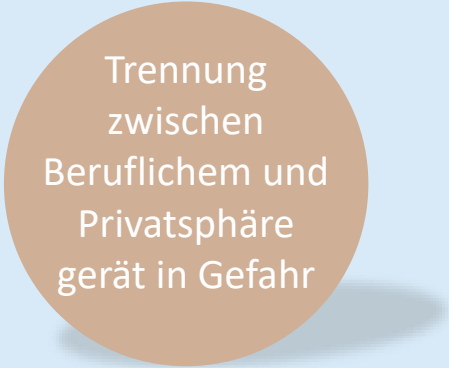


Für einen Menschen, dessen Körper nicht funktioniert, sind alle Tätigkeiten körperlich

Maßnahmen zur Verringerung der altersbedingten Gesundheitsverschlechterung werden häufig als rein persönliche Verantwortung gesehen. Dies gilt auch für den Einkommensverlust als natürliches Ergebnis der verringerten Anstrengungen. Die Fähigkeit, uneingeschränkt und dauerhaft souverän agieren zu können, werden ebenso wie die Erhaltung der Gesundheit als persönliche Verantwortung wahrgenommen

Das zunehmende Alter der arbeitenden Bevölkerung zusammen mit der rasanten technologischen Entwicklung stellt zwei Dimensionen der Modernisierung dar, die auf den ersten Blick nicht gut zusammen zu funktionieren scheinen:

- Die technologische Entwicklung mag vielleicht den Bedarf an schwerster Körperarbeit beseitigen und Wege verbessern, um die schwierigsten Tätigkeiten von Maschinen und Robotern erledigen zu lassen
- Jedoch führt die technologische Entwicklung auch Komplexität mit mehr Systemen, Modellen, Optionen und Anpassungen an Kundenanforderungen ein, die der Arbeitende kennen und mit denen er umgehen können muss
- Die technologische Entwicklung verlangt Schnelligkeit und Produktivität und ermöglicht globale Präsenz
- Zwar mag der Bedarf an körperlichen Fähigkeiten abnehmen, doch gilt dies auch für die Arbeitsfähigkeit der alternden Arbeitskräfte, selbst in Funktionen, bei denen man still sitzt



Trennung
zwischen
Beruflichem und
Privatsphäre
gerät in Gefahr

Mit dem Einzug von Gesundheitsproblemen in das Arbeitsleben, verwischt die Grenze zwischen Privatem und Beruflichen

Die Unterscheidung von Beruflichem und Privatem, die sich in der Unterscheidung von Arbeit und Privatleben widerspiegelt, wird bei Fragen der Gesundheit und Krankheit gerne betont – es gehe Vorgesetzte nichts an, wie sich die Gesundheit auf die Arbeitsfähigkeit einer Person auswirkt.

Leben und Arbeit sind miteinander verknüpft – aber es wird auch klar zwischen privaten und beruflichen Angelegenheiten unterschieden. Gesundheitsfragen sind ein heikles Thema, da hier Teile der Privatsphäre in die Beziehung zum Arbeitsplatz / zu Vorgesetzten Einzug halten.

Was passiert, wenn Adipositas ins Spiel kommt?

- 1 Nicht zu arbeiten ist kein Traum, nicht arbeiten zu können ist ein Albtraum
- 2 Eine sinnvolle Arbeit ermöglicht ein sinnvolles und würdiges Leben
- 3 Älterwerden stellt ein Risiko bei der Arbeit dar – und deshalb auch im Leben
- 4 Im Arbeitsleben ist Adipositas deplatziert – und deshalb tabu
- 5 Die Tabuisierung von Adipositas reicht in andere Bereiche des Lebens hinein
- 6 Die hiesige Arbeitskultur ermöglicht keine Bewältigung chronischer Krankheiten, auch nicht von Adipositas

4

Im Arbeitsleben ist Adipositas deplatziert – und deshalb tabu

Es ist sehr privat – es ist nichts, das ich erwähne, gegenüber niemandem. Nicht gegenüber meinem Arzt, noch nicht einmal gegenüber meinem Mann.

Elif – die Schulbegleiterin

Ich kann nur abnehmen, wenn ich mein gesamtes Wissen und Können und meine ganze Hartnäckigkeit einbringe – wenn mir das bei der Arbeit gelingt

Souveränität

Der Wert von Arbeit

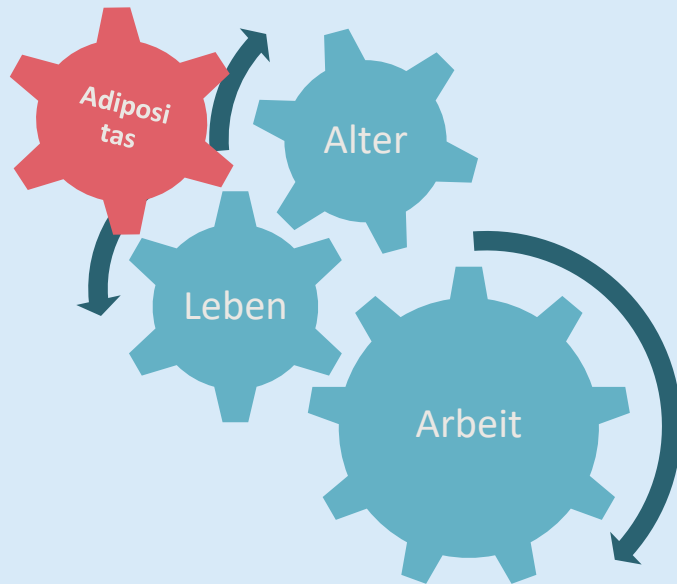
Körper und Psyche

Disziplin

Der Geist ist willig, aber das Fleisch ist schwach

Ich mache eine Diät, wenn ich aus meiner Auszeit zurückkomme – dann esse ich nur noch Suppe

2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG



Adipositas steht im Volksmund oft für Maßlosigkeit, Undisziplinertheit und Dysbalance – und damit dem Gegenteil von unserem Arbeitsethos, das auf Disziplin, Balance, Regeln und Struktur basiert.

Gerade im Arbeitsumfeld wird Adipositas dadurch zu einer „persona non grata“, sie wirkt doppelt deplatziert und produziert Schamgefühle bei den Betroffenen und Stigmatisierung durch das Umfeld, das keine Sprache und kein Verhalten für den Umgang mit Adipositas zu Verfügung hat. Im schlimmsten Fall führt das zu einer Tabuisierung und damit zur Isolierung der Betroffenen.

- Im Arbeitsumfeld werden wir diszipliniert durch, häufig vertraglich festgelegte, Regeln und Strukturen. Gerade an Struktur, der Fähigkeit, Grenzen zu ziehen, Maß zu halten und diszipliniert zu essen und sich zu bewegen mangelt es adipösen Menschen, so das Vorurteil. In der Folge wird Menschen mit Adipositas etwa weniger Leistung zugetraut.
- Am Arbeitsplatz kann man über Schmerzen – im Körper und in der Seele – sprechen, aber nur getrennt voneinander
- Gewichtsbedingte Probleme werden entweder als Behinderung behandelt – oder als Privatangelegenheit

2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG

Struktur, Disziplin und Ehrgeiz sind gut für die Gewichtskontrolle

Viele der Gesprächspartner:innen bezeichnen die Covid-Pandemie als Katastrophe für ihren Gesundheitszustand. Die Zeit, in denen Struktur, Routinen und durch das Home-Office klare Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit fehlten, hat unser Bewusstsein dafür geschärft, wie wichtig diese für einen gesunden Lebenswandel sind. Gewichtszunahme, Essstörungen, Bewegungsmangel und psychische Erkrankungen nahmen zu.

Wir verwenden sehr ähnliche moralische Werte für Leistungen und Bewertungen im Arbeitsumfeld, wie im Gesundheits- und insbesondere im Bereich der sogenannten Lebensstil-Erkrankungen wie Adipositas, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Eine große Rolle spielt in beiden Kontexten unser Verhältnis zu Leistung, zu Disziplin und unsere Fähigkeit, Grenzen zu setzen und Regeln anzuerkennen.

Ein Gespräch über Adipositas ist in der Umgebung des Arbeitsplatzes nicht möglich

Am Arbeitsplatz muss man sich scheinbar mit zwei verschiedenen Arten von Gesundheitsproblemen befassen:

- Körperliche – diese erfordern etwa Schmerzlinderung, z. B. durch einen besseren Stuhl – oder eine Reha
- Mentale– diese erfordern etwa psychologische Behandlungen, wie Verhaltenstherapie oder Stressmanagement – oder eine Reha

Die Lösungsansätze für Gesundheitsprobleme am Arbeitsplatz bleiben bisher weitgehend „mechanisch“, der auf die schnelle Reparatur des nicht richtig funktionierenden Körperteils ausgerichtet ist. Dieser Ansatz lässt wenig Raum für Gespräche über multikausale oder chronische Erkrankungen, die nicht ausschließlich als körperliche oder ausschließlich als psychische Angelegenheit betrachtet werden können.

Für Betroffene ist Adipositas eindeutig eine Sache von sowohl Körper als auch Psyche – und sie finden dafür aktuell weder Ansprechpartner:innen noch Unterstützungsangebote.

Können Probleme eingeordnet werden, können sie in Angriff genommen werden – Gewicht lässt sich jedoch nicht einordnen

Manche Betroffene konnten erfahren, dass es am Arbeitsplatz tatsächlich Unterstützungen für einzelne gewichts- und gesundheitsbedingte Probleme gibt. Möglicherweise kann man einen bequemeren Stuhl bekommen, wenn man unter Rückenschmerzen leidet und bereit ist, diese als körperliche Behinderung einzustufen – dann ist der Arbeitgeber bereit, dafür zu zahlen.

Wenn diese Bedürfnisse aber außerhalb der Norm sind oder über die im Leistungskatalog definierten Leistungen hinausgehen, wird es sehr schwierig.

Daher behalten die meisten Menschen diese lieber für sich und verringern die Probleme selbst und auf eigene Kosten, indem sie ihre Arbeitsweise so anpassen, dass schwierige Situationen vermieden werden. Sie arbeiten mehr bei gleichem Lohn, oder Teilzeit und verdienen weniger, sie wechseln in einen machbaren Arbeitsplatz auch wenn sie dort weniger verdienen.

5

Das Tabu reicht in andere Bereiche des Lebens hinein

Es ist sehr privat – es ist nichts, das ich erwähne, gegenüber niemandem. Nicht gegenüber meinem Arzt, noch nicht einmal gegenüber meinem Mann.

Elif – die Schulbegleiterin

2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG

Genau wie Arbeitslosigkeit stellt Adipositas eine Herausforderung für das Selbstwertgefühl dar. Sie impliziert selbstverschuldete Einschränkungen hinsichtlich der Teilhabe am Arbeitsleben.

Das Stigma von Adipositas liegt nicht am Gewicht selbst, sondern am scheinbaren Unvermögen des Betroffenen, sein Leben gemäß den gesellschaftlichen Werten zu meistern.

Dadurch gerät ein „Gespräch“ über Adipositas leicht zu einem „Gespräch“ über die (Nicht-)Bewältigung des Lebens. Dieses Tabu reicht leicht in andere Bereiche des Lebens hinein:

- Die Kommunikation mit dem Arzt/Ärztin
- Die Kommunikation und Beziehungen mit Freunden und der Familie
- Für manche sogar in die Liebesbeziehung

In der Patient:in-Ärzt:in-Beziehung dreht sich das Gespräch darum, was im Körper gemessen und angepasst werden kann.

Gespräche über Blutuntersuchungen, Operationen oder Behandlungen werden aber von den Betroffenen als allzu vereinfacht erlebt und vermitteln den Eindruck, dass das eigentliche Problem nicht wirklich erfasst oder verstanden wird. Es scheint Ärzt:Innen schwer zu fallen, auf die Komplexität von Körper und Psyche in Bezug auf Emotionen, Disziplin, Gewohnheiten usw. einzugehen.

Menschen, denen es schwer fällt, über ihre psychischen Problemen zu sprechen, sind darauf angewiesen, dass ihre Ärzte diese Themen ansprechen und einen geschützten Raum für ein Gespräch darüber sowie im besten Falle auch Hilfsangebote anbieten können.

In der Familie oder unter Freunden zögern Menschen eher, das Thema Gewicht anzusprechen, wenn ihr Gesprächspartner nicht selbst mit dem Gewicht zu kämpfen hat.

Häufig wurde in der Vergangenheit die Erfahrung gemacht, dass schlanke Freund:innen oder Familienmitglieder wenig Verständnis für die Nöte und Komplexität des Themas aufbringen können, da sie sich nicht ausreichend in die Situation einfühlen können.

Für manche Menschen ist es sogar schwierig, das Thema gegenüber dem (Ehe-)Partner oder der (Ehe-)Partnerin anzusprechen.

6

Die hiesige Arbeitskultur ermöglicht nicht die Bewältigung chronischer Krankheiten

Ich habe wegen meiner Arbeit zu viel zugenommen – aber das geht sie nichts an

Daniel – der IT-Sicherheitsmanager

2. MIT ADIPOSITAS ARBEITEN – ERGEBNISSE DER ANTHROPOLOGISCHEN UNTERSUCHUNG

In unseren Leistungsangeboten für Krankheiten wird die Tatsache, dass chronische Krankheiten nicht heilbar sind, sondern im Alltag bewältigt werden müssen, keine Berücksichtigung.

In unserem bestehenden Gesundheitssystem ist für Adipositas und für die davon betroffenen Menschen kaum Platz. Sie müssen ihre Krankheit selbst bewältigen und erleben, dass es kaum Unterstützung gibt, um ihren Körper und ihre Psyche mit Adipositas zu stabilisieren, um so einen Alltag inklusive Arbeit leben zu können.

Die Betroffenen beginnen, die Herausforderung von Adipositas mit den Herausforderungen der Arbeit und mit der herrschenden Arbeitsmoral gleichzusetzen: Sich zu disziplinieren, sich selbstständig eine „neue Lebensstruktur“ zu geben und das Problem woanders „beheben“ zu lassen.

Paradoxe Beziehung

Die Leistungen des Gesundheitssystems sind so gut für die Behandlung von Krankheiten, dass sie tatsächlich schlecht für die Behandlung **chronischer** Krankheiten sind.

Die Grundidee des Gesundheitssystems besteht darin, dass es Menschen darin unterstützt, ihren Alltag zu verlassen (z. B. Reha), um gesund zu werden. Genau diese Vorstellung macht das Management chronischer Krankheiten schwierig, da diese nicht außerhalb des Alltags geheilt werden können. Die Betroffenen müssen im Alltag damit leben und ihre Krankheit dauerhaft bewältigen. Dafür benötigen sie ebenso dauerhafte Unterstützungsangebote und ein angepasstes Erwartungsverhalten.



Wie können wir **gute, hilfreiche, konstruktive, wertschätzende Gespräche über Adipositas ermöglichen?**

Ein tieferes Verständnis legt die Komplexität offen

– und komplexe Probleme lassen sich schwer mit einfachen Lösungen beheben

In unserer moralisch geprägten Leistungsgesellschaft gilt Übergewicht als Zeichen, dass...

die Betroffenen nicht die nötige, Disziplin und Leistungsbereitschaft aufbringen, um ihr Gewicht kontrollieren zu können. Das hat zur Folge, dass diesen Menschen weniger zugetraut wird, die Nichterfüllung mit Scham und sozialem Ausschluss belegt wird, und das Thema gerade aber bei weitem nicht nur im Arbeitsumfeld ein Tabu bedeuten kann. Übergewicht wird als ein Zeichen dafür gewertet, dass man diesen tief verwurzelten kulturellen Werten, ein guter Bürger zu sein, nicht gerecht wird.

Durch das Verständnis der Trennung von Privatleben und Arbeit haben wir gelernt, dass ...

unsere Lösungsangebote für Menschen im zunehmenden Alter und damit einhergehenden Gesundheitsproblemen wie Adipositas berücksichtigen müssen, dass diese einer besondere Form der Gesprächsführung bedürfen. Sie muss dem Umstand gerecht werden, dass Gesundheitsthemen häufig als Teil der Privatsphäre betrachtet werden, insbesondere psychische & nicht einordnen bare.

Durch die Gespräche mit Menschen, die mit Adipositas leben und arbeiten, haben wir gelernt, dass ...

unser Gesundheitssystem überwiegend auf „Reparieren“ und „Beheben“ ausgerichtet, die Unterstützung für Menschen mit chronischen Erkrankungen im Arbeitsumfeld jedoch rar ist. Betroffene versuchen daher, Adipositas auf eigene Faust zu behandeln, zu verstecken oder sich selbst zurückzuziehen.

3. Bericht aus dem Workshop mit Patientenorganisationen

In diesem Bericht geben wir Einblicke in unsere ethnografische Forschung zu Adipositas und Arbeit in fortgeschrittenem Alter in Deutschland und stellen unsere Ergebnisse vor. Damit beabsichtigen wir mehr als eine bloße Zusammenstellung von Erkenntnissen und Analysen. Wir möchten sinnvolle und konstruktive Dialoge zu diesem Thema anstoßen.

Aus diesem Grund haben wir im Juni 2023 einen Workshop mit Vertreter:innen von unterschiedlichen Patientenorganisationen veranstaltet, deren Erkrankungen in Verbindung mit Adipositas stehen, z. B. Diabetes Typ 2 oder Lebererkrankungen.

Bei der gemeinsamen Diskussion lag der Fokus auf folgenden drei Blickwinkeln

1. Die Perspektive des Einzelnen
2. Die Perspektive des Arbeitgebers
3. Die Perspektive des Gesundheitssystems

Die zentralen Erkenntnisse aus den drei Sessions sind hier zusammengefasst.

3. BERICHT AUS DEM WORKSHOP MIT PATIENTENORGANISATIONEN

1. Die Perspektive des Einzelnen

Unter den Teilnehmer:innen herrschte Konsens darüber, wie eng das eigene Selbstverständnis und die beruflichen Leistungen miteinander verbunden sind. Sie stimmen überein, dass vor allem Menschen in Deutschland ihrer Arbeit eine sehr große Bedeutung beimessen, dass die Befürchtung eines Arbeitsplatzverlusts sehr beängstigend sein kann und sich negativ auf das Privatleben und das eigene Selbstwertgefühl auswirken kann.

Sie gingen auch der Frage nach, ob ein geringeres Selbstwertgefühl und Unzufriedenheit der Menschen mit Adipositas am Arbeitsplatz auf der externen Wahrnehmung und Stigmatisierung durch Kolleg:innen und das Arbeitsumfeld oder auf eigenen, inneren Bedenken (Selbststigmatisierung) in Bezug auf die eingeschränkte Leistungsfähigkeit beruht.

Interessant fanden die Teilnehmenden auch die Erkenntnis, dass sich viele der Befragten in der Studie Flexibilität bei der Arbeit wünschen, wo doch gerade Kontrolle und Struktur beim Management chronischer Krankheiten wie Adipositas zentral erforderlich sind.

2. Die Perspektive des Arbeitgebers

Es besteht gemeinhin Einvernehmen darüber, dass Adipositas mit einem Tabu behaftet ist, weswegen sich Arbeitnehmer:innen scheuen, mit ihrer/ihrem Arbeitgeber:in über dieses Thema zu sprechen. Häufig ist dies auf mangelndes Verständnis und die Furcht, die Sicherheit des Arbeitsplatzes zu gefährden, zurückzuführen.

Um dieses Tabu zu bekämpfen, identifizierten die Teilnehmer:innen mögliche Maßnahmen auf Arbeitgeberseite:

- Schulungen, wie Kolleg:innen mit chronischen Krankheiten durch Aufklärung und Leitfäden unterstützt werden können
- Förderung offener Gespräche, um chronische Krankheiten zu entstigmatisieren
- Benennung einer Person für betroffene Arbeitnehmer:innen, um diese mit Informationen auszustatten und in ihren Rechten zu stärken
- Ausweitung der Flexibilität hinsichtlich Arbeitszeiten zur Wahrnehmung von Arztterminen
- Bildung altersgemischter Teams für inklusive Zusammenarbeit, Wissensaustausch und Entstigmatisierung.

3. BERICHT AUS DEM WORKSHOP MIT PATIENTENORGANISATIONEN

3. Die Perspektive des Gesundheitssystems

Die Teilnehmer:innen teilten die Ansicht, dass Adipositas selbst im Gesundheitssystem und bei Angehörigen der Gesundheitsberufe mit einem Tabu behaftet ist. Es bestehe Bedarf für offenere und auf verlässlichen Informationen basierte Gespräche.

Als weitere Herausforderung für Menschen mit Adipositas wurde die Schwierigkeit genannt, Zugang zu geeigneten Sporteinrichtungen innerhalb von Rehabilitationszentren zu erhalten. Die Teilnehmer:innen merkten an, dass dieses Problem in der Öffentlichkeit nicht weithin bekannt ist. Dadurch ist unklar, wer die Verantwortung dafür trägt, um diese Möglichkeit zu eröffnen.

Folgende Maßnahmen wurden vorgeschlagen:

- Eine Verknüpfung von Betriebsräten, Betriebsärzten, Sicherheitsbeauftragten sowie Ansprechpartner:innen im Gesundheitssystem und Patient:innen sollte hergestellt werden
- Der Medizinische Dienst sollte aktiv involviert werden
- Eine gemeinsame Lobbyarbeit von Patientenorganisationen (mit Fokus auf Adipositas und verwandte Erkrankungen) ist zwingend erforderlich

4. WICHTIGE ERKENNTNISSE UND SICH DARAUS ERGEBENDE FRAGESTELLUNGEN

Die uns vorliegenden Daten zeigen, dass Adipositas nicht nur, aber insbesondere bei älteren Menschen in Deutschland zunimmt und dass das Leben und Arbeiten mit Adipositas eine komplexe Herausforderung für alle Beteiligten darstellt.

In unserer anthropologischen Studie zeigte sich, dass die Thematisierung und Behandlung chronischer Krankheiten wie Adipositas am Arbeitsplatz tabuisiert ist und als private Angelegenheit betrachtet wird. Das Gespräch und die Behandlung findet weitgehend außerhalb der Realität des Arbeits- und Privatlebens statt (z. B. Reha) und ist auf die „Reparatur“ einzelner Aspekte der Erkrankung fokussiert.

Wir möchten zunächst das Narrativ rund um Adipositas am Arbeitsplatz gerade rücken: weg vom individuellen Problem hin zur gemeinsamen gesellschaftlichen Verantwortung. Dies bedeutet u.a., Adipositas nicht als Tabu zu betrachten, Adipositas als chronische Erkrankung und als Teil unseres Alltags, unseres Arbeitslebens, unserer Gesellschaft anzuerkennen.

Wir laden Sie hiermit ein, sich gemeinsam mit uns zu überlegen ...

- ... Wie können wir offene Gespräche über Adipositas und chronische Erkrankungen am Arbeitsplatz fördern?
- ... Wie können wir Vorurteile beseitigen und stattdessen Empathie, Verständnis und Inklusion fördern?
- ... Welche Maßnahmen können Arbeitgeber:innen konkret umsetzen, um eine inklusivere Umgebung zu schaffen, die Menschen mit Adipositas unterstützt?
- ... Welche praktischen Maßnahmen können umgesetzt werden, um an das Verantwortungsbewusstsein von Arbeitgeber:innen wirksam zu appellieren und den Herausforderungen in Verbindung mit Adipositas in der Arbeitswelt zu begegnen?
- ... was können unterschiedliche Interessensgruppen gemeinsam tun, um Wissenslücken zu Adipositas innerhalb des Gesundheitssystems zu schließen und Tabus zu beseitigen?
- ... Wie können wir eine bessere Zusammenarbeit zwischen Patientenorganisationen und Akteuren der Gesundheitsversorgung fördern?