



# Treibt uns der Job in die Depression?

*Die Arbeitswelt hat immer stärkeren Einfluss auf die Psyche: Fast die Hälfte aller Befragten nennt als Grund für Depressionen den Job.*

Rund 20 Prozent der Bevölkerung leiden laut offiziellen Statistiken an [Depressionen](#). Vielleicht sind es sogar mehr: In einer Studie im Kanton Zürich wurde jeder Dritte 50-Jährige bereits einmal wegen Depressionen behandelt, sagte der emeritierte Psychiatrieprofessor Jules Angst am Montag am Rand einer Medienkonferenz der Werner Alfred Selo Stiftung.

Trotzdem weiss die Schweizer Bevölkerung nur wenig über Depressionen. Das zeigt eine repräsentative Umfrage des Forschungsinstitut GfS. Für die Befragung, die von der Selo-Stiftung in Auftrag gegeben worden war, wurden 714 Personen in der Deutsch- und Westschweiz befragt. 11 Prozent der Befragten wussten nicht einmal, was die Krankheit Depression ist.

## **Depressionen werden totgeschwiegen**

Immerhin sind das weniger als bei einer ersten Umfrage zum Thema, welche die Stiftung im Jahr 1995 durchführen liess. Damals wussten 17 Prozent nicht, was eine Depression ist. Über Ursachen, Symptome und Behandlungsmöglichkeiten wussten damals wie heute die meisten Befragten nur rudimentär Bescheid.

Vor allem Männer und ältere Menschen schweigen das Thema Depression oft tot. Viele von ihnen gaben an, dass sie es niemandem erzählen würden, wenn sie eine Depression bekämen. Frauen und Jüngere gehen offener mit dem Thema um - und sie sind auch besser informiert. Im Umgang mit Betroffenen herrscht aber insgesamt grosse Unsicherheit.

Auch regionale Unterschiede brachte die Umfrage zutage: Westschweizerinnen und Westschweizer sind eher verschlossener bei dem Thema als Deutschschweizer. Sie zeigen weniger Verständnis für die Betroffenen und nennen Willensschwäche, Verweichlichung und Stoffwechselstörungen öfter als Ursachen.

## **Ursache Arbeitsbelastung**

Bei den von der Bevölkerung vermuteten Ursachen für eine Depression kam es in den letzten 15 Jahren zu einer markanten Verschiebung. Heute vermuten 43 Prozent die Arbeitsbelastung als eine Ursache, 1995 wurde dieser Faktor noch überhaupt nicht erwähnt. Andere genannte Faktoren sind das gesellschaftliche Umfeld und eine Veranlagung.

Aufgrund der Umfrage fordert die Selo-Stiftung eine nationale Aufklärungskampagne zu psychischer Gesundheit. Sie unterstützt eine entsprechende Motion von Nationalrat Andy Tschümperlin (SP/SZ). Depressionen seien Stoffwechselstörungen im Gehirn, sagte Stiftungsratspräsidentin Marylou Selo. «Depressionen sind behandelbar.»

Ein riesiges Problem ist laut dem Psychiater Hans Kurt die Stigmatisierung von psychisch Kranken. Viele Depressive fühlten sich sozial isoliert und getrauten sich kaum mehr aus dem Haus, sagte er. Das führe zu noch grösseren Depressionen. Depression könne aber jeden treffen und sei kein Zeichen von Willensschwäche.