

PRESSEMITTEILUNG

29. September 2023

Am 10. Oktober ist Welttag der Seelischen Gesundheit

Fehltage vermeiden – psychische Gesundheit am Arbeitsplatz fördern

BONN. Der 10. Oktober ist der Welttag der Seelischen Gesundheit (World Mental Health Day). Anlass genug zu fragen, ob sich Verantwortliche in Unternehmen bewusst sind, welche Verantwortung sie gegenüber ihren Mitarbeitenden haben – denn seelische Erkrankungen machen am Eingang zum Betriebsgelände nicht Halt.

„Gerade in Krisenzeiten ist es wichtiger denn je, die psychische Gesundheit der Mitarbeitenden zu fördern und zu schützen. Kleine Schritte in Richtung Offenheit und Unterstützung können da schon einen großen Unterschied machen.“ Kerstin Hillbrink, Beraterin Gesundheitsmanagement bei der B·A·D GmbH, ist überzeugt, dass Verantwortliche gerade jetzt auf ihre Mitarbeitenden zugehen sollten. Denn gerade Krisen wie Krieg, Inflation und Klimawandel sorgen für Verunsicherungen und tragen dazu bei, dass psychische Erkrankungen weiter zunehmen.

Die Zahlen sprechen eine deutliche Sprache: Fehltage aufgrund psychischer Erkrankungen haben laut DAK-Psychreport mit 301 Fehltagen pro 100 Versicherten einen neuen, besorgniserregenden Höchstwert erreicht. Dies verursacht immense Kosten. Die durchschnittliche Krankheitsdauer beträgt 36,6 Tage – das ist dreimal so viel wie bei anderen Erkrankungen. Psychische Erkrankungen sind mittlerweile der häufigste Grund für den frühzeitigen Einstieg in das Rentenalter. Es lohnt sich also für Unternehmen, gezielt aktiv zu werden und präventive Maßnahmen auch zum Schutz der seelischen Gesundheit der Mitarbeitenden zu ergreifen.

Einer der entscheidenden Faktoren: Führungskräfte. Wenn es ihnen schwerfällt, die Grenzen ihrer eigenen (psychischen) Belastbarkeit anzuerkennen,

PRESSEMITTEILUNG

29. September 2023

transportieren sie diese Grundhaltung – gewollt oder ungewollt – weiter an die Mitarbeitenden. Dabei sind Führungskräfte selbst besonders gefährdet, einen Burnout zu entwickeln. Oft trifft hier eine hohe Leistungsbereitschaft mit starken inneren Antreibern auf ein hohes Stress- und Belastungsniveau. Dazu kommen Unsicherheiten und Klischees: „Da, wo das Wissen über psychische Erkrankungen klein ist, können Vorurteile besonders groß werden“, ergänzt Hillbrink.

Doch was können die Verantwortlichen tun? Die Antwort klingt einfach – und ist doch oft sehr schwer umzusetzen: zuhören, hinsehen, aufmerksam sein. „Wer lieber wegsieht, statt geeignete Maßnahmen zu ergreifen, setzt eine fatale Spirale in Gang“, so die Expertin. Es sei an der Zeit, das Thema anzupacken und Rahmenbedingungen zu schaffen, die die psychische Gesundheit fördern. Oftmals hilft es, externen Rat einzuholen. Themen wie Prävention psychischer Erkrankungen in betriebliche Schulungen und Unterweisungen einzubinden, kann dazu beitragen, das notwendige Gespür für dieses Thema zu entwickeln.

Wichtig: Führungskräfte sollten versuchen, Überforderungen zu vermeiden, sodass eine behandlungsbedürftige Erkrankung erst gar nicht entsteht. „Wenn Themen wie Ängste, Depressionen, Burnout und ähnliches selbstverständliche Inhalte von Maßnahmen und Konzepten im betrieblichen Gesundheitsmanagement sind, ist ein wichtiger Schritt getan, um das Thema Psyche in die Unternehmensfürsorge zu holen“, so Kerstin Hillbrink weiter.

Als konkrete Maßnahme empfiehlt die Expertin, die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung (GB Psych) gewissenhaft umzusetzen und regelmäßig auf Aktualität zu überprüfen. Zusätzlich sollten Beschäftigte Zugang zu anonymen, niederschweligen Beratungsangeboten haben. Mit dem Employee Assistance Program (EAP) können Beschäftigte bei Belastungen am Arbeitsplatz, Konflikten oder privaten Krisen konkret unterstützt werden. Und von längerer Erkrankung Betroffene brauchen schnelle Hilfe durch das Betriebliche Eingliederungsmanagement.

PRESSEMITTEILUNG

29. September 2023

Über die B·A·D-Gruppe

Die B·A·D GmbH ist mit mehr als 3.500 Mitarbeitenden, davon über 800 Arbeitsmediziner:innen, der größte überbetriebliche Dienstleister im Bereich Arbeitssicherheit, Arbeitsmedizin und betriebliche Gesundheitsvorsorge in Deutschland. Das Unternehmen betreut über 203.000 Unternehmen, Betriebsstätten und öffentliche Einrichtungen aller Größen und Branchen mit ihren vielen Beschäftigten. Bei B·A·D erhalten Kunden Dienstleistungen aus den Bereichen Arbeitssicherheit, Arbeitsmedizin und der betrieblichen Gesundheitsvorsorge aus einer Hand – bundesweit und flächendeckend.

www.bad-gmbh.de

Pressekontakt:

Kirsten Lehnert
B·A·D Gesundheitsvorsorge und Sicherheitstechnik GmbH
Abteilung Marke und Kommunikation
Herbert-Rabius-Str. 1
53225 Bonn
Tel.: 0228 40072-407
presse@bad-gmbh.de