

# Info Psyche und Arbeit

2018-03

---

Liebe Kolleginnen und Kollegen, sehr geehrte Damen und Herren,

hier wieder eine Zusammenstellung von Informationen und Hinweisen zum Thema Psyche und Arbeit, die mir im März 2018 aufgefallen sind. Herzlichen Dank an alle, die mir den einen oder anderen Hinweis haben zukommen lassen!

Mit den besten Wünschen – achtet auf Euch, Ihr werdet gebraucht!

Hans Dieter Gimbel

[www.systemberatung-gimbel.de](http://www.systemberatung-gimbel.de)

[info@systemberatung-gimbel.de](mailto:info@systemberatung-gimbel.de)

Tel: 0203-345820

---

## Bessere Unterstützung für psychisch kranke Menschen | Internationales EU-Projekt zu „peer support“

„Peer Support“ ist eine etablierte therapeutische Intervention. Hierbei wird den Betroffenen ein\*e Genesungsbegleiter\*in („Peer Support Worker“) zur Seite gestellt, die oder der ebenfalls eine psychische Erkrankung erfahren hat. Die oder der Genesungsbegleiter\*in fungiert als Mentor\*in und fördert den Weg des Betroffenen hin zur Überwindung der psychischen Erkrankung.

<https://medizin-aspekte.de/99355-bessere-unterstuetzung-fuer-psychisch-krank-menschen-internationales-eu-projekt-zu-peer-support/>

-----  
Schweiz:

### Gesundheitliche Probleme von Mitarbeitern - So reagieren Nordwestschweizer KMU

Im Rahmen eines Gemeinschaftsprojektes des Gesundheitsdepartements Basel-Stadt, der Psychiatrie Baselland, des Gewerbeverbandes Basel-Stadt, des Arbeitgeberverbandes Basel, der Stiftung Rheinleben und der Hochschule Döpfer in Köln wurden sämtliche kleinen und mittleren Betriebe der Kantone Basel-Stadt, Basel-Landschaft, Aargau und Solothurn zum Umgang mit gesundheitlich beeinträchtigten Mitarbeitenden befragt. Ziel der Studie war herauszufinden, wie es KMU schaffen, körperliche und psychische Gesundheitsprobleme der Mitarbeitenden zu bewältigen, und aufzuzeigen, was in diesem Bereich bereits geleistet wird.

<http://barfi.ch/News-Basel/Gesundheitliche-Probleme-von-Mitarbeitern-So-reagieren-Nordwestschweizer-KMU>

-----

## Burnout mit 27: Hier erzählt Sarah, wie sich das anfühlt

Es ist Freitagabend, eigentlich könnte Sarah sich freuen: **endlich Wochenende**. Aber sie ist zu müde. Kurz vor Feierabend wollte ihr Chef, dass sie „noch schnell“ ein Meeting für nächste Woche vorbereitet. So ging das die ganze Woche, so geht das fast jeden Tag. **Immer ist sie müde**.

<http://www.bento.de/gefuehle/burnout-warum-sarah-mit-27-nicht-mehr-kann-2147615/#refsponi>

---

## Psychosomatik: Wie ältere Pflegende sich die Motivation für den Beruf bewahren können

Krankenhäuser sind Orte der Erholung und der Gesundheit. Zugleich sind sie aber auch **Arbeitsstätten, und die Arbeitsbelastung in der Klinik hat das Potenzial, Mitarbeiter krank zu machen**. In einer aktuellen Studie haben Mediziner der Universitäten Heidelberg und Ulm sowie Arbeitspsychologen der Universitäten in Düsseldorf und Duisburg-Essen nun untersucht, wie ältere Pflegende psychisch so gestärkt werden können, dass sie ihren Arbeitsalltag besser bewältigen.

<https://idw-online.de/de/news690236>

auch: [https://www.focus.de/finanzen/karriere/arbeit-aeltere-pflegekraefte-profitieren-von-praeventionsangeboten\\_id\\_8573779.html](https://www.focus.de/finanzen/karriere/arbeit-aeltere-pflegekraefte-profitieren-von-praeventionsangeboten_id_8573779.html)

---

## Umfrage unter Berufstätigen : Mittzwanziger im Krisenmodus

Mitte Zwanzig, Studienabschluss in der Tasche und ziemlich orientierungslos. So lässt sich das Profil junger Erwachsener umschreiben, die mitten in der „Quarter-Life“-Krise stecken. Glaubt man einer Umfrage des Berufsportals LinkedIn, waren die meisten Berufstätigen in Deutschland unter 30 Jahren von dieser Trend-Krankheit betroffen.

<http://www.faz.net/aktuell/beruf-chance/beruf/psychische-probleme-mittzwanziger-im-krisenmodus-15470572.html>

---

## Armut kann körperlich und psychisch krank machen

Von Armut Betroffene sind häufig Verachtung und mangelnder Wertschätzung ausgesetzt. Das erhöht das Risiko für Depressionen und andere Krankheiten.

<https://www.derstandard.de/story/2000075127793/wie-demuetigung-krank-macht>

## Burnout und Depression zweithäufigste Ursache für Erwerbsminderungen

Die Sorge um die Zukunft des Hofes, nicht kostendeckende Marktpreise, Dokumentationsflut, Kontrollen, Ärger mit Behörden, Bürgern und Nachbarn: Das, und als letzte Konsequenz oft auch Streit in der Familie, führen bei immer mehr [Bauern](#) zu Burnout, Depressionen und anderen psychische Erkrankungen. Seit einigen Jahren stehen sie auf Platz zwei der Erwerbsminderungsstatistik der Sozialversicherung für [Landwirtschaft](#), Forsten und [Gartenbau \(SVLFG\)](#), berichtet das Medienportal [shz.de](#) unter Berufung die dpa. <https://www.topagrar.com/news/Home-top-News-Burnout-und-Depression-haeufige-Ursache-fuer-Erwerbsminderungen-9069107.html>

-----

## Hör mir auf mit Achtsamkeit!

Ommm und tief durchatmen: Viele Deutsche sind im Achtsamkeitshype. Meditation gegen Stress, Depression und Schmerzen – funktioniert das? <http://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2018-03/meditation-achtsamkeit-hype-anti-stress-depression-psychologie>

-----

## EAP: Ein Sorgentelefon für Mitarbeiter

Employee-Assistance-Programme (EAP) bieten Mitarbeitern telefonische Hilfe bei privaten oder beruflichen Problemen. Die Mitarbeiterberatung wird von externen Anbietern durchgeführt, die Kosten übernimmt der Arbeitgeber. Eine Beraterin für EAP gibt Tipps zur Einführung. [https://www.haufe.de/personal/hr-management/employee-assistance-programm-sorgentelefon-fuer-mitarbeiter\\_80\\_445512.html](https://www.haufe.de/personal/hr-management/employee-assistance-programm-sorgentelefon-fuer-mitarbeiter_80_445512.html)

-----

## Beschäftigte im öffentlichen Dienst beklagen psychische Belastung

Berlin (dts Nachrichtenagentur) – Jeder zweite Beschäftigte im öffentlichen Dienst von Bund, Ländern, Kommunen und Sozialversicherungen beklagt wachsende psychische Belastung im Job. Das geht aus der Antwort des Bundesarbeitsministeriums auf eine Anfrage der Linken-Bundestagsabgeordneten Susanne Ferschl hervor, über die das „Redaktionsnetzwerk Deutschland“ (RND/Donnerstagsausgaben) berichtet. Das Ministerium verweist auf entsprechende Befragungen der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. <http://www.flensburg-online.de/blog/2018-03/beschaeftigte-im-oeffentlichen-dienst-beklagen-psychische-belastung.html>  
auch: <https://www.gesundheitsstadt-berlin.de/oeffentlicher-dienst-jeder-zweite-fuehlt-sich-psychisch-belastet-12184/>

Antwort auf die „Kleine Anfrage“ hier: <https://kleineanfragen.de/bundestag/19/1129-arbeitsbedingungen-im-oeffentlichen-dienst>

## Gefährlicher Job

Zu wenige Betriebe kümmern sich um den seelischen Schutz ihrer Mitarbeiter. Dabei scheiden 43 Prozent aller Frührentner laut Rentenversicherung wegen psychischer Erkrankungen aus dem Beruf aus.

<http://www.sueddeutsche.de/wirtschaft/arbeitsschutz-gefaehrlicher-job-1.3902552>

## Wann ist der Patient krank?

Mediziner geraten bei psychischen Beschwerden in Konflikte

Die 55-jährige Verwaltungsangestellte ist wegen einer Lebererkrankung seit einem dreiviertel Jahr krankgeschrieben. Nach langwierigen Untersuchungen und Therapien entlassen die Ärzte einer Uniklinik die Frau schließlich als geheilt aus ihrer Behandlung. Für eine weitere Bescheinigung einer Arbeitsunfähigkeit gibt es keinen Grund.

Oder doch?

<https://www.mz-web.de/magdeburg/wann-ist-der-patient-krank--mediziner-geraten-bei-psychischen-beschwerden-in-konflikte-29858978>

## Nach dem Burnout den Neuanfang wagen

Fachkräftemangel und der demografische Wandel stellen Unternehmen vor neue Herausforderungen: Wenn die Belegschaft älter wird, wenn Mitarbeiter häufiger krank oder schwerbehindert sind, müssen sich Chefs oder Personalchefs Gedanken machen, wie sie diese Leute im Betrieb halten.

<http://www.mainpost.de/regional/rhoengrabfeld/Burnout-Syndrom-Psychische-Erkrankungen-Arbeitgeber-Director-Human-Ressources-Arbeitgeberverbaende-Berufsalltag-Psychologinnen-und-Psychologen-Phaenomene-Datenschutz-Arbeitsschutzgesetz;art765,9909581>

## Trend zu Therapie und Tabletten

Drei Jahre wird sich die Forschergruppe, zu der neben Dr. Reibling auch die wissenschaftlichen MitarbeiterInnen Mareike Ariaans, Philipp Linden und Lisa Bleckmann gehören mit Erklärungen für Armut, Arbeitslosigkeit und frühkindlicher Entwicklung beschäftigen. Ob ADHS, Burn Out oder Depressionen: Entlasten oder lähmen ärztliche Diagnosen die Betroffenen?

[https://www.focus.de/regional/nordrhein-westfalen/universitaet-siegen-trend-zu-therapie-und-tabletten\\_id\\_8636227.html](https://www.focus.de/regional/nordrhein-westfalen/universitaet-siegen-trend-zu-therapie-und-tabletten_id_8636227.html)

## Hier erzählen drei Menschen, warum sie andere mobben

Es passiert leise, sodass es kaum jemand mitbekommt. Oder laut, dann gucken alle – aber schreiten sie ein?

**Mobbing** kann ganz unterschiedlich ablaufen: indem jemand vor allen **gedemütigt** wird, indem Witze gemacht werden, die verletzen, indem so lange gehänselt wird, bis ein Mensch sich selbst in Frage stellt.

<http://www.bento.de/gefuehle/mobbing-und-haenseln-drei-menschen-erzaehlen-wieso-sie-andere-fertig-machen-2203391/#refspioni>

## In Rente wegen kranker Seele

Psychische Erkrankungen sind der Hauptgrund, warum Arbeitnehmer eine Erwerbsminderungsrente benötigen. Nach Daten der Rentenversicherung leidet fast jede zweite Frau (49 Prozent), die neu eine Erwerbsminderungsrente bekommt, an einer seelischen Erkrankung. Bei den Männern, die wegen verminderter Erwerbsfähigkeit aus dem Job ausscheiden, sind es 36,5 Prozent.

<http://www.rp-online.de/leben/gesundheit/psychologie/mehr-psychische-erkrankungen-in-rente-wegen-kranker-seele-aid-1.7476147>

auch dazu: <https://www.rundschau-online.de/politik/fehlende-therapieplaetze-versorgung-psychisch-krank-nicht-ausreichend-29920720>

## BT-Trauma: einmaliges Angebot zur Bewältigung von Traumata im Arbeitsprozess

„Die Nachrichten über traumatische Erfahrungen am Arbeitsplatz haben in der letzten Zeit zugenommen. Seien es die Polizisten und Bundeswehrangehörigen bei ihren Einsätzen, Zugbegleiter, die Verkäuferin im Laden, der Busfahrer oder Rettungskräfte, die während ihrer Arbeitszeit Opfer verbaler, physischer oder erlebter Gewalt werden. Die Folge sind psychische Beeinträchtigungen, die zu langen Arbeitsausfällen oder dem Wechsel des Arbeitsplatzes führen.“

<http://rehanews24.de/bt-trauma-einmaliges-angebot-zur-bewaeltigung-von-traumata-im-arbeitsprozess/>

## Mobile Arbeit gesund gestalten – Trendergebnisse aus dem Forschungsprojekt prentimo – präventionsorientiert Gestaltung mobiler Arbeit

Mobile Arbeit gesund gestalten – Trendergebnisse des Forschungsprojekts prentimo sind als Broschüre erschienen ([PDF Download](#)).

Hinweise auf weitere Lit. zum Thema: <http://www.prentimo.de/publikationen/>

## MEPYSO: Trend zu Therapie und Tabletten

Drei Jahre wird sich die Forschergruppe, zu der neben Dr. Reibling auch die wissenschaftlichen MitarbeiterInnen Mareike Ariaans, Philipp Linden und Lisa Bleckmann gehören mit Erklärungen für Armut, Arbeitslosigkeit und frühkindlicher Entwicklung beschäftigen. Ob ADHS, Burn Out oder Depressionen: Entlasten oder lähmen ärztliche Diagnosen die Betroffenen?

[https://www.focus.de/regional/nordrhein-westfalen/universitaet-siegen-trend-zu-therapie-und-tabletten\\_id\\_8636227.html](https://www.focus.de/regional/nordrhein-westfalen/universitaet-siegen-trend-zu-therapie-und-tabletten_id_8636227.html)

-----  
Österreich:

## ANABEL

ANABEL ist das prämierte Online-Tool zur schnellen und einfachen Diagnose psychischer Belastungen an den Arbeitsplätzen eines Unternehmens. Seine Entwicklung wurde durch die österreichische Forschungsförderungsgesellschaft und die Wirtschaftsagentur Wien unterstützt.

Auf Basis des neu entwickelten und wissenschaftlich bestens fundierten Verfahrens VISO-F (Vienna Inventory for Stress in Organisations – Feedback Version) werden psychosoziale Risikofaktoren online erhoben, klar verständlich aufbereitet und mit Benchmarks des Mitbewerbs verglichen. Aber auch Beschäftigte haben einen direkten Mehrwert. Die Erfassung der psychischen Arbeitsbelastungen erfolgt schnell und völlig unkompliziert: Die Beschäftigten beantworten einen fünfminütigen Onlinefragebogen und bekommen sofort Rückmeldung über ihre individuelle Situation. Das macht ANABEL einzigartig!

<https://anabel.at/#Analyse>

## Lehrer entlasten

München – Die Zahl der Lehrer in Bayern, die vorzeitig in den Ruhestand gehen, steigt. Waren es 2013 noch 1239 Lehrkräfte, die die Schulen vorzeitig verließen, gingen im vergangenen Jahr 2883. Das geht aus der Antwort des Kultusministeriums auf eine parlamentarische Anfrage der Landtags-SPD hervor. „Dieser Trend lässt sich nur mit der immer stärker steigenden Belastung bayerischer Lehrkräfte erklären“, sagte Fraktionsvize Simone Strohmayr in München. Der Stress durch Leistungsdruck, zu große Klassen und immer neue Aufgaben für die Schulen sei enorm. Gestützt werde dieser Eindruck auch durch die steigende Zahl derer, die wegen Dienstunfähigkeit vorzeitig in den Ruhestand gehen. Nach Angaben des Kultusministeriums stieg diese seit 2013 von 585 auf 645 Lehrkräfte im Jahr.

<https://www.ovb-online.de/bayern/lehrer-entlasten-9736764.html>

## Berufsunfähigkeitsversicherung - Psychische Erkrankungen auch 2016 häufigste Ursache

Psychische Erkrankungen waren auch 2016 der häufigste Grund dafür, dass Menschen ihren Beruf vorzeitig aufgeben mussten. So stand hinter fast jedem dritten Leistungsfall in der BU-Versicherung eine psychische Erkrankung. Frauen sind davon häufiger betroffen als Männer. <https://www.versicherungsbote.de/id/4865383/Berufsunfähigkeitsversicherung-Psychische-Erkrankungen-Ursache/>

-----