
Weltgesundheitstag – Im Zeichen der psychischen Gesundheit

07.04.17

Weltgesundheitstag – Im Zeichen der psychischen Gesundheit

Am 7. April ist Weltgesundheitstag – Zeit, sich dem Zusammenhang von Arbeit und psychischer Gesundheit zu widmen

In diesem Jahr steht der [Weltgesundheitstag](#) der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ganz im Zeichen der psychischen Gesundheit. „Depression – let’s talk“ lautet das Motto dieses Tages der auf die Depression als ernstzunehmende Erkrankung, ihre Ursachen und präventive Maßnahmen aufmerksam machen soll.

„Die Ursachen für Depressionen sind vielschichtig. Sie entstehen aufgrund unterschiedlicher Einflüsse, wie zum Beispiel durch negativen Stress oder belastende Lebensphasen. Eine genetische Veranlagung erhöht das Risiko. Sie können jeden treffen, unabhängig von Alter, Geschlecht und sozialem Status“, erklärt Dr. Stephan Sandrock, Leiter des Fachbereichs Arbeits- und Leistungsfähigkeit des Instituts für angewandte Arbeitswissenschaft e. V. (ifaa), die Brisanz der Thematik.

Eine offene Unternehmenskultur beugt vor

Auch im Kanon der betrieblichen Gesundheit spielt die Psyche neben der physischen Gesundheit und ergonomischen Aspekten eine wesentliche Rolle. Unbestritten ist dabei, dass sich Arbeit und die mit ihr verbundene Teilhabe am sozialen Leben positiv auf die psychische Gesundheit auswirken. Gleichwohl existieren verschiedene psychische Belastungsfaktoren, deren regelmäßige Beobachtung und Auswertung hilft, Erkrankungen vorzubeugen. Dazu zählen insbesondere Risikofaktoren wie Arbeitsüberlastung, geringer Handlungsspielraum und die Kombination beider Faktoren.

Dabei bedingen sich Körper und Geist einander. Denn oft haben physische Erkrankungen psychische Ursachen. Verschiedene wissenschaftliche Studien haben einen deutlichen Zusammenhang zwischen psychischen Fehlbelastungen und beispielsweise Muskel-Skelett-Beschwerden oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen nachgewiesen.

„Je früher den Betroffenen geholfen wird, desto besser ist die Prognose“, plädiert Sandrock. Dabei hilft eine offene Unternehmenskultur, in der Führungskräfte nah an ihren Mitarbeitern sind und mögliche Warnzeichen frühzeitig erkennen können. Die Sensibilisierung und regelmäßige Schulung der Beschäftigten ist eine wesentliche Voraussetzung für das Gelingen einer solchen Offenheit.

Angebote nutzen

Vorsorgen ist besser als nachsorgen – lautet ein altbekanntes Sprichwort. Das gilt auch für Unternehmen. Die offene Kommunikation über Depressionen im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements hilft, Vorurteile abzubauen und Stigmatisierungen zu verhindern. Betroffenen fällt es dann leichter, Unterstützungsangebote in Anspruch zu nehmen. Führungskräfte wiederum können schneller alarmierende Signale erkennen und handeln.

In Berlin und Brandenburg finden Unternehmen beispielsweise beim [Netzwerk KMU-Gesundheitskompetenz](#) Unterstützung bei der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen und der Auswahl sowie Umsetzung geeigneter Instrumente und Wirksamkeitskontrollen. Die UVB ist gemeinsam mit dem DGB und der AOK Nordost Träger des Netzwerks, das Unternehmen in der Region zu allen betrieblichen Gesundheitsthemen informiert und den zwischenbetrieblichen Austausch fördert.

- [Auf Xing teilen](#)
- [Auf Facebook teilen](#)
- [Auf X teilen](#)
- [Auf LinkedIn teilen](#)
- [Drucken](#)
- [Als PDF speichern](#)

Beratungsangebote

- [Netzwerk KMU-Gesundheitskompetenz](#)
- [Werkarztzentrum der Wirtschaft Berlin-Brandenburg](#)

Veranstaltungshinweis

[05. Mai 2017 – Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt](#)

Informationsangebote

- [Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin \(BAuA\)](#)
- [Insitut für angewandte Arbeitswissenschaft \(ifaa\)](#)

Ihre Ansprechpartnerin

Abteilungsleiterin Soziale Sicherung

Carolin

Vesper

Telefon:
+49 30 31005-146

Telefax:

+49 30 31005-154

E-Mail:
Vesper [at] uvb-online.de

[Download VCF](#)