

Berufsverband  
Deutscher  
Psychologinnen  
und Psychologen

Kraftige  
Gesundheitslehre:

(Natur)heilkunde, Homöopathie

**Gesundheitsmangelment:**

Erhaltung und Ausbau der Ges

# Psychische Störungen

Wie Unternehmen sie vermeiden oder mit ihnen umgehen können



## Psychische Störungen: Wie erkennt man sie?

Es gibt viele Vorurteile über psychische Störungen: Sie treffen immer nur andere! Wer betroffen ist, ist verrückt und muss zum Psychiater oder in die „Klapse“! Tatsache ist aber: Psychische Störungen können jeden treffen.

Sie sind ganz normale Krankheiten, genau wie körperliche Erkrankungen. Wenn sie rechtzeitig erkannt werden, können sie behandelt werden.

Was unter einer psychischen Störung verstanden wird, ist in international gültigen Diagnoseklassifikationen beschrieben. Darin werden Symptome aufgelistet und Krankheiten benannt.

**Wichtig:** Psychische Störungen können und sollen nur von unabhängigen Experten (z. B. psychologische Psychotherapeuten) diagnostiziert werden! Das ist nicht Aufgabe von Führungskräften oder anderen Mitarbeitern im Unter-

nehmen. Sie brauchen also nicht die genauen Anzeichen von psychischen Erkrankungen zu kennen.

Die häufigsten psychischen Störungen sind:

- **Angsterkrankungen:** Fast 20 % aller Frauen und ca. 9 % aller Männer sind betroffen\*.
- **Depressionen:** Ca. 15 % aller Frauen und 8 % aller Männer sind betroffen\*.
- **Missbrauch und Abhängigkeiten:** 11,2 % der Deutschen leiden an Alkoholstörungen\*.
- **Ein Drittel der Bevölkerung ist von mindestens einer psychischen Störung betroffen\*.**  
\* innerhalb eines Jahres

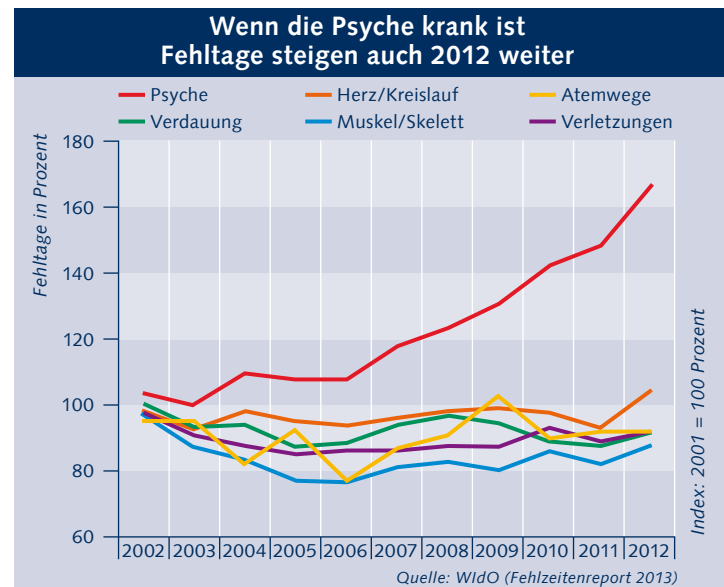
Rein statistisch gesehen: Wie viele Mitarbeiter in Ihrem Betrieb müssten demnach unter einer psychischen Störung leiden?

## Warum sollten Unternehmen sich mit dem Thema „psychische Störungen“ beschäftigen?

Obwohl das Erkennen und das Behandeln von psychischen Störungen in die Hände von Fachleuten gehören, sollten auch Unternehmen Interesse an dem Thema haben und es aktiv angehen:

- Auslösende Faktoren für die Entstehung von psychischen Störungen können auch am Arbeitsplatz liegen.
- Führungskräfte und Firmen haben eine Fürsorgepflicht für das Wohlergehen ihrer Mitarbeiter. Dies bezieht sich sowohl auf die körperliche, als auch auf die psychische Gesundheit.
- Erkrankte Mitarbeiter sind in der Regel weniger leistungsfähig und brauchen dann Unterstützung. Dies gilt auch bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz nach einer Krankheitsphase.
- Fehlzeiten wegen psychischer Erkrankungen dauern häufig sehr lange, führen in den Unternehmen zu hohen Produktionsausfällen und Einbußen.

- Die Fehltagelänge wegen psychischer Störungen steigt seit Jahren ungebremst an.



## Was können Unternehmen für Mitarbeiter mit psychischen Störungen tun?

Ein Unternehmen kann in zwei Bereichen tätig werden:

- bei der **Prävention** psychischer Störungen bei Mitarbeitern,
- beim **Umgang** mit bereits erkrankten Mitarbeitern.

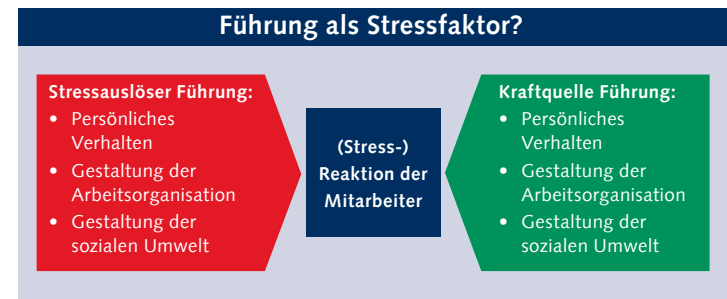
Zur Prävention von psychischen Störungen ist es sinnvoll, die **Arbeitsbedingungen** zu überprüfen. Stehen Mitarbeiter unter hohem Zeit- und Leistungsdruck? Ist die Arbeit so organisiert, dass das Arbeitspensum auch gut zu schaffen ist und ausreichend Unterstützungsmöglichkeiten vorhanden sind? Sind die Schichtpläne günstig gestaltet? Wie ist das Klima im Team? Wie sind die Beziehungen der Führungskräfte zu ihren Mitarbeitern? Bekommen die Mitarbeiter Anerkennung, und können sie Erfolgserlebnisse genießen? Werden neue Mitarbeiter ausreichend eingearbeitet und in das Team integriert? Haben Mitarbeiter einen ihrer Qualifikation angemessenen Handlungsspielraum?



Sie können auch präventiv **Angebote für Mitarbeiter** aus den Bereichen Stressmanagement, Zeitmanagement, Work-Life-Balance, Problemlösekompetenz, Konfliktbewältigung sowie Entwicklung von Resilienz (persönlicher Widerstandskraft) vorhalten.

Die **Führungskräfte** spielen in jedem Unternehmen eine entscheidende Rolle für die Gesundheit der MitarbeiterInnen: Sie können durch unangemessenes Führungsverhalten psychische Belastungen steigern, sie können aber auch durch wertschätzende und auf Kommunikation ausgerichtete Führung Belastungen reduzieren und wesentlich zu einer gesundheitsfördernden Unternehmenskultur beitragen.

Wenn **Mitarbeiter bereits erkrankt sind**, erfordert dies einen besonders sensiblen Umgang, sowohl bei der Personalabteilung, als auch bei den Führungskräften. Da psychische Erkrankungen häufig zu langen Ausfallzeiten führen, muss dann ein betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM) angeboten werden.





## Wie können Sie sich beim Thema psychische Störungen von Psychologinnen und Psychologen unterstützen lassen?

Es ist sehr sinnvoll, psychische Belastungen bzw. Störungen zu einem Thema des **betrieblichen Gesundheitsmanagements** zu machen. Gerade bei psychischen Erkrankungen brauchen Sie die Unterstützung von Fachleuten.

Psychologen können Sie z.B. unterstützen:

- beim **Erkennen** von möglichen Belastungsfaktoren im Rahmen der **Gefährdungsanalyse**,
- beim **Entwickeln von Konzepten** zur Prävention von übermäßigem Stress,
- bei der **Verbesserung** der **Arbeitsbedingungen** und **-organisation**,
- beim Angebot von **Seminaren** zum besseren Umgang mit Stress und Belastungen,
- bei der **Beratung** von bereits erkrankten Mitarbeitern, auch im Rahmen des **betrieblichen Eingliederungsmanagements**.

### Zum Weiterlesen:

Kapitel zu psychischen Störungen und Depression im Bericht des BDP „Die großen Volkskrankheiten“ (2012) zum kostenlosen Download unter:

► <http://www.bdp-verband.de/aktuell/2012/bericht/>

Julia Scharnhorst, „Burnout – Präventionsstrategien und Handlungsoptionen für Unternehmen“, Haufe-Verlag, 2012



Möchten Sie mehr wissen?  
Wollen Sie in Ihrem Unternehmen aktiv  
werden für eine gesundheitsförderliche  
Führung?  
Sollen wir Ihnen Expertinnen und  
Experten vermitteln?

Dann wenden Sie sich bitte an  
unsere Bundesgeschäftsstelle:

BDP e.V.  
Bundesgeschäftsstelle  
Dipl.-Psych. Fredi Lang  
Am Köllnischen Park 2, 10179 Berlin

Telefon 030 - 209 166 - 600  
Telefax 030 - 209 166 - 680

E-Mail [info@bdp-verband.de](mailto:info@bdp-verband.de)





Der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP) vertritt die beruflichen und politischen Interessen der niedergelassenen, selbständigen, angestellten und beamteten Psychologen und Psychologinnen aus allen Tätigkeitsbereichen. Er wurde 1946 gegründet und ist Ansprechpartner und Informant für Politik, Medien und Öffentlichkeit.

In der mehrteiligen BDP-Kampagne „Gesunde Arbeit“ erscheinen monatlich speziell für Führungskräfte und Personalverantwortliche Broschüren mit Informationen und Tipps. Diese stehen im Internet zum Download und können auch abonniert werden.

► [www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit](http://www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit)

## Teil 10: Psychische Störungen

**Wie Unternehmen sie vermeiden oder mit ihnen umgehen können**

Broschüre verpasst? ► [www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit](http://www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit)

### **Herausgeber:**

Berufsverband Deutscher  
Psychologinnen und  
Psychologen e. V. (BDP)

Verbandsvorstand und  
Bundesgeschäftsstelle  
Am Köllnischen Park 2  
10179 Berlin

Telefon 030 - 209 166 - 600  
Telefax 030 - 209 166 - 680  
E-Mail [info@bdp-verband.de](mailto:info@bdp-verband.de)  
Internet [www.bdp-verband.de](http://www.bdp-verband.de)

