

Psychische Gesundheit und Diskriminierung – Diskriminierung und psychische Gesundheit

Beratung für psychische Gesundheit – Unterstützung für Mitarbeitende der Gesellschaft für Wirtschaftsförderung und Stadtentwicklung Göttingen mbH

Psychische Erkrankungen nehmen in Deutschland kontinuierlich zu, und zwar in einem drastischen Ausmaß. Laut der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e.V. (DGPPN) ist im Laufe eines Jahres jede*r vierte Erwachsene von einer psychischen Erkrankung betroffen.¹ Die Folgen einer psychischen Erkrankung sind häufig gravierend, sodass die Prävention, rechtzeitige Kontaktaufnahme und sensibler Umgang eine entscheidende Rolle spielen. Dr. Corinna Morys-Wortmann, Leiterin der Gesundheitsregion Göttingen/Süd-niedersachsen und Stephanie Blocher, Personalverantwortliche sind für Mitarbeitende der GWG mögliche erste Kontaktpersonen um über psychische Gesundheit zu sprechen. Im folgenden Interview berichten die beiden von ihren Erfahrungen.

Mit welchen Anliegen können sich die Mitarbeitenden an Sie wenden?

Das sind natürlich ganz verschiedene Anliegen. Was viele vielleicht nicht wissen ist, dass psychische Belastungen auch im Arbeitsschutz und in der Gefährdungsbeurteilung eines Arbeitsplatzes eine wichtige Rolle spielen. Psychische Belastungen entstehen einerseits aus individuellen Problematiken und können andererseits auch ganz strukturell mit einem Arbeitsplatz zusammenhängen. Ein Beispiel das viele kennen ist die sogenannte „häufige Arbeitsunterbrechung“. Bis zu einem gewissen Grad ist dies normal. Es gibt aber Arbeitsplätze bei denen dies ausgeprägter ist, als bei anderen.

Mitarbeitende, die sich belastet fühlen, können sich bei ihrem Vorgesetzten, bei uns oder Anke Glitsch als Arbeitssicherheitsbeauftragte melden und wir versuchen mit unserer externen Sicherheitsfachkraft für Entlastung zu sorgen und Lösungen zu finden. Bspw. einen Prozess aufzusetzen, wie Mitarbeitende „Ruhe-Arbeitszeiten“ kommunizieren und auch durchführen können.

*

Welche psychischen Erkrankungen sind häufig im Unternehmen?

Man kann uns bei unterschiedlichen Schwierigkeiten kontaktieren. Wir sind dankbar über jeden Mitarbeitenden der frühzeitig zu uns kommt und Bedenken, Ängste, Konflikte bis hin zum Mobbing anspricht.

Bei uns wird jede*r mit seinem Anliegen ernst genommen. Verschwiegenheit ist für uns sehr wichtig, es werden keine anderen oder weiteren Personen in die Thematik einbezogen, wenn der*die Mitarbeitende es nicht möchte.

Auch das weitere Vorgehen wird immer mit den betroffenen Personen abgestimmt. Es wird nichts über ihren*seinen Kopf hinweg entschieden.

„Die Erfahrungen in der Arbeit im Bündnis gegen Depression zeigen:

Je eher man sich informiert, desto leichter kann geholfen werden.“

*Dr. Corinna Morys-Wortmann, Leiterin
der Gesundheitsregion Göttingen/
Süd-niedersachsen*

„Es gibt eine Vielzahl von Hilfsangeboten. Wir können unterstützen, das Richtige zu finden.“

Dr. Corinna Morys-Wortmann, Leiterin der Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen

Welche Diskriminierungserfahrungen machen psychisch kranke Menschen womöglich am Arbeitsplatz? Was sind aus Ihrer Sicht mögliche Gründe für diese Diskriminierungen?

Psychische Erkrankungen sind weniger sichtbar als körperliche Erkrankungen.

Für eine Operation oder einen gebrochenen Arm gibt es Verständnis und Besserungswünsche, wohingegen psychische Krankheiten abgetan werden und im schlimmsten Fall sogar der Kontakt zu der psychisch erkrankten Person abgebrochen wird.

Es ist daher wichtig Personen im Arbeitskontext über psychische Erkrankungen zu informieren, Behandlungsmöglichkeiten aufzuzeigen und somit den Unsicherheiten der Kolleg*innen und der Führungskräfte zu begegnen.

*

Welche Auswirkungen hat die Corona-Pandemie auf Menschen gehabt, die sich an Sie wenden? Können Sie feststellen, inwiefern sich die Klientel oder die Anliegen durch die Pandemie verändert haben?

Die Pandemie hat an einigen Stellen zu mehr Vereinsamung geführt. Personen haben sich zurückgezogen und oft fehlt der soziale Kontakt zu den Kolleg*innen. Wenn eine Person psychisch erkrankt, fällt es daher eventuell erst später auf und kann weniger gut aufgefangen werden.

Auch ein Ausgleich im Privaten z.B. Teamsport und andere Hobbies waren während der Pandemie schwerer umsetzbar, was für Personen

mit psychischen Erkrankungen zusätzlich belastend sein kann.

Aber auch die Angst zu erkranken oder andere Personen anzustecken, sich im Home-schooling um Kinder zu kümmern oder Angehörige zu pflegen und evtl. gleichzeitig im Home Office zu arbeiten waren weitere Herausforderungen während der Pandemie.

*

Welche Hinweise/Ratschläge können Sie den Führungskräften geben, die Personen mit psychischen Erkrankungen in ihrem Team haben?

Ratschläge sind schwierig zu geben, da jede Situation und jede Person anders ist, sowohl die Führungskraft als auch die Mitarbeitenden. Wir würden zur Menschlichkeit und gegenseitigen Respekt einladen. Wir sind keine Roboter, weder Vorgesetzte noch Mitarbeitende. Wir machen Fehler, sind im ersten Moment vielleicht sprachlos, das Gefühl von Hilflosigkeit kann auf beiden Seiten entstehen - Das ist normal, soll uns aber nicht daran hindern ins Gespräch zu kommen. Jedes Gespräch, jedes Zuhören ist nützlich.

*

Was können Kolleg*innen tun, um die betroffenen Personen aus ihrem Umfeld zu unterstützen?

Auch hier ist es wichtig, dass die Kolleg*innen das Gespräch suchen bzw. zumindest ein Gesprächsangebot unterbreiten, sofern sie Veränderungen bei Einzelnen bemerken.

*

Was kann ein*e Arbeitgeber*in strukturell für die Personen tun, die psychisch krank sind?

Es ist wichtig, Mitarbeiter*innen Informationen über psychische Erkrankungen zur Verfügung zu stellen. Bei Corinna Morys-Wortmann sind Informationsflyer zu verschiedenen psychischen Erkrankungen erhältlich. Sprechen Sie uns gerne an!

Was sind wichtige Anlaufstellen im Falle einer psychischen Erkrankung, an die sich Betroffene selbst oder Angehörige wenden können?

Hier möchten wir auf den Wegweiser „Psychisch krank – und nun?“ von der Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen hinweisen.

Er enthält hilfreiche Informationen zu psychischen Erkrankungen und gibt einen guten Überblick über Beratungs- und Unterstützungsangebote im Raum Göttingen. Als Buch ist er bei Corinna Morys-Wortmann erhältlich. Den Wegweiser finden Sie auch hier:

<https://wegweiser-suedniedersachsen.de/>

Zitierte Literatur:

- 1 DGPPN e.V.: Basisdaten Psychische Erkrankungen. Berlin 2022
<https://www.dgppn.de/schwerpunkte/zahlenundfakten.html>.

Kontaktperson GWG psychische Gesundheit

Dr. Corinna Morys-Wortmann: 0551 54743-291
Stephanie Blocher: 0551 54743-27

In loser Folge
veröffentlichen wir
Informationsblätter für Führungs-
kräfte und Mitarbeitende von Universität
und Stadt Göttingen sowie GWG mbH
zu den Zusammenhängen von psychischer
Gesundheit und unterschiedlichen Aspekten
von Diskriminierung.

Wir führen damit unser gemeinsames
Engagement zur Umsetzung der
Charta der Vielfalt fort.

Weitere Informationen unter:
[www.uni-goettingen.de/psychische-
Gesundheit-Diskriminierung](http://www.uni-goettingen.de/psychische-Gesundheit-Diskriminierung)



Kontakt:

Birte Dortelmann
Unternehmenskommunikation
GWG Gesellschaft für
Wirtschaftsförderung und
Stadtentwicklung Göttingen mbH
Tel. 0551 54743-18
Mail: birte.dortelmann@gwg-online.de

Mit freundlicher Unterstützung der