



lpk

Landespsychotherapeutenkammer
Baden-Württemberg

Pressemitteilung

Diese Pressemitteilung finden Sie zum **Download** auch unter www.lpk-bw.de/presse

Stuttgart 10.10.2024

Gemeinsam für psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Landespsychotherapeutenkammer Baden-Württemberg zur Woche der seelischen Gesundheit

Unter dem Motto „Hand in Hand für seelische Gesundheit am Arbeitsplatz“ findet die diesjährige Woche der seelischen Gesundheit bundesweit vom 10. bis 20. Oktober statt. Sie wird vom Aktionsbündnis Seelische Gesundheit koordiniert und steht unter der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsminister Prof. Dr. Karl Lauterbach.

„Psychische Belastungen am Arbeitsplatz und deren Symptome wie Erschöpfung, Schlafstörungen oder Angstzustände können und sollten erkannt werden, um psychische Erkrankungen zu vermeiden. Angebote zur psychischen Gesundheit sollten gefördert werden“, betont die Landespsychotherapeutenkammer Baden-Württemberg.

Aktuelle Zahlen aus dem [DAK-Psychreport](#) belegen, dass die Fehltage von Arbeitnehmer*innen in den vergangenen zehn Jahren aufgrund psychischer Erkrankungen wie Depressionen, Belastungsreaktionen und Ängsten um 52 Prozent gestiegen sind. Nach Erkrankungen des Atmungssystems und des Muskel-Skelett-Systems sind sie laut Report der dritthäufigste Grund für Krankschreibungen. Gleichzeitig sind psychische Erkrankungen inzwischen eine der häufigsten Ursachen für eine Frühverrentung, was gesellschaftliche und wirtschaftliche Herausforderungen mit sich bringt.

Die Ursachen für psychische Erkrankungen sind vielfältig und individuell. Aktuelle gesamtgesellschaftliche Problemlagen belasten jedoch viele Menschen derzeit, wie beispielsweise die Nachwirkungen der Corona-Pandemie, die Klimakatastrophe und globale Konflikte oder Kriege. Auch Belastungen am Arbeitsplatz können zu psychischen Problemen führen. Ein hohes Arbeitspensum, Termin- und Zeitdruck, Konflikte mit Kolleg*innen oder Führungskraft können Gründe für psychische Belastung im Berufsleben sein. Umso wichtiger ist vorbeugendes, psychisches Gesundheitsmanagement. Die Psychotherapeutenkammer



Baden-Württemberg appelliert daher, am Arbeitsplatz psychische Gefährdungsbeurteilungen vorzunehmen. Dabei handelt es sich um eine Maßnahme, die über das Arbeitsschutzgesetz gesetzlich verankert ist. Arbeitgeber*innen müssen dafür sorgen, dass für jeden Arbeitsplatz die möglichen psychischen – und körperlichen – Belastungen erkannt und dokumentiert werden. Außerdem sind sie verpflichtet entsprechende Maßnahmen zum Schutz der (psychischen) Gesundheit einzuleiten und umzusetzen.

Ein erfolgreiches Stressmanagement kann zudem bei der Prävention von psychischen Leiden helfen, indem Stresssignale rechtzeitig erkannt und Maßnahmen der Selbstfürsorge ergriffen werden. Dazu gehören beispielsweise Pausen und Entspannungsmethoden, aber auch Bewegung und soziale Kontakte sind nicht zu unterschätzen. Bei dauerhaft auftretenden Warnzeichen, beispielsweise ein „Nicht-Abschalten-Können“ in der Freizeit, Gedankenspiralen oder sogar psychosomatische Beschwerden, sollte dies unbedingt ernstgenommen und psychotherapeutische Unterstützung in Erwägung gezogen werden. Über die Homepages der Landespsychotherapeutenkammer oder der Kassenärztlichen Vereinigung können Hilfesuchende nach geeigneten Anlaufstellen suchen.

Die Wartezeit auf einen Psychotherapieplatz ist vielerorts immer noch unzumutbar lang: Sie beträgt in Baden-Württemberg durchschnittlich 4,5 Monate, hinzu kommen häufig bürokratische Hürden sowie Abweisungen durch die Krankenkasse bei Antrag auf Kostenerstattung. Um die psychotherapeutische Versorgungssituation zu verbessern, fordern die Psychotherapeutenkammern daher seit Jahren, dringend die veraltete Bedarfsplanung zu reformieren, um mehr Kassensitze zu schaffen.

Kontakt:

Natalia Häusler
Ressort Öffentlichkeitsarbeit
Landespsychotherapeutenkammer Baden-Württemberg
Jägerstr. 40, 70174 Stuttgart
Tel.: 0711/674470-0
info@lpk-bw.de