

# Wenn die Arbeit krank macht

Jeder zweite Arbeitnehmer leidet irgendwann an einer psychischen Störung oder Krankheit. Ein Fachmann empfiehlt: Hinschauen und rasch reagieren.

**ST.GALLEN.** «Gesunde und zufriedene Mitarbeitende sind ein Erfolgsfaktor. Sie sind freundlicher, kreativer und leisten mehr.» Das sagte Samuel Rom, Fachpsychologe und Klinikchef, vor Wirtschaftsvertretern aus den Kantonen St. Gallen und Appenzell Auserrhoden sowie dem Fürstentum Liechtenstein. Seine Aussage war eine Antwort auf die Frage, was verantwortliche Führungspersonen zum Erhalt der psychischen Gesundheit der Mitarbeitenden beitragen können. Die Veranstaltung «Psychisch gesund und leistungsfähig» hatte das Forum BGM (Betriebliches Gesundheitsmanagement Ostschweiz) in St. Gallen organisiert.

## Die Hälfte betroffen

Rom zeigte aufgrund von Studien auf: 25 Prozent der Mitarbeitenden haben ein psychisches Problem, das sich auf ihre Arbeitsfähigkeit ausgewirkt. Im Laufe seines Berufslebens liege der Anteil bei kleineren und mittleren Unternehmen sogar bei 50 Prozent –

also: Jeder zweite Arbeitnehmer leidet irgendwann an einer psychischen Störung oder Krankheit.

## Signale erkennen

Es gebe klare Signale, die auf eine mögliche psychische Störung hinweisen, sagt Rom. Dazu gehören wiederholte körperliche Beschwerden, reduziertes Arbeitstempo, mehr Fehler, sozialer Rückzug, Weinerlichkeit, Unruhe, gesteigertes Konsumverhalten bei Kaffee, Zigaretten, Alkohol und Tabletten sowie verminderte Zuverlässigkeit und gehäufte Absenzen. Es gibt aber auch die gegenteiligen Anzeichen. Rom redet dann von den «Überzeitmachern» oder langen Anwesenheitszeiten im Unternehmen bei beschränkter Leistung.

Was kann die Unternehmensführung in solchen Fällen tun? Nötig sei eine offene, transparente und wertschätzende Gesprächskultur – auf allen Hierarchie-Ebenen. Zudem klare Führungsgrundsätze ohne Widersprüchlichkeiten, welche den Mitarbei-

tenden Sicherheit geben. Und dann gelte es im Ernstfall hinzusehen und hinzuhören, um zu merken, wenn sich bei Mitarbeitenden etwas ändert. «Fördern und fordern», postuliert der Experte. «Nicht warten, denn: Nichts zu tun ist schlimmer als jeder Fehler.» Rom spricht sich auch gegen eine Schonhaltung gegenüber Betroffenen aus.

## Wo es Hilfe gibt

Auch Jürg Engler vom St. Galler Bündnis gegen Depression plädierte dafür, rasch zu reagieren, sobald Veränderungen festgestellt werden, die auf psychische Probleme hinweisen. Diese sollen mit dem Betroffenen angesprochen werden. Und es sei sinnvoll, früh Fachleute beizuziehen, sagt Jürg Engler. Eine gute Anlaufstelle seien die Hausärzte. (l6)

Informationen über Hilfsangebote bei psychischen Problemen:  
[www.buendnis-depression.sg.ch](http://www.buendnis-depression.sg.ch)  
[www.buendnis-depression.ar.ch](http://www.buendnis-depression.ar.ch)  
[www.buendnis-depression.li](http://www.buendnis-depression.li)