

## Medienmitteilung

Neue Kampagne zur Früherkennung psychischer Krankheiten am Arbeitsplatz

# Das Tabu psychischer Leiden am Arbeitsplatz brechen

Zug, 4. September 2014 – Immer mehr Menschen erkranken psychisch und fühlen sich vor allem arbeitsbedingt ausgebrannt. Zugleich werden psychische Leiden im Arbeitsumfeld aber am stärksten tabuisiert. Betroffene leiden doppelt: An der Krankheit selbst und zusätzlich am krampfhaften Versteckspiel. Das kostet gefährlich viel Energie und manche auch das Leben. Dagegen tritt die Werner Alfred Selo Stiftung mit ihrer Kampagne «Psyche krank? Kein Tabu!» an und präsentiert im zweiten Kampagnenjahr neue Hilfestellungen speziell für Firmen: Eine Infoline und praxisnahe Tools für Arbeitgeber sowie kreatives Info-Material für Mitarbeiter. Ein Kernelement ist der innovativen «Fadentest», der als Kurz-Check sinnbildlich die Länge des Energiefadens misst und Alarmsignale greifbar macht. Die Kampagne wurde mitgestaltet von Vertretern der Migros Luzern, Roche Diagnostics, Mercedes Benz Schweiz, diversen KMU sowie Arbeitnehmern und Fachpersonen und wird vorerst als Pilot im Kanton Zug lanciert.

### «Vorübergehend ausser Betrieb.»

Mit diesem arbeitsbezogenen Wortspiel macht der neue, an Firmen gerichtete Kampagnen-Slogan deutlich: Was bei einer Maschine normal ist, ist auch bei Menschen und darf nicht totgeschwiegen werden. Mit der frühen und richtigen Behandlung gehen die meisten psychischen Erkrankungen vorüber. Doch das Tabu hat fatale Folgen: Unentdeckte und unbehandelte Erkrankungen verursachen Kosten in Milliardenhöhe und enden nicht selten im Suizid. Prominente Fälle wie jüngst Robin Williams oder Carsten Schloter von Swisscom machen Schlagzeilen, doch von der Öffentlichkeit unbemerkt nehmen sich in der Schweiz täglich vier Personen das Leben.



### Reden bevor man zusammenklappt

«Um solche Tragödien zu verhindern, soll man über Depressionen, Ängste oder Sucht ebenso selbstverständlich reden dürfen wie über Beinbrüche oder einen Herzinfarkt», fordert Marylou Selo, Präsidentin der Werner Alfred Selo Stiftung. Sie ist selbst Bipolar-Betroffene, kann aber dank der richtigen Behandlung gut damit leben. «Wir möchten mithelfen, das Tabu zu brechen – auch am Arbeitsplatz. Dort verbringen schliesslich viele Menschen die meiste Zeit ihres Tages, darum sind genaues Hinsehen und Offenheit gefragt», so Selo. Diesen Prozess möchten die «sprechenden Gegenstände» der Kampagne anstossen, in dem sie ihr Leid ohne Scham beim Namen nennen: «Ich klappe zusammen» gesteht z.B. eine Karte und die Auflösung erklärt: «Bei Karten kann das sein, bei Menschen auch.» So macht eine ganze Serie von Alltagsgegenständen mit kreativen Sprüchen Mut zum Reden – auf allen Hierarchiestufen.



### Hilfe für Arbeitgeber: Neue Infoline und Toolbox

Während es für Betroffene viele gute Beratungsangebote gibt, sind Firmen oft überfordert und verloren im Dschungel der Anlaufstellen. Hier bietet die Kampagne konkrete Hilfe für KMU ebenso wie für Grossbetriebe:

- Die neue **Infoline für Arbeitgeber 0848 77 00 77** (Mo-Do, 10-16 Uhr), betreut durch die Selo-Stiftung, berät Firmen bei ihren individuellen Fragen zu psychischer Krankheit am Arbeitsplatz und vermittelt die richtigen Anlaufstellen.
- Die **Toolbox für Arbeitgeber** bietet praxisnahe Informationen wie Checklisten zur Früherkennung, Leitfäden für Mitarbeitergespräche, Vorlagen für die interne Kommunikation, u.v.m.
- Der **Info-Beutel für Angestellte** enthält den innovativen «Fadentest»-Kurz-Check und kann mit weiteren kreativen Materialien je nach Bedürfnissen der Firma zusammengestellt werden. Die vollständige Liste und das Bestellformular finden Sie auf [www.kein-tabu.ch](http://www.kein-tabu.ch).



### Innovativer Kurz-Check für Mitarbeiter: Wie lang ist Ihr Energiefaden?

Herzstück des neuen Info-Materials ist der kreative «Fadentest»: Fünf Kurz-Check-Fragen werden mit einem «Energiefaden» beantwortet, dessen Endlänge den groben Belastungsgrad ermittelt. Das Resultat kann in einem ausführlichen Online-Test individuell vertieft und mit Hilfestellungen im oder ausserhalb des Unternehmens ergänzt werden.

### Früherkennung spart Leid und Kosten

Die Investition in die körperliche und psychische Gesundheit der Angestellten ist nicht nur eine Frage der betrieblichen und sozialen Verantwortung. Sie steigert auch die Produktivität und spart langfristig hohe Kosten:

- Weniger Ausfallzeiten = weniger Absenkkosten (Absentismus)
- Mehr Produktivität der Anwesenden (= weniger Präsentismus)
- Weniger Kündigungen = weniger Fluktuation (Ressourcen)

Reto Kron, Leiter Personelles der Genossenschaft Migros Luzern, betont: «Die Enttabuisierung psychischer Erkrankungen erachten wir bei der Migros Luzern als wichtige Voraussetzung für eine wirkungsvolle Früherkennung. Aus diesem Grund setzen unsere Massnahmen bei der Schulung und Sensibilisierung von Vorgesetzten an.» Und auch Thomas Zeeck, Leiter Key Account Management bei Mercedes Benz Schweiz ist überzeugt: «Gesundheitsschutz – und damit auch der Schutz der psychischen Gesundheit – ist ein wichtiges Unternehmerthema und gehört auf den Radar und in den jährlichen Mitarbeiterbewertungsprozess jeder Firma.

Früherkennung und eine offene Gesprächskultur entlasten somit nicht nur Betroffene, sondern auch Vorgesetzte und Teams und verbessern das Betriebsklima durch:

- Besseres Verständnis = mehr Sicherheit im Umgang miteinander
- Bessere Chancen für Frühbehandlung = Suizidprävention und Genesung
- Besseren Einbezug von Betroffenen und Rückkehrern = bessere (Re)integration, bessere Arbeitschancen besonders für betroffene Jugendliche

### Alarmierende Zahlen

- \* **Jeder Zweite** erleidet einmal im Leben eine psychische Erkrankung.
- \* **Jeder fünfte Arbeitnehmer** leidet unter Depressionen.
- \* **Dreimal längere Ausfälle** Bei körperlichen Krankheiten dauert ein Ausfall im Schnitt 11 Tage; bei psychischen Störungen sind es im Schnitt 37 Tage!
- \* **Doppelt so viele Erkrankungen** Die Zahl der psychischen Erkrankungen und die Krankschreibungen aus psychischen Gründen haben sich in den letzten 10 Jahren mehr als verdoppelt.
- \* **15 Mia. Franken** volkswirtschaftliche Kosten verursachen psychische Erkrankungen jährlich in der Schweiz; über die Hälfte sind indirekte Folgekosten wie Produktivitätseinbussen, Arbeitsausfälle und Frühpensionierungen.
- \* **40% der IV-Renten** sind auf psychische Störungen zurückzuführen

### Pilotfirmen gesucht

Um eine möglichst breite Wirkung zu entfalten, sind Firmen eingeladen, das Thema psychische Gesundheit anzupacken und die Kampagne «Psyche krank? Kein Tabu!» in ihrem Unternehmen einzuführen: Bestellungen auf [www.kein-tabu.ch](http://www.kein-tabu.ch).

### Wer steht hinter der Kampagne

Die Kampagne ist eine Initiative der Werner Alfred Selo Stiftung und wird unterstützt vom Gesundheitsamt des Kantons Zug, in dessen Programm Psychische Gesundheit die fünfjährige Kampagne eingebettet ist. Als Schirmherr engagiert sich Gesundheitsdirektor Urs Hürlimann: „Weil psychische Erkrankungen immer häufiger werden, hat der Kanton Zug die psychische Gesundheit zu einem Schwerpunktthema gemacht. Es ist Zeit, die Realität psychisch kranker Menschen offen anzusprechen und Vorurteile abzubauen“, so Hürlimann. Die Inhalte der Firmen-Kampagne wurden mitentwickelt von einer Arbeitsgruppe mit Arbeitgebern und Arbeitnehmern aus KMU und Grossbetrieben (Migros Luzern, Roche Diagnostics, Siemens, Innerschweizer Malermeisterverband) sowie von Betroffenen und Fachpersonen.

**Für weitere Informationen:** [www.kein-tabu.ch](http://www.kein-tabu.ch) / **Download Bilder:** <http://kein-tabu.ch/kampagne/fotos/>

**Kontakt:** Noemi Deak, Geschäftsführerin Werner Alfred Selo Stiftung  
c/o Life Science Communication | Telefon +41 43 266 88 51 | Mobile +41 076 383 28 61  
E-mail [info@selofoundation.ch](mailto:info@selofoundation.ch) | [info@kein-tabu.ch](mailto:info@kein-tabu.ch)

### Über die Werner Alfred Selo Stiftung

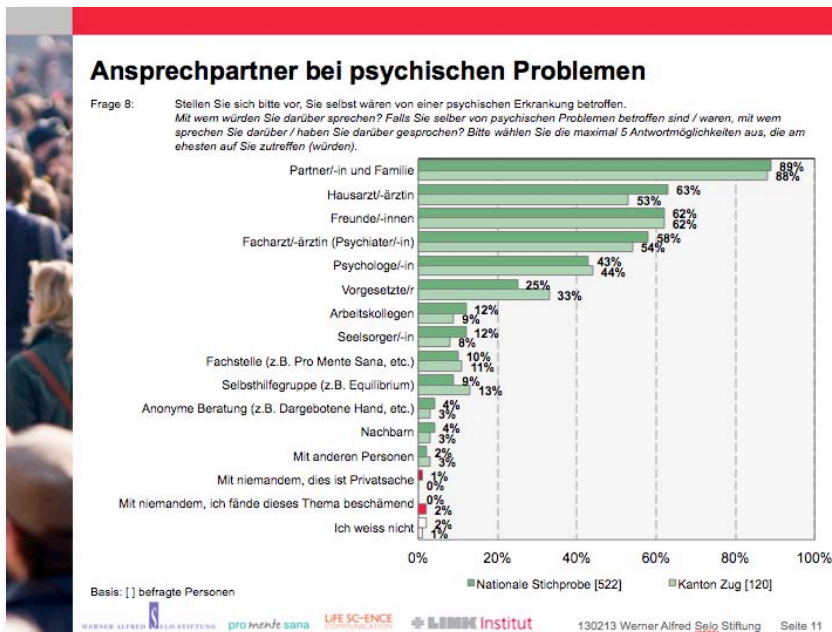
Die 1994 gegründete Werner Alfred Selo Stiftung engagiert sich seit 20 Jahren für die Erforschung und Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen, mit besonderem Fokus auf Depression, affektive Störungen und deren Komorbidität mit Kopfschmerz.

Die in Zug und den USA wohnhafte Diplombolmetscherin Marylou Selo gründete die Stiftung in Gedenken an ihren Vater, den deutschen Erz- und Metallhändler Werner Alfred Selo (1908 – 1993), der nach einem lebenslangen Leidensweg mit chronischer Migräne und Depression Suizid beging. Um anderen Betroffenen zu helfen, beschloss Marylou Selo – die selber an manisch-depressiven Störungen leidet – sich in der Schweiz für die Forschungsförderung auf dem Gebiet der Depression einzusetzen. Aus ihrem Anliegen, der Marginalisierung von psychisch Kranken entgegenzutreten und ihnen Gehör zu verschaffen, wurde ein Lebenswerk mit viel unentgeltlichem Engagement. [www.selofoundation.ch](http://www.selofoundation.ch) / [www.kein-tabu.ch](http://www.kein-tabu.ch)

**Anhang: Auszug aus der repräsentativen Studie «Das Stigma psychischer Krankheiten – wie offen ist die Schweiz wirklich?»<sup>1</sup> der Werner Alfred Selo Stiftung.**

**Tabuzone Job: Das verhängnisvolle Schweigen am Arbeitsplatz**

Gemäss einer repräsentativen Studie<sup>1</sup> der Werner Alfred Selo Stiftung würde nur jeder Vierte (25%) ein psychisches Problem seinem/r Vorgesetzten anvertrauen, und unter Arbeitskollegen würde es gar nur jeder Zehnte ansprechen (11%). Genau die Arbeitssituation sieht aber mehr als jeder Zweite (56%) für psychische Krankheiten verantwortlich. Über die Hälfte (56%) ist der zudem Meinung, dass Betroffene in der Arbeitswelt diskriminiert würden. «Das darf nicht sein!», betont Marylou Selo, Präsidentin der Werner Alfred Selo Stiftung. «Die Prävention und der richtige Umgang mit psychischen Erkrankungen muss in Unternehmen ebenso wichtig werden wie die Prävention von Unfällen und körperlichen Krankheiten.»



<sup>1</sup> LINK-Studie 2013 «Das Stigma psychischer Krankheiten – wie offen ist die Schweiz wirklich?» <http://kein-tabu.ch/wp-content/uploads/2013/08/Selo-nationale-Umfrage-zum-Stigma-psychischer-Erkrankungen-2013.pdf>



**Anhang 2: Bilder der Kampagne «Psyche krank? Kein Tabu! Auch nicht am Arbeitsplatz.»**

Download unter: <http://kein-tabu.ch/kampagne/fotos/>



Stiftungsräte Markus Zwicky und Marylou Selo

**Kampagnen-Elemente**

