

MEDIENMITTEILUNG Langversion

Olten, Binningen, 19. Mai 2019

Psychisch gesund arbeiten: Ein neues Angebot hilft weiter

Stress und Konflikte am Arbeitsplatz führen vermehrt zu Krankschreibungen. Diese verursachen Leid und volkswirtschaftliche Kosten – Tendenz steigend. Angestellte Schweiz und WorkMed schaffen Abhilfe: Mit ihrer neuen [Web-App «Etwas tun?!»](#) helfen sie Menschen, an der Arbeit psychisch fit zu bleiben.

Immer mehr Menschen in der Schweiz beanspruchen psychiatrische oder psychotherapeutische Behandlungen. Das zeigt eine [aktuelle Übersicht von BAK Economics](#) zu psychischen Erkrankungen und deren volkswirtschaftlichen Kosten in der Schweiz. Zunehmend mehr Arbeitnehmende werden krankgeschrieben.

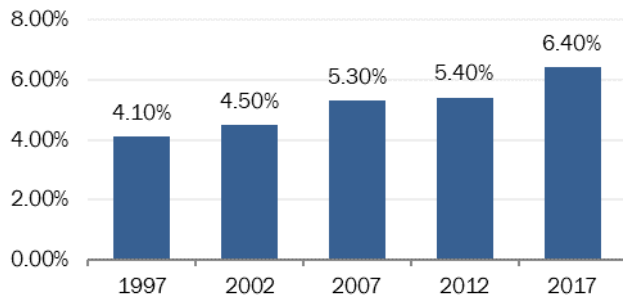
Die Arbeitnehmerorganisation Angestellte Schweiz will dieser Entwicklung entgegenwirken. «Mit unserer neuen [Gesundheits-App](#) setzen wir auf Prävention», sagt Stefan Studer, Geschäftsführer von Angestellte Schweiz, «damit stärken wir den Angestellten den Rücken.»

Mitarbeitende benötigen psychische Rückendeckung

Die Unternehmen wiederum können mit der Web-App ihr betriebliches Gesundheits-Management verbessern. Denn: «Heutzutage reicht es nicht mehr, wenn Unternehmen ihren Mitarbeitenden einfach einen Fruchtkorb für den Vitaminkick bereitstellen», so Studer, «die Angestellten benötigen vielmehr kompetente, psychische Rückendeckung». Darum bietet die neue App «Etwas tun?!» hilfreiches Fachwissen in einfach verständlicher Form an.

Dahinter steht die Expertise von WorkMed, einem Kompetenzzentrum der Psychiatrie Baselland. Dessen Leiter, der Psychologe Niklas Baer, hat die App mit dem WorkMed-Team von Grund auf entwickelt. «Es ist wichtig und richtig, dass wir psychische Probleme vermehrt behandeln», sagt Baer, «zugleich müssen wir aber auch verstärkt vorsorgen». Nur so liessen sich individuelles Leid und die steigenden Kosten reduzieren, ist Baer überzeugt.

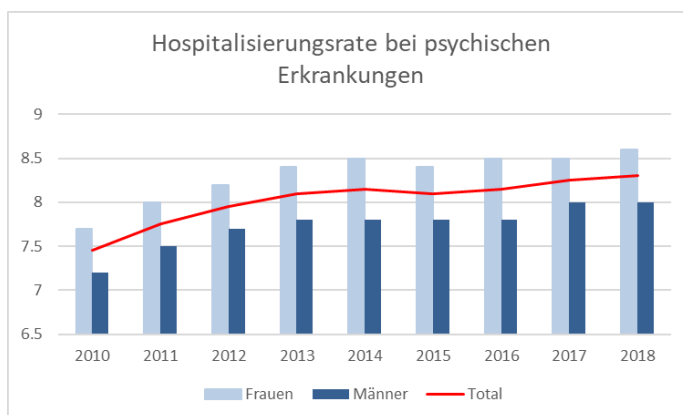
Immerhin entsteht über die Hälfte aller Krankschreibungen durch Konflikte am Arbeitsplatz ([detaillierte Zahlen](#)). Wer krankgeschrieben wird, riskiert in der Folge, gekündigt, arbeitslos oder gar invalid zu werden. «Längere Krankschreibungen sind dafür das grösste Einfallstor», warnt Baer. Sie belasten alle: Die Arbeitnehmenden, die Unternehmen und die Volkswirtschaft.



Immer mehr Menschen beanspruchen psychische Behandlungen. Das bedeutet nicht, dass heutzutage mehr Menschen erkranken als früher. Vielmehr werden psychische Probleme heute stärker thematisiert. (Quelle: [BAK Economics, Übersicht zu psychischen Erkrankungen](#)

und deren volkswirtschaftlichen Kosten in der Schweiz).

Genau Zahlen zu den Kosten fehlen in der Schweiz, es gibt indes umfassende Schätzungen. Angestellte Schweiz hat dazu [bei BAK Economics eine Analyse in Auftrag gegeben](#). Gemäss dieser liegen die medizinischen und volkswirtschaftlichen Kosten, die durch psychische Erkrankungen und Krankschreibungen entstehen, hierzulande jährlich zwischen 8,1 bis 11 Milliarden Franken. Je nach Berechnungsgrundlagen ist die Last noch höher: Laut dem schweizerischen Gesundheitsobservatorium (Obsan) belaufen sich die jährlichen Kosten auf 21 Milliarden Franken.



Steigende Hospitalisierungsrate: Diese Grafik zeigt, wie viele Patientinnen und Patienten pro 1000 Einwohner in Folge psychischer Erkrankungen ins Krankenhaus eingewiesen wurden (Quelle: [BAK Economics, Bundesamt für Statistik \(Medizinische Statistik der Krankenhäuser\), Schweizerisches Gesundheitsobservatorium \(Obsan\)](#)).

Fest steht: Die Kosten steigen stetig. Ebenso ist gemäss Psychologin Baer «kein Ende der stetig zunehmenden Arbeitsunfähigkeiten in Sicht». Für Stefan Studer ist deshalb klar: «Wir müssen Gesundheit neu denken.» Denn spätestens seit der Corona-Pandemie wissen wir, dass Gesundheit ein kollektives Gut ist: «Dem wollen wir jetzt Sorge tragen!»

Arbeitnehmende steigern ihre Selbstkompetenz

Deshalb bieten Angestellte Schweiz und WorkMed die «Etwas tun?!»-App so breit wie möglich an: Einerseits fordern sie Unternehmen dazu auf, die App ihren Mitarbeitenden zur Verfügung zu stellen. Andererseits stellen sie ihr Präventionsprogramm auch frei zugänglich allen arbeitenden Menschen direkt zur Verfügung: Jeder und jede kann sich damit eigenverantwortlich psychisch wappnen.

Gesundheits-Kompetenz kann man sich aneignen

Der Name der neuen Web-App «Etwas tun?!» ist Programm: *Etwas* für die Gesundheit *tun!* Nutzerinnen und Nutzer erfahren, *was* sie tun können.

Stefan Studer ist überzeugt: «Es liegt im Interesse aller, dass sich Angestellte neue Gesundheits-Kompetenzen aneignen». Wer lerne, am Arbeitsplatz aufmerksamer auf seine psychische Gesundheit zu achten, der sei auch im Privatleben fitter.

Vorsorge lohnt sich, denn: «Konflikte und Krankschreibungen lassen sich häufig vermeiden, wenn man sie früh genug angeht», sagt Psychologe Niklas Baer. Die neue App sei «ein Belastungs-Bewältigungs-Tool». Mitarbeitende und Vorgesetzte lernen damit, Probleme frühzeitig und verträglich anzusprechen. Sie erfahren, wie sie produktiv mit Stress, Kränkungen und Krisen umgehen.

Keine Tabus: «Etwas tun?!» hilft diskret und anonym

Die App bietet zahlreiche Vorsorge-Tipps und -Übungen. Sie begleitet die gesunden Arbeitnehmenden. Mit ihr kann man sich auch gegen künftigen Stress wappnen: «Es kann uns allen passieren, dass wir plötzlich vor Veränderungen im Betrieb stehen. Diese können uns verunsichern und herausfordern», sagt Baer.

Die App gibt auch Ratsuchenden Tipps, die belasteten Kollegen oder Kolleginnen helfen möchten. Ebenso unterstützt sie jene Menschen, die bereits psychisch angeschlagen sind. Diese brauchen jemanden, der oder dem sie sich anvertrauen können. Viele halten ihre Probleme für ein Tabu. «Etwas tun?!» informiert und orientiert diskret – ohne dass sich Nutzende «outen» müssen.

Die App wirkt menschlich, weil echte Menschen dahinterstehen: Sie basiert auf den langjährigen Erfahrungen der Psychologinnen und Psychologen von «WorkMed». Deren Empathie und Know-how sollen in der App in spürbar werden.

Angriffe auf das psychische Wohlbefinden abfedern

Wer die App besucht, findet typische Figuren wieder, die man aus dem eigenen Arbeitsleben kennt: Da tummeln sich Nervensägen, Intrigantinnen, Wichtigtuer. Da wird gemobbt und rivalisiert. Betroffene erfahren, wie sie damit gesund umgehen können.

Dazu schlägt die App den Nutzenden interaktiv und spielerisch Tests und Lösungswege vor. Soll man sich beispielsweise in einem Konflikt wehren, zurückziehen oder gleich kündigen? «Etwas tun?!» zeigt auf, wohin die verschiedenen Verhaltensweisen führen.

«Etwas tun?!» will Mut machen. Die App zeigt Lösungswege auf. Ihre Hauptbotschaft: Nur zu, du kannst tatsächlich *etwas tun!*

Geballtes Fachwissen in einer App

Diese zwei Kenner des Arbeitslebens spannen zusammen: Die Arbeitnehmerorganisation [Angestellte Schweiz](#) und [WorkMed](#), ein Kompetenzzentrum der Psychiatrie Baselland, haben gemeinsam die [App «Etwas](#)

[tun?!»](#) entwickelt. WorkMed gilt als Pionier auf seinem Gebiet und bietet innovative Lösungen am Arbeitsplatz für psychisch erkrankte Menschen. Angestellte Schweiz setzt sich seit über 100 Jahren für Arbeitnehmende ein – beweglich, verlässlich und hilfreich.

Benötigen Sie weitere Informationen, Bildmaterial sowie detaillierte Zahlen zur Zunahme der Kosten und Krankschreibungen? Sie finden diese in der [BAK-Analyse](#) sowie unter www.angestellte.ch und www.workmed.ch.

Kontakt:

- **Stefan Studer**, Geschäftsführer Angestellte Schweiz. Tel: 044 360 11 41
E-Mail: stefan.studer@angestellte.ch
- **Jan Borer**, BSc Arbeitspsychologie, Angestellte Schweiz. Tel: 044 360 11 59
E-Mail: jan.borer@angestellte.ch

- **Niklas Baer**, Leiter WorkMed. Tel: 061 685 15 01
E-Mail: niklas.baer@workmed.ch
- **Cécile Kirchgraber**, Psychologin WorkMed. Tel: 061 685 15 36
E-Mail: cecile.kirchgraber@workmed.ch