

Psychische Gesundheit im Fokus: Der Welttag als Impulsgeber für Veränderung

Treten Sie als Betriebsrat mit der grünen Schleife in Aktion

In Deutschland erfüllt mehr als jeder vierte Erwachsene im Verlauf eines Jahres die Kriterien einer psychischen Erkrankung. Unter den am häufigsten auftretenden Krankheitsbildern finden sich Angststörungen, Depressionen sowie Störungen aufgrund von Alkohol- oder Medikamentenkonsum. Vor diesem Hintergrund rückt der Welttag für seelische Gesundheit das Thema Angst in Zeiten von Krisen in den Mittelpunkt. Erfahren Sie mehr zu dieser Initiative und was Sie speziell als Betriebsrat zu diesem Thema tun können.



Redaktion

Stand: 6.10.2023

Lesezeit: 02:45 min



Jedes Jahr am 10. Oktober wird der **Welttag für seelische Gesundheit** (World Mental Health Day) gefeiert, eine wichtige Initiative der World Federation for Mental Health (WFMH) seit 1992. Dieser Tag markiert den Beginn vieler Veranstaltungen, die von verschiedenen Organisationen angeboten werden. **Das diesjährige Motto ist: „Zusammen der Angst das Gewicht nehmen“.** In Deutschland wird die Schirmherrschaft vom Aktionsbündnis Seelische Gesundheit übernommen, das zur Diskussion über den gesunden Umgang mit Unsicherheit und Überforderung in Krisenzeiten einlädt. Die Aktion soll dazu beitragen, Lösungsansätze zu entwickeln und das Bewusstsein für seelische Gesundheit zu fördern.

Durch die steigenden Zahlen der psychischen Erkrankungen in Deutschland, verdient dieses Anliegen intensive Aufmerksamkeit.

Warum ist diese Aktion so wichtig?

Aufgrund der steigenden psychischen Erkrankungszahlen in Deutschland erfordert dieses Anliegen besondere Aufmerksamkeit. Laut Angaben der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e. V. (DGPPN) sind jedes Jahr etwa 27,8 % der erwachsenen Bevölkerung in Deutschland von psychischen Erkrankungen betroffen, was etwa 17,8 Millionen Menschen entspricht. Zu den häufigsten Störungen gehören Angststörungen (15,4 %), affektive Störungen (9,8 %, darunter 8,2 % unipolare Depressionen) und Störungen im Zusammenhang mit Alkohol- oder Medikamentenkonsum (5,7 %). (Quelle: DGPPN)

Nur 18,9 % der 27,8 % Betroffenen, die tatsächlich Hilfe benötigen, suchen professionelle Unterstützung. Dies wirft die Frage auf, warum so viele Menschen ihre Erkrankung verbergen oder nicht erkennen. Spielt womöglich Stigmatisierung, mangelnde Aufklärung und andere soziokulturelle Faktoren eine Rolle? Die Herausforderung besteht darin, diese Hindernisse zu identifizieren und Wege zu finden, die Menschen mit psychischen Erkrankungen ermutigen, professionelle Hilfe anzunehmen. Das Hauptziel ist die Verbesserung der Lebensqualität und die Wiederherstellung der psychischen Gesundheit der Betroffenen.

In einer Zeit von globalen Krisen steigt das Risiko von Angststörungen und psychischen Erkrankungen.

Was ist das Ziel dieses Aktionstages?

Das Ziel dieses Aktionstages ist die Sensibilisierung für psychische Gesundheitsprobleme in unserer Gesellschaft. In einer Zeit, die von globalen Herausforderungen wie der Klimakrise, dem Ukraine-Krieg und wirtschaftlicher Unsicherheit geprägt ist, steigt das Risiko von Angststörungen und psychischen Erkrankungen, die sich in verschiedenen Formen manifestieren können. Diese Probleme können durch Unsicherheiten in der Arbeitswelt, chronische Erkrankungen und persönlichen Sorgen noch verstärkt werden. Die jährliche Aktion des Bündnisses zielt darauf ab, Aufklärung zu betreiben. Das Tabu um psychische Belastungen soll gebrochen und ein offener Dialog gefördert werden. Jeder von uns kann einen Beitrag leisten, indem er zuhört und kommuniziert, um Menschen in schwierigen Zeiten zu unterstützen.

Die Bedeutung des Aktions-Tags für die Betriebsratsarbeit

Warum sollten Sie als Betriebsrat den Welttag für seelische Gesundheit im Blick behalten? Dieser besondere Tag bietet eine ausgezeichnete Gelegenheit, die Situation in Ihrem Betrieb kritisch zu beleuchten. Wie geht es den Kolleginnen und Kollegen in diesen anspruchsvollen Zeiten? Wie wird im Betrieb mit dem Thema psychische Belastungen umgegangen? Finden offene Diskussionen statt? Existiert eine Anlaufstelle,

an die sich betroffene Mitarbeiter vertrauensvoll wenden können, sei es eine Expertengruppe, der Betriebsarzt, der Gesundheitsschutzbeauftragte oder Mitglieder des Betriebsrats?

Als Betriebsrat können Sie aktiv zur Sensibilisierung beitragen und Maßnahmen ergreifen, um die psychische Gesundheit Ihrer Belegschaft zu fördern. Hier einige Vorschläge für Ihre Öffentlichkeitsarbeit:

1. Nutzen Sie diesen Tag, um die Belegschaft über die Bedeutung der seelischen Gesundheit zu informieren und auf die bestehenden Herausforderungen hinzuweisen.
2. Als Betriebsrat können Sie die Geschäftsleitung auf etwaige Missstände im Umgang mit psychischen Belastungen im Betrieb hinweisen und Verbesserungen anregen.
3. Ermutigen Sie die Geschäftsleitung dazu, Räume und Gelegenheiten für Diskussionen und Erfahrungsaustausch zu schaffen, sei es in der Kantine, an Kaffee-Points oder in Meetingräumen.
4. Starten Sie eine Umfrage zur Thematik psychische Belastungen unter den Mitarbeitern, um ein besseres Verständnis für die Situation im Betrieb zu gewinnen.
5. Vergessen Sie nach dem Aktionstag nicht, das Thema psychische Belastungen in Ihre laufende Betriebsratsarbeit zu integrieren. Es sollte kontinuierlich Beachtung finden und entsprechende Maßnahmen sollten entwickelt und umgesetzt werden, um die seelische Gesundheit der Belegschaft zu stärken.

Der Welttag für seelische Gesundheit bietet die Möglichkeit, auf diese wichtige Thematik aufmerksam zu machen und konkrete Schritte zur Verbesserung der psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz zu initiieren.

Abschließend möchten wir Ihnen eine kreative Möglichkeit vorstellen, wie Sie als Betriebsrat das Thema der seelischen Gesundheit in Ihren Betrieb einführen können. Hans Christian Anders sagte einst: „Musik spricht dort, wo Worte fehlen.“ Mit diesem Gedanken im Hinterkopf können Sie den offiziellen Song der grünen Schleife, „Hier ist was in Bewegung“ von dem selbst betroffenen Musiker David Floyd, als einen melodischen Einstieg in das Thema nutzen. Stellen Sie sich vor, dieser Song würde in Ihrem Betrieb vor Beginn der Arbeit am 10.10. erklingen? Das würde sicherlich das Interesse und die Neugier Ihrer Kollegen wecken und den idealen Startpunkt für anregende Diskussionen schaffen. (SW)

Kontakt zur Redaktion

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Wenden Sie sich gerne direkt an unsere Redaktion. Wir freuen uns über konstruktives Feedback!

redaktion-dbr@ifb.de