



KLINIKEN
VALENS

Psychische Gesundheit und Arbeit

Hauptversammlung 2024
der Industrie AR
in der Klinik Gais



02.05.2024





Weshalb haben
psychische
Erkrankungen so stark
zugenommen?





Kann und soll man überhaupt arbeiten, solange man psychisch krank ist?



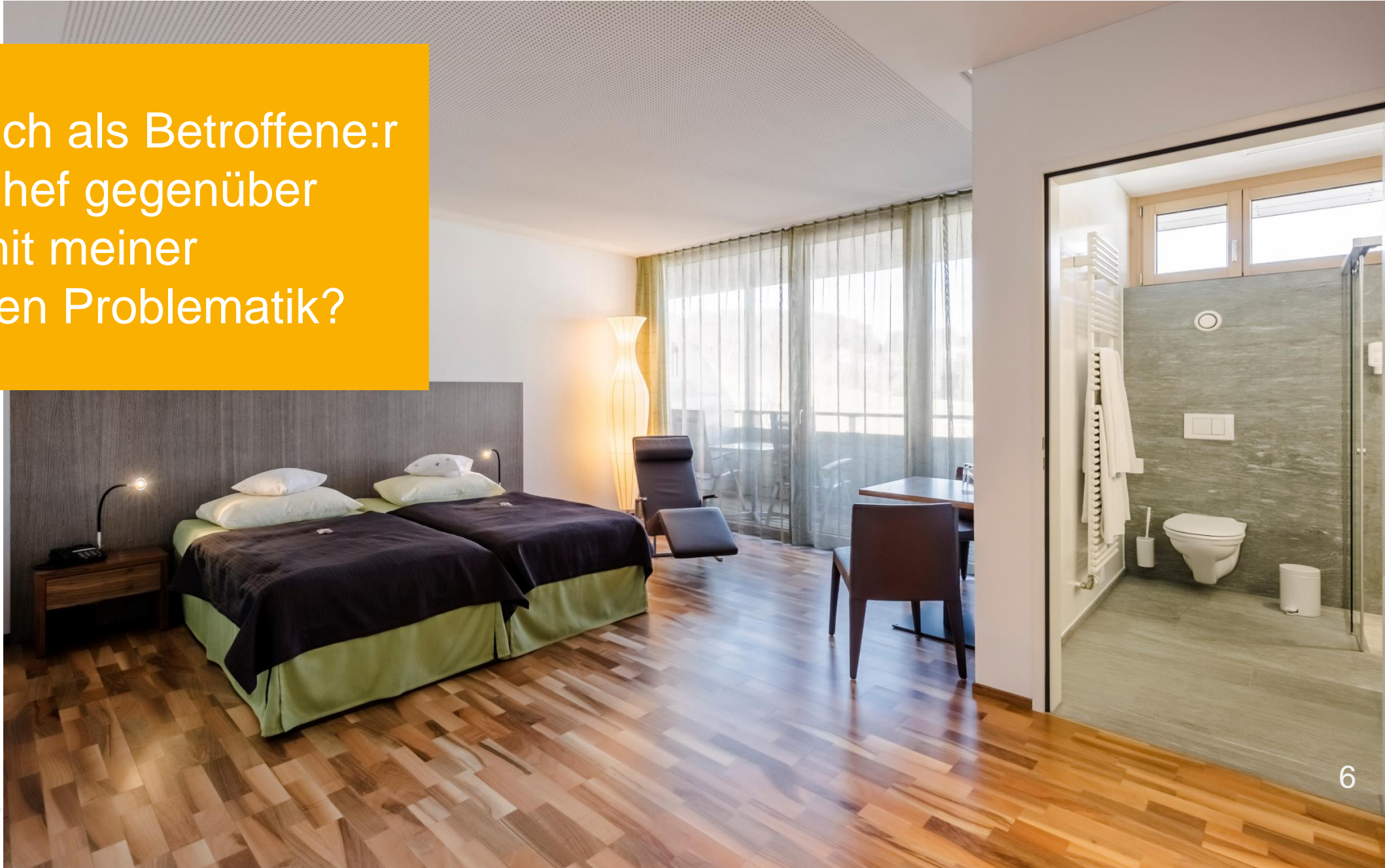
Soll ich als vorgesetzte Person Mitarbeitende mit psychischen Auffälligkeiten direkt ansprechen? Oder macht das die Situation noch schlimmer?



Sollten sich psychisch kranke Menschen nicht einfach etwas mehr Mühe geben?



Soll ich mich als Betroffene:r
meinem Chef gegenüber
«outen» mit meiner
psychischen Problematik?





Wie viele Menschen
betrifft das überhaupt?

Erwerbstätige mit
psychischen
Erkrankungen

Psychische Gesundheit und Arbeit

Stressfolgeerkrankungen, Übergang von Arbeitsbelastungen zur Krankheit



Früherkennung von psychischen Erkrankungen

Anzeichen erkennen und Handeln

- ▶ Psychische Probleme zeigen sich im Betrieb oft im zwischenmenschlichen Kontakt, im Arbeitsverhalten und in der Leistungsfähigkeit
- ▶ oft besteht im Umgang mit psychischen Erkrankungen eine grosse **Unsicherheit**
- ▶ **Anzeichen können sehr unterschiedlich sein, je nach Person, Situation und Erkrankung**

Früherkennung von psychischen Erkrankungen

Änderungen im Sozialverhalten

- ▶ erhöhte Empfindlichkeit gegenüber Kritik
- ▶ häufig an Teamkonflikten beteiligt
- ▶ Verhaltensveränderungen (z.B. egoistisches Verhalten, nutzt andere aus)
- ▶ Distanzlosigkeit
- ▶ Rückzug, Scheu vor Kontakt
- ▶ übermässiges Misstrauen
- ▶ usw.

Früherkennung von psychischen Erkrankungen

Änderungen in der Leistung und Arbeitsverhalten

- ▶ Leistungsabfall, -schwankungen bis zum akuten Leistungsversagen
- ▶ Überengagement
- ▶ Verlangsamung
- ▶ nachlassende Zuverlässigkeit, Vergesslichkeit
- ▶ Unpünktlichkeit; kurze Absenzen vom Arbeitsplatz
- ▶ Häufung von Fehlzeiten
- ▶ geistige Abwesenheit, Konzentrationsschwierigkeiten
- ▶ Vermeiden von bestimmten Aufgaben (z.B. Kundenkontakt/Telefonate)
- ▶ usw.

Früherkennung von psychischen Erkrankungen

Änderungen in der Stimmungslage

- ▶ aggressiv, explosiv, leicht reizbar
- ▶ verstärkt unsicher und ohne Selbstvertrauen
- ▶ niedergeschlagen, traurig
- ▶ ständig unruhig, angespannt
- ▶ mutlos, resignativ
- ▶ unangemessen euphorisch
- ▶ starke Stimmungsschwankungen
- ▶ usw.

Sonstige Änderungen

- ▶ Klagen über Schlaflosigkeit oder Erschöpfung
- ▶ Vernachlässigung von Kleidung und Körperpflege
- ▶ Führen von Selbstgesprächen
- ▶ Einschränkung der Mobilität (Vermeidung bestimmter Verkehrsmittel)
- ▶ usw.

Viele Möglichkeiten und Chancen

- ▶ Offenheit für psychische Gesundheit im Betrieb fördern (Bsp. Sicherheit, Wertschätzung, Handlungsspielräume, Soziales > Mitarbeitenden-Gespräch nutzen), [compasso.ch](https://www.compasso.ch)
- ▶ Betriebliches Gesundheitsmanagement BGM
- ▶ Kampagne «[Alles im grünen Bereich](#)», BGM Ostschweiz
- ▶ [SECO](#): viele Materialien zu psychosozialen Risiken am Arbeitsplatz
- ▶ Hilfe finden: [Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit](#), Dargebotene Hand Tel. 143, Hausärzt:in, Psychotherapeut:in, Psychiater:in, Institutionen
- ▶ Stressprävention, Stressmanagement im Betrieb: [stressnostress.ch](https://www.stressnostress.ch)
- ▶ Klinik Gais: Zuweisungstelefon 058 511 60 02 für Fragen zur Behandlung usw.

Kursangebot von pro mente sana

- ▶ **Frühinterventionen** verbessern die Prognose auf Genesung, Leidenswege werden verkürzt und Langzeitabsenzen vermieden
- ▶ in **firmeninternen** ensa Kursen wird das Wissen über psychische Gesundheit breit im Unternehmen verankert und das Team gestärkt
- ▶ Ziele von ensa, dem Erste-Hilfe-Programm für psychische Gesundheit:
 - Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen**
 - Rechtzeitiges Erkennen von psychischen Schwierigkeiten**
 - Befähigung von Laien, auf Betroffene zuzugehen und Hilfe anzubieten

Erste-Hilfe-Gespräche für Führungskräfte

Als Führungskraft lernen Sie auf die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden zu achten, Veränderungen frühzeitig wahrzunehmen und darauf zu reagieren. Sie lernen Anzeichen psychischer Krankheiten kennen und üben in mehreren Rollenspielen Erste-Hilfe-Gespräche zu führen.

Dauer: 3,5 Stunden zuzüglich Pausen

Abschluss: Teilnahmebestätigung

Präsenzkurs oder Webinar



Kursinhalte

- Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt
- Psychische Gesundheit in Ihrer Organisation und innerhalb Ihres Teams
- Psychische Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden
- Anzeichen psychischer Schwierigkeiten frühzeitig erkennen
- Üben von Erste-Hilfe-Gesprächen mit Mitarbeitenden in Rollenspielen und Diskussionen

Erste-Hilfe-Kurs Fokus Erwachsene

Sie lernen die Grundlagen über verschiedene psychische Probleme und üben die 5 Schritte der Ersten Hilfe, wenn Erwachsene Hilfe brauchen.

Dauer: 12 Stunden zuzüglich Pausen

Abschluss: Prüfung inkl. Zertifikat

Präsenzkurs oder Webinar



Kursinhalte

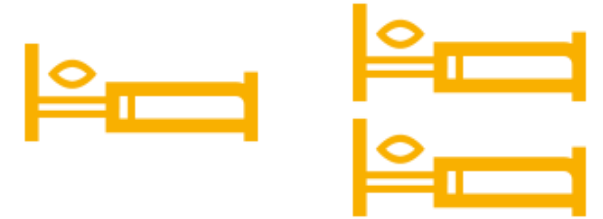
- Erlernen des Basiswissens über psychische Erkrankungen
- Erlernen und Üben konkreter Erste-Hilfe-Massnahmen bei Problemen und Krisen:
 - Auf eine betroffene Person zugehen
 - Ihr beistehen, sie unterstützen und informieren
 - Wissen, wie zu professioneller Hilfe ermutigt wird
- Durch praktische Rollenspiele die 5 Schritte der Ersten Hilfe für psychische Gesundheit nach ROGER üben und verinnerlichen
- Online-Abschlussprüfung und Ersthelfer*innen-Zertifikat



200 Betten



1'800 Patienten



1- und 2-Bettzimmer



ca. 330 Mitarbeitende



60'000 Pflegetage



26 Ärzte

Stiftungsrat Kliniken Valens

Geschäftsleitung Kliniken Valens

Klinikleitung Klinik Gais



Klinikdirektor

Dr. Stefanos
Vassiliadis



**Chefarzt
Kardiologie**

Departementsleiter
Innere Medizin
Prof. Dr. med.
Jean-Paul Schmid



**Chefärztin
Onkologie**

Stv. Departementsleiter
Innere Medizin
Karen Nestor



Co-Chefärztin

Jana
Hütter



Co-Chefarzt

Thomas
Egger



Chefpsychologin

Gilliane
Alder



**Leitung
Pflege**

Brigitte
Engler



**Leiterin
Therapien**

Monika
Glombik

Tridem Leitung *
Psychosomatik & Psychiatrie

* eine Person aus Tridem im 4-Monats-Turnus in Klinikleitung vertreten

Ich stehe für Fragen und Kursanfragen gerne zu Verfügung



Kliniken Valens **Klinik Gais**

Thomas Egger
Co-Chefarzt Psychosomatik und Psychiatrie

Gäbrisstrasse 1172
9056 Gais
058 511 60 00

thomas.egger@kliniken-valens.ch





KLINIKEN VALENS