

# Psychisch krank im Job?

Psychische Erkrankungen im Job häufen sich immer mehr. So schreibt das Bundesgesundheitsministeriums<sup>1</sup>, dass fast jeder dritte Mensch im Laufe seines Lebens an einer behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankung leidet. Rund zehn Prozent der Fehltage bei den Berufstätigen gehen auf Erkrankungen der Psyche zurück. Häufig fängt es mit Überanstrengung und Überforderung an, gefolgt durch das Gefühl, ausgebrannt zu sein, und mündet in Ängste und eine depressive Erkrankung.

Herr Kleist<sup>2</sup>, Mitte 40, mitten im Berufsleben, nach 17 Jahren sehr erfolgreicher Abteilungsleitung seit kurzem in den Vorstand berufen, verheiratet, zwei pubertierende Kinder, Haus in guter Lage gekauft, klappt plötzlich zusammen, weil er feststellt, von wie vielen Themen, die auf einmal auf ihn einströmen, er keine Ahnung hat.

Das mag vielen Neuen so gehen, er allerdings reagiert mit Angst und Panik, schläft nicht mehr gut, denkt, er wird es nicht schaffen und versucht zu kompensieren, indem er Tag und Nacht arbeitet. Er denkt, er genüge den Anforderungen nicht, sei eine Fehlbesetzung und gerät in eine Spirale aus Angst und Depression. „Muss ich unser Haus verkaufen, wenn ich aus dem Job geschmissen werden? Hält meine Frau zu mir? Werde ich es jemals wieder schaffen,

die Familie zu ernähren?“, so seine Gedanken. Das Schlimmste ist, er sieht die Schuld für all das bei sich selbst. Gedanken daran, das alles zu beenden, sind nicht fern. Alles Anzeichen einer Depression, die nach Behandlung ruft.

Herr Kleist ist leider keine Ausnahme! Wir sollten aufhören, das Thema unter den Tisch zu kehren. Es kann jeden treffen. Unternehmen haben hier eine Verantwortung, und viele sind mit guten Akut- und Präventivmaßnahmen bereits unterwegs und sorgen sich um ihre Mitarbeiter, die psychisch krank geworden sind. Am wichtigsten ist, das Gespräch zu suchen, Betroffene zu unterstützen und schnelle Hilfe zu organisieren. Vor allem sollten psychische Erkrankungen aus dem Tabu geholt und Menschen nicht stigmatisiert



*„Am wichtigsten ist, das Gespräch zu suchen, Betroffene zu unterstützen und schnelle Hilfe zu organisieren.“*

Dr. Jochen von Wahlert,  
Ärztlicher Direktor und Geschäftsführer

werden. Wer eine Therapie gemacht hat, kann nicht nur oft seine Kräfte besser einschätzen, er entdeckt vielleicht auch ein neues Selbstbewusstsein und mobilisiert seine Lebensfreude wieder. Wie schade wäre es, solche Mitarbeiter zu verlieren.

Dr. med. Jochen von Wahlert

## Psychosomatische Privatklinik

Am Schloßberg 6  
87730 Bad Grönenbach  
Telefon 08334 394-0  
info@psychosomatische-privatklinik.eu  
www.psychosomatische-privatklinik.eu

PSYCHOSOMATISCHE PRIVATKLINIK  
DR. JOCHEN VON WAHLERT

<sup>1</sup>Seelische Gesundheit (bundesgesundheitsministerium.de) <sup>2</sup>Name geändert