

## Brennpunkte Gesundheit Thurgau

### Teilprojekt „Seminar „Was tun ? – Umgang mit psychisch belasteten Menschen in Schule und Betrieb“

#### 1. Management Summary

Im Rahmen des Teilprojekts „Was tun ? – Umgang mit psychisch belasteten Menschen“ wurde das Seminar dreimal mit je 20 Teilnehmenden durchgeführt. Die Evaluation ergab ein überaus positives Echo. Sehr geschätzt wurden die Berichte von psychisch erkrankten Menschen, die aufzeigten, welche Handlungen ihrer Vorgesetzten besonders hilfreich waren in der Krankheitsphase, aber auch was besonders wichtig bei der Wiederintegration ins Arbeitsleben ist; sowie die abgegebenen Unterlagen zum Netz, wo Vorgesetzte selber Hilfe anfordern können. Anhand konkreter Beispiele der Teilnehmenden wurde in direkten Gesprächen die Kommunikation schwieriger Gespräche geübt.

#### 2. Ausgangslage

Arbeit ist für alle Menschen ein wichtiger Stabilisator, kann aber auch Grund für psychische Belastung sein. Wenn Menschen psychisch belastet sind, spielen Vorgesetzte eine wesentliche Rolle im weiteren Verlauf dieser Situation. Darauf weisen viele Studien hin – mit den Kursteilnehmenden wurden die zwei neusten Berichte dazu auch besprochen. Das Seminar wurde für Vorgesetzte aus Thurgauer Firmen sowie für Schulleitungen konzipiert, um ihnen konkrete Bewältigungsstrategien aufzuzeigen und sie zu ermutigen, ihre wichtige Rolle aktiv einzunehmen.

#### 3. Vorgehen

Mit einer Arbeitsgruppe, in der neben psychiatrischen Fachpersonen auch Personen aus der Wirtschaft und dem Volksschulamt sowie ein Betroffener anwesend waren, wurde ein Seminar entwickelt, das dreimal durchgeführt wurde und jeweils zwei Nachmittage à drei Stunden dauerte. Für das Angebot wurde via Walter Berger vom Volksschulamt und Peter Maag, Direktion Industrie- und Handelskammer Werbung gemacht. Die drei Seminare waren innert weniger Wochen ausgebucht.

Die Referentinnen und Referenten – unter ihnen auch drei Betroffene - erarbeiteten gemeinsam den differenzierten Ablauf der zwei Nachmittage. Die Teilnehmenden erhielten im Vorfeld Unterlagen zur Durchsicht, zwischen den beiden Seminaren eine Hausaufgabe sowie zum Schluss ein Dossier mit diversen Unterlagen.

#### 4. Erzielte Resultate

Die Ziele des Seminars (Sensibilisierung, Wissen vermitteln, Netz an Fachpersonen aufzeigen, üben an konkreten Beispielen) wurden vollumfänglich erreicht. Das Seminar trägt zu Entstigmatisierung psychisch kranker Menschen bei und hilft Vorgesetzten, ihre Aufgabe mit Zuversicht und Authentizität anzupacken. Ganz besonders wichtig sind klare Aussagen und Vorgaben im Rahmen einer empathischen Grundhaltung sowie das Vermeiden von Interpretationen und falschen Schonhaltungen.

Ein Teilnehmer schrieb dazu: *Sie haben mir die Hemmungen genommen, offen und selbstverständlich über und mit psychisch Erkrankten zu sprechen! Super!!*

#### 5. Gewonnene Erkenntnisse

Das Seminar eignet sich ausgezeichnet für direkte Vorgesetzte. Diese empfanden insbesondere die Auseinandersetzung mit den Betroffenen als überaus wichtig. Sie verloren die Angst, psychische Belastbarkeit anzusprechen und konnten auch Vorurteile abbauen. Sie erkannten den wichtigen Stellenwert, den ihr Verhalten für psychisch belastete Menschen bedeutet und erfuhren, dass es im Thurgau viele Fachpersonen gibt, die auch ihnen selber Unterstützung bieten können.

Etwas weniger profitieren konnten Teilnehmende in HR Funktionen, die nicht direkt mit den psychisch belasteten Menschen zu tun hatten. Für diese müsste eine angepasste Variante erarbeitet werden.

Die beigelegte schriftliche Evaluation der Teilnehmenden gibt Auskunft über das hohe Lob, das uns zuteil wurde.

## **6. Wie geht es weiter?**

Die Perspektive Thurgau hat sich bereit erklärt, das Seminar als Leistungsauftrag zu übernehmen. Noch muss aber dieser Leistungsauftrag formuliert werden sowie das Geld dazu zur Verfügung gestellt werden. Dazu gehört auch, dass für zukünftige Seminare ein Kursgeld erhoben wird.

## **Persönliche Bemerkung**

Im Rahmen der Ausarbeitung und Durchführung des Seminars wurde von verschiedenster Seite betont, wie wichtig es wäre, wenn dieses Seminar regelmässig und dauerhaft angeboten werden könnte. Sowohl die Personen im direkten Arbeitsleben als auch die zur Zeit publizierten Berichte zeigen diesen hohen Bedarf auch deutlich auf. Die Durchführung der drei Seminare war aber nur möglich, weil sich sowohl die Mitglieder der Arbeitsgruppe als auch die Referentinnen und Referenten mit hohem Engagement und Sachverstand in die Arbeit hinein knieten. Es ist mir deshalb ein ganz grosses Anliegen, folgenden Personen herzlich zu danken: Daniel Neukomm, Andreas Erny, Doris Grauwiler, Beatrice Neff, Marc Roest, Marko Hurst, Christa Thorner, Roger Gartenmann, Vincenzo Mannino, Sarah Nick, Walter Berger, Peter Maag, Nicole Fischer und Maria Bittkow.

Regula Lüthi, 3. Oktober 2014