



## PRESSEMITTEILUNG

### **Depression und Suizidprävention am Arbeitsplatz**

**Zum Internationalen Tag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober rückt WHO die Suizidprävention in den Fokus**

**Leipzig, 8. Oktober 2019** – Jedes Jahr versterben weltweit mehr als 800.000 Menschen durch Suizid, die Zahl der Suizidversuche ist um ein 10 bis 20-faches höher. Zum Internationalen Tag der seelischen Gesundheit rückt die Weltgesundheitsorganisation (WHO) deshalb weltweit das Thema Suizidprävention in den Fokus.

#### **Psychische Erkrankungen sind Hauptgrund für Suizide**

In den westlichen Industrieländern erfolgt die große Mehrheit der Suizide vor dem Hintergrund einer psychischen Erkrankung. Dabei kommt der Depression eine zentrale Rolle zu: „In depressiven Krankheitsphasen verlieren die Betroffenen die Fähigkeit, Hoffnung, Freude oder überhaupt Gefühle empfinden zu können. Bestehende Probleme werden vergrößert wahrgenommen und eine quälende innere Unruhe stellt sich ein. In ihrer Verzweiflung sehen betroffene Menschen dann im Suizid den einzigen Weg, diesem unerträglichen Zustand zu entkommen“, sagt Prof. Ulrich Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Inhaber der Senckenberg-Professur an der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der Goethe-Universität Frankfurt. Aufgrund der engen Verbindung von Depression und suizidalem Verhalten führt eine verbesserte Behandlung von psychischen Erkrankungen zu einer verringerten Rate suizidaler Handlungen (Suizidversuche und vollendete Suizide).

#### **Suizidprävention und psychische Gesundheit am Arbeitsplatz: Was Unternehmen tun können**

Depression und Suizidprävention sind auch ein Thema für Arbeitgeber. Psychische Erkrankungen und Depression verursachen die längsten Fehlzeiten. Psychisch erkrankte Arbeitnehmer sind mit rund 35 Tagen deutlich länger krankgeschrieben als körperlich erkrankte. Über 40% der gesundheitsbedingten Frühverrentungen erfolgen wegen einer psychischen Erkrankung. Dabei betont Hegerl: „Die Arbeitgeber können viel dazu beitragen, daß depressiv erkrankte Mitarbeiter rascher in eine professionelle Behandlung kommen und neben großem Leid auch Kosten durch Präsentismus und Absentismus vermieden werden. Dafür ist es nötig, dass in den Unternehmen Basiswissen und auch Handlungskompetenz zu Depression und Suizidprävention vorhanden ist.“ Schulung von Personalverantwortlichen und Führungskräften sowie Aufklärung aller Mitarbeiter sind nötig. „Zu einer solchen Schulung gehört es auch zu lernen, wie man ein Gespräch mit einem Mitarbeiter führt, der zum Beispiel nicht mehr mit seinen Kollegen in die Kantine geht oder weinend vor seinem PC sitzt. Wie spreche ich meine Sorgen und Beobachtungen an? Welchen Rat kann man geben? Wer ist überhaupt für die Behandlung der Depression zuständig?“ erläutert Hegerl weiter. Durch die Gestaltung der Arbeit, z.B. durch Vermeidung des Schichtdienstes, kann



## PRESSEMITTEILUNG

darüber hinaus das Rückfallrisiko bei Depression reduziert werden. „Menschen mit Depression sind im gesunden Zustand oft Leistungsträger in Unternehmen und reagieren mit großer Dankbarkeit, wenn Sie von Seiten des Unternehmens auf verständnisvolle und sachgerechte Reaktionen stoßen“, betont Hegerl weiter.

### **Neues Projekt auf europäischer Ebene: MINDUP**

Die European Alliance Against Depression e.V. (EAAD) widmet sich gemeinsam mit der Stiftung Deutsche Depressionshilfe dem Thema „Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz“ in einem groß angelegten, von der Europäischen Kommission geförderten Forschungsprojekt mit Start im Januar 2020. Das Hauptziel von MINDUP („Mental Health Promotion and Intervention in Occupational Settings“) ist die Stärkung psychischer Gesundheit von Arbeitnehmern am Arbeitsplatz durch die Entwicklung, Implementierung und Evaluierung verschiedener (Online)-Angebote. Außerdem soll die Versorgung an Depression erkrankter Mitarbeiter verbessert und suizidales Verhalten reduziert werden. Die Interventionen zu verschiedenen Krankheitsbildern (z.B. Depression, Angststörungen, Stress) wird speziell auf kleine und mittlere Unternehmen (KMU) im Bauwesen, Gesundheitswesen und IT-Gewerbe abgestimmt. Denn bisherige Studien zeigen ein erhöhtes Risiko für suizidales Verhalten im Bau- und Gesundheitssektor sowie das erhöhte Risiko für Depression innerhalb des IT-Sektors. Während KMUs mehr als 90% aller Unternehmen in der EU ausmachen, verfügen sie im Vergleich zu größeren Organisationen bisher kaum über Ressourcen, um psychische Gesundheit der Arbeitnehmer zu unterstützen. Die Entwicklung niedrigschwelliger und leicht zugreifbarer Instrumente könnte hier Abhilfe schaffen. Innerhalb des Projekts werden die Angebote in einer Studie in acht Ländern in ganz Europa eingesetzt und auf ihre Anwendbarkeit und Wirksamkeit getestet.

### **Hinweise an die Redaktionen:**

Die Berichterstattung über Suizide ist mit besonderer Verantwortung verbunden, da die Gefahr des sogenannten „Werther-Effektes“, d.h. des Auslösens von Nachahmungssuiziden, besteht. In einem Medien-Guide hat die Stiftung Deutsche Depressionshilfe die wichtigsten Regeln zusammengefasst: <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/presse-und-pr/berichterstattung-suizide>

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe hat zudem den Suizidpräventionsbericht der WHO ins Deutsche übersetzt und bietet diesen unter folgendem Link zum Download an:

<http://www.deutsche-depressionshilfe.de/stiftung/suizidpraeventionsbericht-who.php>

### **Pressekontakt:**

Stiftung Deutsche Depressionshilfe  
Heike Friedewald  
Pressereferentin  
Goerdelerring 9



## PRESSEMITTEILUNG

04109 Leipzig

Tel.: 0341 223 874 12

[presse@deutsche-depressionshilfe.de](mailto:presse@deutsche-depressionshilfe.de)

### **Stiftung Deutsche Depressionshilfe: Depression erforschen – Betroffenen helfen – Wissen weitergeben**

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe hat sich die bessere Versorgung depressiv erkrankter Menschen und die Reduktion der Suizide in Deutschland zum Ziel gesetzt. Vorstandsvorsitzender ist Prof. Dr. Ulrich Hegerl. Die Schirmherrschaft hat der Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt übernommen. Neben Forschungsaktivitäten bietet die Stiftung Betroffenen und Angehörigen unter ihrem Dach vielfältige Informations- und Hilfsangebote wie das Diskussionsforum Depression und das deutschlandweite Info-Telefon Depression. In 86 Städten und Kommunen haben sich Bündnisse gebildet, die auf lokaler Ebene Aufklärung über die Erkrankung leisten. Die Arbeit erfolgt pharmainabhängig. [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)

### **European Alliance Against Depression**

Die European Alliance Against Depression (EAAD) ist eine internationale gemeinnützige Organisation mit Mitgliedern aus verschiedenen Europäischen Ländern, Australien, Chile und Kanada und mehr als 115 regionalen Netzwerkpartnern. Vorsitzender ist Prof. Dr. Ulrich Hegerl. Das Hauptanliegen des gemeinnützigen Vereines ist die Verbesserung der Gesundheitsversorgung und die Optimierung der Behandlungsmöglichkeiten für depressive Patienten und die Prävention von suizidalem Verhalten durch die Initiierung gemeindebasierter 4-Ebenen Interventionsprogramme und des Online Selbstmanagement-Programms iFightDepression. Aktuell ist die EAAD Partner in einer Vielzahl von EU-geförderten Forschungsprojekten im Bereich Depression, Suizidprävention und EMentalHealth tätig. [www.eaad.net](http://www.eaad.net)