

Wege zur Resilienz

Seelische Gesundheit braucht Prävention

Die Notwendigkeit, messbare Ergebnisse im Bereich der seelischen Gesundheit weltweit und in Deutschland zu verbessern, setzt Gesundheitsinstitutionen in diesem Bereich enorm unter Druck. Ein innovatives Konzept klingt vielversprechend.

Seit gut fünf Jahren arbeitet das Pfalzlinikum mit in- und ausländischen Partnern im Transnationalen Programm zur Führungskräfteentwicklung (TNLP) zusammen. Ziel des Programmes ist es, Experten in Führungspositionen aus verschiedenen Bereichen der seelischen Gesundheit dabei zu unterstützen, gemeinsam mit ihren Mitarbeitern neue Wege gehen zu können – von der Planung über die Umsetzung bis zur Überprüfung des Erreichten.

Um Innovationen zu fördern, nutzt das Programm vor allem beteiligungsorientierte Methoden: Statt einzelner Treffen als vorherrschendes Modell internationaler Zusammenarbeit wird eine kontinuierliche, vernetzte, individuelle Projektarbeit gefördert, vor allem zwischen Menschen, die üblicherweise so nicht zusammenkommen.

Nach einem Symposium der kanadischen Alberta Family Wellness Initiative (AFWI) begannen

die deutschen TNLP-Teilnehmer die neuesten Erkenntnisse der empirischen Kommunikationsforschung zu nutzen. Dabei arbeiteten sie die bisher ungenügende Prävention als Erfordernis einer innovativen Strategie im Bereich der seelischen Gesundheit heraus.

Resilienz: der wirksamste Weg

Aus einer Vielzahl möglicher Präventionsstrategien kristallisierte sich das Konzept der Widerstandsfähigkeit (Resilienz) als wirksamster Weg heraus. Resilienz ist sowohl auf individueller Ebene als auch auf Systeme wie Familie, Arbeitsumfeld und Gesellschaft anwendbar. Das Projekt „Wege zur Resilienz“ konzentriert sich auf zwei wesentliche Ziele: vorhandene Fähigkeiten nutzen sowie neue Fähigkeiten entwickeln und Kompetenzen erwerben, die die Resilienz verbessern.

Anfang September traf sich das deutsche TNLP-Team mit Experten aus dem Gesundheits- und Sozialministerium, der Landeszentrale für Gesundheitsförderung, dem Institut für Technologie und Arbeit (ITA) der Technischen Universität Kaiserslautern und dem amerikanischen FrameWorks Institute. Diese neue Arbeitsgruppe will eine empirisch gestützte Kommunikationsplattform aufbauen, um die

Öffentlichkeit und die politischen Entscheidungsträger von notwendigen Veränderungen zu überzeugen, durch wirksame Prävention die seelische Gesundheit auf allen Ebenen nachhaltig zu verbessern. Das Team hat begonnen, dazu eine „Core Story“ zu schreiben.

Was ist eine „Core Story“?

Eine „Core Story“ besteht aus einer Reihe von Rahmenelementen, wie z.B. Werten, Vorstellungen oder Sprachbildern. Diese werden kombiniert, um Geschichten zu entwerfen, die dazu anregen, auf eine neue Weise über das Thema nachzudenken. Warum ist es wichtig? Wie funktioniert es bisher? Was kann getan werden, um bessere Ergebnisse zu erreichen?

Das FrameWorks Institute hat mit Partnern in den USA und Kanada Core Stories über frühkindliche Entwicklung und Erziehung in den USA entwickelt, erprobt und über verschiedenste Kanäle umgesetzt. Ob es gelungen ist, das Meinungsbild in der Öffentlichkeit grundlegend zu verändern? Einige messbare Einstellungsveränderungen sprechen dafür, dass durch kreative, auch witzige Kommunikationsformen der Zugang zu neuen Informationen und Perspektiven erleichtert wird.

In Nordamerika zeigte sich, dass es vorteilhaft ist, für Core Stories allgemein gültige Erzählelemente und Strukturen zu nutzen, die aber so flexibel sind, dass sie von verschiedenen Gruppen auf verschiedene Weise für unterschiedlichste Zielgruppen kommuniziert werden können.

In`form wird über Projektfortschritte weiter berichten. Hier noch ein Link für Interessierte mit guten Englischkenntnissen:

www.frameworksinstitute.org

Text: Paul Bomke,
David Cawthorpe,
Nathaniel Kendall-Taylor
Redaktionelle Bearbeitung:
Bernhard Koelber
Foto: Sabine Röhl



Arbeiten gemeinsam am Resilienz-Thema: Dr. Andres Fernandez, Dr. Günther Stratmann, Nathaniel Kendall-Taylor, Birgit Fuchs, Markus Geib, David Cawthorpe, Paul Bomke, Annika Millahn, Christina Nedoma, Dr. Sylvia Claus, Sven Kaufmann und Regina Osranek (v.l.n.r.)

Starke Partner reden

Über „Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz“

„Es spricht für unsere Veranstaltung, dass sie schon lange vorher ausgebucht war. Wir haben einen Nerv der Zeit getroffen“, freute sich Dr. Gerhard F. Braun, Präsident der Landesvereinigung der Unternehmerverbände Rheinland-Pfalz (LVU).

Er begrüßte fast 200 Männer und Frauen, die am 10. November in das Mainzer Tagungszentrum Erbacher Hof gekommen waren, um sich mit dem Thema „Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz“ auseinanderzusetzen. Als Veranstalter waren auch die Landeszentrale für Gesundheitsförderung (LZG), das Pfalzlinikum und die Stiftung „kulturverrückt“ mit dabei.

Starke Partner hatten die Fachveranstaltung gründlich und aktuell zugleich konzipiert, denn demografischer Wandel, Fachkräftemangel und deutlich zunehmende Ausfalltage wegen psychischer Erkrankungen zwingen die Unternehmen ebenso zu nachhaltigen Lösungen wie die sich ändernden rechtlichen Rahmenbedingungen.

„Gesetzliche Grundlagen – Pflicht und Kür“ hatte David Beitz vom Unternehmerverband Gesamtmetall seinen Vortrag genannt. Er stellte zum Beispiel klar, dass der Arbeitsschutz arbeitsplatzbezogene Gefährdungsbeurteilungen verlangt, zu denen neben Faktoren wie Lärm oder Hitze auch psychische Belastungen gehören. Doch wie kann man die messen? Dieser Frage ging Dr. Stephan Sandrock vom Institut für angewandte Arbeitswissenschaft e.V. nach. Als Bewertungsinstrumente nannte er strukturierte Beobachtungen, Mitarbeiterbefragungen und Analyseworkshops.



Oberarzt Werner Ohlow von der Station Cleaneck (links) mit Gerhard Hohmann, Leiter der SWR-Hörfunkredaktion Wirtschaft, im Gespräch

Damit der einzelne Mensch hinter all den Strukturen nicht übersehen wird, betreten eine Schauspielerin und ein Schauspieler von „Werkraum Karlsruhe“ die Bühne. Sie bekamen viel Beifall für ihr 45-Minuten-Stück „Totalausfall“, das in Zusammenarbeit von Künstlern, Betroffenen und professionellen Helfern aus Gesundheits- und Sozialunternehmen entstanden ist – als erstes Projekt der 2013 gegründeten Stiftung „kulturverrückt“.

„Es hat mich sehr berührt, wie die Probleme der Betroffenen vor allem emotional auf den Punkt gebracht wurden“, leitete Dr. Sylvia Claus zu ihrem Vortrag über und begann mit einer Begriffsklärung. Die Chefärztin der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie in Klingenmünster differenzierte zwischen Erschöpfung nach intensiven Arbeitsphasen, zwischen dem Phänomen Burnout und der Erkrankung Depression. Wer erschöpft sei, brauche Erholung, wer sich ausgebrannt fühle, benötige Unterstützung und wer die Diagnose Depression bekomme, könne

darauf vertrauen, dass die Krankheit gut behandelbar sei.

„Seien Sie aufmerksam“

... empfahl sie den Unternehmen, denn hinter unbehandelten Depressionen stehe die große Gefahr der Chronifizierung. Als Vorsitzende des Bündnisses gegen Depression Landau – Südliche Weinstraße plädierte sie für Information und Prävention, die sich bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen als sehr erfolgreich erwiesen hätten und auch erfolversprechend bei psychischen Problemen seien. So konnte im Raum Nürnberg nach einer Info-Kampagne die Suizidrate deutlich gesenkt werden.

Wie Unternehmen und Bündnisse gegen Depression erfolgreich zusammenarbeiten können, wurde in einer Talkrunde demonstriert. Drei von fünf Workshops gestaltete das Pfalzlinikum. Impulsgeber waren: Heike de Haan, Werner Ohlow und Birgit Fuchs.

www.pfalzlinikum.de/aktuelles

Text und Foto:
Sabine Röhl