

## Medienmitteilung

Neue Kampagne zur Früherkennung psychischer Krankheiten bei der Generation 50+

### **Psychische Belastungen am Arbeitsplatz: Jede zweite Person ab 50 ist betroffen**

**Zug, 23. März 2017 – «Bruch im Leben?» Das fragt die neue Zuger Kampagne «Deine Psyche? Kein Tabu!», welche heute lanciert wurde. Sie plädiert für einen offenen Umgang mit psychischen Belastungen und richtet sich dabei an die Generation 50+ und ihre Arbeitgeber. Denn Menschen ab 50 sind gemäss Studien am häufigsten von einem Burnout betroffen und fühlen sich am Arbeitsplatz oft psychisch belastet. Mit spezifischen Hilfestellungen will die Kampagne die Früherkennung, Prävention und Intervention psychischer Erkrankungen am Arbeitsplatz verbessern.**

Die 50 - 59-Jährigen sind am häufigsten von einem Burnout betroffen. Jede zweite erwerbstätige Person über 50 fühlt sich bei der Arbeit psychischer Belastung ausgesetzt. Die Gründe dafür sind vielfältig: steigender Produktivitätsdruck, die Erwartung ständiger Erreichbarkeit, Motivationsverluste oder Angst vor einem Arbeitsplatzverlust können eine Rolle spielen. Die Folge sind Sinnfragen, Identitätskrisen oder Existenzängste. Ein solcher «Bruch» im Arbeitsleben zieht zudem Risse in andere Lebensbereiche, führt beispielsweise zu Beziehungskonflikten, Schlafstörungen oder gar zu einer psychischen Erkrankung.

Umso wichtiger ist es, psychische Beeinträchtigungen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln. «Über psychische Belastungen und Krankheiten sollte man genauso selbstverständlich sprechen, wie über Beinbrüche – doch dies ist leider noch nicht die Realität», so Marylou Selo, Präsidentin der Werner Alfred Selo Stiftung. Als Bipolar-Betroffene weiss sie, wie wichtig es ist, auch bei psychischen Leiden Hilfe zu suchen. Sie selbst ist heute dank der richtigen Behandlung normal arbeitsfähig. «Psychische Belastungen müssen nicht zwingend einen Bruch mit der Arbeitsstelle nach sich ziehen. Wichtig ist, die ersten Risse so früh wie möglich zu erkennen und anzusprechen».

#### **Das Tabu brechen, bevor man selbst zerbricht**

Doch das Tabu sitzt noch immer tief, insbesondere am Arbeitsplatz. Aus Scham und Angst vor einem Karriereknick schweigen viele Betroffene lieber, als sich Hilfe zu holen. Nur knapp ein Viertel der Personen mit mittleren bis starken depressiven Symptomen ist deswegen in ärztlicher Behandlung. Hier setzt die Kampagne «Deine Psyche? Kein Tabu!» der Werner Alfred Selo Stiftung an. Unter dem Slogan «Bruch im Leben?» nimmt sie in ihrem fünften Kampagnenjahr die Generation 50+ ins Visier und plädiert für einen offenen Umgang mit psychischen Belastungen.

Hilfe im Umgang mit psychisch belasteten Mitarbeitenden erhalten Arbeitgeber in Form von pragmatischen Leitfäden, Informationsbroschüren und Kurz-Checks für Führungskräfte und Mitarbeitende. Zur Sensibilisierung stehen zudem kreative Plakate und Give-Aways zur Verfügung.

Unterstützt wird die Kampagne vom Amt für Gesundheit des Kantons Zug, sie ist in dessen Programm Psychische Gesundheit eingebettet. Gesundheitsdirektor Martin Pfister erklärt:

«Gesundheit ist ein kostbares, aber mittlerweile auch kostspieliges Gut. Wir müssen als Gesellschaft ein hohes Interesse daran haben, dass Sie und ich physisch und psychisch möglichst fit altern. Das Amt für Gesundheit des Kantons Zug verfolgt mit unseren Partnern genau dieses Ziel».

### **Früherkennung spart Leid und Kosten**

Die Investition in die körperliche und psychische Gesundheit der Angestellten lohnt sich auch aus Firmensicht: Sie führt zu weniger Ausfallzeiten, steigert die Produktivität und spart so langfristig hohe Kosten. Unter den Firmen, die Kampagnenelemente der Selo-Stiftung bereits bei sich einsetzen, ist auch die V-ZUG AG. Fabian Britschgi, Fachspezialist Gesundheitsmanagement bei der V-ZUG AG, betont: «Führungspersonen haben die Verantwortung, frühzeitig hinzuschauen, die Situation konstruktiv anzusprechen und vor allem auch zu handeln, wenn die Arbeitsfähigkeit eines Mitarbeiters in Frage gestellt wird. Die Früherkennung und der Umgang mit gesundheitlichen, insbesondere auch psychischen Beeinträchtigungen sind darum wichtige Bestandteile unserer internen Führungsschulungen».

Firmen sind eingeladen, das Thema psychische Gesundheit anzupacken und die Kampagne «Deine Psyche? Kein Tabu!» in ihrem Unternehmen einzuführen: Bestellungen auf [www.kein-tabu.ch](http://www.kein-tabu.ch).

**Für weitere Informationen:** [www.kein-tabu.ch](http://www.kein-tabu.ch) / **Download Bilder:** <http://kein-tabu.ch/kampagne/fotos/>

**Kontakt:** Alisa Schättin, Kampagnenleitung Werner Alfred Selo Stiftung  
c/o Life Science Communication | Telefon +41 43 266 88 56 | E-mail [info@selofoundation.ch](mailto:info@selofoundation.ch) | [info@kein-tabu.ch](mailto:info@kein-tabu.ch)

#### **Wer steht hinter der Kampagne?**

Die Entstigmatisierungs-Kampagne ist eine mehrjährige Initiative der Werner Alfred Selo Stiftung und wird unterstützt vom Amt für Gesundheit des Kantons Zug. Die Inhalte der Firmen-Kampagne wurden mitentwickelt von einer Arbeitsgruppe mit Arbeitgebern und Arbeitnehmern aus KMU und Grossbetrieben (Migros Luzern, Roche Diagnostics, Siemens, Innerschweizer Malermeisterverband) sowie von Betroffenen und Fachpersonen aus Psychiatrie, Psychologie und Pädagogik.

#### **Über die Werner Alfred Selo Stiftung**

Die 1994 gegründete Werner Alfred Selo Stiftung engagiert sich für die Erforschung und Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen, mit besonderem Fokus auf Depression, affektive Störungen und deren Komorbidität mit Kopfschmerz.

Die in Zug und den USA wohnhafte Diplomdolmetscherin Marylou Selo gründete die Stiftung in Gedenken an ihren Vater, den deutschen Erz- und Metallhändler Werner Alfred Selo (1908 – 1993), der nach einem lebenslangen Leidensweg mit chronischer Migräne und Depression Suizid beging. Um anderen Betroffenen zu helfen, beschloss Marylou Selo – die selber an manisch-depressiven Störungen leidet – sich in der Schweiz für die Forschungsförderung auf dem Gebiet der Depression einzusetzen. Aus ihrem Anliegen, der Marginalisierung von psychisch Kranken entgegenzutreten und ihnen Gehör zu verschaffen, wurde ein Lebenswerk mit viel unentgeltlichem Engagement. [www.selofoundation.ch](http://www.selofoundation.ch) / [www.kein-tabu.ch](http://www.kein-tabu.ch)