

# GESUND ARBEITEN: PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM FOKUS

25. Januar 2023



*Ein Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) zu entwickeln, ist nicht leicht. Besonders dann nicht, wenn es sich um das BGM für eine deutschlandweit agierende und dezentral aufgestellte Organisation wie die Outlaw gGmbH handelt. Doch mittels klarer Strukturen möchte Outlaw die Mitarbeiter\*innen bestmöglich in ihrer Gesundheit unterstützen. Ein Schwerpunkt liegt auf der Hilfe bei psychischen Belastungen.*

## BGM etablieren - die Anfänge

Am Arbeitsplatz die Gesundheit zu erhalten, wird immer wichtiger. Besonders in Zeiten des Fachkräftemangels und der daraus resultierenden Mehrbelastung für das vorhandene Personal sind Arbeitgeber gefordert, die Gesundheit der Mitarbeiter\*innen gut zu unterstützen.

Vor etwas mehr als vier Jahren begann die Outlaw gGmbH, ein Gesundheitsmanagement zu entwickeln, das über die betrieblichen Pflichtaufgaben hinausgeht. Dies geschah durch eine Fachkraft, die den Aufbau dieses Bereiches verantwortete. In Zusammenarbeit mit der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) wurden innerbetrieblich Gesundheitsmanager\*innen als Spezialist\*innen für verschiedene Themen ausgebildet – beispielsweise zu Rückengesundheit, gesundem Führen, zum Aufbau eines präventiven Stressmanagements oder zur Hilfe nach Extremerlebnissen. Zusätzlich gab es punktuell zahlreiche Einzelangebote, beispielsweise Rückenschulungen, Arbeitsplatzoptimierungen oder Fitness- und Entspannungsangebote für die Teams.

Die Gesundheitsmanager\*innen sollten als Multiplikator\*innen fungieren und ihre Themen ins Unternehmen tragen. Was in der Theorie eine gute Idee war, stellte sich in der Praxis allerdings als schwierig heraus. Die Tätigkeit als Gesundheitsmanager\*in war für die Beschäftigten als

Zusatzaufgabe gedacht und konnte vielerorts aufgrund des Fachkräftemangels und unklarer Festlegung der Freistellungen nicht vollständig umgesetzt werden.

Die Grundlagen für ein Gesundheitsmanagement waren damit zwar geschaffen, aber es fehlte der rote Faden und es wurde klar: Wir brauchen mehr Struktur und eine feste Anbindung des BGM an ein Team.

In der Folge wurde das BGM dem Referat Personalentwicklung zugeordnet und die Aufgaben verteilen sich nun auf drei Mitarbeiterinnen. Die Arbeitsfelder Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM), Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit sowie die psychische Gefährdungsbeurteilung wurden neu gestaltet und nach und nach entstanden übergreifende Angebote, die dem gesamten Kollegium zur Verfügung stehen. Ein Prozess, der bis heute andauert und fortlaufend Erweiterung findet. Auch einige der Gesundheitsmanager\*innen sind daran beteiligt.

## **Corona-Pandemie als Stresstest für das BGM**

Mit Ausbruch der Corona-Pandemie war das BGM mehr gefordert denn je – permanent gab es neue Vorgaben. Das Team musste in kürzester Zeit Informationen bündeln und weitergeben, die Beschaffung von Schutzausrüstung koordinieren und Arbeitsregelungen anpassen. Auch ein mobiles Impfangebot stellten die Kolleginnen durch eine Kooperation auf die Beine.

„Zum Glück haben wir das BGM bereits vor Corona gut auf den Weg gebracht“, berichtet Mandy Kanne, eine der drei Kolleginnen, die nun das Gesundheitsmanagement bei Outlaw betreuen.  
„Corona hat uns jeden Tag zu Krisenmanager\*innen gemacht und wir haben viel dabei gelernt. Die IT-Abteilung hat in kürzester Zeit stabil funktionierende digitale Strukturen geschaffen - dadurch arbeiten wir nun viel interdisziplinärer als früher.“

Um den Mitarbeiter\*innen in dieser besonderen Situation zu helfen, etablierten die drei Frauen viele digitale Angebote. Eine Beratungshotline bot sowohl Antworten auf allgemeine Fragen als auch Gespräche für jene, die Unterstützung bei der Bewältigung von Ängsten und Unsicherheiten benötigten. Bei virtuellen Sportangeboten und Kaffeerunden konnten die Kolleg\*innen trotz physischer Isolation Gemeinschaft erleben. So rückte das Thema psychische Gesundheit auch durch diese Situation immer mehr in den Blick.

## **Schwerpunkt psychische Gesundheit**

Nicht erst seit Corona legte Outlaw viel Wert auf Hilfe in herausfordernden Situationen des Arbeitsalltags. Deshalb befasst sich das BGM derzeit besonders mit dem Auf- und Ausbau von Präventionsangeboten für psychische Erkrankungen.

Die hauseigene Weiterbildungseinrichtung „akademie lernbar“ bietet im Rahmen der Führungskräftequalifikation als festen Bestandteil „Gesunde Führung und Selbstführung“ an. Dazu gibt es für alle Mitarbeiter\*innen Formate, die die seelische Widerstandsfähigkeit stärken sollen. Neu ist in diesem Rahmen das Resilienztraining. Mit einer erfahrenen Trainerin haben alle Interessierten die Möglichkeit, Strategien zu erarbeiten, die sie persönlich in ihrer Resilienz stärken und die ihnen helfen, unbeschadet und gestärkt aus Krisen hervorgehen zu können.

In Kooperation mit der Beratungs-Mediations-Coaching-Ambulanz des Masterstudiengangs Beratung Mediation Coaching (BMC) der Fachhochschule Münster können sich die Mitarbeiter\*innen außerdem coachen und beraten lassen oder Supervisionen in Anspruch nehmen.

## Psychologische Erstbetreuung

Besonders für jene, die im Bereich der Hilfen zur Erziehung arbeiten, gibt es seit neuestem auch ein Angebot, falls im Arbeitsalltag traumatisierende Situationen durchlebt wurden: „Betriebliche psychologische Erstbetreuer\*innen stehen betroffenen Kolleg\*innen, Führungskräften und Teams nach einem Extremereignis unterstützend und beratend zur Seite. So wird zusätzliche frühzeitige Hilfe und Stabilisierung gewährleistet, bis Fachleute aus Psychologie oder psychologischer Psychotherapie den Fall übernehmen können,“ erklärt Mandy Kanne. „Durch die frühe Intervention können wir bestenfalls psychische Belastungen minimieren und Erkrankungen vorbeugen, die sich nach Traumatisierungen entwickeln können, beispielsweise eine Anpassungsstörung, eine posttraumatische Belastungsstörung, Depressionen oder Suchterkrankungen. Der Mensch steht bei uns im Mittelpunkt und es ist uns ein großes Anliegen, gut für alle Mitarbeiter\*innen zu sorgen. Das BGM hat hier mittlerweile verlässliche Strukturen geschaffen und wir arbeiten jeden Tag daran, noch besser zu werden.“

---

Psychische Belastungen treten in allen Bereichen der Sozialen Arbeit auf. Arbeitgeber sind gefordert, die Stressoren zu identifizieren und Mitarbeitende bei der Bewältigung zu begleiten. Sprechen Sie mit der Outlaw gGmbH über die Erfahrungen dort. Kontaktdaten unter:  
[www.outlaw-ggmbh.de](http://www.outlaw-ggmbh.de)

---

**Die Autorin:** Cora Dudek ist bei der Outlaw gGmbH für Marketing und Kommunikation verantwortlich.

Der Artikel erschien zuerst in der Ausgabe September 2022 des Verbandsmagazins *anspiel*. mit dem Schwerpunktthema "Gesund arbeiten". Das Heft können Sie [hier herunterladen](#).