

## Psychische Erste Hilfe im Unternehmen – ein Gewinn für alle

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen, psychische Gesundheit ist längst kein Randthema mehr – sie ist ein zentraler Wirtschaftsfaktor. Aktuelle Daten des Robert Koch-Instituts zeigen: **Rund ein Drittel der Bevölkerung** erlebt innerhalb eines Jahres eine psychische Belastung oder Erkrankung. Besonders häufig sind **Angststörungen, Depressionen und stressbedingte Beschwerden** – genau jene Themen, die auch in der Arbeitswelt tagtäglich auftreten.



Die Folgen sind spürbar: **Fehltage aufgrund psychischer Erkrankungen haben sich in den letzten Jahren mehr als verdoppelt**, und die durchschnittliche Ausfalldauer ist mit über **40 Tagen pro Fall** deutlich höher als bei körperlichen Erkrankungen. Das verursacht **beträchtliche Kosten**, nicht nur durch Arbeitsausfall, sondern auch durch sinkende Produktivität, erhöhte Fluktuation und dem Verlust wertvoller Fachkräfte.

Ein **Kurs für psychische Erste Hilfe** bietet hier einen konkreten und nachhaltigen Lösungsansatz. Mitarbeitende lernen,

- **Frühzeichen psychischer Belastung zu erkennen,**
- **offen, wertschätzend und sicher zu reagieren,**
- **und Betroffene an geeignete Hilfsangebote weiterzuleiten.**

### Der Nutzen ist doppelt:

- **Wirtschaftlich**, weil Prävention und frühzeitiges Handeln Kosten senken, Ausfallzeiten verkürzen und die Leistungsfähigkeit erhalten.
- **Menschlich**, weil ein unterstützendes Arbeitsumfeld Motivation, Loyalität und das Betriebsklima stärkt, **Resilienz** wird gestärkt und aufgebaut.

Psychische Erste Hilfe ist keine Zusatzaufgabe – sie ist eine **Investition in Gesundheit, Produktivität und Zukunftsfähigkeit.**

Lassen Sie uns gemeinsam dafür sorgen, dass mentale Gesundheit in Ihrem Unternehmen denselben Stellenwert hat wie körperliche Sicherheit.

**Nehmen Sie gerne Kontakt auf, ich mache Ihnen ein maßgeschneidertes Kursangebot.**

Vielen Dank. – Frank Hellmers