

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