



aufgrund des „Lockdown light“, liegt der Schwerpunkt unseres Newsletters auf dem Corona-Update. Wir hoffen, Ihnen damit eine gute Hilfestellung zu geben. Wir wissen und erhalten auch gelegentlich Zuschriften von Ihnen dazu, dass man die Corona-Pandemie auch aus anderen Blickwinkeln betrachten kann. Wir sind in unserem Berufsfeld aber besonders gehalten, den gesundheitlichen Schutz unserer Patienten und Klientinnen zu wahren und orientieren uns an den gesetzlichen/behördlichen Vorgaben und z.B. an folgender kurzer Lageeinschätzung von Prof. Michael Hallek:
<https://www1.wdr.de/mediathek/video/sendungen/aktuelle-stunde/video-studiogast-prof-michael-hallek-direktor-klinik-i-innere-medizin-uniklinik-koeln-100.html>

Unsere Themen:

1. [Corona-Virus: Empfehlungen für HeilpraktikerInnen für Psychotherapie und Psychologische BeraterInnen – Update 02.11.2020](#)
2. [Mundwasser tötet auch Corona-Viren](#)
3. [Aufruf für eine Petition gegen Kindesmissbrauch und deren Folgen](#)
4. [Keine Erstattung mehr durch die Gesetzlichen Kassen](#)
5. [Erste Hilfe für die Seele](#)
6. [Unfairer Chef macht krank](#)
7. [Mobbing Thema in jeder Klasse](#)



1. Corona-Virus: Empfehlungen für HeilpraktikerInnen für Psychotherapie und Psychologische BeraterInnen – Update 02.11.2020

Wir differenzieren im Folgenden nach den Berufsgruppen a) „HeilpraktikerInnen für Psychotherapie“ und b) „Psychologische BeraterInnen“, weil die Verordnungslage hier etwas unterschiedlich ist. Die Empfehlungen zum Umgang mit den Patienten / Klientinnen in der Praxis in Abschnitt c) sind dann aber wieder weitgehend gleich.

a) Empfehlungen für Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker für Psychotherapie

Laut Beschluss der Bundeskanzlerin mit den Regierungschefinnen und Regierungschefs der Länder am 28.10.2020 gelten ab dem 02. November 2020 verschärfte Einschränkungen im öffentlichen Leben. Das Wichtigste vorab: Medizinisch notwendige Behandlungen bleiben auch im „Lockdown-Light“ weiterhin möglich. Dies gilt auch für Paar- und Familientherapien, da die Teilnehmer hier ja aus einem Haushalt kommen. Wegen der erhöhten Ansteckungsgefahr sollte jedoch auf Gruppentherapien in den nächsten Wochen verzichtet

werden. Ggf. können sie in Einzel- oder Videositzungen umgewandelt werden.

b) Empfehlungen für Psychologische Beraterinnen und Berater

Da im o.g. Beschluss steht, das psychologische Beratungsstellen weiter arbeiten dürfen, gilt dies analog dann auch für psychologische Beratungspraxen – stets unter Beachtung der Abstands- und Hygieneregeln – siehe unten! Die Empfehlungen für Paar- und Familienberatungen gelten entsprechend wie bei den Kollegen mit Heilkundezulassung. Entspannungs- und Selbsterfahrungsgruppen, Yoga u.a. Wellnessangebote sind dagegen in den nächsten Wochen nicht erlaubt!

c) Empfehlungen für das Praxismanagement bei HP und PB

1. Informieren Sie sich regelmäßig selbstständig auf der „Corona-Faktenseite“ Ihres Bundeslandes, welche aktuellen Eindämmungsmaßnahmen zu beachten sind.

2. Beachten Sie zusätzlich, dass Städte und Gemeinden mit hoher Inzidenz weitere strengere Maßnahmen anordnen können, die von Ihnen zu erfüllen sind.

3. Da Kontakte wieder auf ein Minimum zu reduzieren sind, steuern Sie bitte die Patienten-/Klientenkontakte vor, in und nach der Anwesenheit in Ihrer Praxis. Das heißt:

- Bieten Sie keine offene Sprechstunde an und bitten Sie Ihre Patienten / Klienten, Termine grundsätzlich telefonisch zu vereinbaren. Das hilft Ihnen zu selektieren, wer tatsächlich in Ihre Praxis kommen kann und wer nicht. Patientinnen und Klienten mit Fieber, Husten, Atemnot oder Störungen des Geruchs-/ Geschmackssinns etc. lenken Sie weiterhin zum Arzt. Sorgen Sie dafür, dass sich keine Personen mit Symptomen einer Infektion der Atemwege oder Fieber in Ihrer Praxis aufhalten (inkl. Ihnen selbst und Ihrer Mitarbeiter). Patienten mit Erkältungssymptomen sollten erst nach 48 Stunden Symptommfreiheit wieder zur Therapie kommen. Als Praxisinhaber sollten Sie erst nach einem negativen Corona-Test und einer mindestens 48-stündigen Symptommfreiheit Ihre Tätigkeit wieder aufnehmen.

An dieser Stelle noch einmal die RKI-Kriterien für einen begründeten Verdachtsfall:

„Akute respiratorische Symptome jeder Schwere und Kontakt zu einem bestätigten COVID-19-Fall bis maximal 14 Tage vor Erkrankungsbeginn“

- Sorgen Sie in Ihrer Praxis für den gebührenden Abstand von 1,5 m zwischen allen Anwesenden.

Aufgrund der Kontaktbeschränkung sollten Patienten-/Klientenbegegnungen in der Praxis vermieden werden. Führen Sie möglichst Einzelbehandlungen / -beratungen durch. Begleitpersonen sollten nicht in der Praxis warten. Trennen Sie die Patienten / Klientinnen räumlich und zeitlich. Nutzen Sie Hinweisschilder, Bodenmarkierungen, Absperrungen und lenken Sie die Wege Ihrer Besucher in der Praxis.

- Unter konsequenter Einhaltung der Schutzmaßnahmen dürfen Sie sich in der Praxis Ihrem Patienten für die Dauer einer Behandlung nähern.

4. Was medizinisch notwendige Behandlungen sind, entscheiden Sie als Heilpraktiker bzw. Heilpraktiker für Psychotherapie unter Wahrung Ihrer Sorgfaltspflicht aufgrund Ihrer Fachkenntnis. Nicht medizinisch notwendig sind derzeit z.B.: Entspannungsmassagen, Yoga, Autogenes Training (auch nicht in Einzelsitzungen), Entspannungskurse oder Selbsthilfegruppen.

5. Halten Sie sich an den in Ihren Praxen geforderten Hygienestandard, der im Wesentlichen bestimmt wird durch die TRBA 250 und die aktuellen Empfehlungen des RKI. Zusätzlich sind die Besucher verpflichtet, sich nach dem Betreten der Praxis die Hände zu desinfizieren oder – wenn dies z.B. aufgrund von Handekzemen nicht möglich ist – die Hände gründlich zu waschen. Auch wenn es schwer fällt: Verbannen Sie Zeitungen und Spielzeug aus dem Wartezimmer. Bieten Sie keine Getränke an. Räumen Sie alles Überflüssige weg, um eine Keimverschleppung zu verhindern. Planen Sie weiterhin ausreichend Zeit zwischen den Sitzungen ein und führen Sie eine gründliche Desinfektion aller Kontaktflächen durch (Patientenliege, Türgriffe, Handläufe, Klingelknopf etc.). Praxis-, Sanitär- und Pausenräume müssen regelmäßig gelüftet werden.

6. Selbstverständlich gilt in jeder Heilpraktikerpraxis / Beratungspraxis eine Maskenpflicht. Das RKI empfiehlt an dieser Stelle eine einrichtungsspezifische Risikobewertung.

„Ein mehrlagiger medizinischer Mund-Nasen-Schutz (MNS) ist geeignet, die Freisetzung erregershaltiger Tröpfchen aus dem Nasen-Rachen-Raum des Trägers zu behindern und dient primär dem Schutz des Gegenübers (Fremdschutz). Gleichzeitig kann er den Träger vor der Aufnahme von Tröpfchen oder Spritzern über Mund oder Nase, z.B. aus dem Nasen-Rachen-Raum des Gegenübers, in gewissem Umfang schützen (Eigenschutz). Durch das korrekte Tragen von MNS innerhalb der medizinischen Einrichtungen kann das Übertragungsrisiko auf Patienten und anderes medizinisches Personal bei einem Kontakt von < 1,5 m reduziert werden. Atemschutzmasken mit Ausatemventil sind nicht zum Drittschutz geeignet.“

Wann ist ein MNS für Sie als Behandler / Beraterin ausreichend?

- Bei gesichtsfernen Tätigkeiten > 1,5 m
 - Wenn Sie nur kurze Tätigkeiten durchführen oder der Raum gut gelüftet ist
- Bei gesichtsnahen Behandlungen < 1,5 m
 - Wenn der Patient gleichzeitig einen MNS trägt

Wann müssen Sie eine FFP 2-Maske ohne Ventil verwenden?

- Bei gesichtsfernen Tätigkeiten > 1,5 m
 - Wenn der Patient keinen medizinischen Mund-Nasen-Schutz trägt (z.B. aufgrund eines ärztlichen Attestes) und Sie längere Tätigkeiten durchführen oder der Raum sich nicht gut lüften lässt

- Bei gesichtsnahen Tätigkeiten < 1,5 m
 - Wenn der Patient keinen medizinischen MSN trägt (s.o.)
 - Bei lang dauernden Tätigkeiten
 - Bei schlechter Lüftung

Rechtlich am sichersten sind Sie, wenn Sie auf Behandlungen ohne MNS in Ihrer Praxis grundsätzlich verzichten. Der Mund-Nasen-Schutz ist bei Durchfeuchtung zu wechseln, im Idealfall vor jedem neuen Patienten.

7. Dokumentieren Sie zur Nachverfolgung im Infektionsfall Ihre Patienten-/Klientenkontakte.

8. Denken Sie an Ihre gesetzliche Meldepflicht – auch als HP für PT!

9. Lassen Sie sich nicht verführen, einen direkten oder indirekten Corona-Nachweis zu führen.

10. Bleiben Sie gesund!

Fragen und Antworten zum Behandlungsmanagement in Heilpraktikerpraxen:

Muss der aktuelle Rahmenhygieneplan für Heilpraktiker- / Beratungspraxen an die aktuelle Pandemie-Situation angepasst werden?

Nein. Der Rahmenhygieneplan enthält alle wesentlichen Basishygienemaßnahmen und zum Teil auch schon ergänzende Maßnahmen (z.B. Mundschutz). SARS-CoV-1 wird als „aerosolisch übertragbares Virus der Risikogruppe 3“ eingestuft. In einer Pandemie ist ein erhöhtes Sicherheitsniveau wichtig, weil das Risiko einer Erregerübertragung „grundsätzlich im Raum“ steht.

Ihre Aufgabe ist es, einen auf Grundlage des Rahmenhygieneplans individualisierten Hygieneplan für die Praxis zu erstellen. Um Ihnen diese Arbeit leichter zu machen, haben wir in der AG Corona der Gesamtkonferenz Deutscher Heilpraktikerverbände und Fachgesellschaften ein Muster für eine Ergänzung Ihres Praxishygieneplans erarbeitet, das wir Ihnen im internen Mitgliederbereich unter „Downloads“ zur Verfügung stellen.

Darf ich meine Kontaktliste im Wartezimmer auslegen?

Nein. Klienten-/Patientendaten sind besonders sensible Daten und müssen von Ihnen DSGVO-konform geschützt werden. Wichtig: Klären Sie bitte Ihre Besucher vor Behandlungsbeginn über die Kontaktdatenerfassung auf, damit die Klienten/Patientinnen frei entscheiden können, ob sie die Behandlung / Beratung unter dieser Voraussetzung durchführen möchten. Die Aufklärung sollte sorgfältig dokumentiert werden. Möglich wäre auch, den Besuchern ein Aufklärungsformular zur Unterschrift vorzulegen.

Darf ich als Heilpraktiker / Heilpraktiker für Psychotherapie ein Attest zur Maskenbefreiung ausstellen?

Verlangt wird ein ärztliches Attest oder eine „amtliche Bescheinigung“, die z.B. von einem Gesundheitsamt oder einer anderen Behörde ausgestellt sein kann. Das Attest eines Heilpraktikers ist also nicht ausreichend. Möglich wäre aber, dass Sie das Attest Ihrem Patienten ausstellen und er es dem Gesundheitsamt vorlegt. So wird es möglicherweise einfacher für ihn sein, zu der amtlichen Bescheinigung zu kommen.

Meine Praxis befindet sich in einem Risikogebiet. Darf ich Klienten / Patienten aus Nicht-Risikogebieten

behandeln / beraten?

Der Sachverhalt ist nach der Rechtslage in Ihrem Bundesland zu beurteilen. Hier greifen vermutlich einige Vorschriften ineinander. Die Basis wird die in jedem Bundesland erlassene „Corona-Verordnung“ sein. Für die Heilbehandlung sind meistens ergänzende Rechtsverordnungen erlassen worden. Es könnte sein, dass für die Behandlung von Patienten, die außerhalb des Risikogebiets zu Hause sind, nach Ihrer Behandlung eine Quarantäne einzuhalten wäre. Genauer können Sie feststellen beim Studium der Rechtsvorschriften und Verwaltungsvorschriften, die von den Ministerien in jedem Bundesland ins Internet gestellt sind. Die Verordnungen sind relativ kurz und verständlich gehalten.

Darf ich weiterhin Hausbesuche durchführen?

Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie die Maßnahmen im häuslichen Umfeld des Patienten einhalten können und der Termin aufgrund des Gesundheitszustandes verschoben werden kann, sollten Sie dies auch tun und einen neuen Termin vereinbaren, möglichst in Ihrer Praxis.

In jedem Fall absagen und verschieben müssen Sie Termine bei bestätigter COVID-19 Erkrankung. Auch bei Personen, die unter Quarantäne stehen, muss der Termin verschoben werden. (Quelle: BGW)

Kann ich als Heilpraktiker die sog. „Corona-Hygienepauschale“ geltend machen?

Das GebüH sieht keine Ziffer für einen außergewöhnlichen Hygieneaufwand vor. Da eine solche Ziffer nicht vorliegt, können Sie auch nicht analog nach dem GebüH abrechnen. Allerdings besteht die Möglichkeit, dass Sie die besonderen Hygienemaßnahmen als „Leistungsbeschreibung“ ohne GebüH-Ziffer selbst bewerten und entsprechend abrechnen. Hier können Sie auf die oben genannte Ziffer 245 GOÄ zurückgreifen und den Hygienezuschlag mit der Ziffer 245 GOÄ analog mit dem Text „erweiterte Hygienemaßnahmen“ zum 1-fachen Gebührensatz abrechnen (6,41 Euro). Die Ziffer ist nur einmal je Konsultation ansetzbar und gilt ausschließlich für den unmittelbaren Heilpraktiker-Patienten-Kontakt.

Allerdings ist die Erstattung durch die Kassen eher eine Kulanzfrage. Wir haben bei einigen Kolleginnen und Kollegen nachgefragt, die bisher so abgerechnet haben. Sie meldeten uns zurück, dass die Patienten eine Erstattung erhalten haben. Dennoch raten wir dazu, den Patienten dahingehend aufzuklären, dass es eine Kulanzleistung der Kostenträger ist und es keinen rechtssicheren Erstattungsanspruch gibt. Die Patienten müssen gewarnt sein, dass diese Leistung möglicherweise nicht erstattet wird.

Hier geht es zu den aktuellen Informationen Ihres Bundeslandes:

Baden-Württemberg: <https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/aktuelle-infos-zu-corona/aktuelle-corona-verordnung-des-landes-baden-wuerttemberg/>

Bayern: <https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus>

Berlin: <https://www.berlin.de/corona/massnahmen>

Brandenburg: <https://www.kkm.brandenburg.de/kkm/de/corona/regionale-informationen>

Bremen: <https://www.bremen.de/corona>

Hamburg: <https://www.hamburg.de/coronavirus>

Hessen: <https://www.hessen.de/fuer-buerger/aktuelle-informationen-zu-corona-hessen>

Mecklenburg-Vorpommern: <https://www.regierung-mv.de/corona>

Niedersachsen: <https://www.niedersachsen.de/Coronavirus>

Nordrhein-Westfalen: <https://www.land.nrw/corona>

Rheinland-Pfalz: <https://www.msagd.rlp.de/de/unsere-themen/gesundheits-und-pflege/gesundheitsliche-versorgung/oeffentlicher-gesundheitsdienst-hygiene-und-infektionsschutz/infektionsschutz/informationen-zum-coronavirus-sars-cov-2>

Saarland: https://www.corona.saarland.de/DE/home/home_node.html

Sachsen: <https://www.coronavirus.sachsen.de>

Sachsen-Anhalt: <https://www.coronavirus.sachsen-anhalt.de>

Schleswig-Holstein: https://www.schleswig-holstein.de/DE/Schwerpunkte/Coronavirus/coronavirus_node.html

Thüringen: <https://www.corona.thueringen.de>

Praxishilfen:

Orientierungshilfe: Wann liegt ein begründeter COVID-19-Verdacht vor?
https://edoc.rki.de/bitstream/handle/176904/6484.8/Flussschema-Aertze-Verdacht_20-04-06_%2815%29.pdf?sequence=13&isAllowed=y

Verhaltensregeln in therapeutischen Praxen in Corona-Zeiten:
https://www.bgw-online.de/SharedDocs/Downloads/DE/Medientypen/Plakat-Aushang/Corona-Patienteninfo-Therapeutische-Praxen_Download.pdf?__blob=publicationFile

Technische Regeln für Biologische Arbeitsstoffe 250:
<https://www.bgw-online.de/DE/Medien-Service/Medien-Center/Medientypen/DGUV-Vorschrift-Regel/TRBA250-Biologische-Arbeitsstoffe-im-Gesundheitswesen-und-in-der->

[Wohlfahrtspflege.html;jsessionid=D5D0C8F4A378F4A855D46B030A80D270](https://www.wohlfahrtspflege.html;jsessionid=D5D0C8F4A378F4A855D46B030A80D270)

Informationen zur Ausnahme von der Pflicht zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung:

https://www.aerztekammer-berlin.de/05Coronavirus/02_Informationen-fuer-Aerztinnen-und-Aerzte/Ausnahme-von-der-Pflicht-zum-Tragen-einer-Mund-Nasen-Bedeckung.html

Erweiterte Hygienemaßnahmen im Gesundheitswesen im Rahmen der COVID-19 Pandemie des RKI:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/erweiterte_Hygiene.html

Hinweise des RKI zum beispielhaften An- und Ablegen von Persönlicher Schutzausrüstung (in Bildern):

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/PSA_Fachpersonal/Dokumente_Tab.html

Empfehlungen der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege für therapeutische Praxen:

https://www.bgw-online.de/DE/Home/Branchen/News/Coronavirus_node.html

Informationen nach Art. 13 DSGVO zur Dokumentation des Aufenthalts:

https://www.bgw-online.de/SharedDocs/Downloads/DE/Medientypen/Plakat-Aushang/Corona-Datenschutzinfo_Download.pdf?__blob=publicationFile

[\[nach oben\]](#)

2. Mundwasser tötet auch Corona-Viren

Unsere Kollegin Ulrike Bär-Streich, Heilpraktikerin für Psychotherapie, hat recherchiert, dass es noch eine weitere gute Möglichkeit gibt, sich vor Infektionen zu schützen, die aber oft gar nicht genannt wird oder untergeht: Spülen mit Mundwasser! Zitat: „Alle getesteten Mundspülungen konnten die Viruslast in den Proben senken. Drei von ihnen sogar so weit, dass die Forscher nach 30 Sekunden ‚gurgeln‘ keine Viren mehr nachweisen konnten – nämlich „Dequonal“, „Iso-Betadine mouthwash“ und „Listerine cool mint“.



Quelle: https://www.t-online.de/gesundheit/krankheiten-symptome/id_88383852/coronavirus-mundspuelungen-koennten-covid-19-ansteckungsgefahr-senken.html

“Prof. Klaus-Dieter Zastrow vom Hygiene-Institut Berlin ist sich sicher: Mundspülungen seien wirksam, getestet und sollen sich schon immer bewährt haben. Demnach würde bei einem Corona-Infizierten ein Mundwasser die Viruslast im Rachen deutlich reduzieren – die Gefahr andere anzustecken sinkt. Mit Mundspülungen wird der Rachenraum beispielsweise vor und nach Zahn-Operationen desinfiziert. Dabei sollen nicht nur Bakterien und Pilze, sondern auch Corona-Viren zuverlässig abgetötet werden. ...

Auch für den Coronavirus-Infizierten selbst gäbe es Vorteile: Durch Gurgeln mit Mundspülungen und die dadurch verringerte Viruslast, werde auch ein möglicherweise schwerer Verlauf der Covid-19-Erkrankung abgemildert.“

Quelle: <https://www.heidelberg24.de/verbraucher/corona-infektion-ansteckung-coronavirus-schutz-gurgeln->

[\[nach oben\]](#)

3. Aufruf zu einer Petition gegen Kindesmissbrauch



Unser Mitglied Hendrikje ter Balk, Heilpraktikerin für Psychotherapie in Köln, hat uns gebeten, die folgende Petition zu unterstützen: www.kinderschuetzen-betroffenestuetzen.de Dazu schreibt sie:

Die derzeitigen Zahlen von Missbrauchsfällen sowie die unzureichende therapeutische Versorgung von Betroffenen sind erschreckend hoch. Dieser Zustand soll nicht hingenommen werden, wir wollen Menschen und insbesondere Kinder (unter)stützen!

Ob Freunde, Nachbarn, Angehörige oder innerhalb der eigenen Familie, wir alle kennen betroffene Menschen. Missbrauch ist leider alltäglich und genau aus diesem Grund benötigen wir Ihre Unterstützung. Es geht u.a. auch um die Versorgung komplexer Traumafolgestörungen. Helfen Sie mit und seien Sie Teil dieser notwendigen Veränderung, damit mehr Schutz und mehr Hilfe möglich wird!

Erschreckend ist, dass die Homepage mit dem Text der Petition (trotz höchster Sicherheitsstandards) zwischenzeitlich durch Angriffe aus dem Darknet und Überfluten mit Viren zweimal lahmgelegt wurde. D.h. dass Leute, die ihre Taten vertuschen und auch in Zukunft weiter ausüben wollen, den besseren Schutz unserer Kinder zu verhindern versuchen! Deshalb ist unsere Bitte umso dringlicher:

Unterzeichnen Sie die Petition, die auch von vielen prominenten PsychotherapeutInnen gestützt wird: <https://www.kinderschuetzen-betroffenestuetzen.de>

[\[nach oben\]](#)

4. Keine Erstattung mehr durch die Gesetzlichen Kassen

Im letzten Newsletter hatten wir darüber berichtet, dass die Gesetzlichen Krankenkassen keine Leistungen von Heilpraktikern mehr erstatten dürfen – lt. einem Urteil des Bundessozialgerichts von 2016. Die Kollegin Evelyn Augustin machte uns darauf aufmerksam, dass es dementsprechend sinnvoll ist, bei Ihren Internetauftritten evt. noch vorhandene Aufklärungshinweise über die „Kostenerstattung bei den Gesetzlichen Krankenkassen“ zu entfernen.



[\[nach oben\]](#)



5. Erste Hilfe für die Seele

Stabile Seitenlage und 112 wählen kann fast jeder. Doch wie leiste ich jemandem Erste Hilfe, der Suizidgedanken hat oder eine Panikattacke? In Deutschland gibt es künftig Kurse, die das lehren.(...)

Erst seit Beginn dieses Jahres gibt es solche Ersthelferkurse für psychische Probleme in Deutschland. Das Zentralinstitut für seelische Gesundheit in Mannheim hat dafür das Projekt "Mental Health First Aid" (MHFA) [1] aus Australien nach Baden-Württemberg geholt und will es künftig auf Bundesebene ausweiten [2]. (...) Angelehnt an reguläre Erste-Hilfe-Kurse lernen die Teilnehmenden an vier Tagen in dreistündigen Workshops, auf Notfälle zu reagieren und seelische Wunden zu versorgen. Dazu gehören Grundlagen wie: Woran genau lassen sich Depressionen, Angsterkrankungen oder Psychosen erkennen? Wie verhalten sich Suizidgefährdete? Was macht eine Sucht aus?

Zugleich lernen die Teilnehmenden eine Art stabile Seitenlage für die Psyche: In Rollenspielen üben sie, wie sie darauf reagieren können, wenn jemand in ihrem Umfeld Wahnvorstellungen hat oder Stimmen hört. Was zu tun ist, wenn ein Mensch in eine Panikattacke gerät. Wie sie einer Person mit Suizidgedanken Halt geben können. Die Nachfrage nach dem Angebot ist auch hierzulande groß: Seit einem halben Jahr laufen bereits Pilotkurse, die unter anderem von großen Firmen und Behörden für deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gebucht wurden. Stetig kommen neue Anfragen. Erst im Oktober gingen die Veranstalter mit ihrem Angebot an die Öffentlichkeit – schon innerhalb weniger Stunden waren die ersten offiziellen Kurse ausgebucht, mehrere Dutzend Anfragen per E-Mail und Telefon gingen ein. Um auch unter Pandemiebedingungen schulen zu können, soll es bald Onlinekurse geben. (...)

Mitunter besteht diese Hilfe allein darin, den Weg zu einer professionellen Behandlung zu ebnen. Betrachtet man einen Zeitraum von einem Jahr, leiden im Durchschnitt 27,7 Prozent der Erwachsenen in Deutschland an einer behandlungsbedürftigen psychischen Störung wie etwa einer Depression, einer Angsterkrankung oder Sucht. Das ergab eine bundesweite, repräsentative Studie aus dem Jahr 2014 [3]. Nicht einmal die Hälfte von ihnen, manchmal nur jeder Zehnte, nimmt dann die Hilfe etwa von Beratungsstellen, Therapeutinnen oder Ärzten in Anspruch. Die Scham ist oft zu groß, gleichzeitig wissen viele einfach nicht, wohin sie sich wenden sollen.

Zum Artikel

<https://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/mhfa-kurse-wie-das-umfeld-psychisch-krank-menschen-unterstuetzen-kann-a-58f2bf57-aa85-40ed-982a-37ee3588bbd1#>

Links:

[1] <https://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/erste-hilfe-kurse-fuer-die-psyche-seelische-wundversorgung-a-1165370.html>

[2] <https://www.mhfa-ersthelfer.de/de/>

[3] <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs00115-013-3961-y>

[\[nach oben\]](#)

6. Unfairer Chef macht krank

Unfaire Vorgesetzte machen ihre Untergebenen krank – und schaden in mehrfacher Hinsicht dem eigenen Unternehmen. Das ist das Ergebnis einer Studie des Wissenschaftlichen Instituts der AOK.

Fast jeder zweite Beschäftigte vermisst bei seinem Arbeitgeber gerechte Lösungen bei innerbetrieblichen Unstimmigkeiten. 41 Prozent fehlt es an Wertschätzung; ein Drittel beklagt, das Unternehmen stehe nicht hinter den Mitarbeitern.

Wer Ärger mit dem Vorgesetzten hat, leidet häufig an Rückenschmerzen (26 Prozent), Erschöpfung (20 Prozent) und Schlafproblemen (18 Prozent). Stimmt die Chemie gegenüber dem Chef, kommen solche Beschwerden deutlich seltener vor (3,4 Prozent der Mitarbeitenden).

Das hat konkrete Auswirkungen: Zum einen sind Menschen, die ihren Vorgesetzten als ungerecht empfinden, häufiger krank als diejenigen, die mit dem Chef zufrieden sind (15,1 Fehltage gegenüber 12,7 Fehltagen). Und zum zweiten bleiben Mitarbeitende eher im Unternehmen, wenn der Chef „in Ordnung“ ist. Die bessere Bezahlung allein hat bei einem Wechsel-Wunsch eine geringere Bedeutung als vielfach vermutet. Ein als unangenehm empfundener Vorgesetzter kann seinem Unternehmen damit erheblich schaden.



