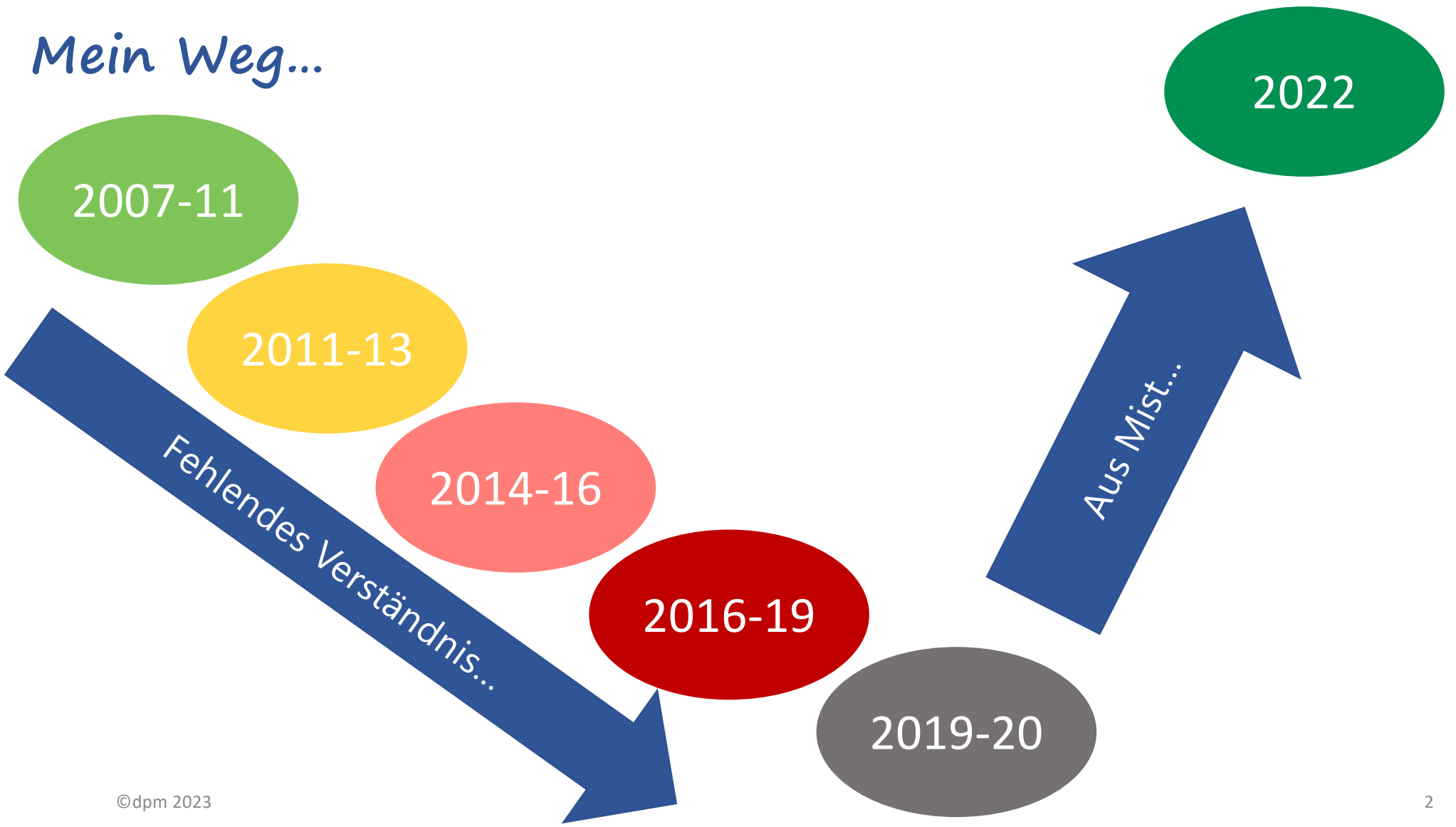


Aus Mist Dünger machen

Psychische Erkrankung und BEMpsy -
Betroffenenperspektive

Dr. Petra Maaß

Mein Weg...



Es ist, wie es ist.



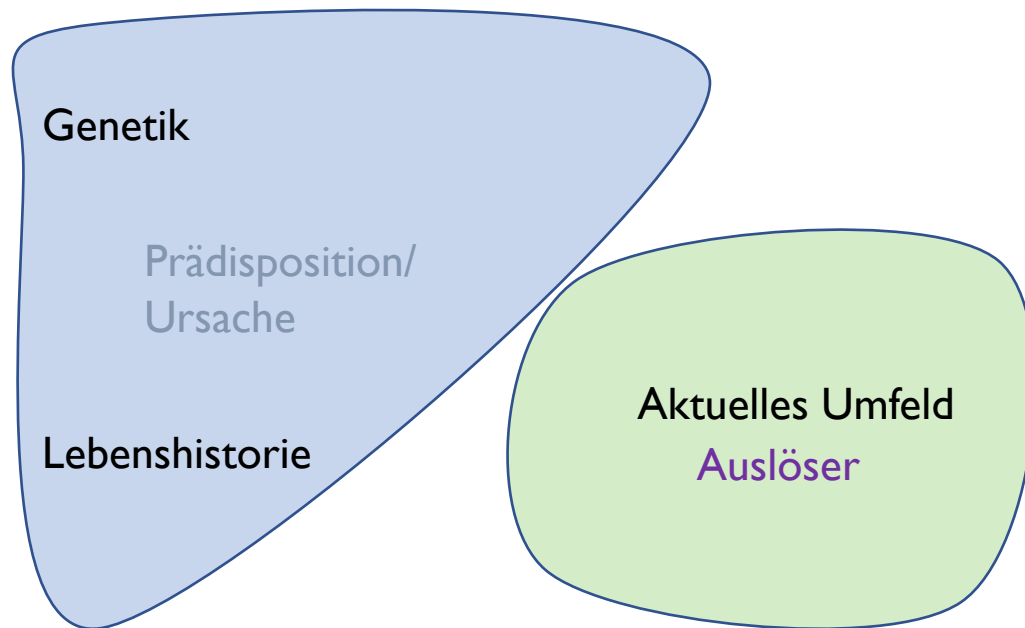
*Nehmen Sie die Menschen,
wie sie sind.
Es gibt keine anderen.*

Konrad Adenauer

Verständnis hilft!



Psychische Erkrankungen



Ursachen und Auslöser

Stoffwechselstörung

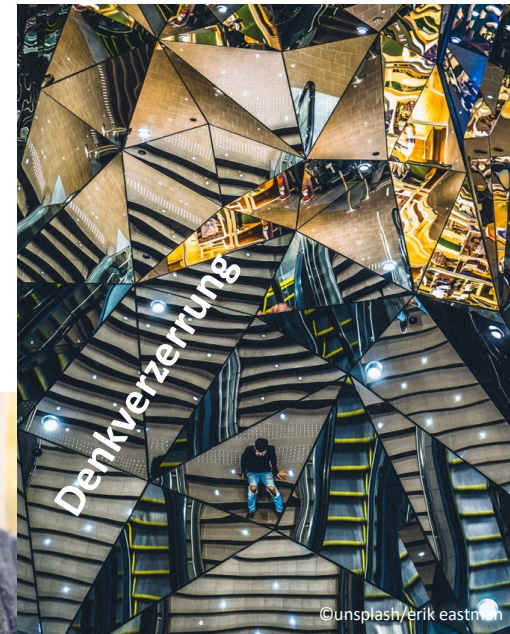
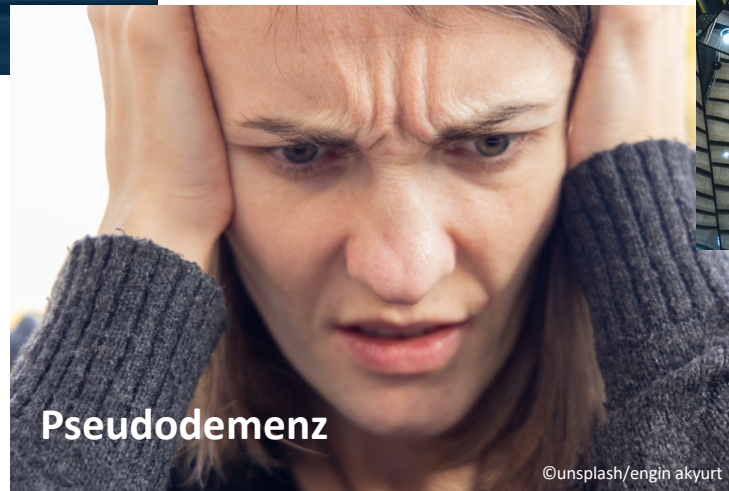
Gesunde und kranke Phasen

Auswirkungen

Veränderungen im

- Wahrnehmen
- Denken
- Fühlen
- Handeln

Heute bin ich Erfahrungsexpertin...



Das BEM als Chance...

- Fähigkeitsgerechte Arbeit
- Bedürfnisorientierte, sinnstiftende Tätigkeit
- Stärken nutzen, Schwächen akzeptieren
- Verständnis, Wohlwollen, Vertrauen, Wertschätzung
- Möglichst viele und lange gesunde Phasen
- Ergebnisoffen

BEM – Do's and Don'ts

Was habe ich gehört?

- Was sagt denn ihr Arzt dazu?
- Werden Sie erst mal gesund, dann reden wir weiter.
- Versuchen Sie es doch noch einmal im alten Team. Wir unterstützen Sie auch dabei.
- Jetzt muss auch mal gut sein. Stellen Sie sich nicht so an, da müssen Sie jetzt durch.
- Alle anderen kommen mit ihrem Chef aus. Das muss doch auch bei Ihnen klappen.

Angst und Denkverzerrung während der Krankheitsphase

Was hätte ich mir gewünscht?

- Was sagen ihre Therapeuten und wie schätzen sie selbst die Situation ein?
- Sie sind doch jetzt in der Tagesklinik, was halten Sie davon, wenn wir ein Gespräch zusammen mit der psychosozialen Beratung der Tagesklinik führen, um gemeinsam nach einem guten Weg zurück ins Unternehmen zu suchen? Um besser zu verstehen, was sie brauchen, würden wir gerne ihre Therapeutin mit einbinden. Wären Sie damit einverstanden?
- Es tut uns leid, dass in den letzten Jahren so viel schief gelaufen ist und ihre Gesundheit darunter gelitten hat. Die Situation ist ziemlich verfahren, und wir stecken gerade fest. Wir wissen aber auch, was für einen tollen Job sie in der Vergangenheit gemacht haben. Wir würden gerne gemeinsam mit Ihnen nach einer für beide Seiten guten Lösung suchen, wenn es für Sie wichtig ist auch innerhalb des Unternehmens.
- Wir wissen, auch ihr Vorgesetzter in der Vergangenheit Fehler gemacht hat, und dass sie deswegen aus gesundheitlichen nicht mehr ins alte Team zurückkönnen. Könnten Sie sich vorstellen BU-Rente zu beantragen, um erstmal zur Ruhe zu kommen und gesund zu werden? Wir sichern Ihnen zu, dass wir danach eine für Sie gute Lösung im Unternehmen finden oder einen Aufhebungsvertrag (gemäß Entwurf) mit Ihnen abschließen werden.

Chef – Dont's

Aufgaben erfüllt

Führungslos

Anders ist
nicht gut

Gas Lighting

Unnötiger
Zeitdruck

Über einen
Kamm

St. Moritz

Kurze Leine

Unklare
Entscheidungen

Strukturlosigkeit

Doppelbüro

Pressure
Prompted

Ohne Wohlwollen
geht es nicht.



Aus Mist Dünger machen...

- Fähigkeitsgerechte Arbeit
- Bedürfnisorientierte, sinnstiftende Tätigkeit
- Stärken nutzen, Schwächen akzeptieren
- Verständnis, Wohlwollen, Vertrauen, Wertschätzung
- Möglichst viele und lange gesunde Phasen

*Ich darf mit Menschen sein,
die mit mir sein wollen.*





dpm - stiftung
für seelische gesundheit

www.dpm-stiftung.de



diversity • personality • mental health



bewegen • entspannen • genießen

Dr. Petra Maaß
Schützenpfad 23
55218 Ingelheim

06132 - 899 01 06 oder 0157 - 829 63 154
info@dpm-stiftung.de oder pmaass@hotmail.de



Seele in Balance

<https://www.mgh-ingelheim.de/angebote/beratung-und-selbsthilfe>



<https://tus1848.de/>



**VERRÜCKT?
NA UND!**

<https://www.irrsinnig-menschlich.de/psychisch-fit-schule/>

feelfit
das Gesundheitsloft

<https://feelfit-mainz.de/>



Janna C. Stark

janna.c.stark@outlook.de

Erfahrungsbericht BEM

»Für mich
war das BEM
eine große
Chance!«



<https://www.bempsy.de/beschaeftigte/infos-zum-bem/erfahrungsberichte>

Erfahrungsbericht BEM - "Ich hätte mir die Einbindung externer Akteur*innen gewünscht."

Janna berichtet von ihren positiven Erfahrungen im BEM und davon, was sie sich anders gewünscht hätte.



<https://www.bempsy.de/unternehmen/infos-zum-bem/erfahrungsberichte>

https://www.bempsy.de/fileadmin/webredaktion/videos/Best_Practice/Janna_BEM_02/20230505_BEMpsy_Interview_Janna_Video_02_-_Ich_haette_mir_die_Einbindung_externer_Akteurinnen_gewuenscht_K05.mp4

*Nicht behindert zu sein
ist wahrlich kein Verdienst,
sondern ein Geschenk,
das jedem von uns jederzeit
genommen werden kann.*

Richard von Weizsäcker

*Du kannst die Wellen nicht stoppen,
aber du kannst lernen sie zu surfen.*

Jon Kabat-Zinn