



STIGMAFREIE
SUCHT-
PRÄVENTION
für
ARBEITGEBENDE

HOHER HANDLUNGSBEDARF

Neuer Rekord bei Arbeitsausfällen wegen psychischer Erkrankungen



Sind auch Ihre **Führungs- und Lehrkräfte** sowie Mitarbeitenden im Umgang mit mentalen Herausforderungen, psychischen Störungen oder Suchterkrankungen in ihrem privaten und beruflichen Umfeld als Betroffene oder Angehörige stärker gefordert?

2022 erreichten die Fehltage wegen psychischer Erkrankungen einen neuen Höchststand: **301 Fehltage je 100 Versicherte** (+48% seit 2012)

Quelle: Psychreport der DAK-Gesundheit

SO VERHINDERN SIE LANGE ARBEITSAUSFÄLLE

Wir setzen bei versteckten Kostentreibern

... mit einfach sensibilisierenden Hilfsangeboten an.

1. **Mangelndes Selbstverständnis:** Psychische Leiden werden von Betroffenen selbst häufig verharmlost oder verdrängt.

2. **Ineffiziente Selbstversorgung:** Erkrankungen der Psyche werden oft erst spät erkannt und selten adäquat behandelt.

3. **Stigmatisierungseffekte:** Scham und Selbststigmatisierung hindern Betroffene und Mitbetroffene Hilfe zu suchen.

4. **Unklare Handlungsempfehlungen:** Rechtliche Rahmenbedingungen im Umgang mit mentalen Erkrankungen sollten für alle Rollen im Unternehmen klar definiert sein.

5. **Gemeinsame Verantwortung:** Stabilisierung von Leistungsfähigkeit und Stressbewältigung wird weitläufig als private Verantwortung und nicht als gemeinsame Aufgabe von Arbeitnehmenden und Arbeitgebenden verstanden.

6. **Fehlende Implementierung:** Unterstützende Strukturen werden in Unternehmen bislang nicht nachhaltig genug angeboten oder zu selten nachgefragt.

Peer Impuls- und Fachvorträge (Betroffenenberichte): Lebensnahe Aufklärung über mentale Erkrankungen. Von Ursachen, über Symptome bis zu Behandlungsmöglichkeiten und Selbstfürsorge.

Führungskräfteschulung zum Umgang mit mentalen Erkrankungen und interaktiven Coachings mit **Gesprächssimulationen** (Fürsorgegespräche, Klärungsgespräche, Personalgespräche, BEM-Gespräche)

Peer Assistance Programm: Nachhaltige Beratung und Implementierung modularer Mental Health Interventionen und Impulse (Betriebsvereinbarungen, Corporate & interne Kommunikation, Trainings, Events, Gesundheitstage, Gesundheitsmaßnahmen, Selbsthilfeangebote)

UNSER PEER TEAM öffnet Gespräche

Auf stigmafreie Kommunikation kommt es an:

Wir bieten vertrauensvolle Verständigungshilfen bei mentalen Belastungen, psychischen Erkrankungen und Konsumproblemen für alle soziale Rollen im privaten und beruflichen Umfeld.

Peers sind (ehemals) selbst betroffene „Profis“ und können bei suchtgefährdeten Personen, bei psychisch Erkrankten oder Suchterkrankten sowie Mitbetroffenen effektiver ein **Problem- und Lösungsbewusstsein** sowie **Motivation zu Verhaltensänderungen** initiieren. In der Zusammenarbeit mit Peers kann vor allem (Selbst-)Stigmatisierung schneller abgebaut werden.



Fachvortrag Selbststigmatisierung auf dem interdisziplinären Kongress für Suchtmedizin, Juli 2024



Plenumsdiskussion FASD Jahrestagung, Filmvorstellung „Erinnerungen einer vergessenen Kindheit“ (Lars Smekal), Sep 2024



NEU
zertifiziertes
CRAFT-TRAINING
für Angehörige, Lehr-
und Führungskräfte in
der Praxis Denkweise

Stefan

Janet

Caro

- ✓ 7 von 10 Kursteilnehmenden, die mit dem CRAFT-Ansatz arbeiten, haben Betroffene in therapeutische Behandlung vermitteln können.
- ✓ 9 von 10 Führungs- und Lehrkräften, die unsere Schulung durchlaufen haben, fühlen sich heute im Umgang mit mentalen Problemen und bei Suchtanzeichen sicherer.

FEEDBACKS

„Danke für Ihren Mut, Ihr Leben und Ihre Erfahrungen so offen und ehrlich preiszugeben.“

„Ich konnte mich an so vielen Stellen in Ihrem Vortrag wiedererkennen, das hat so gut getan.“

„Mit Hilfe Ihrer Beispiele konnte ich mich **besser in Betroffene hineinversetzen** und werde in Zukunft stärker auf meine Kommunikation mit den Kollegen achten.“

„Am liebsten würde ich jetzt direkt mit einigen Teams sprechen, die Rollenspiele haben wirklich Spaß gemacht. Ich fühl mich weniger unsicher jetzt, danke.“



„Es war mucksmäuschenstill im Saal, wir hätten eine Stecknadel fallen hören können. Ihre Geschichte geht unter die Haut und bleibt in Erinnerung. Sie haben es geschafft, dass ich mein eigenes Trinkverhalten überdenke, danke.“

MEDIEN, KOOPERATIONEN & REFERENZEN

MEDIEN



KOOPERATIONEN & REFERENZEN



Mitglied bei / gestaltet von



UNSER ZIEL: Scham & Sprachlosigkeit überwinden

ALKOHOL ALS BELIEBTESTES BERUHIGUNGS- TROST- UND FLUCHTMITTEL

auch andere Suchtmittel wie Internet, Social Media, Handy, Glückspiel, Cannabis, Nikotin, Medikamente, Arbeit, Sex, Essen oder illegale Drogen...

Scham- und Schuldgefühle
Ich schaffe mein Leben nicht ohne Alkohol (oder ein anderes Suchtmittel).



Überlastung und Missverständnisse
Nichts läuft rund, ständig streiten wir. Es ist so ermüdend.

Überforderung und Zukunftsängste
Ist doch eh alles nicht mehr zu retten. Wofür lohnt es sich noch anzustrengen?



Resignation und Verdrängung
Wir können nichts mehr ändern, lass uns das Beste draus machen. Ich lass mir meinen täglichen Genuss nicht auch noch nehmen.



Unserem sozialen Umfeld und Fürsorgesystem mangelt es an Bewusstsein, Kontaktpunkten und Kommunikationsanlässen, um offen über mentale Probleme sprechen zu können. **Wir helfen als PEERs Gespräche an Schnittstellen zu öffnen.**



Sport & Vereine



Therapie/ Beratung



Soziale Arbeit



ÄrztInnen/ Fachkräfte



ErzieherInnen & Lehrkräfte



Führungskräfte



Kommunale Verwaltung

SELBSTSTIGMATISIERUNG HINDERT HILFE

POSITIVE VORBILDER HELFEN STIGMATA ZU ÜBERWINDEN



Prof. Georg Schomerus & Team, Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum Leipzig



Caro bei einem Führungskräfteseminar zum Thema „Umgang mit Sucht“



Stefan bei einem Schulvortrag zum Umgang mit legalen Drogen (Prävention & Aufklärung, 8. Klasse)

„Erst durch authentische Selbstoffenbarungen anderer Betroffener (PEERs) haben wir uns getraut, uns unsere Alkoholprobleme einzugestehen, uns Hilfe zu suchen und offen darüber zu sprechen.“



CAROS LEBENSVERLAUF ALS ABHÄNGIGE COA IM PROGRESSIVEN MODELL

NACH SCHOMERUS



1.

Mir wurden die negativen Stereotype bewusst, die gegenüber meiner Mutter von anderen vertreten wurden.

„Deine Mama ist ein schwacher Mensch. Ihr sind Alkohol und Männer wichtiger als die eigene Tochter.“



2.

Ich stimmte den Stereotypen über alkoholranke Mütter zu, da sie in meinem sozialen Umfeld vorherrschten.

„Meine Mama ist nicht stark genug, keinen Alkohol zu trinken. Ich bin es ihr nicht wert.“



3.

Ich wurde selbst eine alkoholranke Mutter und Führungskraft & übertrug die negativen Stereotype auf mich.

„Du hast es nicht mehr im Griff. Sie hatte Recht, Du bist nicht so gut und stark wie Du denkst.“



4.

Ich verlor meinen Selbstwert und mein Selbstvertrauen aufgrund negativer Überzeugungen über alkoholranke Mütter.

„Du bist genauso schwach und manipulierbar und eine ebenso miserable Mutter.“

Evidenzbasierte Intervention, die verdeutlicht, wie eine Suchterkrankung über Generationen unbemerkt Privat- und Berufsleben belastet und Leben zerstört.

STIGMAFREIE SUCHTPRÄVENTION

Interaktive Impulsvorträge

Aufklärung über die gesundheitlichen, betriebs- und volkswirtschaftlichen Risiken der normativen Kultivierung von alltäglichem Alkoholkonsum



Aufmerksamkeit für selbstaktive Suchtprävention und proaktive Gesundheitsförderung im Familien- und Arbeitsalltag

Management Workshops

Sensibilisierung der Geschäftsführung und des Managements für stigmafreie Unternehmenskultur- und Kommunikation



Frühzeitige Relevanz für regelmäßige Suchtprävention und Gesundheitsförderung im Unternehmen

Führungs- und Lehrkräfteseminare

Wissensvermittlung, erfahrungsbasiertes Reflektieren und kommunikatives Training im Umgang mit mentalen Herausforderungen als Führungs-, Fach- und Lehrkraft



Stärkung des Verständnisses und Kompetenz im Umgang mit mentalen und suchtbedingten Herausforderungen

STIGMAFREIE SUCHTPRÄVENTION



Alkoholfreie Events

Ideen, Konzept und Begleitung von Gesundheitstagen, Sommer- oder Winterfesten, Schulprojekttagen, Betriebsausflügen, internen Veranstaltungen in Unternehmen, Schulen & Verwaltung



Erleben von gemeinsamen alkoholfreien Aktivitäten zur Heranführung an diverse stigmafreie Unternehmens- und Lernkultur



Stigmafreie Unternehmenskommunikation

Bereitstellung und Beratung für stigmafreie interne Kommunikation und Gesundheitsförderung



Aufbau und Pflege einer stigmafreien Unternehmenskultur inkl. Kommunikationsschulung von Mitarbeitenden



CAROLIN SCHÜRMMANN

STIGMAFREI

NEUE RESSOURCEN IM UMGANG
MIT SUCHT



Dipl. Sozialwirtin
PEER-Fachreferentin &
Bloggerin,
Kommunikations-
trainerin,
Unternehmens-
beratung für
Suchtprävention



Preise
auf
Anfrage

KEYNOTES & IMPULSVORTRÄGE (Fokus: politische Bildung)

Über die normative Kultivierung von Alkohol in unserer Gesellschaft und die Selbststigmatisierung von Familien mit Alkoholproblemen.

KOMMUNIKATIONSBERATUNG (Fokus: Arbeitskultur)

Wie Sprache und Symbolik unsere Realität, Denk- und Verhaltensweisen sowie unser soziales Handeln beeinflusst, zeigt sich besonders deutlich im STIGMA von Alkoholproblemen und KULTSTATUS von Alkoholtrinken.

FÜHRUNGSKRÄFTE-SEMINARE (Fokus: Früherkennung)

Wie wir mit mentalen Erkrankungen, insbesondere Suchterkrankungen im Leistungsumfeld und der Geschäftswelt umgehen, hat großen Einfluss auf frühzeitige Problemerkennung und Hilfsbereitschaft.

FACHKRÄFTE-SCHULUNG (Fokus: Umgang in Verwaltung, Bildungs- und Gesundheitssektor)

Ein besseres Verständnis für die Perspektive von alkoholerkrankten Menschen und deren sozialem Umfeld, kann in unserer Kommunikation mit und unter Betroffenen Stigmatisierungseffekte effektiv abbauen.

ANGEHÖRIGEN-TRAINING (Fokus: Suchthilfe Bayern ab Q4 2024)

Es gibt ressourcenschonende Trainings für Menschen, die in der Suchtberatung und Suchthilfe tätig oder als soziale Bezugspersonen mitbetroffen sind. Distanz und Trennung darf mit Nähe und Fürsorge als freiwillige Strategie ergänzt werden.

Persönliche Beratung, evidenzbasierte Interventionen und Gesprächsleitfäden erhaltet ihr auf Anfrage:

caro@gertynuss.de

stefan@gertynuss.de oder +49 157 38 348 155

