

# KOFA AUF DEM SOFA

to go



## Folge 80 mit Gast: Prof. Ulrich Hegerl Depressionen – Raus aus der Tabu-Ecke!

### Über Depression informieren

Um mit der psychischen Erkrankung Depression am Arbeitsplatz angemessen umgehen zu können, müssen sich Personalverantwortliche genügend über das Krankheitsbild, Symptome, Umgangsformen und Hilfsangebote informieren. So können Betroffene schnell und nachhaltig unterstützt werden.

### Mitarbeitergespräche

Wenn Mitarbeitende sich auffällig verhalten, antriebslos scheinen und ihnen bestimmte Aufgaben nicht mehr gelingen, kann es hilfreich sein, mit ihnen das Gespräch zu suchen. Dabei ist es wichtig, sensibel mit dem Thema mentale Gesundheit umzugehen und sich vorher zu informieren, wie so ein Gespräch respektvoll und empathisch gestaltet werden kann.

### Atmosphäre im Unternehmen

Um es für Betroffene leichter zu machen, ihre mentale Gesundheit zu thematisieren und sich Hilfe zu holen, ist es wichtig, eine nicht stigmatisierende Atmosphäre zum Thema Depression und anderen psychischen Erkrankungen zu schaffen.

Zum Weiterlesen

[Psychische Gesundheit im Unternehmen fördern - KOFA](#)

[Mentale Gesundheit am Arbeitsplatz stärken - KOFA](#)

[Behinderungsformen - Ein Überblick und Steckbriefe - KOFA](#)