

## Entspannungskonzerte im Arbeitsumfeld steigern die Produktivität

Der meditative Charakter unserer Konzerte entschleunigt den hektischen Alltag und beugt stressbedingten Krankheiten wie Burnout, Angststörungen, Tinnitus, Depressionen, innerer Unruhe und Konzentrationsstörungen vor oder lindert die Beschwerden. Beeindruckende Visuals, nach Wunsch bestückt mit inspirierenden Zitaten oder Anleitungen zu entspannenden Atemübungen, begleiten die sanftmütigen Klängen und lassen Ihren Geist zur Ruhe kommen.

Die Live-Musik von Slowdown ist unaufdringlich und verlangt dem Hörer keine volle Aufmerksamkeit ab. Sie eignet sich daher besonders gut für betriebliches Gesundheitsmanagement, um die Motivation, Produktivität und Mitarbeiterbindung des Kollegiums zu verbessern.

## Psychische Erkrankungen senken Produktivität

Statistiken der gesetzlichen Krankenkassen belegen den steigenden Einfluss psychischer Erkrankungen auf das Arbeitsleben. Seit Jahrzehnten ist die Zahl der Fehltag (Arbeitsunfähigkeitstage) wegen psychischer Erkrankungen deutlich gewachsen.

Psychische Erkrankungen entstehen, wenn Belastung und Stress überhandnehmen und die Kraft- und Energiereserven des Körpers schwinden. Experten sehen einen wichtigen Auslöser für psychische Erkrankungen im immer größer werdenden Stress des Arbeitsalltags. Menschen fühlen sich beruflichen Anforderungen nicht mehr gewachsen und befinden sich in einem Zustand der dauerhaften Anspannung. Kopfschmerzen oder Verspannungen, Denkblockaden und das Gefühl nicht abschalten zu können sind die Folge.



## Der Anteil an psychischen Erkrankungen wächst

Trotz rückläufiger Krankenstände in den letzten Jahren wächst der relative Anteil psychischer Erkrankungen an dem Arbeitsunfähigkeitsgeschehen. Er kletterte in den vergangenen 40 Jahren von 2 Prozent auf über 17 Prozent. In den letzten 11 Jahren sogar um mehr als 97 Prozent.

Während psychische Erkrankungen vor 20 Jahren noch nahezu bedeutungslos waren, sind sie heute dritthäufigste Diagnose bei Krankschreibung und Arbeitsunfähigkeit. (BKK Gesundheitsreport 2016, S. 59) Insgesamt lassen sich fast die Hälfte aller Fehltage auf zwei Krankheitsarten zurückführen:

- An erster Stelle stehen Rückenleiden (22 Prozent)
- Danach folgen psychische Erkrankungen (17 Prozent Anteil)

Das heißt: über ein Fünftel aller Krankmeldungen lassen sich auf Depressionen, Anpassungsstörungen oder Burnout zurückführen. Die Zahl derjenigen, die ihr Leiden stillschweigend ertragen, ist sogar noch höher. Ausgelöst von Stress, Hektik und schlechtem Arbeitsklima, wirken sich Seelenleiden negativ auf unser Wohlbefinden aus. Psychische Krisen oder Störungen gehen oft einher mit langen Arbeitsunfähigkeitszeiten. Die durchschnittliche Dauer psychisch bedingter Krankheitsfälle ist mit 36 Tagen dreimal so hoch wie bei anderen Erkrankungen mit 12 Tagen. (BKK Gesundheitsreport 2016, S. 47)

## Psychische Erkrankungen sind teuer

Im Jahr 2012 wurden 60 Millionen Arbeitsunfähigkeitstage aufgrund psychischer Erkrankungen registriert. (Quelle: Bundesministerium für Arbeit und Soziales und Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin: Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit 2014, S. 31). Die Folgen für Unternehmen und Volkswirtschaft sind sehr hoch. Allein die direkten Krankheitskosten für psychische Erkrankungen betragen knapp 16 Milliarden Euro pro Jahr. (Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, 2011)

Die deutliche Zunahme der Arbeitsunfähigkeitstage aufgrund psychischer Erkrankungen spiegelt sich in den zunehmenden Produktionsausfallkosten wider: Während sie 2008 noch bei geschätzten knapp 4 Milliarden Euro lagen, sind die Produktionsausfallkosten bis 2014 auf 8,3 Milliarden Euro gestiegen. Gleiches gilt für den Ausfall an Bruttowertschöpfung durch Krankschreibungen aufgrund psychischer Erkrankungen. Hier gab es im selben Zeitraum eine Zunahme von mehr als 6 Milliarden Euro von rund 7 auf 13,1 Milliarden Euro. (Bundesministerium für Arbeit und Soziales und Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin: Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit 2014, S. 44)

## Frühverrentung

Psychische Erkrankungen sind außerdem die häufigste Ursache für krankheitsbedingte Frühverrentungen. Zwischen 1993 und 2015 stieg der Anteil von Personen, die aufgrund seelischer Leiden frühzeitig in Rente gingen, von 15,4 auf 42,9 Prozent (Deutsche Rentenversicherung Bund: Rentenversicherung in Zeitreihen 2016, S. 111). Gegenüber dem Jahr 2000 entspricht dies einer Steigerung der Fallzahlen um über 40 Prozent. Im Vergleich zu anderen Diagnosegruppen treten Fälle von Frühverrentung wegen „Psychischer Störungen und Verhaltensstörungen“ deutlich früher ein; das Durchschnittsalter liegt bei 48,1 Jahren. (Deutsche Rentenversicherung: Positionspapier zur Bedeutung psychischer Erkrankungen, 2014, S. 24)