

02.11.2022 – 13:54 Uhr

Psychisch gesund arbeiten: Die App "Etwas tun?!" hilft bald über 1000 Menschen

Olten (ots) -

Mit ihrer App "Etwas tun?!" holt Angestellte Schweiz ein echtes Bedürfnis ab: Berufstätige wollen bei der Arbeit psychisch gesund bleiben. Die Anwendung hat sich etabliert und wird rege genutzt. Jetzt auch bei der Bundesverwaltung sowie in der Romandie und der italienischen Schweiz.

Druck, Stress und Konflikte am Arbeitsplatz belasten viele Menschen psychisch oder machen sie sogar krank. Um Berufstätigen zu helfen, bei der Arbeit psychisch fit zu bleiben, hat Angestellte Schweiz zusammen mit Workmed und Apps with Love die Webapp "Etwas tun?!" entwickelt. Mitte Mai wurde sie lanciert.

Steigende Nutzer*innenzahlen

Rund 800 Menschen haben sie schon genutzt, ein Drittel davon regelmässig. Seit dem 31. Oktober wird sie auch in der Bundesverwaltung eingesetzt - damit wird die Anzahl Nutzer*innen rasch über 1000 steigen. Neu profitieren zudem französisch- und italienischsprachige Berufstätige von der App.

Etwas tun, bevor etwas passiert

Die Webapp "Etwas tun?!" stärkt die Kompetenzen von Arbeitnehmenden in der Schweiz im Umgang mit psychisch herausfordernden Situationen am Arbeitsplatz. Sie hilft, die Probleme zu erkennen und sie schult spielerisch den Umgang damit. "EtwasTun?!" ist ein präventives Angebot, das die Nutzer*innen abholt, bevor psychische Belastungen eskalieren und allenfalls sogar Therapien notwendig werden.

Die beliebteste Anwendung in der App sind die Fallbeispiele. In den interaktiven Aufgaben finden sich die Nutzer*innen. Viele von ihnen orientieren sich auch über die in der App aufgeführten Anlauf- und Beratungsstellen.

Dauerbrenner Stress

Die Themen, welche die Nutzer*innen am meisten bewegen, sind "Überlastung" und "Frustration". Dass sich viele Menschen in der Arbeitswelt gestresst fühlen, zeigen Umfragen regelmässig. "Etwas tun?!" hilft ihnen, eine bessere Work-Life-Balance zu erreichen und damit, gesundheitlichen Schäden durch Stress vorzubeugen.

Arbeitgeber*innen gefordert

Dass offenbar sehr viele Berufstätige von der Arbeit frustriert sind, ist ein wichtiger Hinweis an die Arbeitgeber. Sie sollten sich nicht damit begnügen, auf die App von Angestellte Schweiz zu verweisen. Sie müssen auch selbst etwas gegen Frust am Arbeitsplatz unternehmen.

Ziel erreicht

Die Nutzungsdaten zeigen: Die Webapp "Etwas tun?!" erreicht das Ziel, das sich Angestellte Schweiz gestellt hat. Sie sensibilisiert für das Thema psychische Gesundheit und trägt aktiv dazu bei, dass Berufstätige psychisch gesund arbeiten können.

"Etwas tun?!" steht im Internet kostenlos allen Menschen zur Verfügung. Interessierte können sich unter <https://www.etwastun.ch/sign-up-page> registrieren und gleich loslegen. Die Daten werden absolut vertraulich behandelt.

Die Arbeitnehmenden-Organisation Angestellte Schweiz vertritt die Interessen der Arbeitnehmenden in der Politik und in den Unternehmen. Sie ist seit über 100 Jahren die Stimme der Angestellten aus dem Mittelstand.

Der Verband setzt sich für gute Arbeitsbedingungen, faire Löhne und sichere Arbeitsplätze ein - beweglich, verlässlich, hilfreich. Er arbeitet sozialpartnerschaftlich, konstruktiv und zuverlässig zum Wohl von Gesellschaft und Wirtschaft.

Seinen Mitgliedern bietet er ein umfassendes, auf persönliche Bedürfnisse angepasstes Angebot an: Sie profitieren

von Weiterbildungen, Beratungen, Dienstleistungen und Informationen - für das persönliche Weiterkommen jedes Einzelnen.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.angestellte.ch

Pressekontakt:

Jan Borer, BSc Arbeitspsychologie, Angestellte Schweiz. Tel: 044 360 11 59

E-Mail: jan.borer@angestellte.ch

Hansjörg Schmid, Kommunikation Angestellte Schweiz, 044 360 11 21, hansjoerg.schmid@angestellte.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100006251/100897703> abgerufen werden.