

## **Guten Tag, liebe Mitglieder und Interessierte,**

vermutlich haben Sie sich auch nur wenig vorstellen können, wie lange, intensiv und wie herausfordernd die Pandemie für uns sein wird und wie stark unsere Kraft, Kreativität, Herz und Verstand gefragt sind.

Umso mehr sind wir davon überzeugt, dass es eine gute Zeit ist, um das Vergangene zu reflektieren, das gegenwärtig Wichtige in den Mittelpunkt zu stellen und das Zukünftige bereits in den Blick zu nehmen.

Wir laden Sie herzlich am **15. September 2021 zum digitalen Meet-up** ein.

*"Long - und Post Covid - mehr als nur körperliche Symptome" - lange Krise, anhaltende Belastungen, Spätfolgen" - wie wir Beschäftigte stärken, Ressourcen aktivieren und im Sinne einer zukunftsfähigen Präventionskultur agieren können.*

Wir freuen uns sehr, dass ausgewiesene Expert:innen ihr Wissen und Ihre Erfahrungen in Keynotes teilen werden und sehen gleichzeitig uns alle als Beteiligte, die wertvolle Erkenntnisse einbringen. Dazu werden wir in verschiedenen "Conversation Cafés" die Gelegenheit haben. Suchen Sie gern schon jetzt ein Thema aus. Ein Video-Interview mit Dr. Hans-Peter Selmaier, der ebenfalls eine Keynote halten wird, können Sie bereits anschauen.

Teilen Sie den Newsletter, machen Sie andere auf die Veranstaltung aufmerksam. Die Teilnahme ist kostenfrei und steht allen Interessierten offen.

Wir freuen uns bereits über die zahlreichen Anmeldungen.

**Melden Sie sich per [Email](#) an.**

**Der Zugangslink, ein Technik Briefing zu Zoom und die finale Agenda erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung, wenige Tage vor dem Meeting. Das gilt auch für alle, die bereits angemeldet sind.**

Wir sehen uns am **15. September**,  
herzliche Grüße,  
**das Projektteam des Präventionsnetzwerks Nord**

## Termine

# ***DIGITALES MEET-UP***



Long-und Post Covid - mehr als  
nur körperliche Symptome

**15. September 2021 - 13-16 Uhr**

**AUSTAUSCH, LERNEN,  
KO-KREATION = MEHRWERT**

## THEMEN DER AGENDA

### Keynotes - im Plenum

Dr. Jördis Frommhold - Chefarztin der Abteilung für Atemwegserkrankungen und Allergien der MEDIAN Klinik Heiligendamm - „Long Covid - Möglichkeiten der Versorgung und Effizienz der Rehabilitation“

Dr. Hans-Peter Selmaier - Chefarzt der Parkklinik Bad Kissingen - „Long- und Post Covid aus bio-psycho-sozialer Sicht wahrnehmen und behandeln- eine psychosomatische Perspektive“

Dr. Joachim Laudien - Leitung der TIDE Sozialpsychiatrie -  
"Anpassungsleistungen der Tide auf die Corona-Pandemie - Rückschau, Würdigung und Lehren einer dezentralen Einrichtung der Sozialpsychiatrie"

Lars Kaiser - Geschäftsführer der BGW Bezirksverwaltung Hamburg -  
"COVID-19 Infektion - Berufskrankheit/Arbeitsunfall - Reha-Steuerung bei Long Covid Fällen"

### Auswahl Ihres Conversation Cafés - Kleingruppen in Breakout-Räumen

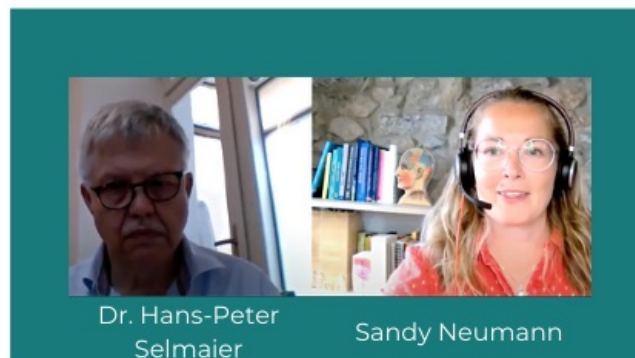
#### Conversation Cafés - Austausch in Kleingruppen in Breakout-Räumen

1. individuelle und organisationale Ressourcen stärken - Resilienz und Posttraumatisches Wachstum ermöglichen - wie kann das gelingen?!
2. Kommunikation in Krisenzeiten - auf was kommt es wirklich an
3. Immer zugleich mehrere Hüte aufhaben - als Führungskraft sich selbst und andere durch schwierige Zeiten führen
4. Ressourcen nutzen - Best practice aus dem Gesundheitsschutz
5. Welchen Beitrag konnte und kann das betriebliche Gesundheitsmanagement in der Zeit der Pandemie zur Gesunderhaltung der Mitarbeitenden leisten?

### Abschluss und Ausblick - im Plenum

## im Gespräch

### Videointerview



Dr. Hans-Peter  
Selmaier

Sandy Neumann



## Eine bio-psycho-soziale Sicht auf Long und Post Covid

Im Videointerview spricht Dr. Hans-Peter Selmaier über die

Erfahrungen während der Pandemie und im Besonderen über die Auswirkungen lang anhaltender psychischer und physischer Belastungen sowohl bei Patient:innen als auch der Beschäftigten. Dabei wagt er auch einen Blick in die nähere Zukunft.

Dr. Selmaier ist Chefarzt der Parkklinik Bad Kissingen, einer Psychosomatischen Klinik, die zum Verbund der Heiligenfeld Kliniken gehört.

Als Arzt für Psychosomatische Medizin, Psychotherapie, und Psychoanalyse (jeweils mit Fachkunde für Kinder- und Jugendliche), Arzt für Innere Medizin, Sozialmedizin, Suchtmedizin und Psychoonkologie vertritt er eine ganzheitliche Sicht in der Behandlung der Patient:innen.

Gleichzeitig trägt eine zugewandte, offene und unterstützende Unternehmenskultur dazu bei, dass die Beschäftigten gestärkt werden. Eine Haltung, die sich auszahlt. Regelmäßig erfährt die Parkklinik Auszeichnungen als gute Arbeitgeberin.

[zum Videointerview](#)

## Perspektiven I



### **Psychische Belastungen durch Corona und die Frage nach dem Sinn**

Prof. Tatjana Schnell ist Sinnforscherin und lehrt als Psychologin in Innsbruck und Oslo. Im September 2020 veröffentlichte sie [eine Studie](#), die das Level des mentalen Stresses während der aktuellen Pandemie in Deutschland und Österreich untersuchte.

*"Sinn wirkt als wichtigster Schutzfaktor", sagt Schnell. "Wer Sinn in seinem Leben sieht und darüber hinaus über Selbstkontrolle verfügt, war signifikant weniger gestresst."*

Zentrale Merkmale der Sinnerfüllung beschreibt Schnell in ihren Forschungsarbeiten:

**Bedeutsamkeit:** Ich werde wahrgenommen, erfahre Resonanz auf mein Dasein und erlebe, dass mein Handeln (oder Nicht-Handeln) Konsequenzen hat.

**Orientierung:** Ich habe einen Lebensweg gewählt und kenne die

Richtung, in die ich gehen will.

**Zugehörigkeit:** Ich erfahre mich als Teil eines größeren Ganzen und als in diese Welt gehörig.

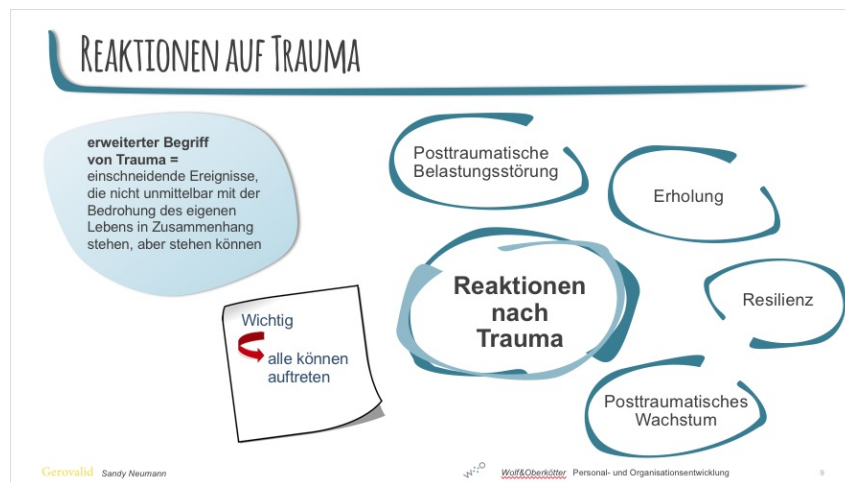
**Kohärenz:** Mein Leben erscheint mir stimmig und passend und ich widerspreche mir nicht selbst in meinem Handeln.

*"Einerseits bietet die Sinnhaftigkeit eine gewisse Standfestigkeit, andererseits auch eine Perspektive, die über das Hier und Jetzt hinausgeht und somit hilft, Schwierigkeiten zu relativieren."*

Mehr Informationen und ein ausführliches Interview [hier](#).

Foto ©Tatjana Schnell

## Perspektiven II



### Resilienz und Posttraumatisches Wachstum

Reaktionen nach Traumata können vielfältig sein. Alle haben ihre Berechtigung und sind zunächst völlig wertfrei zu betrachten. Erholung ist wichtig und oft der erste Schritt. Ungünstig sind Entwicklungen von Posttraumatischen Belastungsstörungen, benötigen sie oft und lange Interventionen.

Erstrebenswert sowohl für einzelne Personen als auch und im Besonderen für Organisationen dabei die Konzepte von *Resilienz* und *Posttraumatischem Wachstum* (vgl. Tedeschi&Calhoun; Mangelsdorf), um aus den Erfahrungen zu lernen und Ressourcen zu (re)aktivieren.

Beide unterscheiden sich, eine Differenzierung zeigt, worin der Wert von beiden besteht.

Gerade mit Blick auf das Erleben der Corona Pandemie als kollektiver Stressor und Trauma ergeben sich hier interessante und hilfreiche Impulse und Ansatzpunkte für die Unterstützung zur Bewältigung einerseits für einzelne Personen als auch für gesamte Organisationen.

**Resilienz** versteht sich als psychische und physische Bewältigung der erlebten Konsequenzen eines Traumas, bei der nach dem Erleben mit Abfall der Bewältigungsstrategien relativ rasch das Ausgangsniveau wieder erreicht wird. Personen und Organisationen erleben sich als widerstandsfähig, beweglich und stabil. Erweitert und zeitgemäßer wird Resilienz als Kapazität verstanden, auf Stress und Trauma vorbereitet zu sein, sich erholen und anpassen zu

können.(vg. z.B. HeartMath® Institute).

**Posttraumatisches Wachstum** geht noch ein Stück darüber hinaus. Personen und Organisationen erleben starke Einbußen als Reaktion auf ein Trauma, danach kommt es aber nicht zur Anpassung an das Ausgangsniveau, sondern zur Erweiterung der psychischen Ressourcen und Bewältigungsstrategien. Das Erleben des Traumas hat nicht nur etwas "gekostet", sondern auch bereichert. Ein tieferes Verständnis für sich als Person und das Leben als Ganzes stellt sich ein.

Abbildung ©Carolin Wolf und Sandy Neumann

## aktuelle Informationen



### Hohe Fehlzeiten bei Arbeitnehmer:innen

Hohe Fehlzeiten von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die wegen einer Covid-19-Erkrankung im Krankenhaus behandelt werden mussten zeugen Ergebnisse einer aktuellen Studie.

Eine [Auswertung des „Wissenschaftlichen Instituts der AOK“, kurz WIdO](#), belegt auf Basis von Krankmeldungen von AOK-versicherten Erwerbstätigen, dass eine schwere Covid-19-Erkrankung auch mittel- und längerfristige Auswirkungen auf die Gesundheit der Beschäftigten haben kann und dass diese Beschäftigten auch im weiteren zeitlichen Verlauf noch überdurchschnittlich lange an ihrem Arbeitsplatz fehlen. So hatte die Gruppe, die aufgrund einer Covid-19-Infektion stationär behandelt werden musste, im neunmonatigen Beobachtungszeitraum 61,4 Fehltage; der Durchschnitt aller Beschäftigten fehlte während dieser 273 Tage nur 15 Tage im Betrieb.



## Post Covid Rehaprogramm der BGW

Die BG Kliniken und die Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) haben gemeinsam ein medizinisches Maßnahmenpaket für Beschäftigte entwickelt, die an den Folgen einer berufsbedingten COVID-19-Erkrankung leiden. Das Post-COVID-Programm reicht von der Beratung und Diagnostik bis hin zu stationärer Rehabilitation und ambulanter Nachbetreuung und wird in allen Akut- und Rehakliniken der Unternehmensgruppe angeboten.

Ausführliche Informationen zu Beratung, Sprechstunde und Teilnahme, finden [Sie hier.](#)

Newsletter Präventions-Netzwerk  
Nord  
Projektteam der  
Berufsgenossenschaft für  
Gesundheitsdienst und  
Wohlfahrtspflege  
Pappelallee 33/35/37  
22089 Hamburg

Diese E-Mail wurde an {{ contact.EMAIL }} versandt.

[Abmelden](#)



© 2021 Präventions-Netzwerk Nord