

YOUNG, WILD & BALANCED

Work-Life-Hacks für die junge Generation

Mit Ronja Ebeling

Krank wegen...¹

Psyche = durchschnittlich 33 Fehltage

Die Zahl der psychischen Erkrankungen und die daraus resultierenden Fehltage stiegen seit 2014 um 47 Prozent.

35,4 Milliarden Euro

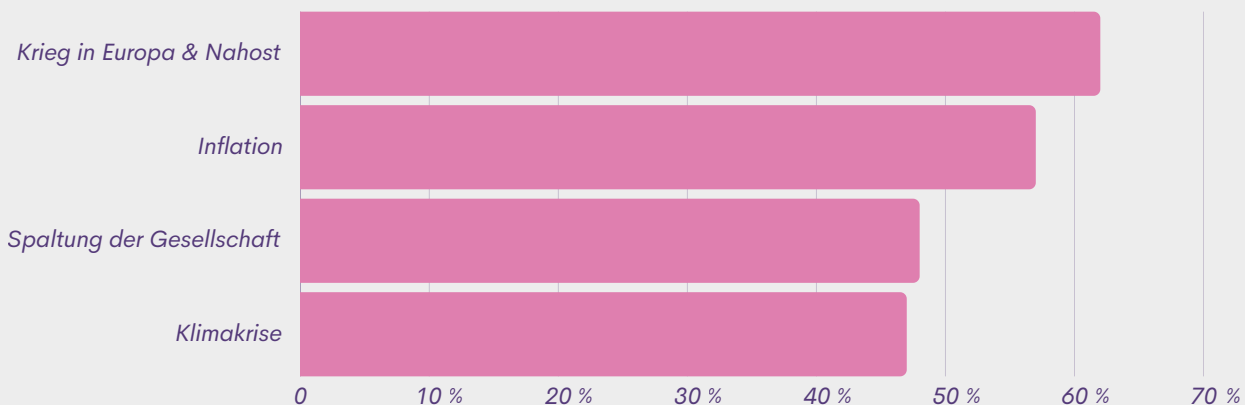
geschätzte Produktionsausfälle, also das Geld, das 2023 wegen Krankschreibungen aus psychischen Gründen nicht erwirtschaftet wurde.²

63 Milliarden Euro

Gesundheitsausgaben für psychische Erkrankungen.³

Krisenmodus

Themen, die unter 30-Jährige besonders belasten:⁴



Hacks,

mit denen Arbeitgeber die Gesundheit ihrer Belegschaft schützen

Mental Health First Aid

Chief Health Officer

Gesundheitsberichte in Geschäftsberichte integrieren

Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen

Gesunden Umgang mit Mehrarbeit etablieren

Arbeit & Motivation hinterfragen

Quellen:

1 AOK Fehlzeitenreport 2025

2 Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA)

3 Statistisches Bundesamt

4 "Jugend in Deutschland"-Trendstudie 2025