

Presseprofil Mercedes Mende

Psychologin und Expertin für psychische Resilienz und Führung in der Kommunalpolitik



Kurzprofil:

Mercedes Mende ist eine anerkannte Psychologin (psychotherapeutische und notfallpsychologische Ausbildung) **und Diplom-Volkswirtin**. Seit fast zehn Jahren begleitet sie als **gefragte Expertin** Bürgermeister und kommunale Führungskräfte.

Ihre Stärke: Sie verbindet fundierte psychologische Fachkompetenz mit tiefem Verständnis für die strukturellen Herausforderungen der Kommunalpolitik und eigener Führungserfahrung. Mercedes Mende ist die ideale Ansprechpartnerin für Medien zu **Burnout, Rücktrittswellen, psychischer Belastung, gesunder Führung unter Druck und Krisenintervention bei Übergriffen** in der Kommunalpolitik.

Warum Amtsträger?

„Ich habe früh erkannt, wie immens der Druck auf kommunale Führungskräfte ist. Sie führen, vermitteln, stehen unter Dauerbeobachtung - und sind oft allein mit ihren Belastungen. Ich stärke den Menschen hinter dem Amt: mental, emotional, strukturell.“

Kernthemen und Expertise:

- **Psychische Belastung und Burnout:** Ursachen, Folgen und Prävention von Erschöpfung und Krisen bei Entscheidungsträgern in der Kommunalpolitik
- **Rücktritte vom Amt:** Psychologische Einordnung und Analyse der Hintergründe steigender Rücktrittszahlen
- **Umgang mit Anfeindungen und Konflikten:** Psychologische Ansätze zur Bewältigung von Angriffen, Mobbing und zwischenmenschlichen Konflikten im Amt
- **Krisenintervention bei Übergriffen:** Soforthilfe und psychologische Unterstützung nach persönlichen Angriffen, Bedrohungen im Amt oder örtlichem Vorfall
- **Resilienzstärkung:** Wege zur Stärkung der psychischen Widerstandsfähigkeit und Früherkennung psychischer Überlastung
- **Coaching & Therapie:** Die Relevanz und Rolle professioneller Unterstützung für kommunale Verantwortungsträger

Warum Mercedes Mende als Interviewpartnerin?

- **Fundierte wissenschaftliche Basis:** Psychologin mit umfangreicher psychotherapeutischer und notfallpsychologischer Ausbildung
- **Praxisnahe Erfahrung:** Seit fast 10 Jahren direkte Begleitung von kommunalen Verantwortungsträger
- **Einzigartige Perspektive:** Verknüpfung von volkswirtschaftlichem und strukturellem Verständnis mit psychologischer Kompetenz und eigener Führungserfahrung
- **Medienkompetenz:** Erfahren in der verständlichen Einordnung komplexer Themen für ein breites Publikum
- **Hohe Relevanz:** Expertin zu aktuellen gesellschaftlichen und politisch relevanten Themen wie psychische Belastung, Rücktritten sowie Zunahme von Anfeindungen und Übergriffen auf Amtsträger

Vita (Auszug):

- **Ausbildung:** Diplom-Volkswirtin, Psychologin (mit psychotherapeutischer Weiterbildung (Schwerpunkt: Trauma) und notfallpsychologische Ausbildung)
- **Berufliche Tätigkeit:** Seit fast einem Jahrzehnt psychologische Begleitung von Amtsträgern und kommunalen Führungskräften, Dozententätigkeit
- **Führungserfahrung:** Eigene Führungstätigkeit als Volkswirtin mit Personalverantwortung
- **Medienpräsenz:** Expertin in Medienbeiträgen und Interviews zu Hochbelastung, Burnout, Übergriffen, Rücktritten, psychischer Resilienz und Führung in der Kommunalpolitik

Referenzen / Medienbeiträge (Auswahl):

- „Politiker am Limit – zwischen Bürgerfrust und blankem Hass.“
<https://www.ardmediathek.de/video/zur-sache-baden-wuerttemberg/politiker-am-limit-zwischen-buergerfrust-und-blankem-hass/swr-bw/Y3JpZDovL3N3ci5kZS9hZXgvbzlyNTQzMDA>
SWR-Fernsehen – Sendung: Zur Sache Baden-Württemberg
- „Kommunale Führung in Krisenzeiten: Psychologin über Freibad-Vorfälle in Gelnhausen: Bürgermeister müssen in der Krise Halt geben.“ <https://www.gnz.de/lokales/main-kinzig-kreis/gelnhausen/psychologin-zu-freibad-gelnhausen-buergermeister-muessen-in-der-krise-halt-geben-ICLKGEL5RZCFVKF7F23D2M22PA.html> - **Gelnhäuser Neue Zeitung**
- "Bürgermeister am Limit: Anfeindungen und Gewalt sind zum Alltag geworden"
<https://www.schwaebische.de/regional/baden-wuerttemberg/buergermeister-am-limit-psychologin-findet-deutliche-worte-und-gibt-einen-wichtigen-tipp-3635843> - **Schwäbische Zeitung**
- "Wie Führungskräfte gegen Mobbing vorgehen sollten"
<https://www.staatsanzeiger.de/nachrichten/wirtschaft/wie-fuehrungskraefte-gegen-mobbing-vorgehen-sollten/> - **Staatsanzeiger Baden-Württemberg**

- "Diese Form von Stress ist psychisch hochbelastend: Wenn die Amtskette schwer wiegt"
<https://www.boehme-zeitung.de/nachrichten-blog/2025/6/5/qphdrnvzhm5oy15562jxsb7y6lb5mi> - **Böhme-Zeitung**
- "Immer mehr Betroffene: Erste Anzeichen dieser Krankheit sollten nicht ignoriert werden"
<https://www.nordkurier.de/panorama/die-ersten-anzeichen-dieser-krankheit-sollten-erst-genommen-werden-3664884> - **Nordkurier**
- "Risiko steigt: So schützen Sie sich vor einem Burnout im Job"
<https://www.schwaebische.de/regional/baden-wuerttemberg/risiko-steigt-so-schuetzen-sie-sich-vor-einem-burnout-im-job-3640914> - **Schwäbische Zeitung**

Zitat:

„Viele Amtsträger glauben, stark sein, heißt durchzuhalten.

Ich finde: Stark ist, wer Verantwortung übernimmt - insbesondere für sich selbst.“

Kontakt für Presseanfragen:

Mercedes Mende

Mail: office@mercedes-mende.de

Tel: +49 7651 405 888 1

www.mercedes-mende.de