

## Presseprofil Mercedes Mende

Expertin für kommunale Amtsträger unter Druck

*„Hinter jedem Amt steht ein Mensch - oft am Limit, immer öfter erschöpft.“ (Mercedes Mende)*

+49 7651 405 888 1

[mail@mercedes-mende.de](mailto:mail@mercedes-mende.de)

[www.mercedes-mende.de](http://www.mercedes-mende.de)



### Zur Person

Mercedes Mende ist **Psychologin** mit psychotherapeutischer Ausbildung, Notfallpsychologin und **Diplom-Volkswirtin**. Seit über zehn Jahren begleitet sie **Bürgermeister und Amtsträger**, die unter zunehmendem Druck stehen – zwischen öffentlicher Erwartung, Dauerstress, Angriffen und persönlicher Erschöpfung.

Ihre Arbeit rückt **den Menschen hinter dem Amt** in den Mittelpunkt - und zeigt, wie **strukturelle Überlastung, gesellschaftliche Polarisierung und institutioneller Druck** psychisch wirken.

**Aktuell** ordnet sie in Medienbeiträgen die **Morddrohungen gegen CDU-Landeschef Manuel Hagel** psychologisch ein und beschreibt, was solche Angriffe über das gesellschaftliche Klima sagen:

*„Diese Eskalationen sind keine Einzelfälle mehr, sondern Symptome eines schwindenden Respekts vor demokratischer Verantwortung.“ (Mercedes Mende)*

### Profil und Alleinstellungsmerkmal

Mercedes Mende verbindet **klinisch-psychologische Expertise** mit **ökonomischem und politischem Strukturverständnis** – eine in Deutschland seltene Kombination.

Sie kennt die Sprache der Psychologie und die Mechanismen der Verwaltung gleichermaßen.

Ihr Ansatz beruht auf drei Säulen:

1. **Psychologische Tiefenanalyse:** Stress, Trauma, Burnout, Erschöpfung
2. **Organisationsverständnis:** Dynamiken in Politik und Verwaltung
3. **Strategische Beratung:** Umgang mit Angriffen, Konflikten und Führungskrisen

Damit ist sie eine der wenigen Expertinnen, die **innere Krisen und äußere Eskalationen im Amt** gleichermaßen professionell begleitet – von Mobbing über Bedrohungen bis hin zu Rücktritten.

## Zentrale Themenfelder

- **Psychische Belastung und Burnout in der Kommunalpolitik**  
Ursachen, Dynamiken, Prävention
- **Anfeindungen, Hass und Gewalt**  
Psychologische Mechanismen hinter Online-Beschimpfungen, Drohungen und öffentlicher Demütigung
- **Rücktritte und Krisenbewältigung**  
Wenn Politik zur persönlichen Zerreißprobe wird
- **Krisenintervention nach Übergriffen**  
Notfallpsychologisches Vorgehen und persönliche Stabilisierung
- **Resilienz und Führung unter Druck**  
Wie Bürgermeister, Landräte und kommunale Spitzenkräfte handlungsfähig bleiben
- **Systemische Einordnung in demokratische Prozesse**  
Wie psychische Belastung von Amtsträgern zum Frühindikator gesellschaftlicher Spannungen wird – und was das über die Stabilität demokratischer Institutionen verrät

## Warum Interviewpartnerin für Leitmedien

- **Fachlich fundiert:** M. Sc. Psychologin, amtsärztlich zugelassen in Psychotherapie, Traumatherapeutin und Notfallpsychologin
- **Praxisnah:** Über 4.000 Sitzungen mit Menschen in öffentlicher Verantwortung, 10+ Jahre Erfahrung als Coach, Therapeutin und Krisenbegleiterin
- **Einzigartige Perspektive:** Ökonomischer Hintergrund (Diplom-Volkswirtin), wissenschaftliche Prägung bei Nobelpreisträger Reinhard Selten
- **Gesellschaftlich relevant:** ordnet Entwicklungen ein, die mentale Gesundheit, politische Kultur und demokratische Resilienz gleichermaßen betreffen

2

*„Der zunehmende Druck im Amt ist ein Seismograph für den Zustand unserer politischen Kultur.“ (Mercedes Mende)*

## Ausgewählte Medienbeiträge

- **SWR-Fernsehen:**  
*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/Y3JpZDovL3N3ci5kZS9hZXgvdzlyNTQzMDA>

- **Badische Neueste Nachrichten:**  
*Morddrohungen gegen Manuel Hagel: Psychologin erklärt Muster hinter Hass und Gewalt*  
<https://bnn.de/nachrichten/baden-wuerttemberg/morddrohungen-gegen-manuel-hagel-psychologin-erklaert-muster-hinter-hass-und-gewalt>
- **Kreiszeitung Böblinger Bote / Stuttgarter Nachrichten:**  
*„Nur ein schmaler Grat bis zur Überforderung“ Psychologin für Bürgermeister: „Nur ein schmaler Grat bis zur Überforderung“ - Böblingen*
- **Schwäbische Zeitung:**  
*Bürgermeister am Limit: Anfeindungen und Gewalt sind Alltag* [Bürgermeister am Limit: Anfeindungen und Gewalt sind Alltag geworden](#)
- **Weserkurier:**  
*Anfeindungen gegen Politiker: Die Hemmungslosigkeit ist gestiegen*  
[Psychologin Mercedes Mende: "Die Hemmungslosigkeit ist gestiegen"](#)
- **Staatsanzeiger Baden-Württemberg:**  
*Wie Führungskräfte gegen Mobbing vorgehen sollten*  
<https://www.staatsanzeiger.de/nachrichten/wirtschaft/wie-fuehrungskraefte-gegen-mobbing-vorgehen-sollten/>
- **Springer Verlag:**  
*Innovative Verwaltung - Verbündete für eine gesunde Amtszeit*  
[20251013-Innovative-Verwaltung\\_Mercedes-Mende\\_Kopf-des-Monats.pdf](#)
- **Böhme-Zeitung:**  
*Wenn die Amtskette schwer wiegt: Stress als psychische Belastung* [„Diese Form von Stress ist psychisch hochbelastend“ | BöhmeZeitung](#)
- **Trierischer Volksfreund:**  
*Bürgermeister im Ehrenamt: Wie man sich vor Burnout schützt* [Aktuelle Nachrichten | Trierischer Volksfreund](#)
- **Gelnhäuser Neue Zeitung:**  
*Kommunale Führung in Krisenzeiten* [Psychologin zu Freibad Gelnhausen: „Bürgermeister müssen in der Krise Halt geben“](#)

## Einordnung für Medien

Die Arbeit von Mercedes Mende gewinnt mit der **Zunahme von Anfeindungen, Rücktritten und psychischen Überlastungen** unter Amtsträgern neue Brisanz. Sie kann:

- **psychologisch fundiert erklären**, warum Gewalt und Feindbilder in der Politik zunehmen
- **gesellschaftlich einordnen**, wie diese Dynamiken Vertrauen in Institutionen erodieren lassen
- **systemisch zeigen**, wie mentale Erschöpfung von Verantwortungsträgern zum **Frühwarnsignal demokratischer Instabilität** wird

Themen, die **im Fokus demokratischer Resilienz** stehen.

Damit ist Mercedes Mende für Redaktionen jenseits des Regionalen - insbesondere im Feuilleton, Politik- und Gesellschaftsressort - eine **hochrelevante Expertin**.

*„Wenn Menschen im Amt ausbrennen, verliert auch die lokale Demokratie an Stabilität.  
Wer Amtsträger stärkt, stärkt die Grundlage politischer Kultur.“  
(Mercedes Mende)*

## Kontakt für Presseanfragen:

Mercedes Mende

+49 7651 405 888 1

[mail@mercedes-mende.de](mailto:mail@mercedes-mende.de)

[www.mercedes-mende.de](http://www.mercedes-mende.de)