

Info Psyche und Arbeit

Oktober 2013

Liebe Kolleginnen und Kollegen, sehr geehrte Damen und Herren,

hier wieder eine Zusammenstellung von Informationen und Hinweisen zum Thema Psyche und Arbeit, die mir im zurückliegenden Monat aufgefallen sind. Herzlichen Dank an alle, die mir den einen oder anderen Hinweis haben zukommen lassen!

Frühere Ausgaben findet Ihr/finden Sie auf meiner Website. Bitte beachten: manche links haben eine schnelle Verfallsdauer!

Mit den besten Wünschen

Hans Dieter Gimbel

www.systemberatung-gimbel.de

info@systemberatung-gimbel.de

Tel: 0203-345820

Netzwerk für Gesundheit in Ausbildung und Beruf

Vernetzen, austauschen, Experten fragen: Im sozialen Netzwerk XING hat die DGUV eine Fachgruppe für Arbeitsschutz und betriebliches Gesundheitsmanagement ins Leben gerufen. Die Gruppe hat bereits über 90 Mitglieder.

Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) hat im sozialen Netzwerk XING eine Fachgruppe mit dem Titel "Gesundheit in Ausbildung und Beruf" gegründet. Die Gruppe bietet allen Verantwortlichen für den Arbeitsschutz und betriebliches Gesundheitsmanagement in Unternehmen eine Plattform für den Austausch zu Themen wie Arbeitssicherheit, Arbeitsmedizin, Prävention, Gesundheitsförderung oder Ergonomie.

<http://www.wkdis.de/aktuelles/279074>

Hilfe bei psychischen Problemen: Der richtige Weg zur Therapie

Sich dafür zu entschließen, eine Psychotherapie zu machen, ist ein großer Schritt. Doch jetzt geht die Arbeit erst richtig los. Wie man den passenden Therapeuten findet und warum eine Therapie schmerzhaft sein kann, sich aber lohnt.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/hilfe-bei-psychischen-problemen-der-richtige-weg-zur-therapie-a-927124.html#ref=nl-dertag>

Suizid: Hier finden Sie Hilfe in scheinbar ausweglosen Situationen

Kreisen Ihre Gedanken darum, sich das Leben zu nehmen? Sprechen Sie mit anderen Menschen darüber. Hier finden Sie - auch anonyme - Hilfsangebote in vermeintlich ausweglosen Lebenslagen. Per Telefon, Chat, E-Mail oder im persönlichen Gespräch.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/suizid-hilfe-und-selbsthilfe-bei-gedanken-um-tod-auch-anonym-a-919068.html>

Fakten: Ausgabe 2013 der BAuA-Broschüre "Arbeitswelt im Wandel"

Dortmund – Die neuesten Zahlen, Daten und Fakten zu Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit liefert die Broschüre "Arbeitswelt im Wandel", die die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) nun veröffentlicht. Auf 80 Seiten fasst die Ausgabe 2013 kompakt alle wichtigen und aktuellen Daten der deutschen Arbeitswelt zusammen. Unter anderem gibt es Informationen zur Erwerbstätigkeit, zu Berufskrankheiten, zur Gefährdungsbeurteilung und zum demografischen Wandel. **Der diesjährige Schwerpunkt greift das Thema "Psychische Belastung in der Arbeitswelt" auf.**

<http://www.juraforum.de/wissenschaft/fakten-ausgabe-2013-der-baua-broschuere-arbeitswelt-im-wandel-455440>

und

<http://www.baua.de/de/Publikationen/Broschueren/A88.html>

Gehirndoping am Arbeitsplatz

„Doping am Arbeitsplatz“ erfährt derzeit in der Fachöffentlichkeit zunehmend an Beachtung – jüngst durch den aktuellen Fehlzeitenreport 2013. Welche Bedeutung diesem Phänomen zukommt und welche Auswirkungen sich daraus für Prävention und Gesundheitsförderung ergeben, berichtet Autor Heinz Kowalski im Interview.

<http://www.bvpraevention.de/cms/index.asp?inst=bvpg&snr=9545>

Therapie: So kriegen Sie Ihren Partner zum Psychologen

Bindungsangst, Depressionen, geringer Selbstwert - wenn der Partner psychische Probleme hat, belastet das die Beziehung. Therapien können helfen, manchmal sogar Ehen retten. Doch was macht man, wenn sich der andere nicht behandeln lassen will?

<http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/so-kriegen-sie-ihren-partner-zur-psychotherapie-a-926099.html#ref=nl-dertag>

"Etikettiert Dosen statt Menschen"

Ein Drittel der Deutschen leidet an einer psychischen Erkrankung. Wer das aber offen sagt, wird oft abgestempelt und ausgegrenzt - und das macht ihn noch kränker. Nun gehen Betroffene und Ärzte auf die Straße, um sich gegen diese Stigmatisierung zu wehren.

<http://www.sueddeutsche.de/muenchen/psychische-krankheiten-etikettiert-dosen-statt-menschen-1.1790198>

Krank in der Leistungsgesellschaft: Wie der Kapitalismus den Stress privatisiert

Wer trägt die Kosten, wenn das Wirtschaftssystem krank macht? In seinem Essay "Kapitalistischer Realismus" fordert der britische Wissenschaftler Mark Fisher: Die Gewerkschaften müssen die politische Dimension von Burnout und Depression erkennen.

<http://www.spiegel.de/kultur/gesellschaft/mark-fisher-kapitalistischer-realismus-ohne-alternative-a-928145.html#ref=nl-dertag>

Ist der Chef schlecht, leidet der Mitarbeiter

Vorgesetzte, die ihrer Führungsaufgabe nicht gerecht werden, sind eine seelische Belastung für ihre Mitarbeiter. Die Folgen: Berufstätige mit einem ungeeigneten Chef sind unzufriedener und pessimistischer als Menschen ohne Job. Dieses Fazit zieht eine Studie von Gallup.

<http://www.wkdis.de/aktuelles/280201>

Forscherkongress: Zunehmender Stress führt zu mehr Schlafstörungen

Rund um die Uhr erreichbar, Arbeitszeiten gegen die innere Uhr: Immer mehr Deutsche leiden unter Schlafstörungen. Wissenschaftler warnen, dass die Probleme auch wirtschaftliche Folgen haben - und viele Patienten würden falsch behandelt.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/kongress-stress-fuehrt-zu-mehr-schlafstoerungen-in-deutschland-a-928681.html#ref=nl-dertag>

Teures Krankengeld: Kassen setzen externe Berater auf psychisch Kranke an

Im Gesundheitssystem hat sich ein neues Geschäftsmodell etabliert: Externe Berater übernehmen für Krankenkassen die Betreuung psychisch Kranker. Ärzte und Datenschützer halten das Vorgehen für problematisch.

<http://www.spiegel.de/wirtschaft/soziales/kassen-setzen-externe-berater-auf-psychisch-krank-an-a-928315.html#ref=nl-dertag>

Präventionsprogramm für psychische Gesundheit

AOK: Präventionsprogramm „Lebe Balance“

Die AOK[®] Baden-Württemberg hat mit „Lebe Balance“ ein neues Präventionsprogramm für psychische Gesundheit[®] gestartet. Mit der landesweiten Gesundheitsaktion sollen Menschen dazu bewegt werden, besser mit sich und ihren Belastungen umzugehen.

<http://www.heilpraxisnet.de/naturheilpraxis/praeventionsprogramm-fuer-psychische-gesundheit-9018264.php>

Die Wirtschaft würde ohne Menschen mit psychischen Störungen nicht funktionieren“

Psychische Störungen sind kein seltenes Phänomen: Im Laufe des Lebens leiden etwa 50 Prozent der Bevölkerung zumindest zeitweise unter psychischen Problemen. Jeder dritte Arbeitnehmer ist davon betroffen. Eine Kündigung ist für den Psychologen Niklas Baer dabei keine Lösung, da ein Drittel aller Arbeitskräfte fehlen würde. Der Leiter der Fachstelle für Psychiatrische Rehabilitation Baselland in der Schweiz erklärt im Interview, was Unternehmen tun können.

<http://medicalobserver.com/news/2013108006/die-wirtschaft-wurde-ohne-menschen-mit-psychischen-storungen-nicht-funktionieren>

Kasse geht in Firmen

Um das zunehmende Problem mit psychischen Erkrankungen zu mildern, strebt die DAK Partnerschaften mit Firmen an. Hintergrund: Der wachsende Druck am Arbeitsplatz gilt als eine Hauptursache für seelische und psychische Störungen. „Wir sind gerade dabei, ein Netzwerk aufzubauen“, sagte Daniel Bäsler vom DAK-Servicezentrum Halle. Angestrebt wird, in Unternehmen Seminare und Gesundheitstage zu veranstalten, um ein größeres Bewusstsein zu erzielen, dass beruflicher Druck krank macht.

<http://www.mz-web.de/halle-saalekreis/konzept-kasse-geht-in-firmen,20640778,24651602.html>

Psychische Gesundheit – (k)ein Thema für Klein- und Mittelbetriebe

Dieser Leitfaden wurde im Rahmen des G.I.B.-Projektes „Sensibilisierung und Fortbildung von Unternehmensberater/-innen der Potentialberatung zum Thema „Psychische Gesundheit bei der Arbeit“ entwickelt. Er will Unternehmensberater/-innen dabei unterstützen, sich aus ihrer beruflichen Perspektive mit dem Thema „Psychische Gesundheit bei der Arbeit“ zu beschäftigen.

<http://www.gib.nrw.de/service/downloads/kein-stress-mit-dem-stress-psychische-gesundheit-2013-k-ein-thema-fuer-kleine-und-mittlere-unternehmen-2>

Wann Arbeitnehmer auch mal aufmucken sollten

Kommen auch Sie aus dem Stress nicht mehr heraus? Sie schuften nach Feierabend – und trotzdem stehen sie unter der Woche unter Druck? Experten raten in diesem Fall, den Befreiungsschlag zu wagen.

<http://www.welt.de/gesundheit/article120695255/Wann-Arbeitnehmer-auch-mal-aufmucken-sollten.html>

Arbeitsbedingungen: Stress in der Nacht belastet besonders

"Schichtdienst kann krank machen. Noch stärker als die Arbeitszeiten wirkt sich allerdings die Qualität der Arbeitsbedingungen auf die Gesundheit aus", ist in der neuen "Böckler Impuls" zu lesen.

http://www.boeckler.de/impuls_2013_15_7.pdf

Schizophrenie: "Ein neuer Blick auf die Dinge"

Die Wiener Psychotherapeutin Astrid Just will mit ihrer neu erschienen DVD "Vreni Schizzo" mehr Verständnis für die psychische Erkrankung schaffen

<http://derstandard.at/1379293452300/Schizophrenie-Ein-neuer-Blick-auf-die-Dinge>

Jeder zweite Manager klagt über Stress

In der Schweiz haben sich prominente Führungskräfte das Leben genommen. In Österreichs Unternehmen werden psychische Probleme meist totgeschwiegen.

22.10.2013 | 19:00 | von Christian Höller (Die Presse)

Wien. Nach Suiziden von mehreren prominenten Spitzenmanagern wird in der Schweiz zunehmend über psychische Belastungen am Arbeitsplatz diskutiert. In Österreich haben nun das Wirtschaftsforum der Führungskräfte (WdF) und die Wiener Städtische Versicherung eine Studie über den Gesundheitszustand der heimischen Manager vorgestellt.

http://diepresse.com/home/wirtschaft/economist/1467654/Jeder-zweite-Manager-klagt-ueber-Stress?_vl_backlink=/home/wirtschaft/economist/index.do

Protestaktion #isjairre: Ein Hashtag gibt psychisch Kranken eine Stimme

Unter #isjairre machen Menschen im Netz auf die Diskriminierung von seelisch Erkrankten aufmerksam. Eine wichtige Aktion, denn die Ablehnung von Betroffenen nimmt zu.

<http://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2013-10/psyche-erkrankung-isjairre>

Psychische Erkrankungen: Unterversorgung angeprangert

Die Versorgung von psychisch kranken Menschen in Deutschland weist erhebliche Mängel auf - darauf wiesen Experten und Fachgesellschaften vor kurzem anlässlich des Internationalen Tags der Seelischen Gesundheit hin. Sie fordern die Politik deshalb auf, Maßnahmen zur Verbesserung der Lage zu ergreifen.

<http://widge.de/news/psychische-erkrankungen-unterversorgung-angeprangert.htm>

Stressmanagement: So nehmen Sie Druck aus Ihrem Leben

Für mehr als jeden zweiten Deutschen gehört Stress zum Alltag, zeigt eine aktuelle Umfrage. Aus den Daten lässt sich auch ablesen, was Deutsche besonders unter Druck setzt - und mit welchen Strategien sie sich vor der dauerhaften Anspannung schützen.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/stressmanagement-so-nehmen-sie-druck-aus-ihrem-leben-a-930802.html#ref=nl-dertag>

Umfrage: So gestresst sind die Deutschen

Frauen sind gestresster als Männer, Bayern stehen stärker unter Druck als Hamburger, Junge sind angespannter als Alte. Das sind Ergebnisse einer Umfrage über den Stresslevel der Deutschen. Sie leiden unter Magenbeschwerden, Tinnitus und Schlafstörungen.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/so-gestresst-sind-die-deutschen-umfrage-der-techniker-krankenkasse-a-930696.html#ref=nl-dertag>

und

http://www.haufe.de/sozialwesen/leistungen-sozialversicherung/psychische-belastung-am-arbeitsplatz-stress-nimmt-zu_242_205602.html

und

<http://www.tk.de/tk/themen/kampagne-stress/609552>

Studie: Jeder dritte Hartz-IV-Empfänger ist psychisch krank

Es ist eine erschreckend hohe Quote: Mehr als ein Drittel der Hartz-IV-Empfänger leidet unter psychischen Erkrankungen. Laut einer Studie ist der Anteil der Betroffenen in den vergangenen Jahren stark gestiegen.

Arbeitsagentur in Wiesbaden: Hartz-IV-Empfänger besonders gefährdet

Nürnberg - Wer von Hartz IV leben muss, leidet besonders häufig unter psychischen Erkrankungen: Bei mehr als einem Drittel der Bezieher wurde innerhalb eines Jahres mindestens eine psychiatrische Diagnose gestellt. Einer Studie des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) sowie der Universität Halle-Wittenberg zufolge ist der Anteil der Betroffenen in den vergangenen Jahren stark gestiegen.

<http://www.spiegel.de/wirtschaft/soziales/studie-jeder-dritte-hartz-iv-empfaenger-ist-psychisch-krank-a-931033.html#ref=nl-dertag>

Bericht unter:

<http://doku.iab.de/forschungsbericht/2013/fb1213.pdf>

Feminines Selbstkonzept: Risikofaktor für Depressionen?!

Frauen weisen eine im Vergleich zu Männern erhöhte Anfälligkeit für Depressionen und Ängste auf. Doch wie kommt diese Ungleichverteilung zustande? Dieser Frage gehen Elke Rohmann und Hans-Werner Bierhoff nach und untersuchen dabei den Einfluss des Geschlechtsrollen-Selbstkonzepts.

<http://www.bvpraevention.de/cms/index.asp?inst=bvpg&snr=9553>

Gesundheitsrisikofaktor Armut

Vor allem unter jungen Menschen ist eine Zunahme des Armutsrisikos zu beobachten. Die Publikation „Jugendarmut. Beiträge zur Lage in Deutschland.“ zeigt Ursachen und Auswirkungen auf und berücksichtigt dabei auch die gesundheitliche Perspektive.

<http://www.bvpraevention.de/cms/index.asp?inst=bvpg&snr=9522>
