

Info Psyche und Arbeit

2014-9

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 abgelaufenen 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

Unterstützung durch Vorgesetzte: Dreifach wichtig, einfach unterschätzt

Die BAuA hat ein neues Factsheet zur BIBB/BAuA-Erwerbstätigenbefragung 2012 veröffentlicht. Es unterstreicht die Bedeutung der Vorgesetzten für die positive Bewältigung von arbeitsbedingtem Stress und gibt Hinweise wie Betriebe entsprechende Rahmenbedingungen schaffen können.

<http://www.baua.de/de/Presse/Pressemitteilungen/2014/08/pm033-14.html>

Krankenkassen fordern Anti-Stress-Regeln

Feierabend war einmal. Die Grenze zwischen Arbeit und Freizeit verschwimmt. Fast jeder Arbeitnehmer kennt die Situation, wenn selbst spätabends noch E-Mails aus der Firma eintrudeln. Das wollen die Chefs mehrerer großer Krankenkassen nun ändern. Sie geben den Arbeitgebern eine Mitschuld am dramatischen Anstieg von Burn-out- und Depressionserkrankungen in Unternehmen.

<http://www.welt.de/print/wams/article131976838/Krankenkassen-fordern-Anti-Stress-Regeln.html>

Anti-Stress Verordnung der IG Metall

<http://www.dgb.de/themen/++co++a80a0ed6-1d6f-11e4-97f7-52540023ef1a>

Psychiatrie: Was ist normal?

Das menschliche Gehirn ist ein Organ, das erkranken kann. Ein Nachschlagewerk für die Psychiatrie ist das DSM - es ist umstritten. Die Entscheidung, was normal ist, ist hochsensibel

<http://derstandard.at/2000004271009/Psychiatrie-Was-ist-normal>

Flucht aus Konzernjobs "Das Leben ist kurz. Kündigen Sie."

Die gut bezahlte, sichere Stelle aufgeben? Trauen sich die Wenigsten, selbst wenn sie am Job zweifeln. Zwei junge Unternehmensberater wagten den Absprung und gründeten eine Jobbörse für frustrierte Konzernarbeiter.

<http://www.spiegel.de/karriere/ausland/escape-the-city-londoner-berater-vermitteln-konzernaussteigern-jobs-a-990673.html>

Depression: Aggression als Symptom

Bei Männern äußern sich Depressionen oft als Aggressionen - plötzliche Gefühlswechsel sind eine Herausforderung

Wütend und unwirsch fährt der Anwalt seine Frau an, sobald er nach Hause kommt - obwohl es keinen Grund dafür gibt. Die Frau kann seine Aggressivität nicht mehr ertragen. Sorgen macht ihr auch, dass ihr Mann stundenlang im Internet surft und immer mehr [Alkohol](#) trinkt.

<http://derstandard.at/2000005049864/Depression-Aggression-als-Symptom>

Burnoutprävention für Führungskräfte

Soft Skills gegen Stress

Führung braucht Gesundheit - doch gerade Führungskräfte leiden immer häufiger unter Überforderung und Burnout. Unser wöchentlicher Expertentipp soll Manager dabei unterstützen, dauerhafter Überlastung vorzubeugen.

https://www.haufe.de/personal/hr-management/burnoutpraevention-fuer-fuehrungskraefte_80_272684.html

"Betriebliches Gesundheitsmanagement" der BDP-Kampagne "Gesunde Arbeit"

<http://www.bdp-verband.de/bdp/archiv/gesunde-arbeit/>

Suizid-Verhalten in Deutschland: Einsamkeit und falsches Ehrgefühl

10.000 Suizide jährlich, betroffen sind meist Männer oder Ältere. Was sagt das über unsere Gesellschaft und was kann sie dagegen tun? Ein Gespräch mit Georg Fiedler von der Deutschen Suizidprävention.

<http://www.stern.de/gesundheit/suizid-verhalten-in-deutschland-einsamkeit-und-falsches-ehrfuehl-2137123.html>

Wenn die Seele in den Streik tritt – 50 Tage mit psychischen Störungen krank

HANNOVER. Psychische Erkrankungen sind laut dem BARMER GEK Gesundheitsreport in Niedersachsen für 17,5 Prozent der Arbeitsunfähigkeits-Tage verantwortlich, in Bremen sogar für 19,8 Prozent. Das führte bei der Kasse 2013 in Niedersachsen und Bremen zu insgesamt 998.000 AU-Tagen. Dazu kommen Frühverrentungen wegen psychischer Erkrankungen.

Umso wichtiger ist es, mit betroffenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Unternehmen das Gespräch zu suchen, damit ihnen geholfen werden kann.

<http://celler-presse.de/2014/09/18/wenn-die-seele-in-den-streik-tritt-50-tage-mit-psychischen-stoerungen-krank/>

Burnout-Experte: "Alles wird schneller, intensiver, komplexer"

Burnout betrifft immer mehr Menschen. Die Ursachen sind vielfältig. Ein Experte erklärt, was Burnout ist, wer am häufigsten betroffen ist und wie Sie am besten vorbeugen können.

<http://www.augsburger-allgemeine.de/wissenschaft/Burnout-Experte-Alles-wird-schneller-intensiver-komplexer-id31396082.html>

Wissen über psychische Erkrankungen in türkischer Sprache

Das Internetangebot www.psychenet.de von psychenet - Hamburger Netz psychischen Gesundheit steht ab jetzt auch in türkischer Sprache zur Verfügung:
<http://www.psychenet.de/tr.html>.

"Weiter so bis zur Rente" ist nur für jeden zweiten Beschäftigten vorstellbar

Die Erwerbstätigen in Deutschland sind mit ihrer Arbeitssituation meist zufrieden. Trotzdem kann sich nur jeder Zweite vorstellen, die derzeitige Tätigkeit bis zum Renteneintritt auszuüben. Das geht aus einer aktuellen Repräsentativbefragung von 2.000 Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern hervor, die im Auftrag der Initiative Gesundheit und Arbeit (iga) zum vierten Mal durchgeführt wurde.

Die Kapitalseite zur Rücksichtnahme zwingen

(pm/hem) "Rücksichtslos gegen Gesundheit und Leben" lautet der an ein Zitat von Karl Marx angelehnte Titel eines Buchs von Klaus Pickshaus, mit dem der langjährige Bereichsleiter Arbeitsgestaltung und Qualifizierungspolitik beim Vorstand der Industriegewerkschaft Metall die jetzt mehr als zehnjährige Geschichte der gewerkschaftlichen Initiative "Gute Arbeit" bilanziert. Es geht um die immer maßloseren Anforderungen an die abhängig Beschäftigten als Resultat einer neuen Maßlosigkeit in der Ökonomie, die durch extreme Renditeerwartungen der Finanzmärkte angetrieben wird.

http://fm.apm.ag/verdi_news_wcms/fmpro?-db=verdi_news_wcms.fp5&-lay=e&-format=druckversion.html&-error=err.html&-recid=40409&-find

Sagen Sie endlich Nein!

Ja-Sager leben gefährlich: Sie nehmen undankbare Jobs an und werden notorisch überladen. Einige können nicht einmal ihrem Hund widersprechen. Doch Forscher warnen: Die Angst vor dem Nein kann sich negativ auswirken.

<http://www.handelsblatt.com/unternehmen/buero-special/ueberforderung-sagen-sie-endlich-nein/10628562.html>

DAK-Studie: Viele Deutsche gehen krank zur Arbeit

Die Mehrheit der Arbeitnehmer zwischen 25 und 40 Jahren geht auch krank zur Arbeit: Fast zwei Drittel schleppen sich mit Gesundheitsproblemen ins Büro, in die Werkstatt oder an

andere Arbeitsplätze. Vor allem die durch Karriere und Familie besonders belastete Rushhour-Generation zwischen 30 und 40 Jahren kuriert sich nicht aus. Mehr als jeder Dritte von ihnen (36 Prozent) ging an drei bis zehn Tagen krank zum Job. Bei jedem Sechsten waren es sogar elf bis 20 Tage. Das geht aus einer repräsentativen Bevölkerungsumfrage hervor, die die DAK-Gesundheit im Rahmen ihres Gesundheitsreportes 2014 durchgeführt hat. Das Forsa-Institut befragte im Auftrag der Krankenkasse bundesweit rund 3.200 Männer und Frauen.

https://www.dak.de/dak/bundesweite_themen/Krank_zur_Arbeit-1477390.html

Burnout-Experte: "Alles wird schneller, intensiver, komplexer"

Burnout betrifft immer mehr Menschen. Die Ursachen sind vielfältig. Ein Experte erklärt, was Burnout ist, wer am häufigsten betroffen ist und wie Sie am besten vorbeugen können.

<http://www.augsburger-allgemeine.de/wissenschaft/Burnout-Experte-Alles-wird-schneller-intensiver-komplexer-id31396082.html>

Viele Pflegekräfte arbeiten laut BAuA-Befragung am Limit

Die Anforderungen an Pflegekräfte sind höher als an Beschäftigte anderer Branchen. Hinzu kommt, dass die Zahl der pflegebedürftigen Menschen steigt, die Pflegekräfte aber älter und weniger werden. Das sind Kernergebnisse einer Befragung der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA). Die Autoren raten, die Attraktivität des Pflegeberufes durch bessere Arbeitsbedingungen zu steigern.

Die Arbeit der Pflegekräfte ist sowohl körperlich als auch psychisch anstrengend, berichtet die BAuA.

[http://www.betriebsratspraxis24.de/news/?user_aktuelles_pi1\[aid\]=301714&cHash=21af4023b1a96f11689cdb0ed84f34f0](http://www.betriebsratspraxis24.de/news/?user_aktuelles_pi1[aid]=301714&cHash=21af4023b1a96f11689cdb0ed84f34f0)

Mobbing – Still ertragen oder sich wehren?

SWP-Tipps für Ihren Weg aus dem Psycho-Terror.

Geht es um Mobbing sollte jeder Betroffene versuchen, einer weiteren Entwicklung dessen vorzubeugen. Helfen kann der Betriebsrat, oder der möglichst frühe Gang zum Fachanwalt für Arbeitsrecht. Daneben können Mobbing-Beratungsstellen persönliche und individuelle Unterstützung im privaten Bereich geben. Sind jedoch schon handfeste Krankheitssymptome da, ist das Arbeitsverhältnis oft nicht mehr zu retten. Das Opfer verlangt dann zu Recht Schadensersatz vom Arbeitgeber. Leider scheidet das oft an der Beweisführung. Denn Mobbing findet meist im Stillen, unter vier Augen statt. Das Dilemma hat die Rechtsprechung erkannt.

<http://www.swp-anwaelte.de/blog/hallo-welt/>

Antwort der IG Metall auf die Videobotschaft von Kanzlerin Angela Merkel Stress mit dem Stress

23.09.2014 | Ausufernde Arbeitszeiten, steigender Leistungsdruck, ständige Erreichbarkeit - das sind die Merkmale der modernen Arbeitswelt. Sie machen viele Menschen krank. Hans-Jürgen Urban, geschäftsführendes Vorstandsmitglied der IG Metall, kritisiert Kanzlerin Angela Merkel. Sie hatte einer Anti-Stress-Verordnung eine Absage erteilt. Urban hält die Strategie des Aussitzens in Sachen Stress für unverantwortlich.

<http://www.igmetall.de/SID-57C94A83-8C510279/antwort-der-ig-metall-auf-die-videobotschaft-von-kanzlerin-14419.htm>

Befragungsstudien: Arbeitsbelastungen und deren Auswirkungen

Befragungsstudien erfassen subjektives Wissen, Meinungen, Einstellungen und Verhalten von Menschen. Die befragten Beschäftigten werden als Expertinnen und Experten in eigener Sache gesehen, da sie am besten Auskunft über ihre Situation geben können. Auf Basis der Daten können Aussagen zu subjektiven Belastungssituationen in verschiedenen Tätigkeitsbereichen und zu gesundheitlichen Auswirkungen sowie zu individuellen Bewältigungsstrategien getroffen werden.

<http://www.lia.nrw.de/daten1/befrag/index.html>

[Gesunde Arbeit NRW 2014. Belastung - Auswirkung - Gestaltung - Bewältigung. transfer 5](#)

[Gesunde Arbeit NRW 2014. Belastung - Auswirkung - Gestaltung - Bewältigung. transfer 5 \(Fragebogen\)](#)
