

Umgang mit Depressionen in der Arbeitswelt

**Präventions- und Handlungsmöglichkeiten
der Beschäftigten und des Unternehmens**

Arbeit und psychische Gesundheit, Heike Walgenbach
29.11.2011

Aufgaben der UK NRW

I.

... mit allen geeigneten Mitteln

- Arbeitsunfälle
- Berufskrankheiten und
- arbeitsbedingte Gesundheitsgefahren verhüten



**Prävention
zum Schutz**



**Physische
Gesundheit**

**Psychische
Gesundheit**

II.

... nach Eintritt von Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten die Gesundheit und die Leistungsfähigkeit der Versicherten ... wieder herstellen



Rehabilitation

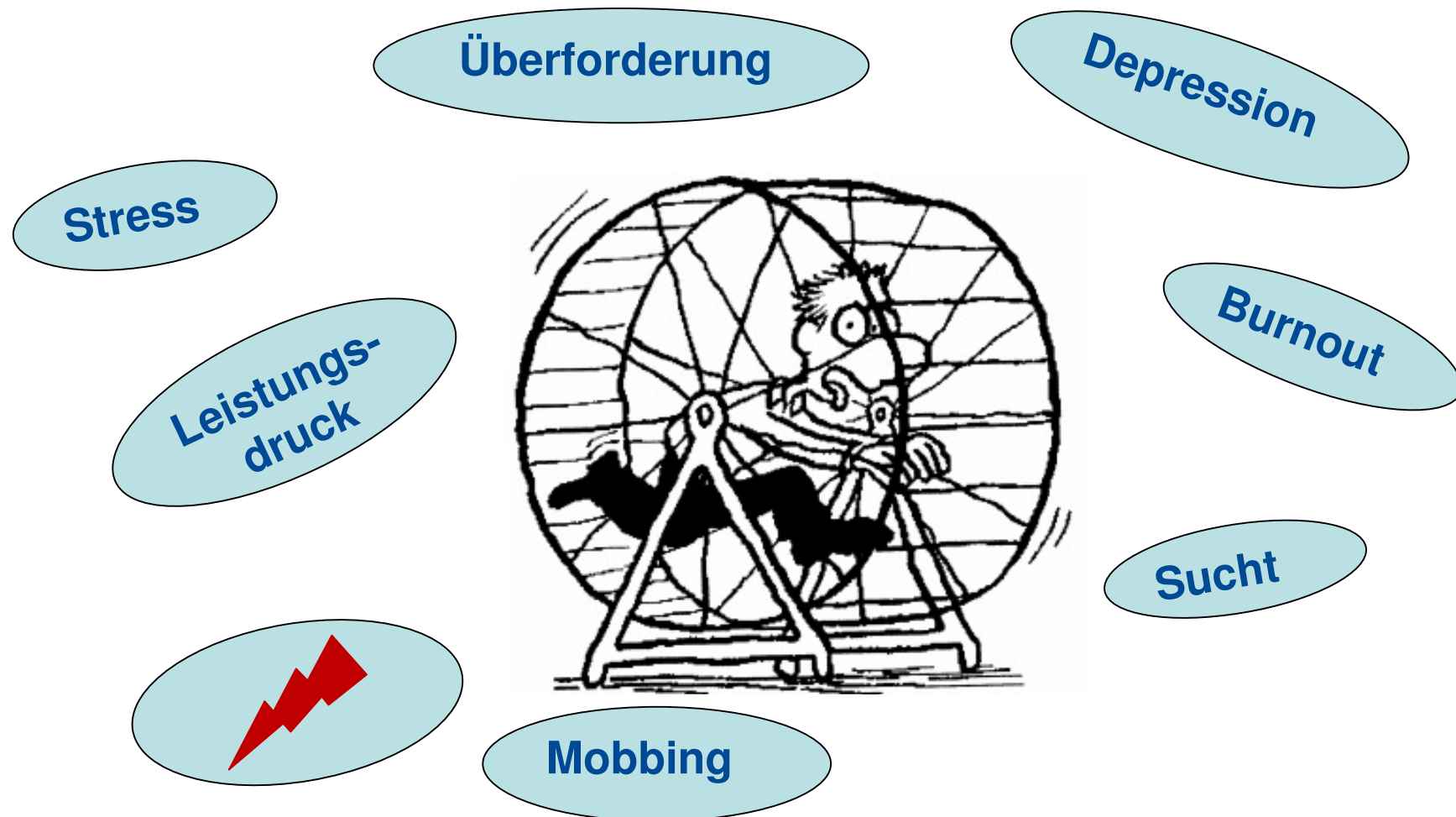
III.

... die Versicherten und ihre Hinterbliebenen durch Geldleistungen zu entschädigen



Entschädigung

Prävention psychischer Belastungen und Erkrankungen! Aber wie?



4 Ansatzpunkte

Person

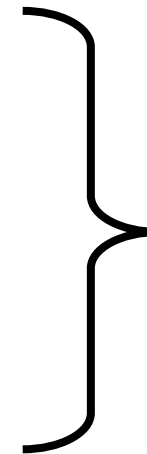


Organisation

präventiv



kurativ



**Magisches
Quadrat**

Präventive Maßnahmen: Personenbezogen

P E R S O N	<u>Beispiele:</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ Gesunde Lebensweise durch: <ul style="list-style-type: none"> - Sport - Ernährung/keine Suchtmittel - gesunder Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung ○ Seminarangebote wahrnehmen ○ soziale Kontakte ○ Eigenverantwortung 	
O R G A		
	P R Ä V E N T I V	K O R R E K T I V

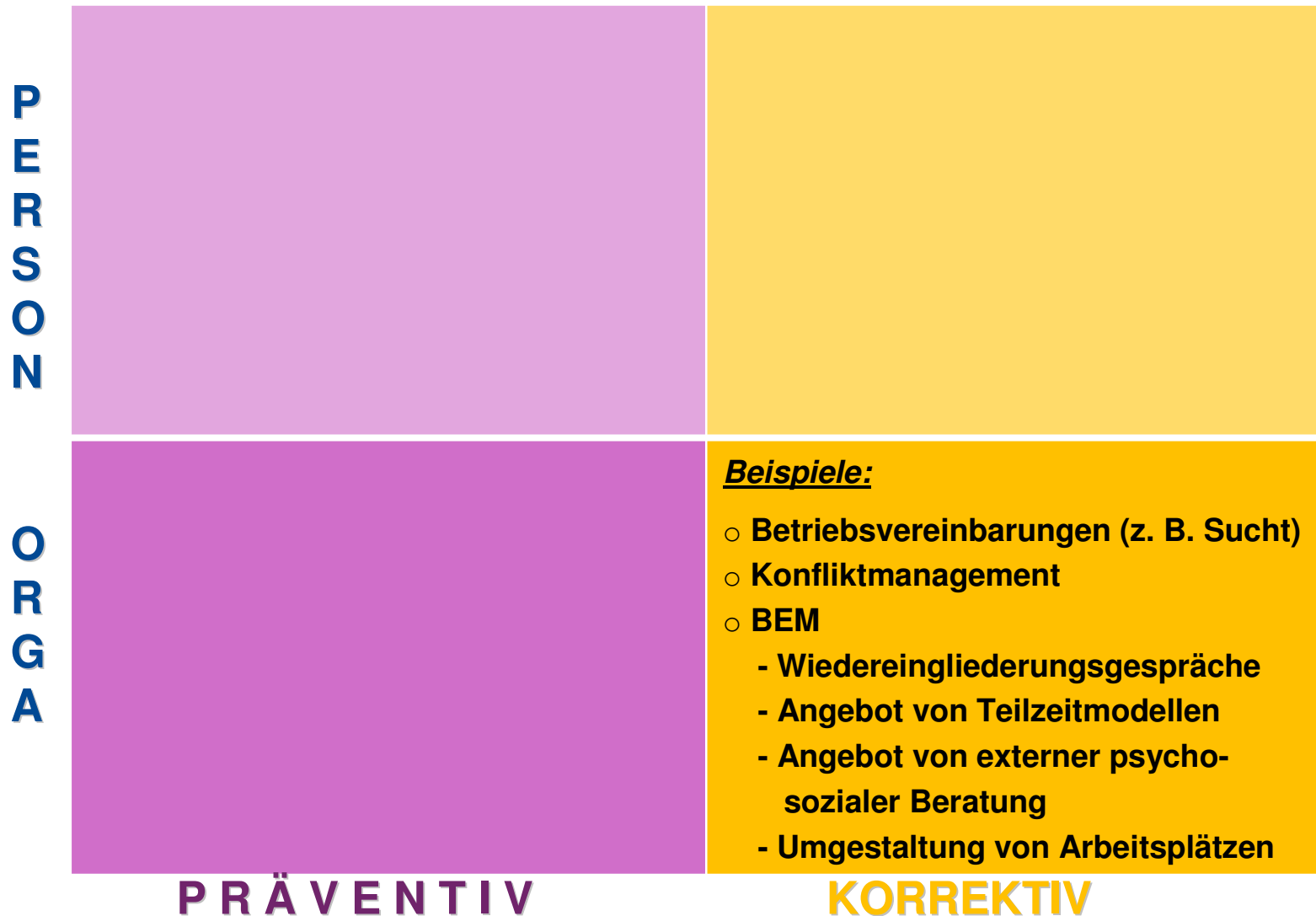
Kurative Maßnahmen: Personenbezogen



Präventive Maßnahmen: Organisationsbezogen

P E R S O N		
	O R G A	<p><u>Beispiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Gefährdungsbeurteilung ○ MA-Befragungen/„Screenings“ auch im psychosozialen Bereich ○ gesundheitsfördernde Angebote ○ systematische PE/OE ○ flache Hierarchien ○ Transparenz ○ offene Kommunikationsstrukturen
		P R Ä V E N T I V

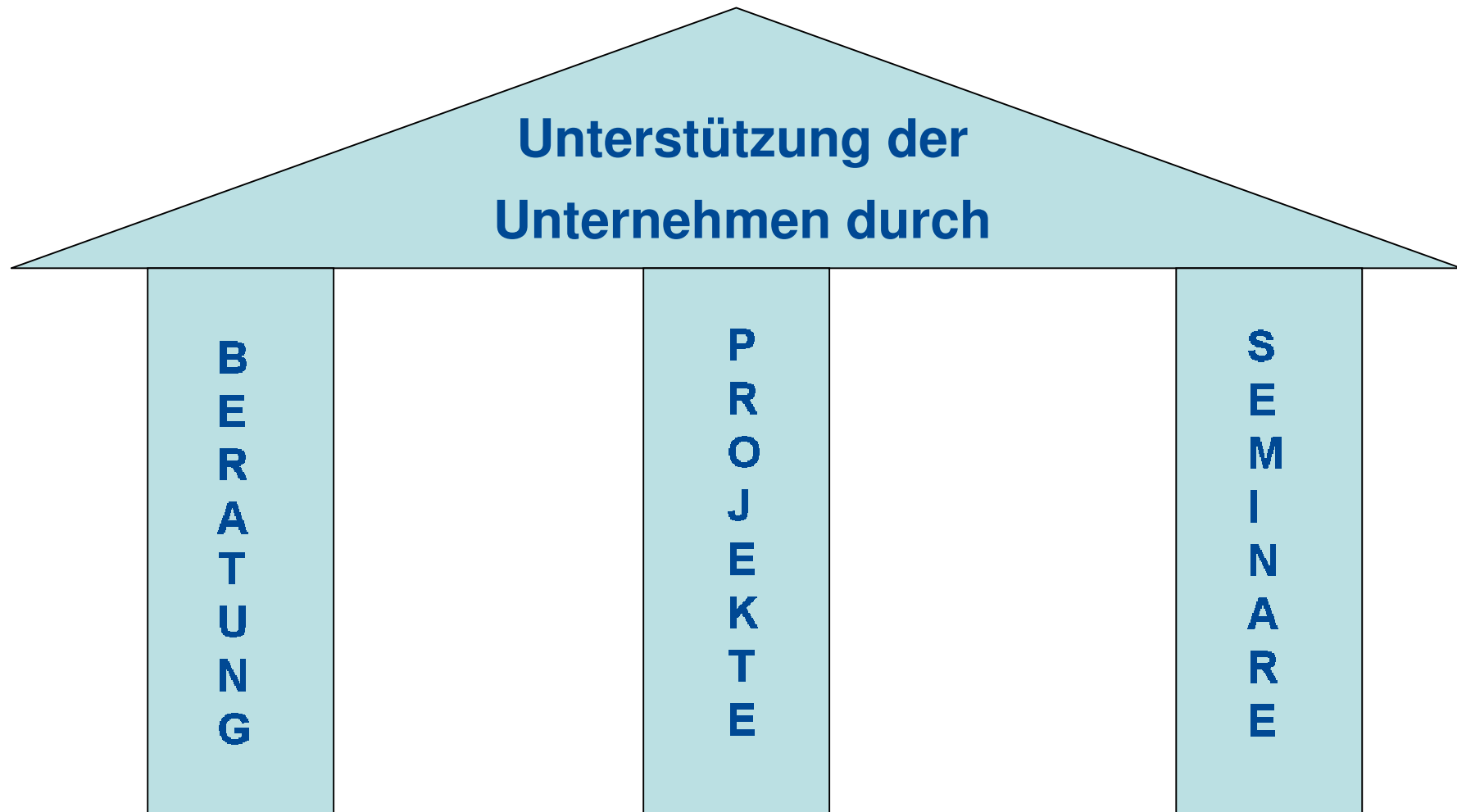
Kurative Maßnahmen: Organisationsbezogen



Das magische Quadrat

P E R S O N	<p><u>Beispiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Gesunde Lebensweise durch: <ul style="list-style-type: none"> - Sport - Ernährung/keine Suchtmittel - gesunder Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung ✓ Seminarangebote wahrnehmen ✓ soziale Kontakte ✓ Eigenverantwortung 	<p><u>Beispiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Kursangebote zu <ul style="list-style-type: none"> - Stressbewältigung - Ernährungsumstellung - Raucherentwöhnung - Entspannungsmethoden ✓ Einstellungsänderung ✓ Beratung/Coaching/Therapie
	<p><u>Beispiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Gefährdungsbeurteilung ✓ MA-Befragungen/„Screenings“ auch im psychosozialen Bereich ✓ gesundheitsfördernde Angebote ✓ systematische PE/OE ✓ flache Hierarchien ✓ Transparenz ✓ offene Kommunikationsstrukturen 	<p><u>Beispiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Betriebsvereinbarungen (z. B. Sucht) ✓ Konfliktmanagement ✓ BEM <ul style="list-style-type: none"> - Wiedereingliederungsgespräche - Angebot Teilzeitmodellen, - Angebot externer psycho-sozialer Beratung - Umgestaltung von Arbeitsplätzen
	P R Ä V E N T I V	K O R R E K T I V

Ziel: Prävention psychischer Belastungen und Erkrankungen



Projektbeispiel: SiMBA



Ausbildung von Führungskräften und betrieblichen Funktionsträgern zu Stressberatern in Unternehmen

Ziele der SiMBA-Ausbildung

1. Förderung der psychischen Gesundheit von Beschäftigten im öffentlichen Dienst
2. Vermittlung von Fach- und Methodenkompetenz in den Bereichen Stressprävention und -bewältigung
3. Förderung der Organisationsentwicklung

Danke schön!