



P-TALK REVIEW zum Thema „Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz – dem Phänomen Burnout als Personalentwickler praxisnah begegnen“ am 13. März 2012

An: P-Talk Verteiler

Von: Jennifer Peters

Datum: 03.04.2012

Liebe P-Talker,

das „Team Gesundheit“ beschäftigt sich seit vielen Jahren mit dem umfangreichen Thema „Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz“ und in dem Zusammenhang mit dem Phänomen „Burnout“. Das Team hat durch die Anbindung an Betriebskrankenkassen und die Nähe zum Europäischen Netzwerk zur betrieblichen Gesundheitsförderung sowohl einen wissenschaftlichen als auch praktischen Zugang zu diesem Thema.

Mit viel Fingerspitzengefühl, Fachkompetenz und praktischer Erfahrung haben Sarah Schuster (Dipl.-Psych., Leitung des Bereichs psychische Gesundheit und Trainerin, u.a. für die Qualifizierung von Führungskräften in Bezug auf die Förderung betrieblicher Gesundheit) und Carsten Gräf (Leitung Team Gesundheit) unseren letzten P-Talk zum Thema „Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz - dem Phänomen Burnout als Personalentwickler praxisnah begegnen“ gestaltet. Nach einer kurzen Vorstellung ihrer Tätigkeit und einer kurzen Klärung des Begriffs „Burnout“ im Zusammenhang psychischer Gesundheit am Arbeitsplatz, berichteten sie über Praxisbeispiele erfolgreicher Interventionen und zeigten uns exemplarisch, mit welcher Systematik sie sich dem Thema in den unterschiedlichen Unternehmen jeweils nähern.

In Unternehmen, in denen das Thema psychische Gesundheit z.B. noch Tabuthema ist, kann ein konkreter Einstieg in das Thema beispielsweise durch einen „Stresstest“ geschehen, in dem der Stresslevel der Mitarbeiter gemessen wird. Eine weitere Möglichkeit ist der Aufbau von Hintergrundwissen bei Führungskräften und Mitarbeitern sowie Sensibilisierung der Führungskräfte für Symptome aus ihrem eigenen Erlebnisrepertoire und für die unterschiedliche Wahrnehmung unterschiedlicher Menschen. Die Maßnahmen zielen u. a. darauf ab, erlebte Hilflosigkeit in erlebte Handlungskompetenz umzuwandeln.

Die beiden Referenten haben es geschafft, die Teilnehmer des P-Talk mit ihren ganzen sehr unterschiedlichen Fragen, Gedanken und „ja, abers...“ genau da abzuholen, wo sie sich gerade befanden und sehr glaubwürdig demonstriert, wie ihnen eine Sensibilisierung für dieses schwierige Thema auf allen Ebenen auch in Unternehmen gelingt.

Beigefügt erhaltet Ihr die Präsentation der Referenten. Diese bleibt abrufbar über unser P-Talk Veranstaltungsarchiv auf www.p-talk.de. Interessierte finden auch über folgenden Link Wissen, Handlungshilfen, Unternehmensbeispiele, Medien und Broschüren rund um das Thema psychische Gesundheit in der Arbeitswelt: <http://psyga-transfer.de/>

Wenn Sie in Ihren Unternehmen Bewusstsein für das Thema schaffen und einen ersten Schritt in Richtung „psychische Gesundheit“ gehen möchten, setzen Sie sich gerne mit unseren Referenten in Verbindung. Liebe Frau Schuster, lieber Herr Gräf, vielen herzlichen Dank für die Gestaltung dieses Klasse-Abends!

Schöne Grüße aus dem wunderschönen Essen
Jennifer Peters