

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen,



jetzt ist Sommerzeit, d.h. Ferien- und Urlaubszeit für viele von uns! Welche wunderbare Zeit zum Auftanken, Entspannen, für Dinge die Freude machen. Vielleicht auch Nichts tun. Am Strand liegen oder mal einen Handstand probieren. Schwimmen gehen im Meer und das Wasser mit den Wellen genießen.

Gerade im Urlaub möchten wir die Schönheit der Natur erleben. Allerdings wird dieses Erleben allzu oft von Plastikmüll in der Natur getrübt. In letzter Zeit ist auch immer mehr von der Verschmutzung der Gewässer zu lesen. Der „brisante Giftcocktail“ der in unseren Meeren, Seen und Flüssen lagert, ist für die meisten von uns nicht präsent, da unsichtbar. Winzige Plastikteilchen – Mikroplastik - treiben im Wasser und binden Schadstoffe zu Klumpen. Diese werden

von Fischen, Meeresfrüchten oder Würmern gefressen, landen so in der Nahrungskette und beim Menschen. Laut BUND sind diese eindeutig krebserregend. Diese Plastikteilchen entstehen, wenn sich beispielsweise Tüten oder Joghurtbecher auflösen – etwa 20.000 Tonnen landen jährlich allein in Nord- und Ostsee. Gehen Sie bitte bewusst mit Plastik um und meiden Sie es, wenn möglich.

Wir wünschen Ihnen einen erholsamen Urlaub mit viel Freude und wenig Plastik.

Herzlichst Ihre

Marianne Giesert, Prof. Dr. Anja Liebrich und Tobias Reuter

Inhalte des Newsletters:

- Fachrunde Arbeitsrecht trifft Arbeitsmedizin, Arbeitspsychologie und Arbeitsgestaltung, 26.-27.09.2016 in Mainz
- Vertiefungsseminar „DEmobbing - Erhalt und Förderung der psychischen Ressourcen im betrieblichen Alltag“
- Unterschiedliche Anforderungen in der Schichtarbeit: BIBB/BAuA-Erwerbstätigenbefragung zu Schichtarbeit ausgewertet
- Eintägiges Schnupperseminar: Achtsam Gesund Arbeiten – Gesund führen durch achtsames Handeln
- Internetplattform HR-Integrate: Vernetzung von Personalprofis und Geflüchteten
- Forum psychische Gesundheit
- Literaturtipp zum Thema Umgang mit psychischen Störungen
- Neues aus dem WAI-Netzwerk: Fachtagung „Psychische Gefährdungen und Beanspruchungen“
- Die nächsten Termine

Fachrunde Arbeitsrecht trifft Arbeitsmedizin, Arbeitspsychologie und Arbeitsgestaltung, 26.-27.09.2016 in Mainz



Im Rahmen dieser spannenden einmaligen Fachrunde diskutieren RechtsanwältInnen, PsychologInnen, ArbeitsmedizinerInnen, IngenieurInnen, PersonalleiterInnen, Betriebs- und Personalräte, Schwerbehindertenvertretungen Möglichkeiten für eine gute, gesundheitsgerechte Arbeitsgestaltung. Ziel ist es, handlungsorientierte Ideen und Möglichkeiten für eine gute Praxis in den Unternehmen zu entwickeln und handlungsorientierte Tipps für die Umsetzung mitzunehmen. Seien Sie dabei und bringen Ihre Erfahrungen und Fragen mit! **Es sind noch kurzfristig einige Plätze frei.**

Für [weitere Informationen sowie zur Anmeldung klicken Sie bitte hier.](#)

Vertiefungsseminar „DEmobbing - Erhalt und Förderung der psychischen Ressourcen im betrieblichen Alltag“



Die meisten sagen „Mobbing gibt es bei uns nicht“, leider kann sich das schnell verändern. Wie z.B. bei Frau X. Sie ist eine Frau Mitte 30, arbeitet in einem Betrieb, der gerade einen Wechsel der Führungsebene erlebte. Die junge Frau verstand sich gut mit dem vorherigen Vorgesetzten und auch im übrigen Team war sie sehr beliebt. Aus bis dahin unerfindlichen Gründen rückte sie jedoch immer mehr in den Fokus ihres neuen Vorgesetzten. Schleichend wurde ihr ihre selbstständige Arbeits- und Denkweise aberkannt. Zynische Bemerkungen, Abwertungen, zielgerichtete Anpöffe auf sie und verstummende Gespräche wurden alltäglicher. Betriebliche Informationen

kamen immer spärlicher bei ihr an, so dass sie zwangsläufig Fehler machte. Frau X wurde misstrauisch, einzelgängerisch und ging langsam über in eine innere Kündigung. Als Schatten ihrer selbst, wendete sie die schwindende Energie für ihren Arbeitsplatz auf, versuchte täglich durchzuhalten und gleichzeitig die Zielscheibe für neue Angriffe so gering wie möglich zu halten. Körperliche Symptome des sozialen Stresses wie Migräne, Magenschmerzen, Herzrasen und Schwindel erschwerten ihre Arbeit. Aus der liebenswerten und selbstbewussten jungen Frau wurde eine Mitarbeiterin, die innerlich gekündigt hatte und deren produktive Art systematisch demoliert wurde. Zudem litt auch die restliche Abteilung unter dem schlechten Arbeitsklima. Beistehen wollte ihr irgendwann niemand mehr, zu groß war die Befürchtung, selbst Opfer von Mobbingattacken zu werden.

Mobbingfälle wie diese, sind keine seltenen Vorkommnisse. Mobbingfreie Zonen gibt es nicht. Vielmehr wird Mobbing meist ignoriert oder sogar zielgerichtet als Personalarbeit genutzt. Die letzte aktuelle Studie der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin 2002 zeigt auf, dass jede 9. Person mindestens einmal im Erwerbsleben gemobbt wird. Neben dem persönlichen Leid der Betroffenen, kommen auch auf den Betrieb negative Konsequenzen zu. Schätzungen gehen von 25.000 bis 75.000 € betrieblichen Kosten pro Mobbingfall aus. Rechtliche Schritte können ebenfalls auf den Betrieb zukommen. Ganz zu schweigen von den Produktivitäts- und Qualitätsverlusten durch demotivierte Mitarbeitende, begleitet von einem meist negativen Betriebsklima. Können Betroffene nicht rechtzeitig aus der Negativspirale aussteigen, haben sie meist langfristige Probleme auf psychischer, sozialer und körperlicher Ebene. Werden Sie präventiv tätig!



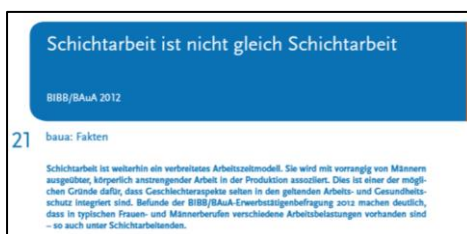
In unseren Seminaren **DEmobbing** lernen Sie Mobbing aufzuhalten, bevor es überhaupt zu Vorfällen kommt. Durch den Erhalt und die Förderung der psychischen Ressourcen von Mitarbeitenden können Mobbingzahlen vermindert werden. Gewinnen Sie in unserem **DEmobbing-Seminar** mit dem Deeskalationstrainer Georg Roessler Basiswissen, um mobbinghemmende Ressourcen bei Mitarbeitenden zu stärken. Trainieren Sie außerdem persönliche „Überlebensstrategien“ und lernen Sie rechtliche

Handlungsmöglichkeiten kennen.

Nächster Termin: 21.-23.11.2016 in Mainz, „[DEmobbing - Erhalt und Förderung der psychischen Ressourcen im betrieblichen Alltag](#)“. [Hier finden Sie weitere Informationen zur Veranstaltung und Anmeldung.](#)

Großen Anklang fand das Thema Mobbing-Prävention auch beim eintägigen [Schnupperseminar DE-Mobbing: Prävention am Arbeitsplatz](#). Das Westpfalz-Klinikum Kaiserslautern erfuhr in dieser Qualifizierung im Juli Möglichkeiten der strukturell-organisatorischen und individuellen Mobbing-Prävention. Gerne bieten wir Ihnen dieses eintägige Seminar auch als Inhouse-Schulung an. [Weitere Informationen finden Sie hier.](#)

Unterschiedliche Anforderungen in der Schichtarbeit: BIBB/BAuA-Erwerbstätigenbefragung zu Schichtarbeit ausgewertet



Schichtarbeit nimmt immer mehr zu. Dabei unterscheidet sich die Schichtarbeit in typischen Frauen- und Männerberufen. Zudem zeigen sich unterschiedliche branchen-, berufs- und tätigkeitsbezogene Arbeitsbelastungen der Beschäftigten. Zu diesem Ergebnis kommt die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) in einer Detailanalyse der BIBB/BAuA-Erwerbstätigenbefragung 2012. Die Auswertung

der Arbeitsbedingungen zeigt, dass beispielsweise Beschäftigte in typischen Männerberufen häufiger angeben, mit ungünstigen Arbeitsumgebungsbedingungen umgehen zu müssen als Schichtarbeitende in typischen Frauenberufen. Beschäftigte in typischen Frauenberufen geben hingegen häufiger an, mit ungünstigen physischen Arbeitsanforderungen belastet zu sein. Psychische Arbeitsbelastungen kommen sowohl in Frauen- als auch in Männerberufen vor. Diese und weitere Daten und Fakten fasst die BAuA in dem nun veröffentlichten Faktenblatt "Schichtarbeit ist nicht gleich Schichtarbeit" zusammen. [Dieses können Sie hier herunterladen.](#)

Eintägiges Schnupperseminar: Achtsam Gesund Arbeiten – Gesund führen durch achtsames Handeln



Was ist Achtsamkeit und wie hilft Achtsamkeit Stress im Arbeitsalltag zu reduzieren? Diese Fragen sollen in diesem eintägigen Schnupperseminar durch theoretische Erkenntnisse und praktische Übungen bearbeitet werden.

Internationale Studien belegen, dass MBSR= Mindfulness Based Stress Reducton (Stressbewältigung durch Achtsamkeit) eine heilende und gesundheitsfördernde Wirkung auf den Menschen hat. Erhalten Sie einen Einblick in Theorie und Praxis und erfahren Sie die Achtsamkeit als gesundheitsfördernde Methode für den Alltag. [Hier erhalten Sie weitere Informationen zur Veranstaltung und Anmeldung.](#)

Internetplattform hr_Integrate: Vernetzung von Personalprofis und Geflüchteten



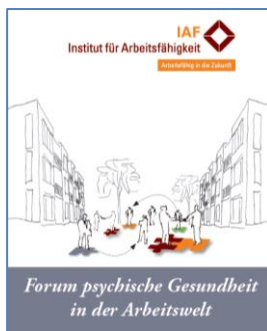
Mit Hilfe der Plattform hr_integrate können geflüchtete Menschen und Personal-Profis individuell miteinander in Kontakt treten, um dann gemeinsam daran zu arbeiten, den/die Neuangekommene/n zu unterstützen, einen Arbeitsplatz zu finden. Dies umfasst u.a. Klärung des Qualifikationsprofils, Identifikation von Zielunternehmen,

Ausarbeitung der Bewerbungsunterlagen bis hin zur Begleitung innerhalb der ersten Zeit im neuen Unternehmen - Eine Patenschaft im besten Sinne des Wortes.

hr_integrate ist eine Non-Profit-Initiative. Alle, die für hr_integrate arbeiten, tun dies ohne Vergütung, lediglich Sachkosten (z.B. Internet-Gebühren, Druckkosten für Prospekte/Flyer, Reisekosten) werden getragen. hr_integrate versteht sich als Chance und als Beitrag zu einem selbstbestimmten Zusammenleben in Würde und Zuversicht.

[Hier erfahren Sie mehr über die Initiative.](#)

Forum psychische Gesundheit



[Eine aktuelle Broschüre des Arbeitsprogramms Psyche der Gemeinsamen Deutschen Arbeitsschutzstrategie informiert:](#)

Die Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen setzt die entsprechende Qualifizierung der betrieblichen Akteure voraus –diese sollen mit den nötigen fachlichen, sozialen und methodischen Kompetenzen ausgestattet werden.

Wir unterstützen Sie dabei!

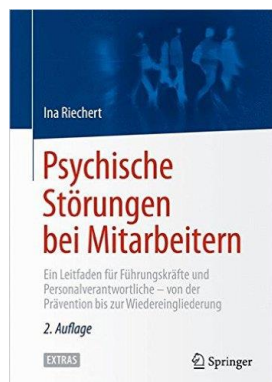
Im Rahmen des Forums psychische Gesundheit bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich Wissen anzueignen, Erfahrungen auszutauschen, Ideen einzubringen und sie mit anderen Expertinnen und Experten zu diskutieren.

Anhand eines konkreten Betriebes werden die einzelnen Schritte zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychische Belastung exemplarisch vorgestellt und reflektiert sowie Vorschläge zur Optimierung der eigenen Gefährdungsbeurteilung erarbeitet.

Nächste Termine: 02.-03.11.2016 in Rottweil und 01.-02.02.2017 in Esslingen in namhaften Unternehmen vor Ort.

Wenn Sie Interesse an dieser Seminarreihe haben, kontaktieren Sie uns unter gutentag@arbeitsfaehig.com oder rufen uns unter +49 (0)6131 6039840 an.

Literaturtipps zum Thema Umgang mit psychischen Störungen



Ina Riechert (2014):

Psychische Störungen bei Mitarbeitern: Ein Leitfaden für Führungskräfte und Personalverantwortliche.

2. Auflage, Springer Verlag

Psychische Störungen wie Ängste, Depressionen oder Abhängigkeiten sind heute einer der häufigsten Gründe für Fehltag und Berufsunfähigkeiten von Arbeitnehmern. Im Vergleich zu anderen Erkrankungen führen sie zu besonders langen Fehlzeiten. Umso dramatischer: Diese Erkrankungen werden viel zu spät entdeckt, werden chronisch und die Folgen für die Unternehmen extrem teuer. Dabei gibt es Anzeichen, die Führungskräfte, Kollegen und

Personaler erkennen können, und Möglichkeiten, gestaltend einzugreifen und damit Kosten zu senken.

Einen Betrag dazu leistet dieses Buch: Es liefert verständliches Grundwissen zu psychischen Störungen für Führungskräfte und Personalverantwortliche, hilft bei der Früherkennung von Fehlbelastungen und gibt handfeste Tipps zum Umgang mit gefährdeten Mitarbeitern, zur Prävention im Unternehmen.



Giesert, M., Liebrich, A. & Reuter, T. (2015):

[Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz umsetzen – ein kontroverses Thema der öffentlichen und fachpolitischen Diskussion.](#) In: iga (Hrsg.): iga.Report 29: Führungskräfte sensibilisieren und Gesundheit fördern - Ergebnisse aus dem Projekt "iga.Radar".

Ausgehend vom gestiegenen Arbeitsunfähigkeitsgeschehen im Bereich psychischer Erkrankungen zeigen Giesert, Liebrich und Reuter in ihrem Beitrag die Möglichkeiten auf, wie auf betrieblicher Ebene eine wirkungsvolle Prävention psychischer Erkrankungen betrieben werden kann. [\(zum Download der Publikation\)](#)



Giesert, M., Reuter, T. & Liebrich, A. (2015).

[Arbeitsfähigkeitscoaching - Unterstützung im betrieblichen Kontext.](#) Trauma - Zeitschrift für Psychotraumatologie und Ihre Anwendungen 13Jh. (2015) Heft 4. (S. 54-66). Kröning : Roland Asanger Verlag GmbH.

In dem Beitrag werden das Rahmenkonzept „Arbeitsfähigkeitscoaching“ und der besondere Umgang mit Beschäftigten in einer psychischen Krise bzw. mit einer psychischen Störung aufgezeigt.

[\(zum Download der Publikation\)](#)

Neues aus dem WAI Netzwerk



Das IAF Mainz und das WAI-Netzwerk sind gemeinsam mit Paritätischem Wohlfahrtsverband Thüringen Veranstalter der Fachtagung [„Psychische Gefährdungen und Beanspruchungen – Wie soziale Unternehmen die Gesundheit ihrer Mitarbeiter erhalten und sichern können.“](#)

Psychische Erkrankungen sind häufiger als wir denken, sind kein Zeichen von Schwäche, können Jeden treffen und: Sie können meist wirksam behandelt werden. Seelische und körperliche Beschwerden von Mitarbeitenden in Einrichtungen der Alten- und Behindertenhilfe, in ambulanten Diensten, in der Kinder- und Jugendarbeit haben oft und leider zunehmend ihren Ursprung in psychischen Belastungen und führen zu längeren krankheitsbedingten Ausfällen.

An dieser Stelle sind die Geschäftsführungen der Verbände und Einrichtungen gefragt. Seit 2013 ist die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen Arbeitgeberpflicht. In den Vereinen und Einrichtungen gibt es dazu aber noch eine Reihe von Unsicherheiten: Muss diese Analyse wirklich gemacht werden? Ist psychische Gesundheit nicht Sache eines jeden Arbeitnehmers? Wie erstelle ich eine solche Analyse? Welches sind richtige Instrumente, um daran zu arbeiten? Wie können die Instrumente eingesetzt werden? Diese und andere Fragen sind auch Fragen nach der Unternehmenskultur, dem Umgang mit derartigen Prozessen und der Frage nach der Reaktion auf psychische Erkrankungen bei Mitarbeitenden.

Hier können Sie das [Programm](#) und die [Anmeldung](#) herunterladen.

Die nächsten Termine

August 2016

29.08.2016 in Mainz

[Tagesveranstaltung Supervision BEM](#)

September 2016

12. - 13.09.2016 in Mainz

[Betriebliche Gesundheitspolitik - eine Aufgabe für Arbeitgeber und Betriebsräte](#)

14.09.2016 in Nürnberg

[Psychische Belastungen und Burnout - von der Prävention bis zum Wiedereinstieg](#)

15.09.2016 in Mainz

[Eintägiges Schnupperseminar: Achtsam Gesund Arbeiten – Gesund führen durch achtsames Handeln](#)

19. - 20.09.2016, Mainz (Come together am 19.09.2016)

[Tagesveranstaltung Prävention und Gesundheitsförderung](#)

26. - 27.09.2016, Mainz

[Fachrunde: Arbeitsrecht trifft Arbeitsmedizin, Arbeitspsychologie und Arbeitsgestaltung](#)

Oktober 2016

05.10.2016 in Mainz

[Mainzer Kamingespräche: Thema Männergesundheit](#)

05.10.2016 in Mainz

[Tagesveranstaltung Supervision BEM](#)

19.10.2016 Mainz

[Frauen sind anders belastet- Männer auch! Geschlechtergerechtes betriebliches Gesundheitsmanagement in Theorie und Praxis](#)

20.10.2016 in Berlin

[Tagesveranstaltung: Wir bauen das Haus der Arbeitsfähigkeit!](#)

26.10.2016 - 27.10.2016 in Berlin

[Tagesveranstaltung BEM richtig einführen und umsetzen](#)

November 2016

04.11.2016 in Mainz

[Tagesveranstaltung Supervision BEM](#)

09.11.2016 Prävention

[Mainzer Kamingespräche](#)

09.11.2016 - 11.11.2016 in Mainz

[Modul 2: Grundlagen und Basiswissen Arbeitsschutz](#)

15.11.2016 - 18.11.2016 in Mainz

[Qualifizierung zum Arbeitsfähigkeitscoach \(AFCoach\)](#)

21.11.2016 - 23.11.2016 in Mainz

[De-Mobbing - Erhalt und Förderung der psychischen Ressourcen im betrieblichen Alltag](#)

28.11.2016 - 29.11.2016 in Mainz

[Alter\(n\)sgerechte Arbeitsgestaltung - Arbeitsbewältigung fördern](#)

Haben Sie Fragen? Wollen Sie sich über unser Angebot näher informieren? Sie erreichen uns unter der Telefonnummer +49 (0)06131 6039840 oder E-Mail-Adresse: gutentag@arbeitsfaehig.com.

Sie finden uns im Internet unter www.arbeitsfaehig-in-die-zukunft.de und auf Facebook unter www.facebook.com/IAFInstitut.

IAF Institut für Arbeitsfähigkeit GmbH

- Giesert, Liebrich, Reuter -

Fischtorplatz 23

55116 Mainz

