



Inhaltsverzeichnis

1	Stress? Ursachen, Erklärungsmodelle und präventive Ansätze – das Weißbuch Prävention der Kaufmännischen.....	1
2	Grundlagen zu Stress	3
	Begriffsbestimmung	3
	Stressgeschehen	4
	Stressoren	5
	Folgen	7
	Ressourcen	8
	Literatur	9
3	Stress im internationalen Vergleich	13
	Stressbelastung verschiedener Bevölkerungsgruppen	13
	Stress im Erwerbsleben.....	22
	Fazit	26
	Literatur	27
4	Analyse der Routinedaten der Kaufmännischen	29
	Ausgangslage.....	29
	Methodik	30
	Stellenwert von psychischen Störungen	30
	Relevanz von psychischen Störungen in unterschiedlichen Versichertengruppen	39
	Störungen durch Alkohol.....	46
	Psychische Störungen und Pflegebedürftigkeit	55
	Fazit und Empfehlungen	61
	Literatur	62
5	Stresstheoretische Modelle	63
	Biologische Stressmodelle.....	63
	Soziologische Stressmodelle	67
	Psychologische Stressmodelle.....	69
	Ressourcenfokussierte Stressmodelle.....	71
	Arbeitsweltbezogene Stressmodelle.....	73
	Biopsychosoziale Sichtweise.....	74
	Zusammenfassung und Folgerungen für die Prävention	75
	Literatur	76
6	Stressbelastungen und ihre Prävention im Kindes- und Jugendalter	79
6.1	Lebensweltbezogene Risiken und Ressourcen	79
	Stress: Ursachen und Folgen.....	80
	Lebensbereich Familie	80
	Lebensbereich Schule.....	82
	Literatur	83
6.2	Belastungen in der Familie und Ansätze der Prävention	85
	Einleitung.....	85
	Entwicklungsförderliches Erziehungsverhalten im Spiegel aktueller Forschungsbefunde	86
	Ausgewählte Risikofaktoren im Familienkontext	89
	Präventionsansätze zur Stärkung von elterlichen Beziehungs- und Erziehungskompetenzen	92
	Zur Wirksamkeit der Präventionsansätze.....	95
	Literatur	96
6.3	Suchtprävention mit Kindern und Jugendlichen	99
	Ansätze der Suchtprävention.....	100
	Wirksamkeit suchtpräventiver Maßnahmen mit Kindern und Jugendlichen	100
	Lebenskompetenzförderung als Ansatz der Suchtprävention	101
	Suchtpräventive Lebenskompetenzprogramme in Deutschland.....	102
	Inhalte suchtpräventiver Lebenskompetenzprogramme	102
	Fazit	105
	Literatur	105
6.4	Stress dynamisch balancieren – personale und institutionelle Erfolgsvariablen für die Schule	107
	Problem- und Zielstellung.....	107
	Gesundheitsförderliche Umsetzung des Bildungs- und Erziehungsauftrages in der Schule	107
	Umsetzung in der Fridtjof-Nansen-Schule	108
	Fachliche und personale Kompetenzen als individuelle Widerstandsressourcen im Umgang mit Störfeldern im Schulalltag weiterentwickeln – Professionelles Selbstverständnis der Lehrkräfte fördern.....	115
	Literatur	117
6.5	Warum Prävention vermehrt bei gefährdeten Jugendlichen ansetzen sollte: das schweizerische Forschungsprojekt supra-f	118
	Universelle, selektive und indizierte Prävention	118
	Vorteile der selektiven und indizierten Prävention ..	118
	Das Interventionsforschungsprogramm supra-f.....	119
	Zusammenfassung und Diskussion.....	125
	Literatur	126
6.6	Lebensweltbezogene Prävention: Ansätze und Herausforderungen	126
	Herausforderungen für die Wissenschaft.....	129
	Herausforderungen für die Praxis.....	129
	Literatur	129

7 Stressbelastungen und ihre Prävention in der Arbeitswelt131

7.1 Arbeitsweltbezogene Risiken und Ressourcen 131

Stressoren 132

Folgen 134

Ressourcen 134

Literatur 135

7.2 Anforderungen in der Arbeitswelt und ihre Auswirkungen auf die Gesundheit 141

Aktuelle Entwicklungen in der Arbeitswelt 141

Stress in der Arbeitswelt 141

Literatur 146

7.3 Prävention von Stress am Arbeitsplatz: Ergebnisse einer systematischen Literaturrecherche 148

Ebenen von Stressmanagementinterventionen 148

Methodik 149

Studienschwerpunkte 149

Individuelle Stressinterventionen 150

Organisatorische Stressinterventionen und ihre Kombinationen mit individuellen Maßnahmen 156

Herausforderungen und Ansätze zur Prävention 159

Literatur 162

7.4 Psychische Belastungen am Arbeitsplatz erkennen und reduzieren 163

Interview 163

7.5 Ein neues Präventionsleitbild psychischer Belastungen am Arbeitsplatz 168

Zwei unterschiedliche Paradigmen 169

Sind Computer »Attraktoren« für ungesundes Arbeitsverhalten? 170

Ein neues Leitbild der Prävention 171

Literatur 173

7.6 Arbeitsweltbezogene Prävention: Ansätze für Wissenschaft und Praxis 174

Literatur 177

8 Prävention von Stress: Ansätze und Umsetzung in Deutschland179

Interview mit Experten der Wissenschaft und der Versorgungspraxis 179

9 Ausblick187

Glossar189