
Inhaltsverzeichnis

Vorwort	15
Einleitung	17
1 Psychische Belastung im Unternehmen	23
1.1 Begriffsklärungen	23
1.2 Moderne Arbeitswelt und ihre Auswirkungen auf die psychische Gesundheit	25
1.3 Stigmatisierung und Tabu	30
1.4 Psychische oder psychovegetative Beschwerden	31
1.4.1 Psychosomatische Beschwerden	32
1.4.2 Psychische Erkrankungen	33
1.4.3 Burnout	34
2 Produktsicherheit	41
2.1 Gesetzliche Anforderungen an die Produktsicherheit	41
2.2 Die Vorgehensweise im Qualitätsmanagement	43
2.2.1 Überwachung mithilfe von Kritischen Kontrollpunkten	45
2.2.2 Food Safety – Beispiel Lebensmittelsicherheit	47
2.2.3 Verantwortlichkeiten im Qualitätsmanagementsystem	51
3 Unternehmenskultur	53
3.1 Organisationskultur und Glaubenssätze	53
3.2 Betriebliche Gesundheitskultur als Fundament des BGM	57
4 Betriebliches Gesundheitsmanagement	59
4.1 Einführung eines wirksamen Gesundheitsmanagements	59
4.2 Normen und Regelwerke	68
4.3 Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung	74
4.4 Exkurs: Eigenkontrollkonzept in der Lebensmittelproduktion	80
5 System zur Förderung der psychischen Gesundheit und zur Steigerung der Produktsicherheit	83
5.1 Vorteile für Unternehmen	83
5.2 Bedarf an unternehmenseigener Manpower	86

Inhaltsverzeichnis

5.3	Wissenschaftlich fundierte Interventionen	88
5.3.1	Lösungsfokussierte Therapie	89
5.3.2	Metakognitive Therapie	90
5.3.3	Systemische Therapie	91
5.3.4	Achtsamkeitstherapie	92
5.3.5	Achtsame Berührungstherapie	93
5.3.6	Selbstwahrnehmung	94
5.3.7	Bewegungstherapie	95
5.3.8	Körperpsychotherapie	96
5.4	Corporate Health Culture – Entwicklung einer betrieblichen Gesundheitskultur	97
5.4.1	Gruppentherapie	99
5.4.2	Einzeltherapie	100
5.4.3	Internet- und mobil-basierte Interventionen (IMI)	100
5.5	Erfolgskontrolle	102
6	Einführung eines wirksamen BGM-Systems	107
6.1	Präventionsmaßnahmen im Unternehmen	107
6.2	Erweiterter PDCA-Zyklus	111
6.2.1	Erziehung	111
6.2.2	Kommunikation	113
6.2.3	Verstärkung	115
6.2.4	Mitwirkung	117
6.3	Hands-on – Wer unterstützt bei der Umsetzung?	120
6.3.1	Einführung eines BGM mithilfe von SCRUM	121
6.3.2	Mitwirkung der Betriebsmedizin	122
6.4	Steuerung des betrieblichen Gesundheitssystems	127
	Alle Tipps im Überblick	131
	Resümee	133
7	Anhang	135
7.1	TALVE™ – Bausteine zur Einführung eines BGM in Ihrem Unternehmen	136
7.1.1	Beschreibung des TALVE-Systems	136
7.1.2	Ablauf	137
7.1.3	Audit	139

7.2 COPSOQ-Fragebogen: Mitarbeiterbefragung zu psychosozialen Faktoren am Arbeitsplatz	140
7.3 Kurzleitfaden: Einführung eines BGM-Psyche in kleinen bis mittleren Unternehmen	150
7.4 Präventionsansätze für die Gesunderhaltung der Mitarbeiterinnen	160
7.5 Muster: Betriebsvereinbarung zur Durchführung einer Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen	161
7.6 Gesetze und Verordnungen in Auszügen	167
7.6.1 Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG)	167
7.6.2 Sozialgesetzbuch (SGB V)	168
7.6.3 Verordnung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge (ArbMedVV)	169
7.7 Glossar	177
Tabellenverzeichnis	179
Stichwortverzeichnis	181
Die Autorin	186