

# Inhaltsverzeichnis

## Teil I Einführung

<b>1 Einleitung .....</b>	<b>13</b>
1.1 Die spezifische Situation psychisch erkrankter Mitarbeiter .....	15
1.2 Aufbau der Arbeit .....	17

## Teil II Theoretische Grundlagen

<b>2 Gesundheitsmanagement in Unternehmen .....</b>	<b>21</b>
<b>3 Gesundheit und Arbeit .....</b>	<b>25</b>
<b>4 Psychische Belastungen während der Arbeit .....</b>	<b>35</b>
<b>5 Gruppenprogramme als Mittel zur Belastungsreduktion .....</b>	<b>43</b>
<b>6 Wirksamkeit und Wirkfaktoren von Gruppentherapie .....</b>	<b>45</b>
<b>7 Gruppentrainings zur Förderung der Gesundheitskompetenz in Unternehmen.....</b>	<b>51</b>
7.1 Verknüpfung klinischer und arbeitspsychologischer Perspektiven .....	53
7.2 Verhaltens-, Verhältnis- und kulturelle Prävention .....	55
7.3 Integration des Gruppentrainings in ein Modell zur Gestaltung gesunder und effektiver Arbeit .....	58
7.3.1 Beschreibung der Funktionen des Fünf x Fünf Wirkungsmodells im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements.....	61
7.3.2 Wirkungspfade betrieblicher Gesundheitsförderung .....	63
7.3.2.1 Wirkungspfad 1: Führungsverhalten → Arbeitsaufgaben und -bedingungen .....	63
7.3.2.2 Wirkungspfad 2: Arbeitsaufgaben/-bedingungen → Beanspruchung und Erleben .....	64
7.3.2.3 Wirkungspfad 3: Führungsverhalten → Beanspruchung und Erleben ..	68
7.3.2.4 Wirkungspfad 4: Beschäftigte (Personmerkmale) → Beanspruchung und Erleben .....	69
7.3.2.5 Wirkungspfad 5: Beanspruchung und Erleben → Gesundheit und Fehlzeiten .....	70
7.4 Kernelemente eines Gruppentrainings zur Gesundheitsförderung .....	71
7.4.1 Selbstwirksamkeitserwartung und Kontrollerleben.....	73

7.4.2	Ressourcen.....	76
7.4.3	Verhalten, Schemata und Grundüberzeugungen.....	78
7.4.4	Ziele .....	80
7.4.5	Ausgleich zum Arbeitsalltag .....	80

### **Teil III Interventionskonzept**

<b>8</b>	<b>GESUND – Gruppentraining zur Förderung individueller Gesundheitskompetenz und Arbeitsfähigkeit.....</b>	<b>85</b>
8.1	Struktur des Gruppentrainings .....	85
8.2	Anforderungen an die Gruppenleitung .....	88
8.3	Gruppentrainingsmodule.....	92
8.3.1	Ziele des Gruppentrainings .....	93
8.3.2	Ablauf des Gruppentrainings.....	95
8.3.3	Die Modulstruktur G <sup>3</sup> – Gruppendynamik, Gesundheitskompetenz, Ganzheitlichkeit.....	98
8.4	Inhalte des Gruppentrainings .....	101
8.4.1	Allgemeine Ausführungen im Verlauf der Sitzungen .....	102
8.4.2	Beschreibung der Gruppensitzungen.....	103
<b>9</b>	<b>Fragestellung und Interventionsziele.....</b>	<b>121</b>
<b>10</b>	<b>Methodik.....</b>	<b>123</b>
10.1	Untersuchungsfeld.....	123
10.1.1	Studiendesign .....	123
10.1.2	Übersicht des Projektablaufs .....	126
10.1.3	Stichprobenbeschreibung .....	132
10.2	Theoretische Einordnung der Evaluationsinstrumente.....	136
10.2.1	Überblick der Evaluationsinstrumente.....	137
10.2.2	Kurzbeschreibung und Integration der Fragebögen in die Modellelemente.....	138
10.3	Detaillierte Beschreibung der verwendeten Fragebögen .....	143
10.3.1	Arbeitsbedingungen – SynBA .....	143
10.3.2	Führungsstil – FFZ.....	145
10.3.3	Gesundheitskompetenz – GKF .....	146
10.3.4	Selbstregulation – Skala zur Selbstregulation.....	147
10.3.5	Ängstlichkeit – STAI-G.....	148
10.3.6	Beanspruchungserleben während der Arbeit – EEB .....	149

10.3.7 Irritation – Irritations-Skala .....	150
10.3.8 Depressivität – HADS-D .....	151
10.3.9 Gesundheitszustand und Arbeitsfähigkeit – BGZ und WAI .....	152
10.3.10 Evaluation des Gruppentrainings .....	153
10.4 Statistische Auswertung .....	154
10.4.1 Statistische Verfahren und Voraussetzungen .....	154
10.4.2 Berechnung der Effektstärken .....	155
10.4.3 Quantitative und qualitative Evaluation .....	159

## **Teil IV Ergebnisdarstellung**

<b>11 Ergebnisse .....</b>	<b>165</b>
11.1 Formative Evaluation des Gruppentrainings .....	166
11.2 Summative Evaluation .....	174
11.3 Analyse der Skalen .....	176
11.3.1 Analyse der Kontrollvariablen .....	177
11.3.2 Gesundheitskompetenz .....	179
11.3.3 Selbstregulation .....	187
11.3.4 Ängstlichkeit .....	190
11.3.5 Beanspruchungserleben während der Arbeit .....	193
11.3.6 Irritation .....	199
11.3.7 Depressivität .....	202
11.3.8 Gesundheitszustand und Arbeitsfähigkeit .....	206
11.4 Psychische Beanspruchung während der Arbeit .....	212

## **Teil V Zusammenfassung und Diskussion**

<b>12 Zusammenfassung und Diskussion .....</b>	<b>219</b>
12.1 Implementierung, Akzeptanz und Wirksamkeit des Gruppentrainings .....	220
12.2 Interpretation und Diskussion der Ergebnisse .....	226
12.3 Forschungs- und evaluationsmethodische Diskussion .....	241
12.4 Kritische Würdigung und Ausblick .....	244
12.5 Fazit .....	245
12.6 Zusammenfassung .....	249

**Teil VI    Verzeichnisse**

<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>253</b>
<b>Abbildungsverzeichnis .....</b>	<b>279</b>
<b>Tabellenverzeichnis.....</b>	<b>283</b>
<b>Formelverzeichnis .....</b>	<b>285</b>
<b>Abkürzungsverzeichnis .....</b>	<b>287</b>

Verbesserung der psychischen Gesundheit am  
Arbeitsplatz

Evaluation eines arbeitspsychologischen  
Gesundheitsförderungsprogramms

Latocha, K.

2015, X, 278 S. 73 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-07907-9