

Berufsverband  
Deutscher  
Psychologinnen  
und Psychologen

Kraftige  
Gesundheitslehre:

(Natur)heilkunde, Homöopathie

**Gesundheitsmanagement:**

Erhaltung und Ausbau der Ges

# Psychologische Unterstützung

Psychologen – Die Experten im betrieblichen Gesundheitsmanagement

## Was können Psychologen?

Psychologinnen und Psychologen beschäftigen sich mit dem Erleben und dem Verhalten von Menschen. Sie sind wissenschaftlich qualifiziert, setzen also fundierte Erkenntnisse und Verfahren ein. Die meisten Psychologen sind für Beratung und Moderation ausgebildet.

Es gibt mehrere Spezialisierungen innerhalb der Psychologie, längst nicht alle Psychologen betreiben Psychotherapie. So bringen Arbeits- und Gesundheitspsychologen ganz spezielle Kenntnisse mit, die im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements ganz wesentlich sind.

Immer wenn es um die Gestaltung der Arbeitsorganisation und ihrer -bedingungen geht, können Psychologen Ihnen helfen. Insbesondere wenn Sie sich um die psychische Belastung Ihrer Mitarbeiter kümmern möchten, sollten Sie den Rat psychologischer Experten einholen.



## Warum sollten Unternehmen psychologisches Wissen nutzen

Das Thema „Stress am Arbeitsplatz“ wird für Führungskräfte und Unternehmen immer wichtiger. Viele wünschen sich bei der verantwortungsvollen Bearbeitung dieses Themas fachliche Unterstützung. Leider wird dieses Bedürfnis von vielen selbst ernannten Experten ausgenutzt, die nicht über ein ausreichend breites oder vertieftes psychologisches Wissen verfügen. Bei Psychologinnen und Psychologen können Sie sich darauf verlassen, dass das benötigte Wissen vorhanden ist und Sie gut beraten werden.

Wenn Sie in Ihrem Betrieb nicht dauerhaft eine Psychologin oder einen Psychologen beschäftigen möchten, können Sie auf externe Hilfe zurückgreifen, die Sie bei freiberuflich tätigen Psychologen finden.

Es gibt viele Gründe, die dafür sprechen, psychologische Experten im Unternehmen einzusetzen:

- Ihr spezielles **Fachwissen**,
- ihre **Erfahrung** aus anderen Unternehmen,
- ihre **neutrale** Position ohne Einbindung in die Hierarchie oder Beziehungsgeflechte,
- die bessere **Akzeptanz** von externen Experten bei Ihren Beschäftigten,
- bei sensiblen Themen größere **Offenheit** der Mitarbeiter gegenüber Externen,
- sie verfügen häufig über ein **Netzwerk** anderer Experten,
- sie sind **kostengünstiger** als fest Angestellte.



## Wo können Unternehmen ansetzen, um die psychische Gesundheit der Belegschaft zu fördern?

Viele Unternehmen sehen inzwischen, wie wichtig es ist, sich um das psychische Wohlbefinden der Mitarbeiter zu kümmern. Es reicht allerdings nicht, nur Kurse zu Stressmanagement für die Belegschaft anzubieten. Effektiver wird die Prävention, wenn Sie auf verschiedenen Ebenen ansetzen:

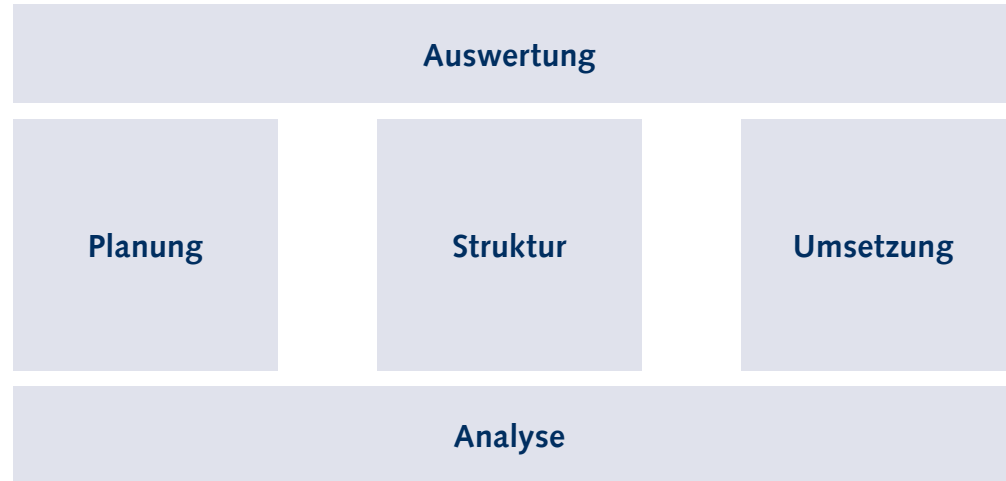


Neben Maßnahmen für einzelne **Mitarbeiter** sollten auch die **Führungskräfte** für die Stressbelastung Ihrer Mitarbeiter sensibilisiert werden. Schließlich sind Vorgesetzte einer der besten Stresspuffer für das **Team**! Auch Gruppen von Mitarbeitern, z. B. einer Abteilung, können lernen, sich gegenseitig zu unterstützen und sich gegenseitig möglichst wenig Stress zu bereiten. Und schließlich sollte auch das gesamte **Unternehmen** darauf hin überprüft und optimiert werden, ob sich Arbeitsabläufe und -prozesse stressfreier gestalten lassen.

**Auf allen vier Ebenen können Sie von psychologischem Wissen und Know-how profitieren!**

# Wie können Sie sich im betrieblichen Gesundheitsmanagement von Psychologinnen und Psychologen unterstützen lassen?

Ein betriebliches Gesundheitsmanagement sollte immer systematisch aufgebaut werden. Bei jedem einzelnen Modul können Psychologen Ihnen mit ihren Kenntnissen und Fähigkeiten zur Seite stehen.





Psychologen sind Experten im Durchführen von Befragungen und Moderieren von Gruppen. Darauf können Sie in der Analysephase der psychischen Belastung zurückgreifen.

Psychologen können Ihnen bei der Planung helfen, indem Sie aus den Analyseergebnissen passende Konzepte ableiten und entwickeln.

Psychologen können Sie über die zu Ihrem Unternehmen passende Struktur des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) beraten. Außerdem sollte eine Psychologin oder ein Psychologe im Steuerungskreis für das BGM mitwirken.

Psychologen können Ihnen bei der Umsetzung von Maßnahmen in Ihrem Betrieb helfen. Sie können z. B. Trainings und Seminare für Mitarbeiter und Führungskräfte anbieten oder belastete Mitarbeiter beraten.

Psychologen können Ihnen helfen, nach der Einführung von Maßnahmen die Erfolge Ihrer Bemühungen zu überprüfen. Dafür sollten Sie eine Auswertung vornehmen und diese mit den Ergebnissen der vorherigen Analyse vergleichen.

Möchten Sie mehr wissen?  
Wollen Sie in Ihrem Unternehmen aktiv  
werden für eine gesundheitsförderliche  
Führung?  
Sollen wir Ihnen Expertinnen und  
Experten vermitteln?

Dann wenden Sie sich bitte an  
unsere Bundesgeschäftsstelle:

BDP e.V.  
Bundesgeschäftsstelle  
Dipl.-Psych. Fredi Lang  
Am Köllnischen Park 2, 10179 Berlin

Telefon 030 - 209 166 - 600  
Telefax 030 - 209 166 - 680

E-Mail [info@bdp-verband.de](mailto:info@bdp-verband.de)





Der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP) vertritt die beruflichen und politischen Interessen der niedergelassenen, selbständigen, angestellten und beamteten Psychologen und Psychologinnen aus allen Tätigkeitsbereichen. Er wurde 1946 gegründet und ist Ansprechpartner und Informant für Politik, Medien und Öffentlichkeit.

In der mehrteiligen BDP-Kampagne „Gesunde Arbeit“ erscheinen monatlich speziell für Führungskräfte und Personalverantwortliche Broschüren mit Informationen und Tipps. Diese stehen im Internet zum Download und können auch abonniert werden.

► [www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit](http://www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit)

## Teil 8: Psychologische Unterstützung

### Psychologen – Die Experten im betrieblichen Gesundheitsmanagement

Broschüre verpasst? ► [www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit](http://www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit)

#### Herausgeber:

Berufsverband Deutscher  
Psychologinnen und  
Psychologen e. V. (BDP)

Verbandsvorstand und  
Bundesgeschäftsstelle  
Am Köllnischen Park 2  
10179 Berlin

Telefon 030 - 209 166 - 600  
Telefax 030 - 209 166 - 680  
E-Mail [info@bdp-verband.de](mailto:info@bdp-verband.de)  
Internet [www.bdp-verband.de](http://www.bdp-verband.de)

