

Arbeit – Burnout – Depression

Nach der psychischen Krise: Rückkehr an den Arbeitsplatz

Mittwoch 21. April 2010

Schloss Arbon

19:00 – 21:00

Prof. Dr. Dr. Eberhard Ulich

Ebene Betrieb –

wo steht und was bringt Gesundheitsmanagement?

Stress am Arbeitsplatz gilt als eine wesentliche Ursache für das Auftreten von depressiven Verstimmungen. Gründe dafür sind z.B. Mängel in der Arbeitsgestaltung, die auch vorzeitige Alterungsprozesse bewirken können, und führungsbezogene Risikofaktoren wie ein Mangel an Wertschätzung. Zur nachhaltigen Gesundheitsförderung gehört deshalb auch die systematische Berücksichtigung der Arbeitsbedingungen und Arbeitsstrukturen im Betrieb.

Dr. Hans Kernen

Ebene Person –

Ressourcenmanagement und Chancen von Coaching

Bei der Rückkehr an den Arbeitsplatz sind vielfältige Veränderungen nötig, um den Ursachen bzw. Auslösern von Burnout und Depression zu begegnen: neben Änderungen der Verhältnisse am Arbeitsplatz sind Änderungen der Einstellungen und des Verhaltens angesagt, die oft mit Hilfe eines Coachings leichter fallen. Dabei verhilft das Konzept des Ressourcen-Managements zu konkreten Ansatzpunkten.

Anschliessend lädt das Thurgauer Bündnis gegen Depression Sie zu einem Apéro ein.

Prof. Dr. phil. habil., Dr. rer. nat. h.c. Eberhard Ulich: 1972-1997 Direktor des Instituts für Arbeitspsychologie, ETH Zürich. Seit 1997 Seniorpartner des Instituts für Arbeitsforschung und Organisationsberatung. 2000–2007 wissenschaftlicher Leiter des Europäischen Unternehmensnetzwerkes ‚Enterprise for Health‘.

Hauptwerke: Ulich, E. Arbeitspsychologie (6. Aufl. 2005), Ulich, E. & Wülser, M. Gesundheitsmanagement in Unternehmen. Arbeitspsychologische Perspektiven (3. Aufl. 2009).

Dr. Hans Kernen: Dissertation zum Thema „Burnout-Prophylaxe im Management“. Selbstständiger Unternehmensberater, Kernen AG, Zürich. Schwerpunkt: Strategieumsetzung, Strukturanpassung und Kulturentwicklung. Persönliches und betriebliches Ressourcenmanagement inkl. Burnout-Interventionen. Betriebliches Gesundheitsmanagement. Coaching von Führungskräften.

Co-Autor des Buches: Kernen, H. & Meier, G. Achtung Burnout! Leistungsfähig und gesund durch Ressourcenmanagement“ (2008)