

5.2	Verfahren zur Messung von Belastungen, Beanspruchungen und Ressourcen	48
5.3	Die psy.Res <sup>®</sup> -Gesamtbilanz „Meine Arbeit & Gesundheit“	49
<b>6</b>	<b>Gesamtbilanz „Meine Arbeit &amp; Gesundheit“ – Teil 1: Beurteilung der psychischen Belastungen in der Arbeit</b>	57
<b>6.1</b>	<b>Einführung</b>	57
6.1.1	Zehn Belastungsfaktoren im Unternehmen: Das psy.Risk <sup>®</sup> -Modell als theoretisches Fundament	57
6.1.2	Zwei Wege zur Beurteilung der Arbeitsbelastungen	58
6.1.3	Sinn und Zweck der Beurteilung: Prävention	58
<b>6.2</b>	<b>Der psy.Risk<sup>®</sup>-10-Faktorentest in Anwendung</b>	59
6.2.1	Unternehmensleitung	59
6.2.2	Organisationskultur	65
6.2.3	Führungsverhalten	71
6.2.4	Teamklima	78
6.2.5	Identifikationsbedingungen	84
6.2.6	Betriebsorganisation	91
6.2.7	Arbeitsprozesse	97
6.2.8	Arbeitstätigkeit	104
6.2.9	Ausführungsbedingungen	113
6.2.10	Rahmenbedingungen	120
<b>7</b>	<b>Gesamtbilanz „Meine Arbeit &amp; Gesundheit“ – Teil 2: Beurteilung der Beanspruchungsfolgen für die Gesundheit</b>	127
<b>7.1</b>	<b>Einführung</b>	127
7.1.1	Der zweite Schritt: Beurteilung der psychischen Gesundheit	127
7.1.2	Bewertungsaspekte psychischer Gesundheit	127
7.1.3	Zwei Wege zur Beurteilung von psychischen Beanspruchungsfolgen	128
7.1.4	Anregungen für Prävention	128
<b>7.2</b>	<b>Der psy.Res<sup>®</sup>-Gesundheitstest in Anwendung</b>	129
7.2.1	Monotonie und Psychische Sättigung	129
7.2.2	Stress	135
7.2.3	Emotionale Erschöpfung/Burnout	140
7.2.4	Depression	145
7.2.5	Ängste	150
7.2.6	Mobbing	154
7.2.7	Arbeits- und Erfolgssucht	161
7.2.8	Sucht: Missbrauch von Substanzen – Alkohol	167
7.2.9	Motivation	175
7.2.10	Ressourcen in der Arbeit – Quellen für die Gesundheit	180
<b>8</b>	<b>Vorbeugen vor Fehlbelastungen – Prävention im Unternehmen</b>	187
<b>8.1</b>	<b>Ganzheitliches Betriebliches Gesundheitsmanagement</b>	187
<b>8.2</b>	<b>psy.Res<sup>®</sup>-Gesamtbilanz – geeignetes Instrument für Verhältnisprävention</b>	189
<b>9</b>	<b>Literatur</b>	195
<b>10</b>	<b>Stichwortverzeichnis</b>	199