



# Psychische Gesundheit in Unternehmen

BGM am Puls der Zeit – Tagung am Mittwoch, 3. April 2019



## Ulrike Seegers

Ressortdirektorin der  
AOK Bayern – Die Gesundheitskasse  
Ressort Personal, Bildung &  
Gesundheitsförderung

■ „Das Thema Psychische Gesundheit hat in der Wahrnehmung von Unternehmen in den letzten Jahren spürbar an Bedeutung zugenommen. Um psychischen Belastungen am Arbeitsplatz entgegenzuwirken, bietet die AOK Bayern verstärkt Angebote zu den Themen Stressbewältigung, Ressourcenstärkung und Gesundes Führen.“



## Prof. Dr. Dr. Andreas Hillert

Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie  
und psychotherapeutische Medizin  
Chefarzt Schön Klinik Roseneck

■ „Das Leben in der Postmoderne ist ein Balanceakt: Dem Druck nach ständiger Optimierung und Leistungssteigerung steht das Bedürfnis nach Autonomie und Achtsamkeit gegenüber. Um angesichts dessen gesund zu bleiben, müssen Unternehmen und Mitarbeiter neue Kompetenzen entwickeln und Verantwortung übernehmen.“

### „Ich habe beschlossen, glücklich zu sein, weil es besser für die Gesundheit ist.“ (Voltaire)

Arbeit ist eine wichtige Voraussetzung für unser psychisches Wohlbefinden. Sie strukturiert nicht nur unseren Tagesablauf, sondern bietet uns die Möglichkeit, etwas Sinnstiftendes zu tun, soziale Kontakte zu knüpfen, Wertschätzung zu erfahren, Erfolge zu erleben und Entwicklungspotenziale zu entfalten. Aktuell verändert sich unsere Arbeitswelt in einer rasanten Geschwindigkeit. Technik bestimmt zunehmend den Takt unseres Tuns, Prozesse verdichten sich, der Leistungsdruck steigt, Arbeitsplätze, Arbeitsinhalte und -beziehungen befinden sich in ständiger Veränderung.

Mitunter bleiben diese Entwicklungen nicht ohne Folgen für die psychische Gesundheit von Beschäftigten. Viele Unternehmen haben deshalb den Umgang mit psychischen Belastungen in den Mittelpunkt ihrer Bemühungen gestellt.

Wie können Betriebe diesen Herausforderungen begegnen? Lassen sich psychische Belastungen reduzieren und das Wohlbefinden der Belegschaft fördern? In Foren werden Beispiele vorgestellt, wie Unternehmen erfolgreich in die psychische Gesundheit ihrer Beschäftigten investieren. Wir laden Sie herzlich ein zum Dialog mit Experten und Teilnehmern – nutzen Sie diese Gelegenheit für Erfahrungsaustausch und Networking.

## ■ Programm

- ab 9:30 Uhr **Get-together mit Brainfood**
- 10:00 Uhr **Begrüßung und Einführung**  
Ulrike Seegers, Ressortdirektorin der AOK Bayern – Die Gesundheitskasse  
Ressort Personal, Bildung & Gesundheitsförderung
- 10:30 Uhr **Psychische Gesundheit in der postmodernen Arbeitswelt**  
Prof. Dr. Dr. Andreas Hillert, Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie und  
psychotherapeutische Medizin
- 11:30 Uhr **Psychische Gesundheit in Unternehmen - BGM am Puls der Zeit**  
Einführung in die Foren
- 11:45 Uhr **Netzwerken beim Mittagessen**
- 12:45 Uhr **Foren A-E**  
Moderierter Erfahrungsaustausch und Diskussion mit Experten in fünf parallel stattfindenden Foren A-E
- 14:00 Uhr **Erfrischungspause**
- 14:30 Uhr **Foren A-E – Wiederholung**
- 16:00 Uhr **Impuls to go**  
RigoL & tOrF (Emmeran Heringer & Stefan Pillokat) zeigen „Go Guru go ...“ – der indische Ansatz - denn Heilung tut Not!
- 16:30 Uhr **Ausklang der Tagung**



## ■ Foren – Psychische Gesundheit in Unternehmen – BGM am Puls der Zeit

- A** **Psychisch stark im Arbeitsleben. Forschungsbasierte Angebote, die Ihre Mitarbeiter beim Aufbau psychischer Ressourcen unterstützen**  
Bea Eder, Diplom-Psychologin, Marlene Lausecker und Alexandra Freundl, Payroll Specialists, AVERY ZWECKFORM GmbH
- B** **Psychische Gefährdungsbeurteilung – Was kommt nach der Bestandserhebung? Welche Anforderungen stellt der Arbeitsschutz?**  
Dr. Klaus Volk, Facharzt für Arbeitsmedizin, Gewerbeamt, Gewerbeaufsichtsamt München
- C** **Konflikt- und Führungskultur in Unternehmen lösungsorientiert gestalten**  
Ute Schmidmayer, Beraterin JobkonfliktFeuerwehr und  
Christine Christ, Diplom-Psychologin, Coach, Konsens e.V.
- D** **Umgang mit psychisch kranken Mitarbeitern – achtsam und verständnisvoll**  
Dr. med. Stefan Demel, Psychiater & Psychotherapeut, Privatpraxis und  
Michaela Posch, Leitung Personal & Marketing, EFG Gienger KG
- E** **Vertrauen schaffen im BEM durch gelingende Kommunikation**  
Michael Graus, Sozial-Pädagoge, CDMP, gfi gGmbH und  
Sabine Wieland, Stellv. Leitung Personal, J. Bauer GmbH & Co. KG

## ■ Tagungsort

**Haus der bayerischen Landwirtschaft Herrsching**  
Rieder Straße 70  
82211 Herrsching am Ammersee  
www.hdbl-herrsching.de

**Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln**  
S-Bahn S8 bis Herrsching, kostenloser Bustransfer zur  
Veranstaltung ab Bahnhof Herrsching um 9:00 Uhr  
alternativ:  
Öffentlicher Bus 957 bis Herrsching-Lochschwab

**Anreise mit dem PKW**  
A 96 München-Lindau: Abfahrt Oberpaffenhofen oder  
Inning  
Es stehen kostenfreie Parkplätze zur Verfügung.

## ■ Veranstalter

**AOK Bayern – Die Gesundheitskasse**  
**Zentrale – Gesundheitsförderung**  
Fachbereich Arbeitswelt  
81739 München

**Ansprechpartner:**  
Edgar Grofmeyer  
Telefon: 089 62730-831  
E-Mail: edgar.grofmeyer@by.aok.de

Anmeldung mit beiliegendem Formular bis  
15.03.2019 an: margot.lock@by.aok.de