



work.  
in tune  
with life.  
move europe

## Herzlich Willkommen!

Psychische Gesundheit? Das Thema betrifft jeden von uns. Jeder vierte Bürger kann damit rechnen, dass er mindestens einmal während seines Lebens unter psychischen Störungen leidet. Die Anfälligkeit durch psychosozialen Stress, Burn-Out und andere mentale Gesundheitsprobleme hat sich durch ständig wandelnde Arbeitsbedingungen erhöht. Der Arbeitsplatz stellt ein wichtiges Umfeld dar, um psychosoziale Belastungen zu verhindern und um mentales Wohlbefinden zu fördern.

Psychische Gesundheitsförderung? Strategien zur Förderung der Psychischen Gesundheit zielen darauf ab, die men Gesundheit (wieder) zu erhalten oder zu verbessern. Einzelne Maßnahmen reichen von der Prävention und Früherkennung die Aufrechterhaltung der Gesundheit bis hin zur Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess. Berufsbedingte Belastungen so reduziert oder ausgeschlossen und individuelle, soziale und Umgebungsbedingungen geschaffen werden, die für die psychi Gesundheit förderlich sind.

Unternehmenscheck Psychische Gesundheit? Führen Sie Ihren individuellen Check Psychische Gesundheit durch und beurte Sie selbst, ob Ihr Unternehmen / Ihre Organisation die Förderung Psychischer Gesundheit am Arbeitsplatz verbessern kann! Check umfaßt 65 Fragen, für die Sie nur 15 Minuten brauchen, um die Qualität der Maßnahmen und Angebote zur Förde der Psychischen Gesundheit in Ihrem Unternehmen / Ihrer Organisation zu beurteilen. Jede Frage erfordert eine JA oder N Antwort. Nachdem Sie den Unternehmenscheck Psychische Gesundheit ausgefüllt haben, erhalten Sie eine Rückmeldung pe Mail. Sie enthält eine Reihe praktischer Ratschläge und Ideen, um die Förderung Psychischer Gesundheit in Ih Unternehmen / Ihrer Organisation anzuregen oder zu verbessern.

Ihre angegebenen Daten werden vertraulich behandelt und ausschließlich für diese und ähnliche Kampagnen des Europäis Netzwerkes für Betriebliche Gesundheitsförderung verwendet.



work.  
in tune  
with life.  
move europe

## Angaben zum Unternehmen

Unternehmen /Organisation

Name (Ansprechpartner/in)

Funktion (Ansprechpartner/in)

Anschrift (Straße, Postfach, PLZ Ort)

E-Mail-Adresse (Ansprechpartner/in)

Telefonnummer (Ansprechpartner/in)

Anzahl der Beschäftigten

Sektor / Branche (NACE)



work.  
in tune  
with life.  
move europe

## 1. Unternehmenspolitik & Unternehmenskultur

**1.** Ist Gesundheit (Wohlbefinden am Arbeitsplatz, Förderung eines gesunden Lebensstils/Verhaltens, Arbeits- und Gesundheitsschutz usw.) Bestandteil Ihres Unternehmensleitbildes und/oder der schriftlich niedergelegten Unternehmensphilosophie?

JA  NEIN

**2.** Ist das Thema Gesundheit in Ihrer Organisation in ein Managementsystem integriert (Werden beispielsweise bei der Anschaffung neuer Anlagen, neuer Maschinen, Einrichtung neuer Arbeitsabläufe Gesundheits- und Sicherheitsaspekte berücksichtigt)?

JA  NEIN

**3.** Gibt es in Ihrer Organisation Vereinbarungen oder Konzepte zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement?

JA  NEIN

Wenn ja :

**4.** - sind diese schriftlich fixiert (z. B. in Form von Betriebs- bzw. Dienstvereinbarungen)?

JA  NEIN

**5.** - Gibt es eine systematische interne Kommunikation bzw. Öffentlichkeitsarbeit zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (z. B. Intranet, Besprechungen)?

JA  NEIN

**6.** - Ist Psychische Gesundheit Teil der allgemeinen Gesundheitspolitik?

JA  NEIN

**7.** Hat Ihre Organisation bestimmte Ziele zur Förderung der Psychischen Gesundheit definiert (z. B. weniger Fälle von Gewalt und Mobbing, weniger Krankheitstage, positives Gesundheitsbewusstsein)?

JA  NEIN

**8.** Existiert in Ihrer Organisation ein ganzheitliches Betriebliches Gesundheitsmanagement (d. h. nicht nur Reduzierung oder Beseitigung psychosozialer Risikofaktoren sondern auch zur Förderung der psychischen Gesundheit im allgemeinen)?

JA  NEIN

**9.** Haben die Beschäftigten Gelegenheit, sich an der Lösung gesundheitlicher (psychischer) Probleme am Arbeitsplatz aktiv zu beteiligen?

JA  NEIN

**10.** Existiert in Ihrer Organisation ein Berichtssystem für gesundheitsbezogene Maßnahmen, bei dem die oberste Leitung einbezogen ist?

JA  NEIN



work.  
in tune  
with life.  
move europe

## 2. Organisation und Strukturen

**11.** Gibt es für das Thema Psychische Gesundheit eine eigene Arbeitsgruppe?

- JA  NEIN

Wenn ja :

**12.** -Sind die Beschäftigten in dieser Arbeitsgruppe vertreten?

- JA  NEIN

**13.** - Gibt es eine Zusammenarbeit mit anderen BGF-Arbeitsgruppen (z. B. bzgl. Ernährung, Rauchen und körperliche Bewegung)?

- JA  NEIN

**14.** -Sind die Mitglieder der Arbeitsgruppe ausreichend qualifiziert, um sich mit der Förderung Psychischer Gesundheit zu befassen?

- JA  NEIN

Wenn nein :

**15.** Ist Psychische Gesundheit Teil des Programms anderer Arbeitsgruppen (z. B. Arbeitskreis Gesundheit, Sucht, Wiedereingliederung)?

- JA  NEIN

**16.** -Sind die Beschäftigten in dieser Arbeitsgruppe vertreten?

- JA  NEIN

**17.** Gibt es eine(n) Verantwortliche(n) zur Psychischen Gesundheit bzw. zum Stressmanagement, der/die die Maßnahmen plant und koordiniert?

- JA  NEIN

Wenn ja :

**18.** - Besitzt der/die Koordinator/in eine geeignete Qualifikation, um sich mit dem Thema Psychische Gesundheit bzw. Stress zu beschäftigen?

- JA  NEIN

**19.** Gibt es ausreichend finanzielle und/oder materielle Mittel zur Entwicklung von BGM-Maßnahmen und Angeboten zur Psychischen Gesundheit (z.B. Budget, Infrastruktur)?

- JA  NEIN



work.  
in tune  
with life.  
move europe

### 3. Umsetzung

**20.** Gibt es in Ihrer Organisation Maßnahmen und Angebote zum Umgang mit Psychischer Gesundheit oder Stress?

- JA       NEIN

Wenn ja :

**21.** - Sind die Beschäftigten in die Planung und Umsetzung eingebunden?

- JA       NEIN

**22.** - Basieren die Aktivitäten zur Psychischen Gesundheit auf einem bestehenden Leitfaden und/oder guter Praxis?

- JA       NEIN

Wenn nein :

**23.** Ist die Förderung Psychischer Gesundheit Teil eines Aktionsplans/Programms für die Betriebliche Gesundheitsförderung oder Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit?

- JA       NEIN



work.  
in tune  
with life.  
move europe

### 3.1 Planung

**24.** Führen Sie regelmäßig Analysen zur Psychischen Gesundheit bzw. zum Stress durch (als Teil einer allgemeinen Gefährdungsanalyse oder einer speziellen Bewertung der psychosozialen Aspekte/ Psychischen Gesundheit)?

JA  NEIN

Wenn ja, berücksichtigen diese Analysen ... :

**25.** - organisatorische Verhältnisse und soziale Faktoren (z. B. Betriebsklima, Konfliktmanagement, Kommunikation, Angebot der sozialen Unterstützung durch Kollegen und Vorgesetzte)?

JA  NEIN

**26.** - tätigkeitsbezogene Faktoren (z. B. fehlende klare Arbeitsplatzbeschreibung, Arbeitsgefährdungen, hohe Arbeitsbelastungen, Arbeitsinhalte, Arbeitstempo)

JA  NEIN

**27.** - individuelle Faktoren (z. B. Lebensstil, gesundheitsbewusstes Verhalten)

JA  NEIN

**28.** Gibt es ein System, mit dem Sie bei den Mitarbeitern frühzeitig Zeichen von Stress erkennen können (z. B. Screenings, medizinische Check-ups, Mitarbeiterbefragungen oder -gespräche)?

JA  NEIN

**29.** Analysieren Sie Ihre Fehlzeiten auch im Hinblick auf Psychische Gesundheit und Stress?

JA  NEIN



work.  
in tune  
with life.  
move europe

## 3.2 Prävention psychischer Belastungen

**30.** Werden Maßnahmen ergriffen, um das Arbeitspensum den Menschen anzupassen (z. B. Zeit- und Termindruck, Arbeitsmenge)?

JA  NEIN

**31.** Werden Maßnahmen ergriffen, um den Handlungsspielraum zu vergrößern (z. B. flexible Arbeitszeiten, flexible Pausenregelung, Partizipation an Entscheidungen)?

JA  NEIN

**32.** Unterstützt Ihre Organisation Maßnahmen zur Arbeitsgestaltung, die das Lernen und die persönliche Weiterentwicklung fördern?

JA  NEIN

**33.** Werden Maßnahmen ergriffen, um die Arbeit inhaltlich anzureichern (z. B. Arbeitsplatzrotation, Integration verschiedener Tätigkeiten, freie Arbeitseinteilung)?

JA  NEIN

**34.** Werden Maßnahmen ergriffen, um Arbeitsleistung und Belohnung in ein angemessenes Verhältnis zu bringen (z. B. Vergütung, Aufstiegsmöglichkeiten, persönliche Anerkennung)?

JA  NEIN

**35.** Gibt es in Ihrer Organisation Maßnahmen und Angebote für einen gesunden Lebensstil (z. B. Förderung von körperlicher Bewegung, Angebot eines Fitness-Raums)?

JA  NEIN

**36.** Existieren in Ihrem Unternehmen familienfreundliche Arbeits- und Organisationsstrukturen (z. B. Betriebskindergarten, Elternurlaub, Eldercare, Gleit- und Teilzeit)?

JA  NEIN

**37.** Werden Maßnahmen ergriffen zur Förderung einer vertrauensvollen Arbeitsatmosphäre (z. B. Führungskräfte sind ehrlich in ihren Aktionen gegenüber den Mitarbeitern, leicht zu erreichen, offen)?

JA  NEIN

**38.** Fördert Ihre Organisation die soziale Unterstützung zwischen den Mitarbeitern sowie zwischen Mitarbeitern und Vorgesetzten (z. B. Feedback, Supervision neuer Mitarbeiter, Angebot der Unterstützung während eines Wechsels)?

JA  NEIN

**39.** Werden Maßnahmen ergriffen, um Mobbing am Arbeitsplatz zu begegnen?

JA  NEIN

**40.** Werden in Ihrem Unternehmen Maßnahmen zur Beseitigung oder Reduzierung von Gefährdungen ergriffen (z.B. von chemischen, körperlichen oder Umgebungsgefahren)?

JA  NEIN

**41.** Sorgt Ihre Organisation für eindeutige Zuständigkeiten/Verantwortlichkeiten?

JA  NEIN

**42.** Sind den Mitarbeitern alle wichtigen Informationen zur Ausübung ihrer Tätigkeit zugänglich?

JA  NEIN

**43.** Haben die Beschäftigten die Möglichkeit an Entscheidungsgesprächen, Teamsitzungen teilzunehmen?

JA  NEIN



work.  
in tune  
with life.  
move europe

### 3.3 Umgang mit psychisch Kranken

**44.** Gibt es eine faire Einstellungspraxis für alle Bewerber einschließlich derjenigen mit psychischen Problemen oder Beschwerden?

JA  NEIN

**45.** Wird in Ihrer Organisation ein fürsorglicher Umgang mit psychisch kranken Mitarbeitern gepflegt (z. B. Kontaktpflege und Unterstützung während der Arbeitsunfähigkeit)?

JA  NEIN

**46.** Besteht ein vertrauensvoller Umgang mit Informationen über psychisch kranke Mitarbeiter?

JA  NEIN

**47.** Gibt es eigene Maßnahmen der Arbeitsgestaltung für Mitarbeiter mit psychischen Problemen?

JA  NEIN

**48.** Gibt es Möglichkeiten des Tätigkeitswechsels für Mitarbeiter mit psychischen Problemen?

JA  NEIN





work.  
in tune  
with life.  
move europe

### 3.4 Unterstützung von psychisch Kranken

**49.** Gibt es in Ihrer Organisation einen Ansprechpartner, an den sich die Beschäftigten mit psychischen Problemen wenden können?

- JA  NEIN

**50.** Bietet Ihre Organisation individuelle Beratung (intern oder extern) für Mitarbeiter mit psychischen Problemen an?

- JA  NEIN

**51.** Informiert Ihre Organisation die Belegschaft über Institutionen, die bei psychischen Problemen Hilfestellung bieten?

- JA  NEIN

**52.** Gibt es in Ihrer Organisation ein Unterstützungssystem für eine längerfristige Betreuung von Mitarbeitern mit psychischen Problemen?

- JA  NEIN

**53.** Gibt es in Ihrer Organisation ein Wiedereingliederungskonzept für psychisch kranke Mitarbeiter?

- JA  NEIN



work.  
in tune  
with life.  
move europe

### 3.5 Weiterbildung und Information

**54.** Werden Führungskräfte für eine gesundheitsgerechte Mitarbeiterführung qualifiziert?

- JA  NEIN

Wenn ja :

**55.** - die Bedeutung eines guten Führungsstils?

- JA  NEIN

**56.** - Risikofaktoren für Stress und Psychische Gesundheit?

- JA  NEIN

**57.** - Präventivmaßnahmen bei psychischen Problemen?

- JA  NEIN

**58.** - das frühzeitige Erkennen von Überlastungssignalen?

- JA  NEIN

**59.** - den Umgang mit Mitarbeitern mit psychischen Problemen?

- JA  NEIN

**60.** Werden Schulungen zur Förderung Psychischer Gesundheit auch für Mitarbeiter angeboten?

- JA  NEIN

**61.** Informiert Ihre Organisation alle Beschäftigten über die Aktivitäten zur Förderung der Psychischen Gesundheit?

- JA  NEIN



work.  
in tune  
with life.  
move europe

## 4. Evaluation

**62.** Werden die Maßnahmen und Angebote zur Psychischen Gesundheit und Stress regelmäßig evaluiert?

- JA  NEIN

Wenn ja :

**63.** - Legt Ihre Organisation für Maßnahmen der Psychischen Gesundheit bewertbare Ziele und Zielgruppen fest?

- JA  NEIN

**64.** - Werden die Gesundheitsförderungsprogramme für Psychische Gesundheit auf der Basis der Evaluationsergebnisse kontinuierlich angepasst bzw. verbessert?

- JA  NEIN

**65.** - Sind die Beschäftigten in die Evaluation eingebunden?

- JA  NEIN

**Vielen Dank für die Beantwortung des Fragebogens!**

Sie können den Unternehmenscheck Psychische Gesundheit ausdrucken und Sie können ihn uns auch per mail zuschicken, indem Sie unten den Button drücken.