

# **„Psychische Gesundheit im Vordergrund: Eine Aufgabe für den Einzelnen, für die Familie, den Betrieb und die Gesellschaft“**



**Prim. Dr. med. Manfred Stelzig**

Leiter des Sonderauftrags für Psychosomatische Medizin der Universitätsklinik in Salzburg. FA für Psychiatrie, psychotherapeutische Medizin und Neurologie, Psychotherapeut und Lehrtherapeut für Psychoanalyse und Psychodrama, Lehrtherapeut der Ärztekammer, Lehrbeauftragter an der Paracelsus Universität Salzburg, Donau Universität Krems und Universität Innsbruck.

## **„Psychische Gesundheit im Vordergrund“: Eine Aufgabe für den Einzelnen, für die Familie, für den Betrieb und die Gesellschaft.**

Die Summe an Belastungen auch im psychischen Bereich nimmt zu. Dies hat mit der Zunahme der Anforderungen und dem Wunsch nach dem Erreichen immer höherer Ziele zu tun. Dies betrifft nicht nur den Arbeitsplatz, sondern auch den privaten Bereich. Die Arbeit wird verdichtet, die organisatorischen Abläufe perfektioniert, die Arbeitsbelastung erhöht, die Geschwindigkeit beschleunigt.

Die Beachtung der psychischen Gesundheit ist in allen Bereichen das nächste Ziel. Dazu ist es notwendig zu erkennen, was psychische Gesundheit ist, durch welche Faktoren eine Gefährdung entsteht und woraus Schutzfaktoren für die Psyche bestehen.

Aufgezeigt soll werden, was der Einzelne beitragen kann die Belastungen am Arbeitsplatz auszugleichen, aber auch wie ein Betrieb strukturiert werden soll, um fürsorglich mit den Mitarbeiter/innen umzugehen. So gut die Betriebe in den letzten Jahren waren die Produktivität zu steigern, so wichtig ist als nächster Schritt die psychische Belastbarkeit verstärkt zu beachten, um wieder Arbeits- und Lebensfreude und nicht nur perfektes Funktionieren zu ermöglichen.