

Titel	Psychisch gesunde Mitarbeitende in drei Stunden?
Zentrale Botschaft	Führungskräfte und Mitarbeitende profitieren von einem dreistündigen Führungskräftetraining mit dem thematischen Schwerpunkt „Psychische Gesundheit“.
Schlüsselworte	Psychische Gesundheit; Führungskräftetraining; Ressourcen
Praxisbezug/ Anwendungskontext	In der heutigen Zeit ist der Umgang mit psychischen Erkrankungen eine der zentralen Herausforderungen für Arbeitgeber. Psychische Erkrankungen können neben den individuellen Auswirkungen für die Mitarbeitenden auch auf Organisationsebene zu hohen Kosten (z.B. Produktivitätseinbußen) führen. Ressourcen (z.B. Beratungsangebote), welche Organisationen zur Förderung der psychischen Gesundheit ihrer Mitarbeitenden bereitstellen, werden häufig dennoch nicht genutzt. Der vorliegende Befund ist daher relevant für Führungskräfte, Trainer sowie Verantwortliche des Personal- und Gesundheitsmanagements in allen Branchen.
Wissenschaftliche Einordnung	Die vorliegende Studie lässt sich in den Bereich der Trainingsforschung zur Gesundheitsförderung in Unternehmen einordnen. Im Speziellen werden die Auswirkungen eines Führungskräftetrainings mit dem Schwerpunkt psychische Gesundheit untersucht.
Wissenschaftlicher Befund	Dimoff und Kelloway (2019) zeigen, dass Führungskräfte nach einem dreistündigen Training zum Thema psychische Gesundheit gemäß ihrer Selbsteinschätzung (1.) mehr über psychische Gesundheit und ihre vorhandenen organisationsinternen Ressourcen zur Förderung dieser kommunizieren, (2.) mehr dafür tun, die Nutzung dieser Ressourcen durch ihre Mitarbeitenden zu fördern und (3.) mehr Warnsignale psychischer Erkrankungen erkennen. Es zeigen sich keine Unterschiede in der Selbsteinschätzung der Führungskräfte bzgl. der Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen. In einer Befragung der dazugehörigen Mitarbeitenden berichten diese ebenfalls von einer bedeutsamen Zunahme der oben genannten Verhaltensweisen bei ihrer Führungskraft. Weiterhin geben die Mitarbeitenden einen Anstieg ihrer eigenen Bereitschaft zur Ressourcennutzung sowie ihrer tatsächlichen Ressourcennutzung an. In der Vergleichsgruppe, welche das Training erst im Anschluss an die letzte Befragung erhalten hat, wurde im Befragungszeitraum kein Anstieg der beschriebenen Verhaltensweisen festgestellt.
Methoden / Datenbasis	Die Teilnahme am Training war für alle Führungskräfte der Unternehmen verpflichtend, wohingegen die Teilnahme an der Studie freiwillig war. Insgesamt nahmen 37 Führungskräfte und 82 ihrer Mitarbeitenden an der Studie teil und wurden zufällig einer Gruppe, die direkt zu Beginn am Training teilnahm (Trainingsgruppe) oder einer Gruppe, die im Anschluss an den letzten Fragebogen an dem Training teilnahm (Vergleichsgruppe), zugewiesen. Das dreistündige Training zur psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz wurde in zwei Unternehmen standardisiert unter Hinzunahme verschiedener Methoden (z.B. Fallbeispiele) durchgeführt.
Qualität der Aussage (Belastbarkeit, Evidenz)	Da es sich um eine dreimonatige Längsschnittstudie mit zufälliger Zuweisung zur Trainingsgruppe oder Wartekontrollgruppe handelt, kann der vorliegende Befund als methodisch belastbar eingestuft werden. Dennoch muss angemerkt werden, dass sich die Stichprobe aus Führungskräften zusammensetzt, die sich freiwillig zur Teilnahme an der Studie entschieden haben. Demnach kann das Ergebnis der Studie evtl. nur auf Führungskräfte übertragen werden, die ohnehin ein erhöhtes Interesse daran haben, die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeitenden zu fördern. Weiterhin wäre ein längerer Untersuchungszeitraum (>3 Monate) wünschenswert, um auch langfristige Effekte des Trainings erfassen zu können.
Konklusion	Aus den Befunden kann abgeleitet werden, dass kurze Führungskräftetrainings Programme zur Förderung der psychischen Gesundheit von Mitarbeitenden bereichern können, da sie sowohl das Verhalten der Führungskräfte, als auch die Ressourcennutzung der Mitarbeitenden positiv beeinflussen. Demnach sollten Führungskräfte durch gezielte Weiterbildung in Programme zur psychischen Gesundheit im Unternehmen mit eingebunden werden.
Literatur/Quelle	Dimoff, J. K., & Kelloway, E. K. (2019). With a little help from my boss: The impact of workplace mental health training on leader behaviors and employee resource utilization. <i>Journal of Occupational Health Psychology, 24</i> (1), 4-19.
Autoren	Selina Michel Masterstudiengang Psychologie der Universität Trier Projektorientierte Vertiefung und Anwendung „Führung und Zusammenarbeit: Gesundheitsförderliche Führung“ (Prof. Dr. Conny Antoni)
Datum	17.07.2019
Veröffentlichung	Michel, S. (2019). Psychisch gesunde Mitarbeitende in drei Stunden?. In C. Antoni (Hrsg.) <i>Forschungspakete aus dem Seminarraum. Studienprojekte Arbeits- & Organisationspsychologie an der Universität Trier</i> , Band 1, 2020. Download: https://www.uni-trier.de/index.php?id=64878