

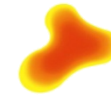


Übergänge gemeinsam meistern Peer culture fördern und Stress vorbeugen mit einer App.

Ein innovativer Ansatz in der Betrieblichen
Gesundheitsförderung bei Jugendlichen.

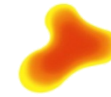
21. August 2014

Dr. Fabienne Amstad, Gesundheitsförderung Schweiz
Prof. Dr. Agnes von Wyl, zhaw
Laura Bohleber Msc, zhaw



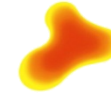
Entwicklungsaufgaben im Jugendalter

- Aufnahme und Aufbau intimer Beziehungen
- Entwicklung einer Identität
- Aufbau einer Zukunftsperspektive
- Entwicklung der eigenen Persönlichkeit: insbesondere Selbstständigkeit, Selbstsicherheit, Selbstkontrolle
- Aufbau sozialer Kompetenzen (z.B. Konfliktlösekompetenz)
- Kritische Haltung gegenüber Gesellschaft (z.B. Umwelt)
- Verständnis für komplexe Zusammenhänge in Politik und Wirtschaft



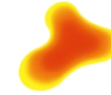
Entwicklungsaufgaben im Zusammenhang mit dem **Beruf**

- Aufnahme und Aufbau intimer Beziehungen
- Entwicklung einer **Identität**
- Aufbau einer **Zukunftsperspektive**
- Entwicklung der eigenen **Persönlichkeit**: insbesondere **Selbstständigkeit, Selbstsicherheit, Selbstkontrolle**
- Aufbau **sozialer Kompetenzen**
(z.B. Konfliktlösekompetenz)
- Kritische Haltung gegenüber **Gesellschaft** (z.B. Umwelt)
- Verständnis für komplexe Zusammenhänge in Politik und **Wirtschaft**



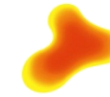
Psychische Krankheit/Gesundheit in der Schweiz I

- **20-30%** der Bevölkerung erlebt mind. eine diagnostizierbare psychische Störung pro Jahr; **40-50%** einmal im Leben
(Vorstudie „Psychische und Verhaltensstörung am Arbeitsplatz“, Gesundheitsförderung Schweiz, noch unveröffentlicht)
- **41%** der Berufstätigen in der Schweiz erleben ihren Beruf als **psychisch und nervlich belastend** *(Schweizerische Gesundheitsbefragung 2005)*
- **Über 34%** geben an, dass sie sich häufig oder sehr häufig von der Arbeit gestresst fühlen *(Seco-Studie 2010)*
- Psychische Störungen kosten schätzungsweise **11. Mia** pro Jahr in der Schweiz. *(Gesundheitsobservatorium 2012)*



Psychische Krankheit/Gesundheit in der Schweiz II

- Die **Kosten für Stress** hat das SECO im Jahr 2002 auf **4.2 Mia** pro Jahr geschätzt (medizinische Kosten, Selbstmedikation und Arbeitsausfall)
(Die Kosten des Stresses in der Schweiz, SECO 2002)
- Heute dürften die Kosten noch höher liegen: Die **Kosten der AU-Tage wegen Psych. Störungen** waren 2008 ca. **5.3 Mia. CHF**; hinzu kommt
- **40.2% der Ausgaben der IV** entfallen auf psychische Erkrankungen, das sind **ca. 4 Mia. CHF** (2009; 2004 waren es noch 35.7%)
- Und hier ist der **Präsentismus** noch nicht eingerechnet!



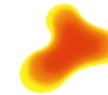
Beginn Psychischer Störungen

	Prävalenz %			Beginn der Störung	
	18-29	30-44	45-59	Median	Verteilung (25-75 Perzentil)
Angststörungen	30	35	31	11	6-21
Affektive Störungen	21	25	23	30	18-43
Störungen der Impuls- Kontrolle	27	23	-	11	7-15
Substanz Missbrauch	17	18	15	20	18-27
Psychische Störung	22	23	16	14	7-24

Quelle: Baer, (2012). Netzwerktagung Psychische Gesundheit, Bern

Prevalence and age of onset of mental disorders, United States, 2001-03

Source: Based on Kessler *et al.* (2005), "Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication".



Was meinen wir mit Psychischer Gesundheit ?

Lernende

- können Ziele setzen und «dran» bleiben.
- können Ziele ggf. anpassen.
- können psychische und körperliche Prozesse abstimmen.

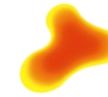
Lernende

- sind zufrieden, bewerten das eigene Berufsleben positiv.
- fühlen sich körperlich/psychisch gut und aktiv.

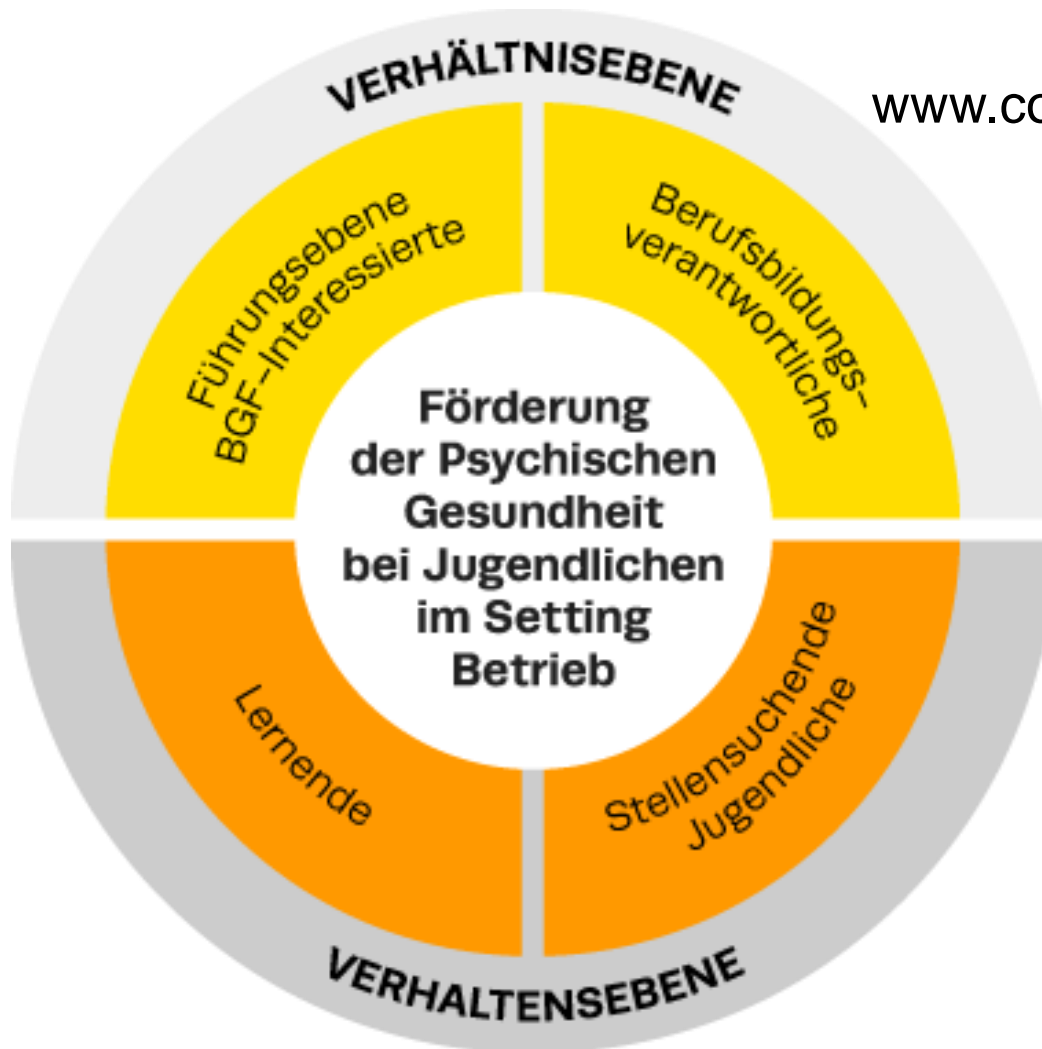


Lernende

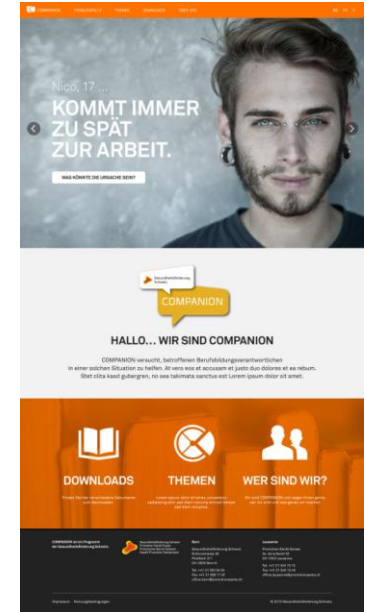
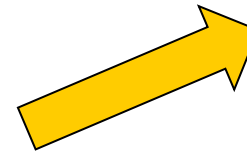
- verstehen die Arbeitswelt um sich herum.
- haben die Mittel um mit den Anforderungen der Arbeitswelt umzugehen.
- erleben die Arbeitswelt als sinnvoll.



Das Gesamtprojekt Companion



www.companion-web.ch



Pilotbetrieb mit mind. 50 Lernenden gesucht

