

A1 – Workshop

Public Mental Health: Wie trägt Psychologie zur psychischen Gesundheit der Bevölkerung bei?

Alfred Künzler, Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz

Co-authors: Sabine Schläppi, Cornelia Marty, Carl-Walter Kohlmann, Urte Scholz, Margot Vanis

Im europäischen Vergleich liegt die Schweiz bei der Prävention auf den hinteren Rängen. Auch die Beachtung der psychosozialen Ebene von Gesundheit ist entwicklungsfähig. Das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz vernetzt die Akteure im Bereich Förderung der psychischen Gesundheit und Prävention psychischer Erkrankungen. Dieses Symposium vereint wesentliche Akteure der psychologischen Gesundheitsförderung und Prävention. Aus spezifischen Blickwinkeln beleuchten sie die Frage, welchen Beitrag die Psychologie zu Public Mental Health leistet bzw. leisten könnte. Co-Chairs: Föderation der Schweizer Psychologinnen und Competence Center for Mental Health, Uni Zürich.

Beitrag «Alltagsaktivitäten zur Aufrechterhaltung des psychischen Wohlbefindens» von Carl-Walter Kohlmann & Hanna Hofmann (Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd): Für die psychische Gesundheit sind Alltagsaktivitäten relevant. Dazu zählen u.a. Sport treiben, täglich aus dem Haus gehen oder etwas mit Freunden unternehmen. Auch die Schweizer Kampagne "10 Schritte für psychische Gesundheit" propagiert Ähnliches. Wie wirken diese Aktivitäten auf die psychische Gesundheit? Welche Vorstellungen haben Laien? Lassen sich die Verhaltensweisen gruppieren, um Interventionen zu planen und zu evaluieren?

Beitrag «Soziale Beziehungen und psychische Gesundheit» von Urte Scholz, Corina Berli & Janina Lüscher (Angewandte Sozial- und Gesundheitspsychologie, Universität Zürich): Die soziale Integration gilt als ein Schutzfaktor für die psychische und auch körperliche Gesundheit. Die Sozial- und Gesundheitspsychologie untersucht, was genau an sozialen Beziehungen förderlich oder manchmal hinderlich für die Gesundheit ist. In diesem Beitrag beleuchten wir verschiedene soziale Austauschprozesse, die im Rahmen sozialer Beziehungen stattfinden, und deren Zusammenhänge mit psychischer und physischer Gesundheit.

Beitrag «Prävention psychosozialer Risiken am Arbeitsplatz» von Margot Vanis (Staatssekretariat für Wirtschaft SECO): Arbeit ist ein wichtiger Faktor der Gesundheit. Merkmale der Arbeitssituation können die Gesundheit fördern oder beeinträchtigen. Erkenntnisse aus der Arbeits- und Organisationspsychologie können zu einer gesundheitsgerechten Gestaltung der Arbeit genutzt werden. Das SECO hat 2014–2018 die Betriebe für die Prävention von Gesundheitsbeeinträchtigungen durch psychische Fehlbelastungen sensibilisiert und Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt. Das Publikationsangebot des seco wird detailliert vorgestellt.