

Angebot im Rahmen von BGF/ Psychische Gesundheitsförderung

Zuschuss für multimodales Stressmanagement

Psychisch gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind ein wichtiger Erfolgsfaktor jedes Betriebes: Sie sind leistungsfähiger, motivierter, kreativer, effizienter und machen weniger Fehler.

Wirksame psychische Gesundheitsförderung im Betrieb setzt auf mehreren Ebenen an: Die wissenschaftliche Evidenz belegt klar, dass die nachhaltigsten Effekte auf die psychische Gesundheit von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern dann erzielt werden, wenn in der Umsetzungsphase verhaltens- und verhältnisbezogene Maßnahmen kombiniert werden (vgl. etwa IGA Report).

Es gibt dabei nicht die eine Maßnahme zur psychischen Gesundheit oder ein standardisiertes Maßnahmenpaket, das für jeden Betrieb passt. Wirkungsvolle psychische Gesundheitsförderung im Betrieb beinhaltet immer ein Bündel von partizipativ erarbeiteten Maßnahmen, das auf jeden Betrieb individuell zugeschnitten werden muss.

Ein multimodaler Stressmanagement-Kurs kann dabei ein wichtiger Faktor sein: Er setzt auf der individuellen Ebene an, sollte aber immer mit verhältnisorientierten Maßnahmen kombiniert werden.

Aus diesem Grund werden multimodale Stressmanagement-Kurse von der SGKK nur dann bezuschusst, wenn eine ganzheitliche und qualitätsgesicherte Betriebliche Gesundheitsförderung umgesetzt wird (Voraussetzung: BGF-Charta und/oder Gütesiegelbetrieb) und sich der Betrieb bereits in der Phase der Maßnahmenumsetzung befindet (nach Abschluss der Gesundheitszirkel).

Höhe des Zuschusses der SGKK an den Betrieb:

€ 100,– (einmalig) pro teilnehmender/teilnehmenden SGKK-Versicherten, sofern die nachstehenden Voraussetzungen erfüllt sind und alle erforderlichen Unterlagen an die SGKK retourniert wurden.

Voraussetzungen:

- **Inhalte des multimodalem Stressmanagement-Kurses:**
Psychoedukation, kognitiv-behaviorale Verfahren, Entspannungsmethoden. Diese Verfahren/ Methoden können noch mit weiteren wissenschaftlich fundierten Verfahren/ Methoden kombiniert werden (Bspw.: Achtsamkeitstraining, soziale Kompetenztrainings)
- **Anforderungen an die KursleiterInnen:**
 - Klinische- und GesundheitspsychologInnen oder
 - PsychotherapeutInnen oder
 - ÄrztInnen mit PsyIII-Diplom

mit einer facheinschlägigen Fort- und/oder Weiterbildung in multimodalem Stressmanagement im Ausmaß von mind. 40 Stunden (von dieser Weiterbildungsregelung ausgenommen sind ArbeitspsychologInnen, die nach den Kriterien des Berufsverbandes Österreichischer PsychologInnen (BÖP) und/oder der Gesellschaft für Kritische Psychologie (GKPP) zertifiziert sind)
- **Kursdauer:** 10 zweistündige Termine (mind. 100 Minuten)
- **Gruppengröße:** 6 bis 12 TeilnehmerInnen
- **Anwesenheitspflicht:** 80% (Anwesenheitsliste der TeilnehmerInnen)
- **Evaluierung:** Retournierung der SGKK - Evaluierungsbögen
- **Follow-Up:** Der Betrieb erklärt sich bereit, ein 2 stündiges Follow-Up im Zeitraum von 6 bis 12 Monate nach Kursende mit derselben Kursleiterin/ demselben Kursleiter anzubieten.

Die Abklärung von Qualifikationen und die Leistungen der AnbieterInnen hinsichtlich der Qualitätssicherung haben im Vorfeld mit der SGKK zu erfolgen.

Kontakt:

Salzburger Gebietskrankenkasse
Abteilung Gesundheit

Engelbert-Weiß-Weg 10
5020 Salzburg

Mag. Elisabeth Wallner
Tel: 0662 8889-1034
E-Mail: elisabeth.wallner@sgkk.at