KMU-GO: Evaluation einer Stress-Management-Intervention für Führungskräfte in kleinen und mittleren Unternehmen - Teilprojekt Düsseldorf: Mitarbeiterbefragungen und Interventionseffekte bei Mitarbeitenden (Stand 07/2020)

Die zur individuellen Stressreduktion im Kontext eines Großbetriebes bereits erfolgreich eingesetzte und als langfristig wirksam evaluierte Intervention MAN-GO soll im vorliegenden Projekt für eine erweiterte Zielgruppe und einen anderen Kontext adaptiert und repliziert werden. Das Ziel des Projektes ist somit die Anpassung sowie Prüfung einer komplexen Stressbewältigungsintervention für männliche Führungskräfte der Metallindustrie auf alle Geschlechter und alle Hierarchiestufen in Unternehmen mit 1-249 Beschäftigten (KMU) aller Branchen.
Die Prüfung der Wirksamkeit erfolgt mittels bizentrisch randomisiert-kontrollierter Studie mit Wartekontrollgruppe. Die Intervention zielt auf eine verbesserte Wahrnehmung und ein verbessertes Verständnis der eigenen Stressbelastungen, sowie auf die Entwicklung von Fähigkeiten, die eigenen Arbeitsbedingungen bestmöglich zu gestalten, ab. Schließlich soll durch die Intervention auch indirekt die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der teilnehmenden Führungskräfte verbessert werden.
Die geplante Intervention ist ein 1,5 Tage umfassendes Training zum Umgang mit Stress am Arbeitsplatz. Drei bis sechs Monate nach der Intervention finden zwei 180-minütige Auffrischungskurse statt. Die Intervention enthält sowohl psychodynamische, konfliktorientierte und emotionsfokussierte Prinzipien als auch Techniken aus der kognitiven Verhaltenstherapie und orientiert sich theoretisch am Gratifikationskrisen-Modell.

Förderer	BMBF; Förderkennzeichen 01EL2003C
Laufzeit	01.07.2020 – 31.12.2023
Mitarbeiter	Peter Angerer (PI), Mathias Diebig, Susan Gritzka
Kooperationen	Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie (Universitätsklinikum Ulm), Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie II (Universität Ulm), Medizinische Klinik, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie (Universitätsklinikum Tübingen), AOK Baden-Württemberg, IHK Ulm, IHK Reutlingen – Tübingen – Zollernalb, Offensive Mittelstand.