

Literatur

Im Text zitierte Literatur

- Badura B (2009) Wege aus der Krise. In: Badura B, Schröder H, Klose J, Macco K (Hrsg) Fehlzeiten-Report 2009. Arbeit und Psyche: Belastungen reduzieren – Wohlbefinden fördern. Springer, Berlin, Heidelberg, S 4–12
- Bechmann S, Jäckle R, Lück P, Herdegen R (2011) Motive und Hemmnisse für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM). Umfrage und Empfehlungen (iga-Report 20). Als Download im Internet unter: www.iga-info.de/veroeffentlichungen/igareporte/igareport-20 (Zugriff 5.12.2016)
- Bohus M, Lyssenko L, Werner M, Berger M (2016) Lebe Balance: Das Programm für innere Stärke und Achtsamkeit, 2. Aufl. Thieme, Stuttgart
- Bonelli RM (2014) Perfektionismus: Wenn das Soll zum Muss wird. Pattloch, München

- Burisch M (2013) Das Burnout-Syndrom: Theorie der inneren Erschöpfung – Zahlreiche Fallbeispiele – Hilfen zur Selbsthilfe. Springer, Heidelberg, Berlin
- Burmeister L, Steinhilper L (2011) Gescheiter Scheitern: Eine Anleitung für Führungskräfte und Berater. Carl Auer, Heidelberg
- Deutscher Gewerkschaftsbund (DGB) (2013) DGB-Index „Gute Arbeit“. Report 2013: Wachsender Psycho-Stress, weniger Prävention – wie halten die Betriebe es mit dem Arbeitsschutzgesetz? DGB, Berlin
- Franke F, Felfe J (2011) Diagnose gesundheitsförderlicher Führung – Das Instrument „Health-oriented Leadership“. In: Badura B, Schröder H, Klose J, Macco K (Hrsg) Fehlzeiten-Report 2011. Führung und Gesundheit. Springer, Berlin, Heidelberg, S 3–13
- Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie (GDA) (2016) Empfehlungen zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung, 2. Aufl. Bundesministerium für Arbeit und Soziales, Berlin
- Grawe K (2004) Neuropsychotherapie. Hogrefe, Göttingen
- Greif S (Hrsg) (1991) Psychischer Stress bei der Arbeit. Hogrefe, Göttingen
- Hentrich S, Zimmer A, Sosnowsky-Waschek N, Kellner M, Petermann F (2016) Wechselwirkungen zwischen Arbeit, Persönlichkeit und psychischer Gesundheit. Vulnerabilitäts- und Resilienzfaktoren bei der Entstehung von Burnout und depressiven Symptomen bei Führungskräften. Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie 64: 299–309
- Jacobshagen N, Amstad F, Semmer N, Kuster M (2005) Work-Life-Balance im Topmanagement. Konflikt zwischen Arbeit und Familie als Mediator der Beziehung zwischen Stressoren und Befinden. Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie 49: 208–219

- Kaluza G (2011) Stressbewältigung, 2. Aufl. Springer, Berlin, Heidelberg
- Koppenhöfer E (2004) Kleine Schule des Genießens. Ein verhaltenstherapeutisch orientiertes Behandlungsprogramm zum Aufbau positiven Erlebens und Handelns. Pabst, Lengerich
- Kotthoff H, Wagner A (2008) Die Leistungsträger. Führungskräfte im Wandel der Firmenkultur – eine Follow-up-Studie. Berlin
- Lambers G (2017) Umgang mit Umbrüchen: Plötzlich machtlos. *ManagerSeminare* 226: 18–23
- Lazarus RS, Launier S (1981) Stressbezogene Transaktionen zwischen Person und Umwelt. In: Nitsch JR (Hrsg) Streß. Huber, Bern, S 213–259
- Lohmann-Haislah A (2012) Stressreport Deutschland 2012 – Psychische Anforderungen, Ressourcen und Befinden. Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA), Dortmund/Berlin/Dresden
- Lück P, Macco K, Stallauke M (2010) Betriebliches Gesundheitsmanagement – eine Unternehmensbefragung. In: Badura B, Schröder H, Klose J, Macco K (Hrsg) Fehlzeiten-Report 2010. Springer, Berlin, S 37–46
- Matyssek K (2011) Gesund führen – sich und andere! Trainingsmanual zur psychosozialen Gesundheitsförderung im Betrieb. Books on Demand, Norderstedt
- Mayer-Bruns F (2013) Dialektisch-behaviorale Therapie. In: Senf W, Broda M (Hrsg) Techniken der Psychotherapie: Ein methodenübergreifendes Kompendium. Thieme, Stuttgart, S 156–159
- McClure Goulding M, Goulding R (1999) Neuentcheidung. Ein Modell der Psychotherapie, 7. Aufl. Klett-Cotta, Stuttgart
- Meichenbaum D (1985) Intervention bei Stress. Anwendung und Wirkung des Stressimpfungstrainings. Huber, Bern, Stuttgart, Toronto

- Michalak J, Heidenreich T, Williams JMG (2012) Achtsamkeit. Hogrefe, Göttingen
- Richter P, Hacker W (2014) Belastung und Beanspruchung. Stress, Ermüdung und Burnout im Arbeitsleben, 2. Aufl. Asanger, Heidelberg
- Roth I (2015) Die Arbeitsbedingungen der Führungskräfte im Dienstleistungssektor. Ein Bericht auf der Basis des DGB-Index „Gute Arbeit“ 2013/14. ver.di-Bundesverwaltung, Berlin
- Schaarschmidt U, Fischer AW (2001) Bewältigungsmuster im Beruf. Persönlichkeitsunterschiede in der Auseinandersetzung mit der Arbeitsbelastung. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen
- Schwarzer R (2004) Psychologie des Gesundheitsverhaltens, 3. Aufl. Hogrefe, Göttingen
- Sockoll I, Kramer I, Bödeker W (2008) Wirksamkeit und Nutzen betrieblicher Gesundheitsförderung und Prävention (iga-Report 13). BKK Bundesverband, Essen
- Sonnentag S (2010) Erholung von Arbeitsstress – reicht eine individuumszentrierte Perspektive? In: Rigotti T, Korek S, Otto K (Hrsg) Gesund mit und ohne Arbeit. Pabst Science Publishers, Lengerich, S 3–16
- Sonnentag S, Binnewies C, Mojza EJ (2010) Staying well and engaged when demands are high: The role of psychological detachment. *Journal of Applied Psychology* 95: 965–976
- Süfke B (2010) Männerseelen: Ein psychologischer Reiseführer, 8. Aufl. Goldmann, München
- Tangney JP, Baumeister RF, Boone AL (2004) High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality* 72: 271–324
- Wagner-Link A (2010) Verhaltenstraining zur Stressbewältigung. Arbeitsbuch für Therapeuten und Trainer, 6. Aufl. Klett-Cotta, Stuttgart
- Zimber A, Borchard L (2016) Organisationskulturelle Einflussgrößen bei der Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psy-

- chischer Belastungen. In: Wieland R, Seiler K, Hammes M (Hrsg) Psychologie der Arbeitssicherheit und Gesundheit. Dialog statt Monolog. 19. Workshop der PASiG. Asanger, Kröning, S 301–304
- Zimber A, Bitzenauer J (2017) Raus aus der Psychofalle: Die sieben „Pre-Crash-Sensoren“ für Führungskräfte. ManagerSeminare, Sonderausgabe „Gesundheit“, 10/2017
- Zimber A, Hentrich S, Bockhoff K, Wissing K, Petermann F (2015) Wie stark sind Führungskräfte psychisch gefährdet? Eine Literaturübersicht zu Gesundheitsrisiken und arbeitsbezogenen Risiko- und Schutzfaktoren. Zeitschrift für Gesundheitspsychologie 23: 1–19
- Zimber A, Hentrich S, Meyer-Lindenberg A (2017) „Dass ich das ändern muss, damit ich nicht irgendwann kollabiere ...“: Eine qualitative Studie zur Entstehung psychischer Beeinträchtigungen bei Führungskräften und Implikationen für die Stressprävention. Psychiatrische Praxis 44 (Epub ahead of print)

Literatur zum Weiterlesen

- Bohus M, Lyssenko L, Werner M, Berger M (2016) Lebe Balance: Das Programm für innere Stärke und Achtsamkeit, 2. Aufl. Thieme, Stuttgart
- Bonelli RM (2014) Perfektionismus: Wenn das Soll zum Muss wird. Pattloch, München
- Burisch M (2013) Das Burnout-Syndrom: Theorie der inneren Erschöpfung – Zahlreiche Fallbeispiele – Hilfen zur Selbsthilfe. Springer, Heidelberg, Berlin
- Burmeister L, Steinhilper L (2011) Gescheiter Scheitern: Eine Anleitung für Führungskräfte und Berater. Carl Auer, Heidelberg
- Kabat-Zinn I (2006) Gesund durch Meditation: Das große Buch der Selbstheilung. Fischer, Frankfurt

- Kaluza G (2011) Stressbewältigung, 2. Aufl. Springer, Berlin, Heidelberg
- Lambers G (2017) Umgang mit Umbrüchen: Plötzlich machtlos. ManagerSeminare 226: 18–23
- Matyssek K (2011) Gesund führen – sich und andere! Trainingsmanual zur psychosozialen Gesundheitsförderung im Betrieb. Books on Demand, Norderstedt
- Michalak J, Heidenreich T, Williams JMG (2012) Achtsamkeit. Hogrefe, Göttingen
- Schulz von Thun F (2010) Miteinander reden 2: Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung: Differentielle Psychologie der Kommunikation. Rowohlt, Hamburg
- Süfke B (2010) Männerseelen: Ein psychologischer Reiseführer, 8. Aufl. Goldmann, München
- Zimber A (2016) Gesund trotz Multitasking: Selbstmanagement für den Berufsalltag. Springer, Berlin, Heidelberg