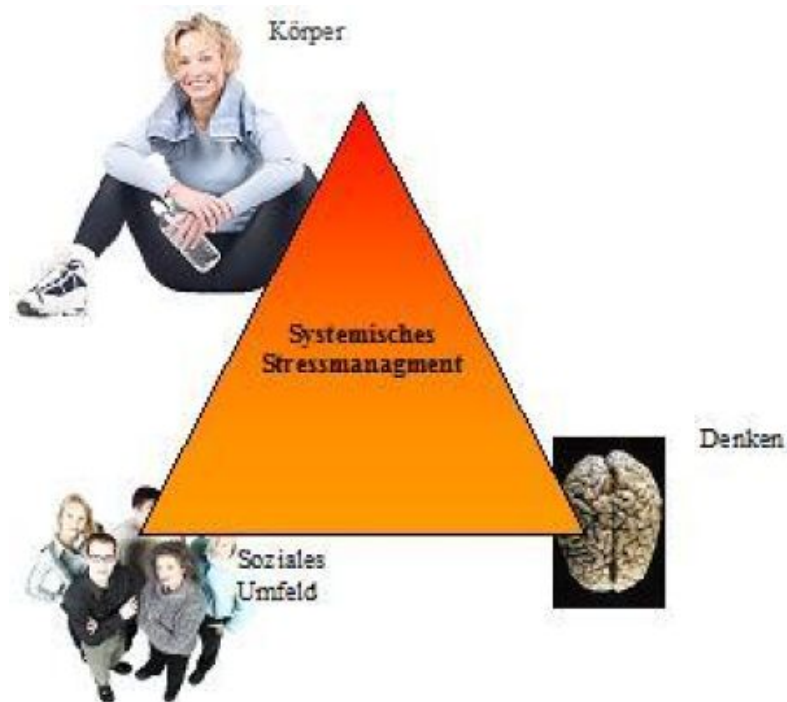


Der Berliner Stress-Atlas

02.05.2011, 18:21 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Personalentwicklung3000*



In Berlin gibt es einen Mietspiegel und eine Übersicht der sozialen Brennpunkte. Nun wird auch ein Berliner Stress-Atlas entwickelt.

Ziel der 2-Klick-Untersuchung ist es, herauszufinden, ob es in der Stadt, geordnet nach Bezirken, ein Gefälle der Stressbelastung gibt. Sind Reinickendorfer entspannter als Kreuzberger? Kann, wer Work-Life-Balance sucht, eher von Steglitzern oder Pankowern lernen?

Die schnelle Befragung soll helfen, erstes Informationsmaterial zu gewinnen und weitere präzise Fragestellungen abzuleiten.

Wer an der Mini-Befragung, die nicht länger als 10 Sekunden dauert, teilnehmen will, kann dies über diesen Link [<http://www.surveymonkey.com/s/G733PJG>]

Die Ergebnisse finden sich dann demnächst auf www.personalentwicklung3000.de

Personalentwicklung3000 bietet das Wissen von über 10 Jahren Work-Life-Balance. Den Interventionen liegt ein 3-Punkte-Programm der Stressbewältigung zu Grunde. Stress entwickelt sich auf der kognitiven, der sozialen und der körperlichen Ebene. Menschen in Stress verharren in destruktiven Denkmustern. Sie leiden häufig unter sozialer Ausgrenzung. Hinzu kommen zahlreiche Symptome wie Verdauungsprobleme, ein geschwächtes Immunsystem und Schlafprobleme, die auf Dauer zu gravierenden gesundheitlichen Problemen werden können. Der Berliner Stress-Atlas spiegelt somit auch die Verteilung von Gesundheit und Krankheit prognostisch in der Stadt wieder. Er kann sowohl für die Politik als auch für Einrichtungen der Gesundheit und Pflege eine Orientierung für Investitionen und Veränderungsmaßnahmen bieten.

Bekanntlich prägt das Umfeld entscheidend das Verhalten der Menschen. In großen Kulturen gibt es Subkulturen. Stress

ist auch ein kulturelles Phänomen, denn bestimmte Bevölkerungsschichten und Berufsgruppen benutzen Stress als Statussymbol. Wer nicht im Stress ist, leistet nichts. Ein fataler Zusammenhang, dessen Auflösung mit Hilfe genauer Daten gelingen kann.

Für Fragen und Informationen rund um die Themen Stress und Work-Life-Berlin steht Herr Dipl.-Psych. Thomas Lang gerne zur Verfügung.

Portrait

Personalentwicklung3000 bietet Personal-und Organisationsentwicklung für Bessere Unternehmen in einer Besseren Welt.

News-ID: 533694 • Views: 145 (Stand: 01.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/533694/Der-Berliner-Stress-Atlas.html>