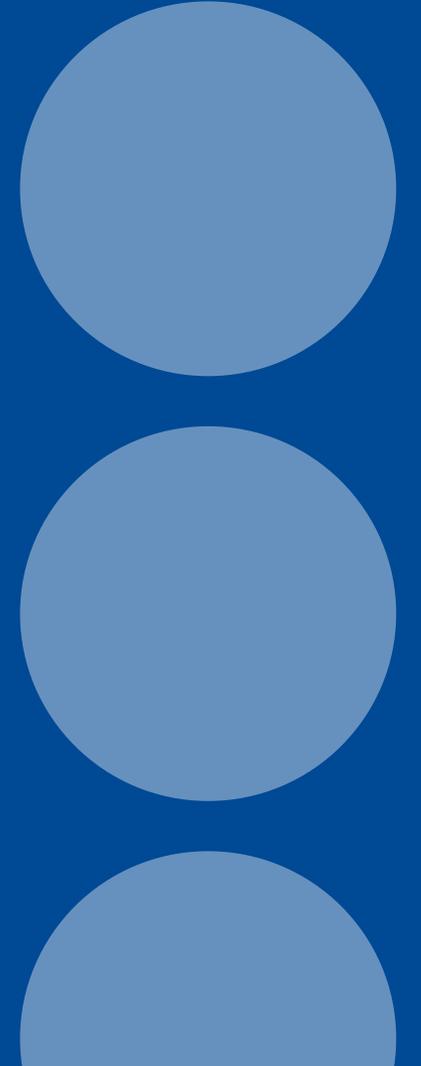


Psychische Belastungen am Arbeitsplatz

Netzwerk Depression, den 08.11.2023

*Johanna Schulte – Referentin für Gesundheitsschutz
und Deeskalationsmanagement*



Was ist (psychische) Gesundheit?

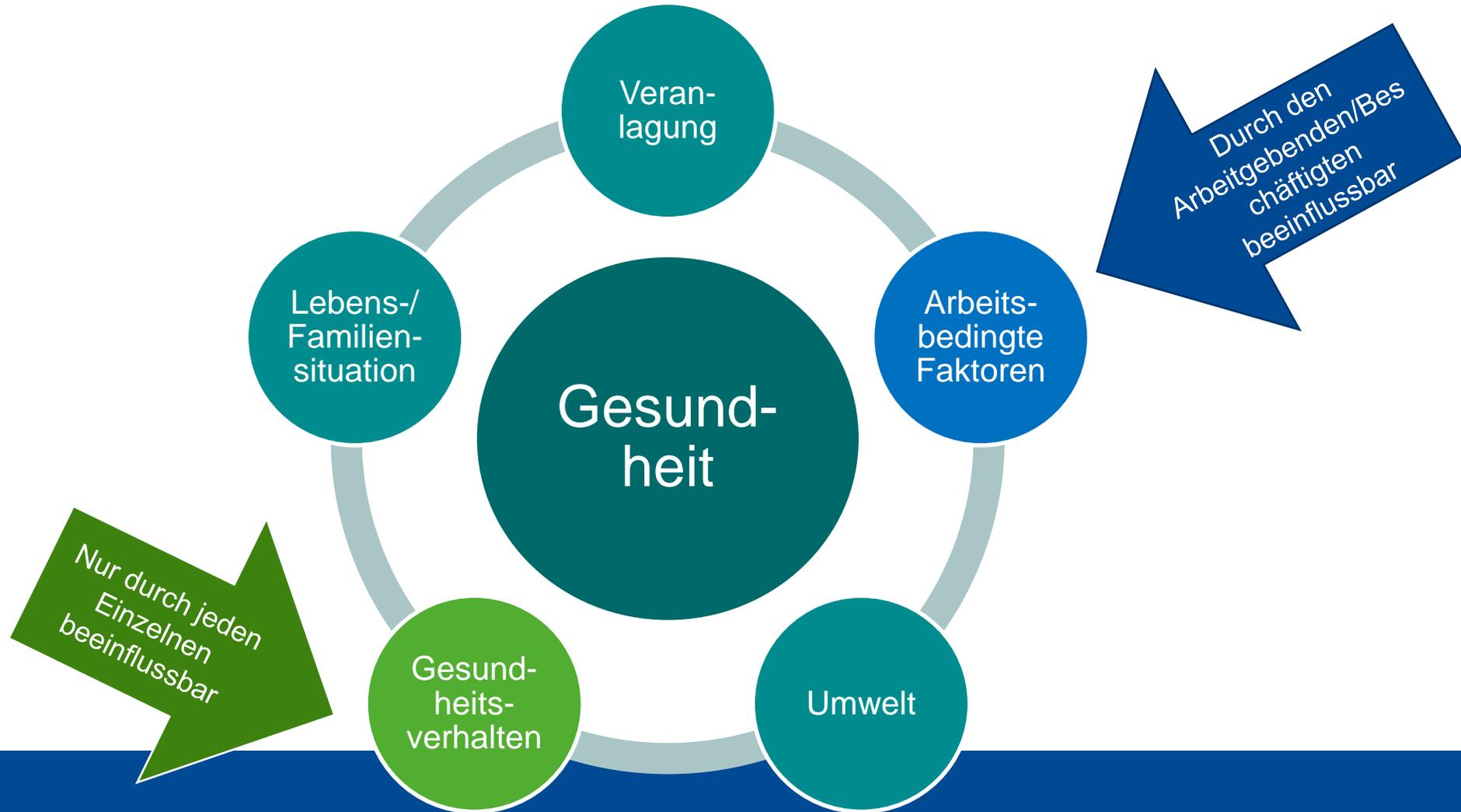
WHO-Definition:

„Gesundheit ist der Zustand des vollständigen körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens – und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Beeinträchtigung.“

Gandhi:

„Gesundheit heißt, man muss sich wohlfühlen, sich frei bewegen können, guten Appetit haben, normal in seinen Körperfunktionen sein – und daher keinen Arzt aufsuchen zu müssen.“

Was wirkt auf unsere Psyche ein?



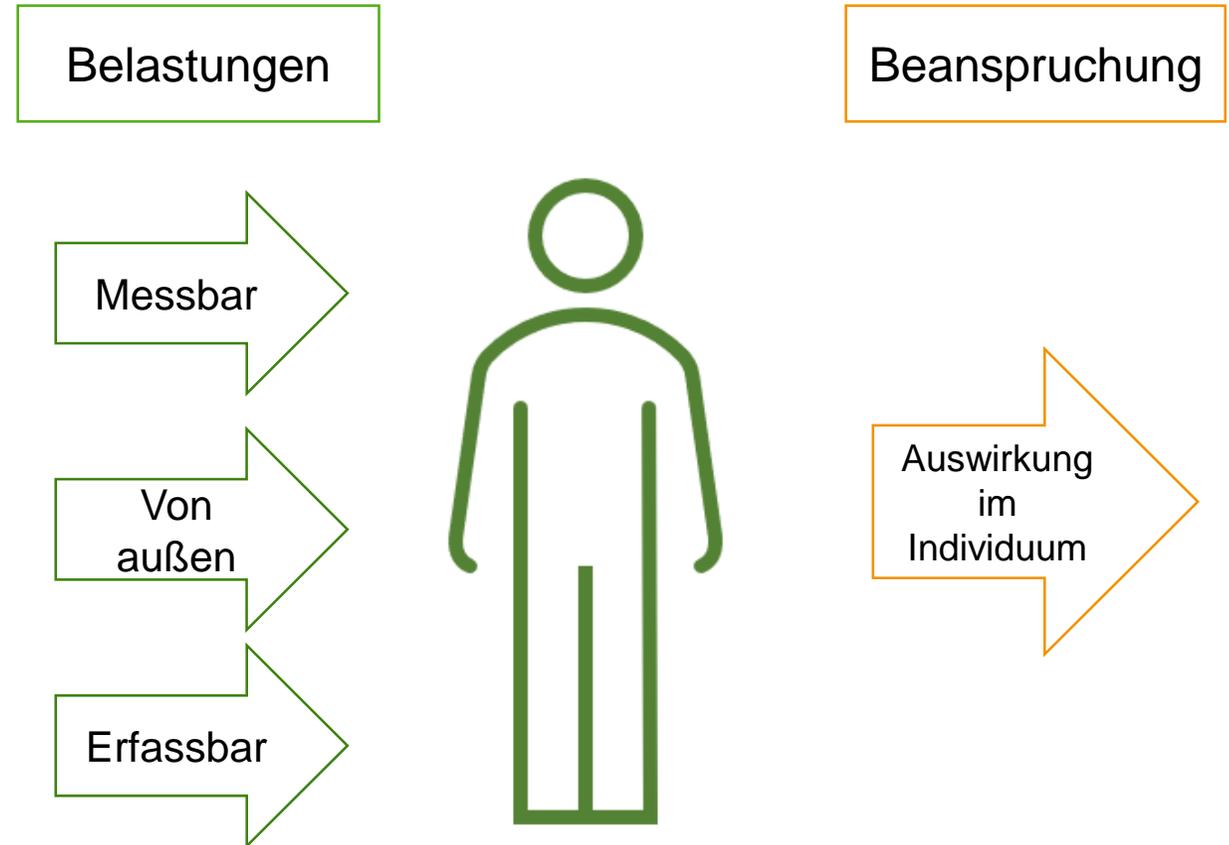
Warum sprechen wir darüber?

- Neben Muskel-Skelett-Erkrankungen sind psychische Störungen die zweithäufigste Diagnose bei Arbeitsunfähigkeit
- Psychische Erkrankungen wirken sich deutlich auf die Produktivität der Mitarbeitenden aus
- Renteneintrittsalter der Betroffenen sinkt
- Anzahl der Fehltage steigt
- ...

Was sind „psychische Belastungen“?

Psychische Belastung

ist die Gesamtheit der erfassbaren Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und auf ihn psychisch einwirken. (DIN ISO 10075-1)



Und was hat der Arbeitgeber damit zu tun?

§4 Nr. 1 Arbeitsschutzgesetz

... die Arbeit ist so zu gestalten, dass eine Gefährdung für das Leben sowie die physische und psychische Gesundheit möglichst vermieden und die verbleibende Gefährdung möglichst gering gehalten wird.

- Nicht jede Person reagiert auf die bestehenden Belastungen gleich
- Dauerhafte psychische Belastungen müssen daher vermindert werden



Was genau wird betrachtet?

Arbeitsinhalte/-aufgabe

Arbeitsorganisation

Arbeitszeit

Soziale Beziehungen

Arbeitsmittel

Arbeitsumgebung



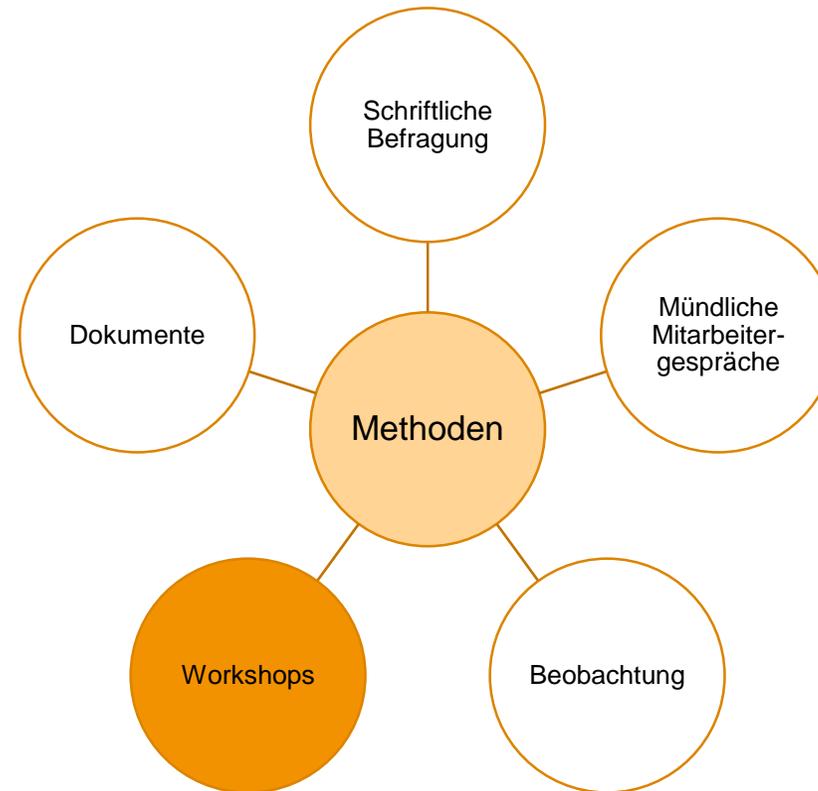
Wie kann eine Ermittlung psychischer Belastung aussehen?

Wer kann unterstützen?

Fachkraft für
Arbeitssicherheit

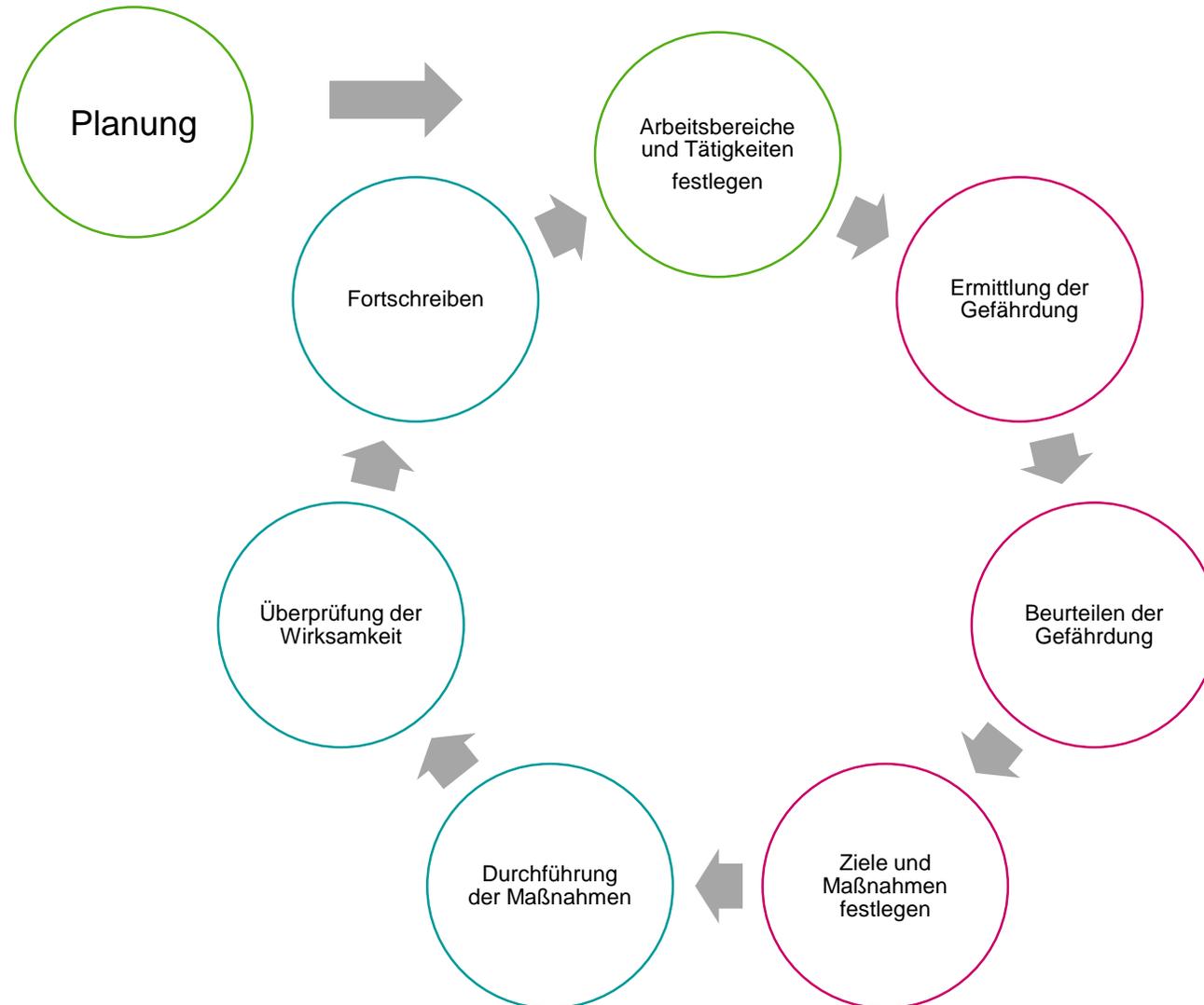
Betriebsarzt/-ärztin

Unfallversicherungsträger



Der Prozess

- Steuerungskreis festlegen
- Zeitplan erstellen
- Prozessüberwachung
- Dokumente nutzen
- Beschäftigte und Führungskräfte informieren
- Tätigkeiten/Gruppen festlegen



VOR
WÄHREND
DANACH

Woran erkenne ich eine zunehmende psychische Belastung der Beschäftigten/Kollegen?

Betriebliche Daten

- Überdurchschnittlicher Krankenstand und auffällige Fehlzeiten
- Überdurchschnittliche Fluktuation

Arbeitsprozess

- Häufige Fehlhandlungen
- Leistungsschwankungen
- Häufige Überstunden

Gesundheit der Beschäftigten

- Unzufriedenheit, Burn-Out
- Zunahme an psychosomatischen Erkrankungen

Soziales Klima

- Vermehrte Konflikte
- Mobbing
- ...

Unterstützungsmöglichkeiten psychischer Gesundheit



Gründe dafür..

- Sicherung der Leistungsfähigkeit der Mitarbeitenden
- Kostensenkung durch weniger Ausfälle
- Mitgestaltung des Arbeitsplatzes
- Betriebsklimaaufwertung
- Teamgefühl stärken
- ...

Fragen?

?

Weiterführende Informationen

- <https://www.gda-psyche.de/empfehlungen-zur-beruecksichtigung-psychischer-belastung-in-der-gefaehrdungsbeurteilung>
- <https://www.inqa.de/DE/themen/gesundheit/offensive-psychische-gesundheit/uebersicht.html>
- <https://www.bgw-online.de/resource/blob/9304/3db5ea57fa14fcfb5b9d31f7012ed7a5/bgw08-00-042-psychische-gesundheit-bgw-fragebogen-download-data.pdf>

**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit.**

