



## Was Betriebe in Sachen psychischer Belastung wissen sollten

- *Was ist mit psychischer Belastung gemeint?*
- *Was sind wichtige Faktoren für die Gefährdungsbeurteilung psychische Belastung?*

# Was ist mit psychischer Belastung gemeint?



Infos nicht aktuell

unklarer Arbeitsauftrag

schwierige Kunden

Arbeitsunterbrechung

Unzufriedenheit

Arbeitszeit

Zeitdruck

Demotivation

ständige Erreichbarkeit

Burnout

Vorgesetztenverhalten

fehlende Anerkennung

Stress

Lärm, Hitze, Kälte,  
schlechte Beleuchtung

Arbeitsmittel fehlen



## Was sind psychische Belastungen?

unklarer Arbeitsauftrag  
Infos nicht aktuell  
Verantwortung  
schwierige Kunden  
Arbeitszeit  
Zeitdruck  
ständige Erreichbarkeit  
Vorgesetztenverhalten  
fehlende Anerkennung  
Lärm, Hitze, Kälte,  
schlechte Beleuchtung  
Arbeitsmittel fehlen

### *... und mögliche Folgen der Beanspruchung*

Stress

Unzufriedenheit

Demotivation

Burnout

# Was ist mit psychischer Belastung gemeint?



## Psychische Belastung (DIN EN ISO 10075)

Die Gesamtheit aller erfassbaren Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken.

Sämtliche Aspekte der Arbeitssituation

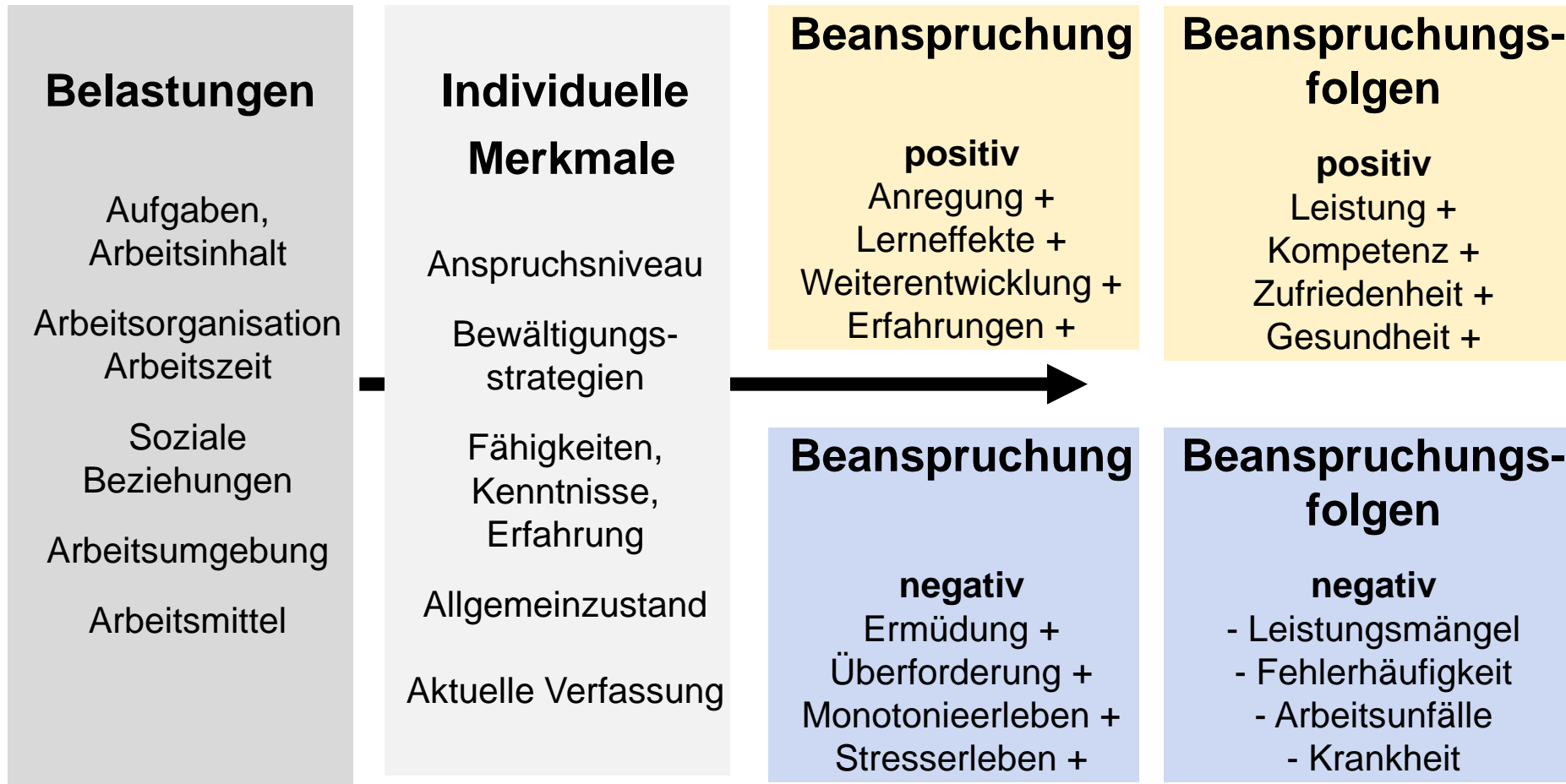
Arbeitsaufgabe  
Arbeitsorganisation  
Arbeitsbeziehungen  
Arbeitsumgebung

von außen kommend, personen-unabhängig

d.h. auf die Wahrnehmung, das Denken und Fühlen einwirken

neutral, umgangssprachlich  
„Anforderungen“

# Belastungs-Beanspruchungsmodell



**Problem: Dauerfeuer ?**



## Welche psychischen Belastungsfaktoren sollten in die Gefährdungsbeurteilung?

### § 5 Beurteilung der Arbeitsbedingungen ArbSchG

(1) Der Arbeitgeber hat durch eine Beurteilung der für die Beschäftigten mit ihrer Arbeit verbundenen Gefährdung zu ermitteln, welche Maßnahmen des Arbeitsschutzes erforderlich sind.

...

- (3) Eine Gefährdung kann sich insbesondere ergeben durch
1. die Gestaltung und die Einrichtung der Arbeitsstätte und des Arbeitsplatzes,
  2. physikalische, chemische und biologische Einwirkungen,
  3. die Gestaltung, die Auswahl und den Einsatz von Arbeitsmitteln, insbesondere von Arbeitsstoffen, Maschinen, Geräten und Anlagen sowie den Umgang damit,
  4. die Gestaltung von Arbeits- und Fertigungsverfahren, Arbeitsabläufen und Arbeitszeit und deren Zusammenwirken,
  5. unzureichende Qualifikation und Unterweisung der Beschäftigten,
  6. **psychische Belastungen bei der Arbeit**



# Spektrum belastungsrelevanter Belastungsfaktoren



## Merkmals- bereiche

# Psychische Belastungsfaktoren

## Referenzrahmen

### Arbeits- aufgabe

- Vollständigkeit der Aufgabe
- Handlungsspielraum
- Variabilität (Abwechslung)
- Information/Informationsangebot
- Verantwortung
- Qualifikation
- Emotionale Inanspruchnahme durch Kunden

... Einbindung der Beschäftigten bei Entscheidungen, die Arbeitsorganisation und die Auftragsbearbeitung betreffen

Klare Zuständigkeit, Entscheidungsgrenzen, Entscheidungsketten,

fachlich, sozial, methodisch

stark berührende Ereignisse, Empathieanforderungen, emotionale Dissonanz

### Arbeits- organisation

- Arbeitszeit
- Arbeitsablauf (Zeitdruck, Arbeitsunterbrechungen)
- Kommunikation/Kooperation

Dauer, Lage, Pausen, Planbarkeit, Flexibilität, Partizipation

aufgabenbedingt, regelmäßig, Zeit, Raum, Schnittstellen

### Soziale Beziehungen

- zu den Kollegen
- zu den Vorgesetzten

Rückhalt, Unterstützung

### Arbeits- umgebung

- Physikalische und chemische Faktoren, physische Faktoren
- Arbeitsplatz- und Informationsgestaltung
- Arbeitsmittel

### kritische Ereignisse

- Überfall, Übergriff, Gewalt am Arbeitsplatz
- Umgang mit Krankheit und Tod





# Fazit: Psychische Belastung

- = Aspekte der Arbeit, die auf den Menschen wirken, d.h. es geht um psychisch wirkenden Aspekte der Arbeit
- = personenunabhängig
- ≠ personenabhängig ist die Reaktion des einzelnen Mitarbeitenden auf die Belastung (psychische Beanspruchung)
- = an jedem Arbeitsplatz zu finden
- = ergeben sich aus Arbeitsaufgabe, Arbeitsorganisation, soziale Beziehungen und Arbeitsumgebung
- = bedingungs-/gestaltungsorientierte Analyse