

Psychische Belastungen am Arbeitsplatz

23.Oktober 2018
in Moringen

Detlef Sauthoff

- Vita
- Zahlen und Fakten
- Was sind belastende Faktoren
- Burnout / Boreout
- Folgen von dauerhaftem Stress
- Checkliste
- Salutogenese und Lösungen
- Rechtliche Grundlagen

Zahlen und Fakten

Psychische Erkrankungen: Immense Kosten für die Volkswirtschaft

Die Krankheitskosten durch psychische und Verhaltensstörungen betrugen nach neuesten Angaben des Statistischen Bundesamtes im Jahr 2015 in Deutschland 44,4 Milliarden Euro (www.destatis.de). Damit

entfielen rund 13,1 % der gesamten Krankheitskosten in Höhe von 338,2 Milliarden Euro auf diese Krankheitsgruppe.

Knapp davor liegen nur die Kosten durch Herz-Kreislauf-

Erkrankungen mit 46,4 Milliarden Euro bzw. 13,7%. Gefährdungsbeurteilungen

zur psychischen Belastung, betriebliches Gesundheitsmanagement und Gesundheitsförderung sind deshalb für den BDP Grundlage und Kernbestandteil einer zukunftsweisenden Unternehmenskultur. Der BDP fordert die Parteien einer künftigen Bundesregierung auf, sich bereits in den Koalitionsverhandlungen auf Initiativen und Maßnahmen zu verständigen, die Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten erhalten und fördern. Der BDP ist bereit, die nötige Expertise einzubringen. Seine grundlegenden Positionen zur Gestaltung gesetzlicher Rahmenbedingungen für psychische Gesundheit hat der Verband unter dem Motto „Gesunde Arbeit braucht Psychologie!“ auf seiner Webseite veröffentlicht: www.bdp-verband.de

Anteil der psychischen Erkrankungen in Arbeitsunfähigkeitstagen

16,7 %

Krankentage aufgrund von Depressionen je 1.000 Versicherte

920

Belastende Faktoren

- Soziale Quellen
 - Keine Rückmeldung für die geleistete Arbeit
 - Schlechte Kommunikation
 - Keine Mitsprache am Arbeitsplatz
 - ...

Belastende Faktoren

- Arbeitsaufgabe
 - In der vorgegebenen Zeit unmöglich zu schaffen
 - Überstunden zur Arbeitsbewältigung
 - Unterforderung (Boreout) 13 % der Beschäftigten
- ...

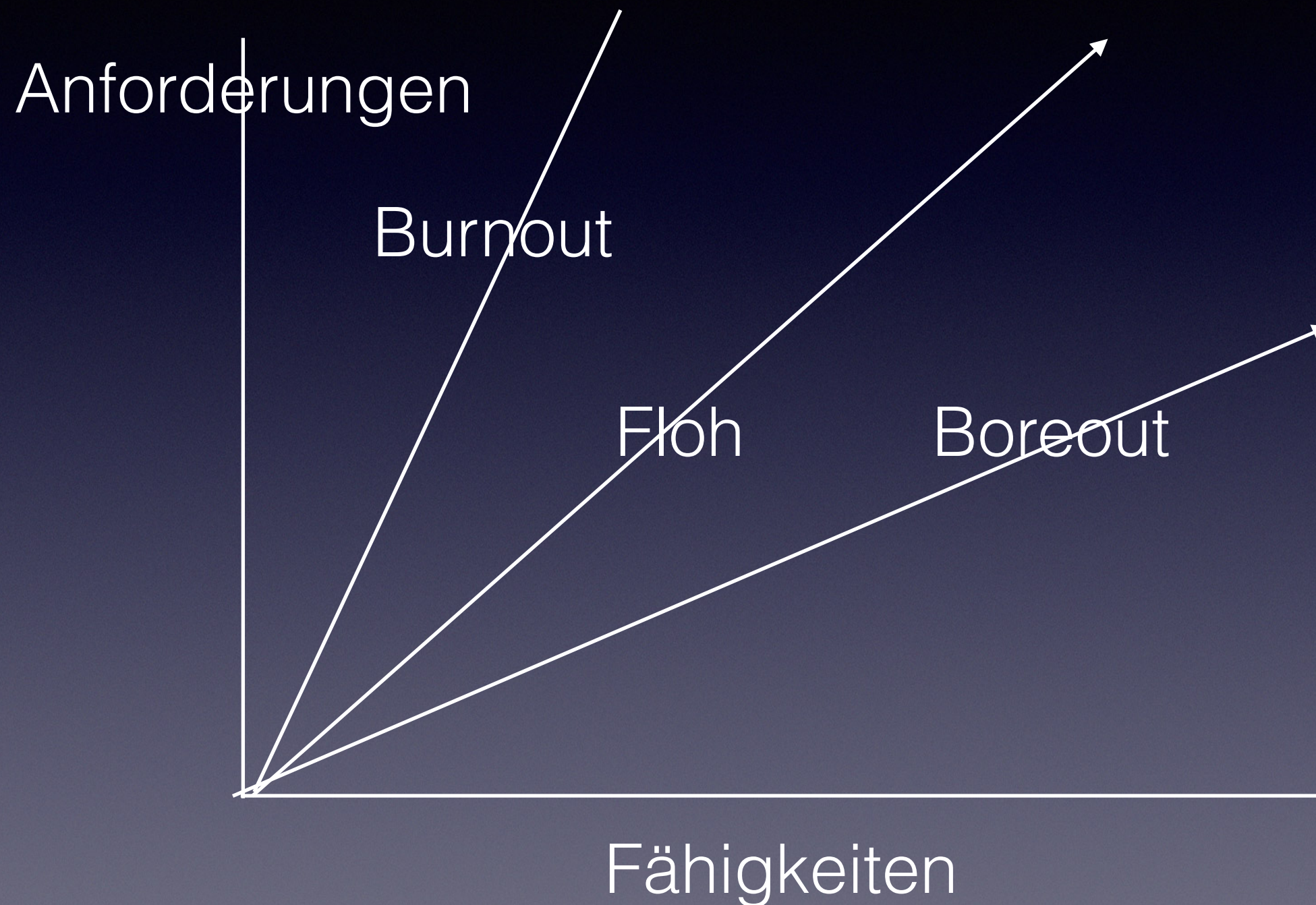
Belastende Faktoren

- Arbeitsumgebung
 - Temperatur im Sommer oder Winter
 - Trinkwasser
 - Bürolärm
 - ...

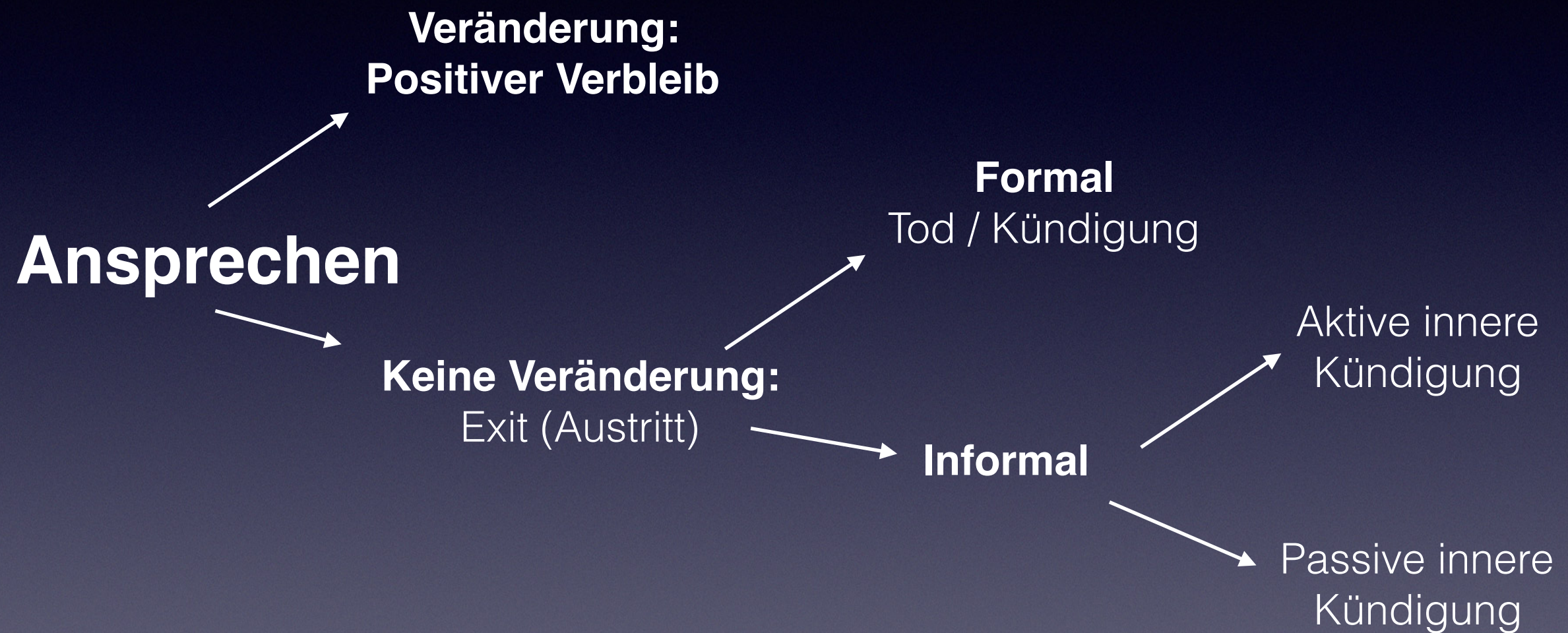
Belastende Faktoren

- Arbeitsorganisation
 - Dauerhafte Unterbrechungen
 - Keine Zeit für Beratung oder Pflege
 - Aufgaben schlecht verteilt
 - Zu viel Verantwortung
 - ...

Anforderungen / Fähigkeiten



Burnout / Boreout



Folgen von konstantem Stress

- Psychische Erkrankungen (Depressionen, Burnout / Boreout)
- Alkohol als Problemlöser
- Chronische Schmerzen

Folgen

“Zwar steht es unter Strafe, dem Arbeitsschutzgesetz nicht nachzukommen, jedoch gab es keine gerichtlichen Entscheidungen in der nahen Vergangenheit, bei denen Arbeitgeber wegen Nichtbeachtung psychischer Belastungsfaktoren zu einer Strafe verurteilt wurden” Menschen werden genötigt werden, ihren Job zu verlassen. Hier stehen Behörden und Verwaltungen ganz weit oben. In der Wirtschaft werden durch verantwortungsvolle Unternehmer bisweilen die Mobber mit kurzem Prozess gekündigt , in den Behörden und Verwaltungen passiert viel zu wenig, insbesondere beim „Bossing“

Checkliste

- Ist mir die Verantwortung für meine vorhandene Qualifikation zu hoch?
- Gibt es ständige Unterbrechungen in meiner Arbeit
- Reicht die Zeit für das Pensum in der geforderten Qualität
- Habe ich zu wenig Handlungsspielraum
- Ist die Kommunikation oder Informationsweitergabe unzureichend

Checkliste

- Fehlt Unterstützung von Vorgesetzten und Kollegen in stressigen Momenten
- Gibt es Konflikte oder Mobbing
- Ist meine Fehleranfälligkeit hoch
- Bin ich oft nervös
- Zweifel ich, ob ich meine Aufgaben richtig erledige

Salutogenese (Gesundheitsentstehung)

Verstehbarkeit

Handhabbarkeit

Sinnhaftigkeit

Einfache Lösungen

- Monatliche Feedbackgespräche für Lob
- Offene Kommunikation, Metakommunikation
- Betriebsvereinbarung zum Umgang mit Konflikten

Rechtliche Grundlagen

- ArbSchG, §4 Grundsätze, §5 Beurteilung der Arbeitsbedingungen, §12 Unterweisung
- BildscharbV, §3 und 5
- DIN und ISO Normen

Arbeitsschutzgesetz

- Schichtarbeit: Ungleichgewicht von Belastung und Erholung (ständige Vertretung usw.)
- Zuständig ist u.a. die Gewerbeaufsicht
- Temperatur in der Arbeitsstättenverordnung (Sommer 2018)

