



Leseprobe

Unsere Fachinhalte bieten Ihnen praxisnahe Lösungen, wertvolle Tipps und direkt anwendbares Wissen für Ihre täglichen Herausforderungen.

- ✓ **Praxisnah und sofort umsetzbar:** Entwickelt für Fach- und Führungskräfte, die schnelle und effektive Lösungen benötigen.
- ✓ **Fachwissen aus erster Hand:** Inhalte von erfahrenen Expertinnen und Experten aus der Berufspraxis, die genau wissen, worauf es ankommt.
- ✓ **Immer aktuell und verlässlich:** Basierend auf über 30 Jahren Erfahrung und ständigem Austausch mit der Praxis.

Blättern Sie jetzt durch die Leseprobe und überzeugen Sie sich selbst von der Qualität und dem Mehrwert unseres Angebots!

4.8.16 Psychische Belastungen bei der Arbeit

Seit einigen Jahren **steigt** sowohl die **Zahl der psychischen Erkrankungen**, als auch das Bewusstsein dafür. Nicht nur körperliche Belastungen und Gefährdungen können die Gesundheit der Beschäftigten (schwer) schädigen, sondern auch psychische Aspekte wie etwa übertriebene Erwartungshaltungen von Vorgesetzten, Termindruck oder Mobbing.

Zahl der Psychische Belastungen steigt

Daher ist die Thematik inzwischen fest im Arbeitsschutz verankert, um z. B. Folgen wie **Burn-out**, **Depressionen** oder andere **stressbedingte Erkrankungen** zu vermeiden. Denn ebenso wie körperliche Gesundheitsrisiken können auch psychische im Extremfall bis zum Tod führen, wenn es z. B. zum Suizid oder Unaufmerksamkeit kommt. Darüber hinaus können psychische Belastungen **physische Krankheiten verursachen**. Sie können das Immunsystem schwächen und u. a. zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Bluthochdruck, Herzinfarkt etc.) führen und auch Suchtverhalten (z. B. durch Alkohol-, Nikotin-, Medikamentenkonsum) kann durch Dauerstress hervorgerufen werden.

Auswirkungen auf Arbeitsschutz

Die aktuelle Lage verstärkt die Risiken noch zusätzlich: **Arbeitsgeschwindigkeit** und **Komplexität** der Aufgaben haben durch die fortschreitende Digitalisierung zugenommen, hybride Arbeitsweisen (Home Office / Präsenz im Betrieb etc.) bedeuten neue Anforderungen. Viele Beschäftigte in Deutschland fühlen sich ausgelaugt und überfordert, auch aufgrund von **Zukunftsängsten** (Klimawandel, politische Weltlage).

Herausforderungen unserer Zeit

*Hohe wirtschaftliche
Kosten*

Genauso wie bei gesundheitlichen Schäden durch körperliche Gefährdungen verursachen auch psychische Belastungen am Arbeitsplatz hohe wirtschaftliche Kosten. Dies zeigen verschiedene Studien. So sind die **durchschnittlichen Krankheitstage** pro Erwerbstätigen aufgrund psychischer Belastungen zwischen 2012 und 2022 **kontinuierlich gestiegen**. Zu diesem Ergebnis kommt #Whats-next, eine groß angelegte Arbeitgeberbefragung zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) in Deutschland, die die Techniker Krankenkasse (TK) in Kooperation mit dem Institut für Betriebliche Gesundheitsberatung (IFBG) und dem Personalmagazin Haufe durchgeführt hat. Demnach war jede bei der TK versicherte Erwerbsperson in 2022 für **durchschnittlich 3,33 Tage** mit einer psychischen Diagnose krankgeschrieben, während es im Jahr 2012 noch durchschnittlich 2,46 Fehltage waren. Das entspricht einem **Anstieg** von gut **35 Prozent**.

Wie teuer psychische Belastungen am Arbeitsplatz werden können, zeigt sich bereits seit längerer Zeit. So ermittelte die Hans-Böckler-Stiftung bereits im Jahr 2011, dass solche Belastungen damals jährlich **Behandlungskosten** in Höhe von fast **30 Milliarden Euro** verursachten. Die indirekten Kosten, bedingt durch die **ausgefallenen Arbeitstage**, betragen sogar **45 Milliarden Euro**.

Einfluss auf Fachkräftemangel

Zudem sind psychische Probleme eine wesentliche **Ursache für (Langzeit-)Arbeitsunfähigkeit und Frühverrentung**, auch das war ein Fazit dieser Studie. Diese wirtschaftlichen Folgen haben sich seither entsprechend potenziert, weil solche Belastungen und dadurch bedingte Fehltage zugenommen haben. Während der Pandemie verstärkte sich diese Entwicklung enorm.

Rechtlicher Hintergrund

Generell ist die Arbeit

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

So schreibt es das **Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG)** in **§ 4** vor. Arbeitgeber müssen jeweils entsprechende Gefährdungen ermitteln und für geeignete Maßnahmen zum Schutz ihrer Beschäftigten vor möglichst sämtlichen Risiken sorgen, oder Risiken so weit wie möglich minimieren. Daher müssen auch psychische Belastungen bei der **Gefährdungsbeurteilung** berücksichtigt werden – zumal diese häufig mit körperlichen Belastungen oder Unfallrisiken zusammen hängen. Ein einfaches Beispiel: Viele Menschen neigen zur Hektik, wenn sie gestresst sind. Damit erhöht sich auch das Risiko Fehler zu machen.

Gefährdungsbeurteilung

In der für **Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV)** wird die Pflicht zur Ermittlung psychischer Belastungen seit 2016 konkretisiert. Darunter fallen etwa auch **Belastungen und Beeinträchtigungen** der Beschäftigten durch **störende Geräusche**, Lärm oder eine ungeeignete **Beleuchtung** sowie **ergonomische Mängel** am Arbeitsplatz. Solche Faktoren können nicht nur körperliche Folgen haben, sondern auch Stress verursachen: Ist beispielsweise der Lärmpegel im Arbeitsumfeld zu hoch und die Beschäftigten tragen keinen Gehörschutz, kann dies erheblichen Stress bei ihnen verursachen. Daher werden Faktoren wie diese genauso den psychischen Belastungen zugeordnet.

Stress durch Arbeitsumfeld

Unterweisung zu psychischen Belastungen

Gefährdungsbeurteilung und **Unterweisung** der Beschäftigten sind eine gesetzlich verankerte Pflicht, der Arbeitgeber nachkommen müssen. Dies ist schon lange bezüglich vorhandener Unfallrisiken und körperlicher Belastungen der Fall und gilt natürlich analog genauso bei den psychischen Belastungen.

Ziel der Unterweisung

Die Beschäftigten müssen also **erfahren**, inwiefern sie am Arbeitsplatz **psychisch belastet sein könnten** – und dazu **ermuntert werden** solche Belastungen an Vorgesetzte oder/und Sicherheitsverantwortliche **zu kommunizieren**, wenn sie welche bei sich wahrnehmen.

Faktor der Individualität

Anders als bei den physischen Gefährdungen, ist es für Außenstehende oftmals **schwer erkennbar**, wenn die Psyche einer Person (stark) belastet ist. Also kommt es hier ganz besonders auf das **Mitwirken aller Beschäftigten** an – mehr dazu weiter unten. Ebenfalls ist zu beachten, dass psychische Belastungen grundlegend **neutral** sind. Wie und in welchem Umfang diese als Motivation (positiver Stress) oder als Belastung (negativer Stress) wahrgenommen werden, ist sehr individuell und abhängig von verschiedenen Faktoren wie Persönlichkeit, privater Stress etc.

Prävention auf mehreren Ebenen

BGM

Betriebliche Präventionsprogramme nutzen nicht nur der **Gesundheit** der Beschäftigten, sondern zahlen sich auch **wirtschaftlich** aus, stellte die Hans-Böckler-Stiftung fest. Inzwischen bieten einige Unternehmen ein **Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)** an,

Bestelloptionen



Unterweisung direkt

Sie haben Fragen zum Produkt oder benötigen Unterstützung bei der Bestellung? Unser Kundenservice ist für Sie da:

 08233 / 381-123 (Mo - Do 7:30 - 17:00 Uhr, Fr 7:30 - 15:00 Uhr)

 service@forum-verlag.com

Oder bestellen Sie bequem über unseren Online-Shop:

[Jetzt bestellen](#)