

Info Psyche und Arbeit

2017-05

Liebe Kolleginnen und Kollegen, sehr geehrte Damen und Herren,

hier wieder eine Zusammenstellung von Informationen und Hinweisen zum Thema Psyche und Arbeit, die mir im Mai 2017 aufgefallen sind. Herzlichen Dank an alle, die mir den einen oder anderen Hinweis haben zukommen lassen!

Mit den besten Wünschen – achtet auf Euch, Ihr werdet gebraucht!

Hans Dieter Gimbel

www.systemberatung-gimbel.de

info@systemberatung-gimbel.de

Tel: 0203-345820

MEgA: Webseite für sichere und gesunde Arbeit von morgen

BMBF-gefördertes Projekt mit Tipps zu Prävention, Gesundheit und HR

Arbeits- und Organisationspsychologen der Universität Heidelberg haben Konzepte einer präventiven Arbeitsgestaltung für die Zukunft [erforscht](#). Ergebnisse, Downloads und Praxisbeispiele finden Sie jetzt auf der neuen **Webseite des Projekts "MEgA: Maßnahmen und Empfehlungen für die gesunde Arbeit von morgen"**.

https://www.arbeitsschutz-portal.de/beitrag/asp_news/5925/mega-webseite-fuer-sichere-und-gesunde-arbeit-von-morgen.html

<http://gesundearbeit-mega.de/?src=asp-cu&typ=home&cid=5925>

Österreich:

Salzburg: Fast jeder zweite Beschäftigte leidet unter Stress und Zeitdruck

Sozialpartner helfen bei Evaluierung psychischer Belastungen

Alarmierend: Bereits 40 Prozent der Beschäftigten sind durch psychische Belastungen wie Zeitdruck überbelastet. Das zeigen Studien der Statistik Austria und der

Bundesarbeitskammer. Als Gegenmaßnahme ist seit 2013 die Evaluierung psychischer

Belastungen am Arbeitsplatz gesetzlich vorgeschrieben. Doch die Umsetzung geht nur

langsam voran. „Deshalb haben die Sozialpartner 2016 die Aktion „Einfach evaluieren“ ins

Leben gerufen“, sagt AK-Arbeitspsychologin Karin Hagenauer, „wir laden hiermit erneut die

Unternehmen ein, unsere Hilfe bei der Umsetzung in Anspruch zu nehmen. Schließlich geht

es um die Gesundheit aller Beschäftigten – und davon profitieren auch die Arbeitgeber.“

http://www.regionews.at/newsdetail/Salzburg_Fast_jeder_zweite_Beschaeftigte_leidet_unter_Stress_und_Zeitdruck-145860

Schweiz:

Interessierte Selbstgefährdung: Warum wir uns oft selber ausbeuten

Rentenalter, Lohn, Arbeitszeiten – darum gehts am 1. Mai. Doch sind das die richtigen Themen? Was macht uns im Job wirklich zufrieden? Arbeitsmediziner warnen vor freiwilliger Selbstausbeutung und plädieren für Eigenverantwortung.

<https://www.aargauerzeitung.ch/leben/leben/taeglicher-arbeitskampf-warum-wir-uns-oft-selber-ausbeuten-131277717>

Stress, Depressionen, Burnout: Warum wir leiden - und was wir dagegen tun können

Die Menschen in den reichen Industrienationen fühlen sich zunehmend gestresst, und sie verkraften Stress tatsächlich auch immer schlechter. Woran das liegt - und wie man gegensteuern kann.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/resilienz-warum-wir-leiden-und-was-wir-dagegen-tun-koennen-a-1144715.html#ref=nl-dertag>

Psychische Belastung am Arbeitsplatz

"Runder Tisch darf nicht zur langen Bank werden"

Der Deutsche Gewerkschaftsbund (DGB) wird sich an dem heute ins Leben gerufenen „Runden Tisch zur Psychischen Gesundheit in der Arbeitswelt“ beteiligen, drängt aber auf schnelle und konkrete Ergebnisse. DGB-Vorstandsmitglied **Annelie Buntenbach** sagte am Freitag in Berlin: „Der Abschlussbericht ‚Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt‘, den die Bundesanstalt für [Arbeitsschutz](#) und Arbeitsmedizin heute präsentiert hat, belegt klar den Zusammenhang zwischen hoher Arbeitsintensität und gesundheitlichen Beeinträchtigungen.

<http://www.dgb.de/presse/++co++d225f6c-3170-11e7-a0a9-525400e5a74a>

Psyche und Gesundheit

Was Sie psychischer Belastung im Beruf entgegensetzen können

Arbeiten unter Stress, ständig unterbrochen werden, fehlende Erholungsmöglichkeiten und weder Lob noch Rückhalt von Vorgesetzten: Auch psychische Belastung im Beruf kann sich auf die Gesundheit auswirken. Immer mehr Zeitdruck, uneffektive Arbeitsorganisation und Fehlkommunikation, Konflikte und mangelnde Wertschätzung sind Beispiele für die Bandbreite stressauslösender Faktoren. Damit wir uns aber im Arbeitsalltag nicht aufreiben, müssen wir bewusst auf uns und die Arbeitsumstände blicken. Was stresst die Beschäftigten? Was hilft ihnen, mit der vorhandenen Belastung konstruktiv umzugehen? Wo können Unternehmen ansetzen, um die psychische Belastung in einem gesunden Rahmen zu halten?

https://www.bgw-online.de/DE/Arbeitssicherheit-Gesundheitsschutz/Psyche-und-Gesundheit/Psyche-und-Gesundheit_node.html

Handlungsfeld Psyche: Belastungen auf der Spur

Unternehmen müssen im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung das Thema Psyche bearbeiten – dazu sind sie per Arbeitsschutzgesetz verpflichtet. Vor sensiblen Fragestellungen braucht aber niemand zurückzusehen, denn es gibt bewährte Vorgehensweisen.

https://www.bgw-online.de/DE/Medien-Service/Kundenmagazin/2017-2/Handlungsfeld-Psyche_Belastungen-auf-der-Spur.html?utm_campaign=newsletter_2017-05-02_14:22:18

Neu: Handlungshilfe Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung in Kliniken

Dieser Ratgeber enthält alles, was Sie für die Gefährdungsbeurteilung der psychischen Belastung benötigen: Er vermittelt Hintergrundwissen und informiert über den Schutz der psychischen Gesundheit. Zudem bietet er praktische und konkrete Unterstützung für die Durchführung. Hier finden Sie die Broschüre zum Bestellen und Herunterladen. Holen Sie sich hier auch den Befragungsbogen für Ihre Beschäftigten, ein einfaches PDF-Tool zur Auswertung, Druckvorlagen und eine Checkliste.

https://www.bgw-online.de/DE/Medien-Service/Medien-Center/Medientypen/BGW-Broschueren/BGW08-00-042_Psychische-Gesundheit-im-Fokus.html?utm_campaign=newsletter_2017-05-02_14:22:18

Immer mehr Lehrer senken ihr berufliches Engagement

POTSDAM. Vor mehr als zehn Jahren (2005) wurde die „Potsdamer Lehrerstudie“ zur Lehrergesundheit unter der Leitung von Professor Uwe Schaarschmidt veröffentlicht. Unter anderem in der Zeitschrift „Thüringer Schule“ erklärt er, wie er heute die Situation sieht. Seine Aussagen im Überblick.

<http://www.news4teachers.de/2017/05/mehr-als-zehn-jahre-nach-der-potsdamer-studie-zur-lehrergesundheit-zieht-ihr-leiter-ein-trauriges-fazit-vielerorts-zeichnet-sich-eine-ruecknahme-des-beruflichen-engagements-ab/>

Bischof Genn: Arbeitsverdichtung führt zu psychischer Erkrankung "Arbeitswelt auf den Prüfstand stellen"

Münsters Bischof Felix Genn hält es für geboten, die Bedingungen in der Arbeitswelt auf den Prüfstand zu stellen. Arbeitsbelastung und Arbeitsverdichtung hätten in den vergangenen Jahren zugenommen, erklärte er am Dienstag in Münster. Es könne inzwischen als gesicherte Erkenntnis gelten, dass es einen starken Zusammenhang zwischen steigender Arbeitsbelastung und Zunahme psychischer Erkrankungen gebe. "Mehr Flexibilität, Effizienz und Mobilität sowie nahezu permanente Erreichbarkeit gelten inzwischen als normal", sagte

der Bischof. Oft verbinde sich das bei Arbeitnehmern mit dem persönlichen Anspruch, beruflichen Erfolg und dessen Vereinbarkeit mit der Familie in Übereinstimmung zu bringen.
<https://www.domradio.de/themen/bist%C3%BCmer/2017-05-02/bischof-genn-arbeitsverdichtung-fuehrt-zu-psychischer-erkrankung>

DGB-Index Gute Arbeit

Digitalisierung macht Arbeit nicht automatisch besser

Digitalisierung kann genutzt werden, um Arbeit zum Vorteil der Menschen und ihrer Gesundheit zu gestalten. Dass der Trend aber gerade in die andere Richtung geht, zeigt die Sonderauswertung „Digitalisierung und Arbeitsintensivierung“ des DGB-Index [Gute Arbeit](#), die **Annelie Buntenbach** (DGB), **Dr. Hans-Jürgen Urban** (IG Metall) und **Lothar Schröder** (ver.di) am Mittwoch in Berlin vorgestellt haben*.
<http://www.dgb.de/presse/++co++c972e18c-2fd3-11e7-8f55-525400e5a74a>

BMAS und Sozialpartner beginnen Dialogprozess

(5.5.17) Mit dem heutigen Kongress "Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt" ziehen das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS), die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) und die Sozialpartner BDA und DGB Bilanz zum Stand und Fortschritt der Aktivitäten zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Arbeitswelt.
<https://www.baua.de/DE/Services/Presse/Pressemitteilungen/2017/05/pm020-17.html>
Wissenschaftliche Untersuchungsbericht hier:
<https://www.baua.de/DE/Angebote/Publikationen/Berichte/Psychische-Gesundheit.html>
auch dazu: https://www.arbeitsschutz-portal.de/beitrag/asp_news/5937/psychische-gesundheit-in-der-arbeitswelt-aufbruchstimmung.html
auch dazu: <http://www.bptk.de/aktuell/einzelseite/artikel/psychische-b-2.html>

Wenn Angst außer Kontrolle gerät

Zwölf Millionen Menschen in Deutschland leiden an Angststörungen. Die Hälfte von ihnen wird gar nicht oder falsch behandelt. Was sind die Symptome, Ursachen und Folgen der Erkrankung? Welche Therapien helfen?
<http://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt.experten-tagung-ist-deutschland-ein-ort-der-angst-wenn-angst-ausser-kontrolle-geraet.ece6a574-1e05-4e33-8989-21d3c4ad39c0.html>

Werkzeugkasten Betriebliches Eingliederungsmanagement

Seit 2004 sind Arbeitgeber verpflichtet, länger erkrankten Beschäftigten ein **Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)** anzubieten. ... Besonders bei der Einführung dieses Präventionsverfahrens profitieren die betrieblichen Akteure von den detaillierten Erläuterungen und Vorschlägen des **BEM-Werkzeugkastens**. Dank seiner Systematik gelingt es, rasch einen geregelten Prozessablauf und Verfahrenssicherheit herzustellen.

<http://online-bem.de/doku.php>

GMS – Gesundheit mit System

Broschüre GMS - Gesundheit mit System [Download PDF \(3MB\)](#)

Faltblatt GMS – Gesundheit mit System: Gute Beispiele [Download PDF \(140KB\)](#)

Leitfaden für ein betriebliches Gesundheitsmanagement (BGI 5132)

"GMS – Gesundheit mit System" ist ein Dienstleistungsangebot der VBG zur Umsetzung des betrieblichen Gesundheitsmanagements. GMS baut dabei auf den bereits bestehenden, betrieblichen Arbeitsschutz auf. Die GMS-Ansprechpartner der VBG begleiten Sie als Lotse in allen GMS-Schritten und helfen Ihnen bei der Umsetzung. In diesem Leitfaden wird GMS vorgestellt. Er richtet sich vor allem an Unternehmer und Führungskräfte kleinerer und mittlerer Unternehmen.

http://www.vbg.de/DE/3_Praevention_und_Arbeitshilfen/2_Themen/08_Gesundheit_im_Betrieb/2_Gesundheit_mit_System/2_Leitfaden_und_gute_Beispiele/leitfaden_und_gute_beispiele_node.html

Die innere Kündigung: Diese Maßnahmen können helfen

„Jetzt mache ich nur noch Dienst nach Vorschrift und alles andere ist mir egal“ – so drückt sich die innere Kündigung im Arbeitsalltag der betroffenen Beschäftigten aus. Und das sind nicht wenige, denn nach Studien sind ca. sieben von zehn Arbeitnehmern im Job frustriert, etwa jeder Fünfte soll innerlich gekündigt haben. Für die betroffenen Beschäftigten können solche Frustrationen im Job erhebliche gesundheitliche Folgen haben: Es kann zu Depressionen, Sucht- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen kommen. Außerdem leidet natürlich die Psyche unter der persönlichen Unzufriedenheit.

<https://www.weka.de/betriebsrat-personalrat/die-innere-kuendigung-diese-massnahmen-koennen-helfen/?newsletter=br/i/bra/2017/08/01467958/die-innere-kuendigung-diese-massnahmen-koennen-helfen&chorid=01467958>

Beraterumfrage: Arbeit 4.0 bringt neue Chancen - und mehr psychische Probleme

Das sind keine schönen Aussichten: Rund die Hälfte von 845 befragten Beratern erwartet, dass psychische Probleme und kognitive Belastungen wie das Ausführen von zeitgleichen Tätigkeiten in der "Arbeitswelt 4.0" zunehmen werden. Dafür wird es weniger körperliche Anstrengungen geben. Insgesamt spiele das Thema in der Beratungspraxis aber noch eine eher untergeordnete Rolle.

https://www.betriebsratspraxis24.de/news/?user_aktuelles_pi1%5Baid%5D=358547&cHash=e08c51cb11709b3794267d9862a44e0c

Imame als Stütze für Muslime

Wie gehen Muslime mit psychische Erkrankungen und der Idee von Psychotherapie um? Gibt es überhaupt Unterschiede zwischen Muslimen und Nichtmuslimen? Ein Interview mit Psychotherapeut Ibrahim Rüschoff.

<http://www.islamiq.de/2017/05/21/imame-als-stuetze-fuer-muslime/>

Psychische Gefährdungsbeurteilung: Pflicht mit hohem Mehrwert

Der Arbeitgeber ist zur psychischen Gefährdungsbeurteilung als Maßnahme des Arbeitsschutz verpflichtet. Richtig ausgeführt kann sie aber eine entscheidende Grundlage für ein nachhaltiges BGM bilden und einem Großteil der psychischen Belastungen dauerhaft vorbeugen.

https://www.haufe.de/personal/hr-management/psychische-gefaehrungsbeurteilung-pflichten-und-nutzen/psychische-gefaehrungsbeurteilung-pflichten_80_412532.html

Schutz vor Gewalt am Arbeitsplatz

Statistiken zeigen: Gewalttätige Übergriffe am Arbeitsplatz sind keine Einzelfälle. Betroffene Arbeitnehmer leiden nicht selten anhaltend unter solchen Vorfällen. Der Ausschuss für Arbeitssicherheit bietet die Möglichkeit, gemeinsam mit den Beauftragten Maßnahmen zum Schutz der Arbeitnehmer zu entwickeln und umzusetzen. Ein hilfreiches Instrument dabei ist das sogenannte Aachener Modell.

<https://www.weka.de/betriebsrat-personalrat/schutz-vor-gewalt-am-arbeitsplatz/?newsletter=br/i/bra/2017/09/01467958/schutz-vor-gewalt-am-arbeitsplatz&chorid=01467958>

Österreich:

Job- oder Freizeitstress? Burnout-Erkrankungen steigen

Der gefühlte Zeitdruck im Job ist gesunken, die Zahl an Burnout-Erkrankungen gestiegen. Betriebe sehen sich als Schauplatz, nicht als Ursache psychischer Probleme -

<http://derstandard.at/2000058072834/Jeder-Dritte-fuehlt-sich-Burnout-gefaehrdet>

auch: <https://www.tips.at/news/linz/wirtschaft-politik/393185-der-aktuelle-arbeitsklima-index-der-ak-oberoesterreich-zeigt>

Intensivierung und Verteilung der Arbeit

Denkwerkstätte Graz (jährliche Veranstaltung) 22.-23.5.17

Beiträge früherer Veranstaltungen unter youtube

<https://www.youtube.com/channel/UCBEGU3hM0AFQsmznhuMoi8Q>

Pflege braucht mehr Courage

Pflegekräfte benötigen mehr Zeit und höhere Löhne, damit sie Menschen angemessen behandeln können. Dafür muss sich noch viel ändern.

<http://www.fr.de/politik/meinung/gastbeitraege/gastbeitrag-pflege-braucht-mehr-courage-a-1279868>

Wie lange halten sie noch durch?

Alten- und Krankenpfleger haben es schwer. Sie leiden unter der großen körperlichen und psychischen Belastung. Und so zweifeln sie überdurchschnittlich oft daran, ihre Arbeit noch lange ausführen zu können.

https://www.haufe.de/arbeitsschutz/gesundheit-umwelt/pflegekraefte-wie-lange-halten-sie-noch-durch_94_410802.html

Familie, Freunde, Kollegen: Wem erzähle ich, dass ich depressiv bin?

Viele Menschen leiden unter einer psychischen Krankheit wie zum Beispiel Depressionen oder Angststörungen. Die meisten versuchen, sie so lange wie möglich geheimzuhalten. Der Gastautor erklärt, warum das selten der richtige Weg ist. Er leidet selbst unter Depressionen und Angststörung.

http://www.focus.de/gesundheit/experten/psychische-krankheiten-warum-reden-oft-der-erste-schritt-zur-besserung-ist_id_7064583.html

Betriebsvereinbarung: So klappt´s miteinander

Mobbing und Diskriminierung sind überall fehl am Platz, besonders im Arbeitsleben. Arbeitgeber und Betriebsrat können ein gutes Arbeitsklima für alle Beschäftigten mit einer Betriebsvereinbarung befördern. Hier ein Mustertext aus der Datenbank AiB: Assist unserer Fachzeitschrift »Arbeitsrecht im Betrieb«.

http://www.bund-verlag.de/zeitschriften/arbeitsrecht-im-betrieb/aktuelles/arbeitshilfen/bv_9.pdf

Arbeitsschutz: Nur keinen Stress

Wenn die tägliche Arbeit zu einem Gesundheitsrisiko wird, dann ist er Staat gefragt. Arbeitsschutz-Verordnungen regeln, wie laut es auf Baustellen werden darf, welche chemischen Stoffe Fabrikarbeiter einatmen dürfen oder ob sie sich Laserstrahlen aussetzen müssen. In einer Gefährdungsbeurteilung müssen Arbeitgeber all dies niederlegen, sonst droht ein Bußgeld von 3000 Euro. Die Behörden der Bundesländer kommen zur Kontrolle vorbei.

<http://www.sueddeutsche.de/wirtschaft/arbeitsschutz-nur-keinen-stress-1.3525674>