

Info Psyche und Arbeit

2018-08

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 August 2018 aufgefallen sind. Herzlichen Dank an alle, die mir den einen oder anderen Hinweis haben zukommen lassen!

Ich stelle den Newsletter bis auf weiteres auf meine Webseite, da ein rechtssicherer Versand nach der neuen DSGVO zu aufwändig ist; wer den Newsletter in der Vergangenheit innerhalb seiner Kreise versandt hat, kann gerne weiter so verfahren.

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

Hans Dieter Gimbel

www.systemberatung-gimbel.de

info@systemberatung-gimbel.de

Tel: 0203-345820

"Muße kann vor Depressionen schützen"

Dr. Iris Hauth, Chefärztin des Alexianer St. Joseph-Krankenhauses für Neurologie, Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik in Berlin-Weißensee, berichtet in Ihrem Buch "Keine Angst!" über Ursachen und Behandlung von Depressionen - und wie man sich davor schützen kann.

<https://www.gesundheitsstadt-berlin.de/musse-kann-vor-depressionen-schuetzen-12537/>

Psychische Gefährdungsbeurteilung: Belastungen rechtzeitig erkennen

Psychische Störungen waren der häufigste Grund im vergangenen Jahr für Fehlzeiten von Frauen, auch männliche Arbeitnehmer erkranken immer häufiger wegen psychischer Belastungen. Kirsten Faust, Gesundheitsexpertin der BAD-Gruppe, erklärt, wie solche Probleme frühzeitig erkannt werden können.

https://www.haufe.de/personal/hr-management/gefaehrdungsbeurteilung-psychische-belastungen-erkennen_80_459070.html

ZDF-Doku: Arbeit auf Zeit

Gut bezahlt und vor allem: sicher. Diesen Ruf genießt der öffentliche Dienst als Arbeitgeber. Zu Unrecht, denn die Arbeitsbedingungen sind seit Jahren nicht mehr vorbildlich.

<https://www.zdf.de/dokumentation/zdfzoom/zdfzoom-arbeit-auf-zeit-100.html>

Mehr Geld und Pfleger: Schritt in die richtige Richtung

Osnabrück . Personalnotstand, schlechte Bezahlung, Stress: Pfleger in Krankenhäusern und Heimen ächzen unter der Arbeitsbelastung, Patienten klagen über zu wenig Zuwendung. Das soll sich nun ändern. Das Bundeskabinett hat dazu einen Gesetzentwurf gebilligt, der zumindest die Basis für Verbesserungen legt.

<https://www.noz.de/deutschland-welt/politik/artikel/1414914/mehr-geld-und-pfleger-schritt-in-die-richtige-richtung>

Nach langer Krankheit zurück in den Job: Betrieb muss Eingliederungsmanagement anbieten

BGW unterstützt Unternehmen mit neuem Praxisleitfaden zum Thema

Wer innerhalb von zwölf Monaten länger als sechs Wochen arbeitsunfähig ist, hat Anspruch auf ein betriebliches Eingliederungsmanagement, kurz BEM. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Arbeitsunfähigkeit zeitlich am Stück vorlag oder sich auf mehrere Etappen verteilte, ob innerhalb der zwölf Monate das Kalenderjahr wechselte und welchen Grund die Arbeitsunfähigkeit hatte. Darauf weist die *Berufsgenossenschaft* für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) hin. Sie unterstützt ihre *Mitgliedsunternehmen* bei dieser Aufgabe mit einem neuen, branchenübergreifenden Praxisleitfaden.

https://www.bgw-online.de/DE/Presse/Pressearchiv/2018/PI-5-2018-BEM-Leitfaden.html?utm_campaign=newsletter_2018-08-01_10:36:35

Schichtarbeit

Schichtarbeit mit mehr Ruhepausen

Es ist Zeit, Schichtarbeit besser zu gestalten, denn das Arbeiten gegen die innere Uhr setzt der Gesundheit ganz schön zu. In den Betrieben tut sich zu wenig. Warum und wie Betriebsräte die Schichtpläne umbauen sollten – weniger Nachtarbeit, mehr Ruhepausen –, erklärt Dr. Klaus Heimann in »Arbeitsrecht im Betrieb« 7-8/2018 in seinem Beitrag »Gesünder in Schichten arbeiten«.

<https://www.bund-verlag.de/aktuelles~Schichten-gesund-gestalten~>

Wenn Lehrer zu krank zum Lehren sind

In Hessen gehen besonders viele Lehrer in den vorzeitigen Ruhestand. Das erzeugt Probleme bei der Stellenbesetzung, auch weil die Zahl der Schüler steigt.

Auffällig viele Lehrer in Hessen scheiden vor Eintritt des offiziellen Pensionsalters aus dem Dienst aus. Mehr als 3000 waren es in den vergangenen fünf Jahren. Die meisten wegen Berufsunfähigkeit, das heißt aus gesundheitlichen Gründen. Und bei der Ausbildung des Lehrer-Nachwuchses läuft grundsätzliches etwas schief.

<http://www.fr.de/rhein-main/lehremangel-wenn-lehrer-zu-krank-zum-lehren-sind-a-1558897>

Krank sobald der Urlaub kommt – das Poststress-Syndrom

Der Urlaub steht vor der Tür und dann das: Migräne, Infekte, Magenprobleme. Stark gestressten Menschen passiert dieses Phänomen immer wieder. Diesen Kreislauf nennt man Poststress-Syndrom.

<https://www.familienservice.de/-/krank-sobald-der-urlaub-kommt-das-poststress-syndrom>

Stress im Job: AOK Bayern unterstützt Betriebe

40 Prozent klagen über hohen Arbeitsdruck

Die Zahlen sind ein Warnsignal: Seit 2009 stieg der Anteil der psychischen Erkrankungen am Krankenstand von 8,0 auf 10,9 Prozent (2017). Dies entspricht einem Zuwachs von gut 36 Prozent. Nordbayerns Städte verzeichnen ein deutlich stärkeres Plus als Südbayern. So gingen in Fürth im vergangenen Jahr 12,6 Prozent der Krankschreibungen auf psychische Probleme zurück, in Regensburg und Ingolstadt waren es nur 10,3 Prozent (siehe Grafik). Die Zahlen basieren auf der aktuellen Auswertung der Arbeitsunfähigkeitsdaten der mehr als 2,5 Millionen erwerbstätigen AOK-Versicherten in Bayern. Warum die Belastungen im Job zunehmen und wie sich Stress vermeiden lässt – darüber sprachen wir mit Werner Winter, Fachbereichsleiter Arbeitswelt bei der AOK Bayern.

<https://www.aok.de/pk/bayern/inhalt/stress-im-job-aok-bayern-unterstuetzt-betriebe/>

Arbeitsschutz Aktuell: Das sind die 16 Kongress-Themen

Von Arbeitsschutzorganisation bis Verkehrssicherheit

Vom **23. bis 25. Oktober 2018** findet in **Stuttgart** der **Fachkongress Arbeitsschutz Aktuell** parallel zur gleichnamigen Messe statt. Diese **16 Themenblöcke** im Spannungsfeld von Digitalisierung und wandelnder Arbeitswelt erwarten die Besucher.

https://www.arbeitsschutz-portal.de/beitrag/asp_news/6814/arbeitsschutz-aktuell-das-sind-die-16-kongress-themen.html

Stressmanagement für angehende Lehrkräfte

Ein Forscherteam der Leuphana Universität Lüneburg untersucht, ob ein internetbasiertes Training für das Stress- und Classroom-Management künftigen Lehrern dabei helfen kann, ihr Referendariat gelassen zu meistern. „Den Start ins Berufsleben haben sich viele junge Lehrerinnen und Lehrer anders vorgestellt“, sagt Hanna Heckendorf, Gesundheitspsychologin an der Leuphana, die sich in den sozialen Netzwerken systematisch umgeschaut hat. „Ein Gefühl, ständig unter Beobachtung zu stehen und bewertet zu werden, Zeitdruck, Ungewissheit, und schwierige Klassen“ sind nach ihren Analysen nur einige der Ursachen, die chronische Anspannung auslösen.

<https://idw-online.de/de/news700777>

Sucht im Betrieb: Wegschauen hilft nicht

Alkohol- oder Drogenmissbrauch kann zum Problem werden, das zeigt eindrücklich der jüngste Absturz des ehemaligen Radprofis Jan Ullrich. Doch Sucht macht auch nicht vor den Unternehmenstüren Halt. Gesundheitsexperte Jens Reppahn von der BAD GmbH erklärt, was Personaler bei Suchtproblemen im Betrieb tun können.

https://www.haufe.de/personal/hr-management/suchtpraevention-alkohol-oder-drogen-im-betrieb_80_464624.html

EuG spricht Mobbing-Opfern Schadensersatz zu

Das Gericht der Europäischen Union (EuG) hat zwei EU-Beschäftigten, die Opfer von Mobbing durch ihre Vorgesetzte wurden, Schadensersatz zugesprochen. Das Gericht hat in seinem Urteil zur Definition von Mobbing und der Frage, wann Vorgesetzte handeln müssen, Stellung genommen.

https://www.haufe.de/personal/arbeitsrecht/schadensersatz-bei-mobbing_76_458500.html

Schweiz:

Warum bereits 11-Jährige ein Burnout erleiden

Der Leistungsdruck auf Kinder hat in der Schweiz massiv zugenommen. Neben den schulischen Anforderungen müssen auch die Erwartungen der Eltern erfüllt werden. Nicht alle kommen damit klar – und erleiden ein Burnout.

<https://www.oltnergtagblatt.ch/schweiz/jetzt-gegensteuern-sonst-werden-die-folgen-fatal-sein-warum-bereits-11-jaehrige-ein-burnout-erleiden-132940290>

Psychische Erkrankungen halten Kliniken auf Trab

Die Bedeutung psychischer Erkrankungen nimmt in der stationären Versorgung überproportional zu, sagen Daten des Barmer Krankenhausreports aus. Und: Die Behandlungskosten unterscheiden sich nach Bundesländern frappierend.

https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/neuro-psychiatrische_krankheiten/article/969228/analyse-des-barmer-krankenhausreports-psychische-erkrankungen-halten-kliniken-trapp.html?ticket=ST-31469-TeHY57ObheDgZbvhaoLE-0ad19771-8b12-4a57-5760-bc37

Report hier:

<https://www.barmer.de/blob/124290/fd51cb989f2db52180beea2846cc0076/data/dl-report.pdf>

-,Dass man zur Therapie gedrängt wird, ist okay“

Christian Muhl, Direktor der Salus Klinik in Friedberg, erklärt im Interview, worauf es bei einer Suchttherapie ankommt, welche Rolle das Umfeld spielt – und welche Phase am kritischsten ist.

<http://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/menschen/klinikdirektor-zu-suechten-dass-man-zur-therapie-gedraengt-wird-ist-okay-15736109.html>

Welche Aufgaben hat ein Feelgood-Manager?

Immer mehr Firmen setzen auf Mitarbeiter, die eine Wohlfühlatmosphäre schaffen sollen. Sie heißen Feelgood-Manager, Corporate Culture Coordinator oder Well-Being-Beauftragte.

Doch was genau macht ein Feelgood-Manager eigentlich? Und wie sinnvoll ist das Konzept? <https://www.freiepresse.de/ratgeber/job-karriere/welche-aufgaben-hat-ein-feelgood-manager-artikel10284308>

Serie: Männer-Gesundheit

Ärzte erkennen Burnout bei Männern oft nicht - wann Sie auf die Bremse treten sollten

Wenn Männer an Burnout leiden, stehen sie vor einem Problem: Denn Ärzte stellen die Diagnose bei männlichen Patienten zu selten. Entsprechend werden Männer mit Burnout häufig falsch oder gar nicht behandelt. Auf welche ersten Anzeichen Männer achten sollten und was ihnen hilft, ein Burnout zu verhindern.

https://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/maenner/maennerserie-burnout-maenner-leiden-bis-es-nicht-mehr-geht-wie-sie-die-bremse-ziehen_id_9401611.html

Schweiz:

Die Revolution der Arbeit: «Statt gestresst im Stau stehen, einfach am Wohnort arbeiten.»

Die Digitalisierung verändert die Arbeitswelt tiefgreifend, was auch Arbeitnehmer stark fordert. Remo Rusca arbeitet mit Village Office in der Ostschweiz an einer Lösung, damit diese dezentral arbeiten können und dadurch mehr Lebensqualität erfahren.

<https://www.tagblatt.ch/wirtschaft/die-revolution-der-arbeit-statt-gestresst-im-stau-stehen-einfach-am-wohnort-arbeiten-ld.1044722>

Das sind die Grenzen der Gefährdungsbeurteilung

Der Beschäftigte kann vom Arbeitgeber eine Gefährdungsbeurteilung verlangen. Doch der Anspruch hat seine Tücken. Er richtet sich darauf, dass der Arbeitgeber gegenüber dem Betriebsrat initiativ wird. Konkretes kann der Arbeitnehmer nicht einfordern – so nun das LAG Berlin Brandenburg, das zugleich eine 12-Stundenschicht hier für zulässig hält.

<https://www.bund-verlag.de/betriebsrat/aktuellesbr~Wo-die-Grenzen-der-Gef%C3%A4hrdungsbeurteilung-liegen~?newsletter=BR-Newsletter%2F21.08.2018>

„Wo Menschen sind, ist immer Reibung“

Zum Äußersten kommt es nur selten, aber auch schwelende Konflikte können die Produktivität in Unternehmen stark verringern. Mediatoren können in diesem Fall vermitteln – und raten Führungskräften, früh aktiv zu werden.

<https://www.wiwo.de/erfolg/management/wut-am-arbeitsplatz-wo-menschen-sind-ist-immer-reibung/22893460.html>

Fürsorgepflicht und Fehlverhalten: Grenzen und Konsequenzen bei Mobbing

Ob sogenanntes Mobbing vorliegt, ist oft schwer einzuschätzen – das hat zuletzt der Fall zweier EU-Bediensteter gezeigt. Werden Mitarbeiter jedoch tatsächlich schikaniert, ist der Arbeitgeber wegen seiner Fürsorgepflicht gefordert. Wann es sich um Mobbing handelt und was bei einem Fehlverhalten droht.

https://www.haufe.de/personal/arbeitsrecht/fuersorgepflicht-bei-mobbing-grenzen-und-schadensersatz_76_463104.html

Dienstunfähigkeit bei psychischer Erkrankung

Immer mehr Erwachsene leiden an psychischen Krankheiten. Als Grund dafür wird oftmals die psychische Belastung durch Stress und Erschöpfung am Arbeitsplatz genannt. Gleichzeitig steigt das Bewusstsein für das Vorliegen von psychischen Krankheiten. Änderungen im Verhalten werden schneller als solche gedeutet. Mittlerweile sind somit oft auch psychische Leiden oder der Verdacht des Vorliegens solcher für den Dienstherrn eines Beamten ausschlaggebend, wenn dieser verlangt, dessen Dienstfähigkeit vom Amtsarzt überprüfen zu lassen.

https://www.anwalt.de/rechtstipps/dienstunfaehigkeit-bei-psychischer-erkrankung_142326.html

Kompetent mit Stress umgehen

Wir leben in hektischen Zeiten. SPIEGEL WISSEN und SPIEGEL ONLINE haben ein Training entwickelt, mit dem Sie lernen, dem alltäglichen Stress geschickter und gelassener zu begegnen.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/stress-acht-wochen-coaching-wie-sie-gelassener-mit-stress-umgehen-a-1223533.html>

Mit dieser simplen Frage prüfen Personaler, ob Bewerber „Giver“ oder „Taker“ sind

Als Personaler lernen Sie im Laufe Ihres Berufslebens eine Menge Bewerber kennen. Dadurch entwickeln Sie früher oder später ein sehr gutes Gespür für die Persönlichkeit eines Menschen, für Fassaden, kleine Unehrlichkeiten, Selbstüberschätzer oder auch mangelndes Selbstbewusstsein. Doch was vielen Personalern nicht bewusst ist: (Fast) jeder Mensch ist entweder „Giver“ oder „Taker“. Und dieser Aspekt sollte bei Ihren zukünftigen Entscheidungen eine wichtige Rolle spielen. Gut, dass Sie durch eine simple Frage im Vorstellungsgespräch ab sofort „Giver“ und „Taker“ unterscheiden können.

http://www.xing-news.com/reader/news/articles/1628246?ctid=WyI1ODlmYTJlZC00YTl3LTO2ZTEtOTQwZi1jZmRmMjk4MWFiYWl7bmV3X3JlY29tbWVuZGVyIiwijEwMCIsWzE2MjgyNDZdLCJwYWdlIixmYWxzZSwiN2UzODJlMTNhNzBiMTFfOGIiOWMwYTU4MGFmNDAYMmUuMS4xNjI4MjQ2Ii0&te=d3a719af95957007.eyJ0YXJnZXRfaWQiOiE2MjgyNDYsInRhcmdldF90eXBlljoiYXJ0aWNsZSIsInRhcmdldF9lcm4iOiJlcm46eC14aW5nOmNvbRlbnQ6eGFnZV9hcnRyY2x0e2MjgyNDYiLCJwYXJlbnRfY29udGFpbmV5X2lkIjoiW1wiNTg5ZmEzYzQ2NGE5Ny00NmUxLTK0MGYtY2ZkZjI5ODFhYmFiO25ld19yZWVnbW1lbnRlclwiLFwidXJuOngteGluZzpb250ZW50OnB1Ymxc2hlcl9wYWdlOiEwMFwiLFsXNjI4MjQ2XScInBhZ2VclixmYWxzZSwiLCJldMzgyZTEzYTcwYjExZThiNTljMGE1ODBhZjQwMjlljEuMTYyODI0NlwiXSIsInBvc2l0aW9uIjowLCJzaXRlX3NiY3Rpb24iOiJmcm9udHBhZ2UiLCJkZWxpdmVyeV9pZCI6IjU4OWZhMmVkJLTRhMjctNDZlMS05NDBmLWNmZGYyOTgxYWJhYjtuZXdcmVjb2ltZW5kZXIlLCJyZWZpb24iOiJwYWdlIiwuYWN0b3IiOiJlcm46eC14aW5nOmNvbRlbnQ6eHVibGlzaGVyX3BhZ2U6MTAwIiwuYWN0b3JfdXJuIjoiZm9jdXJuOngteGluZzpb250ZW50OnB1Ymxc2hlcl9wYWdlOiEwMFwiLCInNpb24iOiIyLjluMCJ9&toolbar=true&xng_share_origin=web

Schweiz

Stress, Burnout und interessierte Selbstgefährdung – ein Ausflug in die Arbeitspsychologie

„Reduce work in progress, stupid!“ – ein gut gemeinter Ratschlag, aber... Wer kennt es nicht: viele Projekte laufen gleichzeitig, der Arbeitsalltag gleicht allmählich dem einer Agentur. Ständiger Kontextwechsel, hier ein Asset liefern, dort ein Expert-Review, dann noch schnell ein Mockup, ein Prototyp und zwischendrin viele Meetings. Auch wir Cubies kämpfen in den hektischen Phasen mit zu viel Stress.

<https://www.wearecube.ch/stress/>

Nur noch kurz die Arbeitsmails checken

Nach Feierabend einen Kunden zurückrufen und vorm Schlafen noch die Arbeitsmails checken: Das Smartphone erlaubt uns, flexibel zu arbeiten. Den Kunden freut es, der Arbeitgeber schätzt das Engagement. Doch geht die Rechnung auf? Eine aktuelle Studie des Leibniz-Instituts für Arbeitsforschung meldet Zweifel an. Demnach birgt die berufliche Smartphone-Nutzung nach Feierabend Folgen für den nächsten Arbeitstag: Beschäftigte reagieren sensibler auf Belastungen bei der Arbeit und erschöpfen schneller.

<https://idw-online.de/de/news701292>

„Führungskräfte sensibilisieren“

Die Wiesbadener Stadtverwaltung hat den dritthöchsten Krankenstand in Hessen. Die städtischen Gesundheitsmanagerinnen wollen das ändern.

<http://www.fr.de/rhein-main/alle-gemeinden/wiesbaden/wiesbaden-fuehrungskraefte-sensibilisieren-a-1572576>

Gefährdungsanalyse Psyche

Arbeitsmedizinerin Wahl-Wachendorf spricht im Interview über die zunehmende Offenheit

Frau Wahl-Wachendorf, haben Betriebsärzte häufiger als früher mit psychischen Problemen von Mitarbeitern zu tun?

Ja, definitiv. Selbst in konservativen Branchen kommt das Thema langsam an. Auch in der Bauwirtschaft beispielsweise ist das Thema Psyche ein ganz anderes als noch vor fünf Jahren. Betriebsärzte aus allen Branchen berichten, dass Mitarbeiter ihnen viel öfter als früher in ganz normalen Beratungsgesprächen von belastenden Problemen erzählen.

<http://www.fr.de/wirtschaft/arbeit-soziales/arbeiten-in-der-krise-gefaehrungsanalyse-psyche-a-1574136>

