

Info Psyche und Arbeit

2018-09

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 September 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

Österreich:

Psychische Belastungen

Stress lass nach? Wie Arbeit gestaltet sein muss, damit Sie gesund bleiben.

<https://www2.arbeiterkammer.at/beratung/ArbeitundGesundheit/psychischebelastungen/index.html#>

Wegen Prognose zur Dienstunfähigkeit Lehramtsstudenten mit psychischen Problemen meiden oft Ärzte

Aus Angst davor, nicht verbeamtet zu werden, gehen Lehramtsstudenten oftmals mit psychischen Problemen nicht zum Arzt. Dabei steht eine psychische Erkrankung nicht automatisch dem Beamtentum im Weg.

<https://www.pfefferminzia.de/beamtenanwaerter-lehramtsstudenten-mit-psychischen-problemen-meiden-oft-aerzte/>

Auftakt: Psychische Belastungen in digitalisierten Arbeitswelten

Prof. Dr. Nico Dragano, Direktor des Instituts für Medizinische Soziologie der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf und erfahrener Stressforscher, eröffnete die Fachtagung mit der Darstellung des **Stands der Forschung über Digitalisierung und psychosoziale Arbeitsbelastungen**.

<http://gipfel.betriebsratsqualifizierung.de/auftakt-psychische-belastungen-in-digitalisierten-arbeitswelten/>

Mythos Burnout-Syndrom? Wie krank der Change wirklich macht

Arbeitnehmende können sich bei Überforderung nur sehr begrenzt selbst helfen. Deshalb müssen Unternehmen ihre Mitarbeitenden unterstützen und den Stress im Arbeitsalltag so gering wie möglich halten. Das gelingt nur durch die Anpassung von Strukturen und Regeln an die agile Arbeitswelt. Über welche Möglichkeiten Chefs verfügen, um ihre Angestellten vor einem Burnout zu bewahren, lesen Sie im Beitrag von Dr. Consuela Utsch.

<https://www.organisator.ch/mythos-burnout-syndrom-wie-krank-der-change-wirklich-macht/>

Neuer Höchststand bei Befristungen

Jede zweite Befristung ist sachgrundlos

Im ersten Halbjahr 2017 waren 42 Prozent der Vertragsänderungen bei Befristungen auf innerbetriebliche Übernahmen zurückzuführen, schreibt das Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung. 33 Prozent der auslaufenden befristeten Verträge wurden verlängert und 25 Prozent beendet. „Übernahmen in unbefristete Beschäftigung scheinen eher bei sachgrundlosen Befristungen zu erfolgen. Allerdings macht diese Option pauschale Befristungen überhaupt erst möglich“, erklärt Christian Hohendanner, der Autor der IAB-Studie. Fast 1,6 Millionen Verträge waren im Jahr 2017 nach betrieblichen Angaben sachgrundlos befristet, also etwa jeder zweite befristete Vertrag.

<http://www.ergo-online.de/site.aspx?url=html/aktuelles/59012018.htm>

Burn-out-Pionierin Maslach: Die sechs wichtigsten Risikofaktoren

Sie stieß durch Zufall auf das Thema: In den 70er Jahren führte die Psychologin Christina Maslach Interviews mit Schwestern und Ärzten aus Notaufnahmen, Polizisten und Feuerwehrleuten zum Thema Emotionen. „Dabei berichteten viele über Erschöpfung, ein

negatives Arbeitsumfeld, dass sie nicht mehr können und aussteigen wollen. Sie wurden dabei zornig und traurig. Ich suchte in der Literatur nach einer Bezeichnung, fand aber nichts. Bis ich zufällig mit einer Anwältin darüber sprach und diese erzählte, in ihrer Szene nenne man das ‚Burn-out‘.“

<https://kurier.at/wissen/burn-out-pionierin-maslach-die-sechs-wichtigsten-risikofaktoren/400109036>

Fehlzeiten-Report 2018: Sinn erleben - Arbeit und Gesundheit

Der Fehlzeiten-Report, der vom WIdO, der Universität Bielefeld und der Beuth Hochschule für Technik herausgegeben wird, liefert jedes Jahr umfassende Daten und Analysen zu den krankheitsbedingten Fehlzeiten in der deutschen Wirtschaft. Die Entwicklung in den einzelnen Wirtschaftszweigen wird detailliert beleuchtet. Aktuelle Befunde und Bewertungen zu den Gründen und Mustern von Fehlzeiten in Betrieben werden vorgestellt.

<https://www.wido.de/fzreport.html>

auch dazu: <https://www.tah.de/lokales/lokalnachrichten/news-single/eine-als-sinnvoll-empfundene-arbeit-macht-seltener-krank-1.html>

auch dazu: <https://www.bayerische-staatszeitung.de/staatszeitung/beruf-karriere/detailansicht-beruf-karriere/artikel/erschoeft-schlaflos-ausgebrannt.html>

Was-dass-Interessen bestimmen Gute Arbeit

Im Einführungsreferat des 10. Gesundheitsgipfels sprach **Dr. Klaus Peters**, COGITO Institut für Autonomieforschung zum Thema „Gute Arbeit und indirekte Steuerung“, vor welchen Herausforderungen stehen Betriebliche Interessenvertretungen im Zuge des digitalen Wandels.

Er arbeitete in seinem Beitrag insbesondere heraus, auf welche aktuelle betriebliche Situation die Mechanismen der Digitalisierung treffen und wie sie wirken.

<http://gipfel.betriebsratsqualifizierung.de/was-dass-interessen-bestimmen-gute-arbeit/>

Krank in Teilzeit

Wer leicht psychisch erkrankt ist, sollte in Teilzeit weiterarbeiten dürfen. Dafür schlagen Ärzte eine neue Art der Krankschreibung vor. Sie hat einen entscheidenden Nachteil.

Gibt es künftig eine Teil-Krankschreibung?

Ein Ärzteverband schlägt vor, neben der als »Gelber Schein« bekannten Bescheinigung der Arbeitsunfähigkeit eine Teil-Krankschreibung einzuführen. Beschäftigte sollen bei Krankheit ihre Arbeit reduzieren können, statt dem Job völlig fernzubleiben. Die Gewerkschaften beurteilen diese Idee schon länger skeptisch – zumal sie sich nur auf psychische Erkrankungen bezieht.

<https://www.bund-verlag.de/betriebsrat/aktuellesbr~Umstrittener-Vorschlag-zur-Teil-Krankschreibung~?newsletter=BR-Newsletter%2F11.09.2018>

Auch dazu: <https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/krankschreibung>
auch: <https://www.stern.de/gesundheit/kommt-die-teilzeit-krankschreibung--warum-psychotherapeuten-sie-fordern-8383078.html>

Burn-out im Klassenzimmer

Kaum eine andere Berufsgruppe wird so oft Opfer psychosomatischer Erkrankungen wie Lehrer. Oft spielen dabei erhöhte Leistungsansprüche eine große Rolle.

<https://www.sueddeutsche.de/karriere/praeventionsangebote-fuer-paedagogen-burn-out-im-klassenzimmer-1.4133594>

Immer mehr Menschen melden sich krank

Der volkswirtschaftliche Schaden ist groß, die Krankenkassen sehen es nicht so dramatisch und haben eine Erklärung dafür.

Die Zahl der Tage mit Arbeitsunfähigkeit nach Krankschreibungen in deutschen Unternehmen und Behörden ist in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen. In den neun Jahren zwischen 2008 und 2016 betrage die Zunahme mehr als 60 Prozent auf fast 560 Millionen, wie aus einer Regierungsantwort auf eine Anfrage der Linksfraktion hervorgeht, die der *Rheinischen Post* vorliegt.

<https://www.swr3.de/aktuell/nachrichten/Immer-mehr-Krankschreibungen-in-den-vergangenen-Jahren/-/id=47428/did=4856544/1irmvw0/index.html>

Auswertung der Linken: <https://www.linksfraktion.de/themen/nachrichten/detail/frauen-leiden-am-staerksten-unter-psychischen-belastungen-in-der-arbeitswelt/>

<https://www.linksfraktion.de/themen/nachrichten/detail/zahl-der-krankschreibungen-in-deutschland-stark-gestiegen-volkswirtschaftliche-kosten-auf-hoehchstst/>

Studie zur Lehrerbelastung Pädagogen klagen über miserable Schulausstattung

Der Arbeitsalltag von Lehrern in NRW ist oft von Mängeln geprägt: ungenügende Ausstattung der Schulen mit Computern und Arbeitsräumen, zu wenig Lehrer im Kollegium und Mängel in der Inklusion.

<https://www.ksta.de/politik/studie-zur-lehrerbelastung-paedagogen-klagen-ueber-miserable-schulausstattung-31319570>

Chefs und Kollegen nerven mehr als Pendeln

Die meisten Arbeitnehmer sind mit ihrer jetzigen Berufssituation zufrieden. Stress gibt es trotzdem, vor allem wegen Vorgesetzten, Kollegen – und Lärm. Auf die Frage, welche Faktoren bei ihnen zu psychischem oder körperlichem Stress bei der Arbeit führen, nennt – Mehrfachnennungen waren möglich – mit 21,1 Prozent nur ein knappes Fünftel der befragten Arbeitnehmer lange Fahrzeiten. Hier verursachen eine zu hohe Aufgabenlast (58,1 Prozent) oder Ärger mit Vorgesetzten (36,3 Prozent) und Kollegen (34,4 Prozent), aber auch Lärm (29 Prozent) deutlich größeres Unbehagen.

https://www.aerztezeitung.de/praxis_wirtschaft/betriebsmedizin/article/971909/pendleratlas-chefs-kollegen-nerven-pendeln.html

Arbeiten 4.0 und psychische Gesundheit

Arbeiten 4.0 ist geprägt durch den technologischen Fortschritt, der sich in einer wachsenden Digitalisierung, Flexibilisierung und Vernetzung äußert. Für die Arbeitnehmer gehen mit diesen Entwicklungen jedoch nicht nur Chancen, sondern auch Risiken einher.

https://www.haufe.de/arbeitsschutz/gesundheit-umwelt/bgm-arbeiten-40-und-psychische-gesundheit_94_470320.html

"betrifft: Fit bis zur Rente? Wenn Arbeit krank macht ..." **SWR Fernsehen**

Jeder fünfte Neurentner schied 2016 aus gesundheitlichen Gründen frühzeitig aus dem Arbeitsleben aus. Die Dokumentation im SWR/SR Fernsehen stellt Menschen vor, die unter starker Arbeitsbelastung leiden und Gefahr laufen, davon krank zu werden. Oder bereits erkrankt sind. Der Film zeigt auch, was man dagegen tun und wie man das Rentenalter doch noch gesund erreichen kann.

<https://www.presseportal.de/pm/7169/4063129>

"Ich bin nicht schlecht drauf, ich bin depressiv"

Kaum etwas ist schwerer, als dem Chef und den Kollegen von seiner psychischen Erkrankung zu erzählen. Tut es trotzdem, sagt unsere Autorin, die ADHS und Depressionen hat.

<https://www.zeit.de/arbeit/2018-09/psychische-erkrankungen-depressionen-umgang-offenheit-im-job>

Gehören Sie dazu? Diese Persönlichkeiten sind besonders Burnout-gefährdet

Trotz allen Engagements kommen Sie nicht so recht voran? Manchmal haben Sie den Eindruck, dass sich alles gegen Sie verschworen hat? Sie sind oft müde? Ist das dann schon ein Burnout? Antworten liefert das brandaktuelle Buch [“Der brennende Hamster – Arbeiten Sie noch oder qualmen Sie schon?”](#) von [Axel Berger](#) und [Thorsten Thews](#). Hinter dem bildhaften Titel verbirgt sich ein Ratgeber für alle, die das Gefühl haben, sich in einem Hamsterrad zu befinden und so schnell zu drehen, dass sie Feuer fangen. In Kooperation mit dem Campus-Verlag veröffentlicht das XING Coaches + Trainer-Magazin folgenden Auszug – erfahren Sie hier, welche Persönlichkeitsstrukturen besonders anfällig für einen Burnout sind.

https://coaches.xing.com/magazin/gehoeren-sie-dazu-diese-persoenlichkeiten-sind-besonders-burnout-gefaehrdet?sc_o=da1715&xing_share=news

Projekt 'Sag ich's? Chronisch krank im Job' Entscheidungshilfe wird entwickelt

Ist es sinnvoll, eine chronische Krankheit beim Arbeitgeber zu erwähnen? Sollten Sie den Chef oder die Kollegen wissen lassen, dass Sie eine solch Erkrankung haben? Das fragen sich viele Beschäftigte spätestens, wenn sich der Arbeitsbereich ändert oder wenn der psychische Druck des "Versteckspiels" zu groß wird.

https://www.arbeitsschutz-portal.de/beitrag/asp_news/6835/sag-ichs-chronisch-krank-im-job-entscheidungshilfe-wird-entwickelt.html
