

# Psychische Belastungen durch Arbeit - Ursachen, Auswirkungen und Lösungsmöglichkeiten



# Psychische Belastungen durch Arbeit

- Ursachen



## Veränderte Arbeitswelt?

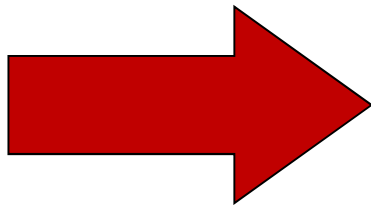
- Veränderte Gesellschaft? Veränderte Wirtschaft? Wertewandel?
  - Dominanz internationaler Kapitalmärkte und Globalisierung
  - Digitalisierung und Arbeit 4.0
  - Ökonomisierung und Vermarktlichung
  - Erosion des „Normalarbeitsverhältnis“
  - prekäre und atypische Beschäftigungsverhältnisse
  - Wertewandel und Ambivalenz zunehmender Optionsspielräume

# Strukturwandel der Arbeit

- Gravierende Zunahme der Dienstleistungsarbeit im Inland
  - Personenbezogene Dienstleistungsarbeit erfordert das Management eigener und zum Teil auch fremder (Kunden-)Gefühle
  - Kommerzialisierung von Gefühlen und Ausbalancieren von Widersprüchlichkeiten
- Flexibilisierung und Entgrenzung von Arbeit (zeitlich, räumlich, sachlich, sinnlich, sozial)
- neuer Typus von Arbeitskraft entsteht mit vielfältigem Bedarf, die eigene Rolle zu „managen“
- „Verbetrieblichung“ des Privaten

## Veränderte Arbeitswelt?

Arbeit hat sich gravierend verändert und fordert von Arbeitnehmenden in einem hohen Ausmaß personale und psychische Ressourcen ab.



Psychische Belastungen, Erschöpfung, Burnout, Depressionen sind Arbeitsunfälle der Moderne!

Arbeit heute: ein Balanceakt zwischen Selbstverwirklichung und Erschöpfung

# Psychische Belastungen durch Arbeit

- Auswirkungen



# Die zentrale Bedeutung des psychischen Befindens



Quelle: Badura, 2010

# Psychische Belastungen durch Arbeit

- Lösungsmöglichkeiten



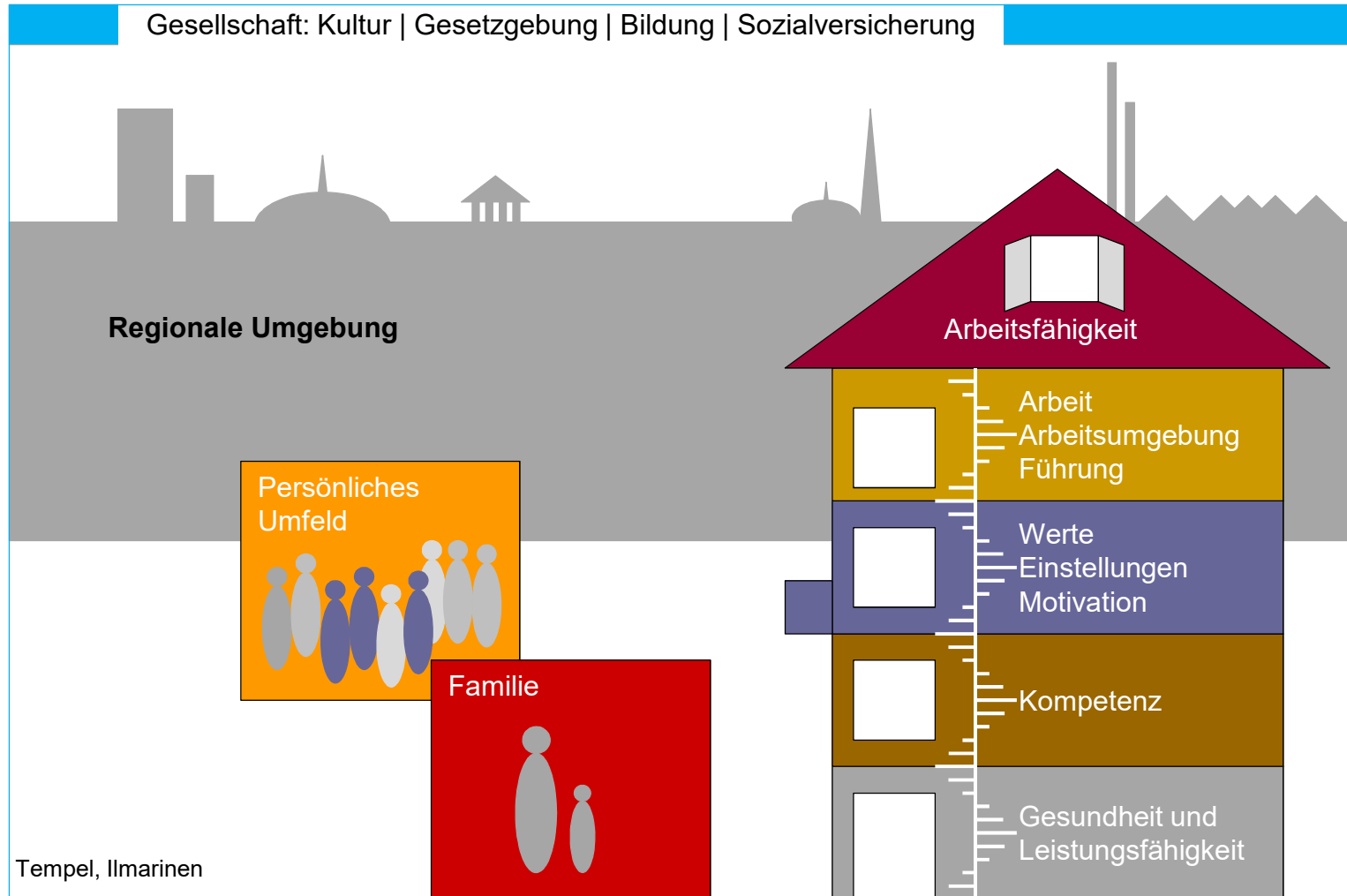


## Psychische Belastungen....

- „Die Gesamtheit aller erfassbaren Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken“ (DIN EN ISO 10075-1)
- Können aus allen Bereichen der Arbeit entstehen (Tätigkeit, Arbeitsbedingungen & -gestaltung, Unternehmenskultur & Zwischenmenschliches....)
- anders als im klassischen Arbeitsschutz lassen sich keine Richtwerte o. Ä. aufstellen
- Ihre Erfassung und Bearbeitung braucht Reflektion, Austausch und DIALOG



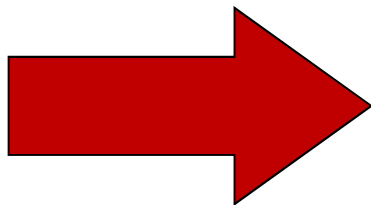
# Haus der Arbeitsfähigkeit



# Lösungsmöglichkeiten

## Auf Betriebsebene

- Gesetzliche Regelungen wie psychische Gefährdungsanalyse, Suchtprävention, Betriebliches Eingliederungsmanagement umsetzen
- Gesundheit zum integralen Bestandteil der Organisation machen
- DIALOG, Austausch- und Aushandlungsprozesse über Gesundheit & Belastungen auf und zwischen allen Ebenen anregen
- Sensibilisierung und Schulung von Führungskräften zu psychischen Belastungen und Erkrankungen
- Aufklärung und Information der Mitarbeitenden

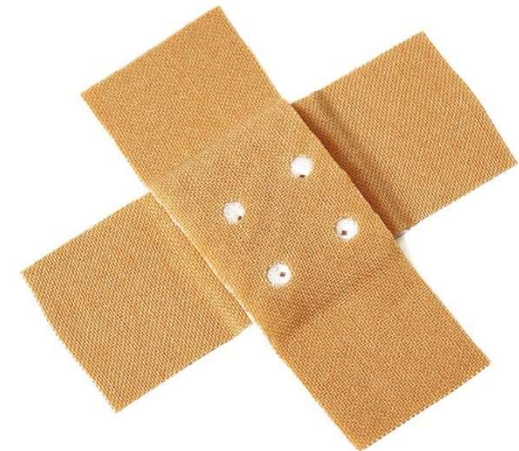


Partizipation der Mitarbeitenden

# Lösungsmöglichkeiten

## Auf der Individualebene

- Anerkennen von Kommunikation und Interaktion personenbezogener Dienstleistungen als integrale Bestandteile dieser Arbeit
- Unterstützen der Mitarbeitenden durch Angebote zu Coaching, Supervision, kollegiale Fallberatung ...



Vielen Dank für das Interesse und die Aufmerksamkeit!!!

