

# Info Psyche und Arbeit

2017-01

---

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 Januar 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](http://www.systemberatung-gimbel.de)

[info@systemberatung-gimbel.de](mailto:info@systemberatung-gimbel.de)

Tel: 0203-345820

---

## Arbeitsbelastung: 7 Warnsignale, dass Ihr Mitarbeiter überarbeitet ist

"Ich kann nicht mehr!" Nur wenige Mitarbeiter sagen so frei heraus, wenn sie sich der Arbeitsbelastung nicht gewachsen fühlen. Chefs, die diese Warnsignale im Blick haben, können dennoch rechtzeitig gegensteuern.

<http://www.impulse.de/management/personalfuehrung/arbeitsbelastung-mitarbeiter/3549127.html>

-----

## Deutsche fürchten eher Stress als Arbeitsplatzverlust

ielmehr glauben sie sogar, mithilfe moderner Technologien ihr Berufsleben besser mit ihrem Privat- und Familienleben in Einklang zu bringen als bisher. Ihre größte Sorge ist aber gleichzeitig, mehr Stress bei der Arbeit zu erleben. Selten zuvor hat die repräsentative Continental „Karriere-Umfrage“ ein derart zwiespältiges Bild in Sachen Zukunft der Arbeitswelt aufgezeigt, wie die aktuelle 13. Ausgabe der Erhebung mit dem Schwerpunkt „Digitalisierung“.

<https://bildungsklick.de/bildung-und-gesellschaft/meldung/deutsche-fuerchten-eher-stress-als-arbeitsplatzverlust/>

-----

Einsatzkräfte müssen bei Beleidigungen und Handgreiflichkeiten die Nerven bewahren  
**Sanitäter, Seelsorger, Streitschlichter**

Sie kommen, um Menschen in Not zu helfen und bringen sich für andere auch selbst in Gefahr. Dankbarkeit erfahren die Einsatzkräfte der Feuer- und Rettungswache Bad Oeynhausen aber nicht immer. Zur körperlichen Arbeit und Stress gehört im Alltag auch psychische Belastung.

<http://www.westfalen-blatt.de/OWL/Lokales/Kreis-Minden-Luebbecke/Bad-Oeynhausen/2650632-Einsatzkraefte-muessen-bei-Beleidigungen-und-Handgreiflichkeiten-die-Nerven-bewahren-Sanitaeter-Seelsorger-Streitschlichter>

-----  
**Germanwings-Absturz:**

## **Germanwings-Copilot trägt alleinige Schuld**

Die Düsseldorfer Staatsanwaltschaft hat in vielmonatiger Detailarbeit versucht, sich einer monumentalen Frage anzunähern: Hat jemand durch Unterlassen, Fehlverhalten oder die Verletzung von Vorschriften dazu beigetragen, dass der Copilot Andreas Lubitz vor gut zwei Jahren, es war der 24. März, 149 Menschen mit sich in den Tod reißen konnte?

<http://www.sueddeutsche.de/panorama/germanwings-absturz-die-schuld-des-germanwings-copiloten-1.3324210>

## **Gesund arbeiten: Depression ist tabu**

Firmen sollen helfen, psychischen Erkrankungen vorzubeugen. Dem Stückwerk Gesundheit in Betrieben fehlen aber Plan und Ressourcen Unerträgliche Kunden, Patienten und Schüler gehen europaweit und auch in Österreich den Arbeitenden am meisten an die Gesundheit. An zweiter Stelle liegt für die Österreicher der Zeitdruck, dann kommen anstrengende und schmerzhafte Körperhaltungen. So viel hat die Gesundheitsagentur der EU (Osha mit Sitz in Bilbao) erhoben. Plus: Psychische Erkrankungen nehmen zu und machen mittlerweile mehr als ein Drittel der Diagnosen für Arbeitsunfähigkeit oder Invaliditätspension aus.

<http://derstandard.at/2000045435860/Gesund-arbeiten-Depression-ist-tabu>

## **Depression ist ein Risikofaktor fürs Herz wie das Rauchen – und Lehrkräfte, die sich nicht anerkannt fühlen, sind gefährdet**

Millionen Menschen leiden daran: Depression gilt als Volkskrankheit. Dabei kann die Seelennot auch aufs Herz schlagen – stärker als bislang vermutet. Auch Lehrkräfte sind betroffen. Sie sind durch ihre berufliche Belastungssituation gefährdet. Insbesondere dann, wenn sie ihre Leistung nicht anerkannt fühlen.

<http://www.news4teachers.de/2017/01/depression-ist-ein-risikofaktor-fuers-herz-wie-das-rauchen-und-lehrkraefte-die-sich-nicht-erkannt-fuehlen-sind-gefaehrdet/>

Der Österreichische Arbeitsklima Index zeigt:

## Unsichere Jobs sind ungesund und machen unzufrieden

Wer einen unsicheren Job hat, leidet eher unter Existenzängsten, psychischen Belastungen und gesundheitlichen Problemen. Auch die Qualität der geleisteten Arbeit und die Zufriedenheit im Job sinken mit zunehmender Unsicherheit.

[http://www.ots.at/presseaussendung/OTS\\_20170122\\_OT0010/der-oesterreichische-arbeitsklima-index-zeigt-unsichere-jobs-sind-ungesund-und-machen-unzufrieden](http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20170122_OT0010/der-oesterreichische-arbeitsklima-index-zeigt-unsichere-jobs-sind-ungesund-und-machen-unzufrieden)

auch: <http://www.wirtschaft.com/unsichere-jobs-sind-ungesund-und-machen-unzufrieden/>

---

## Termindruck, Arbeitsverdichtung, Stress: Nur in jedem vierten Betrieb systematische Gegenmaßnahmen

Neue Untersuchung des WSI

Termindruck, Arbeitsverdichtung, Stress: Nur in jedem vierten Betrieb systematische Maßnahmen gegen psychische Belastungen

Der psychische Druck ist in vielen Betrieben hoch. Das liegt häufig auch an einer zu dünnen Personaldecke. Arbeitnehmervertreter konstatieren als Folge eine Zunahme gesundheitlicher Probleme, zeigt eine neue Studie des Wirtschafts- und Sozialwissenschaftlichen Instituts (WSI) der Hans-Böckler-Stiftung.\* Doch an konkreten Programmen gegen Stress fehlt es vielerorts – besonders in kleineren Firmen.

<https://idw-online.de/de/news666669>

---

## Schichtarbeit: So lassen sich Belastungen abbauen

Schichtarbeit ist ein zentrales Arbeitsschutzthema: Die atypische Arbeitszeit belastet den Organismus und das soziale Leben der Beschäftigten. Sie verkürzt die Lebenserwartung und steigert das Krebsrisiko. Arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse ermöglichen ergonomischere Schichtpläne. In der »Guten Arbeit« (GA) 1/2017 berichten die Experten Thomas Langhoff und Rolf Satzer über die Belastungen und was man dagegen tun kann.

<http://www.bund-verlag.de/blog/betriebsrat/so-lassen-sich-belastungen-abbauen/>

---

## Erkennen psychischer Belastungen und Beanspruchungen

**Einstiegsseminar zum Thema Psychische Gesundheit oder: Kein Stress mit dem Stress**

Arbeitsverdichtung, Zeitdruck, Informationsüberflutung und erhöhte Qualifikationsanforderungen sind zentrale Faktoren, die zunehmend die Motivation sowie Leistungsfähigkeit und damit die psychische Gesundheit von Beschäftigten gefährden können. Dies kann Auswirkungen auf die Innovationskraft und damit die Wettbewerbsfähigkeit von Unternehmen haben.

<http://www.gib.nrw.de/service/events/F17024-erkennen-psychischer-belastungen-und-beanspruchungen/>

---

## Nichts hören. Nichts sehen. Nichts sagen

**Bericht zu Arbeitsbelastungen von Lehrerinnen und Lehrern ohne neue Erkenntnisse**  
Nichts hören. Nichts sehen. Nichts sagen. Mit dieser Maxime scheint das Bildungsministerium an die Formulierung des Berichts zu „Arbeitszeiten und Arbeitsbelastungen von Lehrkräften in Schleswig-Holstein“ gegangen zu sein. Neues zur Arbeitssituation von Lehrkräften in Schleswig-Holstein fördert der Bericht jedenfalls nicht zutage, über den der Landtag heute (26.01.2017) diskutiert.  
<https://bildungsklick.de/schule/meldung/nichts-hoeren-nichts-sehen-nichts-sagen/>

---

## Psychische Erkrankungen: Höchststand bei Ausfalltagen

Krankenstands-Analyse der DAK-Gesundheit – Seelenleiden bei Frauen erstmals Ursache für die meisten Fehltag. Noch nie gab es so viele Ausfalltage im Job wegen psychischer Erkrankungen: Mit rund 246 Fehltagen je 100 Versicherte waren Seelenleiden 2016 auf dem Höchststand.  
[https://www.dak.de/dak/bundes-themen/Psychische\\_Erkrankungen\\_Hoehchststand\\_bei\\_Ausfalltagen-1873100.html](https://www.dak.de/dak/bundes-themen/Psychische_Erkrankungen_Hoehchststand_bei_Ausfalltagen-1873100.html)

---

## VdK-TV: Wiedereinstieg ins Berufsleben nach einer psychischen Erkrankung

Psychische Erkrankungen sind nach wie vor ein Tabuthema. Dabei sind immer mehr Erwerbstätige betroffen. Burnout-Syndrom, Depressionen und Angststörungen können jeden treffen. Deshalb ist es wichtig, Arbeitnehmer nach einer Therapie wieder in den Beruf einzugliedern. VdK-TV zeigt im Beitrag vom 13. Februar, wie eine solche Rückkehr ablaufen kann.  
<http://www.vdk.de/deutschland/pages/presse/vdk-zeitung/72454/vdk-tv-wiedereinstieg-ins-berufsleben-nach-einer-psychischen-erkrankung>  
ab 13.2.17 Beitrag hier: <http://www.vdktv.de/index.php?id=5>

---

Schon von 2013, aber interessant:

## Psychische Belastung und Gefährdung -

(Nicht ganz neu aber interessant)

## Sechs häufige Denkfehler

<http://docplayer.org/36097175-Psychische-belastung-und-gefaehrdung-sechs-haeufige-denkfehler.html>

## Interessierte Selbstgefährdung / Warum Mitarbeiter ihre Gesundheit aufs Spiel setzen

Führung heißt heutzutage meist nicht mehr, dass der Chef „das Kommando hat“ und genau vorgibt, was man zu tun hat. Modernes Management orientiert sich am Erfolg, fördert die Effizienz und stärkt die Selbstorganisation der Mitarbeiter. Geführt wird über indirekte Steuerungsformen wie die der Zielvereinbarungen. ....Zeit für Privatleben, aber auch für die eigene Gesundheit bleibt auf der Strecke. Eine Zunahme an psychischen Belastungen ist die Folge.

[http://www.aok-business.de/nordwest/gesundheit/bgf-in-ihrer-organisation/gesund-fuehren/interessierte-selbstgefaehrung/?tx\\_aokbselect\\_select%5Baction%5D=%2F&tx\\_aokbselect\\_select%5Bcontroller%5D=Select](http://www.aok-business.de/nordwest/gesundheit/bgf-in-ihrer-organisation/gesund-fuehren/interessierte-selbstgefaehrung/?tx_aokbselect_select%5Baction%5D=%2F&tx_aokbselect_select%5Bcontroller%5D=Select)

## Bewegung statt Sofa: Körperliche Fitness schützt vor stressbedingten Herzerkrankungen

Noch immer stellen Herz-Kreislauf-Erkrankungen die häufigste Todesursache in Industriestaaten dar, wobei viele dieser Erkrankungen durch beruflichen Stress bedingt sind. Einer Kooperationsstudie aus der Schweiz und Schweden zufolge kann körperliche Fitness vor allem bei chronischem Stress vor den Risiken einer Herzerkrankung schützen.

<http://www.bvpraevention.de/cms/index.asp?inst=bvpg&snr=11341>

Österreich:

## Neue Videos: Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung

### 25 Jahre Erfahrung in 2-Mintuen-Videos

1995 habe ich meinen ersten Text zur praktischen Vorgehen bei der Analyse psychischer Belastung publiziert: Molnar, M. (1995): Arbeitsplatzanalysen. In: Der Mensch am Bildschirmarbeitsplatz. Ein Handbuch über Recht, Gesundheit und Ergonomie. Springer-Verlag, Wien. S. 207-210. Seither sind viele Jahre vergangen und der Erfahrungsschatz ist gewachsen. Aus der Praxis für die Praxis sind nun viele kurze Videos mit Empfehlungen aus der Praxis für die Praxis entstanden.

Wir haben neue Videos zu den Themen Ermittlung – Beurteilung - Maßnahmen Psychische Belastung

<https://www.youtube.com/watch?v=Wh8yn-l3Mo0&list=PLlQlQIGZQqGWZBYkB12e-Z3fY2gBtfe28n&index=15>

## Handlungshilfe für Handwerksbetriebe

Der Anteil der Beschäftigten im Handwerk mit einer psychischen Erkrankung oder Verhaltensstörung liegt bei 9%. Im Jahr 2005 lag er noch bei knapp 5%. Darüber hinaus lag im Handwerk die durchschnittliche Dauer psychisch bedingter Krankheitsfälle bei 29 Tagen gegenüber

13 Tagen durchschnittlicher Dauer der Arbeitsunfähigkeit.

**Handlungshilfe für Handwerksbetriebe - Kein Stress  
mit dem Stress (LIA.nrw)**  
-----

## **Gesundheit in der modernen Arbeitswelt. Brennpunkt psychische Belastungen**

Die Fachtagung der IG Metall und des Ministeriums für Arbeit, Integration und Soziales des Landes NRW findet am 28.02.2017 in Berlin statt. Psychische Belastungen gehören zum Alltag in der modernen Arbeitswelt. Lange

- Arbeitszeiten, größer werdende Informationsmengen, ständige Erreichbarkeit, hohe Arbeitsintensität oder schlechtes Betriebsklima gefährden die Gesundheit der Beschäftigten. Der moderne Arbeitsschutz wird mit neuen Herausforderungen konfrontiert. Aber auch „alte“ Probleme sind vielfach noch ungelöst. Betriebliche wie überbetriebliche Arbeitsschutzakteure sind gefordert, Antworten zu finden und geeignete Präventionsstrategien umzusetzen. Für telefonische Rückfragen steht Frau Tamara Kahraman unter 069 - 23 01 63 zur Verfügung. Um Anmeldung wird bis zum 17.02.2017 per Email an [tamara.kahraman@biwe-ffm.de](mailto:tamara.kahraman@biwe-ffm.de) gebeten.