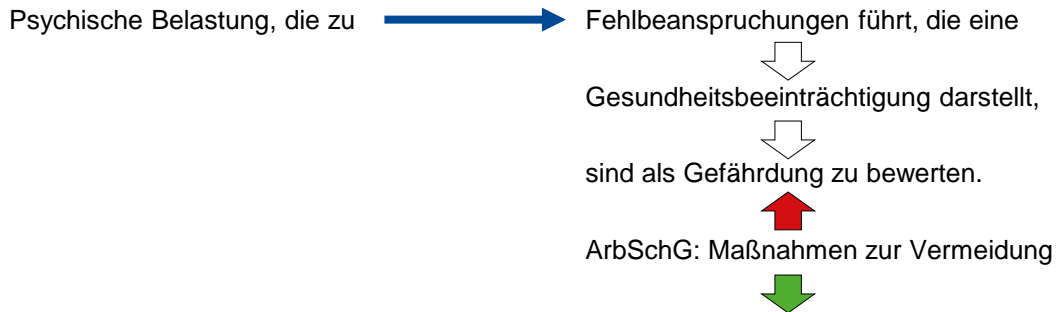


Gefährdung



Psychische Belastung muss so gestaltet sein, dass Fehlbeanspruchungen verringert oder vermieden werden
→ Erster Schritt: **Analyse und Bewertung der psychischen Belastung**

ID 070672

2

Was ist das Besondere an der Bewertung psychischer Belastung? Teil 1

- Psychische Belastung ist oft schwieriger greifbar/messbar als körperliche Belastungen, z. B. Licht und Lärm kann man mit Messgeräten erfassen. Womit aber misst man soziale Unterstützung?
- Zahlreiche unterschiedliche Modelle zur Beschreibung und Bewertung von psychischer Belastung
- Keine Standardisierungen, Normen und Regelungen wie bei körperlichen Belastungen
- Arbeitsanforderungen befinden sich in ständigem Wandel

ID 080494

3




Indikatoren für die Gesundheitsgefährdung durch psychische Belastung

aus dem iga.Report 31
Initiative Gesundheit & Arbeit (iga) (iga-info.de)



ID 071472

6




Folgende psychische Belastungsfaktoren sind als potenziell gesundheitsgefährdend zu bewerten:

| Arbeitsbelastung | Herz-Kreislauf-Erkrankung | Typ2-Diabetes | Depression | Angst | Psychische Beeinträchtigung ¹ |
|---|---------------------------|---------------|------------|----------|--|
| zu wenig Handlungsspielraum (geringe Job Control) | ja | - | ja+ | - | ja |
| zu hohe Arbeitsintensität (hoher Job Demand) | nein | - | ja+ | - | ja |
| Job Strain (hohe Arbeitsintensität bei geringem Handlungsspielraum) | ja+ | ja | ja | Hinweis+ | ja |
| fehlende oder geringe soziale Unterstützung | Hinweis | - | ja | - | ja |
| Iso-Strain (Job Strain bei geringer sozialer Unterstützung) | Hinweis+ | - | ja | nein | - |
| lange Arbeitszeiten | - | - | - | - | ja+ |
| viele Überstunden | ja | Hinweis | Hinweis+ | - | - |
| ungünstig gestaltete Schichtarbeit | ja | Hinweis+ | - | - | - |
| hohe Arbeitsplatzunsicherheit | ja | - | - | - | ja+ |
| Rollenstress / Unsicherheit | - | - | ja | ja+ | - |
| Mobbing / Bullying | - | - | ja+ | ja+ | ja+ |
| Effort-Reward-Imbalance | ja | - | Hinweis+ | - | ja |

Vgl.: iga.report 31 (Hrsg.: iga - Initiative Gesundheit und Arbeit, 10/2015)
¹manche Autorinnen und Autoren haben verschiedene psychische Störungen in einer abhängigen Variablen „common mental disorders“ (psychische Beeinträchtigungen) zusammengefasst

ID 070673

7



Ergebnisse


- 55 Metaanalysen und systematische Reviews
- Bewertung der gefundenen Zusammenhänge
- Folgendes Bewertungsschema:

| Bewertung | Erläuterung |
|-----------|---|
| ja + | Zusammenhang belegt von mehreren, qualitativ guten Metaanalysen |
| ja | Zusammenhang von einer guten Metaanalyse belegt |
| nein | es liegen Metaanalysen vor, die keinen Zusammenhang finden; es liegen nur systematische Reviews vor, die keinen Zusammenhang finden |
| Hinweis + | es liegen keine Metaanalysen vor, aber mehrere systematische Reviews, die für einen Zusammenhang sprechen |
| Hinweis | es liegen keine Metaanalysen vor, aber ein systematischer Review, der für einen Zusammenhang spricht |
| - | es liegen in ihren Ergebnissen widersprüchliche Metaanalysen oder systematische Reviews vor |

Vgl.: iga.report 31 (Hrsg.: iga - Initiative Gesundheit und Arbeit, 10/2015)

ID 070674

8



Risikofaktor „zu hohe Arbeitsintensität (Job Demand)“

- Wenn eine Person
 - in kurzer Zeit
 - sehr viel Arbeit
 - in hoher Qualitätleisten muss.
- Nachweise für Depression und andere psychische Beeinträchtigungen, nicht für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen)

ID 070678

9

Risikofaktor „zu geringer Handlungsspielraum (Job Control)“

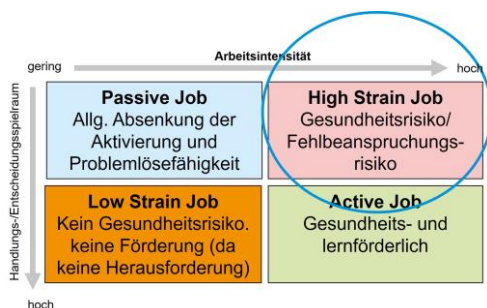
- Wenn eine Person wenig Einfluss auf ihre Arbeit und den Arbeitsablauf nehmen kann
- Nachweise für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen), Depression und andere psychische Beeinträchtigungen

ID 070676

10

Risikofaktor „Job Strain“

- Kombination aus geringem Handlungsspielraum (Job Control) und hoher Arbeitsintensität (Job Demand)
- Nachweise für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen), Diabetes, Depression und andere psychische Beeinträchtigungen; Hinweise für Angststörungen



Grafik: BGHM
Darstellung des Job-Demand-Control-Modells mit zusätzlicher
Erläuterung der Beanspruchungsfolgen in den einzelnen
Quadranten (nach IGA-Report 31)

ID 070677

11

Risikofaktor „fehlende oder geringe soziale Unterstützung“

- Wenn Kolleginnen und Kollegen oder Vorgesetzte wenig Hilfe leisten, wenig Wertschätzung äußern o. ä.
- Nachweise für Depression und andere psychische Beeinträchtigungen; Hinweis für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen)

ID 071473

12

Risikofaktor „Iso-Strain“

- Kombination von geringer sozialer Unterstützung (Isolation) und hoher Arbeitsintensität bei geringem Handlungsspielraum (Job Strain)
- Nachweise für Depression; Hinweis für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen), nicht für Angststörungen

ID 070679

13

Risikofaktor „lange Arbeitszeiten, viele Überstunden“

- Wenn eine Person über die reguläre Arbeitszeit hinaus arbeitet
- Nachweise für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen), psychische Beeinträchtigungen; Hinweis für Depression und Diabetes

ID 070680

14

Risikofaktor „ungünstig gestaltete Schichtarbeit“

- Beschäftigung mit Schichtsystemen (z. B. Tages-, Spät-, Nachtschicht)
- Nachtschicht stellt ein besonderes Risiko dar
- Nachweise für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen); Hinweis für Depression

ID 070681

15

Risikofaktor „hohe Arbeitsplatzunsicherheit“

- (Subjektiv erlebte) Unsicherheit, den eigenen Arbeitsplatz behalten zu können.
- Nachweise für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen) und psychische Beeinträchtigungen

ID 070682

16

Risikofaktor „Rollenstress“

- Erwartungen an die „Rolle“ einer beschäftigten Person sind der betreffenden Person nicht klar
- Unterschiedliche Vorstellungen von der jeweiligen „Rolle“
- Person hat verschiedene „Rollen“, die in Konflikt geraten (z. B. muss man als Vorgesetzte(r) seine Beschäftigten vor Überforderung schützen, ihnen aber gleichzeitig viel abverlangen, um die Forderungen „von oben“ zu erfüllen)
- Nachweise für Depression und Angststörungen

ID 070683

17

Risikofaktor „Mobbing/Bullying“

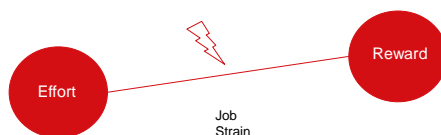
- Erlebter „Psychoterror“ am Arbeitsplatz: aggressives Verhalten von Kolleginnen und Kollegen oder Vorgesetzten mit dem Ziel des „Fertigmachens“ und/oder „Wegekelns“.
- Nachweise für Depression, Angststörungen und andere psychische Beeinträchtigungen.

ID 070684

18

Risikofaktor „Effort-Reward-Imbalance“

- Wenn ein Ungleichgewicht zwischen eigenem Engagement/Einsatz und Belohnung wahrgenommen wird, d. h. für die eigene Leistung zu wenig Wertschätzung, eine zu geringe Bezahlung, kaum Förderung o. ä. entgegengebracht wird.
- Nachweise für HKE (Herz-Kreislauf-Erkrankungen) und psychische Beeinträchtigungen



Grafik: BGHM
Das Effort-Reward-Imbalance-Modell (nach IGA-Report 31)

ID 070685

19