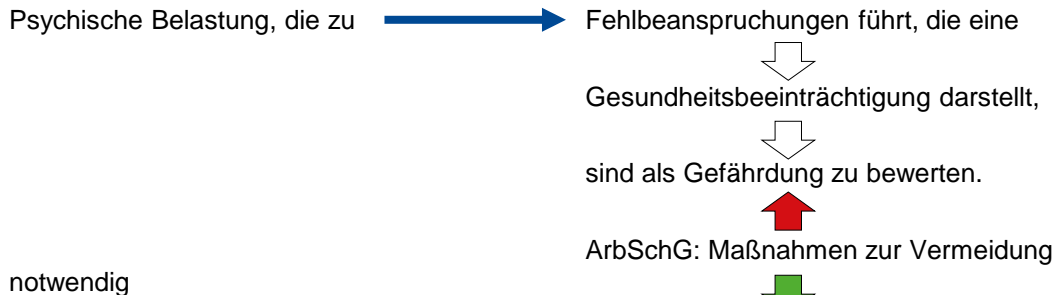


## Gefährdung



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

ID 070672

## 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 070686



## Was ist das Besondere an der Bewertung psychischer Belastung? Teil 2

- Anders als bei einigen physischen Belastungen treten die Folgen psychischer Belastung i. d. R. nicht unmittelbar ein
  - Es gibt keine eindeutigen Ursache-Wirkungs-Beziehungen: psychische Belastung kann vermittelt über Stress die Entstehung verschiedener Erkrankungen begünstigen
- je nach individueller „Verletzlichkeit“ ist bestimmte psychische Belastung mit unterschiedlichen Erkrankungen assoziiert

ID 070687



## Was ist das Besondere an der Bewertung psychischer Belastung? Teil 3

- Ab wann spricht man bei arbeitsbedingter Fehlbeanspruchung von einer Beeinträchtigung?
  - Beeinträchtigung des Wohlbefindens
  - Arztbesuch ohne Diagnosevergabe
  - Krankheitsdiagnose
  - Unfall oder Tod?

→ ungeklärter Definitionsspielraum

ID 070688

## Indikatoren für die Gesundheitsgefährdung durch psychische Belastung

### aus dem iga Report 31

iga - Initiative für Gesundheit und Arbeit

ID 071472

## Folgende psychische Belastungen sind als potenziell gesundheitsgefährdend zu bewerten:

Arbeitsbelastung	Herz-Kreislauf-Erkrankung	Typ2-Diabetes	Depression	Angst	Psychische Beeinträchtigung <sup>1</sup>
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

<sup>1</sup>manche Autorinnen und Autoren haben verschiedene psychische Störungen in einer abhängigen Variablen „common mental disorders“ (psychische Beeinträchtigungen) zusammengefasst

ID 070673

### 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

ID 070674

### 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

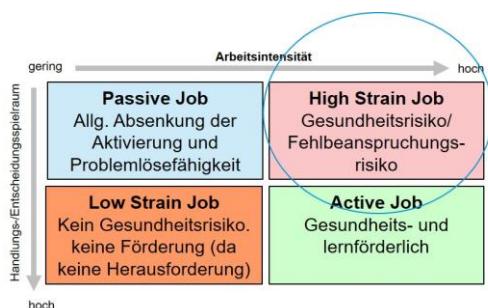
## Risikofaktor „zu geringer Handlungsspielraum (Job Control)“

- 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

## 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



Darstellung des Job Demand-Control-Modells mit zusätzlicher Erläuterung der Beanspruchungsfolgen in den einzelnen Quadranten (vgl. Report 31)

ID 070677



## 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 070678



## 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



### **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



### **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



## Risikofaktor „hohe Arbeitsplatzunsicherheit“

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

ID 070682



## 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



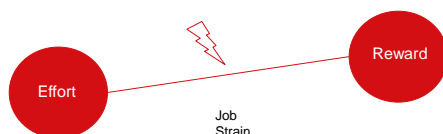
## Risikofaktor „Mobbing/Bullying“

- 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

## 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



Das Effort-Reward-Imbalance-Modell  
(iga.Report 31)

ID 070685