



## Arbeitsschutzgesetz

### § 4 Allgemeine Grundsätze:

Die Arbeit ist so zu gestalten, dass eine Gefährdung für das Leben sowie für die **physische und die psychische Gesundheit** möglichst vermieden und die verbleibende Gefährdung möglichst gering gehalten wird.

### § 5 Beurteilung der Arbeitsbedingungen:

(3) Eine Gefährdung kann sich insbesondere ergeben durch: .....

#### 6. **psychische Belastungen bei der Arbeit**

### § 6 Dokumentation

(1) ....muss über die erforderlichen Unterlagen verfügen, aus denen das Ergebnis der Gefährdungsbeurteilung, die von ihm festgelegten Maßnahmen des Arbeitsschutzes und das Ergebnis ihrer Überprüfung ersichtlich sind.

ID 070214



## Unfallverhütungsvorschrift DGUV Vorschrift 1

### § 3 Beurteilung der Arbeitsbedingungen, Dokumentation, Auskunftspflichten

#### 10. Psychische Faktoren

##### 10.1 Ungenügend gestaltete Arbeitsaufgabe

(z. B. überwiegende Routineaufgaben, Über-/Unterforderung)

##### 10.2 Ungenügend gestaltete Arbeitsorganisation

(z. B. Arbeiten unter hohem Zeitdruck, wechselnde und/oder lange Arbeitszeiten, häufige Nacharbeit, kein durchdachter Arbeitsablauf)

##### 10.3 Ungenügend **gestaltete soziale Bedingungen**

(z. B. fehlende soziale Kontakte, ungünstiges Führungsverhalten, Konflikte)

##### 10.4 Ungenügend gestaltete Arbeitsplatz- und Umgebungsbedingungen

(z. B. Lärm, Klima, räumliche Enge, unzureichende Wahrnehmung von Signalen und Prozessmerkmalen, unzureichende Softwaregestaltung)

##### 10.5 ...

ID 070215

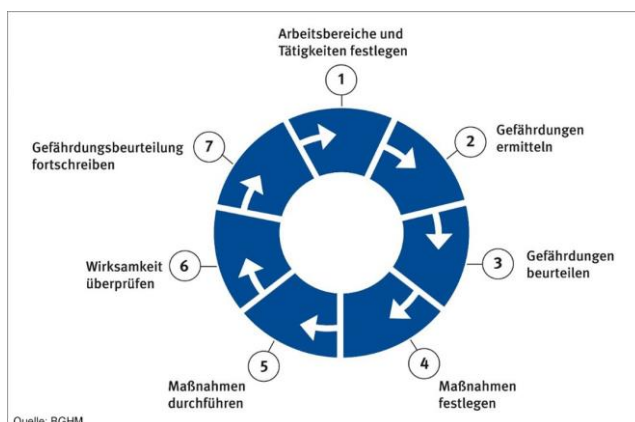
## Anforderungen einer Gefährdungsbeurteilung

- Analyse/Identifikation aller systematischen/wesentlichen Gefährdungs- und Belastungsfaktoren.
- Bewertung der Faktoren (Einflüsse) hinsichtlich ihres Risikos für Sicherheit und Gesundheit der Mitarbeiter.
- **Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen für riskante Faktoren.**
- Wirksamkeitskontrolle.
- Dokumentation der Ergebnisse.
- (Mitbestimmungsrechte des BR).

**grundsätzlich**

ID 070216

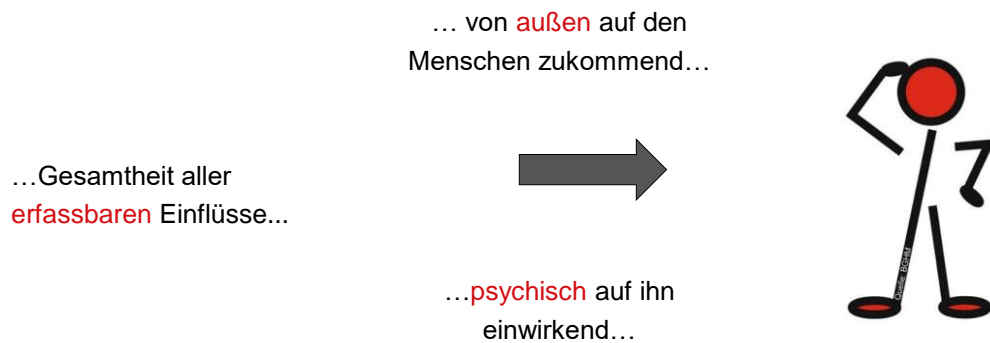
## Anforderungen einer Gefährdungsbeurteilung



**grundsätzlich**

ID 070217

## Unterscheidung von Belastung



ID 070223

## und Beanspruchung (nach DIN EN ISO 10075-1)



ID 070223

Gestaltungsbereiche psychischer Belastung



ID 013477

Psychische Belastung in der Gefährdungsbeurteilung  
Gestaltungsbereiche

Arbeitsinhalt / Arbeitsaufgabe	Arbeits- organisation	Arbeitszeit	Soziale Beziehungen	Arbeitsmittel	Arbeits- umgebung
<ul style="list-style-type: none"><li>• Vollständigkeit der Aufgabe</li><li>• Variabilität</li><li>• Handlungsspielraum</li><li>• Information</li><li>• Qualifikation</li><li>• emotionale Inanspruchnahme</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Arbeitsintensität</li><li>• Störungen Unterbrechungen</li><li>• Kommunikation / Kooperation</li><li>• Kompetenzen / Zuständigkeiten</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dauer</li><li>• Erholungszeiten</li><li>• Lage / Schichtarbeit</li><li>• Vorhersehbarkeit / Planbarkeit</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• zu den Kolleginnen und Kollegen</li><li>• zu den Vorgesetzten</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Arbeitsmittel</li><li>• Persönliche Schutzausrüstung</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• physikalische, biologische und chemische Faktoren</li><li>• ergonomische Faktoren</li></ul>

ID 070220

## Gestaltungsbereiche psychischer Belastung

1. Arbeitsaufgabe
2. Arbeitsorganisation
3. Arbeitszeit
4. soziale Beziehungen
5. Arbeitsmittel
6. Arbeitsumgebung

[www.gda-psyche.de](http://www.gda-psyche.de)

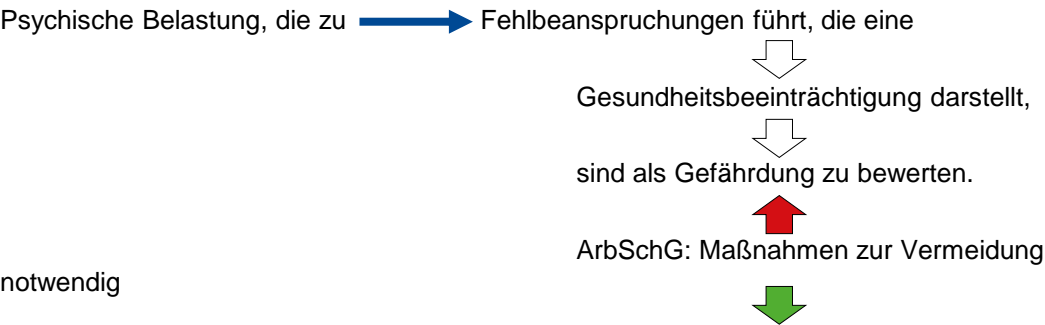


ID 070219

## Stand der Technik Soziale Beziehungen/Bedingungen als Gefährdung

ID 070446

Gefährdung



notwendig

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

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

## 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

## Soziale Beziehungen und Bedingungen - Stand der Technik I

- **Ungenügende hygienische Arbeitsbedingungen**
- **Ungenügende Planbarkeit der Arbeitsbedingungen**

...mindern die Leistungsfähigkeit und führen zu Arbeitsunfällen, Verhaltensauffälligkeiten und psychischen Beeinträchtigungen.

ID 070229



## Soziale Beziehungen und Bedingungen - Stand der Technik II

- **Gewalt, Aggression, Belästigung (oder die Angst davor) am Arbeitsplatz**
- **negatives Betriebsklima (unangenehme Atmosphäre)**

...mindern die Leistungsfähigkeit und fördern Depressionen, Ängste und posttraumatische Belastungsstörungen.

ID 070230



## Soziale Beziehungen und Bedingungen - Stand der Technik III

- **Ungenügende soziale Unterstützung (Rückhalt)**  
**in Kombination mit**
- **job strain** (hohe Arbeitsintensität bei geringem Handlungsspielraum)

...fördert Arbeitsunfälle und die Ausbildung von Depressionen; Affektive, Angst-, phobische und Zwangsstörungen sowie Herz-Kreislaufkrankungen.

ID 070231





## Soziale Beziehungen und Bedingungen - Stand der Technik IV

- **Unklarheit über die eigene Rolle (Aufgabe/Status)  
in Kombination mit**
- **Nicht-Passung der Arbeitsaufgabe/Anforderungen zu den Erwartungen**

...fördert die Ausbildung von Anspannungssymptomen (Stress, psychische Sättigung/Ermüdung, Psychosomatik) und Depressionen; Angststörungen sowie Herz-Kreislauferkrankungen.

ID 070232



## Soziale Beziehungen und Bedingungen - Stand der Technik V

- **Gratifikationskrise (Dysbalance zwischen Anstrengung und Belohnung)**

...fördert die Entzündungsparameter (CPR); Schmerzerkrankungen (Bewegungsapparat); Tinnitus (Hörprobleme); Störungen des Immunsystems; vermehrten Alkoholkonsum; Störungen der Schwangerschaft.

ID 070233