Initiative Gesundheit und Arbeit

iga.Report 31:
Risikobereiche für psychische Belastungen

Zeitdruck, Multi-Tasking, zwischenmenschliche Herausforderungen – all das sind Dinge, die die meisten Beschäftigten heutzutage immer häufiger erleben. Spielten früher im Hinblick auf das Thema „Arbeit und Gesundheit“ vor allem physische Belastungen (z. B. Lärm, Dämpfe) die Hauptrolle, so rücken heute die sogenannten „psychischen Belastungen“ in den Fokus. In der Fachwelt werden psychische Belastungen entgegen dem alltäglichen Sprachverständnis in der Regel neutral verstanden. Sie umfassen Arbeitsfaktoren, die psychisch auf Beschäftigte einwirken (z. B. Arbeitszeitgestaltung oder erlebte Autonomie), und können je nach Ausgestaltung eine Kraftquelle, aber auch eine Gefahr für Körper und Psyche darstellen. Daher fordert das Arbeitsschutzgesetz seit einer Neuerung im Jahr 2013 explizit, dass Arbeitgeber ermitteln, inwieweit neben physischen auch psychische Belastungen die Gesundheit von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern gefährden können.

Im Arbeitsschutzgesetz werden allerdings keine Hinweise darauf gegeben, wann ein Belastungsfaktor potentiell gesundheitsgefährdend sein kann. Umso dringlicher wird der Ruf nach einem wissenschaftlichen Nachweis, der zeigt, inwiefern psychische Belastungen ein Gesundheitsrisiko darstellen können. Diesem Ruf folgt die von iga in Auftrag gegebene Forschungsarbeit von Frau Professorin Dr. Renate Rau (Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg). Die Untersuchung ist Bestandteil des Arbeitsprogramms „Psyche“ der Gemeinsamen Deutschen Arbeitsschutzstrategie (GDA).

Auf Basis einer systematischen Literaturrecherche werden in dem iga.Report 31 Risikobereiche psychischer Belastungen identifiziert. Zentrales Ergebnis ist eine Liste von elf Belastungsfaktoren, die als potentiell gesundheitsgefährdend einzustufen sind.

Die Auflistung erhebt jedoch keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Durch den stetigen Wandel in der Arbeitswelt ist z. B. damit zu rechnen, dass neue psychische Arbeitsbelastungen entstehen und andere wiederum an Bedeutung verlieren können. Außerdem ist zu beachten, dass für bestimmte psychische Belastungen und Erkrankungen keine oder zu wenige Forschungsarbeiten vorliegen. Trotz der bestehenden Einschränkungen bieten die Ergebnisse nicht nur Material, um Unternehmen von der Bedeutung psychischer Belastungen zu überzeugen. Weiterhin zeigen sie vor allem Folgendes: anhand von Maßnahmen, die an diesen elf Faktoren ansetzen, können Unternehmen die Gesundheit ihrer Beschäftigten maßgeblich sichern und fördern.

Weitere Informationen
www.iga-info.de > Veröffentlichungen > iga.Reporte > iga.Report 31

Folgende psychische Belastungen sind als potentiell gesundheitsgefährdend zu bewerten:

- hohe Arbeitsintensität (Job Demand)
- geringer Handlungsspielraum (Job Control)
- hoher Job Strain (d. h. die Kombination von geringem Handlungsspielraum mit hoher Arbeitsintensität)
- geringe soziale Unterstützung
- Iso Strain (d. h. die Kombination von geringem Handlungsspielraum und hoher Arbeitsintensität bei gleichzeitig geringer sozialer Unterstützung)
- Überstunden / lange Arbeitszeit
- Schichtarbeit
- Rollenstress
- Effort-Reward-Imbalance (Ungleichgewicht zwischen erlebter Leistung und dafür erhaltener Belohnung/Wertschätzung)
- Bullying/aggressives Verhalten am Arbeitsplatz
- Arbeitsplatzunsicherheit