

Psychische Gefährdungen am Arbeitsplatz



Foto: privat

Prof. Dr. med. Michael Linden

P psychische Gefährdungen am Arbeitsplatz sind seit längerem ein wichtiges Thema in der Arbeitsmedizin und Arbeitspsychologie und nach Gesetz ebenso zu beachten, wie die Exposition gegenüber Gefahrstoffen. Allerdings stellen psychische Belastungen besondere Herausforderungen dar. Was ist eine umweltbedingte Belastung, was eine unziemliche Belastung, was eine Belastungsintoleranz der/des Beschäftigten, was eine davon völlig unabhängige, mit Überlastungsgefühlen einhergehende psychische Störung? Selbstverständlich ist auch, dass kein Mensch sich den ganzen Tag über wohl und glücklich fühlt. Stress, Ärger, Anforderungen usw. gehören zum menschlichen Leben. Ein gewisses Maß an Herausforderung ist sogar wichtig für die psychische Gesundheit. Ein Arbeitsplatz ohne Herausforderungen, soziale Anforderungen und durchaus auch Enttäuschungen oder Konflikte ist nicht vorstellbar.

Unter präventiven Gesichtspunkten stellt sich für die Arbeitsmedizin und Arbeitspsychologie also eine mehrfache Aufgabe. Zunächst sollten die Beschäftigten identifiziert werden, die tatsächlich unter einer manifesten psychischen Störung leiden. Sie müssen ermuntert werden, sich professionelle Hilfe suchen und es muss verhindert werden, dass es am Arbeitsplatz zu Leidensverschlimmerungen oder auch relevanten Leistungsminderungen kommt. Zweitens sind solche Beschäftigten zu identifizieren, die als Risikopersonen anzusehen sind. Dies bedeutet, dass sie am Arbeitsplatz und durch Arbeitsanforderungen, aber möglicherweise auch durch sonstige Lebensbedingungen überfordert sind, so dass die Gefahr besteht, dass es zu dysfunktionalen Entwicklungen kommt. Dem wäre ggf. prophylaktisch vorzubeugen. Drittens ist bei allen Beschäftigten zu prüfen, ob sie über angemessene allgemeine wie spezielle Fähigkeiten zur Bewältigung der Arbeitsanforderungen verfügen, das heißt eine gute Resilienz haben. Schließlich ist im Kontakt insbesondere mit den letztgenannten Beschäftigten auch zu prüfen, ob strukturelle Aspekte des Arbeitsplatzes möglicherweise Anforderungen stellen,

die auch einen psychisch gesunden Menschen an seine Grenzen bringen. Die Frage ist, wie das geschehen kann.

In diesem Schwerpunktheft „Prävention bei psychischen Belastungen am Arbeitsplatz“ werden mehrere Anregungen gegeben. Am Anfang steht die Frage eines belastungssensiblen Betriebsklimas mit Blick auf das einzelne Team. Als Anregung wird in der Arbeit von **Michael Linden** auf die Bedeutung der „Rudelpsychologie“ in sozialen Gruppen, das heißt auch am Arbeitsplatz hingewiesen.

Ein zweiter Ansatz ist, die Aufgabenzuteilung und die Leistungsfähigkeit der einzelnen Person miteinander in Einklang zu bringen. Die Arbeit von **Beate Muschalla** beschreibt diesbezüglich das Prinzip der „Person-Umwelt-Passung“.

Im dritten Schritt sind im Rahmen des „Betrieblichen Gesundheitsmanagements“ alle Beschäftigten in der Entwicklung ihrer Stressbewältigung und Resilienz zu fördern. Im Beitrag von **Fiona Niebuhr et al.** wird dargestellt, dass dies durchaus auch adressatenbezogen differenziert erfolgen sollte.

Schließlich stehen ausgearbeitete Stressbewältigungsprogramme zur Verfügung, insbesondere für Beschäftigte, die bereits mit Problemen kämpfen. Das von **Dieter Olbrich** beschriebene GUSI-Modell ist ein Beispiel dafür.

Als Stufe vor der Überweisung zu Therapeutinnen/Therapeuten sowie Ärztinnen/Ärzten ist eine innerbetriebliche fachspezifische Frühdiagnostik möglich, die in der Arbeit zur Psychosomatischen Sprechstunde im Betrieb (PSIB) von **Eva Rothermund et al.** erläutert wird.

Zuletzt wird im Beitrag von **Tanja Wirth et al.** eine Übersicht über Instrumente gegeben, die bei der Identifizierung gefährdeter Personen hilfreich sein können.

Ihr Michael Linden

Medizinische Klinik mit Schwerpunkt Psychosomatik,
Charité Universitätsmedizin Berlin



Foto: ©NIKCOA-stock.adobe.com

DGUV Empfehlungen

für arbeitsmedizinische
Beratungen und
Untersuchungen

1. Auflage

Gentner



Herausgegeben von der
Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung

DGUV Empfehlungen für arbeitsmedizinische Beratungen und Untersuchungen

1. Auflage 2022, ISBN 978-3-87247-783-5
Gebunden, 1064 Seiten, € 72,-



Bestellung unter:
www.gentner-shop.de/buchshop

AUCH ALS E-BOOK
Jetzt bestellen!

Gentner