

Psychische Belastungen in der Arbeitswelt
Ursachen – Folgen – Lösungen

Lukas Heller, M.A.

27. Februar 2024
„Potenziale, Probleme Perspektiven: Gestaltungsimpulse für die hessische Arbeitswelt“
Workshop III

Agenda

- I. Belastungs-Beanspruchungs-Modell
- II. Ursachen für psychische Fehlbeanspruchung
- III. Folgen – psychische Erkrankungen
- IV. Fazit & Handlungsbedarf

I. Belastungs-Beanspruchungs-Modell

Belastungs-Beanspruchungs-Modell

Psychische Belastung

„Vielzahl unterschiedlicher psychisch bedeutsamer Arbeitsanforderungen und -bedingungen, etwa Anforderungen an die Arbeitsintensität, die soziale Unterstützung am Arbeitsplatz oder die Dauer, Lage und Verteilung von Arbeitszeit“
(Beck et al. 2022: 5)



Wirkt unter

Individuelle Voraussetzungen und Verfassung

Aktuelle Situation und Gemengelage aus individueller psychischer Verfassung (Motivation, Fähigkeiten, Einstellung, Bewältigungsstrategien etc.) und weiterer individueller Voraussetzungen (Alter, Geschlecht, Gesundheit, Ernährung, körperlicher Zustand etc.)



Führt zu

Psychische Beanspruchung

„Unmittelbare Auswirkung der psychischen Belastung im Individuum in Abhängigkeit von seinem aktuellen Zustand“
(DIN EN ISO 10075-1)



**Kurz- und langfristige Auswirkungen
psychischer Beanspruchung**



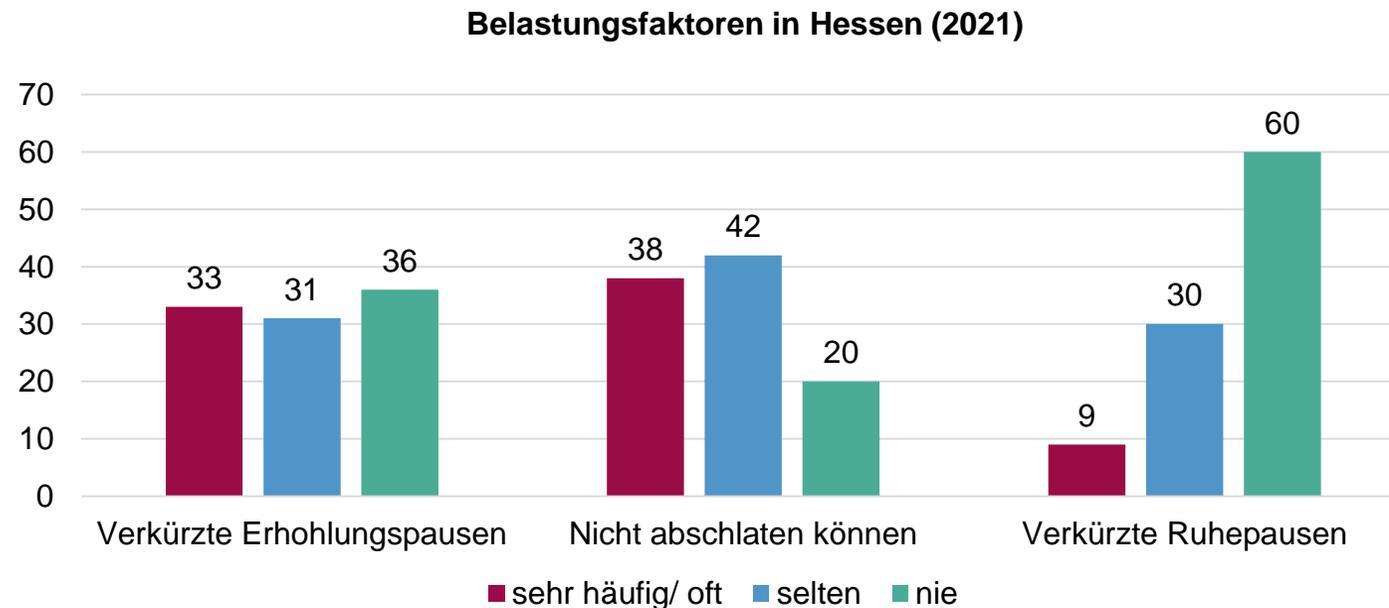
**Positiv anregend vs. einschränkende
Fehlbeanspruchung**



II. Ursachen für psychische Fehlbeanspruchung

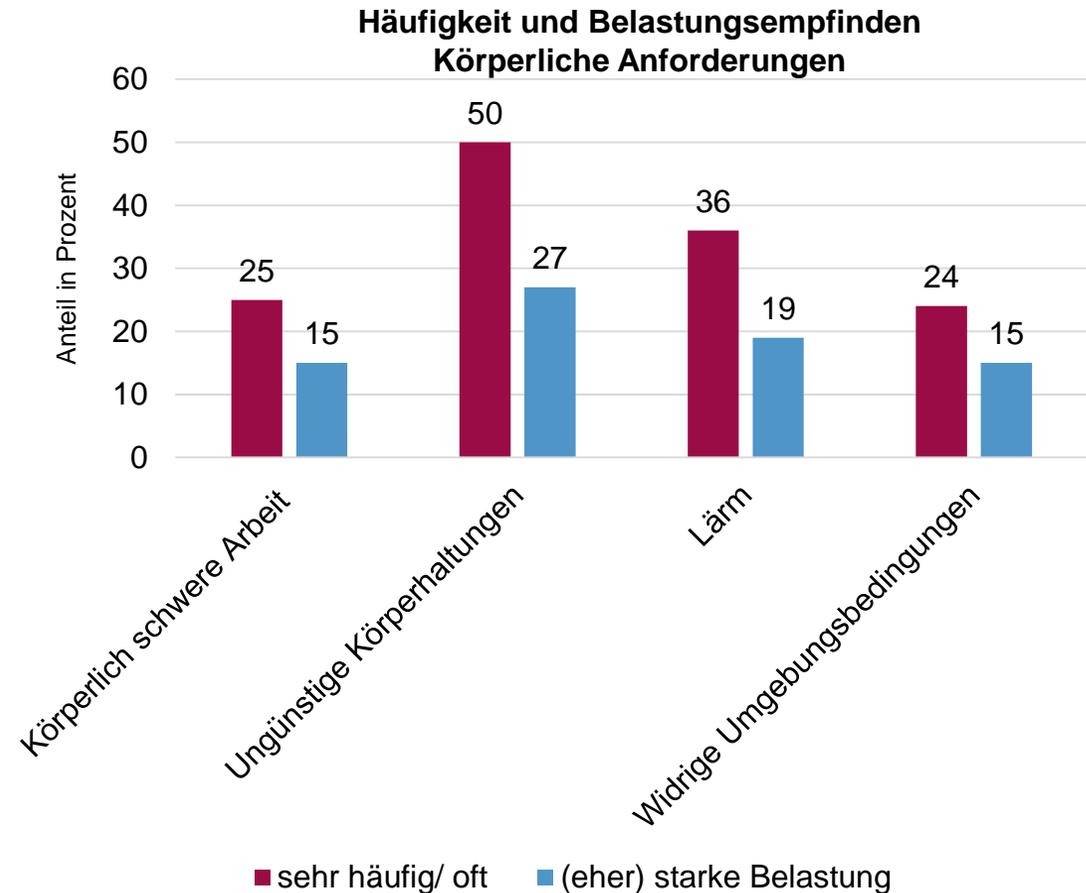
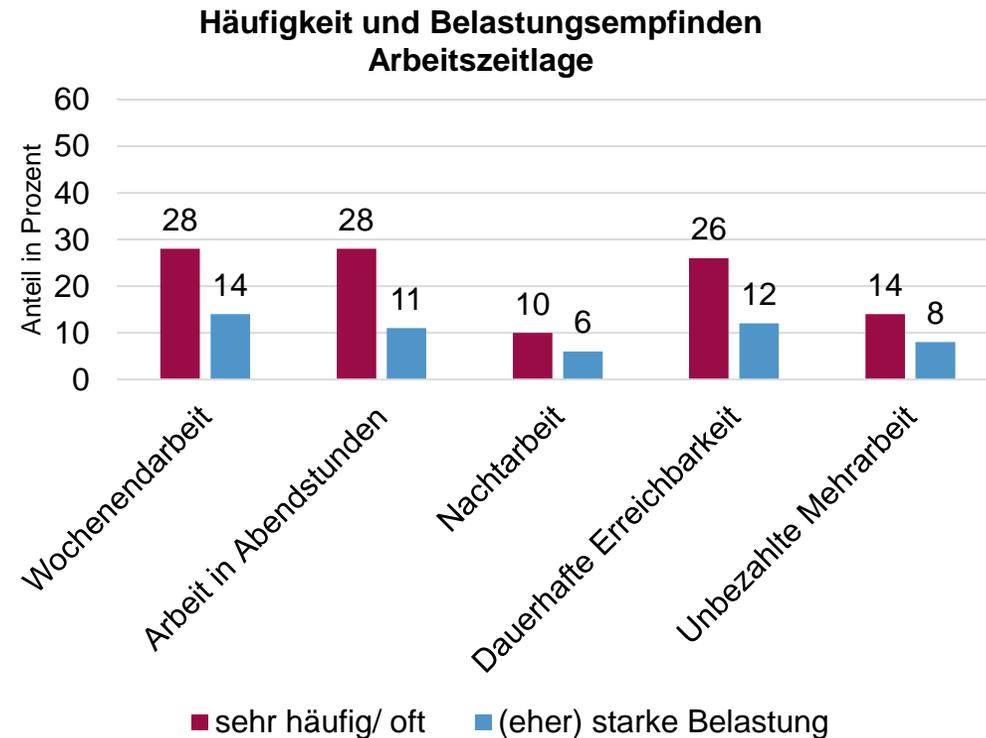
Ursachen für psychische Fehlbeanspruchung

- Psychische Fehlbeanspruchung resultiert aus Stress und Stressreaktionen in Folge einer unter- bzw. überfordernden psychischen Beanspruchung
- Belastungsfaktoren, die unter individuellen Voraussetzungen als Stressoren wirken können, sind vielfältig und resultieren aus: Arbeitsinhalten, Arbeitsorganisation, Arbeitsumwelt und sozialen Beziehungen am Arbeitsplatz (Cosmar 2024)
 - Risikofaktoren vor allem: Besondere Beanspruchung psychischer Ressourcen durch verkürzte Ruhezeiten und Erholung (BMAS 2021), Langfristig hohe Belastungsintensität (Beck et al. 2022)



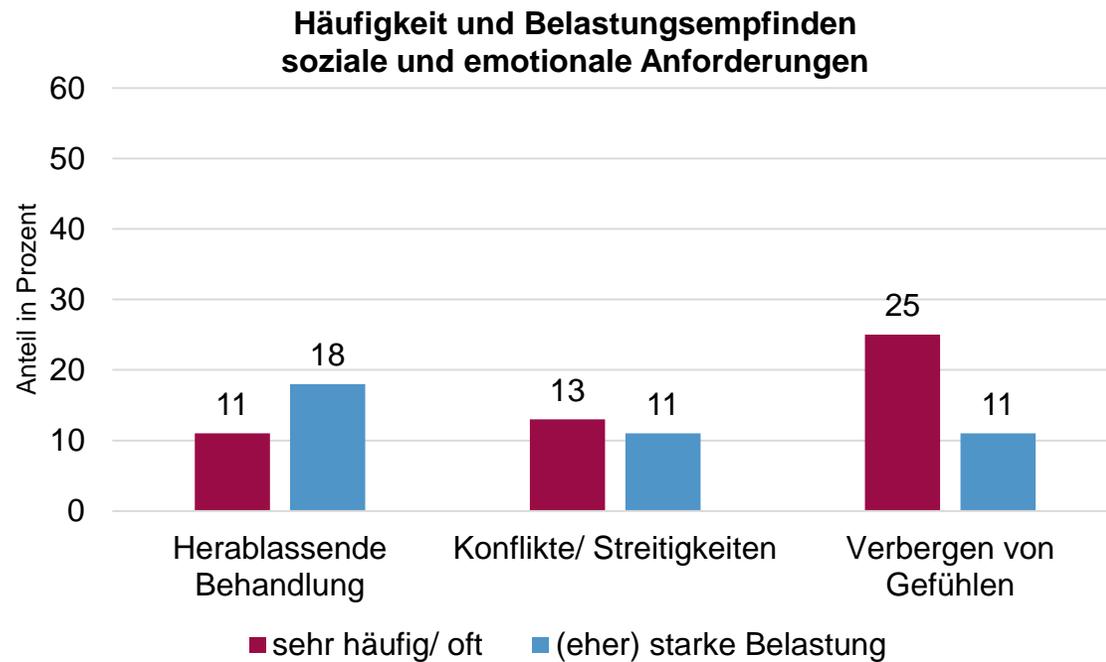
Quelle: Eigene Darstellung & teilw. Berechnung, Sonderauswertung DGB-Index Gute Arbeit Hessen 2021

Ursachen für psychische Fehlbeanspruchung – Belastungsfaktoren und -empfinden in Hessen (2021)

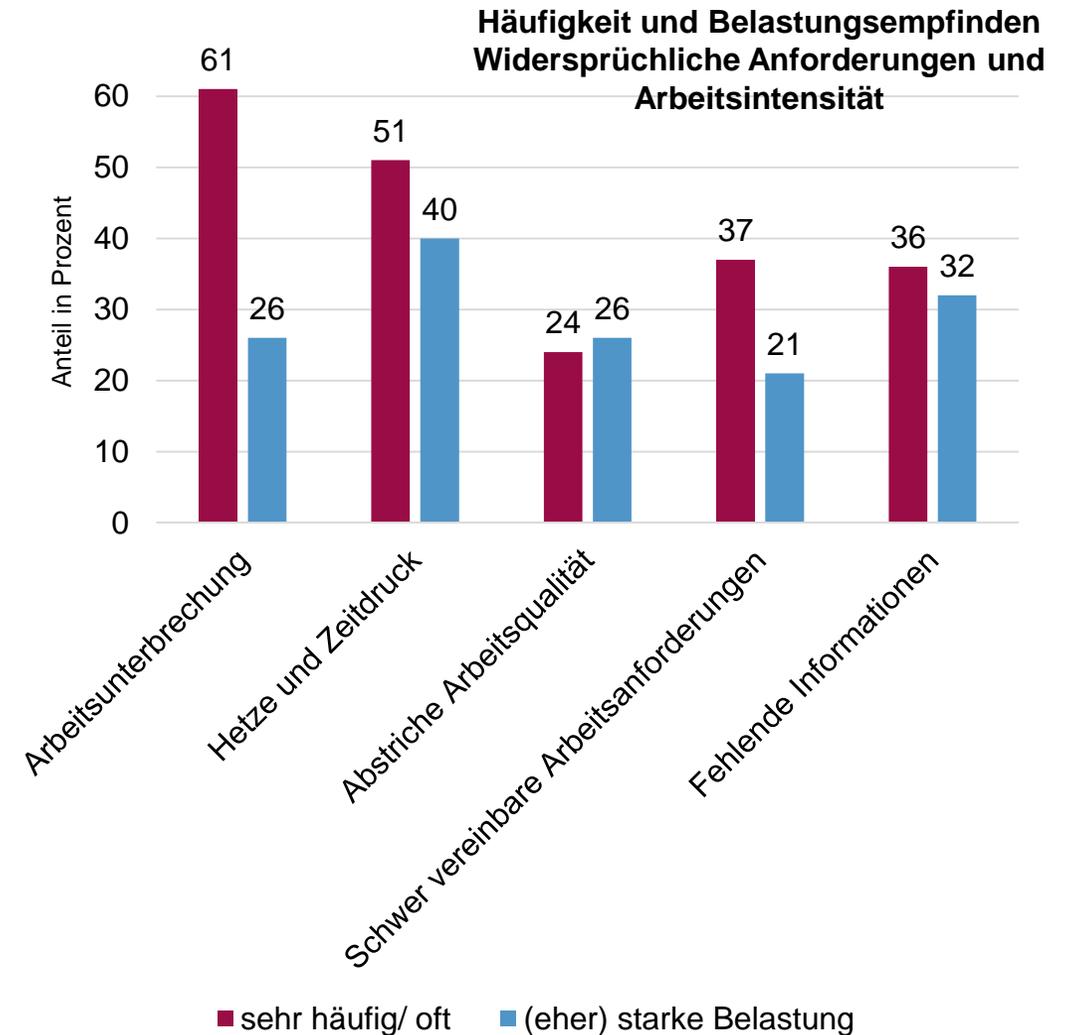


- Arbeitszeitlage weniger stark als Belastung empfunden
- Körperliche Anforderungen sind häufiger und werden auch stärker als Belastung wahrgenommen

Ursachen für psychische Fehlbeanspruchung – Belastungsfaktoren und -empfinden in Hessen



- Soziale und emotionale Anforderungen werden als (eher) stark belastend wahrgenommen, wenn sie vorkommen
- Widersprüchliche Anforderungen und hohe Arbeitsintensität sind häufig und werden auch am häufigsten als (eher) stark belastend wahrgenommen



III. Folgen – psychische Erkrankungen

Folgen psychischer Fehlbeanspruchung

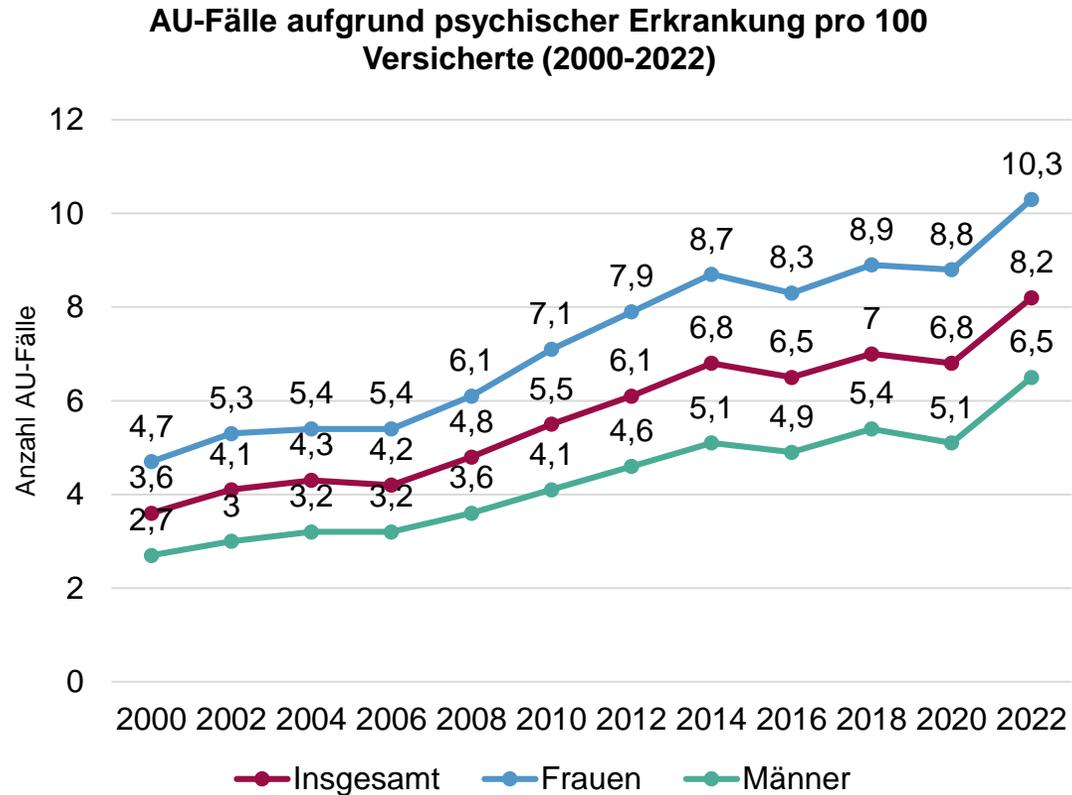
- Allgemein geringeres psychisches Wohlbefinden (bspw. Niedergeschlagenheit, Müdigkeit, Schlafstörungen) (BMAS 2021)
- Körperliche Erschöpfungszustände
- Psychische Erkrankungen (bspw. Depressionen, Angststörungen, Suchterkrankungen)



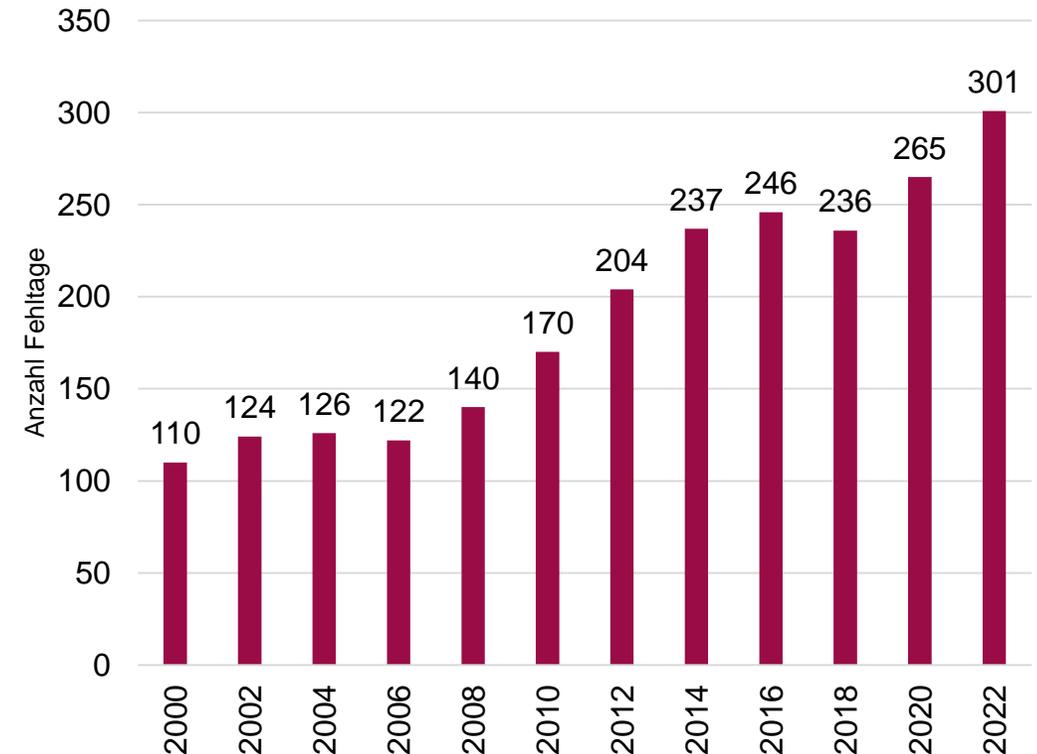
Psychische Gesundheit nimmt seit Jahren ab – psychische Erkrankungen nehmen zu

- Seit 2015 kontinuierliche Abnahme des psychischen Wohlbefindens (BMAS 2023)
- Deutliche Zunahme der AU-Tage aufgrund psychischer Erkrankungen
- Zunahme der von psychischen Erkrankungen Betroffenen

Psychische Gesundheit nimmt ab



Krankheitstage pro 100 Versicherte aufgrund psychischer Erkrankungen (2000-2022)



➤ Hessen liegt mit 302 Fehltagen pro 100 Versicherte etwa im Bundesdurchschnitt (301)

Psychische Gesundheit nimmt ab

- Nur Atemwegserkrankungen und Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems erzeugen mehr Fehltage
- 92 Prozent der psychischen Erkrankungen entfallen auf affektive Störungen (z.B. Depressionen) und neurotische Störungen (z.B. Ängste)
- Besonders stark betroffen sind das Gesundheitswesen, die öffentliche Verwaltung und der Bereich Bildung, Kultur & Medien
- 2022 ging 0,8 Prozent der Bruttowertschöpfung aufgrund psychischer bedingter Krankheitstage verloren (BMAS 2023)

Krankheitstage pro 100 Versicherte aufgrund psychischer Erkrankungen (2022)



Quelle: Eigene Darstellung, DAK-Psychreport 2023

IV. Fazit & Handlungsbedarf

Fazit

- Psychische Belastungen und Beanspruchungen sind nicht per se schlecht, sie tragen auch zur Arbeitszufriedenheit und Gesundheit bei
- Psychische Fehlbeanspruchungen entstehen vor allem im Kontext einer hohen Arbeitsintensität (bspw. Hetze und Zeitdruck) und widersprüchlicher Arbeitsanforderungen (bspw. fehlende Informationen)
- Die psychische Erkrankungen haben massiv zugenommen: besonders betroffen sind Frauen und Beschäftigte im Gesundheitswesen und der öffentlichen Verwaltung

Handlungsbedarf

- (Neue) Psychische Risikofaktoren erkennen – flächendeckende Verbreitung von Gefährdungsbeurteilungen
- Präventionskonzepte ausbauen – Betriebliche Gesundheitsförderung stärken
- Gesunderhaltende betriebliche Strukturen ausbauen, umsetzen, kontrollieren

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!