

Fachforum 2

Psychische Gesundheit im Blick: Belastung gestalten, Stress reduzieren

MODERATION

Dr. Beate Dauer

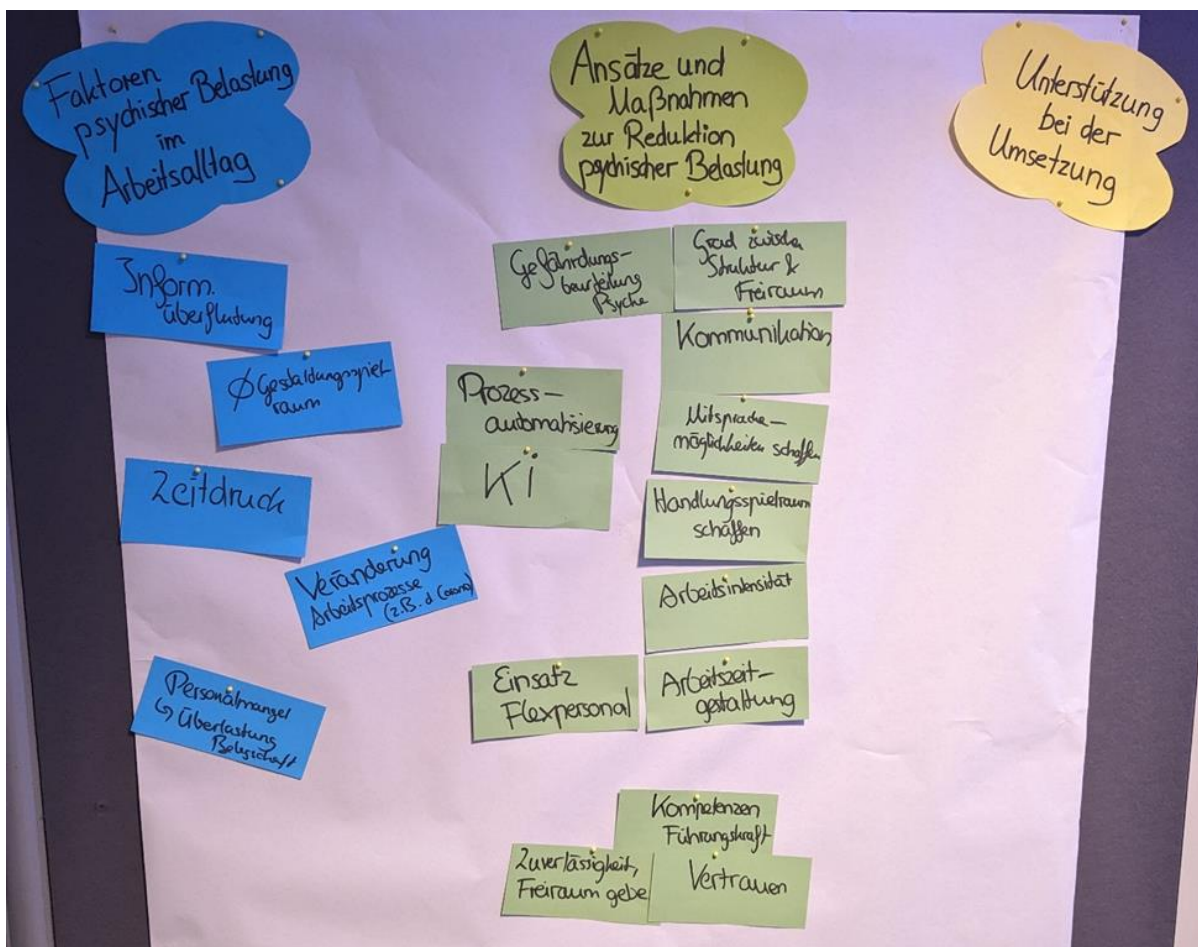
Referentin im Bereich Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit

Ministerium für Soziales, Gesundheit, Integration und Verbraucherschutz des Landes Brandenburg (MSGIV)

Henning-von-Tresckow-Straße 2-13

14467 Potsdam

Ging es früher bei Gesundheit am Arbeitsplatz vor allem um die Vermeidung körperlicher Schäden, gewinnt heute die psychische Belastung an Bedeutung. Wie es insbesondere kleineren Betrieben gelingen kann, diese in den Blick zu nehmen und Beschäftigte vor Überlastung zu schützen, war Inhalt dieses Fachforums.



Psychische Belastung: Welche Faktoren prägen den konkreten Arbeitsalltag?

Zunächst drehte sich die Diskussion der Teilnehmenden um die Arbeitsanforderungen/-bedingungen, die die psychische Belastung in ungünstiger Weise prägen wie Störungen und Unterbrechungen, zu hohe Arbeitsmenge, zunehmender Zeit- und Termindruck oder Informationsüberflutung. Teilnehmende nannten auch Veränderungen der Arbeitsprozesse durch z.B. die Corona-Pandemie als Einflussfaktoren auf die psychische Gesundheit von Mitarbeitenden. Vor allem Veränderungen wie die Zunahme des Home-Office beschrieben sie als möglicherweise belastend.

Das Thema Gestaltungsspielraum diskutierten die Teilnehmenden differenziert. Sowohl der Mangel an Gestaltungsspielraum z.B. hinsichtlich Arbeitszeiten und Aufgaben auf der einen Seite wie auch das Fehlen fester Strukturen und Abläufen auf der anderen Seite könnten Bedingungen sein, die zu einer Gefährdung durch psychische Belastung führen können.

Als weiteren Belastungsfaktor nannten die Teilnehmenden den Personal- und insbesondere Fachkräftemangel, der unter anderem dazu führen kann, die verbliebene Belegschaft durch Mehrarbeit zu überlasten.

Welche Ansätze und Maßnahmen zur Reduktion der psychischen Belastung bewähren sich in der Praxis?

Als eine zentrale und wichtige Maßnahme empfahlen die Teilnehmenden eine Gefährdungsbeurteilung zu psychischer Belastung am Arbeitsplatz.

Ein Kernpunkt der differenzierten Diskussion um das Thema Gestaltungsspielräume war die Debatte darüber, welches Maß an Handlungsspielraum sinnvoll sein kann, um einer ungünstigen psychischen Belastung entgegenzuwirken. Eine Gruppe der Teilnehmenden sprach sich dafür aus, Möglichkeiten für Handlungsspielräume und Mitsprache zu schaffen, um Mitarbeitenden individuellen Freiraum zu geben, z. B. hinsichtlich der Arbeitszeit und Arbeitsplatzgestaltung (wie etwa Gleitzeit bzw. Home-Office). Andere Teilnehmende empfahlen die Etablierung fester Strukturen, um Arbeitsnehmenden Sicherheit und standardisierte Abläufe zu bieten.

Die zentralen Empfehlungen der Teilnehmenden dieser Diskussion waren, dass erstens eine gute innerbetriebliche Kommunikation und die Beteiligung der Beschäftigten zentrale Elemente sind, um ungünstig ausgeprägte Faktoren zu identifizieren und passgenaue Maßnahmen ableiten zu können. Zweitens könnten Umfang und Gestaltung der Arbeitszeit an individuelle Bedarfe von Mitarbeitenden angepasst werden, um einer ungünstigen Belastung entgegenzuwirken.

Zum Thema Einsatz von „Flexpersonal“ entstand eine angeregte Diskussion. Ein Teil der Teilnehmenden sprach sich für die Beschäftigung von Flexpersonal aus, da sie in ihrem Unternehmen die Erfahrung gemacht haben, dass dadurch Personalengpässe vermieden werden können. Das Flexpersonal schätze die flexiblen Arbeitszeiten und das ggf. höhere Gehalt. Die feste Belegschaft profitiere wiederum von der Beschäftigung von Flexpersonal, da sie dadurch weniger zusätzliche Aufgaben zu erledigen hätte. Einige Teilnehmende wiesen jedoch kritisch auf die oft unzureichende Identifikation mit dem Unternehmen hin.

Inwieweit Führungskräfte Einfluss auf die psychische Belastung der Beschäftigten haben, wurde ebenso diskutiert. Als wichtige Soft Skills von Führungskräften nannten Teilnehmende z. B.

Zuverlässigkeit sowie einen respektvollen Umgang. Zusätzlich beschrieben sie ein vertrauensvolles Verhältnis zwischen Führungskraft und Mitarbeitenden als wichtig ebenso wie Freiräume für die Mitarbeitenden.

Darüber hinaus empfahl eine teilnehmende Person, dass Prozessautomatisierung und der Einsatz Künstlicher Intelligenz ebenfalls eine Entlastung für die Mitarbeitenden darstellen könne.