

# Betriebliche Prävention psychischer Belastungen



**Service Gesunde  
Unternehmen der  
AOK Bayern**

**Ludwig Gunkel  
Berater für Betriebliche  
Gesundheitsförderung**

**Bayerischer Landes-  
psychotherapeutentag  
München, 30.09.2006**



# Betriebliche Prävention psychischer Belastungen



- ❖ Psychische Belastungen steigen.
- ❖ Sie wirken sich in allen relevanten Diagnosegruppen aus.
- ❖ Sie beeinträchtigen die Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft.
- ❖ Sie beeinträchtigen die Lebensqualität.

➤ **Betriebliche Prävention ist notwendig!**

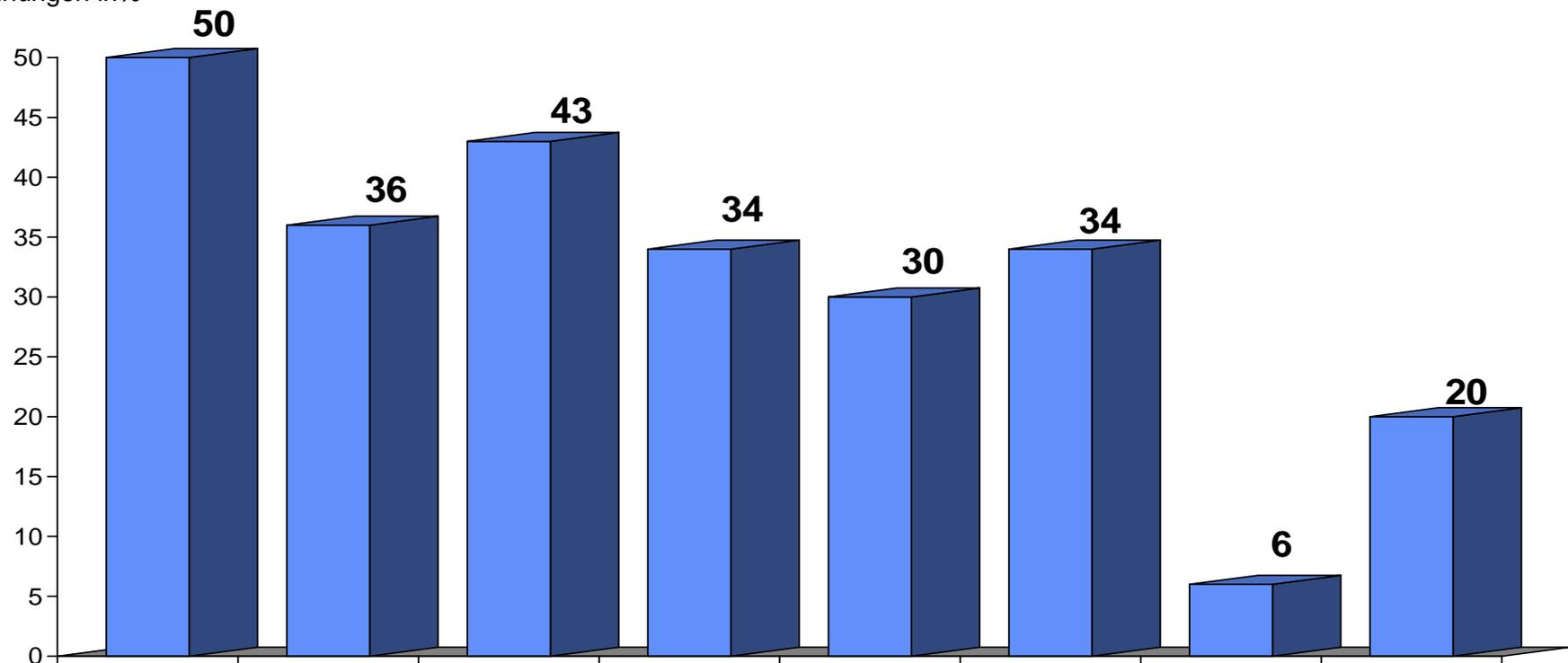
➤ **Betriebliche Prävention ist möglich!**





# Stressfaktoren in der Industrie

Nennungen in%



**Starker Termin-/Leistungsdruck**

**Unterbrechung b. d. Arbeit**

**Versch. Arbeiten gleichzeitig**

**angestrengt hinsehen**

**Kleine Fehler, hohe finanz. Verluste**

**In neue Aufgaben hinein-denken müssen**

**Qualifikatorisch überfordert**

**An die Leistungsgrenzen gehen**

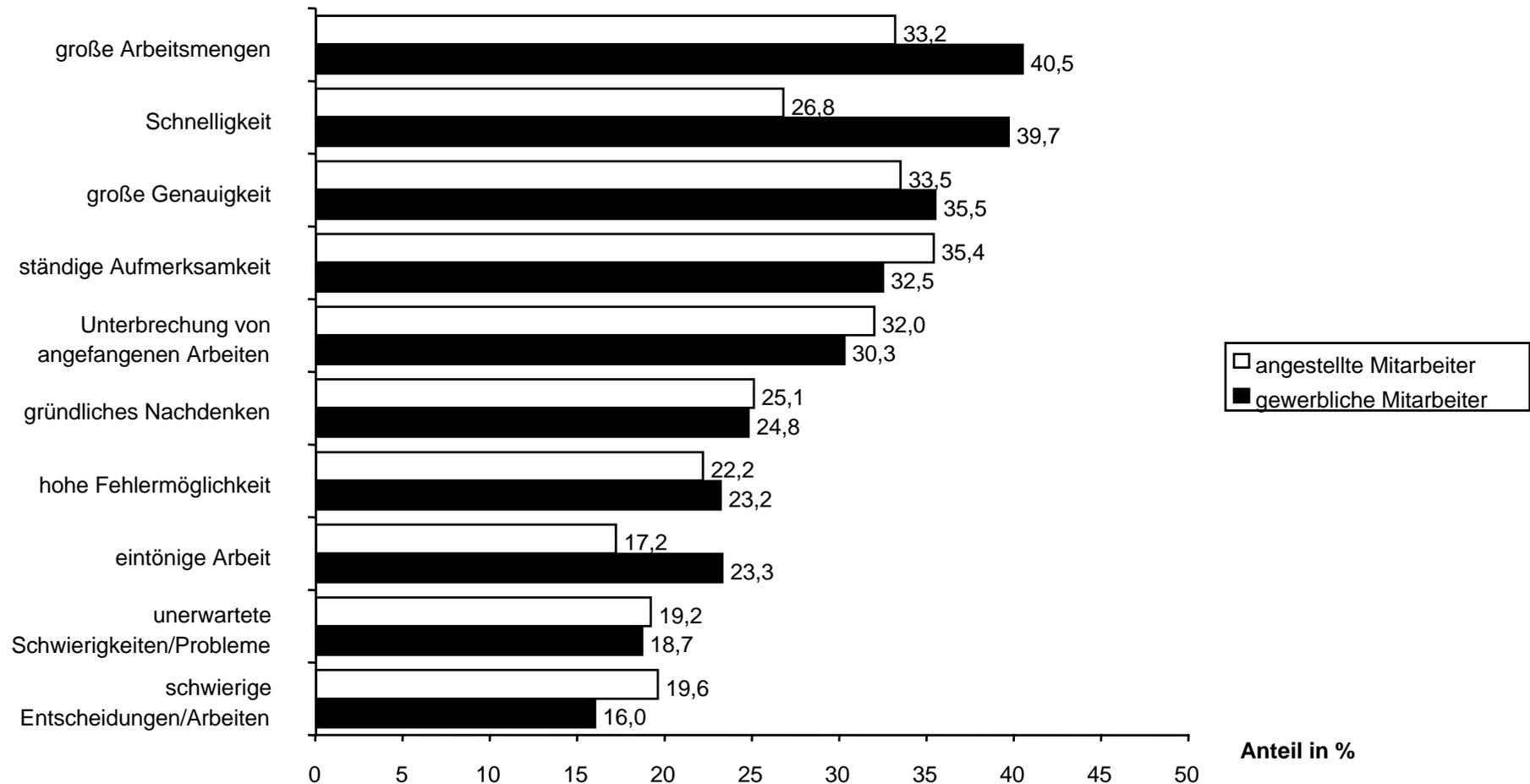
Nach: BIBB/IAB 1998/99 n= 34.343



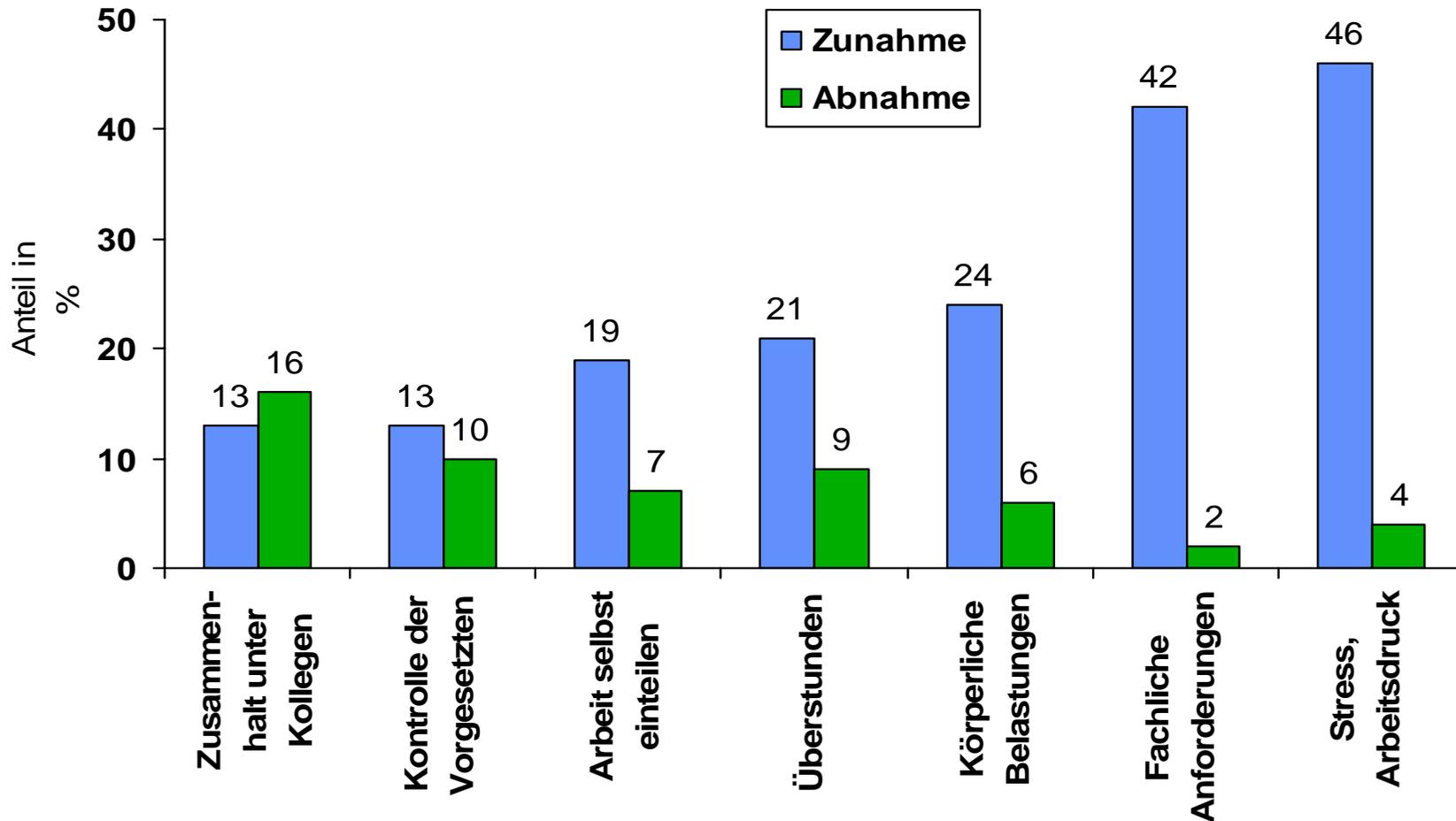
**Ihr starkes Team in Bayern**



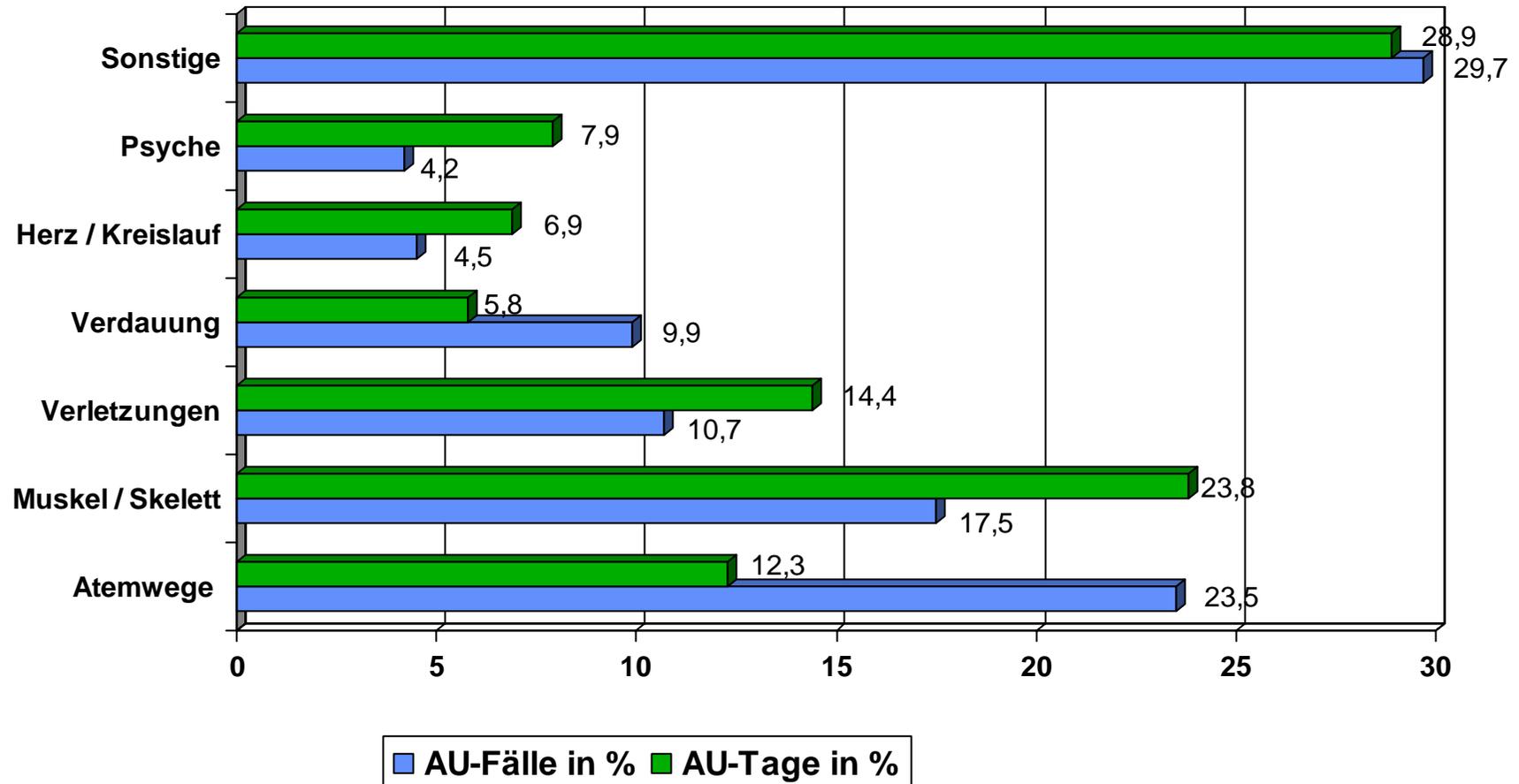
# Psychische Belastungen auf dem Vormarsch



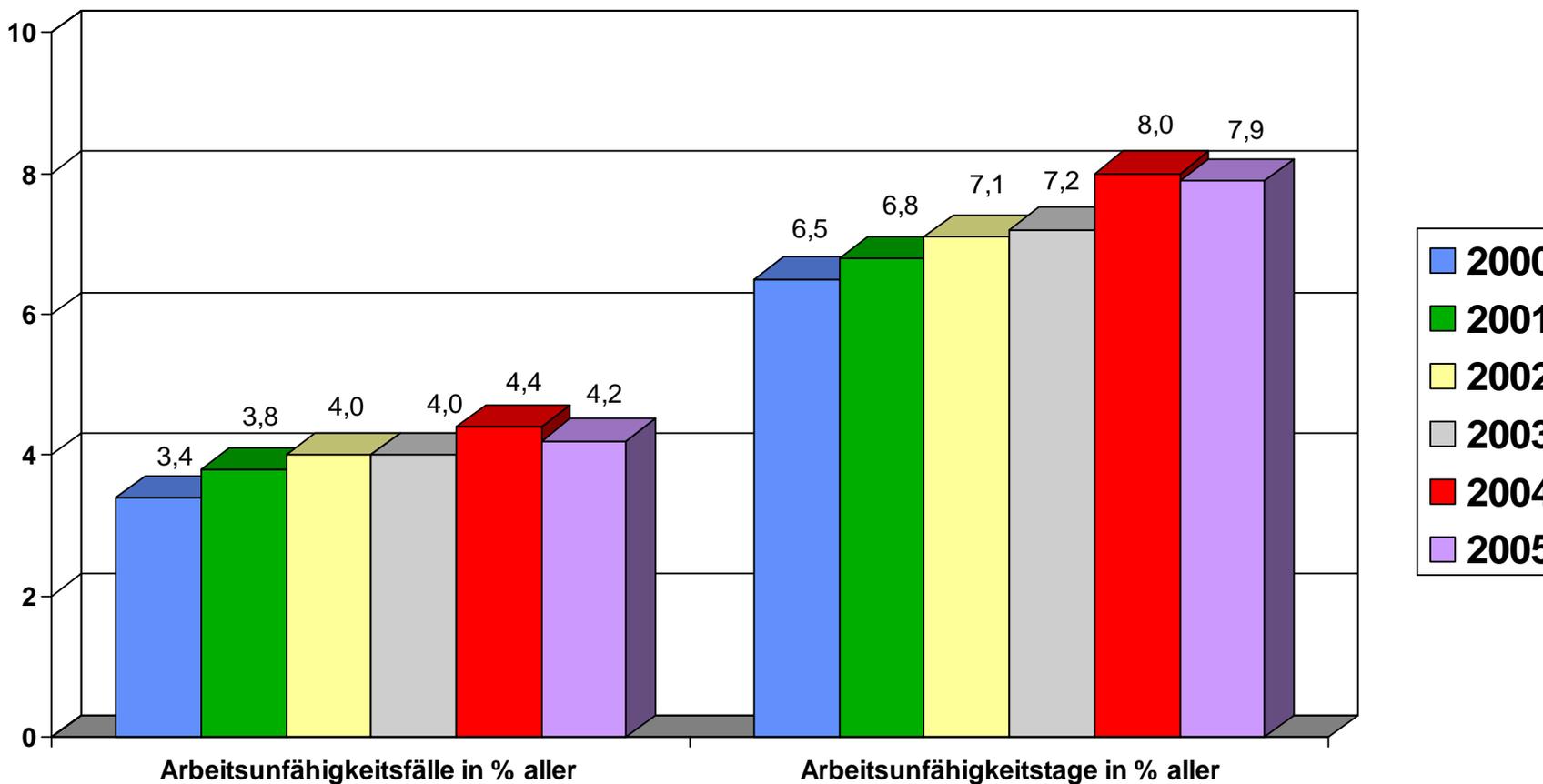
# Änderung der Arbeitsbedingungen



# AU-Fälle und AU-Tage nach Krankheitsarten in Bayern 2005



# Entwicklung „psychische Erkrankungen u. Verhaltensstörungen“ (ICD 10, Kap. V) in Bayern

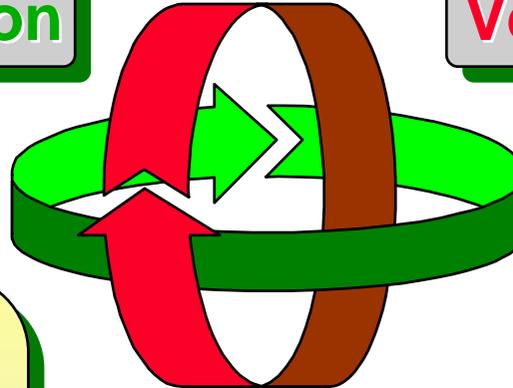


# Ansätze der Gesundheitsförderung im Betrieb

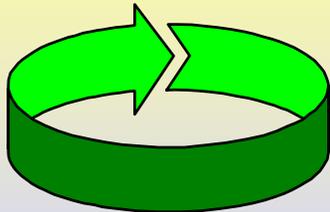


## Verhaltensprävention

## Verhältnisprävention

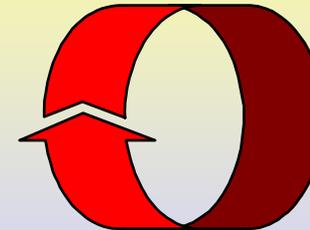


**Gesunde Verhaltensweisen  
am Arbeitsplatz fördern**



**Zu gesunder Lebensführung  
außerhalb des Betriebes  
motivieren**

**Vermeidbare Belastungen  
abbauen**



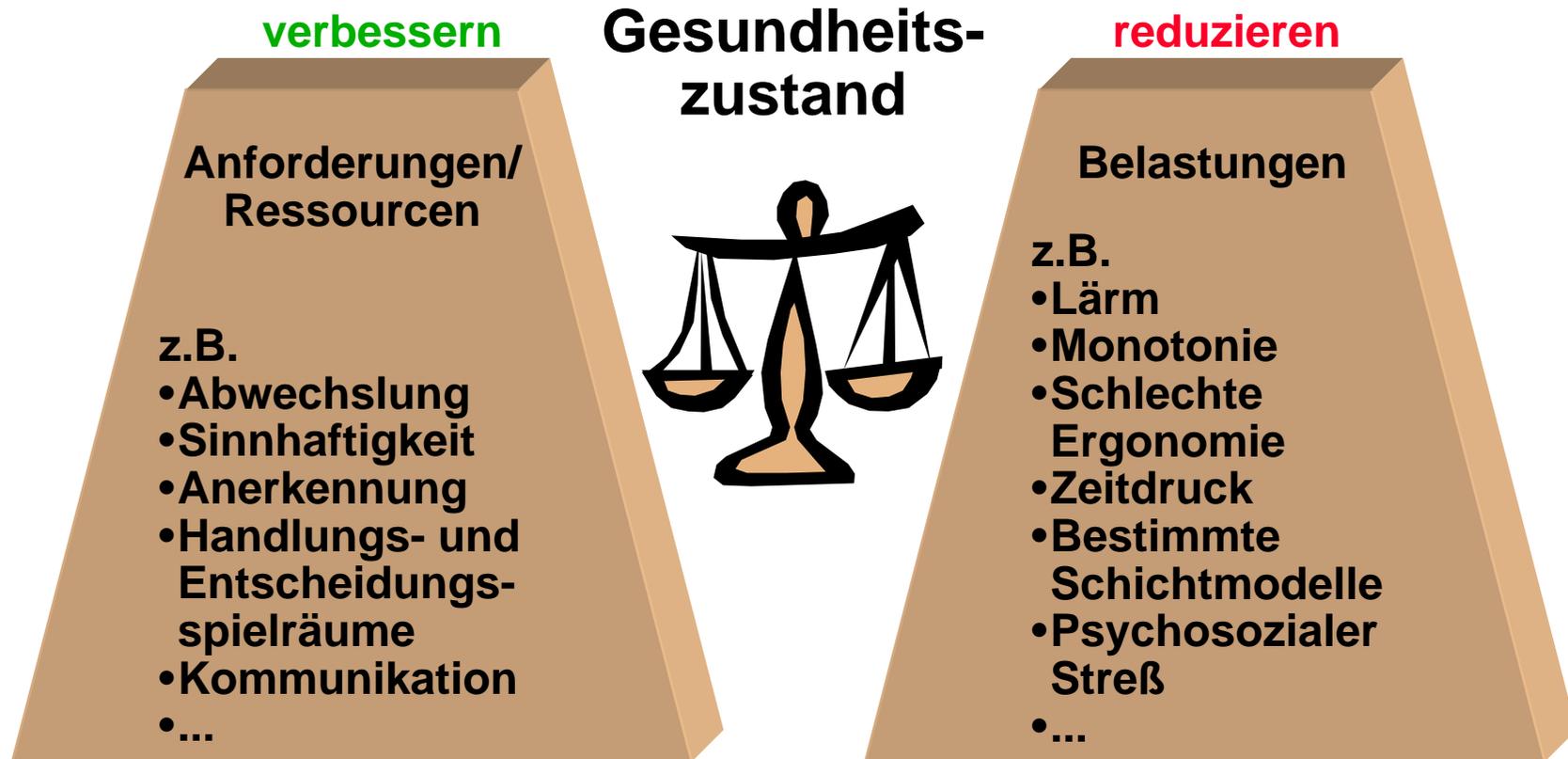
**Gesundheitsförderliche  
Faktoren stärken**



# Zusammenhänge zwischen Arbeit und Gesundheit



## Gesundheitsrelevante Arbeitsbedingungen:



# Beratungsfelder der AOK



**Ernährung**



**Gesundheitsmanagement**



**Bewegung**



**Führung**



**Stress**

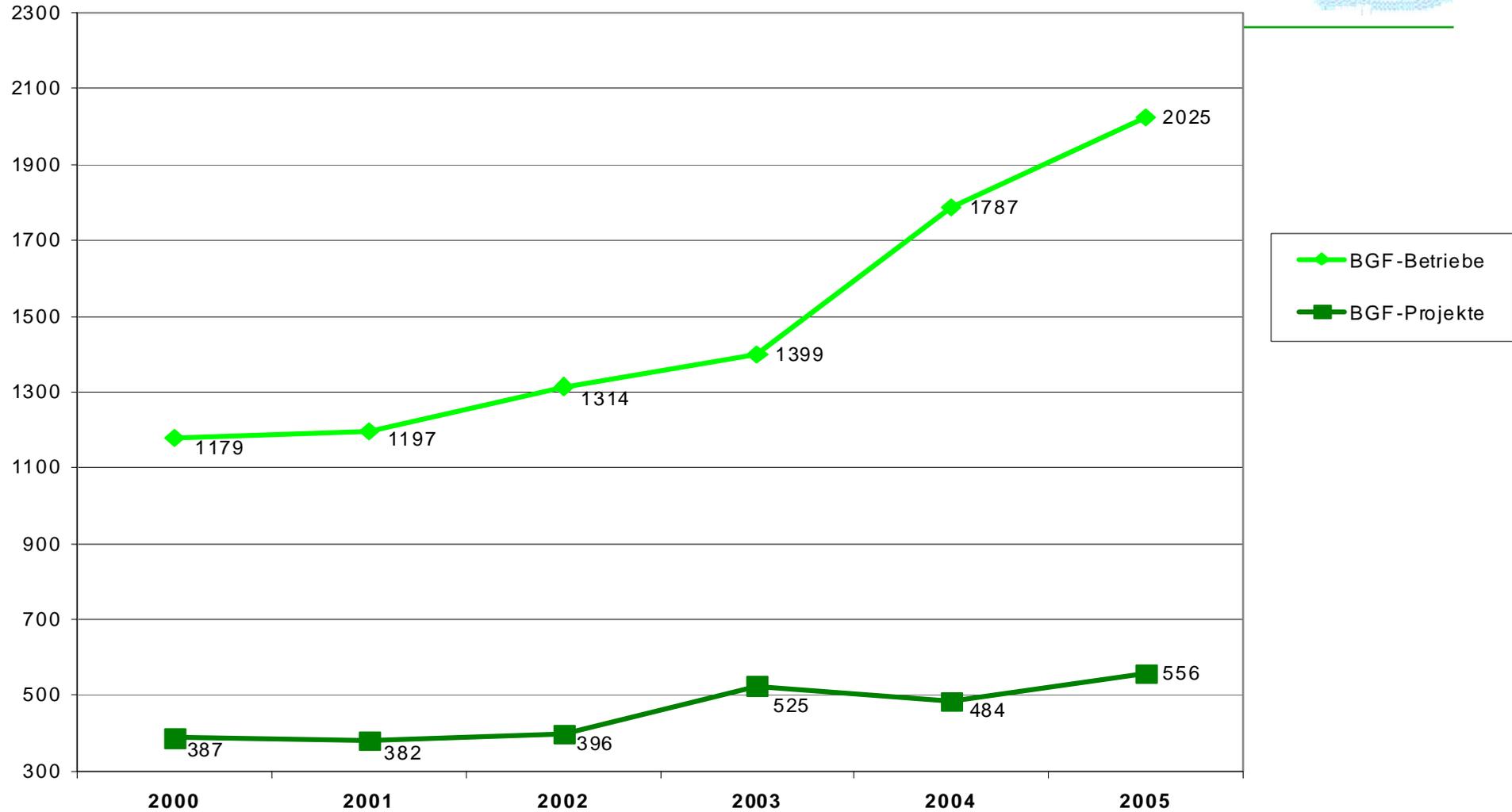


**Sucht**





# BGF-Entwicklung 2000 - 2005



# Nutzen der BGF

Befragung von 172 Unternehmen seit Dez. 2004



## Zufriedenheit mit ...

... dem Projektergebnis

**2005**

86,5%

**2004**

81,9%

hohe bis sehr  
hohe Zufriedenheit

... der AOK-Unterstützung

98,1%

96,3%

hoher bis  
sehr hoher Nutzen

mittlerer  
Nutzen

**Kommunikation verbessert**

73,7%

22,8%

**Gesundheitskompetenz/-verhalten der Mitarbeiter verbessert**

73,6%

23,6%

**Phys. Belastungen reduziert**

70,1%

22,8%

**Strukturen zum Betr. Gesundheitsmanagement entwickelt**

67,1%

28,0%

**Arbeitssicherheit erhöht**

64,6%

24,7%

**Gesundheitsangebote für Mitarbeiter ermöglicht**

62,6%

27,6%

**Mitwirkungsmöglichkeiten für Mitarbeiter verbessert**

62,6%

28,6%

**BGM-Prozesse entwickelt**

61,6%

37,3%



Ihr starkes Team in Bayern



# Arbeitskreis Gesundheit



Er ist das Planungs- und Steuerungsgremium für das Gesundheitsmanagement im Betrieb



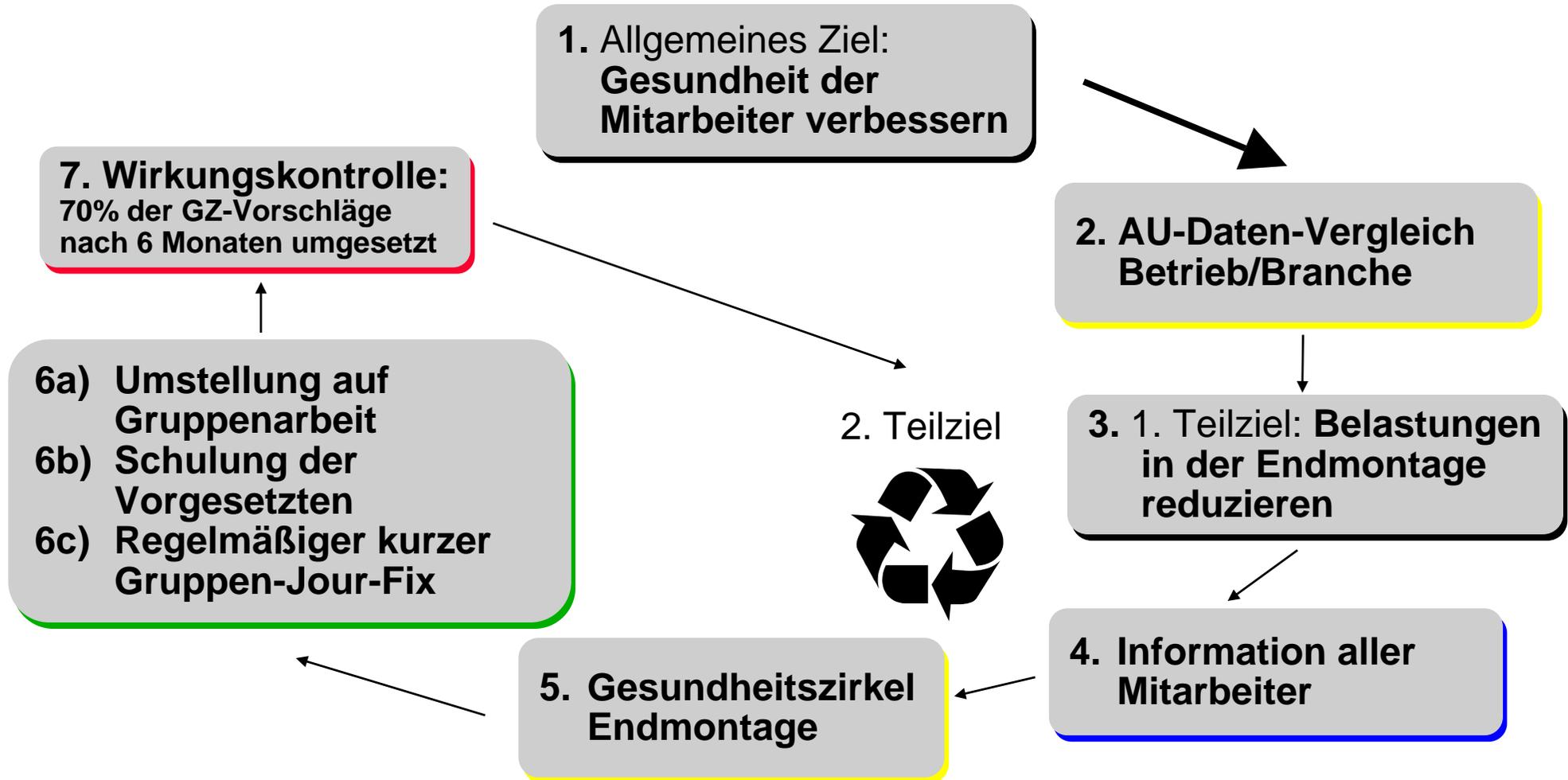
**Analysen  
Maßnahmen  
Erfolgskontrolle**

**Betriebs-/ Werksleiter  
Betriebs-/Personalrat  
Personalleitung  
Fachkraft für Arbeitssicherheit  
Betriebsarzt  
AOK**



# Projekttablauf

## Beispiel Produktion



# Gesundheitszirkel



**Der Gesundheitszirkel ist eine zielgerichtete Gruppenarbeit zur vertieften Analyse arbeitsbedingter Gesundheitsbelastungen.**



**Mitarbeiter/innen bringen ihre eigenen Erfahrungen und Kenntnisse der Arbeitssituation ein.**

## **Zusammensetzung:**

**5-7 Beschäftigte eines Arbeitsbereichs oder einer Berufsgruppe; evtl. Vorgesetzte, Betriebsrat bzw. Fachkräfte, Moderator**

## **Themen:**

- 1. Gesundheitliche Belastungen**
- 2. Ressourcen zur Aufgabenbewältigung**
- 3. Konkrete Verbesserungsvorschläge**



# Praxisbeispiel: Psychosoziale Belastungen



## gesundheitliche Belastungen

## Lösungen

### Technische Wartung der Produktion

Zeitdruck und Stress durch Anlagenstillstand und fehlender Ersatzteile

Spannungen zwischen Produktion und Wartung und zwischen Mitarbeitern und Meister

Folgen, z.B.:

- Lustlosigkeit, Müdigkeit
- Verspannungen, Kopfschmerzen
- Konzentrationsschwäche, Fehler

Neues Reparaturmanagement

Tägliche Kurzbesprechung zw. MA und Meister der Wartung

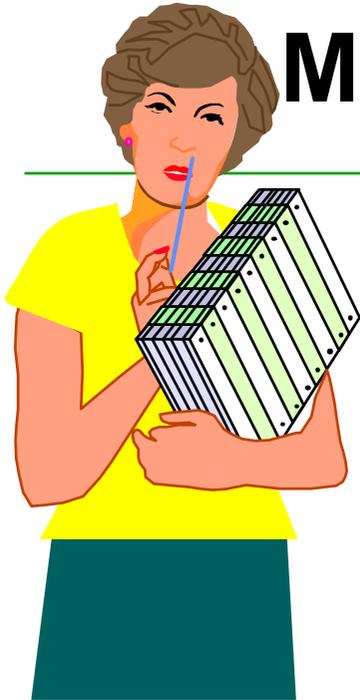
Tägliche Besprechungen zwischen Meistern Wartung und Produktion

Erhöhung des Lagerbestandes der Routineteile





# Mitarbeiterbefragung



## Schriftliche Befragung der Mitarbeiter zu:

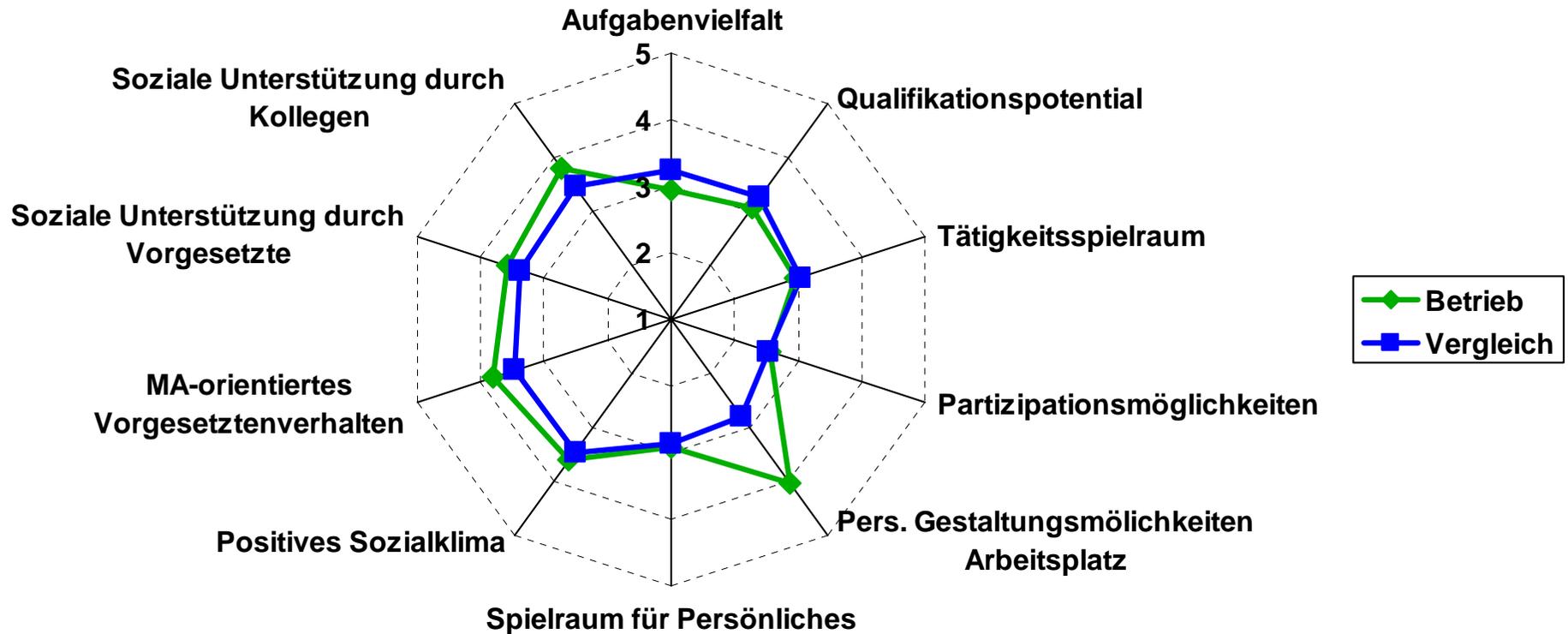
- Arbeitsbelastungen und Ressourcen
- Gesundheitsbeschwerden
- Lösungsvorschlägen

## Vorteile:

- Einbindung der Beschäftigten, ihre Erfahrungen und Sichtweisen
- Erkenntnisse zu Zusammenhängen von Arbeits- und Gesundheitssituation
- Früherkennung von Gesundheitsproblemen

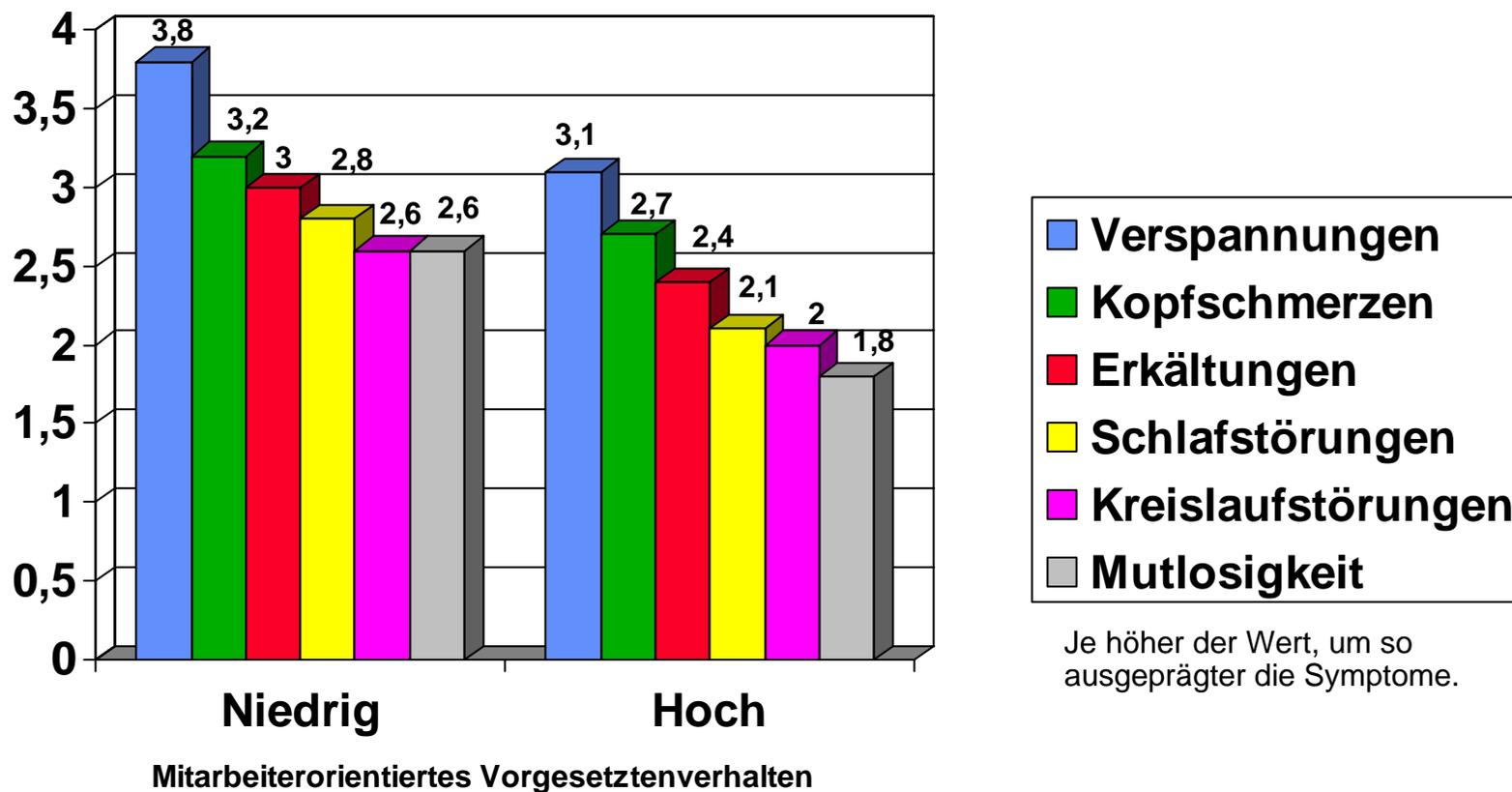


# Organisationale und soziale Ressourcen - Beispiel





# Mitarbeiterorientiertes Vorgesetztenverhalten und Gesundheit - Beispiel



# Führungskräfte fördern Gesundheit und Motivation

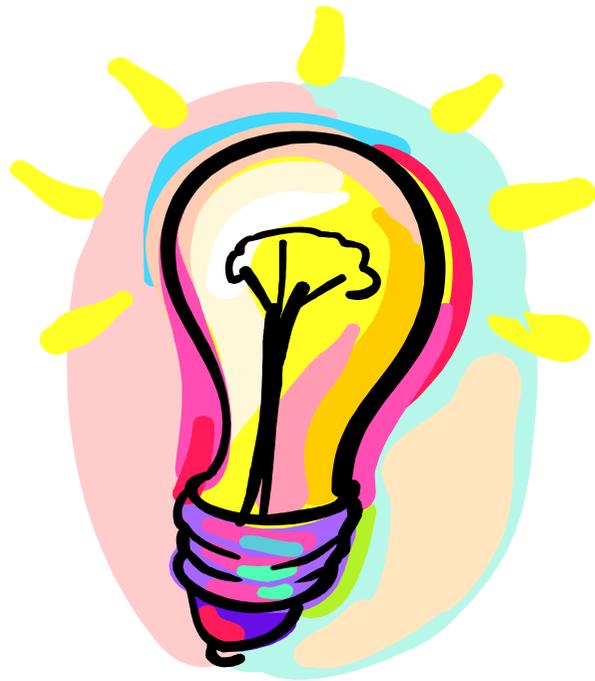


## durch:

- vorbildliches und verbindliches Verhalten
- Lob und Anerkennung
- „sinnvolle“ Arbeit
- Mitarbeitergespräche
- Information und Kommunikation
- Gestaltung der Arbeitsorganisation
- Ausgleich zwischen betrieblichen Anforderungen und Bedürfnissen der Mitarbeiter



# Fazit



- **Betriebliche Prävention psychischer Belastungen ist notwendig!**
- **Betriebliche Prävention psychischer Belastungen ist möglich!**



# Ottawa Charta der WHO



**„Die Art und Weise, wie die Gesellschaft  
die Arbeit, die Arbeitsbedingungen  
und die Freizeit organisiert,  
sollte eine Quelle der Gesundheit  
und nicht der Krankheit sein.“**

First International Conference on Health Promotion, Ottawa, 21.11.1986



Ihr starkes Team in Bayern

