

Negative Folgen psychischer Belastungen – Auswirkungen auf die Gesundheit



Prävention

Psychische Arbeitsbedingungen wirken sich stark auf die Gesundheit der Beschäftigten aus und müssen gem. ASchG berücksichtigt werden. Ziel des Arbeitsschutzes ist es, dass den arbeitenden Menschen ein Berufsleben ohne gesundheitliche Beeinträchtigungen oder Spätfolgen ermöglicht wird.

Psychische Gefährdungen sind einer der Hauptgründe für arbeitsbedingte Erkrankungen und Arbeitsausfälle. Sie verursachen neben menschlichem Leid auch hohe Kosten. Besonders häufig werden in Studien folgende Arbeitsbedingungen als schädlich für die Gesundheit genannt:

Handlungsspielraum

Möglichkeiten der Einflussnahme sind ein wesentlicher Teil lern- und persönlichkeits-förderlicher Arbeitsgestaltung. Menschen haben das Bedürfnis inhaltlich, zeitlich oder organisatorisch Dinge entscheiden zu können. Das Risiko für Depressionen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist erhöht bei geringem Handlungsspielraum.

Soziale Unterstützung

Soziale Beziehungen zu Vorgesetzten und anderen Beschäftigten haben einen nachweislichen Einfluss auf die Gesundheit. Mangelnde soziale Unterstützung erhöht das Risiko für Burnout, Depression und negatives Stresserleben. Auch erhöhen sich Fehlzeiten der Beschäftigten. Soziale Konflikte erhöhen den Wunsch den Job zu wechseln.

Führungsverhalten

Destruktive Führung (autoritäres, verantwortungsloses, aggressives oder bestrafendes Verhalten bzw. unangemessene Kritik) und mangelnde Führungskompetenzen (inkl. Unerreichbarkeit) stellen eine Gefährdung dar. Beschäftigte, die destruktiv geführt werden, leiden vermehrt unter Burnout, Stress und gesundheitlichen Beschwerden. Auch die psychische Funktionsfähigkeit (z.B. Selbstwert, Selbstwirksamkeit) wird eingeschränkt.

Gerechtigkeit und Anerkennung

Wenn der eigene Aufwand bzw. (Arbeits-) Leistung als größer wahrgenommen wird als die erhaltene Belohnung (Gehalt, Wertschätzung, ...), besteht ein erhöhtes Risiko für depressive Störungen und koronare Herzerkrankungen. Auch Muskel-Skelett-Erkrankungen treten vermehrt auf; bei Männern eher im Schulter-/Nackebereich, bei Frauen eher im unteren Rücken). Darüber hinaus wird das Immunsystem geschwächt.

BETRIEBLICHE AUSWIRKUNGEN

- Psychische Erkrankungen ziehen meist sehr lange Krankenstände nach sich.
- Erhöhte Fehlzeiten wie Kurzkrankenstände
- Reduzierte Arbeitsleistungen und weniger Engagement
- Vermehrte Kündigungsabsichten / Innere Kündigung

Die Arbeitsplatzevaluierung psychischer Belastung ist ein Instrument im Arbeitsschutz um gesundheitsschädliche Arbeitsbedingungen zu identifizieren und diesen durch überprüfbare Maßnahmen entgegenzuwirken. Und kann auch Unternehmen vor negativen betrieblichen Auswirkungen schützen.

Ihr zuständiges Arbeitsinspektorat berät Sie gerne.

Quellenangabe

- Handlungsspielraum: Iga.Report 31 „[Risikobereiche für psychische Belastungen](#)“
- Soziale Unterstützung: Baua-Projekt „[Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt](#)“. Poster und Bericht „[Soziale Beziehungen am Arbeitsplatz](#)“
- Führungsverhalten: Baua-Projekt „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“. Poster und Bericht „Führung“
- Gerechtigkeit und Anerkennung: Baua-Projekt „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“. Poster „Gerechtigkeit: 2 Belohnung/Effort-Reward-Imbalance“ und Buch von Siegrist „Arbeitswelt und stressbedingte Erkrankungen“ (2015)
- Betriebliche Auswirkungen: Fehlzeitenreport. Leoni & Uhl (2016)

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: Bundesministerium für Arbeit und Wirtschaft (BMAW), Sektion II Arbeitsrecht und Zentral-Arbeitsinspektorat, Favoritenstraße 7, 1040 Wien **Verlags- und Herstellungsort:** Wien **Layout & Druck:** BMAW **Stand:** September 2022