

Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Mitteilung: Landesinstitut für Arbeitsgestaltung des Landes Nordrhein-Westfalen

Unsere Arbeitswelt befindet sich in einem stetigen Wandel: Marktveränderungen, Digitalisierungsprozesse oder die Herausforderung, am Markt erfolgreich zu bleiben, fordern Arbeitgebende und Beschäftigte. Dabei können zunehmende Arbeitsintensität, Multitasking, ständige Erreichbarkeit sowie Termin- und Leistungsdruck Beschäftigte psychisch belasten. Umso wichtiger ist es, arbeitsbedingte Gefährdungen durch psychische Belastung am Arbeitsplatz festzustellen, zu reduzieren oder sogar zu vermeiden. Das Landesinstitut für Arbeitsgestaltung des Landes Nordrhein-Westfalen (LIA.nrw) stellt zwei neue Methoden vor.

Eine gute Arbeitsgestaltung zahlt sich aus.

„Auch bei großem Engagement für Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten ist es nicht leicht, geeignete und effektive Formen der Prävention zu finden, die den neuen Arbeitsrealitäten gerecht werden.“, sagt Dr. Kai Seiler, Präsident des LIA.nrw. Jedoch bietet eine gute Arbeitsgestaltung, in Zeiten von Globalisierung, Fachkräftemangel und alternden Belegschaften, viele Vorteile sowohl für Arbeitgebende als auch für Beschäftigte. Daher sind gesunde Arbeitsbedingungen umso wichtiger. Sie sorgen dafür, dass ein Betrieb wettbewerbsfähig bleibt, Arbeitsaufträge reibungslos erledigt werden können, Beschäftigte leistungsfähig und motiviert sind und gerne im Team arbeiten. Neben Betrieblicher Gesundheitsförderung, sicheren Maschinen oder Schutz vor Gefahrstoffen sind auch die arbeitsbedingten Gefährdungen durch psychische Belastung zentrale Faktoren, die sich auf Motivation, Arbeitsverhalten und die Gesundheit der Beschäftigten auswirken. Dabei sind die Ursachen psychischer Belastungen vielfältig: Personalmangel, schlechte Arbeitsorganisation, ungünstige Arbeitszeiten, ein schlechtes Betriebsklima, Umstrukturierungen, Angst vor Verlust des Arbeitsplatzes. Viele Aspekte der Arbeit können zur psychischen Belastung werden und dessen Folgen sind zum Teil tiefgreifend. Sie reichen von Erschöpfung, Wut, nicht abschalten können, bis hin zu körperlichen Beschwerden wie Rücken- oder Magenschmerzen.

Die moderierte Gruppendiskussion – was ist das?

Mit der neuen LIA.praxis „Besprechungen kreativ nutzen. Arbeit gesund gestalten mit der Methode der moderierten Gruppendiskussion.“ bietet das Landesinstitut für Arbeitsgestaltung (LIA.nrw) eine neue Handlungshilfe für den angemessenen Umgang mit Belastungssituationen im Betrieb. Die moderierte Gruppendiskussion ist eine strukturierte Methode, bei der anhand von Leitfragen mögliche arbeitsbedingte psychische Belastungen diskutiert werden. Gemeinsam mit einer Moderatorin bzw. einem Moderator entwickeln und dokumentieren die Beschäftigten Maßnahmen zur Verbesserung der Arbeitssituation. Arbeitsbedingte Probleme

können in einem angemessenen Rahmen angesprochen und beseitigt werden und durch die Beteiligung aller wird ein Gefühl der Wertschätzung und Anerkennung vermittelt. Dabei bietet die Methode der moderierten Gruppendiskussion viele Vorteile für Arbeitgebende: Geringer Kostenaufwand, Verbesserung der Arbeits- bzw. Produktqualität sowie der Arbeitssituation und des Betriebsklimas. Die Methode eignet sich insbesondere für Klein- und Kleinstbetriebe und für kleinere Einheiten in größeren Betrieben und richtet sich an Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber sowie alle Beteiligten des betrieblichen Arbeitsschutzes.

Betriebliches Gesundheitsmanagement digital unterstützt.

„Ein vielversprechender Weg ist, digitale Technologien nicht nur als Belastungsquelle wahrzunehmen, sondern ihre Potenziale aktiv für betriebliche Prävention zu erschließen.“, so Dr. Kai Seiler, Präsident des LIA.nrw. Vor diesem Hintergrund wurde im Projekt BalanceGuard ein webbasiertes Assistenzsystem sowie begleitende Informations- und Beratungsangebote entwickelt, optimiert und erprobt. Diese Angebote sollen Beschäftigte und Betriebe im Umgang mit Belastungs- und Beanspruchungssituationen unterstützen und die Ressourcen von Beschäftigten und Unternehmen für gesundheitsgerechte Arbeitsgestaltung stärken. In der neuen LIA.transfer 7 erhalten Fach- und Führungskräfte, Beauftragte für das BGM und Interessensvertretungen Informationen über die Herausforderungen und Chancen digitaler Tools, sowie für die erfolgreiche Einführung eines solchen. Am 31.10.2019 endete das Projekt. Die Ergebnisse können im Abschlussbericht nachgelesen werden.

Download des Materials LIA.praxis:

https://www.lia.nrw.de/service/publikationen-downloads/LIA_praxis/index.html

(Einzelne Teile können als pdf-Datei heruntergeladen werden)

Originalpublikation:

Landesinstitut für Arbeitsgestaltung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): Besprechungen kreativ nutzen. Arbeit gesund gestalten mit der Methode der moderierten Gruppendiskussion. LIA.praxis 3.

Landesinstitut für Arbeitsgestaltung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): Betriebliches Gesundheitsmanagement digital unterstützt. Einführung eines Belastungs- und Beanspruchungsmonitorings. LIA.transfer 7.

Landesinstitut für Arbeitsgestaltung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.): Arbeit gestalten mit digitalem Belastungs- und Beanspruchungsmonitoring. Abschlussbericht – Projekt BalanceGuard.

08.01.2020

Gabriele Stehmann

Öffentlichkeitsarbeit, Kommunikation

Landesinstitut für Arbeitsgestaltung des Landes Nordrhein-Westfalen

Quelle:

www.idw-online.de

www.lia.nrw