

## Wer kann den Arbeitgeber unterstützen?

### Betriebsarzt/Betriebsärztin

- berät bei arbeitspsychologischen Fragestellungen insbesondere zu Arbeitsrhythmus, Arbeitszeit, Pausenregelung, der Gestaltung der Arbeitsplätze, des Arbeitsablaufs und der Arbeitsumgebung.

### Fachkraft für Arbeitssicherheit

- berät bei der Planung und Gestaltung der Arbeitsbedingungen, insbesondere zu sicherheitstechnischen und ergonomischen Fragestellungen.

### Führungskräfte

- können auf mehrfache Weise psychische Belastungsfaktoren erkennen (z. B. durch Beobachtung, in Gesprächen, bei Unstimmigkeiten zwischen Planung und Umsetzung).
- können Einfluss nehmen z. B. durch Änderung der Organisation der Arbeit in ihrem Bereich und durch ihr Führungsverhalten.

### Personalabteilung

- verfügt über Informationen und Statistiken, die auf beeinträchtigende psychische Belastung hinweisen, wie z. B. Fehlzeiten, hohe Fluktuation, eskalierte Konflikte.
- verfügt häufig über Erfahrungen mit der Durchführung von Mitarbeiterbefragungen und Workshops; dies sind Methoden, die für eine systematische Ermittlung psychischer Belastung genutzt werden können.

### Betriebs- und Personalrat

- fungiert als Sprachrohr der Mitarbeiterschaft und Multiplikator.
- verfügt über Beteiligungsrechte und -pflichten bei der Ermittlung, Maßnahmenableitung und Maßnahmenumsetzung.

### Beschäftigte

- kennen die vielfältigen Anforderungen an ihren Arbeitsplätzen am besten und sehen häufig praktische Verbesserungsmöglichkeiten.

## Arbeitsschutz und Produktsicherheit in Hessen

### REGIERUNGSPRÄSIDIUM DARMSTADT

**Standort Wiesbaden:** Stadt Wiesbaden, Kreise Hoch-Taunus, Main-Taunus, Rheingau-Taunus  
Telefon 0611 3309-0  
E-Mail: [arbeitsschutz-wiesbaden@rpda.hessen.de](mailto:arbeitsschutz-wiesbaden@rpda.hessen.de)

**Standort Frankfurt:** Stadt Frankfurt am Main, Stadt Offenbach am Main, Kreise Main-Kinzig und Wetterau, Frankfurt Flughafen; Telefon 069 2714-0  
E-Mail: [arbeitsschutz-frankfurt@rpda.hessen.de](mailto:arbeitsschutz-frankfurt@rpda.hessen.de)

**Standort Darmstadt:** Stadt Darmstadt, Kreise Bergstraße, Darmstadt-Dieburg, Groß-Gerau, Offenbach und Odenwald  
Tel. 06151 12-4001  
E-Mail: [arbeitsschutz-darmstadt@rpda.hessen.de](mailto:arbeitsschutz-darmstadt@rpda.hessen.de)

### REGIERUNGSPRÄSIDIUM GIEßEN

**Standort Gießen:** Kreise Gießen, Marburg-Biedenkopf und Vogelsberg; Telefon 0641 303-0  
E-Mail: [arbeitsschutz-gießen@rpgi.hessen.de](mailto:arbeitsschutz-gießen@rpgi.hessen.de)

**Standort Hadamar:** Kreis Limburg-Weilburg und Lahn-Dill-Kreis; Telefon 0641 303-8600  
E-Mail: [poststelle-afaslm@rpgi.hessen.de](mailto:poststelle-afaslm@rpgi.hessen.de)

### REGIERUNGSPRÄSIDIUM KASSEL

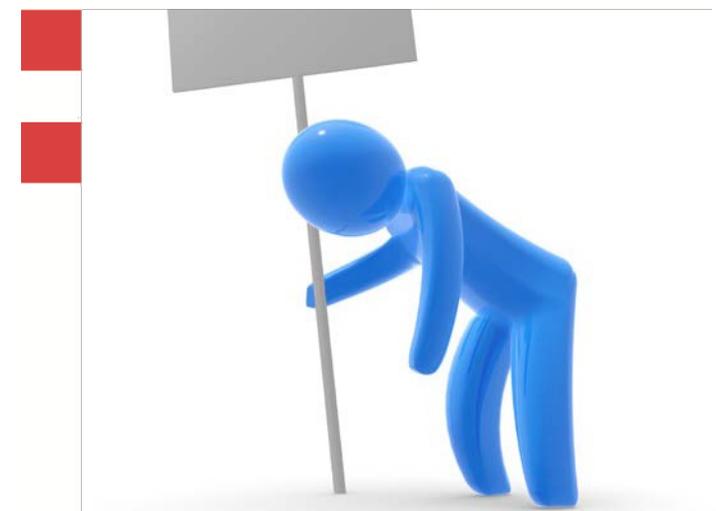
**Standort Kassel und Standort Fulda:** Stadt Kassel, Landkreise Kassel, Waldeck-Frankenberg, Werra-Meißner, Schwalm-Eder, Hersfeld-Rotenburg und Fulda  
Telefon 0561 106-2788  
E-Mail: [arbeitsschutz@rpks.hessen.de](mailto:arbeitsschutz@rpks.hessen.de)

## Arbeitsschutz und Produktsicherheit in Hessen

Hessisches Sozialministerium für Soziales und Integration  
Sonnenberger Str. 2/2a  
65193 Wiesbaden  
[www.arbeitswelt.hessen.de](http://www.arbeitswelt.hessen.de)  
[arbeitsschutz@hsm.hessen.de](mailto:arbeitsschutz@hsm.hessen.de)

Gesamtverantwortlich: Alice Engel  
Verfasser: Bettina Splittgerber, HMSI/Referat III1B;  
Claudia Flake, Regierungspräsidium Gießen  
Titelmotiv: [www.thinkstockphotos.de](http://www.thinkstockphotos.de)  
Druck: Hausdruck, Mai 2021

Hessisches Ministerium  
für Soziales und Integration



## Psychische Belastung (1) Informationen für Betriebe

Weitere Faltblätter aus der Themenreihe

- Empfehlung zur Ermittlung psychischer Belastung (2)
- Gefährdungsbeurteilung im betrieblichen Alltag (3)

## Was bedeutet psychische Belastung?

Mit psychischer Belastung sind die vielfältigen Einflüsse und Anforderungen gemeint, die am Arbeitsplatz auf die Beschäftigten wirken.

Sie ergeben sich aus:

- Arbeitstätigkeit
- Arbeitsorganisation und Arbeitszeit
- Arbeitsmittel
- Umgebungsbedingungen und
- Umgang mit Kollegen/innen, Vorgesetzten sowie Kunden und Kundinnen.

Somit ist psychische Belastung an jedem Arbeitsplatz zu finden und Bestandteil eines jeden Arbeitsprozesses.

Psychische Belastung ist nicht grundsätzlich negativ. Sie kann zwar negative Folgen haben, aber auch Ansporn und Herausforderung sein. Wie sie sich auswirkt, hängt davon ab, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten die Beschäftigten haben und wie die Arbeitsbedingungen gestaltet sind, z.B. ob die Beschäftigten über die notwendigen Ressourcen, insb. Informationen und Unterstützung, verfügen.

## Weitere Informationen im Internet

weitere Faltblätter aus der Themenreihe zu „Arbeitsgestaltung“ und „psychische Belastung“ finden Sie auf der Seite

[www.arbeitswelt.hessen.de](http://www.arbeitswelt.hessen.de)

Weitere Informationen zu psychischen Belastungsfaktoren unter

[www.gda-psyche.de](http://www.gda-psyche.de)

[www.gefaehrungsbeurteilung.de](http://www.gefaehrungsbeurteilung.de)

## Typische Risikofaktoren psychischer Belastung

- hoher Zeitdruck, hohe Arbeitsverdichtung
- häufige Arbeitsunterbrechungen, beispielsweise aufgrund von Mängeln in der Arbeitsorganisation
- fehlende Qualifikation und Erfahrung
- fehlende soziale Unterstützung von Kollegen/innen oder Vorgesetzten
- ungünstige Arbeitszeiten oder häufige kurzfristige Arbeitseinsätze, die wenig Planungsmöglichkeiten lassen
- verkürzte oder fehlende Pausen
- hohe emotionale Inanspruchnahme durch zum Beispiel Kunden oder kritische Ereignisse
- monotone Tätigkeit, geringe Abwechslung
- wenig Planungsmöglichkeiten bei der eigenen Arbeit, ein hoher Grad an Fremdbestimmung
- Widersprüche in den Anforderungen und Zielen
- geringe Vereinbarkeit von Familie und Beruf

## Kurzfristige und langfristige Folgen können sein:

- Unzufriedenheit, Ärger, Frustration, Leistungsmängel und Fehleranfälligkeit
- Konflikte und schlechtes Betriebsklima
- Gesundheitsstörungen und Erkrankungen (wie beispielsweise Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, Muskel-Skelett-Erkrankungen, Depression)
- Fehler, Produktivitäts- und Qualitätsverluste, Unterbrechungen in den Betriebsabläufen, innere Kündigung sowie ein Anstieg von Fehlzeiten und Fluktuation

## Was muss der Arbeitgeber machen?

Der Arbeitgeber hat die arbeitsbedingten Belastungen und Gefährdungen zu ermitteln und zu beurteilen, um darauf aufbauend die erforderlichen Arbeitsschutzmaßnahmen festzulegen und umzusetzen.

Dabei muss der Arbeitgeber auch Gefährdungen berücksichtigen, die sich

- aus der Gestaltung der Arbeitsabläufe, der Arbeitsverfahren, der Arbeitsmittel, der Arbeitszeit und deren Zusammenwirken,
- durch unzureichende Qualifikation und Unterweisung der Beschäftigten und
- durch kognitive, emotionale und zwischenmenschliche Belastung am Arbeitsplatz ergeben.

Die Beurteilung und die notwendigen Maßnahmen zur Verbesserung sind zu dokumentieren.

(§§ 3 – 6 ArbSchG)

Bewährten Rat und Unterstützung bei diesen Aufgaben erhält der Arbeitgeber von verschiedenen Personen innerhalb und außerhalb des Betriebes (siehe Rückseite).

## Welche Vorteile hat der Betrieb?

Vorteile der Vermeidung und Beseitigung beeinträchtigender psychischer Belastung sind:

- weniger Fehler und Unregelmäßigkeiten in Betriebsabläufen
- zufriedene und leistungsbereite Beschäftigte
- höhere Produktivität und bessere Qualität von Produkten und Dienstleistungen
- weniger Ausfall- und Fehlzeiten sowie Entschädigungsleistungen
- bessere Kommunikation und gutes Betriebsklima
- gutes Firmenimage und Bindung qualifizierter Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an das Unternehmen
- Erfüllung der gesetzlichen Pflichten