

Inhaltsverzeichnis

1 Einführung	1
Literatur	5
2 Grundlagen	7
2.1 Stress und psychische Belastung	7
2.1.1 Belastungs-Beanspruchungs-Modell	9
2.1.2 Biologie: Drei-Phasen-Modell nach Selye	10
2.1.3 Biologie und Psychologie: Stressmodell nach Henry und Stephens	11
2.1.4 Einfluss des sozialen Umfelds: erweitertes Anforderungs-Kontroll-Modell	13
2.1.5 Modell der beruflichen Gratifikationskrisen	14
2.1.6 Bewältigungsverhalten und Folgen chronischer Stressbelastung	15
2.2 Das Arbeitsschutzgesetz	18
2.3 Inhalte: Leitlinie „Beratung und Überwachung bei psychischer Belastung am Arbeitsplatz“	22
2.4 Die Norm DIN EN ISO 10.075 – Ergonomische Grundlagen bezüglich psychischer Arbeitsbelastung	24
Literatur	26
3 Die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung bei der Arbeit	29
3.1 Methoden der Gefährdungsbeurteilung	30
3.1.1 Die Quantifizierung von psychischen Faktoren	32
3.1.2 Gütekriterien	35
3.1.3 Vor- und Nachteile verschiedener Methoden	36

3.2	Der Prozess der Gefährdungsbeurteilung	39
3.3	Auswertung bestehender Daten	41
3.3.1	Aufbereitung von Daten	42
3.3.2	Kategorisierung	44
3.3.3	Bewertung der Kennzahlen	45
3.3.4	Zusammenfassung	47
3.4	Mitarbeiterbefragung	47
3.4.1	Durchführung einer Befragung	47
3.4.2	Einige Fragebogen und ihre Einsatzmöglichkeiten	49
3.5	Begehungen	54
3.5.1	Durchführung und Auswertung	56
3.5.2	Verfahren zur Durchführung einer Begehung	58
3.5.3	Praxisbeispiel: angepasstes Verfahren	63
3.6	Workshop und Gruppendiskussion	68
3.7	Weitere Verfahren	69
	Literatur	75
4	Betriebliches Gesundheitsmanagement	79
4.1	Konzept und Prozess	81
4.2	Stufenweise Einführung	84
4.3	Verstetigung und Evaluation	85
4.4	Planung und Steuerung – Arbeiten mit Kennzahlen	87
4.4.1	Praxisbeispiel: Mitarbeiterbefragung in einem Krankenhaus	88
4.4.2	Visualisierung von Daten: Heat-Map	89
4.5	Maßnahmen	90
4.5.1	Evaluation von Maßnahmen	92
4.5.2	Vorschlag eines Evaluationsschemas	97
	Literatur	109
5	Schlusswort	111
	Glossar	113
	Literatur	124