

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
1.1	Psychische Belastung und Gefährdungsbeurteilung	1
1.2	Methodik des KPB	2
2	Fachlicher Hintergrund	3
2.1	Das Belastungs-Beanspruchungs- Konzept	3
2.2	Normung im Bereich psychischer Belastung und Beanspruchung	4
2.2.1	Psychische Ermüdung	6
2.2.2	Ermüdungsähnliche Zustände	6
2.2.2.1	Monotonie	6
2.2.2.2	Herabgesetzte Wachsamkeit (Vigilanz)	7
2.2.2.3	Psychische Sättigung	7
2.2.3	Stress bzw. Stressreaktion	8
2.2.4	Burnout	9
2.2.5	Positive Folgen psychischer Beanspruchung	9
3	Merkmalsbereiche psychischer Belastung	11
3.1	Merkmalsbereich: Arbeitsinhalt/Arbeitsaufgabe	11
3.1.1	Vollständigkeit der Aufgabe	11
3.1.2	Handlungsspielraum	12
3.1.3	Variabilität	12
3.1.4	Information/Informationsangebot	12
3.1.5	Verantwortung	13
3.1.6	Qualifikation	13
3.1.7	Emotionale Inanspruchnahme	13
3.2	Merkmalsbereich: Arbeitsorganisation	14
3.2.1	Arbeitszeit	14
3.2.2	Arbeitsablauf	14
3.2.3	Kommunikation/Kooperation	14
3.3	Merkmalsbereich: soziale Beziehungen	14
3.3.1	Soziale Beziehungen: Kolleginnen/Kollegen	15
3.3.2	Soziale Beziehungen: Vorgesetzte	15
3.4	Merkmalsbereich: Arbeitsumgebung	15
3.4.1	Physikalische und chemische Faktoren	15
3.4.2	Physische Faktoren	16
3.4.3	Arbeitsplatz- und Informationsgestaltung	16
3.4.4	Arbeitsmittel	16
3.5	Neue Arbeitsformen	16
4	Anwendung des KPB	17
4.1	Vorgehen bei der Gefährdungsbeurteilung mit dem KPB	17
4.2	Anwendung der Checklisten: Items und Erläuterungen	21
5	Checklisten und Dokumentationshilfen	53
	Weiterführende Links/Informationen	65
	Literatur	67