

Info Psyche und Arbeit

2020-02

Liebe Kolleginnen und Kollegen,
hier wieder eine Zusammenstellung von Informationen und Hinweisen zum
Thema Psyche und Arbeit, die mir im Februar 2020 aufgefallen sind
Herzlichen Dank an alle, die mir den einen oder anderen Hinweis haben
zukommen lassen!

Ich stelle den Newsletter bis auf weiteres auf meine Webseite, da ein
rechtssicherer Versand nach der neuen DSGVO zu aufwändig ist; wer den
Newsletter in der Vergangenheit innerhalb seiner Kreise versandt hat, kann
gerne weiter so verfahren.

Mit den besten Wünschen – achtet auf Euch, Ihr werdet gebraucht!

Hans Dieter Gimbel

www.systemberatung-gimbel.de

info@systemberatung-gimbel.de

Tel: 0203-345820

Psychiater: „Arbeitsatmosphäre spielt eine große Rolle“

Permanent erreichbar, Leistungsdruck und keine Anerkennung – hohe Arbeitsbelastung kann
krank machen. Viele Beschäftigte in Deutschland fühlten sich im Job permanent gehetzt,
sagte der Psychiater Joachim Bauer im Dlf. Besonders hoch sei der Druck in Pflege- und
Erzieherberufen.

[https://www.deutschlandfunk.de/depressiv-und-krankgeschrieben-
psychiater.694.de.html?dram:article_id=469355](https://www.deutschlandfunk.de/depressiv-und-krankgeschrieben-
psychiater.694.de.html?dram:article_id=469355)

„Eine ungerechte Belohnung verdirbt die Sitten“

Millionen-Boni für Deutsche-Bank-Manager trotz Milliardenverlusten: Der Hirnforscher
Gerhard Roth erklärt, wie materielle Belohnungen wirken und was bei einem Entzug in uns
vorgeht.

[https://www.faz.net/aktuell/wirtschaft/hirnforscher-erklaert-die-wirkung-von-boni-zahlungen-
16608629.html?utm_source=pocket-newtab](https://www.faz.net/aktuell/wirtschaft/hirnforscher-erklaert-die-wirkung-von-boni-zahlungen-
16608629.html?utm_source=pocket-newtab)

Jung und ausgebrannt

Burn-out ist längst keine reine Managerkrankheit mehr, auch Berufseinsteiger leiden unter Überforderung und Stress. Sind Millennials wirklich erschöpfter als andere?

<https://www.zeit.de/arbeit/2019-01/burnout-syndrom-berufsstart-ueberarbeitung-erschoepfung-leistungsunfaehigkeit>

Immer mehr Menschen macht ihr Job krank

Gesundheitspolitik Trotz höherer Sicherheitsrichtlinien in allen Branchen, gesundheitliche Förderprogramme und weiterer Maßnahmen, der Trend scheint sich zu intensivieren.

<https://www.freitag.de/autoren/alexanderklingenberg/immer-mehr-menschen-macht-ihr-job-krank>

hkk-Fehlzeitenanalyse: Psychische Erkrankungen auf dem Vormarsch - Arbeitnehmerinnen besonders betroffen

Die meisten beruflichen Ausfalltage wurden 2019 - wie in den Vorjahren - verursacht durch sogenannte Muskel-Skelett-Erkrankungen wie beispielsweise Rückenschmerzen (21,9 % aller Fehltag). Psychische Erkrankungen lagen auf Platz zwei mit 18,5 %. Krankheiten des Atmungssystems rangierten auf dem dritten Platz (14,7 %). Das ist das Ergebnis einer aktuellen Datenanalyse der hkk Krankenkasse.

<https://www.presseportal.de/pm/73968/4505598>

Was kann ich tun? Wenn Angehörige an Depressionen leiden

Der Januar ist für viele der Höllen-Monat. In keinem anderen Monat lassen sich so viele Menschen wegen Depressionen Krankschreiben. Betroffen sind aber nicht nur die Erkrankten selbst, sondern auch die Angehörigen. Wie man am besten mit der Krankheit und den Erkrankten umgeht, verrät Psychologin Anna Schmied.

<https://www.brigitte.de/barbara/leben/was-kann-ich-tun--wenn-angehoerige-an-depressionen-leiden-11715130.html>

Pflegekräfte: Mehr noch als der Rücken ächzt die Psyche

Berlin. Psychischer Stress, Rückenbeschwerden, häufiges Heben und Tragen schwerer Lasten. In der größten Berufsgruppe im Gesundheitswesen sind die Arbeitsanforderungen außerordentlich hoch. Das geht aus dem am Montag veröffentlichten Faktenblatt „[Arbeitsbedingungen in der Alten- und Krankenpflege](#)“ der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) in Dortmund hervor. 1,7 Millionen Frauen und Männer gehören dieser Berufsgruppe an.

<https://www.aerztezeitung.de/Politik/Pflegekraefte-Mehr-noch-als-der-Ruecken-aechzt-die-Psyche-406374.html>

Modellprojekt zur Erwerbsminderungsrente gestartet

Deutsche Rentenversicherung Nord geht jetzt aktiv auf Personen mit hohem Erwerbsminderungsrisiko zu und bietet individuelles Fallmanagement an.

<https://www.ihre-vorsorge.de/nachrichten/lesen/modellprojekt-zur-erwerbsminderungsrente-gestartet.html>

Ein großer Erfolg

Sich mit der psychischen Belastung der eigenen Mitarbeiter auseinandersetzen? Eine besondere Herausforderung für einen Betrieb mit 15 Beschäftigten. Stefan Mail hat es gewagt. Im Gespräch mit der Arbeitspsychologin Dr. Christine Gericke berichtet er, warum es sich gelohnt hat.

https://etem.bgetem.de/6.2019/titelstories/ein-grosser-erfolg/document_view?pk_campaign=etem-newsletter-6.2019&pk_kwd=3-ein-grosser-erfolg

Zu viel Druck, zu wenig Auszeit: Warum Psyche das neue "Rücken" ist und wie wir uns schützen können

Psychische Erkrankungen sind mit zwanzig Prozent derzeit in Deutschland die häufigsten Gründe für eine Krankschreibung. Das ergab unter anderem der aktuelle Gesundheitsreport der Techniker Krankenkasse. Statistiken anderer Kassen bestätigen diesen Trend, der sich seit Jahren abzeichnet.

<https://www.mdr.de/wissen/mehr-fehltage-durch-psychische-erkrankungen-100.html>

Strategie gegen Gewalt? Hinschauen und handeln!

Jörg Ferber ist *Fachkraft für Arbeitssicherheit*. Jemand, den man um Rat fragt, wenn es um Übergriffe gegen Beschäftigte geht. Jemand, der sich engagiert und sagt: Mehr Sicherheit in Gesundheitseinrichtungen braucht zwar einen langen Atem, lässt sich aber mit vorhandenen Stellschrauben bewerkstelligen. Das Beispiel des Krankenhauses St. Joseph-Stift Bremen zeigt, welche Schritte wichtig sind.

https://www.bgw-online.de/DE/Medien-Service/Kundenmagazin/2020-1/Strategie-gegen-Gewalt.html?utm_campaign=newsletter_2020-02-10_18:32:20

3 Tipps gegen Präsentismus und Leaveism

Immer häufiger arbeiten Beschäftigte auch dann, wenn sie eigentlich krankgemeldet sind oder frei haben. Ein bedenklicher Trend.

Für viele Deutsche gehört es zum Berufsleben, sich gelegentlich auch krank zur Arbeit zu schleppen. Mehr als zwei Drittel der Arbeitnehmer:innen hierzulande arbeitet mindestens einmal im Jahr trotz gesundheitlicher Probleme, mehr als die Hälfte sogar für eine Woche oder mehr. Die Gründe für den sogenannten „Präsentismus“ sind unterschiedlich: Manche treibt die Sorge um den eigenen Arbeitsplatz, zum Beispiel, weil sie nur befristet angestellt sind. Andere wollen ihre Kolleg:innen nicht im Stich lassen oder befürchten berufliche Nachteile, wenn sie sich öfter krankmelden.

<https://www.humanresourcesmanager.de/news/3-tipps-gegen-praesentismus-und-leaveism-fehlzeiten-krankheit-urlaub.html>

Mehr Entscheidungsfreiheit am Arbeitsplatz verringert Risiko für Rückenschmerzen

Ein Team von Psychologen der TU Dresden hat in Zusammenarbeit mit Experten aus den Gesundheitswissenschaften und der Arbeitsmedizin sowie der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin in einer Meta-Analyse psychosoziale Arbeitsmerkmale identifiziert, die im Zusammenhang mit dem Auftreten von chronischen unteren Rückenschmerzen stehen. So konnte gezeigt werden, dass nicht nur körperliche, sondern auch psychische und soziale Faktoren am Arbeitsplatz zu chronischen Rückenleiden beitragen können.

https://www.rehacare.de/de/News/Mehr_Entscheidungsfreiheit_am_Arbeitsplatz_verringert_Risiko_f%C3%BCr_R%C3%BCckenschmerzen

Praxistipp: Krank ins Büro? Gehen Sie nach Hause!

Arbeiten im Urlaub, Erreichbarkeit nach Feierabend, Qualitätsreduktion im Job – das Phänomen „Interessierte Selbstgefährdung“ hat viele Facetten. In einer achteiligen Serie erklärt VBG-Arbeitspsychologin Elisa Bradtke, wie man die eigenen Grenzen wahrt und Interessierter Selbstgefährdung im Berufsalltag aktiv vorbeugen kann.

In Teil 4 dieser Serie: Was Führungskräfte tun können, damit Beschäftigte nicht krank ins Büro kommen.

<https://www.certo-portal.de/gesund-bleiben/artikel/serie-interessierte-selbstgefahrdung-praxistipp-krank-ins-buero-gehen-sie-nach-hause/>

Erwerbsminderungsrentner: Einer von hundert schafft Wiedereinstieg in den Job

Bremen – Nur wenige Empfänger einer zeitlich befristeten Erwerbsminderungsrente schaffen den Wiedereinstieg in die Arbeitswelt.

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/109366/Erwerbsminderungsrentner-Einer-von-hundert-schafft-Wiedereinstieg-in-den-Job>

Großprojekt für Behandlung psychisch Kranker angelaufen

Donnerstag, 13. Februar 2020

Mainz – In Rheinland-Pfalz ist ein Modellprojekt zur Versorgung psychisch kranker Menschen angelaufen. Dabei sollen Patienten des Pfalzkrankenhauses individueller und wohnortnah betreut werden, teilte das Gesundheitsministerium heute mit.

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/109377/Grossprojekt-fuer-Behandlung-psychisch-Kranker-angelaufen>

Gesundheitslotsen in Betrieben: Sie halten ihre Kollegen auf Trab

Ob es das „falsche“ Sitzen am Schreibtisch ist, zu viel Stress oder ein schlechtes Betriebsklima: Gesundheitslotsen sind ehrenamtlich in ihren Betrieben aktiv, um den Kollegen ein gesünderes Arbeiten zu ermöglichen.

<https://www.wlz-online.de/landkreis/gesundheitslotsen-kuemmern-sich-wohl-ihrer-kollegen-13550995.html>

Resilienz : Überleben im Büro

Der Druck am Arbeitsplatz nimmt zu, die Zahl der psychischen Erkrankungen auch. Die Last bringt manche an ihre Grenzen. Doch es gibt Wege, um Kraft zu schöpfen für den täglichen Kampf im Arbeitsleben.

<https://www.faz.net/aktuell/karriere-hochschule/druck-am-arbeitsplatz-so-ueberleben-sie-stress-im-buero-16636098.html>
