

# Info Psyche und Arbeit

2024-08

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

Ich stelle den Newsletter auf meine Webseite, <https://www.systemberatung-gimbel.de/news-terminen/>  
da ein rechtssicherer Versand nach der 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](http://www.systemberatung-gimbel.de)  
[info@systemberatung-gimbel.de](mailto:info@systemberatung-gimbel.de)  
Tel: 0203-345820

## BGW check – Handlungsleitfaden zur Gefährdungsbeurteilung Handlungsleitfaden mit branchenspezifischen Praxistipps

### [Online-Gefährdungsbeurteilungen](#)

Ganz einfach loslegen: Gefährdungen beurteilen, Maßnahmen festlegen und dokumentieren.

Mit welchen Methoden lassen sich Gefährdungen und Belastungen ermitteln? Nach welchen  
Kriterien Risiken beurteilen? Was sind die branchentypischen Gefährdungen und Belastungen  
und welche Maßnahmen kommen infrage?

Die Infobroschüren unterstützen die Verantwortlichen, die gesetzlich vorgeschriebene  
Gefährdungsbeurteilung durchzuführen.

<https://www.bgw-online.de/bgw-online-de/service/medien-arbeitshilfen/medien-center/bgw-check-informationen-zur-gefaehrdungsbeurteilung-14150>

## Selbstorganisation: Kompetent in gesundheitlicher Balance bleiben

Die Digitalisierung erhöht das Tempo, mit dem Arbeit erledigt werden kann. Zugleich verschwimmen Grenzen zwischen Arbeit und Privatleben. Gute Selbstorganisation hilft zwar, Ordnung und Struktur herzustellen. Doch wer einerseits seine Arbeit zufriedenstellend erledigen will und zugleich Unternehmensziele im Blick zu behalten hat, erhöht manchmal kurzfristig seine Leistung – und kann damit langfristig die Gesundheit gefährden. Über interessierte Selbstgefährdung und wie sie sich vermeiden lässt.

<https://www.aok.de/fk/medien-und-seminare/medien/newsletter/2024-08/selbstorganisation-kompetent-in-gesundheitlicher-balance-bleiben/>

---

## Hilfe bei Panikattacken und Angststörungen - Das können Sie tun

Etwa zwölf Millionen Deutsche leiden unter Angststörungen und Panikattacken. Was Betroffene selbst gegen die Attacken tun können, und ob es auch langfristige Hilfe gibt, erfahren Sie hier.

<https://www.brisant.de/gesundheit/krankheiten/panikattacke-symptome-hilfe-112.html>

---

## Die Arbeit in Kitas macht krank

*Düsseldorf* · Unter Erzieherinnen sind die Krankenstände enorm hoch. Psychische Probleme sind viel häufiger als in anderen Berufen und nehmen immer mehr zu. Wie aus Personalnot und Überlastung ein Teufelskreis wird, der das System gefährdet.

[https://rp-online.de/nrw/landespolitik/bertelsmann-auswertung-die-arbeit-in-kitas-macht-krank\\_aid-118033753](https://rp-online.de/nrw/landespolitik/bertelsmann-auswertung-die-arbeit-in-kitas-macht-krank_aid-118033753)

auch dazu: <https://www.faz.net/aktuell/wirtschaft/kita-personal-50-prozent-haeufiger-krank-als-der-durchschnitt-19929810.html>

auch dazu:

## Von der Erschöpfung zum Burnout: Wie man die Warnsignale deuten kann

Sängerin Lena Meyer-Landrut, Ex-Skispringer Sven Hannawald, Prinz Harry oder jüngst der Sylter Bürgermeister Nikolas Häckel – sie alle haben etwas gemeinsam: Sie sprechen öffentlich darüber, dass sie einen Burnout erlitten haben. Auch Krankenkassen registrieren gestiegene Fehltagel, insbesondere Erzieherinnen und Erzieher leiden besonders häufig unter Burnout, zeigt eine neue [Studie](#).

<https://www.brisant.de/gesundheit/psychologie/burnout-risiko-anzeichen-102.html>

## **Psychische Erkrankungen dominieren in der Berufsunfähigkeitsversicherung**

Beim Lebensversicherer Debeka ist inzwischen jede zweite Berufsunfähigkeit auf eine psychische Erkrankung zurückzuführen. Die häufigste Diagnose ist dabei die Depression.  
<https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Psychische-Erkrankungen-dominieren-in-der-Berufsunfaehigkeitsversicherung-452079.html>

-----

## **Desk Sharing: Umfrage zu psychischer Belastung, Beanspruchung und Beanspruchungsfolgen**

Nur online als PDF zum Download erhältlich.

<https://publikationen.dguv.de/forschung/iag/themenmonitor/4920/desk-sharing-umfrage-zu-psychischer-belastung-beanspruchung-und-beanspruchungsfolgen>

-----