

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
1 Einführung	9
1.1 Begriffsbestimmung psychische Belastungen	9
1.1.1 Stress und psychische Belastung – Qualität und Quantität	9
1.1.2 Die psychische Belastung in der Gesetzgebung	11
1.1.3 Psychische Belastung und Beanspruchung	12
1.2 Kurzer historischer Abriss zu Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit	17
1.2.1 Antike	17
1.2.2 Mittelalter	17
1.2.3 Neuzeit	18
1.3 Allgemeine Stressmodelle	22
1.3.1 Reaktionsorientierte und stimulusorientierte Ansätze	23
1.3.2 Das transaktionale Stressmodell	27
1.3.3 Strategien der Stressbewältigung	29
1.3.4 Verhaltens- und Verhältnisprävention	31
2 Neue Belastungsfaktoren und Formen psychischer Belastungen	33
2.1 Arbeitsmittel und -umgebung	33
2.1.1 Psychische Belastungen und Beanspruchungen durch neue Technologien	35
2.1.2 Psychische Belastungen und Beanspruchungen durch neue Raumkonzepte	37
2.2 Arbeitsvolumen und Arbeitsinhalt	42
2.2.1 Verdichtung des Arbeitsaufkommens	42
2.2.2 Verdichtung von Arbeitsanforderungen und Verantwortung	47
2.3 Arbeitsorganisation	53
2.3.1 Dokumentation, Controlling, QM und Co.	54
2.3.2 Job Enrichment, Job Enlargement, Zielvereinbarungen und vermehrter Gesprächs- und Meetingbedarf	57
2.3.3 Mobilitätsanforderungen, Flexibilisierung von Arbeitszeiten und Entgrenzung von Arbeit und Freizeit	67
2.3.4 Umgang mit permanentem Change und wachsender Unsicherheit	72
2.4 Intrapersonale Folgen dieser Rahmenbedingungen	80
2.4.1 Exzessives Arbeiten, gestörte Work-Life-Balance	80
2.4.2 Präsentismus und Burnout	105
2.4.3 Derailment, Frühverrentung, Suizid	123

2.5 Interpersonale Folgen dieser Rahmenbedingungen	133
2.5.1 Entstehung von Konflikten und Konfliktarten	134
2.5.2 Handhabung von Konflikten	138
2.5.3 Mobbing und sexuelle Belästigung als extreme Formen fehlgeleiteter Konflikt-handhabung	142
2.5.4 Veränderte interpersonale Anforderungen als neuer Belastungsfaktor	153
3 Ganzheitliche Ansätze für Prävention und Intervention	155
3.1 Möglichkeiten der Erfassung psychischer Belastungsfaktoren	155
3.1.1 Ziele und Methoden der psychischen Gefährdungsbeur- teilung	155
3.1.2 Ein Praxisbeispiel: Durchführung einer Gefährdungsbeur- teilung psychischer Belastungen im Logistikbereich	157
3.2 Prävention und Intervention auf Organisationsebene	167
3.2.1 Betriebliches Gesundheitsmanagement	167
3.2.2 Betriebliche Gesundheitsförderung	173
3.2.3 Betriebliches Eingliederungsmanagement	176
3.2.4 Gesundheitszirkel	184
3.2.5 Wandel der Unternehmenskultur im Gesundheitsbereich – Change Management	189
3.3 Prävention und Intervention auf Führungsebene	200
3.3.1 Ursachen von De-Motivation	201
3.3.2 Motivierend führen und kommunizieren	204
3.4 Prävention und Intervention auf individueller Ebene	207
3.4.1 Resilienz	208
3.4.2 Zeitgestaltung und Zeitmanagement	210
3.5 Neue Lern- und Vermittlungsformen	214
4 Grenzen und Ausblick	219
4.1 Psychische Belastungen am Arbeitsplatz: Verantwortung auf allen Ebenen	219
4.2 Wirksamkeitsevaluation von Maßnahmen in der Arbeitswelt 4.0	223
4.3 Arbeitswelt 4.0 – Wie geht es weiter?	226
Literaturverzeichnis	231
Stichwortverzeichnis	249
Die Autoren	257