

Rolf Satzer

Stress und psychische Belastungen

Bund-Verlag

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Abkürzungsverzeichnis	11
1. Basisinformationen	13
1.1 Was sind psychische Belastungen?	13
1.2 Was ist Stress?	14
1.2.1 Wie wirkt Stress?	15
1.2.2 Stressverarbeitung und -bewältigung.	17
1.3 Negative Folgen von Stress.	20
1.3.1 Stressfolgen: Rückenerkrankungen.	20
1.3.2 Stressfolgen: Herz-Kreislauf-Erkrankungen.	21
1.3.3 Stressfolgen: Schwächung des Immunsystems.	21
1.3.4 Weitere Stressfolgen.	22
1.4 Psychische Ermüdung	23
1.5 Ermüdungsähnliche Zustände	23
1.5.1 Psychische Sättigung	24
1.5.2 Herabgesetzte Wachsamkeit (Vigilanz).	24
1.5.3 Monotonie.	25
1.6 Warum psychische Belastungen zunehmen.	26
1.6.1 Technikeinsatz, Produktions- und Managementkonzepte	26
1.6.2 »Vermarktlichung«, indirekte Steuerung und Arbeiten ohne Ende.	28
1.6.3 Gruppenarbeit	30
1.6.4 Vorgespielte Beteiligung und das Abstreifen von Verantwortung	31
1.6.5 Die Belegschaften werden älter.	33
1.6.6 Mobbing.	35
2. Praxisbeispiele: Strategien gegen psychische Belastungen	37
2.1 Wie können Betriebsräte gegen psychische Belastungen vorgehen?	37

8 Inhaltsverzeichnis

2.2	Arbeitsschutzgesetz und psychische Belastungen	38
2.3	Neue Chancen für Betriebsräte: Mitbestimmung bei Arbeitsorganisation und Arbeitsabläufen	41
2.4	Handlungsmöglichkeiten im Betrieb	44
	Beispiel 1: Fehlen von Arbeitsschutzstrukturen	44
	Beispiel 2: Bestehen von Arbeitsschutzstrukturen	45
2.4.1	Organisation des betrieblichen Arbeitsschutzes	46
	Beispiel 3: Wer führt die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen durch?	47
2.4.2	Unterweisung der Beschäftigten zu psychischen Belastungen	48
	Beispiel 4: Keine Unterweisung der Beschäftigten	48
2.4.3	Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen	50
2.4.3.1	Ermittlung psychischer Belastungen (Schritt 1)	52
	Beispiel 5: Wie werden psychische Belastungen erfasst?	52
2.4.3.2	Beurteilung der ermittelten Daten (Schritt 2)	54
	Beispiel 6: Von ermittelten Daten zur Bewertung	54
2.4.3.3	Schutzmaßnahmen gegen psychische Belastungen und Wirksamkeitskontrolle (Schritt 3)	58
	Beispiel 7: Wie lassen sich Maßnahmen gegen psychische Belastungen ableiten?	58
2.5	Betriebliche Erfahrungen - Praxisbeispiele im Überblick	61
2.5.1	Gefährdungsbeurteilung - eine Initiative des Betriebsrats	62
	Beispiel 8: Erfolgreiche Durchführung einer Gefährdungs- beurteilung in einem mittelständischen Unternehmen	62
2.5.2	Widerstand der Arbeitgeberseite	64
	Beispiel 9: Einigungsstellenverfahren zur Durchsetzung der Gefährdungsbeurteilung	65
2.5.3	Belegschaftsbefragungen zu psychischen Belastungen	66
	Beispiel 10: Fragebogenaktionen und anschließende Umsetzungs- aktivitäten zum Thema psychische Belastungen	66
2.5.4	Eine Angestelltenkampagne gegen das Arbeiten ohne Ende	70
	Beispiel 11: Reaktionen des Betriebsrats	70
3.	Vertiefende Informationen	73
3.1	Qualifizierung	73
3.2	Altersgerechte Arbeitsbedingungen	78
3.3	Was jede und jeder Einzelne tun kann	80
4.	Übersichten/Checklisten	81
4.1	Ablaufschema zum Abbau psychischer Belastungen	81

4.2	Kurzcheck: Umsetzung des Arbeitsschutzgesetzes	82
4.3	Arbeitsplan des Betriebsrats zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung	83
4.4	Eckpunkte einer Betriebsvereinbarung	84
4.5	Fragebogen zur Gefährdungsbeurteilung	87
4.6	Checkliste psychische Belastungen und Gruppenarbeit	89
4.7	Tatort Betrieb - Stress und psychische Belastungen - Terror für die Seele (IG Metall Bezirk Baden-Württemberg).	90
4.8	Flugblatt Betriebsrat Nortel Networks	94
5.	Musterschreiben	95
	Musterschreiben 1: Gefährdungsermittlung	95
	Musterschreiben 2: Unterweisung	96
	Musterschreiben 3: Widerspruch bei krankheitsbedingter Kündigung	97
6.	Hilfen, Ansprechpartner, Anlaufstellen	98
6.1	Die wichtigsten Handlungshilfen	98
6.2	Ansprechpartner	99
6.3	Anlaufstellen/Selbsthilfegruppen	100
6.4	Internetadressen	100
7.	Weiterführende Literatur	101
	Stichwortverzeichnis	104