

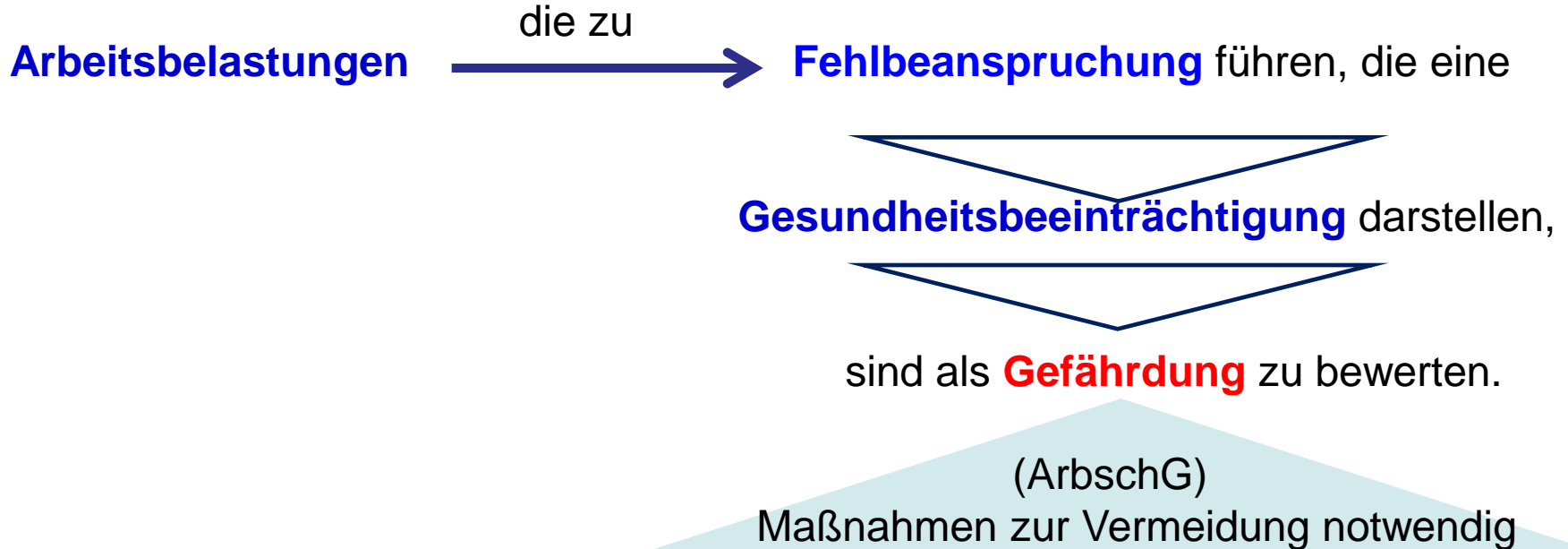
# Identifizierung von Risiko- und Potenzialbereichen für psychische Belastungen

Gesichertes und ungesichertes Wissen potenzieller Gesundheitsrisiken psychischer Belastungen

Renate Rau



# 1 Wann sind Arbeitsbelastungen als Gefährdung für die Gesundheit zu bewerten?



In der Regel:

Keine Anpassung der Belastungen an individuelle Leistungsvoraussetzungen  
(Ausnahmen: z.B. Behindertenarbeitsplätze)

Aber

Arbeitsbelastungen müssen so gestaltet sein, dass sie von Personen mit bestimmten, allgemeinen Leistungsvoraussetzungen (d.h. gesund, mit bestimmter Qualifikation und evtl. bestimmten physischen Voraussetzungen) **beeinträchtigungsfrei bewältigt** werden können.

# Probleme bei der Bewertung psychischer Belastungen

- Anders als bei einigen physischen Belastungen treten die Folgen psychischer Belastungen i. d. R. nicht unmittelbar ein.
- Es gibt keine eindeutige Ursache-Wirkungsbeziehungen. Psychische Belastungen können vermittelt über Stress die Entstehung verschiedener Erkrankungen begünstigen.



ε

- Je nach individueller Vulnerabilität sind bestimmte psychische Belastungen mit unterschiedlichen Erkrankungen assoziiert

## 2 Zusammenstellung des aktuellen Kenntnisstands

### **Konsens und Arbeitsgrundlage:**

Alle arbeitsbedingten Fehlbeanspruchungsfolgen in Form einer Erkrankung beeinträchtigen per Definition die Gesundheit.

Krankheit ist (neben dem Tod) die Extremausprägung einer arbeitsbedingten Fehlbeanspruchung.

Das Vorhandensein einer Beziehung zwischen Arbeitsbelastungen und Erkrankungen ist ein Indikator für das Gefährdungspotential dieser Arbeitsbelastungen

Suche nach wissenschaftlichen Publikationen zum Zusammenhang von Arbeitsbelastungen und Erkrankungen

## 2.1 Literatursuche (Festlegung von Suchkriterien)

### Vorgehen:

#### Sammlung bekannter, gesundheitsgefährdender psychischer Belastungen

#### Regeln für die Sammlung:

- Trennung:
  - Krankheit (ICD);
  - Beeinträchtigung (z.B. Burnout);
  - eingeschränktes Wohlbefinden (z.B. Arbeitsunzufriedenheit)
  
- Studienart:
  - Metaanalysen
  - Reviews
  - Langzeitstudien
  - unter welchen Bedingungen Verwendung von Einzelstudien
  
- mit/ohne statistische Kennzahlen
  
- Stichprobenumfang / Repräsentativität
  
- Angabe Branchen
  
- ...

## 2.2 Durchführung der Literatursuche

### Vorgehen:

Systematische Suche in diversen Literaturdatenbanken

PubMed, PsycInfo,  
Psyndex, Web of Science

nach Meta-Analysen und systematischen Reviews im

Zeitraum: 1966 – 2014

zum **Zusammenhang** von **Arbeitsbelastungen**

Suchkriterien →

und **stressassoziierten Erkrankungen**  
(d.h. Erkrankungen vermittelt durch stressbedingte  
Veränderungen neurovegetativer oder  
endokrinologischer Systeme

Suchkriterien →

## 2.2 Durchführung der Literatursuche

### Suchkriterien für Arbeitsbelastungen und Erkrankungen

#### Berücksichtigte Arbeitsbelastungen

Arbeitsaufgabenbezogen: Job Demand/Arbeitsintensität, Job Control/Handlungs- und Entscheidungsspielraum, Job Strain, Iso-Strain, Effort/Reward-Imbalance, Effort, Reward/Gratifikation, kognitive Anforderungen, Vollständigkeit, Abwechslung, repetitive Arbeit, Informationsmenge, emotionale Arbeitsanforderungen

Zeitbezogen: Arbeitsstunden/Arbeitszeit, Überstunden, Schichtarbeit

Organisationsbezogen: sozialer Stress, soziale Unterstützung, Rollenstress, Bullying/aggress. Verhalten am Arbeitsplatz, Arbeitsplatzunsicherheit

#### Berücksichtigte Erkrankungen

Somatisch: Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes

Psychisch: Depression, Angst, Panik

# 3 Ergebnisse

Es wurden insgesamt 56 Metaanalysen und systematische Reviews gefunden. Berücksichtigt wurden dabei nur systematische Reviews mit quantitativer Ergebnisaufbereitung (d.h. Vote-Counting-Method).

Die Suchergebnisse wurden nach folgendem Schema bewertet:

Bewertung	Erläuterung
Ja +	<i>Zusammenhang belegt von mehreren, qualitativ guten Metaanalysen</i>
Ja	<i>Zusammenhang von einer guten Metaanalyse belegt</i>
Nein	<i>es liegen Metaanalysen vor, die keinen Zusammenhang finden; es liegen nur systematische Reviews vor, die keinen Zusammenhang finden</i>
Hinweis +	<i>es liegen keine Metaanalysen vor, aber mehrere systematische Reviews, die für einen Zusammenhang sprechen</i>
Hinweis	<i>es liegen keine Metaanalysen vor, aber ein systematischer Review, der für einen Zusammenhang spricht</i>
unklar	<i>es liegen in ihren Ergebnissen widersprüchliche Metaanalysen oder systematische Reviews vor</i>



# 3 Ergebnisse

## Darstellung der Befundlage zu Beziehungen zwischen Arbeitsbelastungen & Erkrankungen

Arbeitsbelastung	Herz-Kreislauf	Diabetes	Depression	Angst	Psych. Beeinträcht.
Job Demand/ Arbeitsintensität	nein		Ja+		ja
Job Control/ Handlungsspielraum	ja		Ja+		ja
Job Strain	Ja+	ja	ja	Hinweis	ja
Isostrain	Hinweis+		ja	nein	
ERI	ja				ja
Arbeitszeit	ja				ja
Überstunden	ja		Hinweis		
Schichtarbeit	ja	Hinweis+			
soziale Unterstützung	unklar				ja
Rollenstress			ja	Ja+	
Bullying/aggress. Verhalten			Ja+	ja	Ja+
Arbeitsplatzunsicherheit	ja				Ja+

# 3.1 Zusammenfassung der Ergebnisse

**Folgende Arbeitsbelastungen sind als potentiell gesundheitsgefährdend zu bewerten:**

- Hoher Job Strain (geringer Handlungsspielraum x hohe Arbeitsintensität)
- Iso-strain (job strain x geringer sozialer Unterstützung)
- Effort-Reward-Imbalance
  
- hohe Arbeitsintensität (job demands),
- geringer Handlungsspielraum (job control),
  
- Rollenstress,
- Bullying/aggressives Verhalten am Arbeitsplatz
- Geringe soziale Unterstützung
  
- Überstunden/lange Arbeitszeiten,
- Arbeitsplatzunsicherheit
- Schichtarbeit

## 3.2 Übereinstimmung der Befunde zum Zusammenhang von Arbeitsbelastungen und Erkrankungen mit dem Arbeitsunfähigkeitsgeschehen in Europa

### Die gelb unterlegten Arbeitsbelastungen stehen in Beziehung zum Arbeitsunfähigkeits-geschehen in 31 EU-Ländern

Folgende **Arbeitsbelastungen sind als potentiell gesundheitsgefährdend** zu bewerten:

- Hoher Job Strain (geringer Handlungsspielraum x hohe Arbeitsintensität)
- Iso-strain (job strain x geringer sozialer Unterstützung)
- Effort-Reward-Imbalance (Reward als Job Promotion)
- hohe Arbeitsintensität (job demands),
- geringer Handlungsspielraum (job control),
- Rollenstress,
- Bullying/aggressives Verhalten am Arbeitsplatz
- geringe soziale Unterstützung
- Überstunden/lange Arbeitszeiten,
- Arbeitsplatzunsicherheit
- Schichtarbeit

## 3.3 Fehlende Übersichtsarbeiten zu den nachfolgend aufgelisteten Arbeitsbelastungen

- **Fehlen von Studien zu Zusammenhängen zwischen Erkrankungen und:**
  - kognitiven Arbeitsanforderungen
  - Informationsmenge,
  - Vollständigkeit von Arbeitstätigkeiten
  - Vielfalt/Abwechslung von Arbeit
  - soziale Stressoren
  - Emotionsarbeit
  - Repetitive Arbeit  
(hierzu gibt es einige Metaanalysen, die Beziehungen zum Risiko von Muskel-Skelett-Erkrankungen nachweisen)
- Für keine der in die Literatursuche einbezogenen Arbeitsbelastungen wurde eine Übersichtsarbeit gefunden, die einen Zusammenhang zum Panik-Risiko prüft.

### Beachte:

Das Fehlen von Übersichtsarbeiten bedeutet nicht, dass es keine Beziehungen zwischen den genannten Arbeitsbelastungen und Erkrankungen gibt.

## 3.4 Grenzen der Darstellung

**Die Zusammenstellung des Wissensstands zum Zusammenhang von Arbeitsbelastung und Gesundheitsbeeinträchtigungen ist nicht umfassend, da:**

- Die Literatursuche auf Erkrankungen und damit auf eine Teilmenge von Gesundheitsbeeinträchtigungen beschränkt ist
  - keine Berücksichtigung kurz- und mittelfristiger Fehlbeanspruchungsformen
- Die untersuchten Erkrankungsarten auf solche beschränkt wurden, für die stressassoziierte Veränderungen in physiologischen Systemen als Mittlerglieder zwischen Belastung und Erkrankung angenommen werden.
  - es wurden z.B. keine Muskel-Skelett-Erkrankungen berücksichtigt
- Nur Arbeitsbelastungen in die Literatursuche einbezogen wurden, für die es theoretische Annahmen in Bezug auf ein Krankheitsrisiko gibt.
  - damit blieben viele neuere Arbeitsbelastungen unberücksichtigt

# 4 Fazit: Zeit zu handeln

Die bisherige Daten weisen für einen überschaubaren

**Satz von Belastungsarten ein potentielles Gesundheitsrisiko auf.**

(Angerer et al., 2014; Rau, 2014; Niedhammer et al. 2013)

Das **Risiko ist über mehr als 30 Jahre** immer wieder bestätigt worden.

Diese Belastungen sollten in jeder **Gefährdungsbeurteilung** berücksichtigt werden (Mindestsatz):

- Arbeitsintensität
- Handlungsspielraum
- soziale Unterstützung
  
- Rollenstress,
- Bullying/aggressives Verhalten am Arbeitsplatz
  
- Überstunden/lange Arbeitszeiten,
- Arbeitsplatzunsicherheit
- Schichtarbeit, insbesondere Nachtarbeit

# 5 Ausblick: Arbeit als Potentialbereich

**Effiziente, gesunde und lernförderliche Arbeit** muss dem Arbeitenden

- Handlungs- und Entscheidungsspielräume für die Ausführung der eigenen Arbeit sowie
- Rückmeldungen zum Fortschritt bzw. dem Ergebnis der Arbeit bieten sowie
- in dessen Verantwortung liegen.



Lernen gleichsam von selbst (Lernen war nicht Ziel)  
WHO-Definition von Gesundheit

**Effiziente Arbeit ist nur möglich, wenn deren Ausführung nicht die Leistungsvoraussetzungen des Arbeitenden beeinträchtigt**

Fragen?