



Berufsverband  
Deutscher  
Psychologinnen  
und Psychologen

Kraftige  
**Gesundheitslehre:**  
(Natur)heilkunde, Homöopathie  
**Gesundheitsmangelment:**

Erhaltung und Ausbau der Ges

# Gesunde Arbeitsbedingungen

Was Unternehmen tun können



## Was sind gesunde Arbeitsbedingungen?

Vielfältige Faktoren können an den unterschiedlichsten Arbeitsplätzen zur psychischen Gesundheit von Beschäftigten beitragen: die **Arbeitsplatzgestaltung**, vor allem aber die jeweilige **Arbeitsaufgabe** und **psychosoziale Aspekte** wie die Zusammenarbeit im Team, die Beziehung zur Führungskraft, deren konkretes Führungsverhalten oder das Betriebsklima. Auch Fragen der **Arbeitsorganisation** oder die **Unternehmenskultur** sind wesentliche Elemente.



© Picture-Factory - Fotolia.com

### Weshalb sollten Unternehmen gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen schaffen?

Mittlerweile ist die Gruppe der Erwerbstätigen, die älter als 45 Jahre sind, größer als die derjenigen unter 35. Angesichts dieser demografischen Perspektiven sind Maßnahmen notwendig, um die Gesundheit der Belegschaft zu fördern und zu erhalten.

Krankheitsbedingte Ausfälle wie auch eine geringer werdende Leistungsfähigkeit wirken sich bei gleichzeitig steigenden Arbeitsanforderungen erheblich im Betrieb aus. Es kann zur Überbeanspruchung, einer Zunahme sozialer Konflikte, zu Burnout und nicht zuletzt zum Vertrauensverlust in die Führung kommen.

### Arbeit gesundheitsförderlich zu gestalten zahlt sich aus!

Gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen erhalten und verbessern die Leistungsfähigkeit der Beschäftigten. Sie erhöhen die Zufriedenheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und somit auch der Kunden. Außerdem erhalten die Unternehmen mehr Verbesserungsvorschläge.

Die Mitarbeiter identifizieren sich mehr mit ihrer Arbeit und fühlen sich ihrem Arbeitgeber loyaler verbunden. Dies führt zu höherer Effizienz und Produktivität.

Eine betriebliche Gesundheitspolitik, die sowohl die Arbeit selbst als auch die Rahmenbedingungen des Arbeitens berücksichtigt, ist für jedes Unternehmen wichtig!



# Wie können Unternehmen Arbeit gesundheitsförderlich gestalten?

Durch eine gute **Gestaltung von Arbeitsplätzen und -aufgaben** erhalten Sie die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter. Arbeit muss ohne körperliche Schädigungen und seelische Beeinträchtigungen ausführbar sein, und sie soll die Persönlichkeitsentwicklung fördern.

Entscheidend ist die **Gestaltung der Arbeitsaufgabe**. Ihr Inhalt und Ablauf entscheiden darüber, ob die Arbeit als ausführbar und persönlichkeitsfördernd oder belastend empfunden wird.

Entscheidend sind auch **Rahmenbedingungen der Organisation**, die die Entwicklung jedes Mitarbeiters ermöglichen oder auch verhindern können.

Sie können in diesen Handlungsfeldern ansetzen:

1. **Arbeitsgestaltung**
2. **Rahmenbedingungen von Arbeit und Organisation**
3. **Führungsverhalten, Betriebsklima und Unternehmenskultur**





# Wo können Unternehmen bei der Gesundheitsförderung ansetzen?

## Bei der Arbeitsgestaltung

- Vielfältige, abwechslungsreiche, sinnvolle und vollständige Arbeitsaufgaben mit variierendem Belastungsniveau
- Aufgabe und Arbeitsmenge passen zu den Fähigkeiten der Mitarbeiter, ohne ständigen Zeitdruck oder ständige Störungen
- Aufgaben und Verantwortung sind klar, alle notwendigen Informationen liegen vor
- Regelmäßiges Feedback durch Kollegen und Vorgesetzte
- Individuelle Handlungs- und Entscheidungsspielräume

## Bei den Rahmenbedingungen von Arbeit und Organisation

- Gut gestaltete Informations- und Kommunikationswege
- Arbeitszeiten, die eine Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben ermöglichen, und in ihrer Lage und Dauer möglichst belastungsarm sind

- Differenzierte und diskriminierungsfreie Entlohnungsmodelle
- Förderung von Team- und Gruppenarbeit
- Gutes Weiterbildungsangebot und differenzierte Karrierewege

## Bei Führungsverhalten, Betriebsklima und Unternehmenskultur

- Etablierung gesundheitsbezogener Mitarbeitergespräche
- Unterstützung, Qualifizierung und persönliche Weiterentwicklung
- Beteiligung der Beschäftigten bei der Arbeitsgestaltung und -organisation
- Partizipativer Führungsstil, Führungskräfte können leicht angesprochen werden
- Gerechte Aufgabenverteilung und Entlohnung, Fairness bei Beurteilungen



## Wie können Sie sich beim Thema „Gesunde Arbeitsbedingungen“ von Psychologinnen und Psychologen unterstützen lassen?

Viele Akteure und Funktionsbereiche im Unternehmen müssen gemeinsam gesunde Arbeitsbedingungen gestalten. Organisations- und Personalentwicklung, Personalmanagement, betrieblicher Arbeits- und Gesundheitsschutz wie auch das betriebliche Gesundheitsmanagement können nur zusammen erfolgreich sein. In all diesen Aufgabefeldern leisten Psychologinnen und Psychologen wertvolle Beiträge.

Ganz konkret können Psychologinnen und Psychologen Sie z. B. unterstützen bei:

- Aufbau eines betrieblichen Gesundheits- und Demografie-managements
- Befragungen zur Zufriedenheit der Belegschaft und dem Betriebsklima
- Analysen zur psychischen Belastung und Beanspruchung in den verschiedenen Arbeitsbereichen (Gefährdungsanalysen) und Beratung zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen
- Ergonomische Gestaltung von Arbeitsplätzen und von Mensch-Maschine-Systemen
- Coaching und Training von Führungskräften zur gesundheitsförderlichen Führung
- Team- und Organisationsentwicklung



Möchten Sie mehr wissen?  
Wollen Sie in Ihrem Unternehmen aktiv  
werden für eine gesundheitsförderliche  
Führung?  
Sollen wir Ihnen Expertinnen und  
Experten vermitteln?

Dann wenden Sie sich bitte an  
unsere Bundesgeschäftsstelle:

BDP e.V.  
Bundesgeschäftsstelle  
Dipl.-Psych. Fredi Lang  
Am Köllnischen Park 2, 10179 Berlin

Telefon 030 - 209 166 - 600

Telefax 030 - 209 166 - 680

E-Mail [info@bdp-verband.de](mailto:info@bdp-verband.de)





Der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (BDP) vertritt die beruflichen und politischen Interessen der niedergelassenen, selbständigen, angestellten und beamteten Psychologen und Psychologinnen aus allen Tätigkeitsbereichen. Er wurde 1946 gegründet und ist Ansprechpartner und Informant für Politik, Medien und Öffentlichkeit.

In der mehrteiligen BDP-Kampagne „Gesunde Arbeit“ erscheinen monatlich speziell für Führungskräfte und Personalverantwortliche Broschüren mit Informationen und Tipps. Diese stehen im Internet zum Download und können auch abonniert werden.

► [www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit](http://www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit)

## Teil 4: Gesunde Arbeitsbedingungen

### Was Unternehmen tun können

Broschüre verpasst? ► [www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit](http://www.bdp-verband.de/gesunde-arbeit)

#### Herausgeber:

Berufsverband Deutscher  
Psychologinnen und  
Psychologen e. V. (BDP)

Verbandsvorstand und  
Bundesgeschäftsstelle  
Am Köllnischen Park 2  
10179 Berlin

Telefon 030 - 209 166 - 600  
Telefax 030 - 209 166 - 680  
E-Mail [info@bdp-verband.de](mailto:info@bdp-verband.de)  
Internet [www.bdp-verband.de](http://www.bdp-verband.de)

