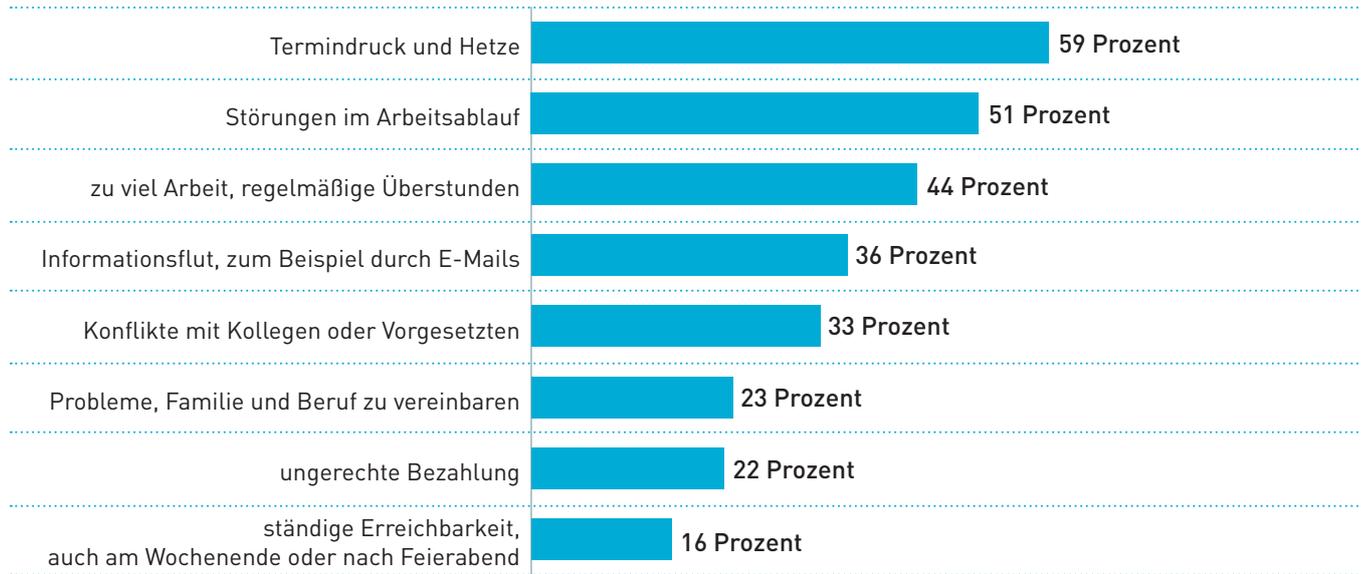


Arbeit und psychische Gesundheit

Umfrage: Häufigste Stressfaktoren bei der Arbeit

Angaben in Prozent (Mehrfachnennungen waren möglich)



Quelle: Forsa. Gesellschaft für Sozialforschung und statistische Analysen: Meinungen zum Stress- und Zeitmanagement, Befragung von 1.006 Erwerbstätigen in Hessen im Oktober 2014 im Auftrag der DAK-Gesundheit, www.dak.de

Arbeitsbelastung und Präventionsmaßnahmen

Belastung durch ...	Hilfe durch ...
Zeitdruck	Schaffung beziehungsweise Erweiterung von Handlungs- und Entscheidungsspielräumen
zu viel Arbeit	Entlastung und Unterstützung durch Kollegen und Vorgesetzte; klare Prioritäten setzen
Umgang mit schwierigen Kunden oder Geschäftspartnern	Unterstützung durch Kollegen; Weiterbildung; zeitliche Begrenzung des Kontakts
unklare oder schnell wechselnde Strukturen	klare Zuständigkeitsregelungen; regelmäßige und gezielte Information
Konkurrenz zwischen Mitarbeitern	Kollegialität und soziale Unterstützung am Arbeitsplatz
Mobbing	soziale Integration am Arbeitsplatz
fehlende Mittel bei der Arbeit (zum Beispiel materiell, personell oder sozial)	ausreichende und zweckmäßige Ausstattung des Arbeitsplatzes; betriebliche Mitbestimmung
Lage und Dauer der Arbeitszeit (zum Beispiel Schichtarbeit oder Überstunden)	körperlich und sozial verträgliche Arbeitszeiten (zum Beispiel Gleitzeitmodelle, Arbeitszeitkonten)
fehlende Vertretung	abgestimmte Vertretungsregelung
unklare Aufgabenzuteilung	klare Aufgabenstellung; abgegrenzte Verantwortungsbereiche

Quelle: eigene Darstellung nach: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung, www.dguv.de > Prävention > Themen A-Z > Psychische Belastung, Stand: Mai 2016