

# UNSERE VERANSTALTUNGEN VON MÄRZ BIS MAI 2020

**SEMINAR** „Wiedereingliederung nach langem Krankenstand – Wiedereingliederungsteilzeit und Betriebliches Eingliederungsmanagement“

Termin 21. April 2020, 9 Uhr bis 17 Uhr  
Anmeldeschluss 10. März 2020

**SEMINAR** „Ausbildung zur Sicherheitsvertrauensperson – Praxisnahe Ausbildung gemäß § 10 ASchG und § 4 SVP-VO“

Termin 4. bis 6. Mai 2020, 8.30 Uhr bis 17 Uhr  
Anmeldeschluss 23. März 2020

KOSTEN: 170 Euro sind von der Arbeitgeberin/dem Arbeitgeber zwei Wochen vor Seminarbeginn zu bezahlen. Damit wird Ihre Anmeldung verbindlich. Hinweis: Eine durchgehende Teilnahme an allen drei Seminartagen ist erforderlich!

STORNOBEDINGUNGEN: Bitte haben Sie Verständnis, dass wir Stornierungen nur schriftlich und bis zum letzten Werktag vor der Veranstaltung anerkennen können! Bis einen Monat vor Beginn verrechnen wir keine Stornogebühr. Von einem Monat bis 15 Tage vor Beginn verrechnen wir 25 Prozent der Teilnahmegebühr, ab dem 14. Tag vor Beginn 50 Prozent und bei unangekündigtem Fernbleiben 100 Prozent der Teilnahmegebühr.

**SEMINAR** „Erhöhung der Gedächtnisleistung mit Megamemory – Vieles schneller und leichter merken“

Termin 6. bis 8. Mai 2020, jeweils 9.00 bis 17.00 Uhr, am 8. Mai 2020 von 9.00 Uhr bis 12.30 Uhr  
Anmeldeschluss 24. März 2020

**SEMINAR** „Arbeitszeit im Spannungsfeld – Beschäftigte zwischen Freiwilligkeit, kollegialem Teamgeist und Loyalität dem Arbeitgeber gegenüber“

Termin 6. bis 8. Mai 2020, jeweils 9.00 bis 17.00 Uhr, am 8. Mai 2020 von 9.00 Uhr bis 12.30 Uhr  
Anmeldeschluss 24. März 2020

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Homepage unter: <https://ooe.arbeiterkammer.at/service/jaegermayrhof/fachseminare/index.html>

## ANMELDUNG

per Post Arbeiterkammer OÖ, AK-Bildungshaus Jägermayrhof, Römerstraße 98, 4020 Linz  
E-Mail [anmeldung.jaegermayrhof@akooe.at](mailto:anmeldung.jaegermayrhof@akooe.at)

Die Seminare finden im neu renovierten AK-Bildungshaus Jägermayrhof, Römerstraße 98, 4020 Linz, statt (wenn nicht anders angeführt).

### Impressum:

Österreichische Post AG, MZ 02Z033937 M  
Kammer für Arbeiter und Angestellte für Oberösterreich, Volksgartenstraße 40, 4020 Linz  
Informationsblatt der Kammer für Arbeiter und Angestellte für Oberösterreich, Nummer 7/2020, AK-DVR 0077747, Retouren an Postfach 555, 1008 Wien  
Medieninhaberin, Herausgeberin und Redaktion: Kammer für Arbeiter und Angestellte für Oberösterreich, Volksgartenstraße 40, 4020 Linz, Telefon: +43 (0)50 6906-0  
Hersteller: Kontext Druckerei GmbH, Spaunstraße 3a, 4020 Linz  
Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz: siehe <https://ooe.arbeiterkammer.at/impressum.html>  
[ooe.arbeiterkammer.at](http://ooe.arbeiterkammer.at)

In unserer Informationsgesellschaft ist die Psyche der Beschäftigten ein wesentliches Arbeitsmittel. Bei der Vielzahl von Einflüssen, der sich ständig wandelnden Arbeitswelt und den hohen Geschwindigkeiten kann es zu psychischer Überlastung kommen. Arbeitgeber/-innen müssen ihre Mitarbeiter/-innen davor schützen und brauchen dazu professionelle Unterstützung.



## ARBEIT UND PSYCHE

Psychische Belastungen werden in den Betrieben häufig erst dann intensiv diskutiert, wenn eine oder mehrere Personen unter negativen Folgen zu leiden haben. Die Überlastung wird oft einfach dem Privatleben zugeschrieben. Allerdings gibt es mittlerweile unzählige wissenschaftliche Belege, dass Arbeitsbedingungen die psychische Gesundheit beeinflussen.

Deshalb ist es wichtig, dass neben Arbeitsmedizinern/-innen und Sicherheitsfachkräften auch Arbeitspsychologen/-innen den innerbetrieblichen Arbeitnehmerschutz verstärken. Dabei sollen sie nicht als Psychotherapeuten/-innen am Arbeitsplatz fungieren, sondern vorbeugend die psychischen Arbeitsbedingungen verbessern. Besonders wichtig sind Arbeitspsychologen/-innen bei der Evaluierung psychischer Belastungen.

# TIPPS FÜR IHRE GESUNDHEIT

## Das sagt der Gesetzgeber



Gemäß ArbeitnehmerInnenschutzgesetz (ASchG) hat der Arbeitgeber die Pflicht, für Sicherheit und Gesundheitsschutz der Beschäftigten bei allen Aspekten, die die Arbeit betreffen, zu sorgen. Diese weitreichende Verantwortung umfasst auch die psychische Gesundheit. Das Gesetz legt zudem fest, dass unter Gesundheit stets sowohl die körperliche als auch die psychische Gesundheit zu verstehen ist.

## Arbeitgeber

Aufgrund der umfassenden Fürsorgepflicht des Arbeitgebers liegt neben der körperlichen auch die psychische Gesundheit in seiner Verantwortung. Die damit verbundenen Verpflichtungen hat der Gesetzgeber vor einigen Jahren präzisiert und die Durchführung der Evaluierung psychischer Belastungen ausdrücklich vorgeschrieben. Gemäß ArbeitnehmerInnenschutzgesetz müssen dabei

- ▶ die Gestaltung der Arbeitsverfahren, der Arbeitsvorgänge und deren Zusammenwirken,
- ▶ die Gestaltung der Arbeitsaufgaben,
- ▶ die Art der Tätigkeiten,
- ▶ die Arbeitsumgebung,
- ▶ die Arbeitsabläufe sowie
- ▶ die Arbeitsorganisation

bei der Ermittlung und Beurteilung von Gefahren und der Festlegung von Maßnahmen berücksichtigt werden.

Eine Evaluierung psychischer Belastungen ist für viele Betriebe eine Herausforderung. Die Erhebung ist ohne Fachwissen kaum möglich. Um die Ergebnisse interpretieren und die richtigen Maßnahmen zur Beseitigung von Problemen treffen zu können, sind Betriebe gut beraten, Experten/-innen beizuziehen.

## Was sind psychische Belastungen?

Psychische Belastungen sind entsprechend der ÖNORM EN ISO 10075-1 alle Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken. Dieser Definition folgend müssen psychischen Belastungen nicht zwangsweise negativ sein. Schließlich können Einflüsse, die von außen auf die Psyche einwirken, auch angenehm sein: beispielsweise ein interessanter Vortrag oder ein Lob durch Vorgesetzte.

Leider gibt es in der Arbeitswelt auch zahlreiche psychische



Belastungen, die sich negativ auswirken. Muss ich lange auf Informationen warten, um die Arbeit fortsetzen zu können? Funktionieren Arbeitsmittel schlecht und behindern sie die Ausführung meiner Tätigkeit? Ist es laut und kann ich mich deshalb nicht gut konzentrieren? Sind Arbeitsanweisungen nicht klar?

Das sind psychische Belastungen, die auf Dauer zu negativer Überbeanspruchung und in weiterer Folge zu arbeitsbedingten Erkrankungen führen können.

## Immer mehr Menschen fühlen sich erschöpft

Leistungsdruck, lange Arbeitszeiten und hohe Arbeitsgeschwindigkeit sind mittlerweile weitverbreitet. Werden derartige Belastungen zum Dauerzustand, führen sie zur gesundheitlichen Beeinträchtigung der Beschäftigten. Im Jahr 2018 waren psychische Erkrankungen für mehr als ein Drittel aller neu zuerkannten Invaliditätspensionen verantwortlich. Auch die Krankenzustände aufgrund psychiatrischer Diagnosen sind in den letzten

Jahren massiv angestiegen. Die betriebliche Prävention wird daher immer wichtiger.

## Arbeits- und Organisationspsychologen sind Fachleute

Arbeitspsychologen/-innen untersuchen nicht die Beschäftigten, sondern den Arbeitsplatz und die Arbeitsaufgaben. Sie betrachten die innerbetrieblichen Abläufe, den Informationsfluss sowie die sozialen Beziehungen und den Einfluss der Arbeitsumwelt auf die Arbeitnehmer/-innen. Auch Leistungsvoraussetzungen wie die erforderliche Qualifizierung der Beschäftigten und die Betrachtung der Grenzen der Leistungsfähigkeit fallen in ihr Aufgabengebiet.

Besonders bei der Arbeitsplatzevaluierung sollen Arbeitspsychologen/-innen einbezogen werden und dabei mit dem Betriebsrat, den Sicherheitsvertrauenspersonen und den Präventivfachkräften eng zusammenarbeiten. Sie haben das Wissen über die arbeitspsychologische Ermittlungs- und Beurteilungsverfahren, die für die jeweiligen betrieblichen Strukturen passend sind. Ohne ihre

Expertise kann es bei der Auswertung zu Spekulationen und falschen Rückschlüssen kommen. Die aus den Befragungen abgeleiteten Maßnahmen sind dann oft nicht zielführend.

## Worauf Sicherheitsvertrauenspersonen oder Betriebsratsmitglieder achten sollen?

- ▶ Setzen Sie sich dafür ein, dass Arbeitspsychologen/-innen bei der Evaluierung arbeitsbedingter psychischer Belastungen beigezogen werden!
- ▶ Fordern Sie, dass die Beschäftigten an der Erhebung von krankmachenden Arbeitsbedingungen beteiligt werden! Sie kennen ihre Arbeitsbelastungen am besten.
- ▶ Achten Sie bei der Auseinandersetzung mit arbeitsbedingten psychischen Belastungen auf Datenschutz und Anonymität!
- ▶ Menschengerechte Gestaltung von Arbeitsabläufen und Arbeitsorganisation sollen im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen! Zeitmanagement-Seminare und Burnout-Vorträge sind ist zu wenig.
- ▶ Gesunde Arbeitsgestaltung ist Teamarbeit! Fordern Sie die enge Zusammenarbeit von Arbeitsmediziner/-in, Sicherheitsfachkraft und Arbeitspsychologen/-in und bringen auch Sie sich aktiv ein!

## NOCH FRAGEN?

Wenn Sie Fragen dazu haben oder eine Beratung wünschen, nehmen Sie bitte mit der AK Oberösterreich Kontakt auf:

**Arbeiterkammer Oberösterreich**  
Kompetenzzentrum Betriebliche Interessenvertretung  
Volksgartenstraße 40, 4020 Linz.



**+43 (0)50 6906-2323**

E-Mail: [kbi@akooe.at](mailto:kbi@akooe.at)  
[ooe.arbeiterkammer.at](http://ooe.arbeiterkammer.at)

Auch wegen zusätzlicher Exemplare dieser Wandzeitung oder allgemeiner Informationen zum Arbeitnehmerschutz wenden Sie sich bitte an die AK Oberösterreich!

# ARBEIT UND PSYCHE



Der Schutz vor psychischem Druck gehört zur Fürsorgepflicht des Arbeitgebers!



Wer sich an Erhebungen psychischer Belastungen im Betrieb beteiligt, hilft Stress auszuschalten!



Wenden Sie sich mit Vorschlägen für gesündere Arbeitsbedingungen an die Sicherheitsvertrauensperson oder an den Betriebsrat!

Wenn Sie weitere Fragen zu **Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz** haben, wenden Sie sich an Ihre Sicherheitsvertrauensperson oder an ein Betriebsratsmitglied.

**AK**  
Oberösterreich