



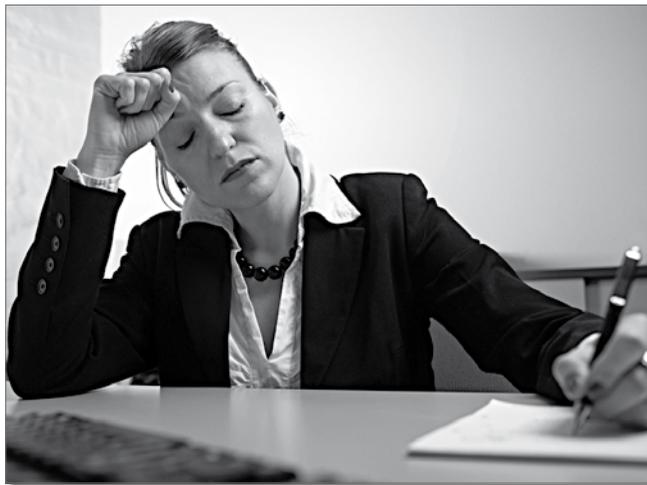
# Tipps für den Arbeitsplatz

## Wenn die Psyche Alarm schlägt

Die Meldungen in den Medien schrecken auf: »Doping am Arbeitsplatz«, »Reif für die Couch« oder »Der Stress am Arbeitsplatz wird immer größer«. Auch die Krankenkassen schlagen Alarm. Psychische Krankheiten sind immer häufiger Ursache für Krankmeldungen. Aktuelle Untersuchungen belegen: Je schlechter die Arbeitsbedingungen werden, umso eher streikt die Seele. Psychische Erkrankungen sind die Volkskrankheit des 21. Jahrhunderts.

Das Telefon klingelt, ein »Pling« kündigt die Ankunft einer Mail an, auf dem Handy ruft sich je-

Es ist aber nicht nur die neue Technik, die stresst. Stückzahlen werden erhöht, Arbeitsvorgänge im-



mand per SMS in Erinnerung, gleichzeitig soll der Budgetplan erstellt werden. Multitasking, also die Fähigkeit mehrere Aufgaben gleichzeitig zu bewältigen, gehört heutzutage zu den Standardanforderungen an einen qualifizierten Job. Sechs von zehn Beschäftigten müssen mehrere Aufgaben gleichzeitig lösen und fühlen sich davon belastet.

mer mehr zerstückelt und damit monoton, E-Mails sollen innerhalb von zwei Stunden beantwortet werden, der Kunde liefert das Material zu spät, besteht jedoch auf Einhaltung des Zeitplans, der Vorgesetzte macht Druck, der Arbeitsalltag vieler Menschen besteht aus Zeit- und Termindruck, Stress, hoher Arbeitsdichte und langen Arbeitszeiten.

Die Situation verschärft sich, wenn Beschäftigte entlassen werden und die anderen deren Arbeit mit erledigen müssen. Wenn ein Job nur befristet ist und die Perspektive fehlt. Wenn die Angst kommt, in der Wirtschaftskrise den Job zu verlieren.

Die Gesundheit der Beschäftigten bleibt zunehmend auf der Strecke. »Ein Tinnitus gehört heute schon zum Portfolio eines Projektarbeiters«, sagt der Betriebsrat eines Softwareunternehmens.

Erschöpfung, das Gefühl der Leere, Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Rückenschmerzen – die Liste gesundheitlicher Beschwerden ist lang. Nahezu alle Krankenkassen vermelden, dass die Zahl der Krankschreibungen durch psychische Störungen kontinuierlich steigt. Und psychische Krankheiten sind auch der häufigste Grund, warum jemand aus gesundheitlichen Gründen frühzeitig aus dem Erwerbsleben ausscheiden muss.

»Die Leute haben die Schnauze voll, man kann den Bogen nicht überspannen«, sagen Betriebsräte. Und deshalb ist es gerade in Krisenzeiten wichtig, schlechte Arbeit abzuwehren und gute Arbeitsbedingungen einzufordern.

### Was sagt die Medizin?

**Ist es um die psychische Gesundheit der Beschäftigten tatsächlich so schlecht bestellt?**

**Panter:** Psychische Erkrankungen nehmen eindeutig zu. Die Palette reicht von chronischer Ermüdung über depressive Verstimmungen bis hin zu Psychosen. Von psychischer Gesundheit, wie sie die Weltgesundheitsorganisation definiert, sind wir weit entfernt. Die WHO spricht dabei von Wohlbedingtheit, Zufriedenheit und Ausgeglichenheit.

**Welche Ursachen sehen Sie?**

**Panter:** Menschen gelingt es seltener abzuschalten. Die Arbeit frisst sich immer häufiger in die Freizeit. Sich abends noch in den Firmenrechner einzuloggen, vom Blackberry aus überall und jederzeit Nachrichten zu verfolgen, immer am Handy erreichbar zu sein, hat zur Folge, dass die Gedanken rund um die Arbeit kreisen. Der Mensch braucht jedoch Phasen der Regeneration, um zur Ruhe und zu neuen Kräften zu kommen.

**Was kann der Betrieb für die psychische Gesundheit tun?**

**Panter:** Wichtig ist eine gute Unternehmenskultur mit fairem, transparentem Führungsstil und Wertschätzung gegenüber den Beschäftigten. Dazu gehören eine Arbeitsorganisation, die Menschen weder unter- noch überfordert, humane Arbeitszeiten und eine verlässliche Vergütung. Keine Führung, die sich ausschließlich an betriebswirtschaftlichen Kennziffern orientiert und Menschen zu Kostenfaktoren degradiert.

Dr. Wolfgang Panter, Präsident des Verbandes deutscher Betriebs- und Werksärzte e.V.



### Zahlen & Fakten

- ▶ In vier von fünf deutschen Betrieben stehen die Beschäftigten ständig unter hohem Zeit- und Leistungsdruck (Betriebsrätebefragung des WSI 2009)
- ▶ Die Krankheitskosten von psychischen und Verhaltensstörungen sind 2006 auf 26,7 Milliarden Euro angestiegen (Statistisches Bundesamt, Destatis)
- ▶ Seit 1995 sind die Fehlzeiten wegen psychischer Erkrankungen um 80 Prozent gestiegen (Wissenschaftliches Institut der AOK 2009)
- ▶ Fünf Prozent der 20- bis 50-jährigen Erwerbstätigen putschen sich mit leistungssteigernden Mitteln auf (DAK-Gesundheitsreport 2009)

# Gute Beispiele aus der Praxis

Welche körperlichen und auch psychischen Gefährdungen durch schlechte Arbeitsorganisation, Über- oder Unterforderung, miesen Führungsstil oder inhumane Ar-

beitszeiten entstehen, lässt sich mit der Gefährdungsbeurteilung herausfinden. Die ist im Arbeitsschutzgesetz vorgeschrieben. Betriebsräte müssen jedoch oft selbst ini-

tiativ werden und ihre Mitbestimmungsrechte einfordern, damit Risiken am Arbeitsplatz unter die Lupe genommen werden können.

## Monotonie und wenig Handlungsspielraum

Die Gefährdungsanalyse in der Spinnerei Neuhof in Hof brachte die gesamte Palette körperlicher und psychischer Belastungen an den Tag: schwere körperliche Arbeit, Lärm, schlechte Beleuchtung, Zwangshaltungen, Leistungsdruck, ständige Überwachung, wenig Anerkennung. Erste Erfolge können sich sehen lassen. Beispielsweise wurde eine Ballengreifmaschine angeschafft, wodurch häufiges Bücken und eine verdrehte Körperhaltung in einem der Vorwerkssäle der Vergangenheit angehören. »Wir

sind gut vorangekommen«, sagt Betriebsratsvorsitzender **Randolph Oechslein**, jetzt gelte es, die nächste Etappe anzugehen und auch die psychischen Belastungen zu minimieren. Sich als kleines Rädchen zu fühlen, immer gleiche Tätigkeiten abspulen zu müssen und selbst wenig entscheiden zu dürfen – das macht den Kollegen zu schaffen. Der Betriebsrat, unterstützt vom Projekt »Demografit«, verfolgt die Idee, durch eine andere Arbeitsorganisation für Belastungs- und Tätigkeitswechsel zu sorgen.

## Schlechter Führungsstil

An der Belegschaft lag es nicht, dass sich die Stimmung im Edelmetallbetrieb **Chopard** in Birkenfeld bei Pforzheim schlagartig verschlechterte. Doch mit dem neuen Personalchef zog eine neue Führungskultur ins Unternehmen ein, die zu großem Unmut führte. Kranke Kollegen wurden unter Druck gesetzt, Überwachungskameras wurden installiert, es hagelte Abmahnungen, jedes angebliche Fehlverhalten wurde sanktioniert. Der Betriebsrat nahm die Beschwerden der Belegschaft zum Anlass, mit Hilfe der IG Metall das Thema Arbeits-

und Gesundheitsschutz anzupacken. Zunächst mit dem Ziel, die Führungskultur zu verändern. Seit zwei Jahren werden die Beschäftigten in jeder Abteilung mit neuem Vorgesetzten über dessen Führungsverhalten befragt. »Vorgesetzte sollen merken, dass sie nicht mehr schalten und walten können, wie sie wollen«, erklärt Betriebsratsvorsitzender **Jürgen König**. Der Fragebogen ist jetzt auch Grundlage für die Gefährdungsbeurteilung zu psychischen Belastungen, die kürzlich mit der Geschäftsleitung vereinbart worden ist.

## Durch Kontrollkultur und Zeitdruck stark belastet

»Wir suchen stets talentierte und motivierte neue Mitarbeiter, die zum Erfolg unseres Unternehmens beitragen können«, heißt es auf der Website von **SAP**. Keine Frage – ein Job bei »Deutschlands bestem Arbeitgeber« ist bei Hochschulabsolventen begehrt. Über die andere Seite der Medaille spricht kaum jemand: Die Zahl der Langzeiterkrankungen steigt, 50 bis 60 Stunden pro Woche sind nicht ungewöhnlich, jeder Zweite fühlt sich durch Zeitdruck stark belastet (»das Hamsterrad hier dreht schon extrem schnell«), alles soll gleichzeitig und sofort erledigt werden, der Verlust einer »wertorientierten Unternehmenskultur« führt zu Unzufriedenheit und Unverständnis. Das sind Ergebnisse einer Befragung von SAP-Beschäftigten durch das ISF im so

genannten DIWA-IT-Projekt. Die Ursachen für die zunehmenden psychischen Belastungen sehen die beiden IG-Metall-Betriebsräte **Ralf Kronig** und **Johannes Reich** in einer durch übersteigerte Gewinnmargen-Ansprüche zunehmenden Kontrollkultur: Bei ständig nach oben gesetzten Zielvorgaben gerät in der so genannten Vertrauensarbeitszeit die eigene Zeit unter die Räder. Hinzu kommt die Leistungsverdichtung durch den Abbau von weltweit 3000 Jobs. »Viele Kollegen überschreiten die Grenzen ihrer Belastbarkeit auf Kosten ihrer Gesundheit.« Der Betriebsrat will jetzt mit einer Gefährdungsbeurteilung den psychischen Belastungen auf den Grund gehen und mit einer Reihe von Maßnahmen der zunehmenden Überlastung gegensteuern.



## +++ Stresskammer +++ Stresskammer +

Was passiert eigentlich bei Stress im Körper? Das kann jeder selbst in der Stresskammer testen. Der erste Durchgang ist noch gemächlich zu bewältigen. Sobald eine von fünf Farben aufleuchtet, muss man den passenden Knopf drücken. Beim zweiten Durchgang steigt der Stress: Immer schneller leuchten die Farben auf, immer schneller muss man drücken. Dazu ist die Beleuchtung schlecht, die enge Kabine nervt, das Telefon klingelt, Gesprächsfetzen dringen

ans Ohr. In der Stresskammer zeigen Messungen, wie der Puls steigt, sich Schulter- und Nackenmuskulatur verspannen und die Haut feucht wird. Stress macht sich körperlich bemerkbar. Die mobile Stresskammer, die über die Berufsgenossenschaften für betriebliche Aktionen kostenlos zu ordern ist, eignet sich, um für das Thema Stress im Betrieb zu sensibilisieren.

► [www.dguv.de/bgag/de/praxisfelder/stresskammer/index.jsp](http://www.dguv.de/bgag/de/praxisfelder/stresskammer/index.jsp)

## Leistungsverdichtung und Angst in der Krise

Marathonschichten gehören in den **Badischen Stahlwerken** in Kehl zur Vergangenheit. Die kurzen Zyklen von zwei, maximal drei Tagen pro Schicht finden große Zustimmung bei den Kollegen, die sich längst nicht mehr so gerädert fühlen wie früher. Zurzeit werden die Arbeitsplätze bei den Badischen Stahlwerken zum zweiten Mal im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung auf psychische Belastungen untersucht. Betriebsratsvorsitzender **Frank Zehe** fürchtet, dass die Ergebnisse dramatischer ausfallen als

in der ersten Runde. Innerhalb von sechs Jahren wurde die jährliche Produktion um fast 400000 Tonnen Stahl hochgeschraubt, »und das mit dem gleichen Personal«. Zur Leistungsverdichtung kommt die Angst, in der Krise den Arbeitsplatz zu verlieren. Obendrein wollen die Badischen Stahlwerke ins Tarifgebiet des Saarlandes wechseln, was Einkommensverluste zur Folge hätte. »Ich rechne mit deutlich mehr Klagen über Stress und Druck«, sagt Betriebsratsvorsitzender **Frank Zehe**.

# Risiko Arbeitswelt

Die Arbeitswelt gehört neben Familie, Freunden und Freizeit zu unseren zentralen Lebensbereichen. Wir verbringen mehr wache Zeit auf unserem Arbeitsplatz als

woanders. Deshalb sind die Arbeitsbedingungen maßgeblich für Wohlbefinden, Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung. Darüber hinaus ist es wichtig, jedem

Einzelnen die Möglichkeit zu geben, sich Freiräume zu verschaffen, sich zu erholen und bei drohender Überlastung Nein sagen zu können.

## Kollegen in seelischer Not

„Ich geh dann mal zu Johann.“ Wer Johann Treubert, den Sozialberater bei ZF Sachs in Schweinfurt, in seinem Büro aufsucht, dem liegt etwas schwer auf der Seele. Treubert ist oft der erste, der Zeit hat zuzuhören, der schnell eingreift, bevor jemand die Fassung verliert, Kontakt zu Fachkollegen herstellt und bei der Integration psychisch Kranker im Betrieb hilft. Psychische Erkrankungen wie Depressionen, Verhaltensauffälligkeiten oder Persönlichkeitsstörungen nehmen zu, sagt Treubert.



**Wie erkennt man, dass ein Kollege oder eine Kollegin seelische Probleme hat?**

**Traubert:** Wenn jemand kaum noch spricht und sich immer stärker zurückzieht, hyperaktiv wirkt oder auch aggressiv. Kurzum: Wenn sich jemand deutlich anders verhält als zuvor. Weitere Anzeichen sind nachlassende Qualität und Leistung bei der Arbeit, Veränderungen im Aussehen, auch Fehltag bei einem, der nie fehlte.

**Inwieweit spielen Arbeitsbedingungen eine Rolle bei psychischen Erkrankungen?**

## Gesundheitliche Folgen von arbeitsbedingtem Stress

Stress zeigt sich auf drei Ebenen: der körperlichen, der psychischen und auf der Verhaltensebene. Dabei kann es zu kurzfristigen Symptomen und langfristigen Folgen kommen.

### KURZFRISTIGE SYMPTOME

#### Körperlich

- ▶ Der Atem geht schneller
- ▶ Herz und Kreislauf arbeiten stärker (Herzklopfen)
- ▶ Schwitzen
- ▶ Magen- und Darmaktivität werden zurückgefahren
- ▶ Stottern

#### Psychisch

- ▶ Nervosität, Angst
- ▶ Ärger/Wut
- ▶ Frustration
- ▶ Konzentrations-schwierigkeiten

#### Verhalten

- ▶ Gereiztheit/Aggressivität
- ▶ Leistungsschwankungen
- ▶ Unkoordiniertes Arbeiten/Fehler

### LANGFRISTIGE FOLGEN

#### Körperlich

- ▶ Schlafstörungen
- ▶ Hautprobleme/Allergien
- ▶ Herzerkrankungen
- ▶ Geschwächtes Immunsystem
- ▶ Rückenschmerzen
- ▶ Magen-Darm-Beschwerden
- ▶ Bluthochdruck
- ▶ Erhöhter Blutzucker-/Cholesterinspiegel
- ▶ Potenzstörung/Libidoverlust

#### Psychisch

- ▶ Einschränkung der kognitiven Leistungsfähigkeit
- ▶ Burnout
- ▶ Depressivität

#### Verhalten

- ▶ Sucht
- ▶ Sozialer Rückzug
- ▶ Fehlzeiten
- ▶ Leistungsabfall

## Wie aus Stress psychische Erkrankungen entstehen

Psychische Belastungen lassen sich von Zeit zu Zeit aushalten. Aber nicht auf Dauer. Kopf und Körper zeigen Ermüdungserscheinungen. Gelingt es nicht, sich zu entspannen, abzuschalten und zur Ruhe zu kommen, können die Belastungen und Überbeanspruchungen problematisch werden. Das zeigt sich zunächst in Gefühlen von Erschöpfung, Gereiztheit, Kopfschmerz und innerer Unru-

he. Langfristig können solche Befindlichkeitsstörungen zu psychischen und psychosomatischen Erkrankungen führen. Je später der Zusammenhang zwischen betrieblichen Einflüssen und psychischer Fehlbelastung aufgedeckt wird, desto ungünstiger ist die Prognose, weil die Krankheit chronisch werden kann, warnt der Verband der Betriebs- und Werksärzte.

**Traubert:** Für psychische Erkrankungen kann es viele Ursachen geben, auch außerhalb des Betriebes. Allerdings fällt es im Betrieb schnell auf, wenn jemand in Qualität und Quantität nachlässt und sein Verhalten verändert. Große Belastungen durch Zeit- und Leistungsdruck, Dreischichtarbeit, Projektarbeit, Terminvorgaben können seelische Nöte jedoch verstärken. Es ist aber auch nicht auszuschließen, dass die psychischen Erkrankungen ihren Ursprung in der betrieblichen Arbeit haben.

### Wer ist am stärksten betroffen?

**Traubert:** Betroffen sind Beschäftigte quer durch die Abteilungen, ob Angestellte oder gewerbliche Kollegen; es trifft alle. Psychische Erkrankungen nehmen zu und die Fälle werden auch schwieriger. Wir bräuchten im Betrieb dringend eine hauptamtliche Kraft. Nebenbei und ohne eine fundierte Ausbildung ist die Erste Hilfe nicht zu gewährleisten. Fachliches Wissen

und Kompetenz sind Voraussetzungen für die betriebliche Sozialberatung.

### Ist eine psychische Erkrankung automatisch das Ende bei ZF Sachs?

**Traubert:** Nein, keinesfalls. Im »Offline«-Projekt sind zurzeit rund 30 Männer und Frauen beschäftigt, die zum Teil psychisch erkrankt sind. Sie unterliegen aber nicht dem Prämienlohnsystem oder dem üblichen Arbeits- und Zeitdruck, sondern arbeiten im Normal- oder maximal im Zweischichtbetrieb. Sie gestalten ihren Tagesablauf nach ihren Fähigkeiten und gesundheitlichen Möglichkeiten. Auch der Arbeitsbeginn kann sich nach der medikamentösen Behandlung richten. Damit gehört ZF Sachs zu den Betrieben, die psychisch Erkrankte integrieren und den Betroffenen eine Weiterbeschäftigung ermöglichen.

■ Johann Traubert ist Sozialberater und Schwerbehindertenvertreter bei ZF Sachs in Schweinfurt

## Wer lange arbeitet, schläft schlechter

Jeder fünfte Vollzeitbeschäftigte klagt über Schlafstörungen. Unter den Beschäftigten mit überlangen Arbeitszeiten von mehr als

60 Stunden leidet sogar jeder vierte unter Schlafbeschwerden, wie die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA)

herausfand. Die Forscher kamen zu dem Ergebnis, dass es einen direkten Zusammenhang zwischen Arbeitszeit und gesundheitlichen

Beschwerden gibt. Kurzum: Wer lange arbeitet, hat häufiger mit Schlafstörungen, Rückenschmerzen und Herzbeschwerden zu kämpfen.

# Tipps für Betriebsräte

Jeder Einzelne kann etwas für mehr Wohlbefinden und Gesundheit tun. Reichen wird das jedoch nicht. Vielmehr müssen sich die Betriebe darum kümmern, dass Stressquellen vermindert werden und psychisch Angeschlagene Unterstützung finden. Hier sind die Betriebsräte gefragt. Dabei bieten sich folgende Handlungsschritte an.

## 1 Tabus brechen

»Ich kann nicht mehr«, das traut sich kaum jemand laut zu sagen. Aus Angst, als nicht belastbar zu gelten. Überbordende Leistungsanforderungen und unrealistische Zielvereinbarungen sind keine Probleme von Einzelnen. Viele leiden darunter, schweigen aber. Weil jeder glaubt, was das Unternehmen vermittelt: Es liegt an dir,

wenn du die Ziele nicht schaffst. Deshalb ist es wichtig, das Tabu zu durchbrechen. Gute Erfahrungen haben Betriebsräte und Gewerkschaften gemacht, wenn anonymisierte Erfahrungsberichte betriebsintern veröffentlicht werden. Eine gute Methode, unzumutbare Belastungen im Schutz der Anonymität öffentlich zu machen.



## 2 Arbeit gesundheitsverträglich gestalten

Präventive Arbeitsgestaltung bedeutet, Arbeit schon im Stadium der Planung so zu gestalten, dass sie der Gesundheit zuträglich ist. Sonst müssen Arbeitsabläufe

und -systeme hinterher für viel Geld korrigiert werden. Eine solche Prävention von Beginn an ist der beste Beitrag zur psychischen Gesundheit bei der Arbeit.

## 3 Ganzheitliche Gefährdungsbeurteilung

Die Gefährdungsbeurteilung ist ein zentrales Element des Gesundheitsschutzes. Es ist Aufgabe des Arbeitgebers, arbeitsbedingte Gefährdungen zu ermitteln und sie zu mindern. Der Betriebsrat hat nach § 87.1.7 BetrVG das Recht auf Mitbestimmung.

Wichtig ist, nicht nur körperliche Risikofaktoren zu ermitteln, sondern auch psychische, die durch Termin- und Zeitdruck entstehen können, durch Schichtarbeit oder permanente Überstunden, durch ständige Störungen oder schlechten Führungsstil.

## 4 Betriebliche Gesundheitsförderung – jeden Einzelnen stärken

Immer mehr Unternehmen legen Wert auf betriebliche Gesundheitsförderung, um gezielt Arbeitsbelastungen zu verringern und Beschäftigte dabei zu unterstützen, sich angemessen zu verhalten. Dabei gilt es, auch die Ressourcen und Potenziale jedes einzelnen Beschäftigten zu stärken, sprich: seine Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten, Erfahrungen und Stärken im Blick zu haben. Dazu gehören beispiels-

weise die Vermittlung von mehr Gesundheitsbewusstsein und gesundheitsförderliche Techniken wie zum Beispiel Stressbewältigung, Bewegung am Arbeitsplatz, Ernährungsberatung oder Raucherentwöhnung. Zu den in der Praxis bewährten Werkzeugen der Gesundheitsförderung zählen Gesundheitszirkel, Gesundheitsberichte, Mitarbeiterbefragungen und Arbeitskreise Gesundheit.

## 5 Betriebliche Eingliederung

§ 84 des Sozialgesetzbuches IX verpflichtet den Arbeitgeber zu einem sogenannten betrieblichen Eingliederungsmanagement, wenn ein Beschäftigter innerhalb eines Jahres länger als sechs Wochen – ununterbrochen oder wiederholt – arbeitsunfähig ist. Ziel des Eingliederungsmanagements ist es, Arbeitsunfähigkeit

zu überwinden, einer erneuten Krankheit vorzubeugen und chronische Krankheiten zu verhindern. Im Kern geht es darum, den Arbeitsplatz und die Beschäftigungsfähigkeit abzusichern. Betriebliches Eingliederungsmanagement ist mitbestimmungspflichtig. Es geht also nicht ohne Betriebsrat.

## 6 Experten für die Gesundheit

Ist jemand ernsthaft erkrankt, braucht er fachliche Unterstützung. Deshalb ist es wichtig, dass Unternehmen professionelle Anlaufstellen schaffen. Dazu gehö-

ren nicht nur Betriebs- und Werksärzte, sondern auch Sozialberater, Suchtberater und psychologisch geschultes Fachpersonal sind notwendig.

## Seminare der IG Metall

...im IG Metall Bildungszentrum Sprockhövel: Grundlagen der Mitbestimmung im betrieblichen Arbeits- und Gesundheitsschutz (AuG II)

5.-17.7.2009 SB02809  
16.-28.8.2009 SB03409  
11.-23.10.2009 SB04209  
6.-18.12.2009 SB05009

Menschengerechte Gestaltung der Arbeit (AuG III b)

20.7. bis 31.7.2009 SB03009  
25.10. bis 6.11.2009 SB04409

Psychische Belastungen beurteilen (AuG III c)

27.9.-2.10.2009 SB04009  
Dazugehöriger Workshop:  
13.-16.12.2009 SE05109

In den Seminaren geht es um den Zusammenhang von Belastung, Beanspruchung und möglichen arbeitsbedingten Erkrankungen. An praktischen Beispielen werden Grundsätze und Verfahren der Gefährdungsermittlung und -beurteilung erprobt. Aus dem Arbeitsschutzgesetz, ausgewählten Verordnungen, Unfallverhütungsvorschriften und arbeitswissenschaftlichen Erkenntnissen werden Ansatzpunkte für die Gestaltung von guter Arbeit beraten und die Durchsetzung diskutiert.

## Materialien und Hilfe der IG Metall

Das **StressBarometer** ist ein Fragebogen sowie ein excel-basierendes Auswertungstool zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen nach § 5 ArbSchG. Der **Arbeitszeit-TÜV** ermittelt computergestützt Belastungen durch Dauer der Arbeitszeit, Schichtarbeit und Arbeitszeitflexibilisierung. Er dient als Argumentationshilfe, um längere Wochenarbeits-

zeiten abzuwehren und ist zur Gefährdungsbeurteilung betrieblicher Arbeitszeiten nach § 5 ArbSchG geeignet. »**Psychische Belastungen beurteilen – aber wie?**« lautet der Titel der betrieblichen Handlungshilfe für Gefährdungsbeurteilungen. Alles zu bestellen unter [www.igmetall.de](http://www.igmetall.de) → Themen → Arbeit und Gesundheit → Material/Bestellungen.

