

Die nachfolgenden Informationen geben eine Übersicht über zentrale Links zum Thema „psychische Belastungen am Arbeitsplatz“. Angesichts der Vielfalt an Literatur, Handlungshilfen und Anbietern will die Liste dabei unterstützen, einen Einstieg in dieses Thema zu finden.

Überwiegend enthält die Liste eine Auswahl von Links staatlicher und übergeordneter Einrichtungen; ein Anspruch auf Vollständigkeit besteht natürlich nicht. Bitte informieren Sie sich auch, welche Angebote die anderen Unfallversicherungsträger und andere Arbeitsschutzinstitutionen bereithalten.

Übersichtsseiten mit allgemeinen Informationen zu psychischen Belastungen

| Verfasser / Ansprechpartner | Kurzkommentar | Link zur Website |
|---|---|--|
| Bayerische Gewerbeaufsicht | Informationen und Hilfestellungen der Bayerischen Gewerbeaufsicht | Gewerbeaufsicht Arbeitspsychologie – Psychische Belastungen |
| Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL) | Informationen und Hilfestellungen des LGL | LGL Arbeitspsychologie |
| Länderausschuss für Arbeitsschutz und Sicherheitstechnik (LASI) | Konzepte und Handlungsanleitungen des LASI | LV 28 LV 31 LV 34 LV 52 |
| Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) | Informationen der BAuA zu psychischen Belastungen und Stress in der Arbeit | BAuA „Psychische Belastung“ BAuA „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“ BAuA „Stressreport 2012“ |
| Arbeitsprogramm Psyche: Stress reduzieren – Potenziale entwickeln (GDA) | Definitionen, Handlungsempfehlungen und weiterführende Informationen über psychische Belastungen bei der Arbeit <i>Zusammenfassende Broschüre zum Einstieg in die Thematik. Sehr gut geeignet um einen schnellen Einblick in die Thematik zu bekommen!</i> | GDA "Arbeit und Psyche von A bis Z" GDA Broschüre „Psychische Arbeitsbelastung und Gesundheit“ |
| Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA) | Informationen und Handlungshilfen der INQA zum Thema psychische Gesundheit in der Arbeitswelt | INQA „Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt“ |

| Verfasser / Ansprechpartner | Kurzkommentar | Link zur Website |
|--|---|---|
| Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) | Handbuch zum Thema psychische Belastungen am Arbeits- und Ausbildungsplatz <i>Umfassende Einführung und Darstellung des Themas psychische Belastungen am Arbeitsplatz. Ausführlicher und vertiefter Einblick in die Thematik. Auch gut geeignet um spezifische Aspekte nachzulesen. Enthält auch Informationen zu speziellen Themen wie Mobbing, Gewalt und Sucht am Arbeitsplatz.</i> | DGUV Handbuch "Psychische Belastungen am Arbeits- und Ausbildungsplatz" |
| Gemeinsame Erklärung des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (BMAS) und der Sozialpartner | Gemeinsame Erklärung: Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt | Gemeinsame Erklärung |
| Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz (OSHA) | Informationen und Hilfestellungen der OSHA | OSHA Allgemeine Informationen |

Informationen zur Ermittlung psychischer Belastungen im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung

| Verfasser / Ansprechpartner | Kurzkommentar | Link zur Website |
|---|--|--|
| Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie (GDA) | Empfehlungen zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung <i>Kompakte Broschüre, die verständlich alle Prozessschritte und Merkmalsbereiche darstellt. Auch Vor- und Nachteile verschiedener Vorgehensweisen werden aufgezeigt.</i> | GDA Psychische Gefährdungsbeurteilung |
| Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) | Empfehlungen der BAuA zur Herangehensweise bei der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen <i>Knappe und übersichtliche Zusammenfassung der wesentlichen Informationen.</i> | BAuA Empfehlungen zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen |
| Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA) | Handlungshilfe der INQA zur Integration psychischer Belastungen in die Gefährdungsbeurteilung <i>Ausführliche Beschreibung der Prozessschritte mit Beispielen aus der Praxis.</i> | INQA Handlungshilfe Gefährdungsbeurteilung |

| Verfasser / Ansprechpartner | Kurzkommentar | Link zur Website |
|--|---|--|
| Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) | Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen – Tipps für den Einstieg. <i>Enthält eine gute Zusammenfassung von Vor- und Nachteilen verschiedener Erhebungsverfahren.</i> | DGUV Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen – Tipps zum Einstieg |
| VBG Berufsgenossenschaft | Gefährdungsbeurteilung psychische Belastung - Handlungshilfe für die berufliche Praxis <i>Sehr praxisorientierte Zusammenfassung der Thematik. Die Begriffsklärung auf S. 4 räumt knapp und verständlich mit Missverständnissen zum Thema psychische Belastungen auf. Gut geeignet um Vorbehalten zu begegnen.</i> | VBG Gefährdungsbeurteilung psychische Belastung - Handlungshilfe |

Instrumente zur Ermittlung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz

Anmerkung: Das Angebot an Verfahren ist mittlerweile sehr unübersichtlich geworden. Viele der von externen Dienstleistern angebotenen Verfahren gehen jedoch meist auf einige wenige etablierte und validierte Instrumente zurück. Daher werden hier nur diese hier exemplarisch angeführt.

| Verfasser / Ansprechpartner | Kurzkommentar | Website |
|--|---|---|
| Prümper | KFZA (Kurz-Fragebogen zur Arbeitsanalyse), ein orientierendes Instrument zur Erfassung psychischer Belastungen in der Arbeitssituation <i>Der KFZA ist ein validierter und standardisierter Fragebogen. Er eignet sich gut als Grobanalyse mit geringem Zeitaufwand (26 Fragen). Er ist ebenfalls die Grundlage vieler weiterer Instrumente, wie z.B. IMPULS-Test.</i> | KFZA Fragebogen Publikation KFZA Beschreibung zum Einsatz in der Praxis KFZA Onlinefragebogen |
| Gruber, Molnar, Richter & Vanis | Psychische Belastungen – Checklisten für den Einstieg. <i>Sehr gute Einführung zur Verwendung von Checklisten. Hier werden auch der Einsatz der „Prüfliste Psychische Belastung“ und die „Checklisten Fehlbeanspruchungsfolgen“ (ChEF) vorgestellt. Diese beiden werden häufig in der Praxis verwendet – manchmal leicht abgewandelt oder unter anderer Bezeichnung.</i> | Checklisten für den Einstieg |
| Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) | Gesund und fit im Kleinbetrieb – So geht's mit dem Ideen-Treff | DGUV Gefährdungsbeurteilung für kleine Unternehmen |

| Verfasser / Ansprechpartner | Kurzkommentar | Website |
|--|--|--|
| | <i>Sehr gut geeignete Handlungshilfe zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung in kleinen Betrieben.</i> | |
| Freiburger Forschungsstelle Arbeits- und Sozialmedizin(ffas) | <p>COPSOQ – Fragebogen (Copenhagen Psychosocial Questionnaire), ein Screening- Instrument zur Erfassung psychischer Belastungen und Beanspruchungen bei der Arbeit</p> <p><i>Der COPSOQ ist ein validiertes Instrument. Aufgrund der Fragebogenlänge wird der Einsatz in der Praxis häufig gescheut. Die kurze (Standard) Version enthält 87 Fragen und die lange Version 141 Fragen. Für die Auswertung ist Expertenwissen notwendig.</i></p> | <p>COPSOQ Informationen</p> <p>Beispiel COPSOQ Standardversion</p> <p>Beispiel COPSOQ Langversion</p> <p>COPSOQ zum Ausprobieren</p> |
| Metz & Rothe | <p>Screening psychischer Arbeitsbelastungen SPA-S der Universität Potsdam zur Analyse und Bewertung arbeitsbedingter psychischer Fehlbelastungen im Rahmen von Gefährdungsanalysen</p> <p><i>Auf der genannten Seite können Fragebögen zu den jeweiligen Merkmalsbereichen eingesehen werden. Es besteht auch die Möglichkeit eine kostenlose onlinebasierte Grobanalyse kritischer Bereiche durchführen zu lassen.</i></p> | <p>SPA - Screening Psychischer Arbeitsbelastung</p> |

Informationen für verschiedene Zielgruppen

| Verfasser / Ansprechpartner | Kurzkommentar | Website |
|--|---|---|
| Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie (GDA) | <p>Leitlinie Beratung und Überwachung bei psychischer Belastung am Arbeitsplatz der GDA</p> <p><i>Broschüre speziell für Akteure der Arbeitsschutzbehörden: Sehr gute Zusammenfassung der Anforderungen, Inhalte und Bewertungskriterien der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen.</i></p> | <p>GDA Leitlinie Arbeitsschutzbehörden</p> |
| Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie (GDA) | <p>Arbeitsschutz in der Praxis - Empfehlungen zur Qualifizierung betrieblicher Akteure für die Umsetzung der psychischen Gefährdungsbeurteilung.</p> <p><i>Die Broschüre beschreibt schön gestrafft über welche Kenntnisse Unternehmer/innen, Interessensvertretungen, Führungskräfte, Fachkräfte</i></p> | <p>GDA Empfehlungen Qualifikation betrieblicher Akteure</p> |

| Verfasser / Ansprechpartner | Kurzkommentar | Website |
|---|---|--|
| | <i>für Arbeitssicherheit und Betriebsärzte/-ärztinnen im Bereich psychischer Belastungen am Arbeitsplatz verfügen sollten.</i> | |
| Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA) | <p>Eine Handlungshilfe für Führungskräfte zum Überblick über das Thema „psychische Belastungen bzw. Stress am Arbeitsplatz“.</p> <p>Eine Handlungshilfe für das betriebliche Gesundheitsmanagement rund um das gesamte Thema „Gesundheit und Arbeit“.</p> | <p>INQA Handlungshilfe Führungskräfte</p> <p>INQA Handlungshilfe für das BGM</p> |
| Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV) | Ein Leitfaden für Betriebsärzte zu psychischen Belastungen und Folgen von Fehlbelastungen am Arbeitsplatz | DGUV Leitfaden Betriebsärzte |
| Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) | Zusammenfassung der wesentlichen Faktoren für den Erhalt und die Förderung psychischer Gesundheit in der Arbeit und wie Betriebsärzte dazu beitragen können, diese zu erhalten oder wiederherzustellen. | BMAS Arbeitsmedizinische Empfehlung |