

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	5
<b>1 Einführung</b> .....	9
1.1 Begriffsbestimmung psychische Belastungen .....	9
1.1.1 Stress und psychische Belastung – Qualität und Quantität .....	9
1.1.2 Die psychische Belastung in der Gesetzgebung .....	11
1.1.3 Psychische Belastung und Beanspruchung .....	12
1.2 Kurzer historischer Abriss zu Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit .....	17
1.2.1 Antike .....	17
1.2.2 Mittelalter .....	17
1.2.3 Neuzeit .....	18
1.3 Allgemeine Stressmodelle .....	22
1.3.1 Reaktionsorientierte und stimulusorientierte Ansätze .....	23
1.3.2 Das transaktionale Stressmodell .....	27
1.3.3 Strategien der Stressbewältigung .....	29
1.3.4 Verhaltens- und Verhältnisprävention .....	31
<b>2 Neue Belastungsfaktoren und Formen psychischer Belastungen</b> .....	33
2.1 Arbeitsmittel und -umgebung .....	33
2.1.1 Psychische Belastungen und Beanspruchungen durch neue Technologien .....	35
2.1.2 Psychische Belastungen und Beanspruchungen durch neue Raumkonzepte .....	37
2.2 Arbeitsvolumen und Arbeitsinhalt .....	42
2.2.1 Verdichtung des Arbeitsaufkommens .....	42
2.2.2 Verdichtung von Arbeitsanforderungen und Verantwortung .....	47
2.3 Arbeitsorganisation .....	53
2.3.1 Dokumentation, Controlling, QM und Co. ....	54
2.3.2 Job Enrichment, Job Enlargement, Zielvereinbarungen und vermehrter Gesprächs- und Meetingbedarf .....	57
2.3.3 Mobilitätsanforderungen, Flexibilisierung von Arbeitszeiten und Entgrenzung von Arbeit und Freizeit .....	67
2.3.4 Umgang mit permanentem Change und wachsender Unsicherheit .....	72
2.4 Intrapersonale Folgen dieser Rahmenbedingungen .....	80
2.4.1 Exzessives Arbeiten, gestörte Work-Life-Balance .....	80
2.4.2 Präsentismus und Burnout .....	105
2.4.3 Derailment, Frühverrentung, Suizid .....	123

2.5 Interpersonale Folgen dieser Rahmenbedingungen .....	133
2.5.1 Entstehung von Konflikten und Konfliktarten .....	134
2.5.2 Handhabung von Konflikten .....	138
2.5.3 Mobbing und sexuelle Belästigung als extreme Formen fehlgeleiteter Konfliktbehandlung .....	142
2.5.4 Veränderte interpersonale Anforderungen als neuer Belastungsfaktor .....	153
<b>3 Ganzheitliche Ansätze für Prävention und Intervention .....</b>	<b>155</b>
3.1 Möglichkeiten der Erfassung psychischer Belastungsfaktoren .....	155
3.1.1 Ziele und Methoden der psychischen Gefährdungsbeur- teilung .....	155
3.1.2 Ein Praxisbeispiel: Durchführung einer Gefährdungsbeur- teilung psychischer Belastungen im Logistikbereich .....	157
3.2 Prävention und Intervention auf Organisationsebene .....	167
3.2.1 Betriebliches Gesundheitsmanagement .....	167
3.2.2 Betriebliche Gesundheitsförderung .....	173
3.2.3 Betriebliches Eingliederungsmanagement .....	176
3.2.4 Gesundheitszirkel .....	184
3.2.5 Wandel der Unternehmenskultur im Gesundheitsbereich – Change Management .....	189
3.3 Prävention und Intervention auf Führungsebene .....	200
3.3.1 Ursachen von De-Motivation .....	201
3.3.2 Motivierend führen und kommunizieren .....	204
3.4 Prävention und Intervention auf individueller Ebene .....	207
3.4.1 Resilienz .....	208
3.4.2 Zeitgestaltung und Zeitmanagement .....	210
3.5 Neue Lern- und Vermittlungsformen .....	214
<b>4 Grenzen und Ausblick .....</b>	<b>219</b>
4.1 Psychische Belastungen am Arbeitsplatz: Verantwortung auf allen Ebenen .....	219
4.2 Wirksamkeitsevaluation von Maßnahmen in der Arbeitswelt 4.0 .....	223
4.3 Arbeitswelt 4.0 – Wie geht es weiter? .....	226
<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>231</b>
<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>249</b>
<b>Die Autoren .....</b>	<b>257</b>