

# Praxisbeispiele und Präventionsstrategien für ältere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zur psychischen Gesundheit im Betrieb

20. Statuskonferenz

Sieglinde Ludwig &  
Esin Taşkan-Karamürsel

ONLINE-Format, 12.11.2021



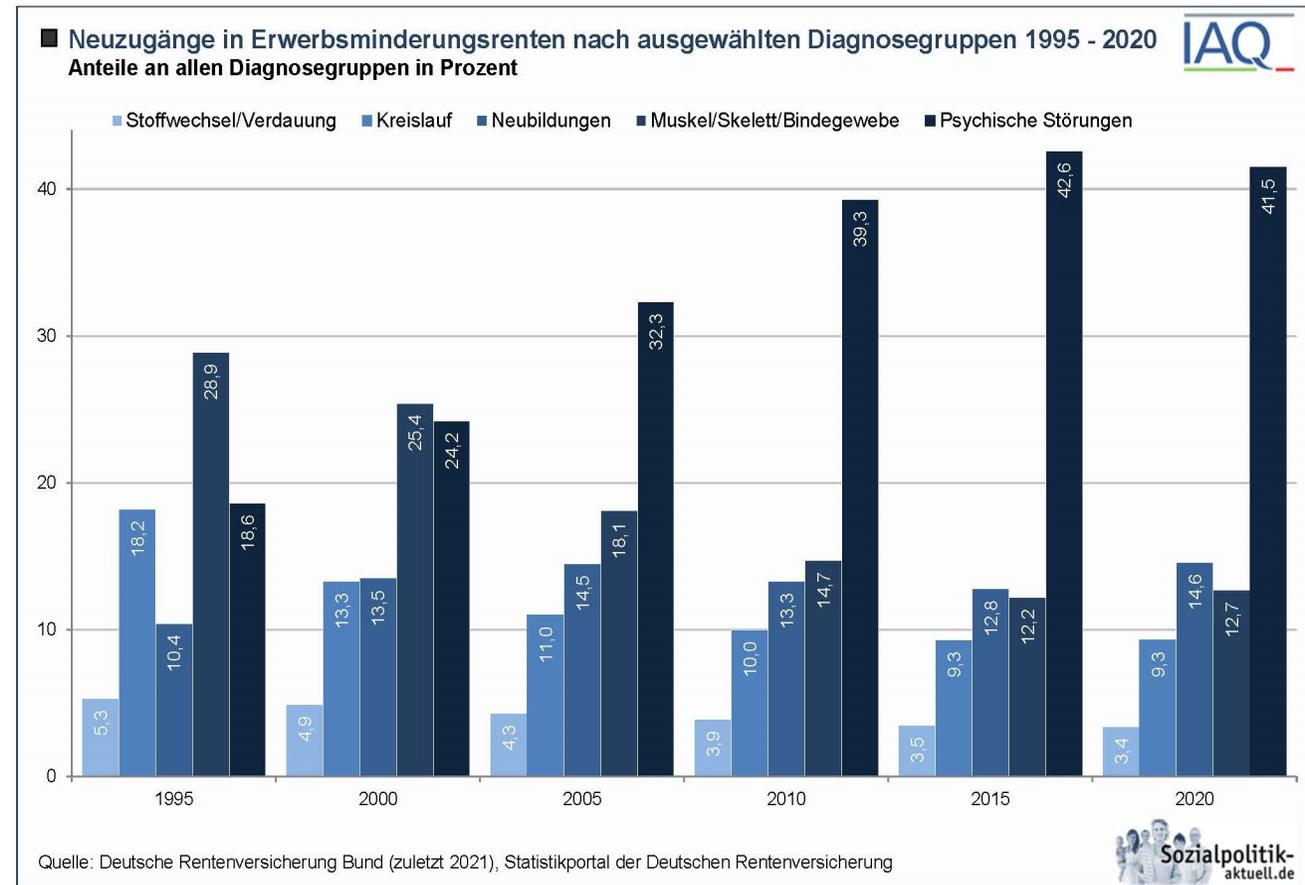
# Psychische Störungen und Frühberentung

Wandel des Arbeitsmarktes hinsichtlich körperlicher und psychischer Anforderungen im Rahmen der Technisierung



Erwerbsminderungsrente vor allem durch...

- affektive Störungen
- neurotische Störungen
- Belastungs- und somatoforme Störungen
- Suchterkrankungen



# Einflüsse auf die psychische Gesundheit älterer Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen (1)

**Arbeitsbedingungen** sind ein wichtiger Faktor zum Erhalt der psychischen Gesundheit!

## **Positive Faktoren:**

- richtiges Passungsverhältnis zwischen Mensch und Arbeit
- Vereinbarung von Beruf und Privatleben
- Anerkennung der Arbeitsleistung
- Qualifizierungsmaßnahmen (v.a. bezüglich der Digitalisierung)
- flexible Arbeitszeiten
- realistische Herausforderungen
- Erfüllung emotionsbezogener Arbeitsziele („Wohlfühlfaktor“)
- berufliche Handlungskontrolle und Eigenverantwortung



## Einflüsse auf die psychische Gesundheit älterer Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen (2)

### Kritische Faktoren:

- Ungleichgewicht zwischen hohen Arbeitsanforderungen, großem Engagement und gleichzeitig zu niedriger Gratifikation
- Schichtsysteme (v.a. Nachtschicht) und regelmäßige Überstunden
- fehlende Erfahrung bei zunehmender Digitalisierung kann zu Überforderung führen
- große Informationsflut und erhöhte Geschwindigkeit durch die digitalen Veränderungen
- Arbeitsverdichtung und Alleinarbeit
- Altersdiskriminierung durch Kollegen oder Vorgesetzte (schlechte Beziehungsqualität)
- unterschiedliche Erwartungen des Arbeitgebers und Arbeitnehmers bezüglich der Arbeit im Alter
- Rückgang von vor Burnout schützender Persönlichkeitstraits (z.B. Extraversion) mit zunehmendem Alter



# Präventionsstrategien

“Wearables”

Alterskritische  
Gefährdungs- und  
Belastungsbeur-  
teilung

Ausbau von  
Tarifverträgen über  
lebensphasen-  
gerechte Arbeits-  
zeitgestaltung

Strategien zur  
vermehrten  
Heimarbeit

Lebenslanges  
Lernen zur  
Vermeidung von  
Überforderung

Altersgemischte  
Teams

Sensibilisierung der  
Arbeitgebenden

Arbeitsplatz-  
rotationen

## Älteren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern gelingen Aufgaben besser, wenn...

- diese ihnen vertraut sind
- das Arbeitstempo und die Pausen relativ selbstständig bestimmt werden können
- sie soziale Kompetenzen bedingen
- sie detaillierte Kenntnisse über betriebliche Abläufe voraussetzen



Quelle: Fotolia\_5738291\_XS.jpg

## Weitere Gestaltungsmerkmale



Hoher Entscheidungsspielraum in Bezug auf Planung und Ausführung der Arbeit



Flexible Einteilung der Arbeitszeit



Partizipative Schichtzeitgestaltung

## Quellen

- Iga.Report.43: [Initiative Gesundheit & Arbeit \(iga\) \(iga-info.de\)](https://www.iga-info.de)
- INQA: [INQA.de - Initiative Neue Qualität der Arbeit - Wie Unternehmen dem demografischen Wandel begegnen können](https://www.inqa.de)
- INQA: „Rente mit 67“
- IAB: [Wie sich der demografische Wandel auf den deutschen Arbeitsmarkt auswirkt - IAB-Forum](https://www.iab-forum.de)
- Risikoobservatorium IFA: [IFA: Risikoobservatorium - branchenspezifische Informationen \(dguv.de\)](https://www.dguv.de)
- Peters, M. Der Übergang in den (Un-)Ruhestand: [PDF\) Der Übergang in den \(Un-\)Ruhestand \(researchgate.net\)](https://www.researchgate.net)
- Mit 70 in Rente? Ältere Beschäftigte im Betrieb: [BG RCI | Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie | Medienshop - Merkblatt A 036](https://www.bgrci.de)
- Hiesinger, K. Job requirement level, work demands, and health: a prospective study among older workers: [Job requirement level, work demands, and health: a prospective study among older workers - PubMed \(nih.gov\)](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov)
- McCarthy, V. Job characteristics and mental health for older workers: [Job characteristics and mental health for older workers | Request PDF \(researchgate.net\)](https://www.researchgate.net)
- Stegmann, S. Getting older and living up to implicit followership theories: Implications for employee psychological health and job attitudes: [Getting older and living up to implicit followership theories: Implications for employee psychological health and job attitudes \(researchgate.net\)](https://www.researchgate.net)
- Dr. Hesse, B. Rehabilitation und Erwerbsminderungsrente bei psychischen Störungen: [Rehabilitation und Erwerbsminderungsrente bei psychischen Störungen | springermedizin.de](https://www.springermedizin.de)
- IAQ Uni Duisburg/Essen: Neuzugänge in Erwerbsminderungsrenten nach ausgewählten Diagnosegruppen 1995 bis 2019: [Themenfeld "Arbeitsbedingungen": Infografiken und Tabellen - Sozialpolitik aktuell: Das Informationsportal zur Sozialpolitik \(sozialpolitik-aktuell.de\)](https://www.sozialpolitik-aktuell.de)

# Unterstützungsangebote der gesetzlichen Unfallversicherung



## Unterstützungsangebote der BG RCI

	<a href="#"><u>Internetportal "Fit für Job und Leben" - Arbeit im Wandel</u></a>	<b>Internetportal</b> mit unterschiedlichen inhaltlichen Themenangeboten zu Arbeit und Gesundheit. Informationen und Vorträge in Videoform zu folgenden Themen: Wandel der Arbeitsbiografie, Kleinunternehmen und Demografischer Wandel, Psychische Belastung, Ergonomische Arbeitsgestaltung, Schichtarbeit, GBU
	<a href="#"><u>Aktionsmedium "Kran-Modul" für Gesundheitstag</u></a>	Alterns- und altersgerechte Arbeitsgestaltung (Kran-Modul): <b>Geschicklichkeitsspiel</b> mit Alterssimulation (optisch und haptisch). Aktionsmodul für Gesundheitstage gegen Leihgebühr.
	Präsentation	Die BG RCI hat eine <b>Präsentation</b> erstellt, um Betriebe im Rahmen von Informationsveranstaltungen über die Möglichkeiten einer altersgerechten Gestaltung von Arbeitszeit und einer demografiegerechten Umsetzung von Schichtarbeit zu informieren und zu beraten.

Quelle: [www.bgrci.de](http://www.bgrci.de)

# Unterstützungsangebote der BGW

	<a href="#"><u>BGW Personalkompetenz</u></a>	BGW Personalkompetenz ist ein präventives <b>Qualifizierungsprogramm</b> mit dem Ziel, die psychische Belastung für Mitarbeitende incl. Führungskräften im Sozial- und Gesundheitswesen spürbar zu reduzieren.
	<a href="#"><u>Psychische Gesundheit im Fokus</u></a>	Dieser <b>Ratgeber</b> vermittelt Wissen über Ziele und Methoden des Teils der GBU, der die psychische Belastung betrifft. U.a. gibt die BGW-Handlungshilfe Hintergrundinformationen, wie wichtig der Schutz der psychischen Gesundheit ist und bietet praktische Unterstützung für die Durchführung.
	<a href="#"><u>Älter werden im Pflegeberuf</u></a>	Entscheidungsträger / -innen und Experten / -innen der Mitgliedsbetriebe werden mit dieser <b>Arbeitshilfe</b> „... Fit und motiviert bis zur Rente“ unterstützt, ihr Unternehmen und die Beschäftigten für zukünftige Anforderungen fit zu machen.

Quelle: [www.bgw-online.de](http://www.bgw-online.de)

## Unterstützungsangebote der DGUV

	<a href="#"><u>Die Mischung macht`s: Jung und Alt gemeinsam bei der Arbeit</u></a>	Diese <b>Informationsschrift</b> gibt kleinen und mittelständischen Unternehmen Tipps, wie sie den Folgen des Demografischen Wandels begegnen können.
	<a href="#"><u>Umgang mit psychisch beeinträchtigten Beschäftigten – Handlungsleitfaden für Führungskräfte</u></a>	Dieser <b>Leitfaden</b> will für das Thema „Beeinträchtigung psychischer Gesundheit“ sensibilisieren und informieren. Engagiertes, achtsames und mutiges Handeln der Führungskräfte kann dazu beitragen, dass Beschäftigte über ein gesamtes Arbeitsleben gesund, leistungsfähig und zufrieden sind.
	<a href="#"><u>Demografie-Coach mit DGUV Test</u></a>	Ein <b>Demografie Coach</b> berät Führungskräfte und Personalverantwortliche, aus der aktuellen betrieblichen (Demografie-) Situation konkrete Maßnahmen abzuleiten und zu planen.

Quelle: [www.dguv.de](http://www.dguv.de)

## Unterstützungsangebote der UK NRW

	<u>Gesund bleiben im Lehrerberuf - Selbstwirksam die eigene Gesundheit erhalten</u>	<p><b>Seminar:</b> Erhaltung und Förderung der Gesundheit von Lehrkräften. In diesem Seminar wird auch die psychische Gesundheit in den Blick genommen und es ist sehr handlungsorientiert und methodenvielfältig gestaltet.</p>
	<u>Gesund im Job</u>	<p><b>Seminar</b> für Multiplikatoren: Erhaltung und Förderung der Gesundheit von Beschäftigten. Worauf ist zu achten, was kann man tun. In diesem Seminar wird auch die psychische Gesundheit in den Blick genommen.</p>
	<u>Zu Hause pflegen – Das Internetportal für Sicherheit und Gesundheit für pflegende Angehörige</u>	<p><b>Internetportal</b> für pflegende Angehörige, das auch den Aspekt Gesundheit und insbesondere den, der Selbstsorge berücksichtigt. Es gibt Meditations-, Ausgleichs- und Achtsamkeitsübungen sowie viele weiterführende Informationen wie Netzwerkaufbau usw.</p>

Quelle: [www.uk-nrw.de](http://www.uk-nrw.de)

## Unterstützungsangebote der VBG

	<u><a href="#">GMS - Gesundheit mit System</a></u>	<p><b>Beratungsangebot</b> zur Umsetzung eines betrieblichen <b>Gesundheitsmanagementsystems</b>. Die GMS-Ansprechpersonen beraten, unterstützen und sind eng mit dem betrieblichen Arbeitsschutz verzahnt. Sie verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz zur Verbesserung der betrieblichen Organisation.</p>
	<u><a href="#">BEM – Betriebliches Wiedereingliederungsmanagement</a></u>	<p>Fachleute informieren und beraten Sie rund um die Themen BEM (<b>Seminare</b> BEMOA bzw. BEMXA) und Beurteilung der Arbeitsbedingungen. Sie unterstützen einzelfallbezogen über die Verbindungs- / Koordinierungsstellen für Rehabilitation.</p>
	<u><a href="#">Beratung und Angebote zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung</a></u>	<p>Angebote zum Teil der <b>Gefährdungsbeurteilung</b> der psychischen Belastung. Workshopangebot, Kurzanalyse im Team (KiT), Onlinetool, Beratung im Betrieb durch Arbeitspsychologen und -psychologinnen (bundesweit), Seminare, Schriften.</p>

Quelle: [www.vbg.de](http://www.vbg.de)

**Vielen Dank  
für Ihre Aufmerksamkeit.**

