

„Nur wer weiß, was Belastungen verursacht, kann gezielte Maßnahmen ergreifen.“

„Die Gefährdungsanalyse psychischer Belastung ist ein Gewinn für alle Beteiligten.“

„Für die Gefährdungsbeurteilung gibt es kein Standardverfahren – jede Firma ist einzigartig!“

Die Tendenz ist immer noch zunehmend: seit Jahren beklagen Mitarbeiter steigende Stressbelastung – sowohl im Berufs-, als auch im Privatleben.

Dadurch sinken die Leistungsfähigkeit und die Produktivität der Mitarbeiter. Fehler nehmen zu, die Motivation sinkt.

Wenn eine psychische Störung eintritt, führt diese meist zu sehr langen Krankheits- und Ausfallzeiten.

Mitarbeiter engagieren sich aber gerne für ihre Firma, wenn sie merken, dass das Wohlbefinden der Belegschaft erkennbar ernst genommen wird und wichtig ist. Finden Sie heraus, wo der Schuh drückt und schaffen Sie Abhilfe!

Mein Plus:

Langjährige Erfahrung mit Gefährdungsbeurteilungen in verschiedenen Branchen.

Warum Sie eine Gefährdungsanalyse der psychischen Belastung durchführen sollten:

- Missstände in den Arbeitsabläufen, in der Zusammenarbeit oder im Führungshandeln können schnell entdeckt und behoben werden.
- Maßnahmen zur Verbesserung können gezielt eingesetzt werden – Sie vermeiden das ineffektive „Gießkannenprinzip“.
- Mitarbeiter fühlen sich mit ihren Anliegen ernst genommen, das stärkt die Motivation und Loyalität.
- Unnötige Verluste bei der Produktivität und lange Fehlzeiten werden vermieden.
- Es wird ein Bewusstsein für das Thema geschaffen. Das hilft dabei, Belastungen in Zukunft schneller zu erkennen und zu beseitigen.

Ihr Plus:

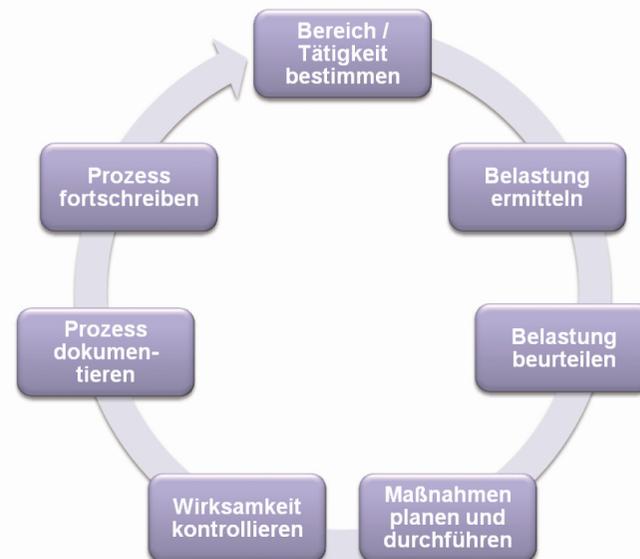
Sie erfüllen Ihre gesetzlichen Verpflichtungen nach dem Arbeitsschutzgesetz, das eine Gefährdungsbeurteilung auch der psychischen Belastung vorschreibt.

Unter psychischer Belastung versteht man die Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken.

Eine psychische Gefährdung entsteht, wenn eine Belastung vom Mitarbeiter nicht mehr bewältigt werden kann. Entweder ist die Belastung zu groß oder der Mitarbeiter verfügt nicht über ausreichende Kraftquellen.

Das für Ihr Unternehmen geeignete Vorgehen kann folgende Schritte umfassen:

- Interne Abstimmung, Planung, Auswahl der Instrumente
- Informationen über Belastungen und Kraftquellen gewinnen, z. B. mit einer Mitarbeiterbefragung
- Genauere Informationen gewinnen durch Fokusgruppen zu bestimmten Themen oder auffälligen Bereichen
- Detaillierte Informationen gewinnen durch Tiefen-Interviews mit Führungskräften
- Auswertung und Ableitung von Maßnahmen
- Überprüfung und Anpassung des Prozesses



„Ich unterstütze Sie von der Planung bis zur Durchführung von Maßnahmen.“

So kann ich Sie bei der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung unterstützen:

- Klärung Ihrer Ziele, Planung des Vorgehens, Schaffen der nötigen Strukturen
- Auswahl eines geeigneten Vorgehens und der richtigen Instrumente
- Durchführung und Auswertung von Mitarbeiterbefragungen
- Durchführung und Auswertung von Fokusgruppen mit Mitarbeitern
- Durchführung und Auswertung von Tiefen-Interviews mit Führungskräften
- Ergebnisbericht mit Empfehlung geeigneter Maßnahmen
- Maßnahmenplanung
- Durchführung von Maßnahmen zum Abbau psychischer Belastung und Aufbau von Kraftquellen

„Finden Sie heraus, was Mitarbeiter belastet und ihnen Kräfte raubt.“

Schaffen Sie Rechtssicherheit in Ihrem Betrieb und führen Sie eine Gefährdungsbeurteilung der psychischen Belastung durch. Davon profitieren nicht nur die Mitarbeiter, sondern das Unternehmen als Ganzes.

Es ist nicht festgelegt, wie diese Beurteilung stattfinden muss. Ich helfe Ihnen gerne dabei, ein geeignetes Vorgehen zu finden und umzusetzen.

Mein Profil:

- Ausbildung als Psychologin, Psychotherapeutin und Gesundheitswissenschaftlerin
- Langjährige Erfahrung in der Durchführung von Gefährdungsbeurteilungen
- Langjährige Erfahrung in der Durchführung von Trainings für Führungskräfte und Mitarbeiter zum Stressmanagement und zur Burnout-Prävention
- Zahlreiche Veröffentlichungen zu Stressmanagement, Burnout-Prävention und Resilienz
- Langjährige Leitung des Fachbereichs „Gesundheitspsychologie“ im Berufsverband der Deutschen Psychologinnen und Psychologen



Dipl.-Psych. Julia Scharnhorst, MPH

Blink 40c, 25491 Hetlingen
Fon: (49) 41 03 / 70 18 - 140
E-Mail: info@h-p-plus.de
www.health-professional-plus.de



Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung

