

Stress auf der Baustelle

Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen in der Baubranche

Herr Jäger, Frau Schmitz und Herr Haag arbeiten als Poliere in einem großen Bauunternehmen. Aktuell stehen mehrere Bauprojekte auf der Tagesordnung, die gleichzeitig abgeschlossen werden sollen. Dies führt neben einem erheblichen Zeit- und Termindruck zu vielen anderen Schwierigkeiten. Die Poliere haben Probleme bei der Baustellenorganisation und stehen ständig vor der Herausforderung, ihr Improvisationstalent zu beweisen und neue Lösungen zu finden. Aufgrund von schwierigen Arbeitsbeziehungen stehen Konflikte unter der Belegschaft auf der Tagesordnung – dies führt wiederum zu mangelnder Produktivität und Fehlern im Bauablauf. Gleichzeitig ist die Arbeitsbeziehung zur zuständigen Führungskraft eher schwierig: Es fehlt an Wertschätzung und Anerkennung. Ihnen fehlt die Unterstützung der Führungsetage und sie fühlen sich zuneh-

mend allein gelassen, erschöpft und müde. Sie schlafen schlecht, einige haben regelmäßig Kopfschmerzen und Verspannungen sind zum täglichen Begleiter geworden.

Was sind psychische Belastungen eigentlich?

Wie dieses Fallbeispiel verdeutlicht – ein Job in der Baubranche ist nicht ohne. Es zeigt, dass Tätigkeiten wie diese aufgrund vieler verschiedener Faktoren zu psychischen Belastungen führen können. Aber was gilt eigentlich als psychische Belastung? Nach der DIN EN ISO 10075 ist die psychische Belastung die Gesamtheit aller erfassbaren Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken. Hierzu zählen z. B. Zeitdruck, Arbeitsintensität oder die Auswirkungen sozialer Beziehungen. Anders als in der Umgangssprache wird

► Belastungen

- Arbeitsinhalt (z. B. aus der Aufgabengestaltung)
- Arbeitsumgebung (z. B. Lärm, Klima)
- Arbeitszeit (z. B. Arbeitszeit, Pausen)
- Arbeitsorganisation (z. B. Zuständigkeiten, Arbeitsabläufe)
- Soziale Beziehungen (z. B. Teamklima, Führungsverhalten)

► Arbeitender Mensch

mit seinen Fähigkeiten, Eigenschaften, Fertigkeiten und Bedürfnissen



► Kurzfristige Beanspruchungen

- **Positiv:** z. B. Aktivierung, Übung, Lerneffekt
- **Negativ:** z. B. Ermüdung und akute Stress-Zustände

► Langfristige Beanspruchungen

- **Positiv:** z. B. Kompetenzentwicklung, Arbeitszufriedenheit
- **Negativ:** z. B. Schlafstörungen, Motivationsverlust, chronischer Stress, Erkrankungen

die psychische Belastung erstmal als neutral gewertet und kann sich positiv oder negativ auf den Menschen auswirken – abhängig von seinem individuellen Zustand. Wie der Mensch auf die psychischen Belastungen reagiert, wird als psychische Beanspruchung beschrieben. Diese ist die unmittelbare Auswirkung der psychischen Belastung auf den Menschen und beschreibt das Ausmaß der Reaktionen. Zeitdruck kann sich z. B. bei einer Person in Form von Überforderung und bei der anderen als Aktivierung auswirken. Die psychische Beanspruchung kann also in beide Richtungen gehen – positiv wie negativ. Im vorliegenden Beispiel ist die starke Anspannung, die Schlafprobleme und die Kopfschmerzen der Ausdruck von psychischen Beanspruchungen der Poliere.

Und was sind typische psychische Belastungen in der Baubranche?

Unabhängig von der Position im Unternehmen können in der Baubranche verschiedene Stressoren zu psychischen Beanspruchungen führen. Diese können sich aus dem Arbeitsinhalt, der Arbeitsumgebung, der Arbeitszeit, der Arbeitsorganisation und den sozialen Beziehungen ergeben.

Stressoren aus der Arbeitsaufgabe:

- Kosten- und Termindruck
- Schwere körperliche Arbeit
- Unerwartete Störungen und Zwischenfälle auf der Baustelle
- Entscheidungsdruck mit mangelnden Informationen

Stressoren aus der Arbeitsorganisation:

- Unklare Verantwortungsbereiche und Rollen

- Widersprüchliche Arbeitsanforderungen
- Strukturelle Veränderungen
- Verständigungsprobleme (verschiedene Sprachen auf der Baustelle)
- Qualitätsprobleme Nachunternehmer, Zulieferer

Stressoren aus der Arbeitszeit:

- Unklare Begrenzung der Arbeitszeit
- Schlechte Planbarkeit von Arbeits-, Pausen-, Ruhe- und Erholungszeiten
- Arbeitsbedingte Störungen von Arbeits-, Pausen-, Ruhe- und Erholungszeiten

Stressoren aus den sozialen Beziehungen:

- Fehlende Unterstützung aus dem Kollegium
- Fehlende Unterstützung von Führungskräften
- Keine Möglichkeiten zum sozialen Austausch

Stressoren aus der Arbeitsumgebung:

- Lärm von der Baustelle
- Hitze oder Kälte
- Ungünstige Licht- und Luftverhältnisse
- Pandemie oder andere unerwartete Einflüsse

Die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen in der Baubranche

Wenn es um die Arbeitssicherheit auf Baustellen geht, wird zuerst an die physischen Risiken wie z. B. Stürze, Stromschläge oder Quetschungen gedacht. Verständlich – diese sind oft akut und mit einem unmittelbaren Schaden verbunden. Aber wie Sie anhand der oberen Ausführungen sehen, auch psychische Belastungen können langfristige Konsequenzen wie z. B. Unzufriedenheit im

Job oder chronische Erkrankungen auslösen. Besonders Mitarbeitende aus der Baubranche können einer Vielzahl psychischer Belastungen ausgesetzt sein. Aber was lässt sich dagegen tun? Eine Gefährdungsbeurteilung kann bei der Identifizierung und Reduzierung von Belastungen Abhilfe schaffen. Seit 2013 ist die Durchführung einer Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen gemäß § 5 (3) ArbSchG Pflicht geworden und kann bei Nicht-Einhaltung zu Bußgeldstrafen von Berufsgenossenschaften und Aufsichtsbehörden führen. Neben der Rechtssicherheit gibt es jedoch viele weitere Gründe, die für die Durchführung einer Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen sprechen. Zum Beispiel können die Identifizierung und Reduzierung von psychischen Belastungen zu einer erhöhten Produktivität und Zufriedenheit der Mitarbeiter*innen beitragen. Wenn Arbeitnehmer*innen unter Stress oder anderen psychischen Belastungen leiden, können sie nicht in vollem Umfang produktiv arbeiten. Zudem werden Unternehmen, die sich um die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeiter*innen kümmern, als attraktive Arbeitgeber angesehen. Dies kann dazu beitragen, qualifizierte Fachkräfte anzuziehen und zu halten.

Und wie sehen solche Maßnahmen zur Reduzierung von Belastungen in der Praxis aus? Dazu gehören z. B. neue Kommunikationsstrukturen, Arbeitsplatzgestaltungen oder Seminare – immer abhängig von den ausgehenden Belastungsfaktoren. Nehmen wir an, in einem Bauprojekt hat der Projektleiter bemerkt, dass es unter den Mitarbeitenden häufig Konflikte und Missverständnisse gab, was zu einem schlechten Arbeitsklima

und einem Anstieg der krankheitsbedingten Ausfallzeiten führte. Um diesem Problem entgegenzuwirken, hat er beschlossen, regelmäßige Teammeetings abzuhalten. Eine einfache, aber sehr wirksame Methode, um den Kommunikationsfluss zu verbessern. Die Förderung von sozialer Interaktion und sozialer Beziehungen ist bei längeren Baustellenprojekten besonders wichtig, insbesondere wenn das Baustellenpersonal weit weg von zuhause arbeitet.

Ein anderes Thema stellt eine Pausengestaltung dar, die Erholung von der Arbeit ermöglicht. Erholung auf der Baustelle? Diese Vorstellung mag auf den ersten Blick paradox erscheinen. Dennoch ist es von entscheidender Bedeutung, dass die Arbeiter*innen ausreichend Zeit für ihre Mahlzeiten haben, vorzugsweise an einem geschützten Ort, der vor starken Witterungsbedingungen wie z. B. Regen und Kälte schützt. Saubere Toiletten und Unterkünfte sind ebenfalls ein wichtiger Aspekt für das allgemeine Wohlbefinden und Hygiene im Baustellenkontext. Die Pandemie hat dieses Thema verstärkt in den Fokus gerückt. Angesichts dieser Tatsachen ist eine umfassende Analyse des Arbeitsumfelds von entscheidender Bedeutung, da psychische Belastungen oft das Ergebnis eines komplexen Zusammenspiels verschiedener Einflussfaktoren sind.

Es lässt sich also festhalten, dass die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen auf Baustellen von großer Bedeutung ist, um die Gesundheit und Sicherheit der Mitarbeiter*innen zu gewährleisten. Doch das ist nicht alles: Unternehmen können durch Maßnahmen zur Reduzierung psychischer

Belastungen nicht nur die Zufriedenheit ihrer Mitarbeiter*innen verbessern, sondern auch ihre Arbeitsqualität und -effizienz steigern – also eine Win-Win-Situation für alle.

Die Gefährdungsbeurteilung neu interpretieren und ansprechend gestalten

Der Begriff "Gefährdungsbeurteilung von psychischen Belastungen" klingt möglicherweise technisch oder abstrakt. Ein sympathischerer oder attraktiverer Name könnte die Aufmerksamkeit von Geschäftsführung und Führungskräften besser auf das Thema lenken.

Fragen wir doch mal eine KI wie ChatGPT, was diese als Alternative für eine attraktivere Namensgebung vorschlägt:

1. **Wohlbefinden-Check:** Ein positiver Name, der den Fokus auf das Wohlbefinden der Mitarbeiter*innen legt.
2. **Teamstärke-Analyse:** Betont die Stärkung des Teams und die Möglichkeit zur Verbesserung.
3. **Arbeitsklima-Check:** Legt den Schwerpunkt auf die Atmosphäre und die Arbeitsbedingungen im Unternehmen.
4. **Mitarbeiter-Balance:** Betont die Balance zwischen Arbeits- und Privatleben der Mitarbeiter*innen.
5. **Stimmungsbarometer:** Kombiniert die Facetten der Stimmung im Unternehmen.

6. ****Stressfrei-Check:**** Betont die Reduzierung von Stress und psychischen Belastungen.
7. ****Gesundheitsklima-Analyse:**** Fokussiert auf die Förderung eines gesunden Arbeitsumfelds.
8. ****Motivationspotenzial-Erfassung:**** Hebt das Potenzial zur Steigerung der Mitarbeitermotivation hervor.
9. ****Resilienz-Scan:**** Betont die Resilienz und Widerstandsfähigkeit der Mitarbeiter*innen.
10. ****Positive-Arbeitskultur Analyse:**** Unterstreicht die Schaffung einer positiven Arbeitskultur.

Die Wahl eines ansprechenden Namens kann dazu beitragen, das Interesse und die Akzeptanz für die Beurteilung psychischer Belastungen zu steigern und somit den Zugang zu Entscheidungsträgern zu erleichtern.

Auf dem Markt gibt es bereits sehr gute Angebote für Schulungen und Workshops, um Führungskräfte und Mitarbeiter*innen für das Thema zu sensibilisieren und Hilfestellungen anzubieten. Zudem können die internen Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Betriebsärzte oder ein externes Büro für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz bei der Erstellung der Gefährdungsbeurteilung für die psychischen Belastungen professionell beraten und unterstützen.

Aber wie geht es danach weiter, wenn die Ergebnisse der Beurteilung vorliegen? Das erfahren Sie in der nächsten Ausgabe der *agbau* im 01.2024.

Der Autor

Carsten Kuschel ist geschäftsführender Gesellschafter der Mplus Managementgesellschaft zur Optimierung von Arbeitsbedingungen mbH in Sankt Augustin. Der Diplomsicherheitsingenieur berät seit fast 3 Jahrzehnten Führungskräfte bei der rechtssicheren Umsetzung von Arbeitsschutzpflichten und Prozessoptimierung von Sicherheit und Gesundheitsschutz. Seine Handwerksausbildung und eigenen Erfahrungen als Unternehmer helfen ihm bei den notwendigen Perspektivwechseln für eine praxistaugliche und erfolgreiche Präventionsarbeit.



Die Autorin

Anja Lorbach, M. Sc., ist Arbeits- und Organisationspsychologin bei der Mplus Managementgesellschaft zur Optimierung von Arbeitsbedingungen und beschäftigt sich intensiv mit dem Thema der psychischen Gesundheit in der Arbeitswelt.



*Autor*innen: Anja Lorbach, M. Sc.,
Arbeits- und Organisationspsychologin,
Dipl.-Ing. Carsten Kuschel,
Geschäftsführender Gesellschafter*

Weitere Informationen

**Mplus Managementgesellschaft zur
Optimierung von Arbeitsbedingungen mbH**

Kamillenweg 22 • 53757 Sankt Augustin
info@mplus-management.de
www.mplus-management.de