

Wertschätzende Arbeitsbedingungen als Schlüssel zur Förderung der psychosozialen Gesundheit

Bettina Kubicek



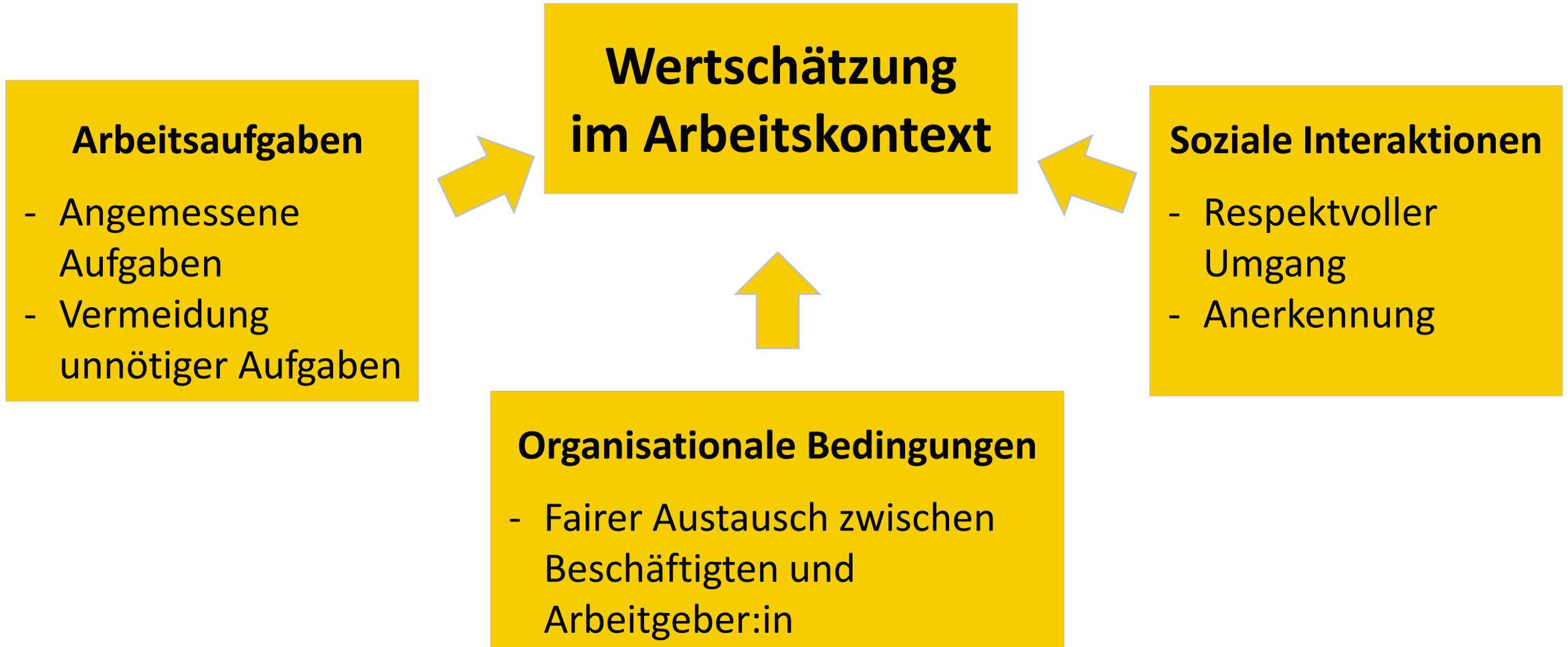
- Was ist Wertschätzung am Arbeitsplatz und wie zeigt sie sich?
- Wie hängen wertschätzende Arbeitsbedingungen und Gesundheit zusammen?
- Wie kann Wertschätzung in Organisationen verbessert werden?

Was ist Wertschätzung am Arbeitsplatz und wie zeigt sie sich?



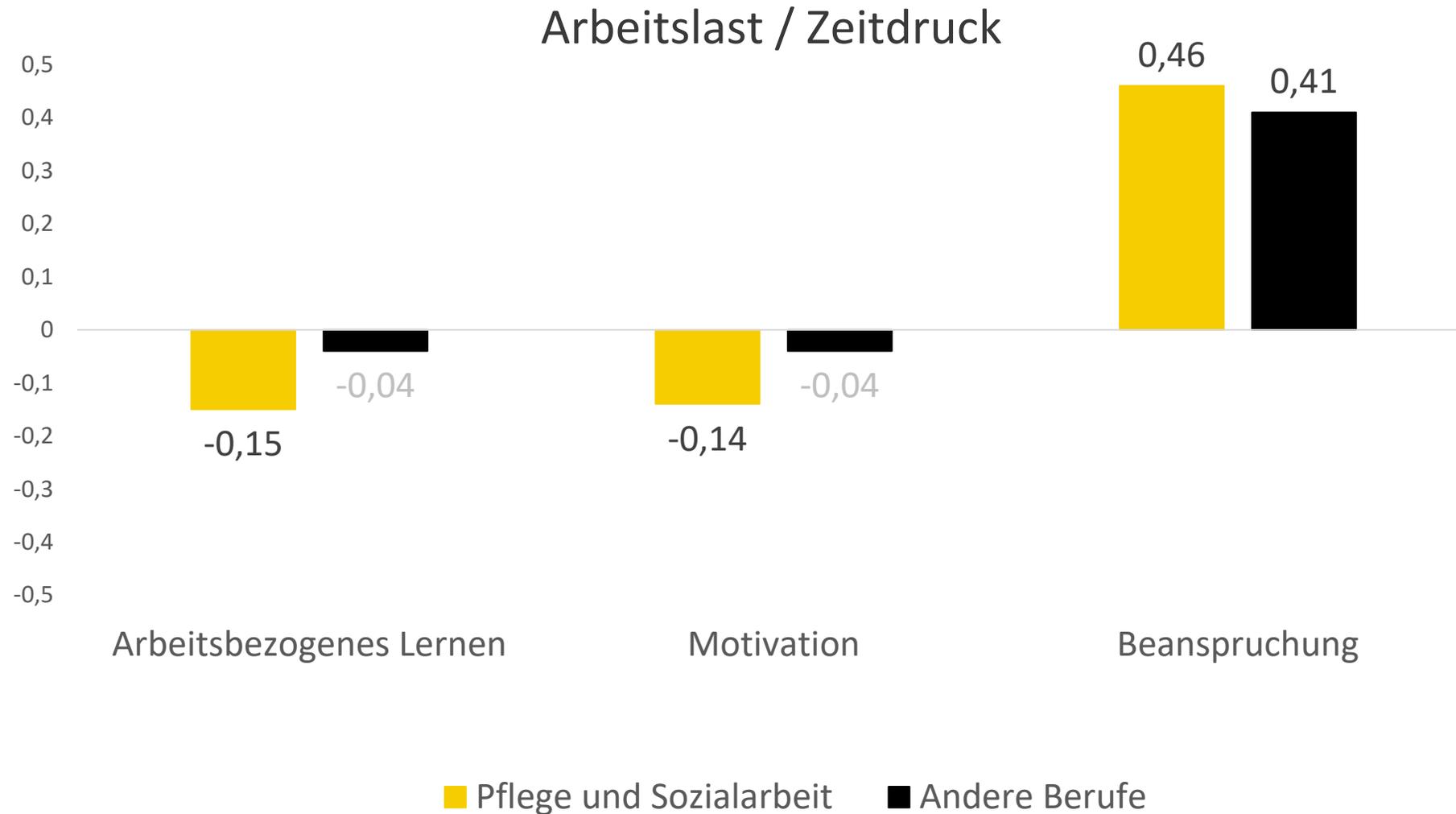
- Ereignisse und Rahmenbedingungen, die geeignet sind, den **Selbstwert** der Beschäftigten zu **fördern**
- Bleiben wertschätzende Ereignisse bei der Arbeit aus, erleben das Beschäftigte mit hoher Wahrscheinlichkeit als **Selbstwertbedrohung**

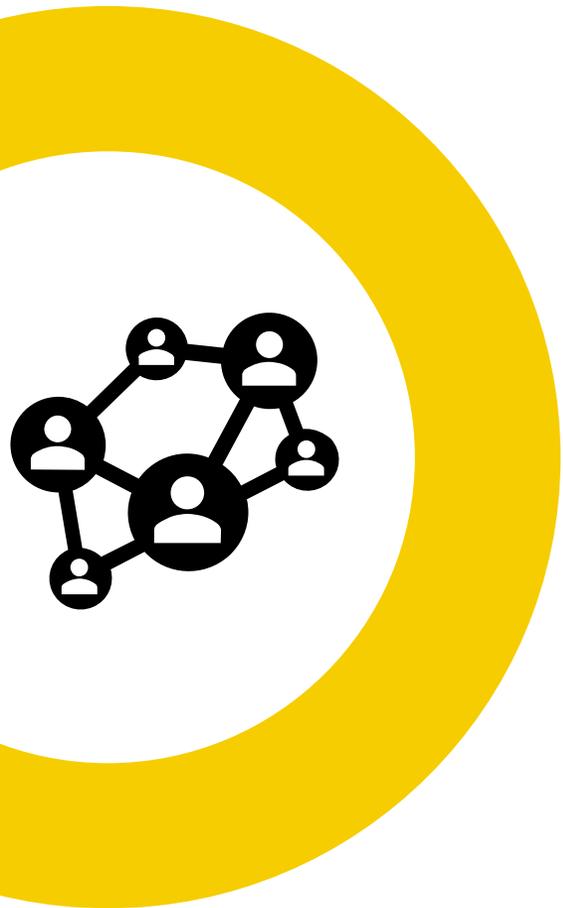
Wertschätzung zeigt sich in unterschiedlichen Formen



- 
- A large yellow circular graphic on the left side of the slide. Inside the circle is a black square icon containing a checklist with four items, each with a checkmark and a horizontal line.
- Angemessene bzw. passende Arbeitsaufgaben
die für die berufliche Rolle typisch sind und diese definieren
 - Vermeidung unnötiger Arbeitsaufgaben
die verzichtbar sind
 - Vermeidung illegitimer Stressoren
die für eine berufliche Rolle unangemessen sind

Zeitdruck als illegitimer Stressor in der Pflege und Betreuung





- Respekt durch Kolleg:innen und Führungskräfte
 - Für die Person
 - Für besondere Merkmale der Person (Fähigkeiten, Erfolge, ...)
- Respektvolle Kommunikation
 - Stellen offener Fragen
 - Interessiertes Zuhören

- Fairer Austausch zwischen Beschäftigten und Arbeitgeber:in
 - Ausgewogenes Verhältnis aus Anstrengungen, die die Arbeit abverlangt, und den Belohnungen („Berufliche Gratifikationskrisen“)

Belohnungen

Anstrengungen

Gehalt & Karriere

Anerkennung

Arbeitsplatzsicherheit

Emotionale Belastung

Hohe Auslastung

Zeitdruck

Viel Verantwortung

Wie hängen wertschätzende Arbeitsbedingungen und Gesundheit zusammen?



- Bedrohung des Selbstwerts
- Negative Emotionen
- Rumination und fehlendes Abschalten von der Arbeit

- 
- A black warning triangle with a white exclamation mark inside, centered within a large yellow circle.
- Erhöhtes Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen
 - Zusammenhang mit Muskelskelettschmerzen
 - Erhöhtes Risiko für Burnout-Symptome (insb. emotionale Erschöpfung und Depersonalisation)
 - Erhöhtes Risiko für depressive Symptome

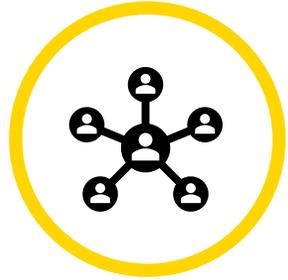
Wie kann Wertschätzung in Organisationen verbessert werden?

Zusammenarbeit



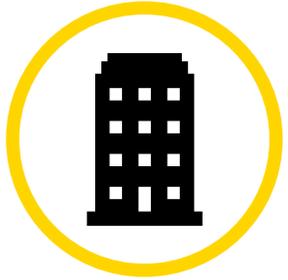
- Fachliche und emotionale Unterstützung anbieten
- Sich gegenseitig im Team Feedback geben
- Auf eine faire Aufgabenverteilung achten
- Würdigung von Kolleg:innen, die das Team verlassen

Führung



- Wertschätzende Kommunikation insbesondere in Kritikgesprächen
- Beiträge von Mitarbeiter:innen anerkennen
- Übertragung unangemessener und unnötiger Aufgaben vermeiden
- Illegitime Stressoren nach Möglichkeit reduzieren
- Auf ein ausgewogenes Verhältnis zw. Anstrengung und Belohnung achten
- Passende Entwicklungsmöglichkeiten mit Mitarbeiter:innen erarbeiten
- Fachlichen Austausch fördern
- Durch gemeinsame Aktivitäten sozialen Austausch fördern
- Erfolge gemeinsam feiern

Organisation – Würdigung von



- Leistung in Kernaufgaben
- langjähriger Betriebszugehörigkeit
- Beitragen zur Organisation
- Entwicklungswege gestalten (Führungs-, Fachlaufbahn, spez. Aufgaben)
- Wertschätzende Kommunikation in Führungsinstrumenten verankern (Mitarbeitergespräche, Teambesprechungen)
- Unnötige und unangemessene Aufgaben vermeiden
- Illegitime Stressoren identifizieren und Maßnahmen zu deren Beseitigung ergreifen

Was sollte beachtet werden?

- Fehlende Wertschätzung ist ein Stressor, der die psychosoziale Gesundheit beeinträchtigt
- Wertschätzung äußert sich in unterschiedlichen Formen und sollte auf unterschiedlichen Ebenen in Organisationen verankert werden um die psychosoziale Gesundheit der Beschäftigten zu fördern

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Bettina Kubicek

bettina.kubicek@uni-graz.at

