

**Gefährdungsbeurteilung psychischer
Belastungen am Arbeitsplatz gemäß
§5 Arbeitsschutzgesetz
(kurz GBpsych)**



2. BGM-Kongress Mainfranken

**14 Tipps, wie Sie eine GBpsych so richtig an die
Wand fahren**

22.10.2025, s.Oliver Group, Rottendorf

Jürgen T. Knauf

Tipp 1: ... führen Sie Maßnahmen durch, ohne zu klären, woran es wirklich klemmt!

Fehleranalyse



Untersuchung

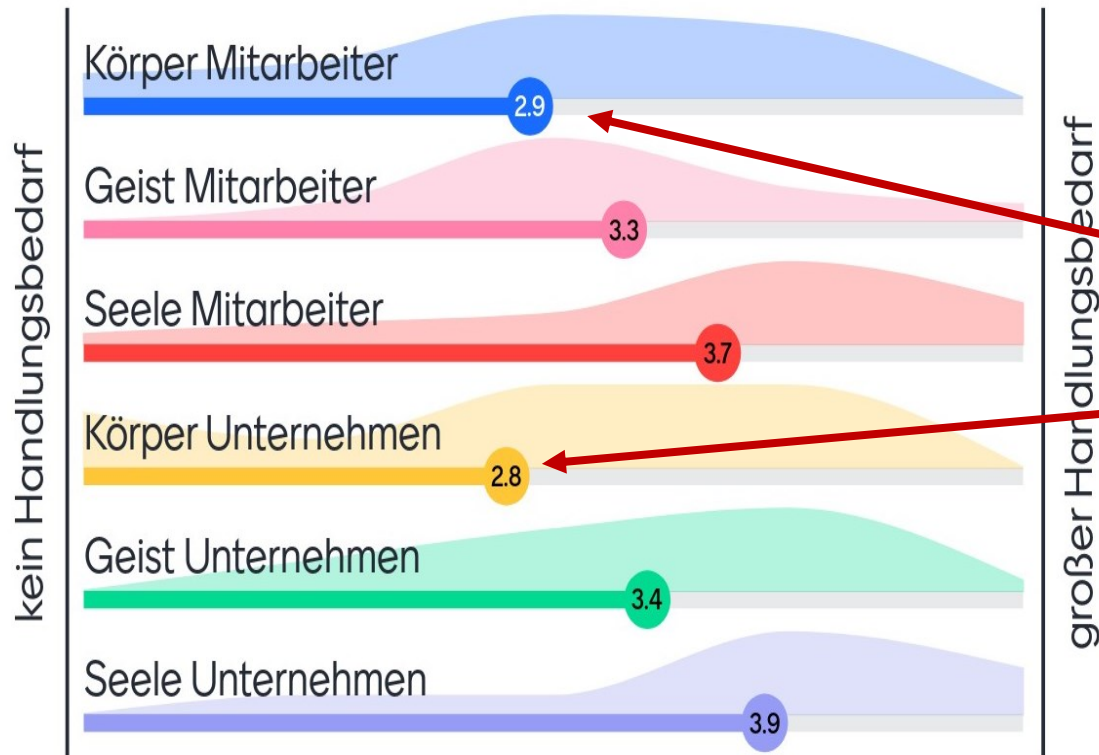


➤ Kann man so machen, ist dann aber ...

zu Tipp 1: Passen Ihre Maßnahmen zu den Stressoren?

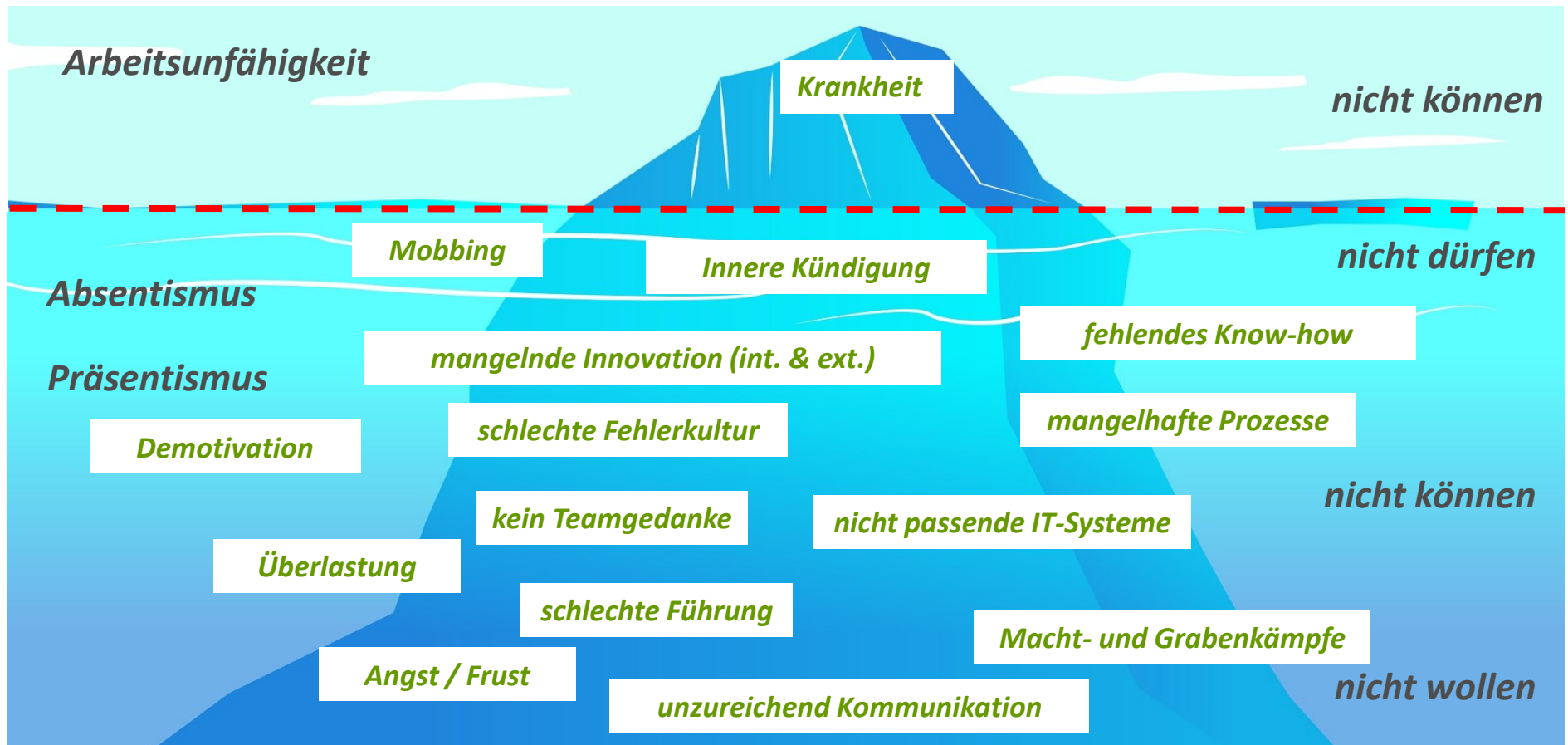
Beispiel-Ergebnisse Umfrage:

„Gesunde Menschen – Gesunde Unternehmen“



doch hier gibt es
typischerweise
die meisten
Maßnahmen

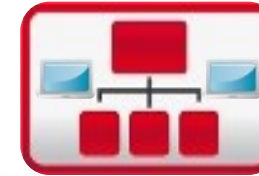
Tipp 2: ... untersuchen Sie Stressursachen / Quellen nicht ganzheitlich!



➤ Eine Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz ist eine große Chance – wenn sie man mit Blick fürs Ganze angeht.

zu Tipp 2: ... analysieren Sie bloß nicht alles, wo Stressoren liegen könnten! 😊

**Gesundheit,
Power der
Mitarbeiter..**



**Organisation,
Strukturen,
Prozesse, IT..**

**Qualifikation,
Know-how, der
Mitarbeiter..**



Wie stehen Sie kurz an?



**Know-how /
Wissen im
Unternehmen..**

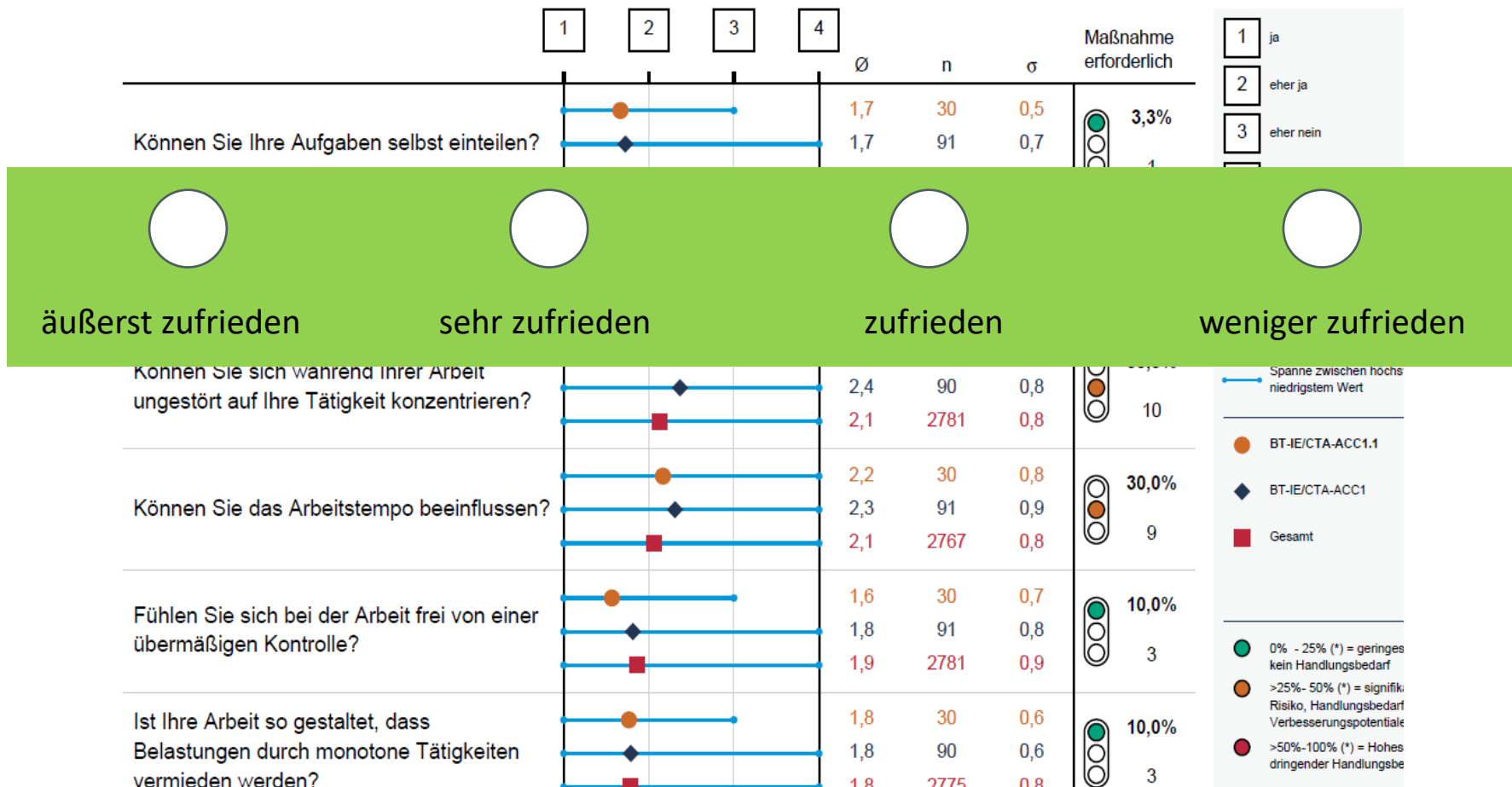
**Psyche,
Motivation der
Mitarbeiter..**



**Betriebsklima,
Unternehmens-
kultur..**

➤ **Mitarbeiter & Unternehmen sind eine Einheit - investieren Sie gezielt und mit Blick fürs Ganze ..**

Tipp 3: ... gestalten Sie Fragebögen komplex und manipulieren Sie Ergebnisse subtil!



➤ Kann man so machen, ist dann aber ...

➤ **Unbedingt einfache Fragen, klare Struktur, fundierte Antwortmöglichkeiten.**

Tipp 4: ... Bloß keine Freitextantworten im Fragebogen!

Was hat Dein Kollege / Deine Kollegin getan, was Dich verärgert oder gar verletzt hat?

Was hat Dein Kollege / Deine Kollegin getan, was Du toll fandest?

Das sollten wir unbedingt beibehalten:

Das sollten wir unbedingt ändern:

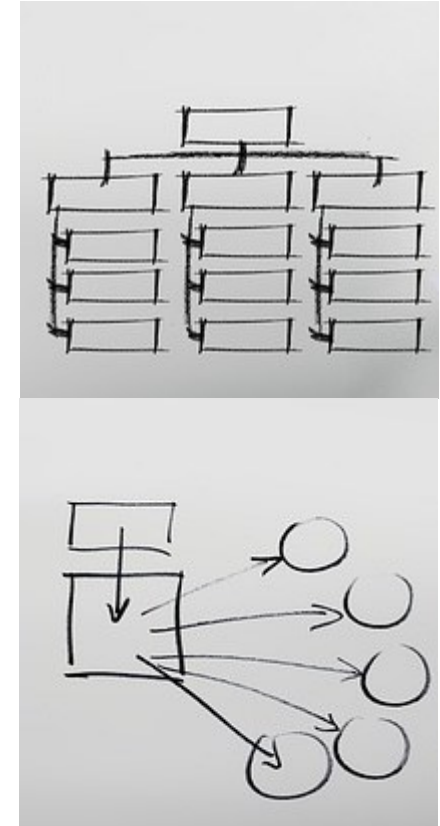
Das möchte ich noch sagen:

**Solche Fragen kosten ja
Zeit auszuwerten – also
lieber weglassen 😊**



➤ Kann man so machen, ist dann aber ...

Tipp 5: ... führen Sie Ihre Umfragen „querbeet“ über alle Tätigkeitsbereiche durch!



- Kann man so machen, ist dann aber ...
- **Unbedingt: Tätigkeitsgruppe bilden und über diese auswerten!**

Tipp 6: ... fragen Sie nicht, ob das Thema auch wirklich ein „Stressfaktor“ ist!

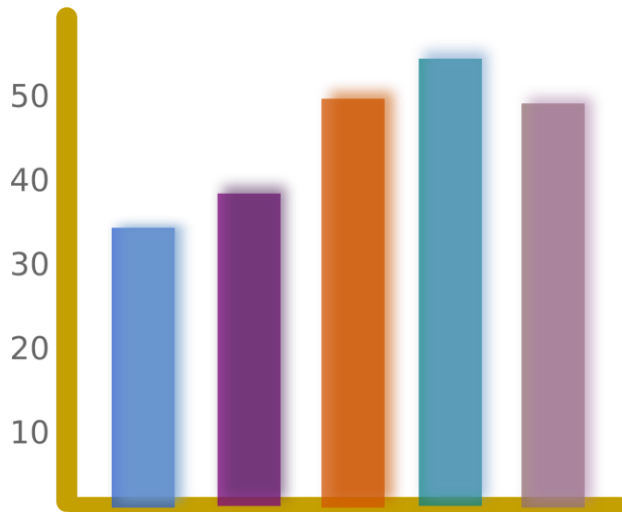
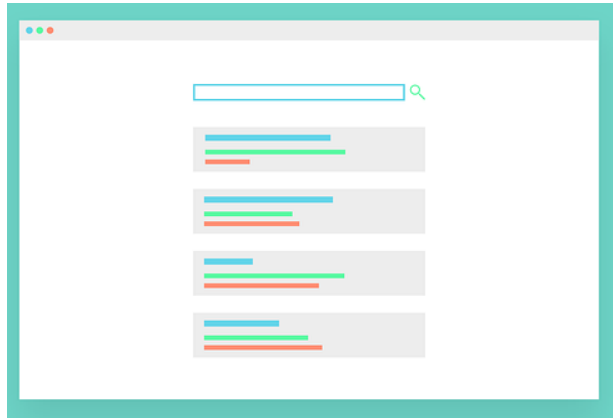


.. und belastet /
stresst Sie das?



- Kann man so machen, ist dann aber ...
- **Unbedingt nach der Beanspruchung / Belastung fragen!**

Tipp 7: ... führen Sie Maßnahmen auf Basis einer MA-Umfrage durch, ohne die Ergebnisse in Workshops zu validieren!



- Workshops kosten Zeit
- Workshops kosten Geld

Lieber schnell irgendwelche Maßnahmen durchführen und am besten nur die billigsten Maßnahmen 😊

➤ Kann man so machen, ist dann aber ...

Tipp 8: ... erarbeiten Sie Maßnahmen einfach ohne Mitarbeiterbeteiligung!



➤ Kann man so machen, ist dann aber ...

➤ **Unbedingt Workshops mit Mitarbeitern (ohne Führungskräfte) – von extern moderiert (Tipp 7).**

Tipp 9: ... führen Sie wenig kreative 08/15-Workshops durch!

Bloß nicht mal eine spannende Frage als Warmup versuchen, z.B.: „Chef für 30 Minuten“ 😊



Wenn Sie drei Dinge sofort ändern könnten, was wäre das?

- ✓ **Was würden Sie ändern?** Was nervt Sie? Was ist das Problem? Was müsste anders laufen / besser gemacht werden? (beschreiben Sie kurz das Problem)
- ✓ **Wie wirkt sich das Problem aus?** Wodurch spüren Sie, dass es nicht gut läuft? (beschreiben Sie kurz, wie sich das Problem bei Ihnen auswirkt)
- ✓ **Wie würden Sie es ändern?** Wie sähe die Lösung aus? Wie müsste es richtig laufen?

➤ **Denken Sie dabei auch die an Kosten! Würden Sie es angehen, wenn Sie „Chef“ bzw. Eigentümer wären, sprich wenn Sie Ihr Geld für die Lösung ausgeben müssten?**

Tipp 10: ... sparen Sie Geld und moderieren Sie die Workshops selber!

Vertraulich

Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung am Arbeitsplatz

Chef für 30 Minuten: Wenn Sie drei Dinge ändern könnten, welche wären das?

Denken Sie dabei auch die an Kosten! Würden Sie es angehen, wenn Sie „Chef“ bzw. Eigentümer wären, sprich wenn Sie Ihr Geld für die Lösung ausgeben müssten?

Chef-Problem 1 (1): Rücksichtnahme / Lautstärke bei Gesprächen im open Office (Konzentration fällt schwer)	
Beschreiben Sie kurz das Thema, wo liegt das Problem (Wo würden Sie etwas ändern? Was belastet Sie? Was ist das Problem? Was müsste anders laufen / besser gemacht werden?)	<ul style="list-style-type: none"> • Geräuschpegel / Lautstärke durch Gespräche von Kolleg:innen
Beschreiben Sie kurz, wie sich das Problem bei Sie auswirkt: Wie wirkt sich das Problem aus? Wodurch spüren Sie, dass es nicht gut läuft?)	<ul style="list-style-type: none"> • m • m • Fr • U
Beschreiben Sie kurz, wie Sie es als Chef lösen würden: Wie würden Sie es ändern? Wie sähe die Lösung aus? Wie müsste es richtig laufen?	<ul style="list-style-type: none"> • So • H • W • Schaffung zu „Lautstärke im Büro“ / Achtsamkeit

Ein geschützter Raum in dem die wirklichen Probleme angesprochen werden wird völlig überbewertet 😊.

- Ein cooles Warmup für den Workshop - dauert meist lange 😊
- Ein erfahrener externer Moderator bringt einen großen Nutzen.

Tipp 11: ... setzen Sie Maßnahmen ohne Mitarbeiterbeteiligung um!



**Maßnahmen-
ausarbeitung
zusammen mit
Betroffenen**



- Kann man so machen, ist dann aber ...
- **Unbedingt gemeinsam Lösungen erarbeiten.**

Tipp 12: ... erarbeiten Sie Maßnahmen ohne Priorisierung!

Vertraulich

Erweiterte Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung am Arbeitsplatz

GBpsych WORKSHOP-DOKUMENTATION "Optimierung der Arbeitsbedingungen bei xyz"



Verteiler an Verantwortliche:		Maßnahmenplanung (Beteiligte und Datum):	Abteilung <u>tt.mm.jjjj, von bis Uhr</u>
1. Wiedervorlage zur Umsetzung:		1. Rückmeldung*:	
2. Wiedervorlage zur Optimierung:		2. Rückmeldung*:	

*1. Rückmeldung von der Teilnehmerin/dem Teilnehmer und der Mitarbeiterin/dem Mitarbeiter, die/der im betroffenen Bereich

Rele- vanz	Problem, Ursache Handlungsfeld	Wie Mit we
A1		
B3		
A2		
C2		

**Bloß nicht festlegen, was den
Mitarbeitenden wirklich wichtig ist und
bis wann es erledigt sein sollte.**

**Dass nur umgesetzte Maßnahmen etwas
ändern, wird überbewertet 😊**

Relevanz:

Wichtigkeit der Belastung / Gefährdung: A = sehr wichtig; B = wichtig; C = nicht ganz so wichtig

Realisierungszeit: 1 = dringlich 2 = max. 6 Monate 3 = max. 1 Jahr

Moderator / Protokollant: _____

Tipp 13: ... keine wirkliche Unterstützung von der Führungsebene!

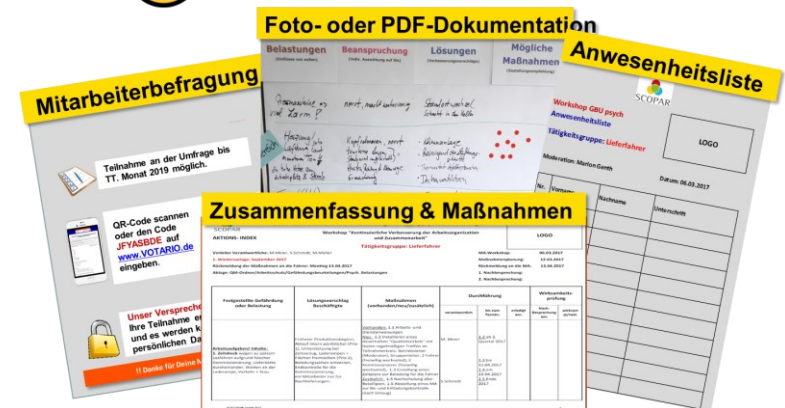


Wenn Führungskräfte sagen: ‚Dafür haben wir keine Zeit und kein Geld‘, dann weiß das BGM, dass es genau da anfangen muss.“

➤ Kann man so machen, ist dann aber ...

Tipp 14: ... den gesamten Prozess so gestalten, dass „nix bei rauskommt“

- Keine vorbereitende und keine begleitende Kommunikation 😊
- Keine Rückmeldung zur Umfrage an die MA 😊
- Workshops erst 2 Jahre nach der Umfrage ansetzen 😊
- Workshops zu unmöglichen Zeiten ansetzen 😊
- Keine Rückmeldung zur Umsetzung 😊
- Keine Dokumentation 😊



➤ Kann man so machen, ist dann aber ...

Na, wollen wir Ihr Projekt gemeinsam „vor der Wand retten“? 😊



SCOPAR - Scientific Consulting Partners

Fon: +49 - 9321 - 3880100

E-Mail: info@scopar.de • Web: www.SCOPAR.de