

# GEFÄHRDUNGSBEURTEILUNG

psychischer Belastungen  
gemäß §5 ArbSchG  
(GBU Psych)

## DAS TRAININGSMOMENT

Heike Steurethaler  
Pirckheimerstr. 33  
90408 Nürnberg  
[www.dastrainingsmoment.de](http://www.dastrainingsmoment.de)  
0175/526 53 65

Für die zielgerichtete Förderung der  
mentalen Gesundheit Ihrer  
Mitarbeitenden



Das Trainingsmoment  
PERSONAL & WORK FITNESS



## Warum brauchen wir eine GBU Psych?

Mit der GBU Psych erfüllen Sie nicht nur Ihre gesetzliche geregelte Fürsorgepflicht gegenüber Ihren Mitarbeitenden, Sie legen gleichzeitig den Grundstein für ein zielgerichtetes betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) und ein gesundes und leistungsfähiges Unternehmen.

Drei gute Gründe für die Durchführung einer GBU Psych:



Erfüllen Sie Ihren gesetzlichen Auftrag gemäß §5 ArbSchG



Bei bedarfsgerechter Maßnahmenplanung u. -umsetzung: gesündere Mitarbeitende bis hin zur gesteigerten Produktivität



Profitieren und steigern Sie Ihre Arbeitgeberattraktivität

## Was ist Inhalt einer GBU Psych?

Die GBU Psych ist ein präzises Präventions- und Analysetool, das Sie dabei unterstützt, die Arbeitsverhältnisse Ihrer Mitarbeitenden gesundheitsförderlich zu gestalten. Sie identifiziert wichtige Ressourcen in folgenden Bereichen:



### Arbeitsaufgabe

- Qualifikation
- Emotionale Inanspruchnahme
- Informationsfluss
- Vollständigkeit der Aufgabe
- Abwechslungsreichtum
- Handlungsspielraum



### Arbeitsorganisation

- Zeitdruck
- Störungen und Unterbrechungen
- Kommunikation
- Zuständigkeiten
- Arbeitszeit



### Soziale Beziehungen

- Kollegen/innen
- Führungskraft



### Arbeitsumgebung

- Lärm
- Licht
- Temperatur
- Ergonomie
- Arbeitsmittel

Die GBU Psych stellt damit eine wichtige und sinnvolle Ergänzung zur klassischen Gefährdungsbeurteilung dar.

### Wie läuft eine GBU Psych ab?

Die GBU Psych umfasst folgende Prozessschritte:



#### Vorbereitung

Arbeitskreis und Zuständigkeiten  
Multiplikatoren  
Kick-Off Veranstaltungen  
Projektplan und Kommunikationskonzept  
Dokumentation



#### Tätigkeitsgruppen

Festlegen der Analyseeinheiten  
Grundlage: Organigramm  
Hierarchiestufen  
Datenschutz



#### Analyse der Ist-Situation

Ressourcen  
Entwicklungspotenzial



#### Maßnahmenableitung/-umsetzung

Ressourcenausbau und -aufbau  
Maßnahmenplan inkl. Zuständigkeiten  
Ergebnispräsentationen



#### Bewertung

Wirksamkeitsbewertung



#### Aktualisierung

Regelmäßige Fortschreibung  
Implementierung  
Strategisches BGM

Die objektive Analyse einzelner Tätigkeitsbereiche erlaubt das Ableiten zielgerichteter Maßnahmen unter gleichzeitiger Gewährleistung der Anonymität der einzelnen Mitarbeitenden. Auf diese Weise können Ressourcen aus- und aufgebaut werden, ohne dass Aussagen über einzelne Mitarbeitende getroffen werden.

### Wie können wir die GBU Psych konkret umsetzen?

Es gibt zahlreiche, individuelle Möglichkeiten, die GBU Psych in Ihrem Unternehmen umzusetzen:



Befragungen



Workshops



Interviews



Begehungen

Wir unterstützen Sie gerne dabei, die für Sie passende Methode zu finden und umzusetzen. Mit unserem Erfahrungswissen und unserer fachlichen Expertise können wir Sie über alle Prozessschritte hinweg und je nach Bedarf begleiten: von der Planung bis hin zur Umsetzung konkreter Maßnahmen. Profitieren Sie von unserer neutralen Perspektive und von unserem sorgsamem Umgang mit den erhobenen Daten, der die Anonymität der einzelnen Mitarbeitenden zu jedem Zeitpunkt gewährleistet.

### Welche Vorteile haben Sie durch unsere Unterstützung?

Durch unsere Unterstützung können Sie von folgenden Vorteilen profitieren:



Prozesserfahrung  
und Fachexpertise



Ganzheitliche  
Begleitung



Neutralität



Datenschutz

Sie haben noch Fragen oder möchten sich ein konkretes Unterstützungsangebot einholen? Kontaktieren Sie uns noch heute, wir vereinbaren gerne einen Beratungstermin und bieten Ihnen individuelle Unterstützungsmöglichkeiten an.

### Das Trainingsmoment

Heike Steurethaler  
Personal Training und Work Fitness  
Pirckheimerstraße 33  
90408 Nürnberg  
Mobil: +49 (0) 175 - 526 53 65  
<https://www.dastrainingsmoment.de/>

