

Kapitel 25

Belastungen und Ressourcen

Eva Bamberg und Tim Vahle-Hinz

Inhaltsübersicht

Überblick	1031	25.3.3	Gesundheit und Wohlbefinden	1047	
25.1	Belastungen und Ressourcen in der Arbeitswelt	1033	25.3.4	Work-Life-Balance	1049
25.2	Wirkungen von Belastungen und Ressourcen: Konzepte und Modelle	1033	25.3.5	Belastungen und Ressourcen in der sozialen Interaktion	1052
25.2.1	Die somatische Perspektive	1034	25.4	Analysemethoden	1055
25.2.2	Die (allgemein-)psychologische Perspektive	1034	25.4.1	Forschungsdesign	1055
25.2.3	Die arbeitswissenschaftliche und arbeitspsychologische Perspektive	1036	25.4.2	Erhebungsmethoden	1058
25.3	Zentrale Faktoren	1041	25.5	Interventionen	1062
25.3.1	Bedingungsbezogene Belas- tungen und Ressourcen	1043	25.6	Belastungen und Ressourcen – Entwicklungen und Perspektiven	1063
25.3.2	Personenbezogene Risiko- faktoren und Ressourcen	1045		Tipps für die Praxis	1066
				Lernquiz	1066
				Übung	1068
				Weiterführende Literatur	1068
				Literatur	1069

Überblick

Die Arbeitsbedingungen haben Wirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden der Arbeitenden, auf ihr soziales Umfeld sowie auf Klima und Kultur in Organisationen. Wesentlich in diesem Kontext sind Belastungen, wie z. B. Zeitdruck, soziale Stressoren oder arbeitsorganisatorische Probleme und Ressourcen, wie z. B. Handlungsspielraum und soziale Unterstützung. Für die Auswirkungen auf Gesundheit ist das Verhältnis von Belastungen zu Ressourcen sowie von Bedingungen der Situation zu Möglichkeiten und Bedürfnissen der Person von Bedeutung. Für die Analyse von Belastungen und Ressourcen steht ein breites Methodeninventar zur Verfügung. Vergleichsweise häufig werden über Fragebogen erhobene Selbstauskünfte sowie Beobachtungsinterviews angewendet. Bei den Interventionen zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen kann zwischen bedingungsbezogenen Interventionen und personenbezogenen Interventionen getrennt werden.