



PSYCHOSOZIALE RISIKEN: DARÜBER SPRECHEN, UM WIEDER AUF DIE BEINE ZU KOMMEN!

• • • • •

Wohlbefinden am Arbeitsplatz

Empfinden Sie Stress am Arbeitsplatz? Fühlen Sie sich dadurch erschöpft? Leiden Sie unter einer Konfliktsituation? Sind Sie an Ihrem Arbeitsplatz Opfer von Aggression, unerwünschtem sexuellem Verhalten, Mobbing und/ oder Diskriminierung? Sie sind nicht allein!



Bei diesen Signalen ist Vorsicht geboten

- Sie fühlen sich nervöser, aggressiv, schnell gereizt, traurig, ...
- Sie können sich schwer konzentrieren, Sie machen mehr Fehler, Sie vergessen Dinge ...
- Sie leiden an Angst- oder Panikattacken, Sie fühlen sich durch Ihre Arbeit erschöpft
- Sie grübeln ständig über Ihre Arbeit
- Sie leiden an Herzklappern, Schlaflosigkeit, Muskelschmerzen ...
- Sie essen mehr oder haben keinen Appetit mehr
- Sie fühlen die Notwendigkeit, Produkte oder Medikamente zu nehmen, um ‚durchzuhalten‘ (Kaffee, Alkohol, Schlaftabletten usw.)
- Kurzum, Sie fühlen sich nicht mehr wohl in Ihrer Haut.



Wer kann Ihnen helfen?

Ertragen Sie das alles nicht alleine. Sprechen Sie darüber!

Innerhalb der Organisation

Die Personalabteilung, Ihr(e) Vorgesetzte(r) oder Ihr Arbeitgeber können Sie bei der Suche nach einer Lösung unterstützen.

Wenn Ihre Organisation über eine Vertrauensperson verfügt, können Sie sich auch an diese Person zwecks Beratung oder Unterstützung in einem vertraulichen Rahmen wenden.

Sie finden die Kontaktangaben Ihrer Vertrauensperson in der Arbeitsordnung.

Außerhalb der Organisation

Wenn Sie lieber außerhalb der Organisation Hilfe suchen, können Sie sich vertraulich an die Gefahrenverhütungsberater psychosoziale Aspekte (GBPA) beim Externen Dienst für Gefahrenverhütung und Schutz am Arbeitsplatz von Securex wenden.



Was bedeutet dies konkret?

Wenn Sie Kontakt mit Ihrer Vertrauensperson oder dem GBPA aufnehmen, wird innerhalb von 10 Kalendertagen ein **vertrauliches** Erstgespräch stattfinden. Bei diesem Gespräch hört man Ihnen zu und Sie erhalten Informationen über die möglichen Interventionen. Am Ende dieses Gesprächs können Sie es im gegenseitigen Einvernehmen bei diesem einen Gespräch belassen oder ein informelles oder formelles psychosoziales Verfahren einleiten.

Jedenfalls wird der Arbeitgeber nicht über dieses Erstgespräch informiert, außer wenn dies von Ihnen gewünscht wird.



Welche Arten von Verfahren gibt es?

Informelles psychosoziales Verfahren

Diese Intervention hat den Zweck, auf informelle Weise eine Lösung anhand von Gesprächen, Interventionen bei einer anderen Person des Unternehmens (Kollegen, hierarchische Vorgesetzte, Personalabteilung ...) oder Vermittlungsversuchen zu finden.

Sie können diesen informellen Schritt selbst unternehmen, oder ihn mit der Vertrauensperson oder dem GBPA vorbereiten oder durchführen.

Wenn der informelle Weg nicht zu einem positiven Ergebnis führt, haben Sie immer die Möglichkeit, ein formelles Verfahren einzuleiten.



Haben Sie Fragen bzgl. dieser Dienstleistung?

Wenden Sie sich an Ihre Personalabteilung oder Ihren internen Gefahrenverhütungsberater.

Wenden Sie sich an den
psychosozialen Dienst Ihres
Externen Dienstes
für Gefahrenverhütung und Schutz
Securex

0800 100 59

Erreichbar von montags bis freitags von
08:30 bis 12:00 Uhr und von 13:00 bis
16:30 Uhr

Formelles psychosoziales Verfahren

Möchten Sie das informelle psychosoziale Verfahren nicht in Anspruch nehmen? Oder führt dieses nicht zu einer Lösung? Dann können Sie das formelle Verfahren wählen. Eine solche Intervention kann ausschließlich vom GBPA ausgeführt werden.

Es gibt zwei Arten von Anfragen, je nach Situation:

- **Mit kollektivem Charakter:** Es handelt sich um kollektive Risiken, falls mehrere Personen dem Risiko ausgesetzt sind und möglicherweise Schäden erleiden. Das Risiko betrifft eine Gruppe. Dieses Verfahren kann von einer oder mehreren Personen eingeleitet werden und ist anonym.
- **Mit individuellem Charakter:** Es handelt sich um individuelle Risiken falls nur eine Person dem Risiko ausgesetzt ist und möglicherweise Schäden erleidet. Der GBPA informiert den Arbeitgeber über die Anfrage und teilt die Identität des Antragstellers mit.