

Das Anforderungs-Kontroll-Modell: Psychische Belastungen am Arbeitsplatz sind einfach zu ermitteln

Heiko Friedel¹ und Barbara Orfeld, Essen

Psychische Belastungen nehmen in der Arbeitswelt in alarmierendem Maße zu - das zeigen viele neuere Untersuchungen und auch die Krankheitsartenstatistik des BKK Bundesverbandes. Wie kann man diese Belastungen feststellen, um ihnen wirksam zu begegnen? Das Anforderungs-Kontroll-Modell des amerikanischen Soziologen Robert A. Karasek ermöglicht es, psychische Belastungen in der Arbeitswelt auf einfache und leicht verständliche Weise zu ermitteln.

Das Kooperationsprogramm Arbeit und Gesundheit (KOPAG) zielte auf die Erkennung arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren, um konkrete Unterstützungsleistungen für Unternehmen und ihre Beschäftigten zu entwickeln.² Zu diesem Zweck wurden die Routinedaten der Kranken- und Unfallversicherung verknüpft und um Gefährdungsermittlungen und -beurteilungen, arbeitsmedizinische Untersuchungen sowie eine Mitarbeiterbefragung ergänzt. Diese einzigartige Datensituation des Kooperationsprogramms erlaubte auch eine detaillierte datengestützte Auseinandersetzung mit der Frage nach den Zusammenhängen zwischen arbeitsbedingten psychischen Belastungen und den krankheitsbedingten Fehlzeiten. Dazu wurde das Anforderungs-Kontroll-Modell Karaseks herangezogen.

Das Anforderungs-Kontroll-Modell

Dieses Modell wurde von dem amerikanischen Soziologen Robert A. Karasek in den 70er Jahren entwickelt.³ Danach sind die psychischen Anforderungen bei der Arbeit und die Möglichkeiten zur Einflussnahme auf die Gestaltung der eige-

nen Arbeit (Kontrolle) die maßgeblichen psychischen Aspekte der Erwerbsarbeit.

- Die psychischen Anforderungen beinhalten die qualitativen und quantitativen Arbeitsanforderungen einschließlich derer, die aus der Zusammenarbeit mit Kollegen und Vorgesetzten entstehen. Dazu zählen beispielsweise Arbeitscharakteristika wie Zeitdruck oder ungewollte Unterbrechungen.
- Mit der Kontrolle über die Arbeitsaufgaben ist zum einen die Möglichkeit gemeint, die eigenen Fähigkeiten anzuwenden und zu entwickeln. Zum anderen geht es darum, welche Entscheidungsspielräume bestehen und wieviel Kreativität die Arbeitsorganisation ermöglicht.

Das Anforderungs-Kontroll-Modell erfragt ausschließlich das Vorhandensein der psychischen Anforderungen und der Kontrolle über die Arbeitsaufgaben und nicht, wie diese subjektiv von den Beschäftigten erlebt werden.

Die nachfolgende Tabelle listet die Merkmale auf, nach denen zur Er-

fassung der psychischen Anforderungen und der Kontrolle über die Arbeitsaufgaben gefragt wird. Diese Merkmale können sowohl direkt von den Beschäftigten als auch von Experten - wie Sicherheitsfachkräften oder Vorgesetzten - erfragt werden.⁴ Bei den im Rahmen von KOPAG verwendeten Daten handelt es sich ausschließlich um Expertenbeurteilungen des Belastungsgeschehens. Die erfragten Belastungen wurden jeweils als „nie“, „selten“ (bis 15 Arbeitsschichten pro Jahr) oder „häufig“ vorkommend (mehr als 15 Schichten) eingestuft. Für jeden Beschäftigten wird durch Addition dieser Ausprägungen bei den einzelnen Merkmalen zur Erfassung der psychischen Anforderungen ein Summenwert ermittelt. Ebenso wird mit den Merkmalen verfahren, die die Kontrolle über die Arbeitsaufgaben betreffen.

Betrachtet man nun diese Summenwerte aller Beschäftigten eines untersuchten Kollektivs, so lassen sich Arbeitnehmer mit verschiedenen Kombinationen von hohen und niedrigen Ausprägungen unterscheiden. Karasek sieht nun in der Kombination von hohen psychischen Anforderungen und geringer Kontrolle



Tabelle:
Merkmale zur Erfassung von Anforderungen und Kontrolle

Psychische Anforderungen	Kontrolle über die Arbeitsaufgaben
<ul style="list-style-type: none"> ■ Extrem hoher Arbeitsanfall ■ Widersprüchliche Anforderungen ■ Nicht ausreichend Zeit, die Arbeit zu tun ■ Schnelles Arbeiten ■ Anstrengendes Arbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Möglichkeiten, immer etwas hinzuzulernen ■ Fähigkeiten können weiterentwickelt werden ■ Hohe Qualifikation erforderlich ■ Arbeit ist abwechslungsreich ■ Kreativität ist gefragt ■ Nicht repetetive Arbeit ■ Freiheit zu eigenen Entscheidungen ■ Ausführung der Arbeit kann bestimmt werden ■ Mitreden können bei der Arbeit ■ Teilnahme an wichtigen Entscheidungen

Quelle: Freie Übersetzung nach Karasek, R. A., Theorell, T.: Healthy Work. Stress, Productivity and the Reconstruction of Working Life, New York 1990, S. 337.

über die Arbeitsaufgaben eine problematische Belastungskonstellation. Hier erwartet er ein erhöhtes Risiko für nachteilige Gesundheitseffekte, die von Ermüdung und Angst über Depression bis hin zu körperlichen Erkrankungen reichen. Im Hinblick auf das Arbeitsunfähigkeitsgeschehen (AU-Geschehen) sind deshalb für die Beschäftigten mit dieser Belastungskonstellation mehr Ar-

beitsunfähigkeitsfälle und -tage zu erwarten als für den Rest des Untersuchungskollektivs. Diese Kombination aus hohen psychischen Anforderungen und geringer Kontrolle über die Arbeitsaufgaben ist in Abbildung 1 grau gekennzeichnet.

Abbildung 1 zeigt noch drei weitere Kombinationsmöglichkeiten der beiden Modelldimensionen, denn im

Anforderungs-Kontroll-Modell werden auch Aussagen zur psychischen und physischen Gesundheit sowie zur Lernbereitschaft und der Motivation getroffen. Diese Arbeitsplatztypen wurden aber hier zusammengefasst, weil das Interesse ausschließlich der Belastungskonstellation mit hohen Anforderungen und geringer Kontrolle galt.

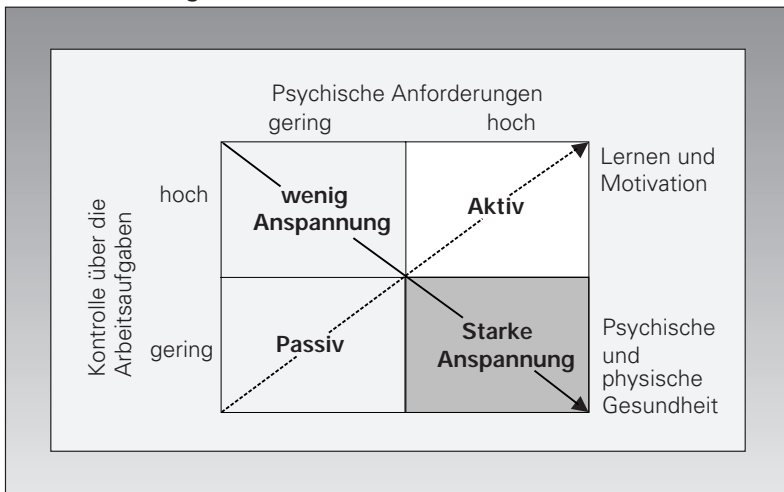
Der Einfluss dieser Belastungskonstellation auf das Arbeitsunfähigkeitsgeschehen könnte - je nach Geschlecht, Alter oder Ausprägung der vorhandenen körperlichen Belastungen - verschieden ausfallen. Wenn sich hier aber eine unabhängige Wirkung herausstellt, lassen sich aus den Ergebnissen Schlüsse ziehen für den Abbau der Belastungen durch eine gesundheitsgerechte Arbeitsorganisation und durch betriebliche Gesundheitsförderung.

Der Zusammenhang zwischen Anforderungen/ Kontrolle und dem Arbeitsunfähigkeitsgeschehen

Die Auswertungen wurden anhand eines Datensatzes mit den Arbeitsunfähigkeitsmeldungen der Jahre 1995 bis 1997 von 42.350 abhängig beschäftigten Versicherten der BKK vorgenommen. Diese Daten wurden mit den Gefährdungsermittlungen und -beurteilungen (die oben erwähnten Summenwerte zu den Anforderungs-/Kontrollmerkmalen) sowie den Mitglieder- oder Stammdaten dieser Arbeitnehmer verknüpft.

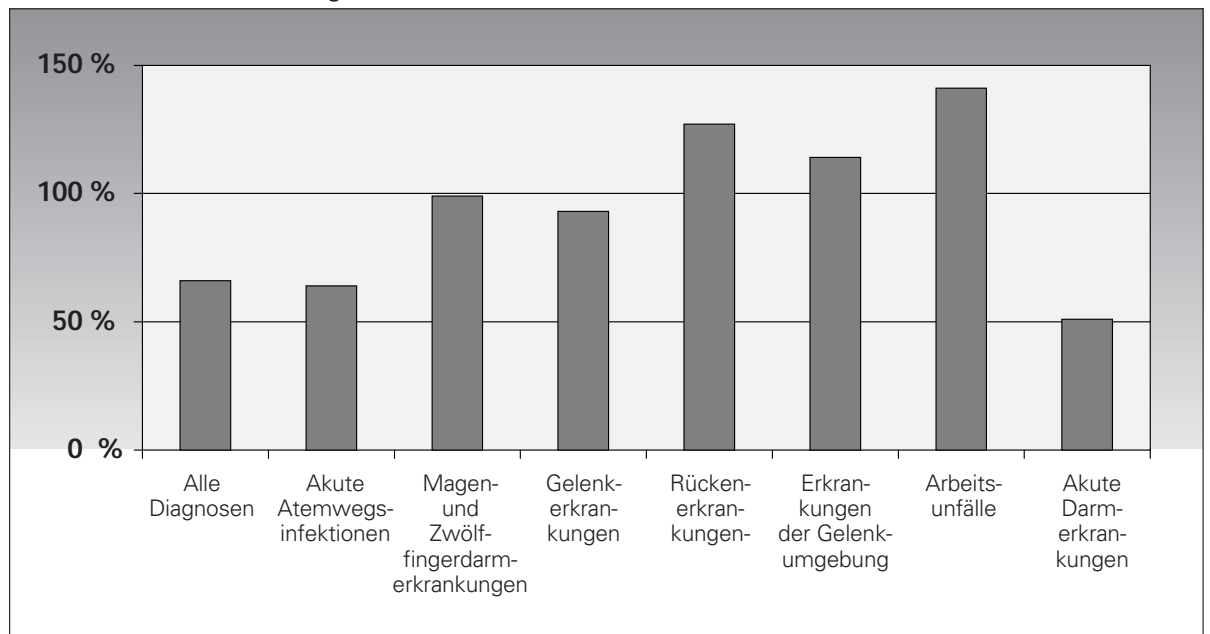
Das gemeinsame Auftreten von hohen psychischen Anforderungen und geringer Kontrolle über die Arbeitsaufgaben ist gegenüber dem Rest des Untersuchungskollektivs sowohl mit mehr Arbeitsunfähigkeitsfällen als auch -tagen verbun-

Abbildung 1:
Das Anforderungs-Kontroll-Modell



Quelle: Nach Oesterreich, R.: Konzepte zu Arbeitsbedingungen und Gesundheit - Fünf Erklärungsmodelle im Vergleich, in: Oesterreich, R., Volpert, W. (Hrsg.): Psychologie gesundheitsgerechter Arbeitsbedingungen. Konzepte, Ergebnisse und Werkzeuge zur Arbeitsgestaltung, Bern 1999, S. 141 - 126.

Abbildung 2:
Arbeitsunfähigkeiten im Vergleich: Beschäftigte mit hohen psychischen Anforderungen/geringer Kontrolle und restliche Belegschaft 1995 - 1997



den (siehe Abbildungen 2 und 3). Die Höhe der Säulen gibt die Abweichung in Prozent der Versicherten mit hohen Anforderungen/niedrigen Kontrollmöglichkeiten vom Rest des Untersuchungskollektivs an.

Abbildung 2 zeigt, dass in dieser Belastungskonstellation mindestens 50 % mehr Arbeitsunfähigkeitsfälle auftreten als bei den restlichen Versicherten. Bei den Arbeitsunfähigkeiten durch Magen- und Zwölffin-

gerdarmgeschwüre, Rückenerkrankungen, Erkrankungen der Gelenkumgebung sowie durch Arbeitsunfälle sind es sogar mehr als doppelt so viele Fälle.

Abbildung 3:
AU-Dauer der Beschäftigten mit hohen psychischen Anforderungen/geringer Kontrolle gegenüber den restlichen Beschäftigten 1995 - 1997

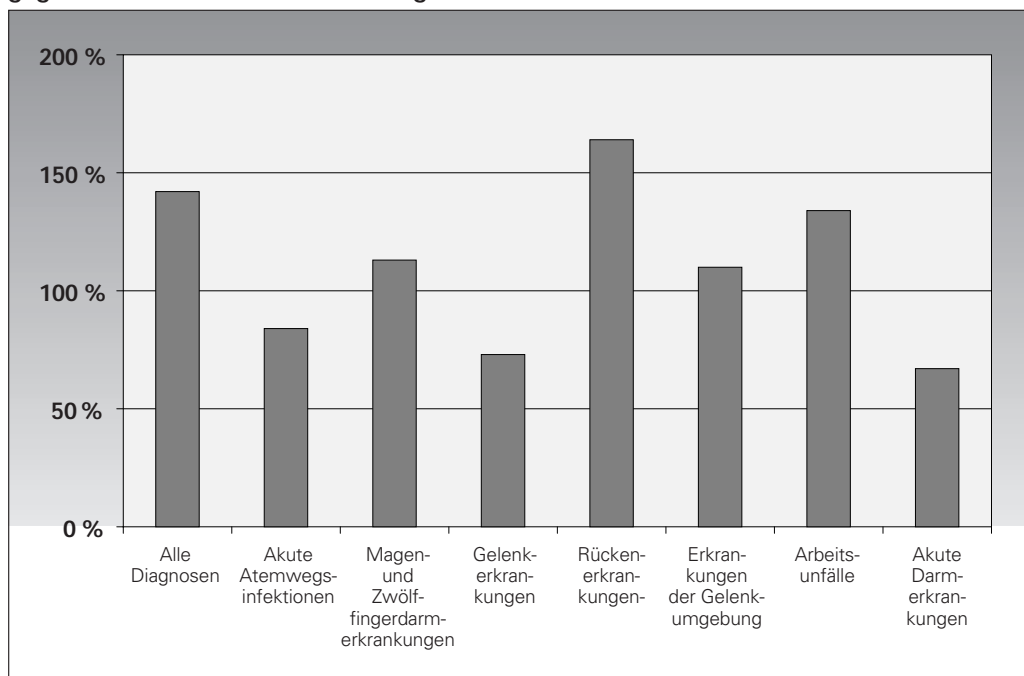


Abbildung 3 gibt die entsprechenden Auswertungen für die Arbeitsunfähigkeitstage wieder. Hier sind die Effekte der kritischen Belastungskonstellation noch etwas stärker. Bis auf die Arbeitsunfähigkeiten durch akute Atemwegsinfektionen, Gelenkerkrankungen sowie akute Darmerkrankungen sind die betroffenen Versicherten gegenüber den restlichen Beschäftigten mindestens doppelt so lange krankheitsbedingt abwesend.

Diese Zusammenhänge zwischen hohen psychischen Anforderungen/geringer Kontrolle über die Arbeitsaufgaben und dem Arbeitsunfähigkeitsgeschehen sind unabhängig von Alters- und Geschlechtsunterschieden anzutreffen. Das Anforderungs-Kontroll-Modell erklärt damit wichtige Einflüsse auf das Arbeitsunfähigkeitsgeschehen.

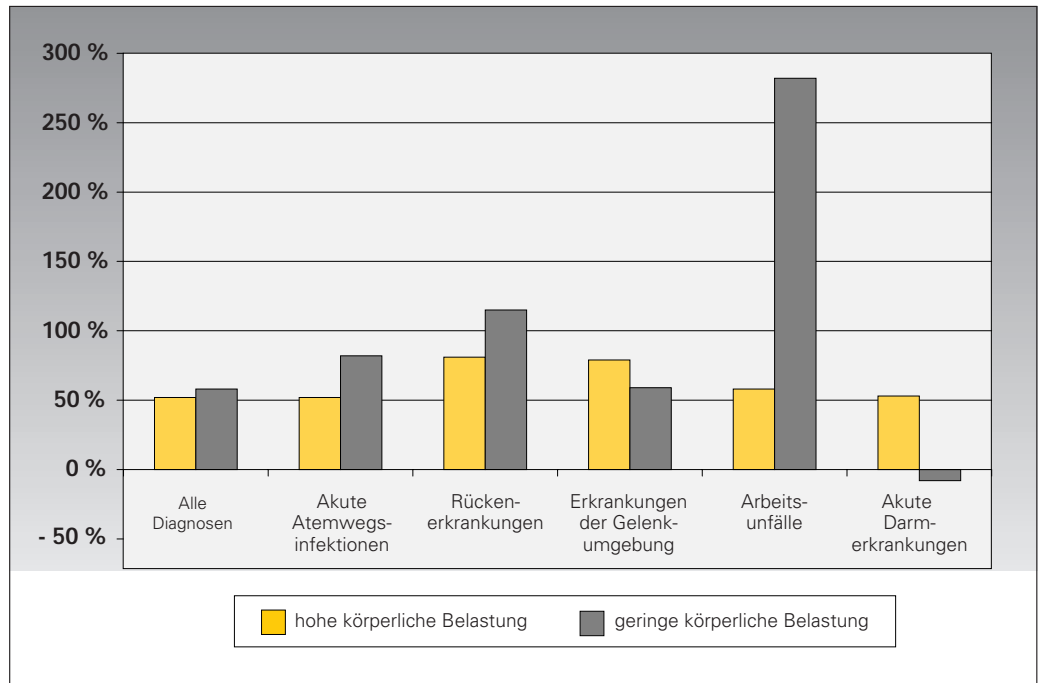


Der Einfluss körperlicher Belastungen

Es ist bekannt, dass körperliche Belastungen ebenfalls das Arbeitsunfähigkeitsgeschehen beeinflussen.⁵ Was passiert, wenn zu der zuvor beschriebenen Belastungskonstellation noch körperliche Belastungen hinzukommen? Abbildung 4 zeigt die Auswertungen für die Arbeitsunfähigkeitsfälle mit zusätzlicher Unterscheidung nach hohen/geringen körperlichen Belastungen. Wie zu sehen ist, ergaben die Auswertungen für ausgewählte Diagnosegruppen keine deutlichen Unterschiede zwischen den beiden Gruppen. Bis auf eine erstaunliche Ausnahme: Die Anzahl der Arbeitsunfälle lag bei der Gruppe mit geringen körperlichen Belastungen deutlich über der Zahl der körperlich schwer belasteten Mitarbeiter.

Eine weitere Auffälligkeit zeigt sich bei den Auswertungen für die Arbeitsunfähigkeitsfälle durch akute

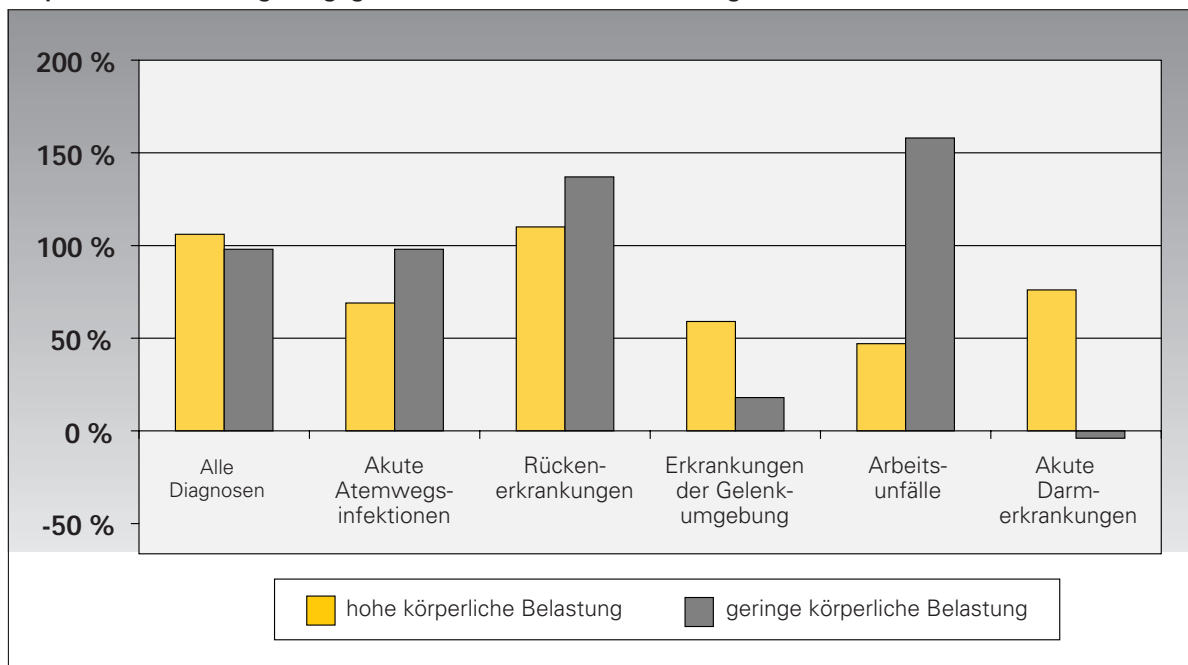
Abbildung 4: AU-Fälle bei hohen psychischen Anforderungen/geringer Kontrolle und hohen/geringen körperlichen Belastungen - gegenüber den restlichen Beschäftigten 1995 - 1997



Darmerkrankungen. Bei geringen körperlichen Belastungen hat die mit dem Anforderungs-Kontrollmodell erfasste Belastungskonstellati-

on keinen statistisch bedeutsamen Zusammenhang mit der Häufigkeit der Arbeitsunfähigkeit. Diese beiden Auffälligkeiten zeigen sich

Abbildung 5: AU-Dauer der Beschäftigten mit hohen psychischen Anforderungen/geringer Kontrolle und hohen/geringen körperlichen Belastungen - gegenüber den restlichen Beschäftigten 1995 - 1997



ebenso bei den Auswertungen für die Arbeitsunfähigkeitstage.

In Abbildung 5 erkennt man darüber hinaus bei den Arbeitsunfähigkeitstagen durch Erkrankungen der Gelenkumgebung einen Unterschied durch die Betrachtung nach hohen und nach geringen körperlichen Belastungen. Entsprechend zu den Arbeitsunfähigkeiten durch akute Darmerkrankungen zeigt sich bei geringen körperlichen Belastungen kein statistisch bedeutsamer Zusammenhang. Zusammenfassend gesagt: Körperliche Belastungen sind für die Beziehungen zwischen den psychischen Anforderungen sowie der Kontrolle über die Arbeitsaufgaben und dem Arbeitsunfähigkeitsgeschehen eher unwesentlich.

Fazit

Das kombinierte Auftreten von hohen psychischen Anforderungen bei der Arbeit mit geringen Möglichkeiten zur Einflussnahme auf eigene Arbeitsbedingungen („Kontrolle“) steht sowohl mit der Anzahl der Arbeitsunfähigkeitsfälle als auch mit den -tagen in engem Zusammenhang. Es kann ausgeschlossen werden, dass er auf die Faktoren Geschlecht oder Alter zurückzuführen ist. Ebenso erweist sich der Zusammenhang als weitestgehend unabhängig von den körperlichen Belastungen am Arbeitsplatz.

Die zielgerichtete Entwicklung von Maßnahmen zum Abbau der Belastungskonstellation „hohe Anforderungen/geringe Kontrolle“ ist damit dringend geboten - sowohl aus ethischen wie wirtschaftlichen Gründen (Kosten arbeitsbedingter Fehlzeiten). Neuere Formen der betrieblichen Gesundheitsberichterstattung sowie Gesundheitszirkel tragen der Bedeutung arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren einschließlich der psychischen Belastungen bereits Rechnung.⁶

Das Anforderungs-Kontroll-Modell stellt außerdem auf Grund seiner überzeugenden Einfachheit und der Ableitbarkeit direkt umsetzbarer Empfehlungen für die Arbeitsorganisation ein ideales Diagnoseinstrument dar. Damit sind die besten Voraussetzungen dafür gegeben, dem Auftreten der Belastungskonstellation „hohe psychische Anforderungen und geringe Kontrolle über die Arbeitsaufgaben“ mehr und mehr die Grundlagen zu entziehen.

*Heiko Friedel,
BKK Team Gesundheit, Essen,
@friedel@bkk-team-gesundheit.de,
und Barbara Orfeld,
Referat Gesundheitsförderung
und Selbsthilfe in der Abteilung
„Gesundheit“ beim
BKK Bundesverband, Essen*

Anmerkungen:

- 1 Der Autor hat über das Thema promoviert. Die Dissertation erscheint in Kürze in der Schriftenreihe „Betriebliches Gesundheitsmanagement und Prävention arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren“ des BKK Bundesverbandes, Wirtschaftsverlag NW, Bremerhaven.
- 2 BKK Bundesverband, Hauptverband der gewerblichen Berufsgenossenschaften (Hrsg.): Erkennen und Verhüten arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren, Schriftenreihe „Betriebliches Gesundheitsmanagement und Prävention arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren“ des BKK Bundesverbandes, Wirtschaftsverlag NW, Bremerhaven 1999.
- 3 Vgl. Karasek, R. A.: The impact of the work environment on life outside the job (unpublished doctoral dissertation on microfiche), Springfield 1976.
- 4 Zu den Arten der Belastungsermittlung vgl. Meyer, M.: Psychosoziale Belastungen am Arbeitsplatz, Einfluss auf das Wohlbefinden und die Gesundheit der Mitarbeiter, Schriftenreihe „Betriebliches Gesundheitsmanagement und Prävention arbeitsbedingter Gesundheitsgefahren“ des BKK Bundesverbandes, Wirtschaftsverlag NW, Bremerhaven 2001.
- 5 Vgl. bspw. Voss, M., Floderus, B., Diderichsen, F.: Physical, psychosocial and organisational factors relative to sickness absence: a study based on Sweden Post, in: Occupational and environmental medicine, 2001, Vol. 58, No. 3, S. 178 - 184.
- 6 Bellwinkel, M., Chruscz, D., Schumann, J.: Neue Wege der Prävention arbeitsbedingter Erkrankungen, 2. Auflage, Wirtschaftsverlag NW, Bremerhaven 1997.