

# Arbeitspsychologie

WIR MACHEN UNSERE ARBEIT.  
WAS ABER MACHT DIE ARBEIT MIT UNS?



Die Arbeitspsychologie befasst sich mit dem Erleben und Verhalten des Menschen bei der Arbeit. Sie liefert Antworten zu der Frage:

Was braucht es, damit Arbeit gesund und nicht krank macht?

Die Arbeitspsychologische Beratung ist ein kostenloses Angebot, das Ihnen hilft Ihre Leistungsfähigkeit noch lange zu erhalten.

## **Stress kann teuer sein**

Unternehmer stehen oft mit vollem Einsatz hinter Ihrer Arbeit und meistern vielfältige Herausforderungen. Doch andauernder Stress und ungünstige Arbeitsbedingungen können die Gesundheit gefährden. Körper und Seele senden bei andauernden Stress verschiedene Warnsignale: Ständige Gereiztheit, Schlaflosigkeit, körperliche Beschwerden. Langfristig gefährden psychische Fehlbelastungen nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Arbeitssicherheit. Zahlen belegen, dass psychische Erkrankungen als Folge von Arbeitsbelastungen stetig steigen. Neben menschlichem Leid entstehen dadurch auch enorme betriebswirtschaftliche Kosten – Sowohl für Einzelpersonen als auch für die Gesamtwirtschaft.

### **Häufige Belastungsfaktoren:**

- Hohes Arbeitspensum
- Zeitdruck
- Folgen von Arbeitsunfällen
- Pflegesituation
- Erkrankungen
- Wirtschaftliche Sorgen

Je frühzeitiger Belastungen erkannt werden, desto besser können sie durch gezielte Maßnahmen verringert werden.

## **Was ist die Arbeitspsychologische Betriebsberatung**

Dieses kostenlose Präventionsangebot der SVS, wird vorerst nur in einzelnen Bundesländern (u.a. Wien) angeboten. Dabei kommen

Arbeitspsychologen/-innen direkt zu Ihnen vor Ort! Im ersten Termin werden arbeitsbedingte Belastungen erhoben, die Ihre Gesundheit und Sicherheit gefährden. Relevante Fragen können sein: Sind Sie vor Lärm geschützt? Wie kann ergonomischen Fehlhaltungen entgegengewirkt werden? Wie können Sie durch eine bessere Pausengestaltung Ihre Leistungsfähigkeit fördern?

Vor Ort werden gemeinsam Maßnahmen entwickelt, um arbeitsbedingte Belastungen nach Möglichkeit zu reduzieren und Ressourcen zu stärken.

Bei der Umsetzung der Maßnahmen werden Sie durch Nachberatungstermine begleitet. Diese finden je nach Bedarf persönlich oder telefonisch statt. Bei psychosozialen Problemstellungen, die einer intensiveren Betreuung bedürfen, werden Sie bei der Suche nach einem passenden Versorgungsangebot unterstützt.

## **Was ist die Beratung NICHT?**

Die Beratung dient NICHT der Behandlung oder Diagnose von bereits bestehenden psychischen Erkrankungen.

## **Wer kann die Beratung in Anspruch nehmen?**

SVS-Unfallversicherte, welche Stress- und Belastungsfaktoren reduzieren oder vorbeugen möchten.

## **Was bringt´s?**

- Sicheres und gesundes Arbeiten fördern
- Freude an der Arbeit erhalten
- Produktivität nachhaltig steigern
- Leistungsfähigkeit bewahren
- Frühzeitige Reduzierung von Fehlbelastungen
- Neue Perspektiven aufzeigen

# Für Sie da – Ihre SVS

Sie erreichen uns für Fragen und Auskünfte zu diesem kostenlosen Präventionsangebot per E-Mail unter **sg.w@svs.at** oder telefonisch unter **050 808 808** aus ganz Österreich.

## Beratung im SVS-Kundencenter in Ihrer Landesstelle:

### Wien

Wiedner Hauptstraße 84-86  
1051 Wien

### Kärnten

Bahnhofstraße 67  
9020 Klagenfurt am Wörthersee

### Niederösterreich

Neugebäudeplatz 1  
3100 St. Pölten

### Salzburg

Auerspergstraße 24  
5020 Salzburg

### Burgenland

Siegfried Marcus-Straße 5  
7000 Eisenstadt

### Tirol

Klara-Pölt-Weg 1  
6020 Innsbruck

### Oberösterreich

Mozartstraße 41  
4010 Linz

### Vorarlberg

Schloßgraben 14  
6800 Feldkirch  
oder  
Montfortstraße 9  
6900 Bregenz

### Steiermark

Körblergasse 115  
8010 Graz

Nähere Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage **svs.at**.

**Impressum:** Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen, 1051 Wien, Wiedner Hauptstraße 84–86, Tel. 050 808 808  
Hersteller: Druck – SVD-Büromanagement GmbH, Wien  
Foto: Shutterstock (Cover)  
Damit die Texte leichter lesbar bleiben, verzichten wir auf eine Unterscheidung des Geschlechts. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung geschlechtsneutral.  
SG-900, Stand: September 2020