SVLFG
sicher & gesund aus einer Hand

Berufsgenossenschaft
Alterskasse
Krankenkasse
Pflegekasse

Psychische Gesundheit in KMU

Präventionsforum 23. Juni 2026 – Workshop 2

Kirsten Brandt
SVLFG | Prävention | Gesunde Arbeit

Was meint psychische Gesundheit in KMU

Es geht **nicht** in erster Linie um **psychische Erkrankungen**, sondern vor allem um die Frage:

Wie wirken **Arbeitsbedingungen** auf die **psychische Gesundheit**, **Leistungsfähigkeit** und das **Wohlbefinden** von Beschäftigten?

Zugehörige Bereiche

Emotionen: z. B. Freude, Motivation, Frustration, Angst oder Stress

Kognitive Prozesse: Konzentration, Aufmerksamkeit, Entscheidungsfindung, Problemlösen

Motivation: Arbeitsengagement, Sinnhaftigkeit, Leistungsbereitschaft

Soziale Faktoren: Zusammenarbeit, Führung, Konflikte, Teamklima

Psychische Gesundheit: psychisches Wohlbefinden, Resilienz, psychische Erkrankungen

Beispiele im Betriebsalltag

positive Einflüsse:

- Wertschätzende Führung
- Handlungsspielräume und Autonomie
- Gute Teamarbeit
- Klare Rollen und Aufgaben
- Sinnvolle Arbeit

negative Einflüsse:

- Zeitdruck
- Ständige Unterbrechungen
- Unklare Erwartungen
- Konflikte im Team
- Mangelnde Anerkennung
- Über- oder Unterforderung

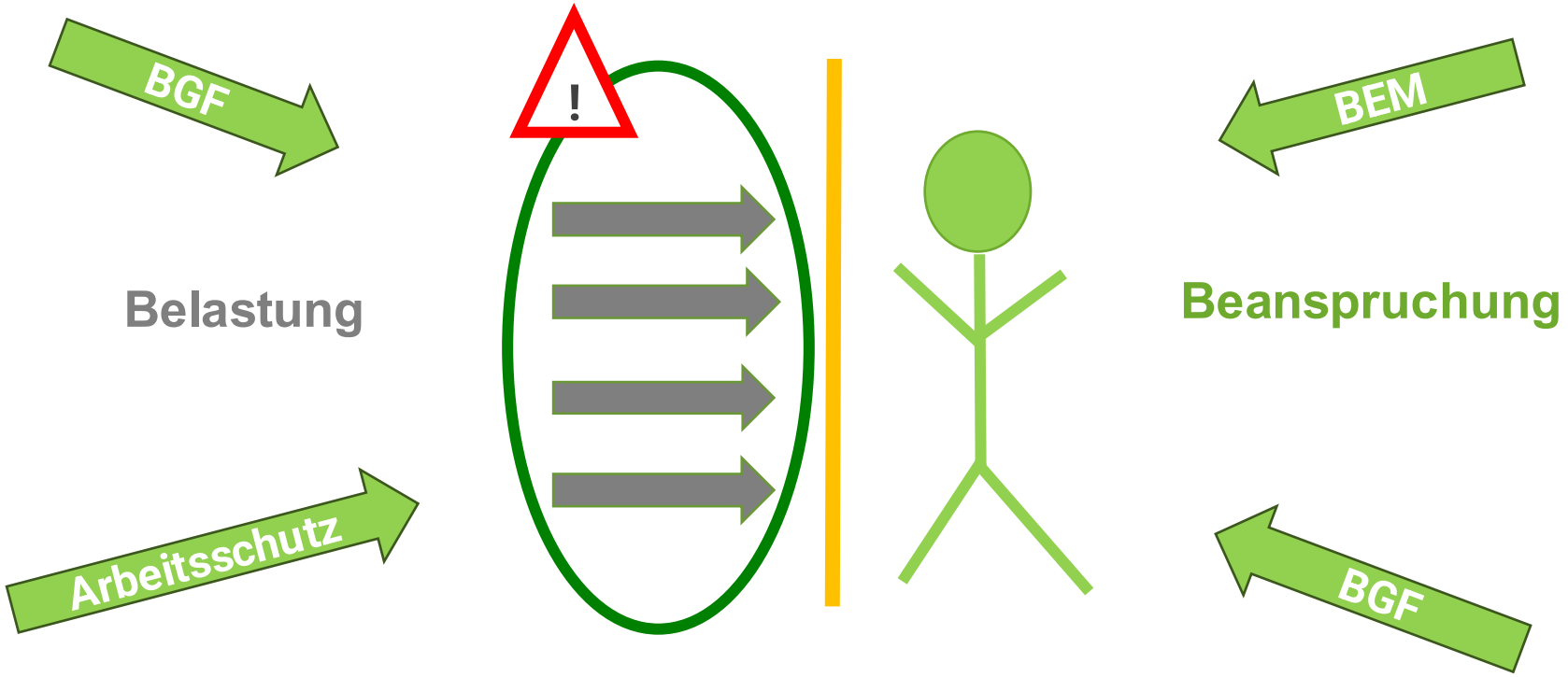
Wie sind psychische Belastungen definiert?

Psychische Belastungen…

… sind die Gesamtheit aller erfassbaren Einflüsse, die **von außen** auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken (DIN EN/ ISO 10075).

- Arbeitsinhalt
- Soziale Beziehungen
- Arbeitsmittel
- Arbeitsorganisation
- Arbeitszeit
- Arbeitsumgebung

Dimensionen psychischer Gesundheit im Betrieb

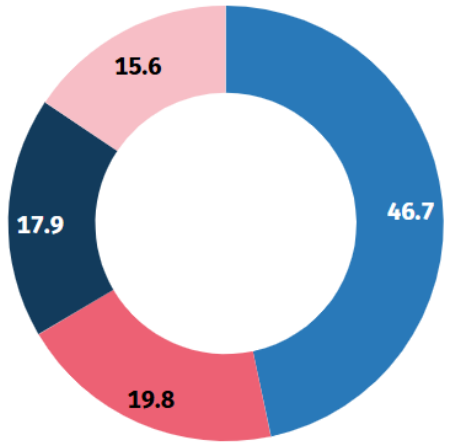


Hintergründe zu KMU

- KKMU (Kleinst-, kleine und mittlere Unternehmen) bilden
- rund 99 % der Unternehmen in Deutschland und Europa
- 53 % der Beschäftigten arbeiten in KKMU

Employment proportions by enterprise size, 2023

Percentage shares, 38.3 million persons employed total



© Statistisches Bundesamt (Destatis), 2026

- Ihre besonderen Strukturen erfordern spezifische Ansätze für Arbeitsschutz, Gesundheitsförderung und Prävention psychischer Belastungen

- Begriff „KKMU“ Fokus ausdrücklich auf Herausforderungen von Betrieben mit weniger als 10 Beschäftigten

Unternehmensgröße	Beschäftigte	Jahresumsatz oder Bilanzsumme
Kleinstunternehmen	< 10	≤ 2 Mio. €
Kleine Unternehmen	< 50	≤ 10 Mio. €
Mittlere Unternehmen	< 250	≤ 50 Mio. € Umsatz Oder ≤ 43 Mio. € Bilanzsumme

sichere, gesunde und leistungsförderliche Arbeitsbedingungen in KMU als Voraussetzung für psychische Gesundheit

Aktuelle Herausforderungen

•Zunehmende Arbeitsverdichtung und Komplexität von Arbeitsprozessen
•Fachkräfteengpässe und demografischer Wandel
•Hohe Abhängigkeit von einzelnen Beschäftigten und Schlüsselpersonen
•Begrenzte Ressourcen für systematische Präventionsstrukturen
•Veränderungen durch Digitalisierung und flexible Arbeitsformen

Besonderheiten von KMU

•Kurze Entscheidungswege und direkte Kommunikation
•Starke Prägung durch Führung und Unternehmenskultur
•Hohe Umsetzungsflexibilität, aber häufig geringe formalisierte Strukturen
•Gesundheitsschutz, Gesundheitsförderung und Personalpolitik sind oft eng miteinander verknüpft