



Darstellung der Instrumente

Fit im Betrieb für Jung und Alt – Berufswegeplanung als Instrument betrieblicher Gesundheitspolitik –

13.10.2011

Katharina Simon, Ola Bettermann

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



EUROPÄISCHE UNION

Europäischer Sozialfonds

Ministerium für Arbeit,
Integration und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



- **Belastungsbewertung**
Konzept, Entwicklungsprozess, Fragebogen

- **EDV- Tool**
„Belastungsbewertung zur Entwicklung gesundheitsorientierter Berufswegekorridore“

- **Ordner**
Gesundheitsorientierte Berufswegekorridore – Handlungshilfe für betriebliche Praktiker

- **Broschüre**
Gesund durch´s Berufsleben – Ein Selbstcheck zu Belastungen in Ihrem Berufsleben

- Die Belastungsanalyse wurde speziell für die Anwendung in **kleinen und mittelständischen Betrieben** entwickelt.
- Sie hilft den Betrieben, Arbeitsplätze **belastungsorientiert zu bewerten**, ist auch hilfreich bei der Durchführung einer Gefährdungsbeurteilung.
- Die **Anwendung ist einfach** und bedarf keiner besonderen Anforderungen, die über die Kenntnisse des zu bewertenden Arbeitsplatzes hinausgehen. Messinstrumente sind nicht erforderlich.
- Bewertungskriterien sind die Belastungen, die ein Risiko für eine dauerhafte Beschäftigung an einem Arbeitsplatz darstellen können.
- Die Bewertung eines Arbeitsplatzes erfolgt beispielsweise durch Meister, Vorarbeiter, Sicherheitsbeauftragte, Gruppensprecher, nicht durch die Mitarbeiter selbst.

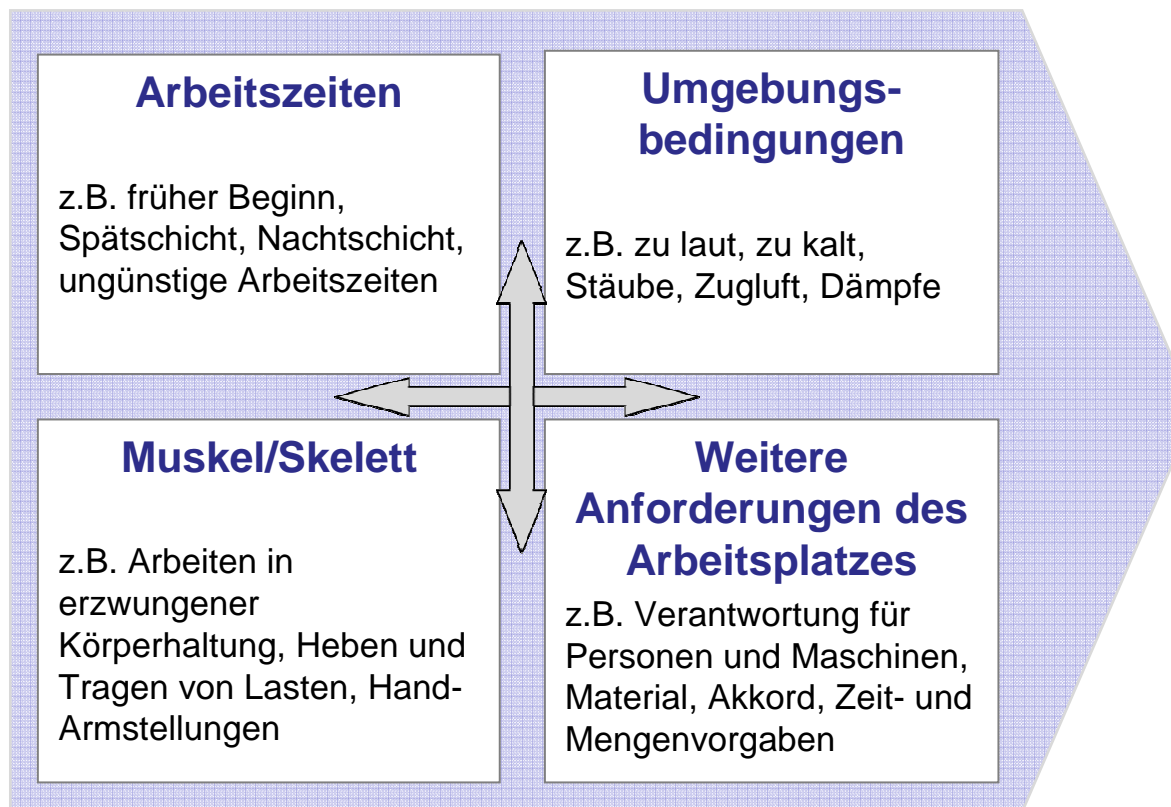
- Entwicklung der Belastungsbewertung mit Experten der Barmer-GEK und der Berufsgenossenschaft Holz und Metall.
- Mehrstufige Pretests in Pilotbetrieben anhand folgender Kriterien:
 - Vollständigkeit der Belastungen (insb. in Bezug auf Metall- und Elektroindustrie)
 - Formulierung der Items (Verständlichkeit)
 - Verständlichkeit der Bewertungsskala u. Bedienhinweise
 - Vorbereitung der Bewertenden
 - Benötigtes Zeitfenster zum Ausfüllen des Fragebogens

- Auswahl der Bewertenden:
 - Meister, Vorarbeiter, Fertigungsleiter mit sehr guter Kenntnis des Arbeitsplatzes
 - 2 Bewertende im Tandem pro Fragebogen bzw. Arbeitsplatz (Konsensfindung)

- Vorbereitung der Bewertenden: Schulung vs. Infopapier
→ Bessere Ergebnisse nach Einweisung

- Vergleich der Belastungsbewertung mit einem Belastungsdokumentations-system (BDS) in einem Pilotbetrieb
→ Mit geringerem zeitlichen und technischen Aufwand kommt unser Instrument zu vergleichbaren Ergebnissen.

Im Fragebogen werden die für die Metall- und Elektroindustrie typischen Belastungen aufgeführt.



Bitte bewerten Sie die nachfolgenden Belastungen (Thema 2-4) für den gesamten Arbeitsplatz, also für Haupt- und Nebenaufgaben!

2. Arbeitszeiten:

	immer/ fast immer	oft	manchmal/ ab und zu	fast nie, nie	ja	nein
a. früher Beginn (8.00 Uhr oder früher)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Spätschicht (spätes Arbeitsende - 20.00 Uhr od. später)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Nachtschicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. lange Arbeitstage (> 8 Arbeitsstunden pro Tag über ein Jahr gerechnet)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. unregelmäßige Arbeitszeiten (Wochenende, Feiertage, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. bezahlte Überstunden (> 50 Arbeitsstunden pro Woche)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Umgebungsbedingungen:

	immer/ fast immer	oft	manchmal/ ab und zu	fast nie, nie	ja	nein
a. zu laut (normale Unterhaltung ist nicht mehr möglich)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. zu kalt (kälter, als für die ausgeübte Tätigkeit angenehm ist)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. zu warm (wärmer, als für die ausgeübte Tätigkeit angenehm ist)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Wechsel kalt, warm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. feuchte Luft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. trockene Luft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g. Arbeiten im Freien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h. Umgang mit giftigen (heißten) Materialien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i. Zugluft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
j. Stäube (z.B. durch Schleifen, Schneiden, Produktion etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
k. Dämpfe/Gase/Schwefeldämpfe/Rauche (z. B. durch Lacke, Klebstoffe, Kunststoffverarbeitung, Löten)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
l. Erschütterungen, Stöße, Schwingungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Legende:
 immer/fast immer → 100% bis 90% der Arbeitszeit
 oft → 90% bis 50% der Arbeitszeit
 manchmal/ab und zu → 50% bis 20% der Arbeitszeit
 fast nie/nie → 20% bis 0% der Arbeitszeit

2. Arbeitszeiten:

	100- 91% der Arbeitszeit	90- 41% der Arbeitszeit	40- 11% der Arbeitszeit	10- 0% der Arbeitszeit	Kann die Belastung, <u>so wie Sie sie ausgewählt haben</u> , auf Dauer dazu führen, dass die Arbeit an dem Arbeitsplatz nicht mehr ausgeführt werden kann?	
	immer, fast immer	oft	manchmal, selten	fast nie, nie	ja	nein
a. früher Beginn (6.00 Uhr oder früher)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Spätschicht (spätes Arbeitsende - 20.00 Uhr od. später)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
c. Nachtschicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
d. lange Arbeitstage (> 8 Arbeitsstunden pro Tag <u>über ein Jahr gerechnet</u>)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
e. ungünstige Arbeitszeiten (Wochenende, Rufbereitschaft <u>über ein Jahr gerechnet</u>)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. bezahlte Überstunden (> 50 Arbeitsstunden pro Woche)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

EDV-Tool:

**„Belastungsbewertung zur Entwicklung
gesundheitsorientierter Berufswegekorridore“**

1. Schritt: Stammdaten erfassen

Herzlich Willkommen

Belastungsbewertung

zur Entwicklung gesundheitsorientierter Berufswegekorridore

Stammdaten erfassen

Unternehmen

Bereiche

Arbeitsplätze

Belastungsbewertung

Bewertung starten

Statusübersicht

Auswertung und Berichte

Interaktive Arbeitsplatzlandkarte

Interaktive Detailansicht

Berichte drucken

Extras

Einstellungen

Daten löschen

Impressum

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds.

Unternehmen

Unternehmen

Unternehmensname

Unternehmenslogo

OK Abbrechen

Bereiche - Übersicht

Arbeitsbereiche - Übersicht

Bereiche

- Bereich 2
- Bereich 1

Neu Ändern OK

Arbeitsplätze - Übersicht

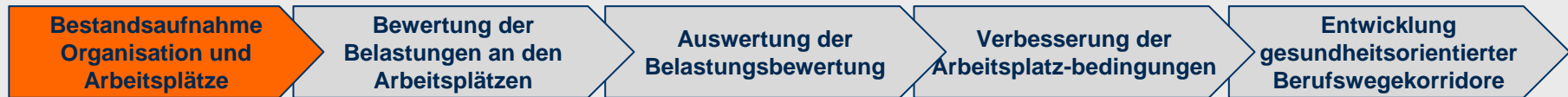
Arbeitsplätze - Übersicht

Bereich

Arbeitsplätze

- AP 10
- AP 9
- AP 8
- AP 7
- AP 6
- AP 5

Neu Ändern OK



EDV-Tool

Eingabe und Pflege der Daten,
einfach und anwenderfreundlich



Detailsicht Arbeitsplatz: Arbeitsplatz 4 datErfasst: 05.10.2011 Schichten: 5F-8S-2N
Bereich: Bereich 1 Qualifikation: Facharbeiter

Arbeitszeiten	Umgebungsbedingungen	Muskel/Skelett	Weiteres
früher Beginn (6.00 Uhr oder früher) ●●●	zu laut (normale Unterhaltung ist nicht mehr möglich, mehr als 80 db(A))	Arbeiten im Stehen	Abhängigkeit von vor- oder nachgelagerten Stellen/Abteilungen ●●●
Spätschicht (spätes Arbeitsende - 20.00 Uhr od. später) ●●●	zu kalt (kälter, als für die ausgeübte Tätigkeit angenehm ist) ■■■	Arbeiten im Sitzen ■■■	Abhängigkeit vom Maschinenzustand ●●●
Nachtschicht	zu warm (wärmer, als für die ausgeübte Tätigkeit angenehm ist)	Arbeiten im Hocken	Akkord ●●
lange Arbeitstage (> 8 Arbeitsstunden pro Tag über ein Jahr gerechnet) ●●	Wechsel kalt, warm	Arbeiten im Kriechen	Zeit- und Mengenvorgaben (z.B. Prämie, Kunden-, Liefertermine) ●●
ungünstige Arbeitszeiten (Wochenende, Rufbereitschaft über ein Jahr gerechnet) ●	feuchte Luft ●●●	Oberkörper beugen und/oder verdrehte Haltung	monotone Arbeiten (ständig wiederkehrende Arbeiten) ●●●
bezahlte Überstunden (> 50 Arbeitsstunden pro Woche) ●	trockene Luft	Heben und Tragen von Lasten	Verantwortung für Personen
	Arbeiten im Freien	häufiges Bewegen von kleinen Gewichten	Verantwortung für Maschinen und/oder Material (z.B. Kosten)
	Umgang mit glühenden (heißen) Materialien	Arbeiten über Kopf/Schulter	
	Zugluft ●●	Arbeiten mit ausgestrecktem Arm	
	Stäube (z.B. durch Schleifen, Schneiden, Produktion allg.)		
	Dämpfe/Gase/Schweißbrauche (z.B. durch Lacke, Klebstoffe, Kunststoffverarbeitung, Lötten)		
	Erschütterungen, Stöße, Schwingungen		

Detailansicht

Arbeitsplatzbezogene Belastungen im Überblick

Arbeitsplatzlandkarte

	Bereich 2				Bereich 1				Bereich 3			
Ausstattungs-voraussetzungen	AP L	AP X	AP K	AP E	AP 9	AP 10	AP V	AP 16	AP 4	AP 1	AP 8	AP 14
Meister/andere Fortbildung	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■
Facharbeiter	AP Y	AP Z	AP U	AP F	AP 13	AP 5	AP 15	AP 11	AP 7	AP 3	AP 6	AP 12
4	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■
AP J	AP G	AP V	AP T	AP 15	AP 14							
	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■
AP W	AP M			AP 2	AP 8							
	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■			AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■						
Anl. Ungewant	AP H	AP R	AP S	AP D	AP 7	AP 6	AP 1					
	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■
	AP C	AP R	AP A	AP S								
	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■	AZ: ■ Umg: ■ MS: ■ Wei: ■								

Arbeitsplatzlandkarte

Unternehmens-/ Bereichsweite Belastungssituation im Überblick

Detailansicht Arbeitsplatz: Arbeitsplatz x

Bereich: Testbereich 1

Schichten:

5F

Qualifikation:

Facharbeiter

Arbeitszeiten

- früher Beginn (6.00 Uhr oder früher) ●●●
- Spätschicht (spätes Arbeitsende - 20.00 Uhr od. später)
- Nachtschicht
- lange Arbeitstage (> 8 Arbeitsstunden pro Tag über ein Jahr gerechnet) ●●●
- ungünstige Arbeitszeiten (Wochenende, Rufbereitschaft über ein Jahr gerechnet) ●
- bezahlte Überstunden (> 50 Arbeitsstunden pro Woche) ●

Umgebungsbedingungen

- zu laut (normale Unterhaltung ist nicht mehr möglich, mehr als 80 dbA) ●●
- zu kalt (kälter, als für die ausgeübte Tätigkeit angenehm ist)
- zu warm (wärmer, als für die ausgeübte Tätigkeit angenehm ist)
- Wechsel kalt, warm
- feuchte Luft ●●
- trockene Luft
- Arbeiten im Freien
- Umgang mit glühenden (heißen) Materialien
- Zugluft ●●●
- Stäube (z.B. durch Schleifen, Schneiden, Produktion allg.) ●●
- Dämpfe/Gase/Schweißrauche (z. B. durch Lacke, Klebstoffe, Kunststoffverarbeitung, Löten)
- Erschütterungen, Stöße, Schwingungen

Muskel/Skelett

- Arbeiten im Stehen ●●
- Arbeiten im Sitzen ●
- Arbeiten im Hocken
- Arbeiten im Knien
- Oberkörper beugen und/oder verdrehte Haltung ●●●
- Heben und Tragen von Lasten ●●
- häufiges Bewegen von kleinen Gewichten
- Arbeiten über Kopf/Schulter ●●●
- Arbeiten mit ausgestrecktem Arm ●●

Weiteres

- Abhängigkeit von vor- und/oder nachgelagerten Stellen/Abteilungen ●●●
- Abhängigkeit vom Maschinentakt Akkord ●●●
- Zeit- und Mengenvorgaben (z.B. Prämie, Kunden-, Liefertermine) ●●●
- monotone Arbeiten (ständig wiederkehrende Arbeiten) ●●●
- Verantwortung für Personen
- Verantwortung für Maschinen und/oder Material (z.B. Kosten) ●●●

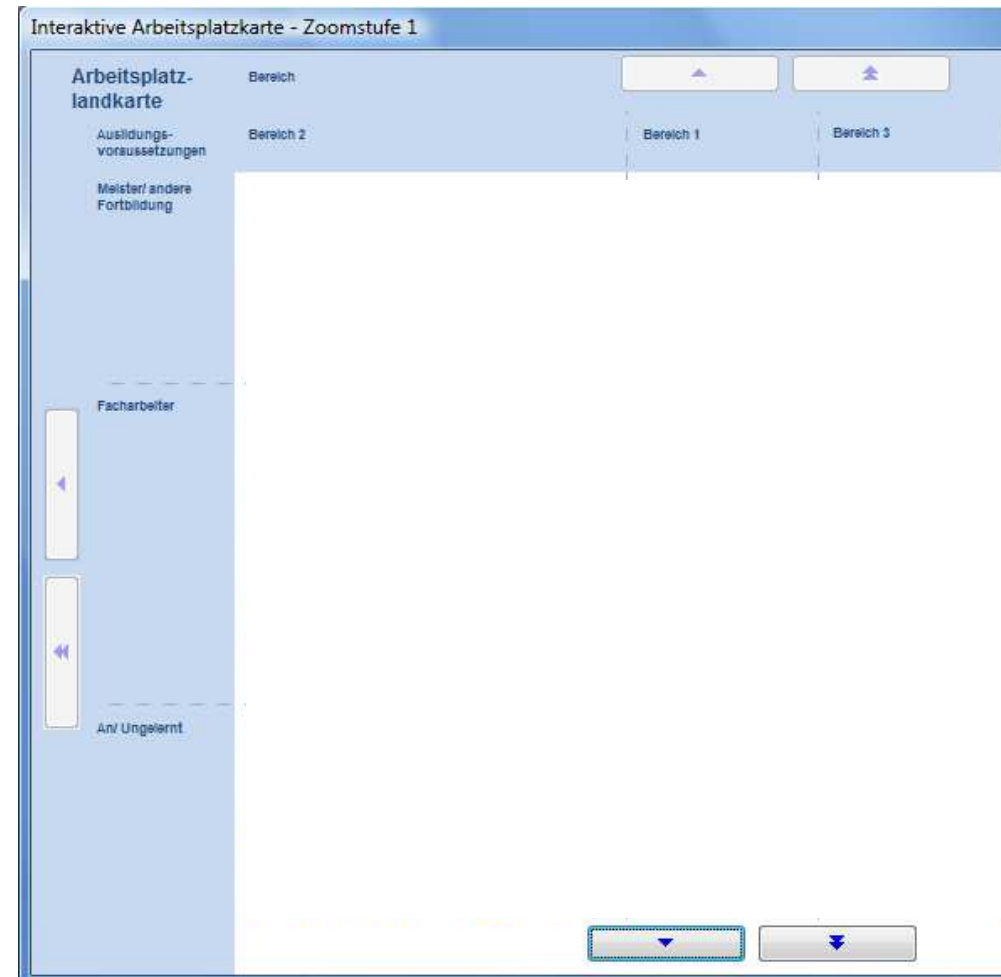
Die Detailansicht Arbeitsplatz

- zeigt, wo Belastungsschwerpunkte liegen.
- gibt detaillierte Informationen über **die Art** der Belastungen.
- gibt detaillierte Informationen über **das Niveau** der Belastungen.
- zeigt, welche Belastungen zeitlich befristet sein sollten.
- kann als betriebliche Arbeitsgrundlage verwendet werden, z.B. in:
 - Gesundheitszirkeln
 - Arbeitsgruppen zu ergonomischen Fragestellungen
 - weiteren Formen des betrieblichen Gesundheitsmanagements

- *Arbeitsplatzkarte* zeigt die Belastungssituation an einem Arbeitsplatz



- *Arbeitsplatzlandkarte* zeigt die Arbeitsplatzkarten sortiert nach Bereichen und Ausbildungsvoraussetzungen



Die Arbeitsplatzlandkarte

- zeigt, wo Belastungsschwerpunkte im Unternehmen liegen – differenziert nach:
 - Bereichen bzw. Abteilungen
 - Qualifikationsniveaus
- ist die Grundlage, berufliche Entwicklungen unter dem Aspekt der Gesunderhaltung zu planen.
- bietet die Möglichkeit, gesundheitsorientierte Berufswegekorridente aufzuzeigen – sowohl bereichsbezogen, als auch bereichsübergreifend.
- zeigt, an welchen Stellen dazu qualifikatorische und organisatorische Hürden überwunden werden müssen.
- Ist damit auch Grundlage für individuelle, betriebliche Berufsentwicklungsplanung.

Ordner:

**Gesundheitsorientierte Berufswegekorridore –
Handlungshilfe für betriebliche Praktiker**

- Die Idee des Ordners ist,
 - das gesammelte Hintergrund- und Anwendungswissen zum Thema „gesundheitsorientierte Berufswegeplanung“ zu bündeln und
 - Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem Projekt in die Öffentlichkeit zu transferieren und
 - den betrieblichen Praktikern eine konkrete Handlungshilfe für die Implementierung in den Betrieben an die Hand zu geben.
- Zielgruppe sind insbesondere betriebliche Praktiker, aber auch Verbände, Berufsgenossenschaften, Krankenkassen, Gewerkschaften und andere Interessierte.



Der Inhalt des Ordners umfasst:

- **Thematische Einführung:**
Hintergrundinformationen, Relevanz des Themas, Erläuterung „gesundheitsorientierter Berufswege“
- **Vorgehensweise im Betrieb:**
Prozessdarstellung, Anwendung von Instrumenten
- **Konkrete Arbeitshilfen:** Präsentationen, Checklisten, Schulungskonzepte
- **Praxisbeispiele:** mittelständische Unternehmen aus der Metall- und Elektrobranche

Die Arbeitsplatzkarte hilft, Belastungsschwerpunkte einzelner Bereiche zu identifizieren und liefert die Basis, um mögliche gesundheitsorientierte Berufswege zu definieren. Auf diese Weise können berufliche Entwicklungsoptionen im Betrieb, die zu einer Belastungsreduktion oder zumindest zu einem Belastungswechsel führen würden, identifiziert werden – sowohl auf der horizontalen als auch auf der vertikalen Ebene, sowohl innerhalb eines Bereiches als auch zwischen verschiedenen Bereichen.

Ein Beispiel für eine Arbeitsplatzkarte finden Sie auch bei den technischen SeitenAnweisungen in Kapitel 7.

AUSGABE DER ARBEITSPLATZKARTE

Zur konkreten Anwendung der Karte mit den Arbeitnehmern und Betriebsräten sind dann folgende Punkte zu beachten:

- Welche Hauptbelastungen sind zu berücksichtigen?
- Welche Nebenbelastungen sind zu berücksichtigen?
- Welche besonderen Belastungen sind zu berücksichtigen?
- Welche Qualitätsanforderungen sind zu berücksichtigen?
- Ist mit den Belastungen ein Wechsel der Aufgaben möglich?
- Wie lange sind die Belastungen zu erwarten?

Die Klärung der Belastungen ist ein zentraler Bestandteil der Arbeitshilfen. Vielleicht ist die Klärung der Belastungen an mehreren Arbeitsplätzen denkbar, ist es aber auch an einem einzigen Arbeitsplatz möglich.

Diese Themen sind in den folgenden Kapiteln eingehend behandelt.

Die nachstehenden Abbildungen veranschaulichen diese körperlich anstrengende Tätigkeit:

ABBILDUNG 26: ARBEITSPLATZ "STRANHLANZE - ENTRINNE" (FU-BRAND)



Aufgrund der unterschiedlichen Formen, die bewegt werden müssen, ist ein Kran als Hebehilfe ungeeignet. Weil die Tätigkeiten an diesem Arbeitsplatz so belastend sind, ergoномische Maßnahmen jedoch ausgeschöpft sind, hat Wicke an diesem Arbeitsplatz die Arbeitsplatzrotation eingeführt. D. h. Beschäftigte dieses Arbeitsplatzes rotieren – ebenfalls selbstgesteuert in kurzyklischen Rhythmen – auf einen anderen Arbeitsplatz und umgekehrt.

ABBILDUNG 27: MUSKEL-SKELETT-BELASTUNGEN "VORBEREITUNG LACKIEREN"



Dies ist der Arbeitsplatz „Vorbereitung Lackieren“. Ein Blick auf die Detailsansicht der Muskel-Skelett-Belastungen dieses Arbeitsplatzes zeigt deutlich, dass durch die Rotation von der Strahlanlage zur Lackiererei eine deutliche Belastungsreduktion erzielt wird.

Ebenfalls rotiert wird innerhalb des Arbeitsplatzes „Fu-Dreher – konventionelle Drehbank“. Hier sind in der Früh- und Spätschicht jeweils zwei Beschäftigte an zwei Drehbänken tätig. Bei der Arbeit mit Gewichten über 20 Kilogramm wird an diesem Arbeitsplatz systematisch alle zwei Stunden rotiert – d. h. der Beschäftigte, der mit hohen Gewichten gearbeitet hat, wechselt sich mit dem anderen Beschäftigten ab. So wird eine deutliche Reduktion der Muskel-Skelett-Belastungen erzielt.

- Der Ordner soll insbesondere die betrieblichen Praktiker bei der Implementierung der gesundheitsorientierten Berufswege unterstützen und stellt eine Arbeitshilfe dar.
- Zahlreiche Arbeitsmaterialien sind als Kopiervorlagen und in elektronischer Form aufbereitet.

3. Schritt:

Wenn arbeitsorganisatorische Strukturen geschaffen sowie ggf. notwendige Maßnahmen der Personalentwicklung eingeleitet wurden, geht es um die Konkretisierung gesundheitsorientierter Berufswege für die einzelnen Beschäftigten. Wie sollen individuelle Berufswege, die dem Aspekt der Gesunderhaltung Rechnung tragen, gestaltet werden? Das Ziel muss darin bestehen, individuelle Berufswegekorridore mit dem jeweiligen Beschäftigten zu vereinbaren und systematisch zu verfolgen.

Aufgaben erledigt:

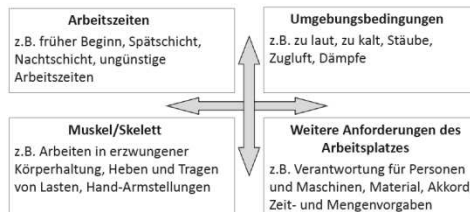
Aufgabenpakete:

- Entwicklungswünsche und Vorstellungen der Beschäftigten im Mitarbeitergespräch erfassen
- Qualifizierungsbedarf bestimmen und Qualifizierungsmöglichkeiten definieren
- Individuellen Qualifizierungsplan erstellen
- Betriebliche Machbarkeit und Umsetzbarkeit der Entwicklungsalternativen prüfen (Personalbedarf, Nachfolgeregelung), Absprache mit Bereichsverantwortlichen
- Zukünftigen Arbeitsplatz festlegen und vertragliche Rahmenbedingungen prüfen (Tätigkeiten, Entlohnungsstruktur, Arbeitszeiten)

**Formblätter,
Leitfragen, Checklisten**

Welche typischen Belastungen gibt es in der Metall- und Elektroindustrie*?

Im Fragebogen werden die für die Metall- und Elektroindustrie typischen Belastungen aufgeführt.



* Die branchenspezifischen Belastungen wurden gemeinsam mit Branchen- und Gesundheitsexperten definiert.

Präsentationen

6.3. Belastungsbewertung an den Arbeitsplätzen 6.3.2. Workshopablauf „Schulung der Bewertenden zur Anwendung der Belastungsbewertung“

Zeit	Thema	Ziel	Methode und Materialien	Leitfragen	Arbeitshilfen
15	Begrüßung, Zielsetzung, Vorstellung Teilnehmer und Moderatoren, Ablauf	Teilnehmer kennen Ziel der Bewertung und Ablauf des Workshops	Flipchart „Workshopablauf“	-	
10	Relevanz des Themas	Teilnehmer kennen die Relevanz des Themas „Belastungen am Arbeitsplatz“	Präsentation	<ul style="list-style-type: none"> Warum beschäftigt sich das Unternehmen mit diesem Thema? Wozu dient die Bewertung der Belastungen? 	Präsentation „Schulung Bewertende“
60	Einsatz des Fragebogens „Belastungsbewertung“	Teilnehmer kennen den Fragebogen; Teilnehmer wissen wie der Fragebogen ausgefüllt werden muss	Präsentation	<ul style="list-style-type: none"> Wie wird der Fragebogen ausgefüllt? Was ist zu beachten? 	<ul style="list-style-type: none"> Fragebogen „Belastungsbewertung“ Infopapier zur Anwendung der Belastungsbewertung
60	Nutzung des Tools „Belastungsbewertung“	Teilnehmer kennen das EDV-Tool „Belastungsbewertung“ zur Entwicklung gesundheitsorientierter Berufswegekorridore	Präsentation des Tools „Belastungsbewertung“	<ul style="list-style-type: none"> Wie funktioniert das Tool? 	<ul style="list-style-type: none"> Tool „Belastungsbewertung“ auf CD Technische Bedienhinweise

Schulungskonzepte

Broschüre:

Gesund durch´s Berufsleben –

Ein Selbstcheck zu Belastungen in Ihrem Berufsleben

- Der Selbstcheck richtet sich an **Beschäftigte**, die sich aktiv mit dem Thema "Gesundheit und Belastungen am Arbeitsplatz" auseinandersetzen möchten
- Der Selbstcheck:
 - **sensibilisiert und informiert** über mögliche Belastungen am Arbeitsplatz und deren Symptome
 - **hilft** die individuelle Belastungssituation am Arbeitsplatz einzuschätzen
 - **bietet Entscheidungshilfe**, ob und welche Veränderung der beruflichen Situation sinnvoll ist, um möglichst lange gesund zu bleiben



Der Selbstcheck ist so konzipiert, dass der Nutzer:

- sich kurz und prägnant über das Thema „Belastungen am Arbeitsplatz“ **informieren** kann
- über gezielte Fragen zum **Nachdenken** angeregt wird
- mit wenigen Fragen zu den Belastungsdimensionen eine erste **Selbsteinschätzung** der Belastungssituation vornehmen kann

Wenn Arbeitszeiten die Zeit zur Erholung rauben



Der Einfluss von Arbeitszeiten auf die Gesundheit und die Leistungsfähigkeit von Beschäftigten ist seit längerer Zeit nachgewiesen. So konnten arbeitsmedizinische und arbeitswissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass ungünstige Arbeitszeiten einen hohen Zusammenhang zu verschlechtertem gesund-

Was sind ungünstig

- Ungünstig sind A verteilt sind oder bspw. Wochenen Beispiele für ungi
- Arbeiten in der
 - Arbeiten ab 6:0
 - Arbeiten bis 20
 - Überstunden
 - zu lange Arbeit
 - Fehlende Pausen
 - Wochenendarb
 - Rufbereitschaft

Woran merke

- Typische Symptor bereits zu stark b
- Schlafstörungen
 - psychische Erm
 - Nervosität und
 - Depressionen u
 - Bluthochdruck
 - Herzrhythmusst
 - Störungen des

	Ja, immer	Teilweise	Nein, nie
Arbeitszeit			
Beginnt Ihre Arbeit um 6:00 Uhr oder früher?			
Endet Ihre Arbeit um 20:00 Uhr oder später?			
Arbeiten Sie in der Nachtschicht?			
Arbeiten Sie am Wochenende oder in Rufbereitschaft?			
Sind Ihre Arbeitstage sehr lang (mehr als 10 Stunden pro Tag)?			
Umgebungsbedingungen			
Ist es an Ihrer Arbeitsstelle sehr zugig?			
Sind die klimatischen Bedingungen an Ihrer Arbeitsstelle unangenehm (zu kalt/warm, zu hohe/niedrige Luftfeuchtigkeit)?			
Sind Sie an Ihrer Arbeitsstelle Stäuben ausgesetzt (bspw. durch Schleif- oder Schneidearbeiten)?			
Sind Sie an Ihrer Arbeitsstelle Dämpfen, Gasen, Schweißrauch ausgesetzt?			
Ist es an Ihrer Arbeitsstelle so laut, dass Sie sich nicht mehr in normaler Lautstärke unterhalten können?			
Muskel/skelett			
Müssen Sie während der Arbeit schwere Lasten heben, tragen oder ziehen?			
Müssen Sie während der Arbeit sehr oft kleine Gewichte heben, tragen oder ziehen?			
Können Sie Ihre Arbeit nur in einer Zwangshaltung ausüben (Arbeit kann nur im Stehen/Sitzen/Hocken verrichtet werden)?			
Müssen Sie während Ihrer Arbeit Ihren Oberkörper beugen oder eine verdrehte Haltung einnehmen?			
Müssen Sie über Kopf oder mit ausgestreckten Armen arbeiten?			
Psychische Belastungen			
Tragen Sie bei Ihrer Arbeit Verantwortung für Personen oder für Maschinen?			
Haben Sie bei Ihrer Arbeit zu wenig Unterstützung (mangelnde Einarbeitung/mangelnde Vorbereitung)?			
Arbeiten Sie unter zu hohem Termindruck?			
Gibt es an Ihrer Arbeitsstelle Konflikte mit/zwischen Kollegen, Vorgesetzten?			
Haben Sie an Ihrer Arbeitsstelle zu wenig Einfluss auf Arbeitsabläufe?			

Der Selbstcheck unterstützt den Einzelnen bei der Auseinandersetzung mit den Themen Gesundheit und berufliche Entwicklung. Er:

- animiert die Beschäftigten zum **aktiven Handeln**
- zeigt alternative **Lösungswege** auf, wie individuelle Belastungen reduziert werden können
- unterstützt die individuelle **Entscheidungsfindung** durch gezielte Fragestellungen
- gibt **Tipps** und motiviert, individuelles Gesundheitsverhalten zu verbessern

BELASTUNGEN IM BERUFSLEBEN REDUZIEREN – ABER WIE?

Sind Sie überrascht über die Ergebnisse Ihres Selbstchecks oder haben Sie damit gerechnet? Wie auch immer, Sie sind zu dem Schluss gekommen, dass sich an Ihrer Arbeitsbelastung etwas ändern muss. Nur was und wie? In diesem Kapitel hier wollen wir Belastungen verringert werden möglichen Möglichkeiten der Veränderung, die vier verschiedene Wege offen:

Weg 1: Veränderungen im Unternehmen
Sie können versuchen, die Belastungen zu reduzieren, indem Sie sich an den roten Stellen ändern lassen.

Weg 2: Veränderung unter der Leitung
Sie können versuchen, die Belastungen zu reduzieren, indem Sie sich an den roten Stellen ändern lassen. Bei diesen Tätigkeiten sind keine Veränderungen möglich.

Weg 3: Veränderung durch das Unternehmen
Sie können versuchen, die Belastungen zu reduzieren, indem Sie sich an den roten Stellen ändern lassen.

Weg 4: Veränderung durch den Arbeitgeber
Sie können versuchen, die Belastungen zu reduzieren, indem Sie sich an den roten Stellen ändern lassen.

Sie sehen, der Aufwand und das Risiko sind unterschiedlich – bis hin zum Arbeitgeberwechsel:

Weg 2 *Veränderungen unter Einbeziehung des derzeitigen Jobs*

Gibt es Arbeitsplätze in der Nähe Ihres jetzigen Arbeitsplatzes, die andere, geringere Belastungen aufweisen? Welche sind dies?

Glauben Sie, dass ein regelmäßiger Wechsel über mehrere dieser Arbeitsplätze – unter Einbeziehung Ihres jetzigen Arbeitsplatzes – die Belastungssituation verbessern könnte?

Ja Nein

Wenn nein, dann scheidet diese Variante aus!

Wenn ja: Können Sie diese Arbeitsplätze in Ihrem Unternehmen ohne vorherige Schulung/Einarbeitung oder mit vertretbarem Aufwand an Qualifizierung besetzen?

Ja Nein

Wer im Unternehmen kann Sie dabei unterstützen?

Glauben Sie, dass sich dies im Unternehmen durchsetzen lässt?

Ja Nein

Wenn nein, dann scheidet diese Variante aus!

Ergreifen Sie die Initiative und zeigen Sie Interesse an anderen Tätigkeiten!

Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!