

ARBEITSHILFE

Psychische Belastung erkennen und reduzieren – gesetzliche Anforderungen erfüllen

Wie Sie diese Arbeitshilfe nutzen können

Der Gesetzgeber verlangt von allen Unternehmen, dass sie die gesetzlich vorgeschriebene Gefährdungsbeurteilung durchführen und dokumentieren. Mit dem Ausfüllen der folgenden Checkliste haben Sie diese Forderung erfüllt. Damit Sie die Tabelle richtig nutzen können, finden Sie im Folgenden ein paar Hinweise zum Ausfüllen sowie eine Beispiel-Checkliste, in der wir für jeden Bereich mögliche Beispiele ergänzt haben. Letztlich ist jedoch jede Gefährdungsbeurteilung so individuell wie jeder Betrieb.

Arbeitsbereiche festlegen

Zunächst legen Sie die Arbeitsbereiche fest, für die Sie die Gefährdungsbeurteilung durchführen. Arbeitsbereiche mit ähnlichen Belastungen können in einer Tabelle zusammengefasst werden. Für Bereiche, die sich in der Tätigkeit sowie der Ausprägung psychischer Belastung unterscheiden, sollten Sie eine eigene Tabelle anlegen. Grundsätzlich sollten Sie bei der Gefährdungsbeurteilung alle Arbeitsbereiche betrachten. Denn ob es in einem Bereich relevante psychische Belastungen gibt und wie Sie diese beseitigen bzw. reduzieren können, wissen Sie erst nach der Betrachtung und Bewertung.

Ausprägungen notieren

Sie haben kritische Ausprägungen für die psychische Gesundheit bei einer Tätigkeit oder innerhalb eines Arbeitsbereichs festgestellt? Notieren Sie diese Aspekte stichpunktartig in der dafür vorgesehenen Spalte. Beispiele für mögliche kritische Ausprägungen finden Sie in der GDA-Broschüre „Empfehlungen zur Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung“.

Maßnahmen planen

Notieren Sie in dieser Spalte Maßnahmen, um die erfassten kritischen Ausprägungen zu beseitigen oder zumindest zu reduzieren. Ein Beispiel: Wenn die kritische Ausprägung unter 2.1 Arbeitszeit „zu viele Überstunden“ lautet, kann die Maßnahme „Notfallplan für Auftragsänderungen“ oder „Regelungen zum Ausgleich von Überstunden“ lauten. Versehen Sie Maßnahmen immer mit Zuständigkeiten und einem Zeitplan.

Überprüfung festlegen

Legen Sie fest, wann die geplanten Maßnahmen auf ihre Wirksamkeit hin überprüft wurden und wer die Überprüfung durchgeführt hat. Dazu genügt ein kurzer Vermerk wie „Überprüfung 02/2017 durch Unternehmensleitung erfolgt“. Halten Sie in dieser Spalte auch das Ergebnis der Überprüfung fest: Waren die durchgeführten Maßnahmen erfolgreich? Falls nicht: Welche Maßnahmen könnten stattdessen helfen?



Checkliste zur Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung am Arbeitsplatz

In der **Checkliste** finden Sie die relevanten Bereiche der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung sowie mögliche psychische Belastungsfaktoren, die sich an den Standards der Gemeinsamen Deutschen Arbeitsschutzstrategie (GDA) orientieren. Diese Auswahl ist jedoch nicht abschließend: Je nach Tätigkeit oder den Bedingungen in Ihrem Unternehmen können andere, nicht beschriebene Faktoren hinzukommen. Ebenso kann es sein, dass nur ein Teil der hier genannten Faktoren für Ihren Betrieb relevant ist.

CHECKLISTE Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung am Arbeitsplatz

Datum der Gefährdungsbeurteilung: _____

Name des Betriebs/Logo: _____

Arbeitsbereich/Tätigkeit(en): _____

Verantwortlich: _____

| I. Bereich Arbeitsinhalt/Arbeitsaufgabe | Ausprägung Welche kritischen Ausprägungen? | Maßnahmen Welche Maßnahmen? Wer? Bis wann? | Überprüfung Wann? Durch wen? Ergebnis? |
|--|---|---|---|
| 1.1 Vollständigkeit der Aufgabe | | | |
| 1.2 Handlungsspielraum | | | |
| 1.3 Abwechslung/Monotonie | | | |
| 1.4 Informationen | | | |
| 1.5 Verantwortung | | | |
| 1.6 Qualifikation | | | |
| 1.7 Emotionale Inanspruchnahme | | | |

CHECKLISTE Teil II + III

| II. Bereich Arbeitsorganisation | Ausprägung Welche kritischen Ausprägungen? | Maßnahmen Welche Maßnahmen? Wer? Bis wann? | Überprüfung Wann? Durch wen? Ergebnis? |
|------------------------------------|---|---|---|
| 2.1 Arbeitszeit | | | |
| 2.2 Arbeitsablauf | | | |
| 2.3 Kommunikation/Kooperation | | | |

| III. Bereich Soziale Beziehungen | Ausprägung Welche kritischen Ausprägungen? | Maßnahmen Welche Maßnahmen? Wer? Bis wann? | Überprüfung Wann? Durch wen? Ergebnis? |
|-------------------------------------|---|---|---|
| 3.1 Kolleginnen und Kollegen | | | |
| 3.2 Vorgesetzte | | | |

CHECKLISTE Teil IV + V

| IV. Bereich Arbeitsumgebung | Ausprägung Welche kritischen Ausprägungen? | Maßnahmen Welche Maßnahmen? Wer? Bis wann? | Überprüfung Wann? Durch wen? Ergebnis? |
|--|---|---|---|
| 4.1 Physikalische und chemische Faktoren | | | |
| 4.2 Physische Faktoren | | | |
| 4.3 Arbeitsplatz- und Informationsgestaltung | | | |
| 4.4 Arbeitsmittel | | | |
| V. Bereich (optional) Name Arbeitsformen | Ausprägung Welche kritischen Ausprägungen? | Maßnahmen Welche Maßnahmen? Wer? Bis wann? | Überprüfung Wann? Durch wen? Ergebnis? |
| Hinweis: Nur auszufüllen, falls kritische Ausprägungen in diesem Bereich bestehen. | | | |