

# Arbeitsmittel gestalten – Psychische Belastung

Online-Seminar  
(Webcode 5178)

ID 060233



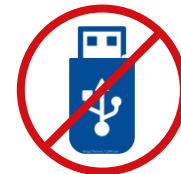
© macrovector/123RF.com

## Hinweise zum Urheberrecht

Die nachfolgenden Folien sind urheberrechtlich geschützt. Sie sind ausschließlich für Seminare der Berufsgenossenschaft Holz und Metall bestimmt.

Bitte

- fertigen Sie keine Screenshots, Fotos oder andere Kopien der im Online-Seminar gezeigten Inhalte an,
- filmen Sie nicht mit,
- geben Sie im Anschluss gegebenenfalls zur Verfügung gestellte Unterlagen nicht an betriebsfremde Personen weiter.



Wir bedanken uns für Ihre Mitarbeit und Ihr Verständnis!

## **Kurzüberblick:**

**Psychische Belastung in die  
Gefährdungsbeurteilung integrieren**

# Arbeitsschutzgesetz

## § 4 Allgemeine Grundsätze:

Die Arbeit ist so zu gestalten, dass eine Gefährdung für das Leben sowie für die **physische und die psychische Gesundheit** möglichst vermieden und die verbleibende Gefährdung möglichst gering gehalten wird.

## § 5 Beurteilung der Arbeitsbedingungen:

(3) Eine Gefährdung kann sich insbesondere ergeben durch: (...)

### **6. psychische Belastungen bei der Arbeit**

## § 6 Dokumentation:

(1) ... muss über die erforderlichen Unterlagen verfügen, aus denen das Ergebnis der Gefährdungsbeurteilung, die von ihm festgelegten Maßnahmen des Arbeitsschutzes und das Ergebnis ihrer Überprüfung ersichtlich sind.

## Konkretisierung der Anforderungen im Regelwerk

- DGUV Regel 100-001 „Grundsätze der Prävention“
- TRBS 1111 „Gefährdungsbeurteilung“
- TRBS 1151 „Gefährdungen an der Schnittstelle Mensch – Arbeitsmittel – physische und psychische Faktoren“
- TRBA 400 „Handlungsanleitung zur Gefährdungsbeurteilung und für die Unterrichtung der Beschäftigten bei Tätigkeiten mit biologischen Arbeitsstoffen“
- GDA-Empfehlungen zur Berücksichtigung psychischer Belastung in der Gefährdungsbeurteilung

## Literaturhinweis

Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie -  
Arbeitsprogramm Psyche:

### **Arbeitsschutz in der Praxis – Berücksichtigung psychischer Belastung in der Gefährdungsbeurteilung**

Empfehlungen zur Umsetzung in der betrieblichen Praxis

Bezugsquelle:

[www.gda-psyche.de](http://www.gda-psyche.de)



# Psychische Belastung in der Gefährdungsbeurteilung

## Gestaltungsbereiche



# Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung - Unterschiedliche Methoden führen zum Ziel

**BGHM-  
Beschäftigtenbefragung  
„PsyCheck“**



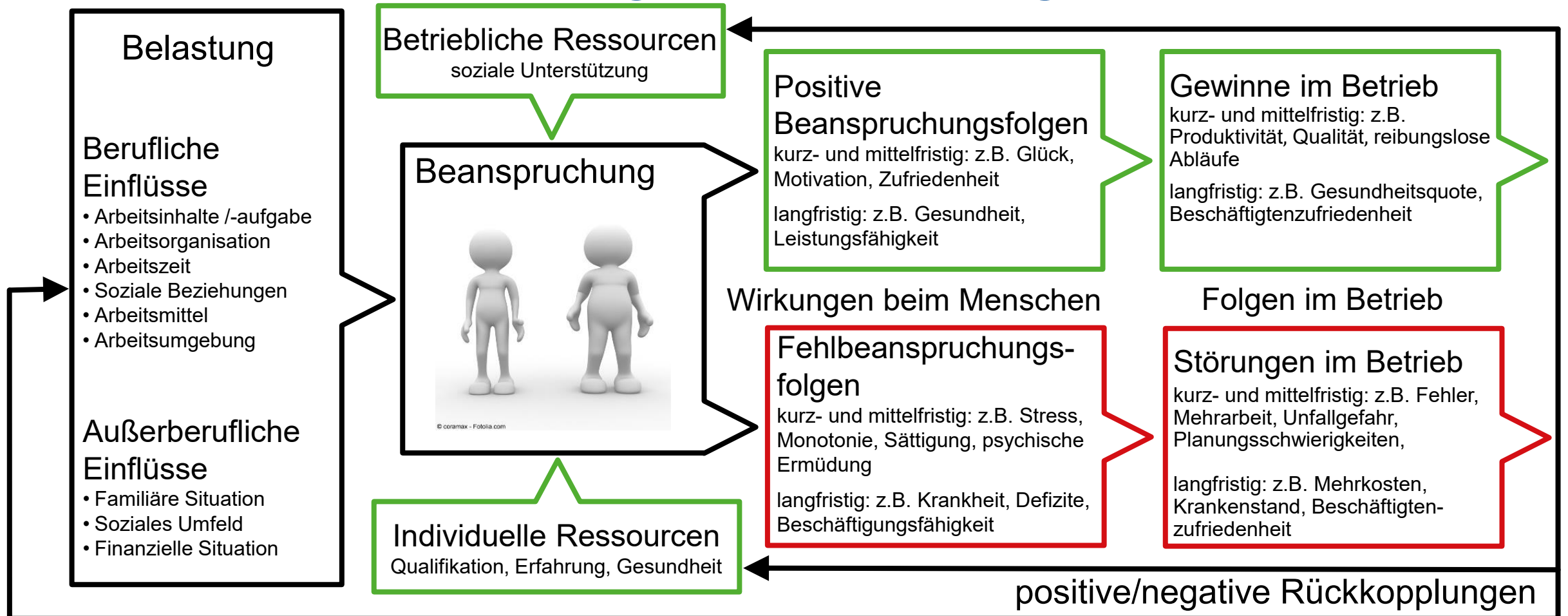
© fotomek - Fotolia.com

**Beobachtungsverfahren  
mit BGHM-Checkliste**

**Analyseworkshop  
„Gemeinsam zu gesunden  
Arbeitsbedingungen“**



# Das erweiterte Belastungs-Beanspruchungs-Modell



# Was sind Arbeitsmittel?

# Arbeitsmittel

## Verordnung über Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Verwendung von Arbeitsmitteln (Betriebssicherheitsverordnung - BetrSichV)

### § 2 Begriffsbestimmungen

- (1) Arbeitsmittel sind Werkzeuge, Geräte, Maschinen oder Anlagen, die für die Arbeit verwendet werden, sowie überwachungsbedürftige Anlagen.
- (2) Die Verwendung von Arbeitsmitteln umfasst jegliche Tätigkeit mit diesen. Hierzu gehören insbesondere das Montieren und Installieren, Bedienen, An- oder Abschalten oder Einstellen, Gebrauchen, Betreiben, Instandhalten, Reinigen, Prüfen, Umbauen, Erproben, Demontieren, Transportieren und Überwachen.

# Wie steht es um Ihre Arbeitsmittel?

# Kurzer Check der Arbeitsmittel mit der BGHM-Checkliste FI 0052

Nr. 0052  
Stand 03/2025

FI

Fach-Information

## Arbeitsbedingte psychische Belastung

Teil I – Hilfe zur Ermittlung und Bewertung wesentlicher Merkmale

Inhalt:  
Erläuterungen  
Checkliste Teil I



### WOZU

Ungünstig gestaltete, arbeitsbedingte psychische Belastungsfaktoren fördern Stress, Risikoverhalten, Improvisation und Hilflosigkeit. Das Unfallrisiko steigt. Abhängig von der Intensität und Dauer der Einwirkung sowie den persönlichen Beeinflussungsmöglichkeiten (Ressourcen) können sie auch Gesundheitsbeeinträchtigungen hervorrufen (vgl. Handbuch Gefährdungsfaktoren – [www.baua.de](http://www.baua.de)). Die Fach-Informationen 0052 und 0053 unterstützen Sie dabei, dem entgegenzuwirken. Sichere und gesunde Arbeitsbedingungen verbessern ebenfalls die Resilienz und Gesundheitskompetenz. Weiterführende Informationen: [www.bghm.de](http://www.bghm.de) – Webcode 234.

### WER/WIE

Die vorliegende Checkliste unterstützt bei der Ermittlung, Bewertung und Dokumentation von Gefährdungen durch arbeitsbedingte psychische Belastung gemäß dem Arbeitsschutzgesetz. Sie kann als Beobachtungsinterview, Befragung oder in Gesprächsrunden eingesetzt werden. Die systematische Einbeziehung der Beschäftigten als Expertinnen und Experten für die Abläufe und Strukturen an ihren Arbeitsplätzen wird ausdrücklich empfohlen.

### Schritt 1: Ermittlung der Belastung (Analyse, Spalten 3 und 4)

Ob Einwirkungen in kritischer Ausprägung vorhanden sind, wird tätigkeitsbezogen geprüft.

### Schritt 2: Bewertung der Gefährdung (Spalten 5 und 6)

Die Ermittlungsergebnisse müssen besprochen und konsensbasiert beurteilt werden. Dabei sind auch Wechselwirkungen mit anderen Gefährdungsfaktoren zu beachten. Beurteilungskriterien sind

1. gesetzliche Festlegungen und untergesetzliche Konkretisierungen der Schutzziele (Grenzwerte, Gestaltungsziele in Verordnungen und Technischen Regeln, z. B. ASR A3.7, TRBS 1151) oder
2. gesicherte arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse (GDA-Empfehlungen: [www.gda-psyche.de](http://www.gda-psyche.de) und die IGA-Reporte 31/32: [www.iga-info.de](http://www.iga-info.de)) oder
3. betriebliche Kriterien (Unfallhäufigkeit, AU-Quote, Betriebsklima, Beschwerden etc.), die bei Fehlen der Kriterien nach 1. und 2. herangezogen werden können.

### Schritt 3: Schutzmaßnahmen ableiten und umsetzen (unterhalb der Tabellen)

Liegen Gefährdungen vor, müssen Schutzmaßnahmen ergriffen werden. Empfohlen wird die Ableitung betriebsspezifischer Maßnahmen in Workshops anhand der BGHM-Broschüre VER-002 „Gemeinsam zu gesunden Arbeitsbedingungen“ ([www.bghm.de](http://www.bghm.de) – Webcode 4267 - Formulare, Checklisten, Betriebsanweisungen). Anregungen zu Schutzmaßnahmen sind unter [www.inqa.de](http://www.inqa.de) sowie in den Fach-Informationen FI 0028 und FI 0053 zu finden.

### Schritt 4: Wirksamkeitskontrolle und Nachverfolgung

Eine Veränderungsmessung und eine Dokumentation sind erforderlich. Wir empfehlen die systematische und ressourcenschonende Integration in das im Unternehmen bereits vorhandene Dokumentations- und Managementsystem.

Haben Sie Fragen zum Fachwissen Arbeitsschutz? Dann kontaktieren Sie uns gerne über unsere zentrale Rufnummer: 06131 802-0  
© BGHM

Herausgeber:  
Berufsgenossenschaft Holz und Metall  
[www.bghm.de](http://www.bghm.de)

## Fach-Information FI 0052 – Arbeitsmittel

Psychische Einwirkung (Gestaltungsbereich)	Arbeitsmittel kritische Ausprägungen	„Nein“ Trifft nicht zu	„Ja“ Trifft zu  ➔	Die Gefährdung* der Gesundheit/Sicherheit ist	
				wenig wahrscheinlich	wahrscheinlich
Arbeitsmittel	Wichtige Signale, Informationen und Hinweise sind schlecht wahrnehmbar/erkennbar (z. B. Warnsignale an Maschinen fehlen, sind verdeckt oder „gehen unter“).				
	Regelmäßig fehlen die zur erfolgreichen Ausführung der Arbeitsaufgabe erforderlichen Werkzeuge/Arbeitsmittel oder sie sind ungeeignet gestaltet/ausgestattet.				
	Die benötigten Arbeitsmittel (z. B. Anlagen, Maschinen, Werkzeuge, Hard- und Software) sind schlecht einzurichten oder zu bedienen.				
	Die Mensch-Maschine-Interaktion (z. B. Kranbedienung, CNC-Maschinen, Datenbrillen, Roboter) ist so gestaltet, dass Fehlbedienungen mit <u>gravierenden Folgen</u> möglich sind.				
	Die Bedienelemente, Signale und Hinweise der benötigten Arbeitsmittel und Schutzeinrichtungen sind nicht zu verstehen.				
Persönliche Schutz- ausrüstung (PSA)	Durch die zu verwendende PSA entstehen zusätzliche Beeinträchtigungen.				

Quelle: BGHM (Auszug aus der FI 0052, 03/2025)

# Arbeitsmittel: Gefährdungen?

## Typische Gefährdungen und Belastungen an der Schnittstelle Mensch – Arbeitsmittel: Interaktionsschnittstelle

Für die Arbeitsaufgabe mangelhaft gestaltete Arbeitsmittel wie z. B.

- zu kleine oder fehlerhafte Kennzeichnungen,
- fehlende oder schlecht wahrnehmbare Warnsignale,
- Anzeigen mit schlechten Kontrasten, defizitärer Farbgestaltung oder Zeichengröße,
- eine nicht erwartungskonforme Gestaltung von Stellteilen oder Bedienelementen,
- eine nicht ergonomische räumliche Gestaltung und Anordnung (z. B. schlechte Erreichbarkeit, Zwangshaltung,
- ...



## Beispiel: Bedien- und Stellteile



# Typische Gefährdungen und Belastungen an der Schnittstelle Mensch – Arbeitsmittel: Aufgabenschnittstelle

Mangelhafte Arbeitsaufgabengestaltung:

- mangelhafte Aufgabenbeschreibung/Aufgabenbearbeitung
- unangemessener Aufgabeninhalt
- Unvollständigkeit der Aufgabe
- unzureichende Tätigkeits- und Handlungsspielräume
- fehlende Unterweisung und Einweisung
- Zwang zur Daueraufmerksamkeit
- ungeplante Arbeiten
- fehlende Pausen
- ...

## Beispiel: Mensch-Maschine-Schnittstelle - früher und heute



# Wann sind Arbeitsmittel gut gestaltet?



# Arbeitsmittel sind gut gestaltet, wenn

- sie ergonomisch konstruiert sind.
- sie nützlich, bedienbar und wirksam eingesetzt werden können.

Ergonomie



© Olaf Wandruschka - Fotolia.com



Foto: BMW Group



Foto: BGHM

## Arbeitsmittel sind gut gestaltet, wenn

- sie auch unter ungünstigen Einsatzbedingungen (z. B. Lärm, Zeitdruck) sicher eingesetzt werden können (z. B. Sicherheitsvorkehrungen nicht abgeschaltet werden können).
- die von ihrer Verwendung ausgehende psychische Belastung berücksichtigt wird (z. B. Informationsverarbeitung, Aufmerksamkeit, zur Verfügung stehende Zeit).

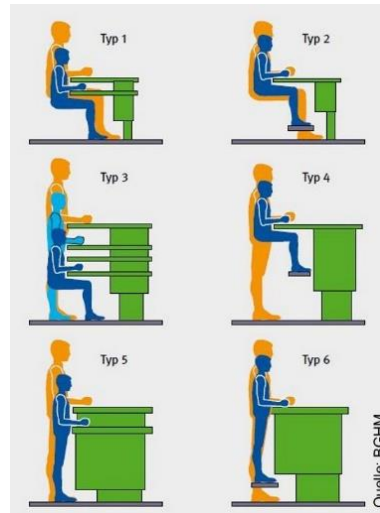
Informationsverarbeitung, Lärm, Zeitdruck



## Arbeitsmittel sind gut gestaltet, wenn

- sie durch unterschiedliche Nutzer verwendbar bzw. anpassbar sind (Barrierefreiheit, altersgerechte Gestaltung, individuelle Leistungsfähigkeit).
- persönliche Schutzausrüstung sicher vor den Gefährdungen des Arbeitsplatzes schützt und den Benutzer bzw. die Benutzerin nicht unnötig beeinträchtigt.

barrierefrei  
altersgerecht  
PSA

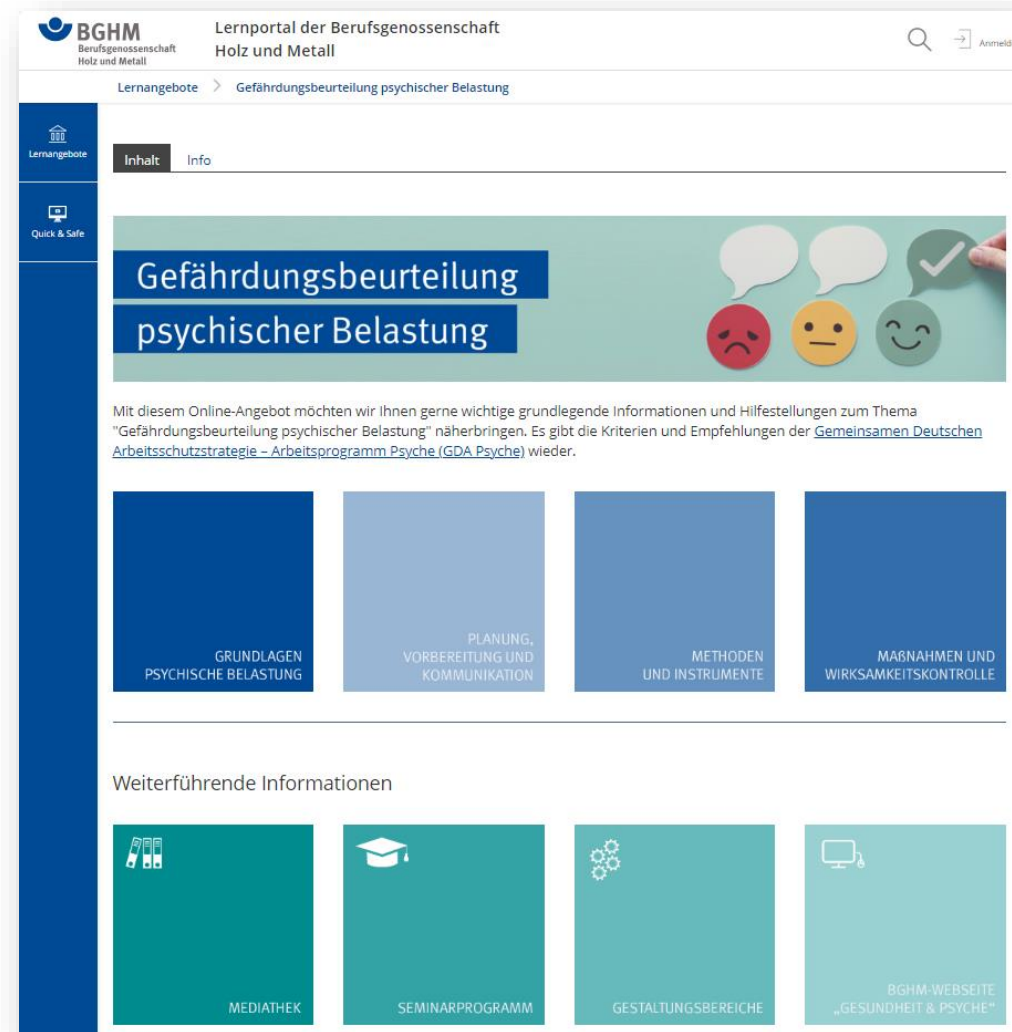


© Shawn Hempel/stock.adobe.com

# Weitere Informationen

## BGHM-Lernportal

## Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung



The screenshot displays the BGHM Lernportal interface. The header includes the BGHM logo, the text 'Lernportal der Berufsgenossenschaft Holz und Metall', and a search icon. The main navigation bar shows 'Lernangebote' and 'Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung'. The left sidebar contains 'Lernangebote' and 'Quick & Safe' links. The main content area features a title 'Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung' with a graphic of three speech bubbles (red sad face, yellow neutral face, green happy face with a checkmark). Below the title, a paragraph states: 'Mit diesem Online-Angebot möchten wir Ihnen gerne wichtige grundlegende Informationen und Hilfestellungen zum Thema "Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung" näherbringen. Es gibt die Kriterien und Empfehlungen der [Gemeinsamen Deutschen Arbeitsschutzstrategie – Arbeitsprogramm Psyche \(GDA Psyche\)](#) wieder.' Below this, four blue boxes represent the course structure: 'GRUNDLAGEN PSYCHISCHE BELASTUNG', 'PLANUNG, VORBEREITUNG UND KOMMUNIKATION', 'METHODEN UND INSTRUMENTE', and 'MAßNAHMEN UND WIRKSAMKEITSKONTROLLE'. At the bottom, a section titled 'Weiterführende Informationen' contains four teal boxes: 'MEDIATHEK', 'SEMINARPROGRAMM', 'GESTALTUNGSBEREICHE', and 'BGHM-WEBSEITE „GESUNDHEIT & PSYCHE“'.



# Weitere Informationen

[www.bghm.de](http://www.bghm.de)

Webcode: 4267

Webcode: 234


**BGHM**  
 Berufsgenossenschaft  
 Holz und Metall

Mitgliedschaft und Beitrag ▾
 Versicherungsschutz und Leistungen ▾
 Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz ▾
 Qualifizierung und Seminare ▾
 Suche / Webcode

Startseite / Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz / Fach-Themen / Gesundheit und Psyche

Home  
 Mitgliedschaft und Beitrag  
 Versicherungsschutz und Leistungen  
**Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz**  
 Gefährdungsbeurteilungen  
 Forschung  
 Praxishilfen  
**Fach-Themen**  
 Atemwegsinfektionen / Corona  
 Arbeitsmedizinische Vorsorge  
 Arbeitsschutzausschuss  
 Arbeitsstätten  
 Asbest  
 Bauarbeiten  
 Betriebsärztliche und sicherheitstechnische Betreuung  
 Arbeitsschutz bei Auslandseinsätzen  
 Brand- und Explosionsschutz  
 Elektrotechnik  
 Elektromagnetische Felder (EMF)  
 Enge Räume  
 Ergonomie und

## Gesundheit und Psyche



Die heutige Arbeitswelt ist komplex und durch eine zunehmende Digitalisierung sowie Entgrenzung von Arbeits- und Privatleben gekennzeichnet. Dieser Wandel stellt Unternehmensverantwortliche und Führungskräfte vor die Frage, wie die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Beschäftigten erhalten beziehungsweise gefördert werden kann – das schließt die Psyche mit ein.

Die betriebliche Präventionsarbeit auf dem Gebiet „Gesundheit und Psyche“ sollte die nachstehenden Themenfelder beinhalten.

Hierzu sowie zu weiteren gesundheitsrelevanten Themenfeldern, finden Sie Informationen und Handlungshilfen:

- [Psychische Belastung](#)
- [Suchtprävention](#)
- [Gesundheit im Betrieb](#)
  - Betriebliches Gesundheitsmanagement
  - Betriebliches Eingliederungsmanagement
  - Beschäftigungsfähigkeit
  - Arbeitszeit
- [Präventionskultur und Verhalten](#)
- [Mobiles Arbeiten und Digitalisierung](#)

# Präventionsguide Psyche



Quelle: praeventionsguidepsyche.de, © 2025 systemkonzept – Gesellschaft für Systemforschung und Konzeptentwicklung mbH, Köln



[www.praeventionsguidepsyche.de](http://www.praeventionsguidepsyche.de)