

GDA-Arbeitsprogramm „Gesund und erfolgreich arbeiten im Büro“

Dr. Ralf Schweer (VBG)

17.09.2009

Nationales Arbeitsschutzforum

Haus der Bürgerschaft, Bremen



GDA-Arbeitsprogramm: „Gesund und erfolgreich arbeiten im Büro“

Ziel

Verringerung von Häufigkeit und Schwere von Muskel-Skelett-Belastungen und Erkrankungen (MSE) unter Einbeziehung der Verringerung von psychischen Fehlbelastungen und Förderung der systematischen Wahrnehmung des Arbeitsschutzes in Unternehmen.

Projektbeteiligte

- UVT: VBG, BGN, Unfallkasse Bremen und andere
- Arbeitsschutzstrukturen der Länder
- Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA)
- Arbeitgeberverbände
- Arbeitnehmerorganisationen
- Betriebsärztliche und sicherheitstechnische Dienste
- Krankenkassen

Ausgangslage – Daten und Fakten

MSE gehören zu den häufigsten arbeitsbedingten Gesundheitsbeschwerden:

- 24,6% aller AU-Tage sind MSE bedingt
- 42,5% aller Erwerbstätigen klagen über Schmerzen im unteren Rücken
- 46,2% berichten Schmerzen im Schulter-Nacken-Bereich (SUGA, 2009).
- Hohe Komorbidität mit psychischen Störungen (z. B. Härter et al., 2007)

Im Jahr 2005 schieden fast 30.000 Menschen wegen MSE vorzeitig aus dem Erwerbsleben aus (OSHA, 2008).

Chronisch-degenerative Erkrankungen treten mit zunehmendem Alter häufiger auf (Barmer und DAK, Gesundheitsreport 2008)

→ Vor dem Hintergrund des demografischen Wandels ist ein Anstieg der Häufigkeit von MSE zu erwarten.

Ausgangslage – Multifaktorielle Entstehung

individuelle physische Faktoren

Alter/Geschlecht*
Körpergröße/Gewicht*
Rauchen
kardiovaskuläre Fitness*
Vorerkrankungen

individuelle psychische Faktoren

psychische Belastungen/
Erkrankungen
Furcht- und
Vermeidungsdenken
Katastrophisieren
Persönlichkeitsvariablen
Copingstrategien



psychosoziale Arbeitsplatzfaktoren

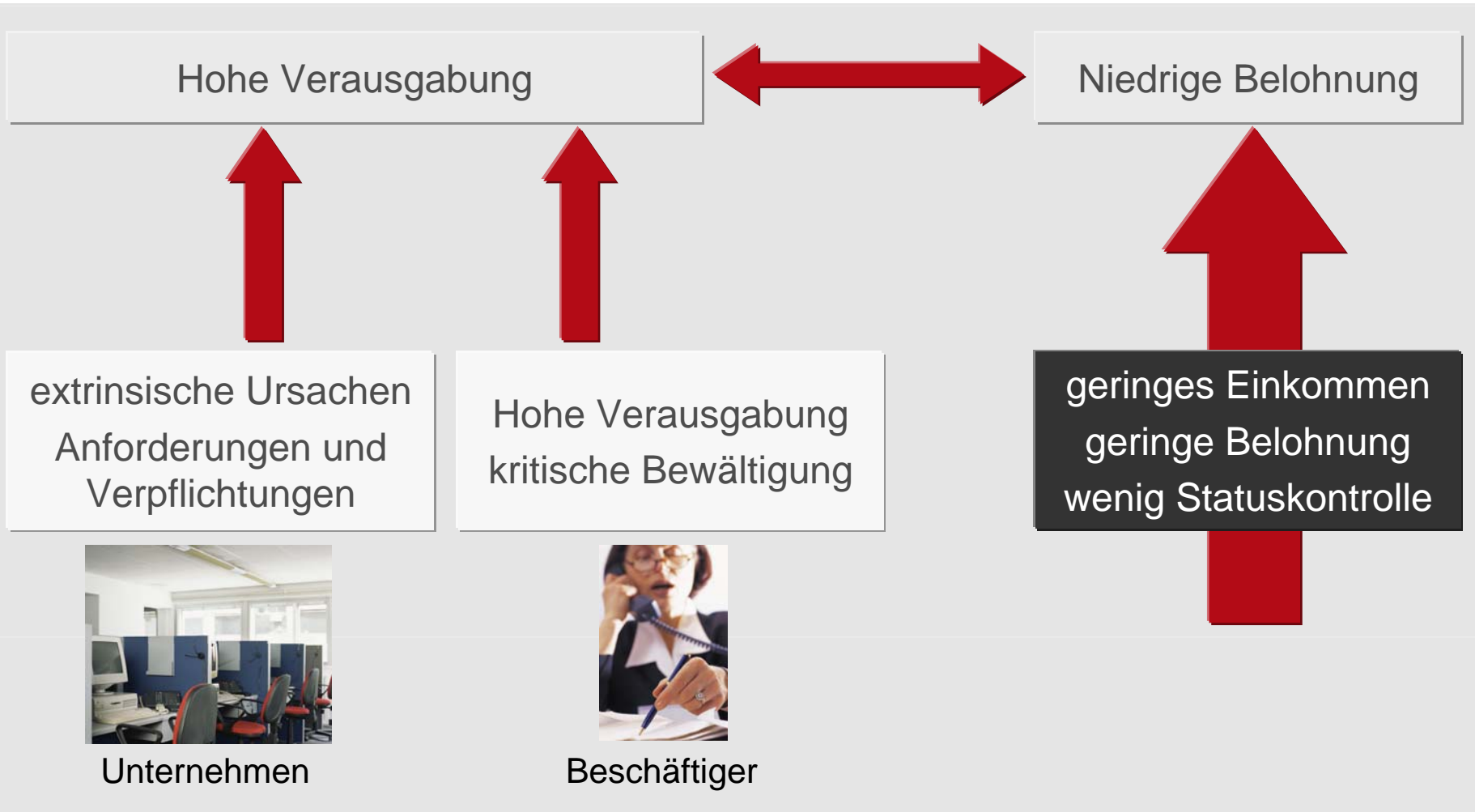
soziale Unterstützung
Arbeitszufriedenheit
Handlungsspielraum
Konflikte am Arbeitsplatz
Führungsverhalten
hohe Konzentration
wahrgenommene
Arbeitsbelastung

ergonomische Arbeitsplatzfaktoren

Ausstattung des
Arbeitsplatzes
Zwangshaltungen
(Bücken/Drehen)

* inkonsistente Befundlage

Ausgangslage – Erklärungsmodell Gratifikation (Siegrist, 1996)



Ausgangslage – Erklärungsmodell Gratifikation (Siegrist, 1996)

Stichprobe

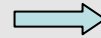
N = 316 Mitarbeitern eines großstädtischen Verkehrsbetriebes, 25% Angestellte in der Verwaltung

MSE

psychosoziale Arbeitsbelastungen

Ergebnis

psychosoziale Belastungen ↓



wenig MSE-
Beschwerden

psychosoziale Belastungen ↑



Risiko für MSE
2-3 fach erhöht

Fazit

Die Balance von Anstrengung und Anerkennung zu halten ist eine wichtige Aufgabe für Betrieb und Mitarbeiter.



Zielgruppe Büroarbeitsplätze

Handlungsfeld

Einseitig belastende und bewegungsarme Tätigkeiten im Büro mit der Ausrichtung auf KMU

Der Büroarbeitsplatz - Gefährdungen

- Einseitige Körperhaltung bei der Arbeit am PC
 - Bewegungsmangel
 - Psychosoziale Risikofaktoren wie „geringe soziale Unterstützung“, „geringe Arbeitszufriedenheit“, „Termin- und Leistungsdruck“
- Empirisch belegte Zusammenhänge zwischen psychosozialen Belastungen und der Aufrechterhaltung und Chronifizierung von MSE.

Projektziele

Ganzheitliche Prävention

Die Etablierung/ Stärkung einer Präventionskultur in Betrieben führt zu:

- Umgestaltung bewegungsarmer/ einseitiger Tätigkeiten
- Verankerung systematischer und langfristiger Gesundheitsförderung in die betrieblichen Prozesse
- Verringerung psychischer Fehlbelastungen



Projektziele

Ganzheitliche Prävention

Die Förderung der Gesundheitskompetenz von Führungskräften und Beschäftigten führt zu:

- Sensibilisierung und Motivation für MSE-präventives Verhalten
→ Etablierung einer MSE-präventiven Bewegungskultur
- Aufbau emotionaler und sozialer Kompetenzen
- Erwerb von Stressbewältigungstechniken



Projekttablauf

1. Aufnahme des Ist-Zustandes

- Datenerhebung mittels Dokumentationsbogen von den beteiligten Aufsichtspersonen
- Erfassung von Gesundheitskompetenz und Präventionskultur

2. Beratung

- Information über Vorträge, Gespräche, Broschüren
- Empfehlung geeigneter Maßnahmen
- Qualifizierung betrieblicher Multiplikatoren

3. Umsetzung von Maßnahmen

- Zusammenarbeit der Betriebe mit den beteiligten Aufsichtspersonen

4. Nacherhebung zur Projektevaluation

- Datenerhebung mittels Dokumentationsbogen in den gleichen Betrieben

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!

Dr. Ralf Schweer
ralf.schweer@vbg.de

