**Checkliste: Die wichtigsten arbeitsbedingten Risikofaktoren für die psychische Gesundheit**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Maßnahmen erforderlich?** | |
| ja | nein |
| **Arbeitsinhalte und Arbeitsaufgaben** | | |
| ***Vollständigkeit der Aufgabe:***  Die Tätigkeit enthält   * nur vorbereitende oder * nur ausführende oder * nur kontrollierende Handlungen |  |  |
| **Handlungsspielraum:**  die oder der Beschäftigte hat keinen Einfluss auf   * Arbeitsinhalt, * Arbeitspensum, * Arbeitsmethoden/ -verfahren, * Reihenfolge der Tätigkeiten. |  |  |
| **Abwechslungsreichtum (Variabilität):**  Einseitige Anforderung:   * wenige ähnliche Arbeitsgegenstände und Arbeitsmittel * häufige Wiederholung gleichartiger Handlungen in kurzen Takten |  |  |
| **Informationsangebot/Informationsfluss:**   * zu umfangreich (Reizüberflutung) * zu gering (lange Zeiten ohne neue Information) * ungünstig dargeboten * lückenhaft (wichtige Informationen fehlen) |  |  |
| **Verantwortung**:   * unklare Kompetenzen und Verantwortlichkeiten |  |  |
| **Qualifikation:**   * Tätigkeiten entsprechen nicht der Qualifikation der Beschäftigten (Über-/Unterforderung) * unzureichende Einweisung/Einarbeitung in die Tätigkeit |  |  |
| **Emotionale Inanspruchnahme:**   * durch das Erleben emotional stark berührende Ereignisse (zum Beispiel Umgang mit schwerer Krankheit, Unfällen, Tod) * durch das ständige Eingehen auf die Bedürfnisse anderer Menschen (zum Beispiel auf Kunden, Patienten, Schüler) * durch permanentes zeigen geforderter Emotionen unabhängig von eigenen Empfindungen * Bedrohung durch Gewalt durch andere Personen (zum Beispiel Kunden, Patienten) |  |  |
| **Arbeitsorganisation** | | |
| **Arbeitszeit:**   * wechselnde oder langer Arbeitszeit * ungünstig gestaltete Schichtarbeit, häufige Nachtarbeit * umfangreiche Überstunden * unzureichende Pausenregelungen * Arbeit auf Abruf |  |  |
| **Arbeitsablauf:**   * Zeitdruck/hoher Arbeitsintensität * häufige Störungen/Unterbrechungen * hohe Taktbindung |  |  |
| **Kommunikation/Kooperation:**   * isolierter Einzelarbeitsplatz * keine oder geringe Möglichkeit der Unterstützung durch Vorgesetzte oder Kolleginnen/Kollegen * keine klar definierten Verantwortungsbereiche |  |  |
| **Soziale Beziehungen** | | |
| **Kolleginnen und Kollegen:**   * zu geringe/zu hohe Zahl sozialer Kontakte * häufige Streitigkeiten und Konflikte * Art der Konflikte: soziale Drucksituation * fehlende soziale Unterstützung |  |  |
| **Vorgesetzte:**   * keine Qualifizierung der Führungskräfte * fehlendes Feedback, fehlende Anerkennung für erbrachte Leistungen * fehlende Führung, fehlende Unterstützung im Bedarfsfall |  |  |
| **Arbeitsumgebung** | | |
| **Physikalische und chemische Faktoren:**   * Lärm * Beleuchtung * Gefahrstoffe |  |  |
| **Physische Faktoren:**   * ungünstige ergonomische Gestaltung * schwere körperliche Arbeit |  |  |
| **Arbeitsplatz und Informationsgestaltung**   * ungünstige Arbeitsräume, räumliche Enge * unzureichende Gestaltung von Signalen und Hinweisen |  |  |
| **Arbeitsmittel**   * fehlendes oder ungeeignetes Werkzeug bzw. Arbeitsmittel * ungünstige Bedienung oder Einrichtung von Maschinen * unzureichende Softwaregestaltung/Ausstattung |  |  |

Dieser kostenlose Download stammt aus einer Ausgabe von „**Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute**“. Sollten Sie noch kein Abonnent sein, können Sie Ihre **KOSTENLOSE Gratis-Ausgabe** und Ihre **GRATIS-Checklisten-Sammlung „Die 17 besten Checklisten für den Arbeitsschutz“** jetzt kostenlos anfordern. Ich bin sicher: Sie werden begeistert sein!

* Ja, ich möchte „**Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute**“ **GRATIS** testen und von allen Vorteilen profitieren:
* **Eine Gratis-Ausgabe, die Sie 14 Tage lang testen können.** Diese Gratis-Ausgabe dürfen Sie in jedem Fall behalten.
* **Die exklusive Checklistensammlung „Die 17 besten Checklisten für den Arbeitsschutz“.** Auch diese dürfen Sie in jedem Fall behalten.
* Wenn Sie uns innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Gratis-Ausgabe nichts Gegenteiliges telefonisch, per Fax, Brief oder E-Mail mitteilen, erhalten Sie automatisch die weiteren Ausgaben zu einem Preis von nur 19,90 Euro pro Ausgabe zzgl. 1,45 Euro für Porto und Versandkosten und MwSt. „Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute“ erscheint 30-Mal pro Jahr mit je 8 Seiten pro Ausgabe. Den Bezug können Sie jederzeit zum Ende des Bezugsjahres kündigen.

**Vorname, Name: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Firma: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Straße + Nr.: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Postleitzahl: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Ort: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**E-Mail: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Telefon: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Unterschrift: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Jetzt ausfüllen und absenden:

* Fax: 0931-4170497
* Telefon: 0931-4170427
* Post: Praxis Medien für Arbeitsschützer, Winkelhausen 27, 51519 Odenthal
* E-Mail: [kundenservice@praxispurmedien.de](mailto:kundenservice@praxispurmedien.de?subject=Gratis-Test-Anforderung)

Unser Angebot richtet sich nur an Unternehmen, Industrie, Gewerbe, Handwerk, Handel, freie Berufe, öffentliche oder karitative Einrichtungen, den öffentlichen Dienst und Behörden sowie Verbände oder vergleichbare Institutionen und ist ausschließlich zur Verwendung in der beruflichen bzw. gewerblich oder selbständigen Arbeit vorgesehen. Nähere Auskünfte zum Datenschutz finden Sie unter [www.praxispurmedien.de](http://www.praxispurmedien.de). . AGU-Downl. 02/22