



Checkliste zur Erkennung möglicher Belastungen im Arbeitsumfeld

Bitte denken Sie bei der Einführung eines BEM an diese Punkte:

- Lärm, Zugluft, Hitze, Kälte, räumliche Enge, schlechte Lichtverhältnisse
 - Ständiges Stehen oder Sitzen
 - Schweres Heben/Tragen
 - Einseitige Beanspruchung von Armen/Beinen
 - Zwangshaltungen
 - Ergonomische Gestaltung des Arbeitsplatzes (zum Beispiel Schreibtisch, Stuhl sind nicht der Körpergröße angepasst)

 - Probleme mit der Software (schwer verständlich, Bedienung von Funktionen, unverständliche Fehlermeldungen)
 - Qualität Bildschirm (zum Beispiel nicht flimmerfrei)
 - Fehlende Zeitreserven/Zeitdruck
 - Mehrarbeitsstunden/Überstunden
 - Kurze Arbeitstakte, Arbeitsverdichtung, Arbeitsverteilung, Akkord
 - Keine oder zu kurze Pausen

 - Hohe Verantwortung
 - Unklare Vorgaben
 - Fehlende Entscheidungsmöglichkeiten
 - Mangelnde Qualifizierung
 - Unzureichende Einarbeitung
 - Belastender Stress
 - Leistungsdruck
 - Ständige Konzentration

 - Probleme mit der Führungskraft; Probleme im Team (Kollegen)
 - Betriebliche Perspektive/Zukunftsängste
 - Weitere Belastungen
-
-
-

Neben den betrieblichen Einflussfaktoren können auch weitere Faktoren – insbesondere im familiären und sozialen Umfeld – ausschlaggebend sein.

Bitte halten Sie beim Umgang mit personenbezogenen Daten die geltenden Datenschutzgesetze ein. Lesen Sie hierzu die Arbeitshilfe 5 „Datenschutzerklärung“ unter [aok.de/fk/bem](https://www.aok.de/fk/bem).

