

## Neue Verordnung: Bildschirmarbeit muß gesünder werden!

Zum Jahreswechsel ist die Bildschirmarbeitsverordnung verabschiedet worden. Endlich haben wir eine verlässliche Rechtsgrundlage für betriebliche Regelungen zur Bildschirmarbeit. Das war auch dringend nötig. Etwa 10 Mio. Arbeitsplätze entsprechen nicht den ergonomischen Anforderungen. „60 Prozent der Deutschen Computergeschädigt“ schreibt das Handelsblatt. Von den Beschäftigten häufen sich die Klagen über gesundheitliche Beschwerden. Verantwort-

lich sind unzureichende Arbeitsplatzgestaltung und Streß, Zeitdruck, mangelnde Einarbeitung und schlechtes Betriebsklima.

Nach einer neuen Studie der Weltgesundheitsorganisation (WHO) wirken sich psychische Störungen stärker am Arbeitsplatz aus als körperliche Leiden, vor allem durch „Verlust an Motivation, Selbstvertrauen, Konzentration und Energie“. Dieser „Tip“ soll dabei helfen, die neuen Bestimmungen im Betrieb umzusetzen.



Foto: BüroWeit-CD

**Sieht Ihr Arbeitsplatz ähnlich aus? Das muß sich ändern!!**

## Wohlbefinden ausdrücklich vorgesehen

Die Verordnung stützt sich u.a. auf eine seit 1993 gültige Norm (DIN/EN 29241 Teil 2 „Allgemeine Leitlinien“) und kann von Beschäftigten und Betriebsräten als gesicherte arbeitswissenschaftliche Erkenntnis genutzt werden.

### Arbeitsaufgaben sind so zu gestalten, daß

- Gesundheit und Sicherheit geschützt werden,
- das individuelle Wohlbefinden gefördert wird und
- die individuellen Fähigkeiten weiterentwickelt werden können.

### Dabei sind insbesondere zu vermeiden

- Über- oder Unterforderung,
- unangemessene Wiederholung immer gleicher Arbeitsvorgänge,
- unangemessener Zeitdruck,
- isoliertes Arbeiten ohne die Möglichkeit zu sozialen Kontakten.

### Arbeitsaufgaben sind ergonomisch gut gestaltet, wenn

- sie die Entfaltung unterschiedlicher Fähigkeiten und Tätigkeiten ermöglichen und dabei die Erfahrungen der BenutzerInnen berücksichtigen,

- die Arbeitsaufgaben als ganze Arbeitseinheiten erkennbar sind und einen wesentlichen Beitrag zur Funktion des gesamten Systems leisten,
- sie dem Benutzer einen angemessenen Handlungsspielraum lassen,
- ausreichende Rückmeldungen erfolgen und
- Möglichkeiten zur Entwicklung vorhandener und neuer Fertigkeiten geben sind.

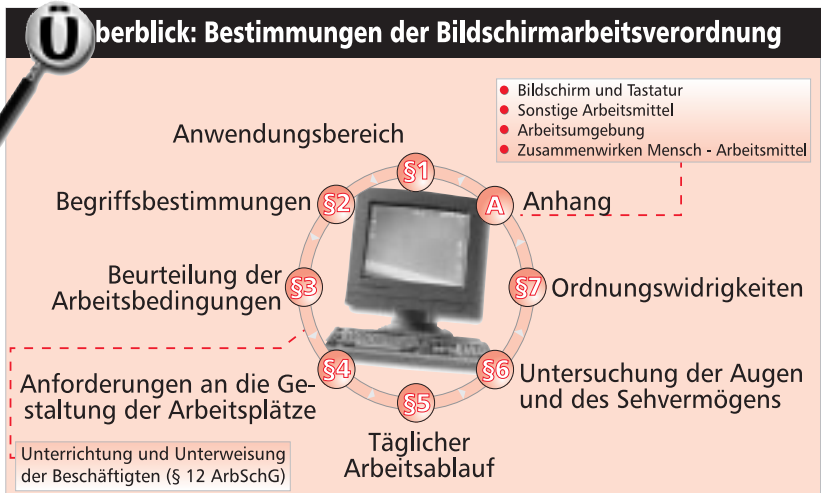
Diese Punkte müssen bei der Arbeitsplatzanalyse gemäß § 3 berücksichtigt werden.

### Befindlichkeitsstörungen

Ergebnisse einer Untersuchung des Berliner Ergonomic-Instituts zum Thema Licht und Gesundheit:

Sehbeschwerden	50%
Augenbrennen	49%
Konzentrationschwäche	44%
rasche Ermüdung	44%
Reizbarkeit	40%
Kopfschmerzen	40%

Diese Situation wird sich weiter verschlechtern, wenn Dauer und Intensität der täglichen Arbeit am Bildschirm zunehmen. Deswegen fordert die Bildschirmarbeitsverordnung im § 5 Mischarbeit oder Pausenregelungen.



# Mein Bildschirmarbeitsplatz: Das

## Bildschirmgerät und Tastatur

1. Die auf dem Bildschirm dargestellten Zeichen müssen scharf, deutlich und ausreichend groß sein sowie einen angemessenen Zeichen- und Zeilenabstand haben.



2. Das auf dem Bildschirm dargestellte Bild muß stabil und frei von flimmern sein; es darf keine Verzerrungen aufweisen.

3. Die Helligkeit der Bildschirmanzeige und der Kontrast zwischen Zeichen und Zeichenuntergrund auf dem Bildschirm müssen einfach einstellbar sein und den Verhältnissen der Arbeitsumgebung angepaßt werden können.



4. Der Bildschirm muß frei von störenden Reflexionen und Blendungen sein.

5. Das Bildschirmgerät muß frei und leicht drehbar und neigbar sein.



6. Die Tastatur muß vom Bildschirmgerät getrennt und neigbar sein, damit die Benutzer eine ergonomisch günstige Arbeitshaltung einnehmen können.

7. Die Tastatur und die sonstigen Eingabemittel müssen auf der Arbeitsfläche variabel angeordnet werden können. Die Arbeitsfläche vor der Tastatur muß ein Auflegen der Hände ermöglichen.

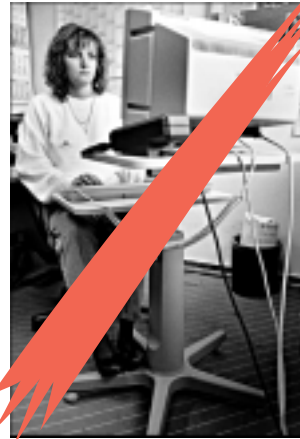


8. Die Tastatur muß eine reflexionsarme Oberfläche haben.

9. Form und Anschlag der Tasten müssen eine ergonomische Bedienung der Tastatur ermöglichen. Die Beschriftung der Tasten muß sich vom Untergrund deutlich abheben und bei normaler Arbeitshaltung lesbar sein.



## Sonstige Arbeitsmittel



10. Der Arbeitstisch bzw. die Arbeitsfläche muß eine ausreichend große und reflexionsarme Oberfläche besitzen und eine flexible Anordnung des Bildschirmgeräts, der Tastatur, des Schriftguts und der sonstigen Arbeitsmittel ermöglichen. Ausreichender Raum für eine ergonomisch günstige Arbeitshaltung muß vorhanden sein. Ein separater Ständer für das Bildschirmgerät kann verwendet werden.

11. Der Arbeitsstuhl muß ergonomisch gestaltet und standsicher sein.



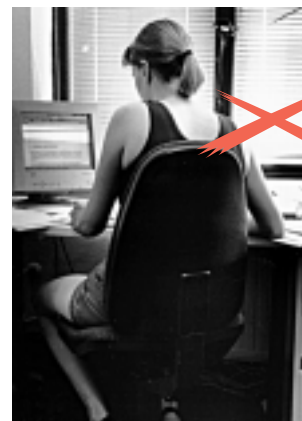
12. Der Vorlagenhalter muß stabil und verstellbar sein und so angeordnet werden können, daß unbequeme Kopf- und Augenbewegungen soweit wie möglich eingeschränkt werden.

13. Eine Fußstütze ist auf Wunsch zur Verfügung zu stellen, wenn eine ergonomisch günstige Arbeitshaltung ohne Fußstütze nicht erreicht werden kann.



## Arbeitsumgebung

14. Am Bildschirmarbeitsplatz muß ausreichender Raum für wechselnde Arbeitshaltungen und -bewegungen vorhanden sein.



15. Die Beleuchtung muß der Art der Seh Aufgabe entsprechen und an das Sehvermögen der Benutzer angepaßt sein; dabei ist ein angemessener Kontrast zwischen Bildschirm und Arbeitsumgebung zu gewährleisten. Durch die Gestaltung des Bildschirmarbeitsplatzes sowie Auslegung und Anordnung der Beleuchtung sind störende Blendwirkungen, Reflexionen oder Spiegelungen auf dem Bildschirm und den sonstigen Arbeitsmitteln zu vermeiden.

# ist das MINDEST!

16. Bildschirmarbeitsplätze sind so einzurichten, daß leuchtende oder befeuchtete Flächen keine Blendung verursachen und Reflexionen auf dem Bildschirm soweit wie möglich vermieden werden. Die Fenster müssen mit einer geeigneten verstellbaren Lichtschutzvorrichtung ausgestattet sein, durch die sich die Stärke des Tageslichteinfalls auf den Bildschirmarbeitsplatz vermindern läßt.



17. Bei der Gestaltung des Bildschirmarbeitsplatzes ist dem Lärm, der durch die zum Bildschirmarbeitsplatz gehörenden Arbeitsmittel verursacht wird, Rechnung zu tragen, insbesondere um eine Beeinträchtigung der Konzentration und der Sprachverständlichkeit zu vermeiden.



18. Die Arbeitsmittel dürfen nicht zu einer erhöhten Wärmebelastung am Bildschirmarbeitsplatz führen, die unzutraglich ist. Es ist für eine ausreichende Luftfeuchtigkeit zu sorgen.



19. Die Strahlung muß - mit Ausnahme des sichtbaren Teils des elektromagnetischen Spektrums - so niedrig gehalten werden, daß sie für Sicherheit und Gesundheit der Benutzer des Bildschirmgerätes unerheblich ist.



## Bestehende Arbeitsplätze (Erläuterung der Fristen des Anhangs)

Gemäß § 4 unterliegen Altarbeitsplätze den Bestimmungen des Anhangs auch dann, wenn diese „wesentlich verändert werden“, z.B. bei

- Wechsel der Beschäftigten,
- Veränderungen im Aufgabenbereich,
- Umorganisation von Arbeitsabläufen,
- Austausch oder Ergänzung bei Hard- und Software,
- Änderung sonstiger Arbeitsmittel und
- Änderung der Arbeitsumgebung.

Außerdem sind gemäß § 4 Abs. 2 Nr. 2 BildschArbV, die Mindestanforderungen sofort einzuhalten, wenn Leben oder Gesundheit der Beschäftigten gefährdet ist.

Das heißt: Wenn im Rahmen der Gefährdungsanalyse offensichtliche Verstöße gegen arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse festgestellt werden, die die Gesundheit der Beschäftigten schädigen können, muß der Arbeitgeber die Bestimmungen des Anhangs auch an den Altarbeitsplätzen (vor dem 20. Dezember 1996 eingerichtet) umsetzen, um diese Gefährdungen auszuschließen.

## Zusammenwirken Mensch-Arbeitsmittel



20. Die Grundsätze der Ergonomie sind insbesondere auf die Verarbeitung von Informationen durch den Menschen anzuwenden.

21. Bei Entwicklung, Auswahl, Erwerb und Änderung von Software sowie bei der Gestaltung der Tätigkeit an Bildschirmgeräten hat der Arbeitgeber den folgenden Grundsätzen, insbesondere im Hinblick auf die Benutzerfreundlichkeit, Rechnung zu tragen:

21.1 Die Software muß an die auszuführende Aufgabe angepaßt sein.

21.2 Die Systeme müssen den Benutzern Angaben über die jeweiligen Dialogabläufe unmittelbar oder auf Verlangen machen.

21.3 Die Systeme müssen den Benutzern die Beeinflussung der jeweiligen Dialogabläufe ermöglichen sowie eventuelle Fehler bei der Handhabung beschreiben und deren Beseitigung mit begrenztem Arbeitsaufwand erlauben.

21.4 Die Software muß entsprechend den Kenntnissen und Erfahrungen der Benutzer im Hinblick auf die auszuführende Aufgabe angepaßt werden können.



22. Ohne Wissen der Benutzer darf keine Vorrichtung zur qualitativen oder quantitativen Kontrolle verwendet werden.

## Neue Arbeitsplätze (Erläuterung der Fristen des Anhangs)

Die Bestimmungen des Anhangs gelten sofort an allen Bildschirmarbeitsplätzen, die nach dem 20.12.1996 in Betrieb genommen wurden.

**Zunehmend werden positive Erfahrungen mit Programmen zur Gesundheitsförderung im Betrieb gemacht. Die GHK unterstützt solche Projekte durch Anregung und Beratung.**

In "Gesundheitszirkeln" diskutieren Beschäftigte, Vorgesetzte und Fachleute unter Leitung eines Moderators über Möglichkeiten zum Belastungsabbau. In Abteilungsbesprechungen werden Ursachen für Konflikte und der Umgang damit erörtert. Teilweise werden gemeinsam Übungen zur Entspannung und Problembewältigung trainiert. Entscheidend für den Erfolg solcher Aktionen ist, ob ein ernster Wille zur Veränderung des gegenwärtigen Zustandes bei allen Beteiligten vorhanden ist. Die folgenden Anforderungen haben dabei eine wesentliche Rolle gespielt.

### Der Mensch im Mittelpunkt

Voraussetzung für das Gelingen ist, daß der einzelne Beschäftigte mit allem, was er zu sagen hat, überhaupt ernst genommen wird. Nur ein angstfreies, offenes Diskussionsklima kann ein gemeinsames Projekt zum Erfolg führen.



### Zeitdruck abbauen



Von Kunden produzierter Zeitdruck wird häufig innerbetrieblich durch schlechte Arbeitsorganisation und Hierarchieprobleme noch verstärkt. Das ist gefährlich für die Gesundheit und die Produktivität! Angst vor Versagen ist ein starker Stressor und produziert Unsicherheit und Denkblockaden. *Weniger Zeitdruck heißt weniger Fehler!* In unserer Arbeitswelt müssen immer kompliziertere Aufgaben gelöst werden, selten reichen dafür einfache Ja-Nein-Entscheidungen.

**Gute Arbeitsbedingungen erhöhen nicht nur das Wohlbefinden sondern auch die Leistung!**



Es liegt auf der Hand, daß Beschäftigte z.B. mit Kopfschmerzen, Sehbeschwerden und Rückenschmerzen in ihrer Leistungsfähigkeit erheblich gemindert sind. Hektik und Angst, etwas nicht zu schaffen, Fehler zu machen usw., mindern die Produktivität zusätzlich!

Dennoch stoßen Verbesserungsvorschläge der Beschäftigten und der Betriebsräte beim Management häufig auf taube Ohren. Begründungen: zu teuer, geht nicht usw., usf.. Das ist nicht nur ärgerlich für die Betroffenen und demotivierend dazu, sondern auch betriebswirtschaftlich kurzsichtig.

Wenn der Arbeitgeber notwendige Verbesserungen unterläßt, die Arbeit über Gebühr belastet, ist eigene Initiative notwendig:

### Was jeder selber tun muß

- Zwangshaltungen vermeiden, öfter mal aufstehen und herumgehen, bei dauerhaftem Blickkontakt zum Bildschirm Pausen einlegen, Augentraining durchführen oder den Blick öfter vom Bildschirm abwenden.
- Betriebsrat und Vorgesetzte ansprechen, wenn Mängel offensichtlich werden.
- Notfalls Beschwerderecht nutzen.
- Auf einer Unternehmung über die Vermeidung von Gesundheitsgefahren am Bildschirm bestehen.



### Was der Betriebsrat tun kann



- Besonders bei der Neueinrichtung von Arbeitsplätzen Vorschläge für eine gesundheitsgerechte Gestaltung der Bildschirmarbeit im Planungsstadium machen und auf der Einhaltung der Vorschriften bestehen.
- Die Durchführung der Unternehmung der Beschäftigten mitgestalten.
- Arbeitsplatzanalyse und Maßnahmenkatalog verlangen, für eine sorgfältige Dokumentation sorgen.
- Beschwerden behandeln und auf Abhilfe dringen.

### Aufgaben der Betriebsärzte und Sicherheitsfachkräfte

- Sie sollen den Arbeitgeber, den Betriebsrat und die Arbeitnehmer beraten.
- Sie sollen die Gefährdungspotentiale, einschließlich der Streßbelastungen, untersuchen.
- Sie sollen dem Arbeitgeber Vorschläge zur Abhilfe machen.



## ghk kooperiert bei der Gesundheitsförderung mit den Krankenkassen

Nach der erfolgreichen Sicherung der vollen Lohnfortzahlung im Krankheitsfall in weiten Bereichen unserer Organisation (z. B. MTN) gehört nun die Frage „Gesundheitsförderung“ auf die Tagesordnung.

Die GHK unterstützt Betriebsräte, die gemeinsam mit den Krankenkassen betriebliche Gesundheitsförderungsprojekte durchführen und strebt eine Ausweitung auf weitere Betriebe an. Im Industriebereich arbeiten wir bisher mit der AOK und im Handwerksbereich mit den Innungskrankenkassen (IKKs) zusammen.

### Gesundheitsförderung bereits in der Berufsschule

In der beruflichen Ausbildung von Tischlern bestehen Projekte mit der IKK, das Thema Gesundheitsförderung in der Berufsschule, z. B. im Sportunterricht, zu behandeln. Interessierte LehrerInnen und Azubis können weitere Informationen bei der GHK anfordern.

## Neue Literatur und Arbeitshilfen

- Im Februar erscheint eine Dokumentation der GHK und IG Metall zur Bildschirmarbeitsverordnung mit Arbeitshilfen.
- Das Handbuch „Bildschirmarbeit - mehr Arbeitsschutz am Computer“ von Gottfried Richenhagen und anderen ist im Luchterhandverlag neu aufgelegt und aktualisiert worden. Darin enthalten ist der 100-Fragen-Test.
- Verschiedene Institutionen (z. B. die VerwaltungsBG) und Verlage bieten Informationsmaterial und Software zur Erleichterung bei der Arbeitsplatzanalyse und Bewertung der Gefährdungen an.

### Impressum

Herausgegeben vom Hauptvorstand der Gewerkschaft Holz und Kunststoff, Sonnenstraße 10, 40227 Düsseldorf. Verantwortlich: Wolfgang Rhode.

Dieser „TiP“ wird als Beilage in der Holzarbeiter-Zeitung veröffentlicht und ist darüber hinaus als Informationsblatt für die betriebliche Arbeit zu bekommen. Weitere Informationen bei: Bert Römer, Tel. 0211/77 03-0, Telefax: 0211/77 03 201. Text und Gestaltung: Bert Römer/Peter Altenburg/Frank Scheweppe.