

Die 3 + 3 Belastungsfaktoren für den Rücken im Film und an meinem Arbeitsplatz

Welche Belastungen werden in welcher Szene im Film angesprochen? Notiere dazu den Namen des Azubis im Film sowie ein Stichwort in das entsprechende Feld.

		Im Film	In meinem Betrieb	Und wo an meinem Körper spüre ich die Belastung?
Physische Belastungen für den Rücken	manuelle Lastenhandhabung	<ul style="list-style-type: none"> • Heben, Halten, Tragen • Ziehen, Schieben 	_____	_____
	Arbeiten mit wenig oder ohne Bewegungsfreiheit (erzwungene Körperhaltung)	<ul style="list-style-type: none"> • Sitzen oder Stehen ohne Pause • gebeugter Oberkörper • Hocken, Knien, Liegen • Arme länger über Schulterniveau 	_____	_____
	Arbeiten mit erhöhtem Kraftaufwand	<ul style="list-style-type: none"> • regelmäßiges Schlagen oder Klopfen mit der Hand • erhöhter Kraftaufwand durch Betätigung von Maschinen 	_____	_____
Psychische Belastungen für den Rücken	Zeitdruck	<ul style="list-style-type: none"> • zu wenig oder kurze Pausen • Termindruck • kurze Bearbeitungszeiten 	_____	_____
	Qualitätsdruck	<ul style="list-style-type: none"> • hohe Qualitätsanforderungen • mangelnde Unterweisung • unklarer Arbeitsauftrag 	_____	_____
	Sozialdruck	<ul style="list-style-type: none"> • wenig Zusammenarbeit • Erwartungshaltung von Kollegen • Personalmangel 	_____	_____

Häufigkeit Rückenbelastung am Arbeitsplatz

Wie häufig kommt das an meinem Arbeitsplatz vor?

Physische Belastungen für den Rücken

		nie	selten	öfters	häufig	Ein typisches Beispiel
manuelle Lastenhandhabung	• Heben, Halten, Tragen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• Ziehen, Schieben	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Arbeiten mit wenig oder ohne Bewegungsfreiheit (erzwungene Körperhaltung)	• Sitzen oder Stehen ohne Pause	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• gebeugter Oberkörper	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• Hocken, Knien, Liegen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• Arme länger über Schulterniveau	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Arbeiten mit erhöhtem Kraftaufwand	• regelmäßiges Schlagen oder Klopfen mit der Hand	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• erhöhter Kraftaufwand durch Betätigung von Maschinen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Psychische Belastungen für den Rücken

Zeitdruck	• zu wenig oder kurze Pausen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• Termindruck	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• kurze Bearbeitungszeiten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Qualitätsdruck	• hohe Qualitätsanforderungen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• mangelnde Unterweisung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• unklarer Arbeitsauftrag	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Sozialdruck	• wenig Zusammenarbeit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• Erwartungshaltung von Kollegen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	• Personalmangel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

