

Ressourcenorientierte Ergonomieberatung

Beratungskonzept

Inhalt.....	3
Ergonomie – mehr als nur eine Haltungsfrage	4
Grundlagen	5
Die Belastungsursachen im Kontext	5
Ressourcenorientierte Ergonomieberatung – Zielgenaue Beratung.....	6
Nutzen der Ressourcenorientierten Ergonomieberatung	7
Methodik der Ressourcenorientierten Ergonomieberatung.....	7
Ablauf einer typischen Ressourcenorientierten Ergonomieberatung	8
Umfang der Ressourcenorientierten Ergonomieberatung.....	9
ergosens.....	10

Grundlagen

Ergonomie – mehr als nur eine Haltungsfrage

Ergonomie ist die Wissenschaft der Interaktion zwischen Mensch und seiner Umwelt. Ergonomie ist eine transdisziplinäre Wissenschaft. Physiologie, Psychologie, Soziologie, Ingenieurwissenschaften, Architektur und weitere Disziplinen tragen zur Entwicklung menschengerechter Arbeitsbedingungen bei.

Ergonomie kann in eine Entwicklerebene und eine Anwender Ebene unterschieden werden. Auf der Entwicklerebene finden sich das Design von Geräten und Mobiliar sowie die Entwicklung von Arbeitsprozessen.

Auf der Anwenderseite geht es um die Anpassung von Mobiliar und Geräten sowie um die Unterstützung der Mitarbeitenden im Umgang mit ihrem Arbeitsplatz. Die ressourcenorientierte Ergonomieberatung von ergosens befasst sich mit dieser Ebene der Ergonomie.

Wenn einE MitarbeiterIn unter Beschwerden am Arbeitsplatz leidet, weiss man noch nicht, ob die Beschwerden aufgrund schlechter Haltung, ungünstig eingestellten Mobiliars oder wegen Stress oder Konflikten im Betrieb entstanden sind. Deshalb greift es zu kurz, lediglich eine Haltungsschulung zu organisieren oder das Mobiliar von einem Fachmann begutachten zu lassen.

In den meisten Unternehmen arbeitet eine Mehrheit der Mitarbeitenden ohne Beschwerden. Diese Mitarbeitenden verfügen offensichtlich über Ressourcen, die ihnen helfen, den vielfältigen Belastungen bei der Arbeit standhalten zu können.

Die ressourcenorientierte Ergonomieberatung von ergosens verfolgt das Ziel, die unter Belastung leidenden Mitarbeitenden beim Erwerb der notwendigen Ressourcen individuell zu unterstützen.

Die Belastungsursachen im Kontext

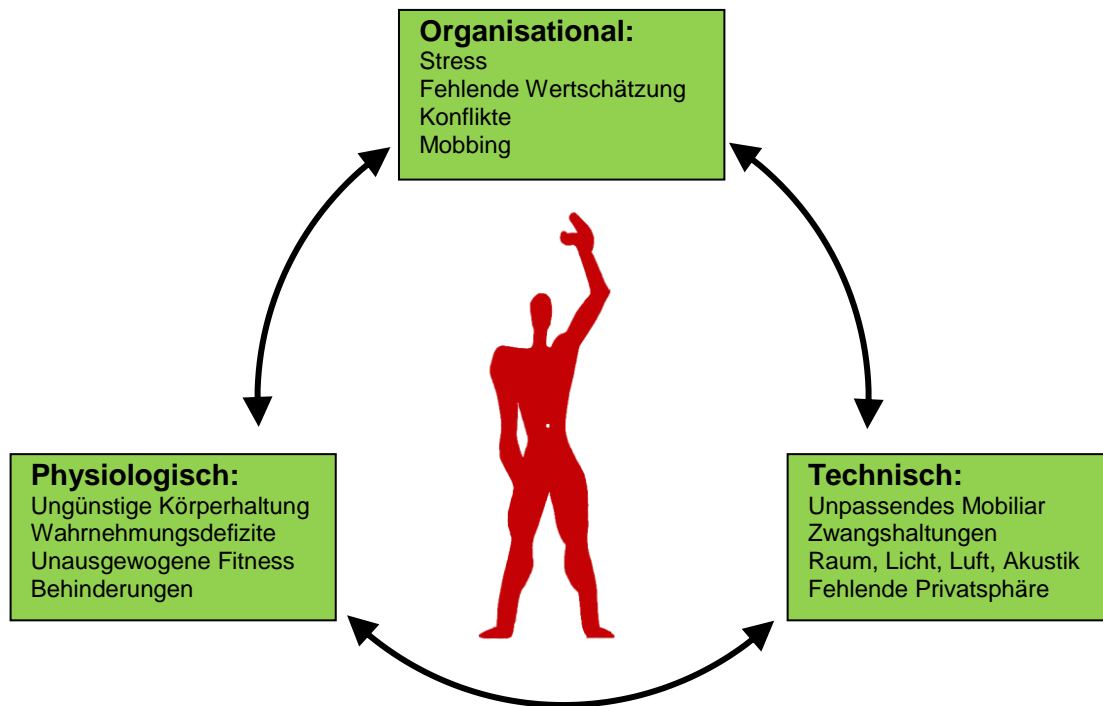


Abb. 1 Zusammenhänge der Belastungsursachen am Arbeitsplatz

Organisational:

Das Engagement des Arbeitgebers für gute Arbeitsbedingungen stärkt die Loyalität der Mitarbeitenden und ist oft der Hauptgrund, wenn die Mitarbeitenden auch an suboptimalen Arbeitsplätzen nur wenig unter Beschwerden leiden.

Technisch:

Wichtiger als die neuste Technik ist die Anpassbarkeit des Arbeitsplatzes. Je leichter die Mitarbeitenden ihren Arbeitsplatz selbständig an ihre Bedürfnisse anpassen können, desto seltener treten gravierende Beschwerden auf.

Physiologisch:

Eine wache Selbstwahrnehmung und eine ausgewogene Fitness erlauben den Mitarbeitenden, frühzeitig auf ungünstige Haltung zu reagieren und ihr Wohlbefinden wieder herzustellen.

Ressourcenorientierte Ergonomieberatung – Zielgenaue Beratung

Beschwerden am Arbeitsplatz werden von jedem Menschen unterschiedlich erlebt. Für die einen Mitarbeitenden mag eine individuelle Haltungs- und Bewegungsschulung an ihrem Arbeitsplatz die gewünschte Lösung bringen, für andere ist es eine Veränderung der räumlichen Gegebenheiten, ein passenderes Möbelstück oder Gerät und wieder für andere der Dialog mit Vorgesetzten. Oft findet sich die Lösung in einer individuellen Mischung dieser Faktoren.

Die ressourcenorientierte Ergonomieberatung von **ergosens** widmet sich zielgenau den Mitarbeitenden, die ein Verbesserungspotenzial im Umgang mit ihrem Arbeitsplatz erkennen oder bereits unter Beschwerden leiden.

Das Kernstück der ressourcenorientierten Ergonomieberatung von **ergosens** ist die individuelle Beratung. Die Beratung ist multimodal und orientiert sich individuell an der Wirksamkeit für jeden Mitarbeitenden.

Nutzen der Ressourcenorientierten Ergonomieberatung

- Die zielgenaue Beratung am Arbeitsplatz und die individualisierte Methodik ermöglichen eine hohe Wirksamkeit bei geringem Aufwand.
- Information und Beratung werden getrennt vermittelt. Dadurch erhalten Mitarbeitende, die keine Beratung benötigen, wertvolle Informationen, ohne dass sie an zeitraubenden Schulungen teilnehmen müssen.
- Kein schulungsbedingter Unterbruch der Arbeit dank individueller Beratung. Erfahrungsgemäss nehmen rund 10-20% der Belegschaft an den Beratungen teil.

Methodik der Ressourcenorientierten Ergonomieberatung

- Phase 1, **Orientierung**:
Betriebsbegehung
informelle Kurzinterviews
Ermittlung ergonomischer Hotspots
Berichterstellung
- Phase 2, **Information**:
Kurze Präsentation des Berichts für die Belegschaft (ca. 45 Minuten)
Information zum Beratungsangebot
Erstellung einer Liste der Beratungsinteressierten
- Phase 3, **Beratung**
Individuelle, vertrauliche Beratung (20 Minuten pro Mitarbeitender)
- Phase 4, **Controlling**
Schriftliche Kurzbefragung zu Veränderungen nach ca. 3 Monaten
Auf Wunsch Wiederholung von Phase 3 nach einem Jahr

Ressourcenorientierte Ergonomieberatung

Ablauf einer typischen Ressourcenorientierten Ergonomieberatung

Bei einer **begleiteten Begehung** der Abteilungen oder der Firmenräumlichkeiten protokolliert der Berater fotografisch und schriftlich allfällige ergonomische Hotspots, d.h. ungünstige räumliche Verhältnisse, Luftqualität, Belichtung natürlich und künstlich, Stolperfallen etc. Dabei befragt er einzelne Mitarbeitende zu ihrem Wohlbefinden und möglichen Fragen, die sie beschäftigen.

An einer **kurzen Informationsveranstaltung** wird der Bericht der Belegschaft vorgestellt, über allgemeine Möglichkeiten zur Qualitätsverbesserung orientiert und der Ablauf der Beratungsphase erläutert. **Die Vertraulichkeit der Beratung wird explizit zugesichert.** Die Mitarbeitenden erhalten die Möglichkeit, sich auf einer Liste für eine Beratung an einem definierten Datum einzutragen.

Anlässlich der 20-minütigen **individuellen Beratung** werden die individuellen Belastungsfaktoren bearbeitet. Die Lösungsvorschläge erfolgen je nach Bedarf auf der physiologischen, technischen oder organisationalen Ebene. Falls weitergehende Massnahmen erforderlich sein sollten, werden die Mitarbeitenden eingeladen, die vorgängig definierte Stelle darüber zu informieren.

Nach rund drei Monaten findet eine Kurzbefragung zu den Veränderungen am Arbeitsplatz statt. Die Erkenntnisse werden anonymisiert an den Auftraggeber zurückgemeldet.

Umfang der Ressourcenorientierten Ergonomieberatung

Je nach Betriebsgrösse dauert die Begehung des Unternehmens oder der Abteilungen zwischen einer Stunde und einem halben Tag. Falls mehrere Standorte involviert sind, dauert die Begehung entsprechend länger.

Die Informationsveranstaltung für die Belegschaft dauert maximal 45 Minuten. Bei Schichtbetrieb oder in Grossfirmen wird die Informationsveranstaltung mehrmals durchgeführt.

Die Beratung dauert 20 Minuten pro Person. Wenn sich die Mitarbeitenden an einem Standort befinden, können maximal 18 MA pro Tag beraten werden.

Der Gesamtaufwand für das Unternehmen beträgt also 45 Minuten für die ganze Belegschaft plus 20 Minuten pro Person, die an der Beratung teilnimmt.

ergosens

ergosens steht für ein umfassendes Beratungsangebot im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung, Persönlichkeitsentwicklung und Ergonomie.

ergosens geht von der Einsicht aus, dass Produktivität, betriebliche Gesundheit, Betriebskultur und die Gestaltung des Arbeitsumfeldes in einem engen systemischen Zusammenhang zueinander stehen.

ergosens unterstützt Mitarbeitende, Teams und Unternehmen bei der Entwicklung der wirksamsten Massnahmen zur Bewältigung von Belastungen.

ergosens verfolgt eine ressourcenorientierte und zielorientierte Strategie. Die Produktivität, die Gesundheit der Mitarbeitenden und die Arbeitszufriedenheit gelten als Gradmesser für die Gesundheit des gesamten Systems.

ergosens ist mit kompetenten Partnern in den Bereichen Organisationsentwicklung, Persönlichkeitsentwicklung und Ernährung vernetzt und bietet dadurch auch bei hoch komplexen und umfangreichen Aufgaben die perfekte individuelle und effektive Unterstützung.



Konrad Wiesendanger ist Coach, Ergonomieberater, und Bewegungspädagoge. Durch seinen gleichzeitigen Fokus auf Organisation, Verhalten der Mitarbeitenden sowie auf die Gestaltung des Arbeitsumfeldes unterstützt er seine Klienten auf pragmatische und effiziente Weise bei der Entwicklung von nachhaltigen Lösungen im betrieblichen System.