

# Besser arbeiten mit Living Ergonomics

Ende 2012 wurde das Projekt „Living Ergonomics“ im John Deere Werk in Bruchsal eingeführt. Hierbei werden arbeitsmedizinische Erkenntnisse bei der Gestaltung von Arbeitsplätzen und beim Arbeiten selbst stärker in den Mittelpunkt gestellt.



Hinter einem Hebezug sollte der Körperschwerpunkt abgesenkt und aus der Schrittstellung geschoben werden. Dies entlastet Rücken und Knie.



Typische Haltung, aber falsch: ein krummer Rücken.



So sieht ein gerader Rücken aus. Öfter mal daran denken.

>>> Wenn sich Mitarbeiter heute im Montagebereich oder in der Fertigung im John Deere Werk in Bruchsal zwischendurch dehnen und strecken, um ihre Muskulatur zu lockern, wundert sich niemand darüber. Anders war es noch vor knapp drei Jahren, als das Pilotprojekt „Living Ergonomics“ gerade erst gestartet war und die wenigsten wussten, was sich hinter dem Begriff verbirgt. Wer im Internet sucht, erfährt, dass es sich hierbei um die Wissenschaft von der menschlichen Arbeit handelt. Genauer erklärt es Dr. Jörg Dahlhaus vom Institut für Bewegungsmedizin in Mannheim: „Ergonomie beschäftigt sich mit der Anpassung der Arbeitsbedingungen an den Menschen – und nicht umgekehrt.“ Seinen Worten zufolge hat sich der menschliche Körper seit der Steinzeit kaum verändert. Trotzdem soll sich dieser reibungslos an den modernen Arbeits- und Lebensprozess anpassen.

## Ergonomielandkarte für Arbeitsplätze

Im Auftrag von John Deere und der Siemens-Betriebskrankenkasse hat der Bewegungsmédiziner Dahlhaus für das Pilotprojekt anfangs eine Bestandsaufnahme der Arbeitsplätze im Werk Bruchsal erhoben. Hierfür hat er 64 Teilnehmer aus der Montage, der Fertigung und im Büro bei der Arbeit begleitet und jeden ihrer Schritte und Handgriffe beobachtet, dokumentiert und ausgewertet. Alles mit dem Ziel, eine objektive Arbeitsplatzbeschreibung in Form einer so genannten Ergonomielandkarte zu erstellen, welche Auskunft darüber gibt, wie hoch die Belastung des einzelnen Arbeitsplatzes ist. In einem weiteren Schritt wurde der Work Ability Index (WAI) erfasst, der die Leistungsfähigkeit und das individuelle Befinden des Einzelnen an seinem Arbeitsplatz analysiert. Dabei überraschten einige Ergebnisse. So waren zum Beispiel die Belastungsfelder in der Montage teilweise höher als in der Schweißerei und in beiden Bereichen spielten Schulterprobleme eine größere Rolle als



*Hilft bei Verspannungen: Ausfallschritt und Hüfte vorschieben.*



*Beim Bücken in Schrittstellung gehen und die Beine beugen.*



*Dynamisches Arbeiten aus den Beinen ist gesünder.*

Rückenprobleme, welche vor allem im Büro häufig zu finden sind. „Der Geschäftsführung war es sehr wichtig, eine neutrale Bewertung von den Arbeitsplätzen zu haben. Mit Hilfe der Ergonomielandkarte haben wir jetzt ein von allen Beteiligten anerkanntes und transparentes Instrument, wenn es darum geht, einen Mitarbeiter wieder einzugliedern“, sagt Daniel Metz, Manager Assembly. Dies kann auch Maja Mikulic, HR Project Coordinator und zuständig für die Einführung des betrieblichen Eingliederungsmanagements (BEM), bestätigen: „Im BEM Integrationsteam können wir anhand der Ergokarte schnell erkennen, welcher Arbeitsplatz für einen Mitarbeiter geeignet ist, wenn er beispielsweise nach einer Erkrankung noch Einschränkungen im Schulterbereich hat.“ Damit die „Ergokarte“ immer auf einem aktuellen Stand ist, soll sie regelmäßig erneuert werden.

### **Eine Antwort auf die Demografie**

Das Projekt „Living Ergonomics“ ist langfristig angelegt. Nach dem erfolgreichen Pilot wurden mittlerweile alle 800 Mitarbeiter mit einbezogen. Sie erhalten auf freiwilliger Basis ein individuelles Gesundheits- und Verhaltenstraining mit speziell auf den Einzelnen ausgerichtetem Informationsmaterial mit Übungen. „Gesundheit muss im Alltag gelebt werden, um effektiv zu sein. Die Leute sollen immer häufiger daran denken“, so Dahlhaus. Er betont, dass „Living Ergonomics“ kein Fitnessprogramm ist, sondern mehr als Prävention und Denkanstoß für die Gesunderhaltung auch in der Freizeit verstanden werden sollte.

Für die Bruchsaler Geschäftsführung ist „Living Ergonomics“ vor allem eine Reaktion auf den demografischen Wandel in der Gesellschaft, der dazu führen wird, dass der Anteil der älteren

Mitarbeiter immer größer wird. Derzeit liegt das Durchschnittsalter in Bruchsal bei etwa 44 Jahren. Ähnlich sieht es auch Gunter Bleier, Vorsitzender des Betriebsrates in Bruchsal: „Seit Jahren bestimmen altersgerechte Arbeitsplätze die Diskussion in Bruchsal. Allein die demografische Entwicklung der Belegschaften und die gesetzlichen Vorgaben im Zusammenhang mit BEM machen es notwendig, von einer theoretisch geführten Debatte zu der Einleitung konkreter Maßnahmen zu kommen.“

Daneben zwingen auch ökonomische Gründe, über die Schaffung personengerechter Arbeitsbedingungen stärker nachzudenken. Schließlich sind die Kosten für krankheitsbedingte Fehlzeiten sowohl für den Arbeitgeber als auch die Krankenkasse hoch. Daher ist es umso wichtiger, einen Arbeitsplatz möglichst so zu gestalten, dass eine Person bestenfalls bis zu ihrer Rente ohne Krankentage arbeiten kann. Zudem sind Mitarbeiter leistungsfähiger und motivierter, wenn ihr Arbeitsplatz möglichst optimal gestaltet ist. Die Erfahrungen aus dem Projekt zeigen, dass es manchmal nur Kleinigkeiten sind, die den Alltag für den Einzelnen erleichtern, zum Beispiel höhenverstellbares Mobiliar oder Einlagen in Schuhen. An anderer Stelle sind die Arbeitsmittel in Ordnung, aber der Mensch schädigt durch falsches Verhalten seine Gesundheit, wie beim Heben von schweren Lasten mit krummem Rücken. „Die Erkenntnisse aus Living Ergonomics sind ein Puzzle-Stück, was uns bislang noch gefehlt hat“, erklärt Daniel Metz und verweist auch auf den Krankenstand, der sich seit Projektbeginn verbessert hat. Für die Arbeitsplanung in der neuen Schweißerei sind die neu gewonnenen Kenntnisse bereits mit eingeflossen. Hierbei habe den Planern vor allem das intensive arbeitsmedizinische Training geholfen, sagt Hubert Hering, Leiter der Arbeitsvorbereitung (ME).