

## **M5-EN.9. MENTALE LASTEN, PLANUNG UND ANDERE GEFÄHRDUNGEN**

### M5-EN.9.1. Mentale Lasten

M5-EN.9.1.1. Aktivitäten, soziales Umfeld, Sicherheitsmaßnahmen

M5-EN.9.1.2. Arbeitsplanung

M5-EN.9.1.3. Sicherheitsmaßnahmen

### M5-EN.9.2. Planung

M5-EN.9.2.1. Gefährdungsfaktoren

M5-EN.9.2.2. Sicherheitsmaßnahmen

### M5-EN.9.3. Andere Gefährdungsfaktoren

M5-EN.9.3.1. Schutzausrüstung und andere Gefährdungsfaktoren

M5-EN.9.3.2. Technischer Zustand der Fahrzeuge

### M5-EN.9.4. Selbsttestaufgaben

### **Kurzbeschreibung des Kapitels:**

In diesem Kapitel werden typische **Gefährdungsfaktoren entstehend durch mentale Lasten und Arbeitsplanung ##G23##**, denen ein Fahrer einer Transportfirma ausgesetzt ist, vorgestellt und untersucht.

Die **Ziele** dieses Kapitels sind:

- Die Merkmale typischer Gefährdungsfaktoren aus Planung und mentalen Lasten, denen ein Fahrer einer Transportfirma ausgesetzt ist, zu unterscheiden;
- Beispiele geben und erklären wie die Gefährdungen sich äußern bzw. zeigen;
- Empfehlungen zum Thema Arbeitssicherheitsmaßnahmen geben.

Das Material das in diesem Kapitel vorgestellt wird, soll Angestellten, Arbeitgebern und Firmeninhabern bei der Identifikation von Gefährdungsfaktoren, Prävention und Sicherheitsmaßnahmen helfen und dahingehende Empfehlungen aussprechen

### **M5-EN.9.1. Mentale Lasten (M5.9.1.1.jpg)**

#### **M5-EN.9.1.1. Aktivitäten, soziales Umfeld, Sicherheitsmaßnahmen**

Bei der Beurteilung dieses Gefährdungsfaktors sollte das folgende untersucht und identifiziert werden:

- Ist der Fahrer in der Lage sich im Straßenverkehr zu bewegen?
- Hat der Fahrer genügend Informationen über seine Arbeit und wird er regelmäßig über potentielle Gefährdungen informiert?
- Sind die Beziehungen und die Kommunikation zwischen den Mitarbeitern gut?
- Gibt es Konflikte zwischen den Angestellten?
- Ist die Krankheitsrate hoch und kündigen Mitarbeiter oft?

Die folgenden **Sicherheitsmaßnahmen** werden empfohlen, um die negativen Auswirkungen durch das **soziale Umfeld und Aktivitäten** zu reduzieren:

- Regelmäßige Gesundheitskontrollen;
- Regelmäßiges Informieren der Fahrer;
- Anweisungen;
- Fahrersicherheitstraining;
- Regelmäßige Diskussionen um den Zusammenhalt zwischen den Mitarbeitern zu fördern;
- Persönliche Gespräche um Unzufriedenheit und unterschwellige Konflikte zu vermeiden;
- Planung, Überlegung die Arbeit anders zu ordnen und Methoden entwickeln um die Arbeitsleistung zu verbessern.

### **M5-EN.9.1.2. Arbeitsplanung**

Bei der Beurteilung dieses Gefährdungsfaktors sollte das folgende inspiziert und identifiziert werden:

- Führt der Fahrer oft zu Stoßzeiten?
- Führt der Fahrer oft lange Distanzen?
- Hat der Fahrer oft Hindernisse im Verkehr (z.B. Verkehrsstaus) und muss er Liefertermine einhalten?
- Führt der Fahrer oft alleine zu unbekanntem Orten?
- Muss der Fahrer, anstelle des Chefs, schnelle Entscheidungen treffen (z.B. annehmen oder ablehnen von unerwarteten Ladungen oder Transportaufträgen)?
- Führt der Fahrer oft unter erschwerten Strassenbedingungen (z.B. Regen, Schnee, glatte Strassen, Nebel oder Dunkelheit)?
- Führt der Fahrer oft unter extremen Wetterbedingungen (z.B. Hitze im Sommer)?
- Wird der Fahrer regelmäßig über gesetzliche Bestimmungen informiert?
- Gibt es einen internen Fahrzeugwartungs- und Reparaturplan welcher auch eingehalten wird?
- Werden Fahrer an der Einsatzplanung beteiligt?
- Wird eine Unfallstatistik geführt und mit den Angestellten besprochen?
- Haben Angestellte die Möglichkeit Verbesserungsvorschläge zur Sicherheit und der Arbeitsplanung zu machen?
- Sind die Angestellten darüber informiert, dass die Fahrtüchtigkeit und Sicherheit des Fahrzeugs vor jeder Fahrt überprüft werden muss?

### **M5-EN.9.1.3. Sicherheitsmaßnahmen**

Die folgenden **Sicherheitsmaßnahmen** werden empfohlen um die negativen Auswirkungen von **schlechter Planung** zu reduzieren:

- Vermeiden Sie Müdigkeit durch zu lange Konzentration (z.B. sorgen Sie für genügend Pausen, wählen Sie die Arbeitszeiten angemessen; kürzen Sie die pro Tag zurückzulegenden Fahrtstrecken etc.);
- Reduzieren oder eliminieren Sie aggressiven Fahrstil, welcher zu Unfällen führen kann, reduzieren Sie die Psychoemotionale Last (z.B. Handy um Verspätungen anzukündigen, planen Sie genug Zeit für die Fahrt ein; Autogenes Training oder andere Entspannungs- und Stressbewältigungsmethoden);
- Reduzieren Sie Nebentätigkeiten welche die Unaufmerksamkeit im Verkehr erhöhen (z.B. Navigationsysteme mit Freisprechanlagen etc.);
- Vermeiden Sie Konflikte welche durch inkompetente Entscheidungen entstehen (z.B. schaffen Sie Möglichkeiten solche Entscheidungen am Telefon zu klären etc.);
- Reduzieren Sie mögliche Gefährdungen durch Wetterbedingungen, Müdigkeit usw. (z.B. planen Sie genug Zeit für die Fahrt ein; benutzen Sie an die Außenbedingungen angepasste Reifen; Klimaanlage im Fahrzeug, Fahrpausen etc.);
- Training;
- Benennen Sie Personen, die für die Fahrzeugpflege und -reparatur verantwortlich sind;
- Beteiligen Sie Angestellte am Planungsprozess;
- Führen Sie Besprechungen mit Angestellten durch, Verbesserungsvorschläge, Qualitätsverbesserungsprozesse;
- Genaue Anweisungen.

### **M5-EN.9.2. Planung (M5.9.2.1.jpg)**

#### **M5-EN.9.2.1. Gefährdungsfaktoren**

Bei der Beurteilung der Gefährdungsfaktoren der **Arbeitsplanung** sollte folgendes beachtet werden:

- Fortschritt der Tätigkeit;
- Benötigte Zeit für die Tätigkeit;
- Qualifikation des Angestellten;
- Anweisungen;
- Verantwortung.

Bei der Beurteilung dieses Gefährdungsfaktors sollte das folgende **untersucht und identifiziert** werden:

- Werden andere Arbeiten zusätzlich zum Fahren erledigt (z.B. Fahrkartenverkauf, Be- und Entladen und Fahrzeugwartung)?
- Wird sich an die Arbeitspläne gehalten?
- Ist die Fahrzeugbeherrschung gegeben?
- Hält sich der Fahrer an die Fahr- und Pausenzeiten?
- Sind alle Personen die selbstständig Fahrzeuge (Fahrer) oder Arbeitsgeräte (Gabelstapler) bedienen, autorisiert, fähig, ausgebildet und haben eine entsprechende Fahrerlaubnis?
- Muss der Fahrer einen Personenbeförderungsschein besitzen?
- Wurden Angestellte vor der Einstellung, und während der Arbeit regelmäßig, über die Gefahren (z.B. Gefahrgut) sowie die Maßnahmen zur Vermeidung informiert?
- Ist der Angestellte mit der Art von Fahrzeug vertraut?
- Ist der Angestellte in der Lage den Anhänger abzuhängen und ihn festzusetzen?
- Ist der Fahrer über die Abläufe im Falle einer Fahrzeugpanne informiert?
- Verstehen die Angestellten Ihre Verpflichtungen?

#### **M5-EN.9.2.2. Sicherheitsmaßnahmen**

Die folgenden **Sicherheitsmaßnahmen** werden empfohlen um negative Effekte, resultierend aus **falscher Arbeitsplanung**, zu vermeiden:

- Organisieren Sie die Arbeit zweckmäßig und halten Sie Nebentätigkeiten aus der Arbeitsbeschreibung raus;
- Stellen Sie das strikte Einhalten der Arbeitspläne sicher;
- Halten Sie die Fahr- und Pausenzeiten ein;
- Training und Anleitung (z.B. Sicherheitstraining);
- Kontrollieren Sie regelmäßig die Fahrerlaubnis, Gefahrguterlaubnis, Personenbeförderungsschein etc.;
- Stellen Sie die Sicherheit durch Unterricht sicher (z.B. Fragebögen etc.);
- Führen Sie Warnweste, Warnlichter und Warndreieck mit und benutzen Sie es;
- Im Falle einer Panne kontaktieren Sie die den richtigen Ansprechpartner in Ihrer Firma;
- Erste-Hilfe-Anweisungen;
- Erklären Sie den Angestellten Ihre Pflichten um Unfälle und Verletzungen zu vermeiden (z.B. klare Hierarchien etc.).

### **M5-EN.9.3. Andere Gefährdungsfaktoren (M5.9.3.1.jpg)**

#### **M5-EN.9.3.1. Schutzausrüstung und andere Gefährdungsfaktoren**

Folgenden Gefährdungsfaktoren sind für den Fahrer einer Transportfirma ausschlaggebend:

- Schutzausrüstung;
- Technischer Zustand des Fahrzeugs;
- Negative Auswirkungen auf die Haut;
- Gefährdungen durch andere Personen;
- Tiere;
- Pflanzen und pflanzliche Produkte

Bei der Beurteilung der Schutzausrüstung sollte folgendes beachtet werden:

- Reicht die Schutzausrüstung aus und ist sie effizient?

Um unangemessene Belastung bei der Nutzung von Schutzausrüstung zu vermeiden, werden die folgenden Sicherheitsmaßnahmen empfohlen:

- Wählen Sie die Schutzausrüstung mit Bedacht und im Hinblick auf die Art der Arbeit und die normativen Anforderungen.

#### **M5-EN.9.3.2. Technischer Zustand der Fahrzeuge (M5.9.3.2.mpg)**

Ungenügende technische Zustände von Fahrzeugen können Menschen und Umwelt in Gefahr bringen. Aus diesem Grund muss der Fahrer vor jeder Fahrt den technischen Zustand seines Fahrzeugs überprüfen. Obwohl die Verantwortung der Fahrzeugsicherheit bei der Firma oder einer von ihr benannten verantwortlichen Person liegt, sollte der Fahrer vor Fahrtantritt die folgenden Dinge zusätzlich prüfen:

- Ist die Fahrzeugkarosserie in Ordnung; gibt es ein Leck in einem Flüssigkeitsbehälter (Tank, Kühl- sowie Hydraulikflüssigkeit), sind die Gastanks und die Ventile luftdicht in Erdgasfahrzeugen;
- Sind das Nummernschild, Windschutzscheibe, Fenster und Lichter frei von Dreck (Reinigen, wenn nötig)?
- Ist das Beleuchtungssystem des Fahrzeugs in Ordnung (Fernlicht, Abblendlicht, Nebelscheinwerfer) ebenso die Rückleuchten und Blinker?
- Funktionieren die Blinker?
- Sind die Warnleuchten in gutem Zustand?
- Ist die Anhängerkupplung fehlerlos?
- Sind Tür- und Motorhaubenschlösser in Ordnung?
- Ist genug Öl vorhanden (Nachfüllen, wenn nötig)?
- Ist genug Flüssigkeit im Kühler, Bremssystem, Hydrauliksystem der Kupplung, ist die Batterie aufgeladen und genug Benzin im Tank?
- Sind alle Systeme des Fahrzeugs luftdicht und ohne Leck aus dem Öl oder Benzin fließt?
- Funktionieren der Scheibenwischer und die Waschanlage?

- Hat die Bremse und die Kupplung soviel Spiel wie in der Fahrzeuganleitung angegeben ist; funktioniert die Parkleuchte ordnungsgemäß?
- Hat das Lenkrad den nötigen Spielraum?
- Wie hoch ist der Luftdruck in den Reifen, sind die Reifen genügend befestigt?
- Ist der Werkzeugkasten in Ordnung und alle Werkzeuge in gutem Zustand?
- Ist das Fahrzeug mit einem Erste-Hilfe-Kasten, einem Feuerlöscher, einem Abschleppseil und Sicherheitsgurten ausgestattet?
- Wird die Fahrerkabine im Winter beheizt?

**Sicherheitsmaßnahmen.** Alle technischen Fehler des Fahrzeugs sollten unverzüglich berichtet und repariert werden, ansonsten ist die Benutzung des Fahrzeugs gefährlich und damit verboten.

### M5-EN.9.4. Selbsttestaufgaben

Schreiben Sie die typischen **Gefährdungsfaktoren bei Planung, mentalen Lasten** usw. eines Transportfahrers in Ihrem Unternehmen in eine Liste, und zwar auf der Basis der oben genannten Informationen.

Wenn der Gefährdungsfaktor mit Standardparametern definiert wird, nennen Sie die **Regulierungen** bezogen auf den Gefährdungsfaktor und die **Anweisungen** die dafür gelten.

Wählen Sie entsprechende **Maßnahmen (technische, organisatorische, personelle) zur Eliminierung des Gefährdungsfaktors** und stellen Sie fest, ob eine zusätzliche Beratung von Spezialisten erforderlich ist. Wenn Gesetze dies verlangen (z.B. gemäß Unfallvorbeugungsgesetz), dann heben Sie das bitte hervor.

Bestimmen Sie **wer für die Umsetzung** von Maßnahmen verantwortlich ist und wann diese umgesetzt werden müssen.

Füllen Sie Tabelle 10 aus. Sie können das Formblatt **##D10##** verwenden.

Tabelle 10

**Firma:**

**Verantwortliche Person:**

**Job:**

**Datum:**

Art der Arbeit, Arbeitsgerät, Arbeitsplatz	Gefährdungsfaktor/ Mangel/ Last (Faktor)	Faktorbezogene Erklärungen und Referenzen	Regulierungen und Arbeitsinstruktionen	Maßnahmen: technische, organisatorische, personelle	Umsetzung (wer) (wann)

--	--	--	--	--	--