









-  Arbeit im Knien
-  Gebückt arbeiten
-  Vorgeneigt arbeiten
-  Arbeiten in der Hocke
-  Arbeiten über Kopf
-  Lasten umsetzen
-  Arbeiten im Stehen
-  Lasten halten



Langanhaltendes Sitzen



Lasten tragen



Lasten ziehen



Arbeiten in beengten Verhältnissen



Lasten schieben



Greifen über Schulterhöhe

# Körperlich harte Arbeit

**So beurteilen die Beschäftigten  
ihre Belastungen**

Ergebnisse einer Sonderauswertung der  
Repräsentativumfrage zum DGB-Index  
Gute Arbeit 2018

## Vorwort

Annelie Buntenbach: Körperliche Belastungen in den Blick nehmen! .....	3
---	---

## 1. Körperlich harte Arbeit – Ausmaß und Überblick

27 Prozent der Arbeitnehmerinnen und 33 Prozent der Arbeitnehmer in Deutschland müssen sehr häufig oder oft körperlich schwere Arbeit leisten, 54 bzw. 52 Prozent sehr häufig oder oft in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten. ....	4
--	---

## 2. Beschäftigtengruppen mit hohen Anteilen körperlich hart Arbeitender

Zeitarbeit und Schichtarbeit, aber auch gering bezahlte Arbeit sowie Tätigkeiten mit geringen Qualifikationsvoraussetzungen sind in deutlich überdurchschnittlichem Maße mit körperlich schwerer Arbeit verbunden. ....	7
---	---

## 3. Körperliche Belastungen im Kontext von anderen Aspekten der Arbeitsqualität

Körperlich harte Arbeit ist mit insgesamt mehr Arbeitshetze, weniger Wertschätzung und höheren Anforderungen an die emotionale Selbstkontrolle verbunden. ....	9
--	---

## 4. Körperliche Belastungen und gesundheitliche Verfassung – der Zusammenhang

Je häufiger die Beschäftigten körperlich hart arbeiten, desto schlechter ist es in ihren Augen um ihren Gesundheitszustand bestellt. ....	10
---	----

## 5. Körperliche Belastungen und zukünftige Arbeitsfähigkeit – der Zusammenhang

Je häufiger die Beschäftigten körperlich hart arbeiten, desto seltener gehen sie davon aus, bis zum gesetzlichen Rentenalter arbeiten zu können. ....	11
---	----

## 6. Entlastungsmöglichkeiten bei körperlichen Belastungen – das Ausmaß

Möglichkeiten zur Entlastung bei körperlich schwerer bzw. Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen haben während des Arbeitstages nur 49 bzw. 59 Prozent. ....	12
---	----

## 7. Entlastungsmöglichkeiten und gesundheitliche Verfassung – der Zusammenhang

Je häufiger körperlich hart Arbeitende Entlastungsmöglichkeiten während der Arbeit finden, desto besser steht es in ihren Augen um ihre gesundheitliche Verfassung. ....	13
--	----

## 8. Einschätzungen zur gesundheitsförderlichen Wirkung verbesserter Arbeitsbedingungen

Vier von fünf Beschäftigten, die unter schlechten Bedingungen körperlich schwer arbeiten, erwarten sich von Änderungen der Arbeitsbedingungen positive Wirkungen auf ihren Gesundheitszustand. ....	14
---	----

## Die Gefährdungsbeurteilung als Kernstück des Arbeitsschutzhandelns

.....	15
-------	----

### Körperliche Belastungen in den Blick nehmen!

Häufig wird von einem Belastungswandel in der Arbeitswelt von körperlichen zu psychischen Anforderungen gesprochen. Richtig daran ist, dass der arbeitsbedingte Stress inzwischen stark zugenommen hat. Dabei wird jedoch oft vergessen, dass viele Beschäftigte bei ihrer Arbeit auch weiterhin hohen körperlichen Belastungen ausgesetzt sind.

Die Daten des DGB-Index Gute Arbeit zeigen, dass trotz voranschreitender Digitalisierung der Anteil der Beschäftigten mit schwerer körperlicher Arbeit in den letzten Jahren stabil geblieben ist. Auch das Arbeiten in ungünstigen Körperhaltungen ist nicht seltener geworden.

Körperlich belastende Arbeit wird nicht nur im verarbeitenden Gewerbe und auf dem Bau geleistet, auch in vielen Dienstleistungsbereichen sind die Beschäftigten hohen physischen Anforderungen ausgesetzt. Pflegekräfte bilden die Berufsgruppe mit dem zweithöchsten Anteil körperlich schwerer Arbeit.

Das erklärt auch, warum Männer und Frauen in ähnlichem Ausmaß von körperlich harter Arbeit berichten. In vielen Berufen mit hohem Frauen-

anteil wird körperlich hart gearbeitet. Neben der Pflege ist das zum Beispiel in den Reinigungs- und Verkaufsberufen der Fall.

Technologisch bedingte Veränderungen in der Arbeitswelt können zur Entlastung beitragen, wenn Roboter oder Assistenzsysteme physische Anforderungen verringern. Der Wandel kann jedoch auch neue Belastungen hervorbringen, etwa wenn sich Arbeitsabläufe ständig wiederholen oder Beschäftigte bei ihrer Tätigkeit einen Mangel an Bewegung aufweisen. Dauerhaftes Sitzen ist hier ein verbreitetes Beispiel.

Die Bedeutung körperlicher Belastung für die Gesundheit der Beschäftigten wird nicht zuletzt beim Blick in die Arbeitsunfähigkeitsstatistik klar: Die meisten Ausfalltage gehen immer noch auf Muskel- und Skeletterkrankungen zurück – noch vor den psychischen Erkrankungen. Wir brauchen eine präventive Arbeitsgestaltung, die den Beschäftigten die Möglichkeit zur Entlastung von hohen körperlichen Anforderungen bietet. Der Arbeits- und Gesundheitsschutz steht vor einer doppelten Herausforderung: Er muss sowohl die körperlichen als auch die psychischen Gefährdungen im Blick haben.



DGB/Simone M. Neumann

**Annelie Buntenschach**

Mitglied des geschäftsführenden  
Bundesvorstandes des DGB

# 1. Körperlich harte Arbeit – Ausmaß und Überblick

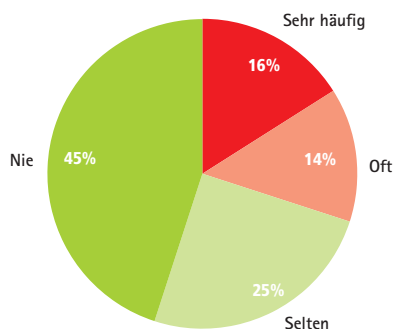
**27 Prozent der Arbeitnehmerinnen und 33 Prozent der Arbeitnehmer in Deutschland müssen sehr häufig oder oft körperlich schwere Arbeit leisten, 54 bzw. 52 Prozent sehr häufig oder oft in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten.**

Auch in Zeiten fortschreitender Digitalisierung besteht der Arbeitsalltag rund eines Drittels der Beschäftigten in Deutschland aus körperlich schwerer Arbeit. **Die Abbildungen 1 und 2**

Abb. 1

Der Anteil der Beschäftigten, die körperlich schwer arbeiten

»Wie häufig kommt es vor, dass Sie körperlich schwer arbeiten müssen, z.B. schwer heben, tragen oder stemmen?«

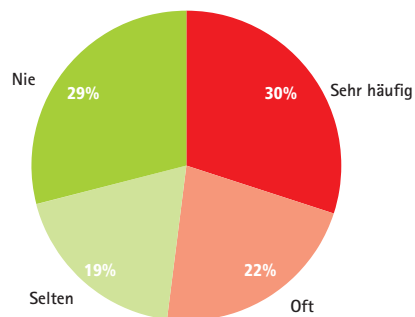


© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018

Abb. 2

Der Anteil der Beschäftigten, die in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten

»Wie häufig kommt es vor, dass Sie bei Ihrer Arbeit eine ungünstige Körperhaltung einnehmen müssen, z.B. Arbeiten in der Hocke, im Knien, Arbeiten über Kopf, langanhaltendes Stehen oder Sitzen?«



© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018

veranschaulichen das Ergebnis der bundesweiten Repräsentativumfrage zum DGB-Index Gute Arbeit 2018. Danach leisten insgesamt 30 Prozent aller Beschäftigten sehr häufig (16 Prozent) oder oft (14 Prozent) körperlich schwere Arbeit, weitere 25 Prozent tun dies selten. In ungünstigen Körperhaltungen arbeiten insgesamt 52 Prozent der Beschäftigten sehr häufig (30 Prozent) oder oft (22 Prozent), weitere 19 Prozent selten. Der Anteil derer, die sowohl sehr häufig/oft körperlich schwer arbeiten als auch sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen tätig sind, beträgt 25 Prozent.

Für manche überraschend: Der Anteil der sehr häufig/oft körperlich hart Arbeitenden ist in den letzten Jahren annähernd gleich geblieben. 2012 hatte er für körperlich schwere Arbeit bei 31 Prozent und für Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen bei 55 Prozent gelegen. (Zur Entwicklung der Anteile seither **siehe Abbildungen 17 und 18 auf S. 15.**)

Diese bemerkenswerte Konstanz hängt auch mit zwei Entwicklungen zusammen, die im Zusammenhang mit dem Thema körperlich harte Arbeit leicht übersehen werden:

► Körperlich hart gearbeitet wird nicht allein in den klassischen Industrien und auf dem Bau, sondern in erheblichem Umfang auch im Dienstleistungssektor. Die Auswertung der Umfrageergebnisse nach Branchen ergibt hohe Werte für beide Bereiche. So beträgt etwa der Anteil der Beschäftigten, die sehr häufig/oft körperlich schwer arbeiten, im Gesundheits- und Sozialwesen 37 Prozent und im Gastgewerbe 41 Prozent. Sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen sind in diesen beiden Branchen 58 Prozent bzw. 61 Prozent der Beschäftigten tätig. Im Baugewerbe arbeiten 51 Prozent der Beschäftigten sehr häufig/oft körperlich schwer und 64 Prozent sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen; im Verarbeitenden Gewerbe betragen die entsprechenden Anteile 34 Prozent bzw. 52 Prozent.

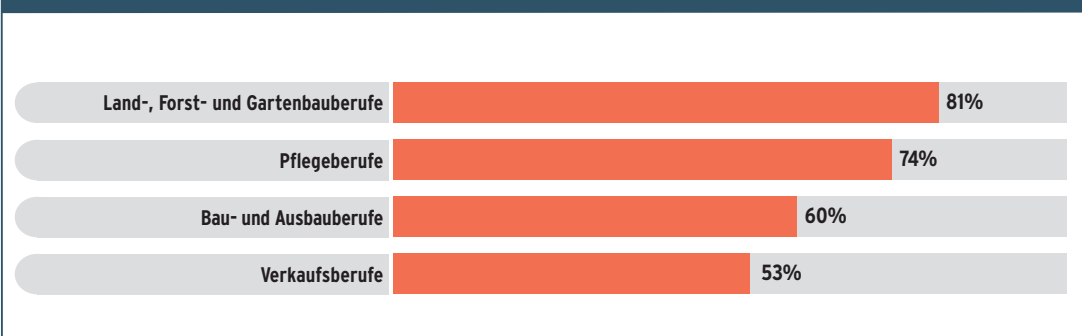
► Körperlich harte Arbeit ist auch unter Beschäftigten verbreitet, die in hohem Maße mit digitalen Mitteln und Verfahren arbeiten. 21 Prozent von ihnen arbeiten sehr häufig/oft körperlich schwer, 47 Prozent sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen. (Dies sind Zahlen aus der Repräsentativbefragung zum DGB-Index Gute Arbeit 2017 – im Jahre 2018 wurde dazu nicht ermittelt.)

Die **Abbildungen 3 und 4** vermitteln ein Bild der Berufsgruppen mit den höchsten Anteilen körperlich Belasteter. In Land-, Forst- und Gartenbauberufen arbeiten 81 Prozent sehr häufig/oft körperlich schwer, in Pflegeberufen 74 Prozent. Hohe Anteile wurden auch für Bau- und Ausbauberufe mit 60 Prozent und für Verkaufsberufe mit 53 Prozent ermittelt. Die höchsten Anteile Beschäftigter, die sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten müssen, gibt es bei den Land-,

Forst- und Gartenbauberufen mit 77 Prozent, den Pflegeberufen mit 76 Prozent, den Verkaufsberufen mit 71 Prozent sowie den Verkehrsberufen mit 65 Prozent. Die höchsten Anteile Beschäftigter, die sehr häufig/oft sowohl körperlich schwer als auch in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten, wurden für Land-, Forst- und Gartenbauberufe mit 71 Prozent, Pflegeberufe mit 67 Prozent, Bau- und Ausbauberufe mit 52 Prozent sowie für Verkaufsberufe mit 47 Prozent und für Reinigungsberufe mit 42 Prozent ermittelt.

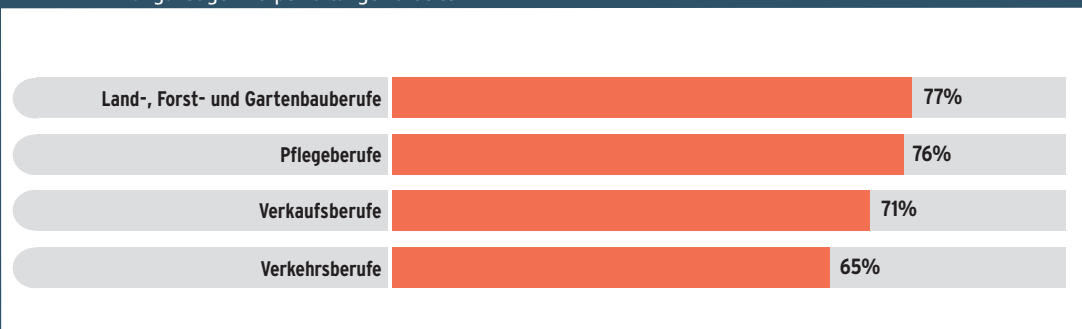
Körperlich schwere Arbeit und Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen gibt es in verschiedenen Formen – die **Abbildungen 5 und 6** vermitteln ein Bild von diesen und vom Ausmaß, in dem entsprechend gearbeitet wird. Den **Abbildung 7 und 8** ist zu entnehmen, dass 91 bzw. 76 Prozent in mehr als einer Form harte körperliche Arbeit leisten.

**Abb. 3** Berufsgruppen mit den höchsten Anteilen sehr häufig/oft körperlich schwer Arbeitender



© Institut DGB-Index Gute Arbeit - Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018

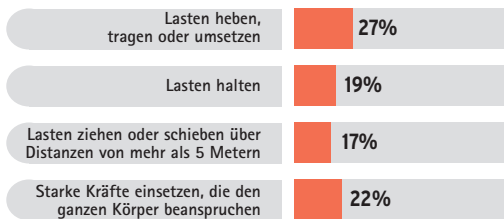
**Abb. 4** Berufsgruppen mit den höchsten Anteilen Beschäftigter, die sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten



© Institut DGB-Index Gute Arbeit - Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018

**Abb. 5** Schwere körperliche Arbeit im Detail

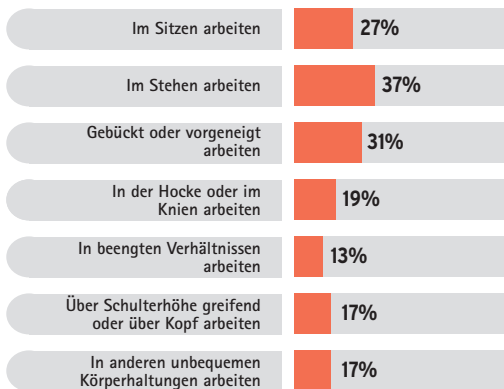
Der Anteil der Beschäftigten, die sehr häufig oder oft:



© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018

**Abb. 6** Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen im Detail

Der Anteil der Beschäftigten, die sehr häufig oder oft:



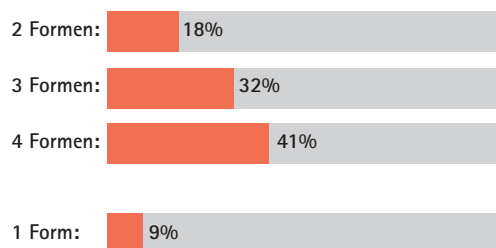
© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018

## Schwerarbeit ist Männersache? Keineswegs.

Der Anteil der Beschäftigten, die sehr häufig oder oft körperlich schwer arbeiten, beträgt unter Männern 33 Prozent, unter Frauen sind es 27 Prozent. Dabei liegt die Quote in einigen Berufen unter den Frauen höher als unter den Männern. Dies ist bei den Sicherheits- und Reinigungsberufen der Fall, wo 36 Prozent der Frauen, aber nur 19 Prozent der Männer häufig oder oft körperlich schwer arbeiten, bei Berufen aus dem Bereich Erziehung/Soziales/Kultur (31 Prozent der Frauen, 21 Prozent der Männer) und bei den Lehrberufen (10 Prozent der Frauen, 2 Prozent der Männer). Bei sehr häufig/oft Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen liegt der Anteil bei den Frauen mit 54 Prozent leicht über der Quote bei den Männern (52 Prozent).

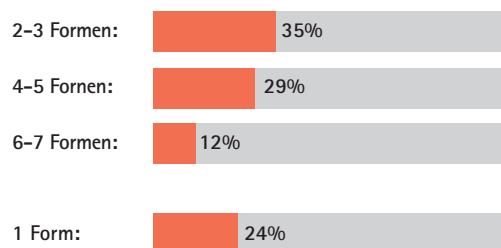
Der Blick auf die Formen, in denen körperlich hart gearbeitet wird, vervollständigt das Bild. Einige Beispiele: 24 Prozent der Frauen müssen sehr häufig/oft Lasten heben (30 Prozent der Männer) und 14 Prozent über Schulterhöhe greifend oder über Kopf arbeiten (20 Prozent der Männer). Der Anteil derjenigen, die sehr häufig/oft gebückt oder im Knien arbeiten, ist mit 31 Prozent bei Frauen und Männern gleich hoch.

**Abb. 7** Der Anteil der sehr häufig/oft körperlich schwer Arbeitenden, die dies in verschiedenen Formen tun



© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018

**Abb. 8** Der Anteil der sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen Arbeitenden, die dies in verschiedenen Formen tun



© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018



## 2. Beschäftigtengruppen mit hohen Anteilen körperlich hart Arbeitender

**Zeitarbeit und Schichtarbeit, aber auch gering bezahlte Arbeit sowie Tätigkeiten mit geringen Qualifikationsvoraussetzungen sind in deutlich überdurchschnittlichem Maße mit körperlich schwerer Arbeit verbunden.**

Abb. 9

Beschäftigtengruppen mit besonders hohen Anteilen körperlich schwer Arbeitender

Sehr häufig oder oft körperlich schwer arbeiten:



© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2018

Körperlich schwere Arbeit wird weit überproportional von Beschäftigten geleistet, die – bedingt durch Arbeitszeitlage, Beschäftigungsverhältnis, Qualifikation und Einkommen – ohnehin unter schwierigen Verhältnissen arbeiten. So etwa von jenen, die Zeit-, Schicht- oder Nachtarbeit leisten – mit 53, 50 bzw. 48 Prozent überragen die Anteile dort weit die Durchschnittsquote aller Beschäftigten (30 Prozent). Ähnlich hoch ist mit 52 Prozent der Anteil unter Beschäftigten, die nur einen Hauptschulabschluss aufzuweisen haben (zum Vergleich: unter Beschäftigten mit Abitur sind es 12 Prozent). Weitere Ergebnisse sind in **Abbildung 9** dokumentiert.

Beim Vergleich der Anteile nach dem Bruttomonatseinkommen fällt ins Auge: Von den Beschäftigten mit 800 bis 2.000 Euro arbeiten 42 Prozent sehr häufig/oft körperlich schwer – bei 3.000 bis 4.000 Euro hingegen nur 19 Prozent und bei mehr als 4.000 Euro mit 6 Prozent noch einmal deutlich weniger. Die Auswertung nach Alter ergibt für die Gruppen der unter 25-Jährigen sowie der 25- bis unter 35-Jährigen mit 40 bzw. 38 Prozent überdurchschnittlich hohe Werte. Allerdings weist die Gruppe der 55- bis 65-Jährigen mit einem Anteil von 28 Prozent nahezu den Durchschnittswert auf. Bemerkenswert: Zwischen den Anteilen unter Nichtvorgesetzten (30 Prozent) und Vorgesetzten (31 Prozent) besteht nahezu kein Unterschied.

Die Ergebnisse für »Sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten«: Deutlich über dem Durchschnitt (52 Prozent) liegen die Anteile unter Beschäftigten, die keinen Schulabschluss haben, mit 70 Prozent, die sehr häufig/oft Nachtarbeit leisten bzw. regelmäßig in Schichtarbeit tätig sind, mit jeweils 67 Prozent, eine Hilfs- oder angelernte Tätigkeit ausüben (65 Prozent). Im Vergleich nach Alter weisen die 25- bis unter 35-Jährigen mit 59 Prozent den höchsten Anteil auf, allerdings liegt die Quote auch unter Beschäftigten der Altersgruppe 55 bis

Abb. 10

Berufsgruppen mit den höchsten Anteilen von Beschäftigten, die bei ihrer Arbeit ungünstige Körperhaltungen einnehmen müssen

#### Langanhaltendes Sitzen bei der Arbeit

Verwaltungsberufe im Öffentlichen Dienst	44%
Büro-/Sekretariatsberufe	40%
Kaufleute/Handelsberufe/Buchhaltung etc.	39%
Verkehrsberufe	38%

#### Im Stehen arbeiten

Pflegeberufe (Alten- und Krankenpflege)	71%
Land-, Forst- und Gartenbauberufe	68%
Metallerzeugung/-bearbeitung	66%
Verkaufsberufe	65%

#### Gebückt/vorgeneigt arbeiten

Pflegeberufe	68%
Verkaufsberufe	57%
Bau-/Ausbauberufe	53%
Land-, Forst- und Gartenbauberufe	52%
Reinigungsberufe	51%

#### Im Hocken/Knien arbeiten

Pflegeberufe	47%
Bau-/Ausbauberufe	43%
Verkaufsberufe	39%
Land-, Forst- und Gartenbauberufe	37%
Maschinen-/Fahrzeugbau	37%

#### In beengten Verhältnissen arbeiten

Pflegeberufe	40%
Maschinen-/Fahrzeugbau	29%
Metallerzeugung/-bearbeitung	29%

#### Über Kopf/Schulterhöhe arbeiten

Bau-/Ausbauberufe	49%
Verkaufsberufe	39%
Maschinen-/Fahrzeugbau	38%
Metallerzeugung/-bearbeitung	34%

#### Arbeit in anderen unbequemen Haltungen

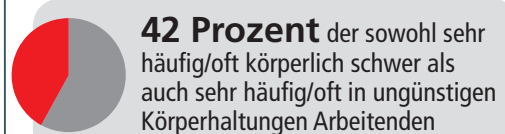
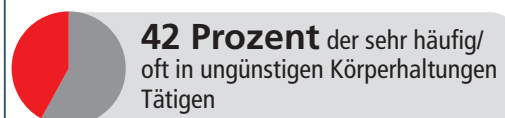
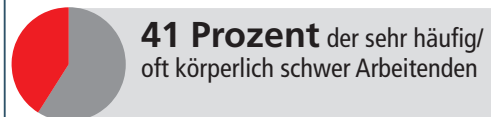
Pflegeberufe	45%
Bau-/Ausbauberufe	38%
Metallerzeugung/-bearbeitung	32%
Sonstige produzierende Berufe	31%

65 Jahre bei 52 Prozent. Nach dem Bruttomonatseinkommen ausgewertet weist die Gruppe mit 2.000 bis 2.500 Euro mit 66 Prozent den höchsten Anteil auf. Unter Vorgesetzten liegt die Quote bei 49 Prozent, unter Nichtvorgesetzten bei 54 Prozent.

Berufsgruppen, in denen in stark überdurchschnittlichem Maße in ungünstigen Körperhaltungen gearbeitet wird, sind differenziert nach den einzelnen Formen in **Abbildung 10** aufgelistet. Zu erkennen ist dabei auch, wie weit das Spektrum der Berufsgruppen mit hohen Anteilen von Beschäftigten ist, die der einen oder anderen oder auch mehreren Formen körperlicher Belastung ausgesetzt sind.

#### Psychische Belastungen bei körperlich harter Arbeit

Respektloses Verhalten von anderen, Konflikte und Streitigkeiten mit der Kundschaft, PatientInnen etc., Gefühle verbergen als Arbeitsanforderung – psychische Belastungen wie diese gehören zum Arbeitsalltag auch von Beschäftigten, die körperlich harte Arbeit leisten. Mindestens einer der drei genannten psychischen Belastungen sehr häufig/oft ausgesetzt sind:





### 3. Körperliche Belastungen im Kontext von anderen Aspekten der Arbeitsqualität

**Körperlich harte Arbeit ist mit insgesamt mehr Arbeitshetze, weniger Wertschätzung und höheren Anforderungen an die emotionale Selbstkontrolle verbunden.**

Körperliche Belastungen wirken auch auf die Psyche und auf das Gesamtbefinden. Außerdem sind die körperlichen Anforderungen sowie die Bedingungen, unter denen Beschäftigte ihnen gerecht werden müssen, stets in komplexe Arbeitssituationen eingebunden. Was körperlich harte Arbeit bedeutet hängt u.a. vom Arbeitstempo ab, von der Wertschätzung, die die Arbeitenden erhalten, vom Grad ihrer Einflussmöglichkeiten auf die Arbeitsgestaltung und vielem anderen.

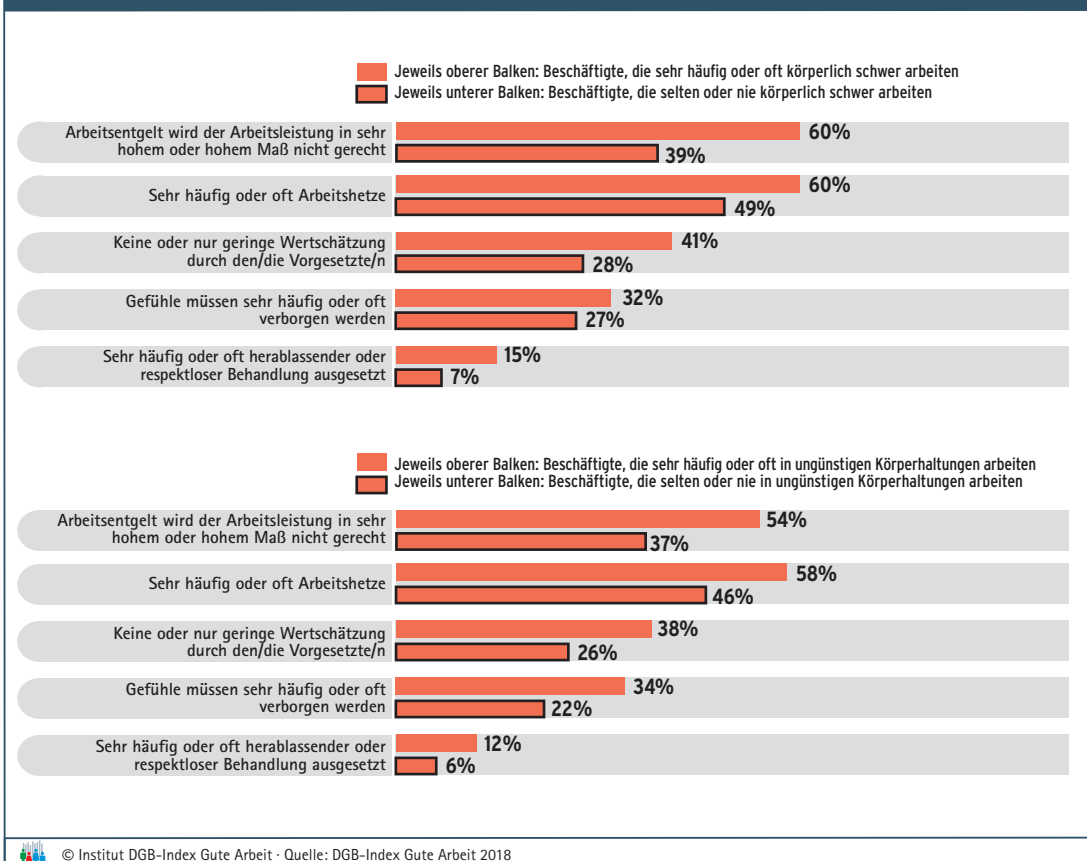
Abbildung 11 dokumentiert einige dieser Zusammenhänge. Zu erkennen ist, dass sowohl

körperlich schwere Arbeit als auch Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen insgesamt mit weniger Wertschätzung und mit mehr Arbeitshetze verbunden ist als andere Arbeit. Deutlich wird, dass körperlich hart Arbeitenden weniger Respekt entgegengebracht wird und sie höheren Anforderungen an die emotionale Selbstkontrolle ausgesetzt sind.

Auch die Qualität ihrer Arbeitsbedingungen insgesamt ist schlechter. Der Anteil der Beschäftigten mit Guter Arbeit beträgt unter Beschäftigten, die nie körperlich schwer arbeiten, 20 Prozent, die es selten tun 11 Prozent, oft 6 Prozent und sehr häufig 3 Prozent. Ähnlich das Bild bei Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen: Von denen, die das nie tun, haben 24 Prozent Gute Arbeit, selten 12 Prozent, oft 8 Prozent, sehr häufig 6 Prozent.

Abb. 11

Körperliche Belastungen im Kontext von anderen Aspekten der Arbeitsqualität



## 4. Körperliche Belastungen und gesundheitliche Verfassung – der Zusammenhang

**Je häufiger die Beschäftigten körperlich hart arbeiten, desto schlechter ist es in ihren Augen um ihren Gesundheitszustand bestellt.**

Psychische Belastungen haben in der Arbeitswelt in den letzten Jahren zugenommen und sich negativ auf die Gesundheit vieler Beschäftigter ausgewirkt. Die Arbeitsberichterstattung mit dem DGB-Index Gute Arbeit hat sich zu einem frühen Zeitpunkt diesem Thema gewidmet, das lange Zeit viel zu wenig Beachtung fand. Nicht übersehen werden sollte dabei, dass körperliche Beanspruchungen und deren gesundheitliche Folgen keinesfalls an Brisanz verloren haben. Laut den amtlichen Statistiken waren Beschäftigte 2017 im Durchschnitt 16,7 Tage krank geschrieben. Den höchsten Anteil nach Diagnosegruppen hatten dabei Muskel-Skelett-Erkrankungen mit 22,5 Prozent der Ausfalltage noch vor psychischen Erkrankungen mit 16 Prozent. Muskel-Skelett-Erkrankungen treten meist im Zusammenhang

mit körperlich schwerer Arbeit und Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen auf.

Der DGB-Index Gute Arbeit erstellt keine medizinischen Befunde, er ist eine Plattform, auf der die Sicht der Beschäftigten öffentlich zur Sprache gebracht wird. Dazu zählten 2018 auch ihre eigenen Einschätzungen zu ihrem Gesundheitszustand – sehr gut, gut, zufriedenstellend, weniger gut, schlecht. **Abb 12.** dokumentiert den Anteil der Sehr gut/gut-Antworten differenziert nach dem Ausmaß körperlicher Belastungen. Das Ergebnis: In einer guten gesundheitlichen Verfassung sehen sich von denen, die nie körperlich schwer arbeiten, 73 Prozent, von denen, die es selten tun, 67 Prozent, bei oft 57 Prozent, bei sehr häufig 49 Prozent. Ähnlich gestuft ist das Bild bei Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen: Von denen, die nie bzw. nur selten auf diese Weise arbeiten, fühlen sich 74 bzw. 72 Prozent gesundheitlich sehr gut oder gut, bei oft bzw. sehr häufig sind es hingegen nur 59 bzw. 58 Prozent.

Abb. 12



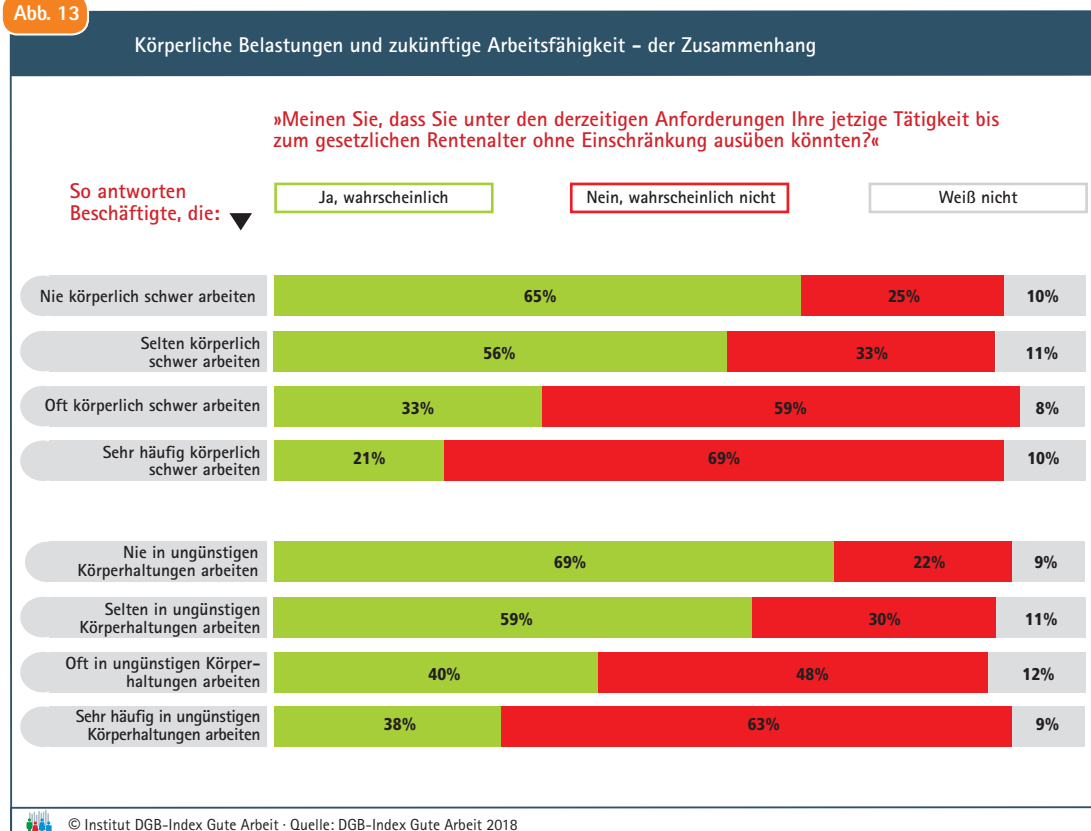
## 5. Körperliche Belastungen und zukünftige Arbeitsfähigkeit – der Zusammenhang

**Je häufiger die Beschäftigten körperlich hart arbeiten, desto seltener gehen sie davon aus, bis zum gesetzlichen Rentenalter arbeiten zu können.**

Begleitend zu den 42 Fragen, aus denen der DGB-Index Gute Arbeit errechnet wird, werden die Befragten in jedem Jahr um eine Beurteilung ihrer Arbeitsbedingungen im Hinblick auf ihre zukünftige Arbeitsfähigkeit gebeten: »Meinen Sie, dass Sie unter den derzeitigen Anforderungen Ihre jetzige Tätigkeit bis zum gesetzlichen Rentenalter ohne Einschränkung ausüben könnten?« Das Ergebnis der bundesweiten Repräsentativumfrage 2018 dazu lautet: »Ja, wahrscheinlich« sagen 51 Prozent der Beschäftigten, »Nein, wahrscheinlich nicht« 39 Prozent, »Weiß nicht« 10 Prozent. Dabei ist der Ja-Anteil unter den Frauen mit 49 Prozent etwas geringer als unter den Männern mit 53 Prozent (die Nein-Anteile betragen 39 bzw. 38 Prozent).

Gravierend sind demgegenüber die Unterschiede, die sich bei einer Auswertung der Antworten auf die Frage nach der zukünftigen Arbeitsfähigkeit je nach dem Ausmaß auf tun, in dem die Beschäftigten schwere körperliche Arbeit leisten bzw. in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten. **Abbildung 13** gibt deutlich einen Zusammenhang zu erkennen: Je mehr körperlich schwer gearbeitet wird, desto größer ist der Anteil derer, die ausdrücklich davon ausgehen, nicht bis zur Rente durchhalten zu können. Unter den nie körperlich schwer Arbeitenden sind es 25 Prozent, in der Gruppe »selten« 33 Prozent, bei oft körperlich schwerer Arbeit 59 Prozent und bei sehr häufig 69 Prozent. Ähnlich liegen die Verhältnisse bei Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen. Unter denen, die das nie tun, beträgt der Anteil der »Nein, wahrscheinlich nicht«-Antworten 22 Prozent, bei selten Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen 30 Prozent, bei oft 48 Prozent und bei sehr häufig 63 Prozent.

Abb. 13



## 6. Entlastungsmöglichkeiten bei körperlichen Belastungen – das Ausmaß

### Möglichkeiten zur Entlastung bei körperlich schwerer bzw. Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen haben während des Arbeitstages nur 49 bzw. 59 Prozent.

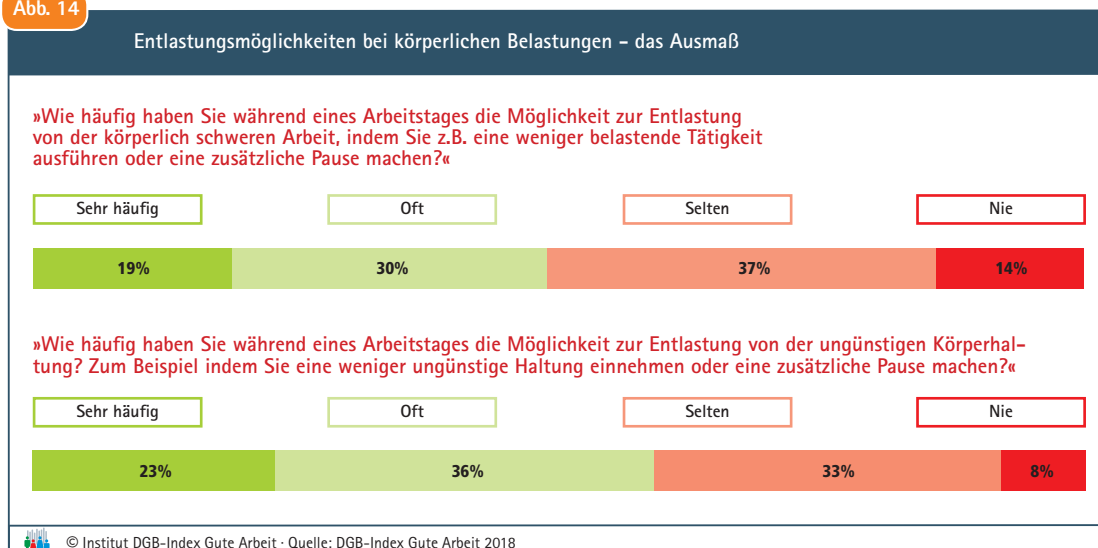
Maßnahmen, die Schutz vor negativen gesundheitlichen Folgen bieten können, sind mit der Frage angesprochen: »Wie häufig haben Sie während eines Arbeitstages die Möglichkeit zur Entlastung von der körperlich schweren Arbeit, indem Sie z.B. eine weniger belastende Tätigkeit ausführen oder eine zusätzliche Pause machen?« **Abbildung 14** veranschaulicht: Zusammen 49 Prozent antworten darauf sehr häufig (19 Prozent) oder oft (30 Prozent), insgesamt 51 Prozent hingegen selten (37 Prozent) oder nie (14 Prozent). Der Sehr häufig/Oft-Anteil ist dabei unter Männern mit 56 Prozent deutlich höher als unter Frauen (41 Prozent).

Noch weit größere Unterschiede offenbart der Branchenvergleich, was nicht allein durch unterschiedliche Arbeitsaufgaben und dadurch bedingte -rhythmen zu erklären ist. Die höchsten Anteile von Beschäftigten mit sehr häufig/oft Entlastungsmöglichkeiten gibt es im Bereich Öffentliche Verwaltung, Verteidigung, Sozialversicherungen mit 69 Prozent, die kleinsten im Gesundheits- und Sozialwesen sowie im

Verarbeitenden Gewerbe mit 39 bzw. 42 Prozent. Unter Vorgesetzten ist die Quote mit 58 Prozent höher als unter Nichtvorgesetzten (47 Prozent). Überdurchschnittlich hoch ist der Anteil mit 75 Prozent auch unter Beschäftigten mit einem Bruttomonatseinkommen von über 4.000 Euro. Für die Entlastung körperlich schwer Arbeitender zu sorgen ist also möglich – dies zeigen nicht zuletzt die Angaben der höheren Einkommensgruppen.

**Abbildung 14** informiert auch über Entlastungsmöglichkeiten, wenn sehr häufig/oft in ungünstigen Körperhaltungen gearbeitet wird. Zusammen 59 Prozent bieten sich solche Möglichkeiten sehr häufig (23 Prozent) oder oft (36 Prozent) – insgesamt 41 Prozent dagegen nur selten (33 Prozent) oder nie (8 Prozent). Unter Männern liegt der Anteil der Sehr häufig/Oft-Antworten mit 65 Prozent deutlich höher als unter Frauen (52 Prozent). Bei den Branchen gibt es die höchsten Anteile bei Information und Kommunikation mit 76 Prozent, die niedrigsten mit 41 Prozent im Gast- und mit 52 Prozent im Baugewerbe. Während die Quoten unter Vorgesetzten und Nichtvorgesetzten mit 59 Prozent gleich hoch sind, liegt auch hier wiederum der Anteil in der Einkommensgruppe über 4.000 Euro mit 77 Prozent weit über dem Durchschnitt.

Abb. 14



## 7. Entlastungsmöglichkeiten und gesundheitliche Verfassung – der Zusammenhang

**Je häufiger körperlich hart Arbeitende Entlastungsmöglichkeiten während der Arbeit finden, desto besser steht es in ihren Augen um ihre gesundheitliche Verfassung.**

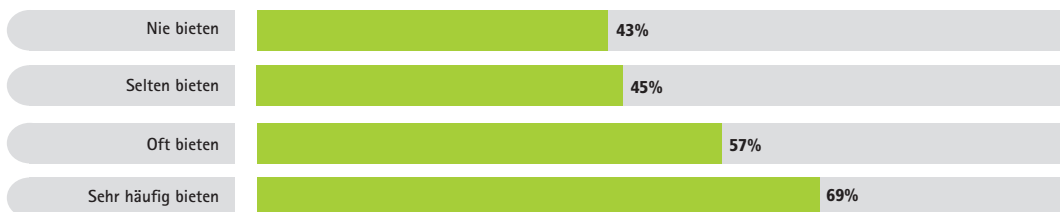
Zwischen dem Ausmaß, in dem Beschäftigte körperlich hart bzw. in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten, und ihrer gesundheitlichen Verfassung besteht ein Zusammenhang (s. **Abbildung 12**): Je häufiger sie körperlichen Belastungen ausgesetzt sind, desto schlechter ist es in ihren Augen um ihre Gesundheit bestellt. Die in **Abbildung 15** veranschaulichte Auswertung zeigt allerdings, dass die Ergebnisse je nach Entlastungsmöglichkeiten deutlich unterschiedlich ausfallen.

Von den sehr häufig/oft körperlich schwer Arbeitenden, denen während der Arbeit nie Entlastungsmöglichkeiten geboten werden, schätzen nur 43 Prozent ihren Gesundheitszustand als sehr gut oder gut ein; gibt es selten die Gelegenheit zur Regeneration, sind es 45 Prozent, bei oft 57 Prozent und bei sehr häufig 69 Prozent. Aus dem Vergleich der Selbsteinschätzungen der Beschäftigten zu ihrem Gesundheitszustand, die in den **Abbildungen 12 und 15** dokumentiert sind, ergibt sich damit: Körperlich schwer Arbeitende, denen sehr häufig Entlastungsmöglichkeiten geboten werden, sehen sich insgesamt in einer ähnlich guten gesundheitlichen Verfassung wie Beschäftigte, die gar nicht oder nur selten körperlich arbeiten.

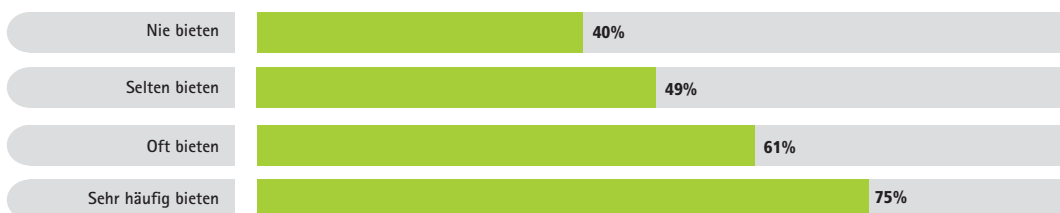
Abb. 15

### Entlastungsmöglichkeiten und gesundheitliche Verfassung – der Zusammenhang

»Sehr gut« oder »gut« antworten von den Beschäftigten, denen sich Entlastungsmöglichkeiten bei körperlich schwerer Arbeit:



»Sehr gut« oder »gut« antworten von den Beschäftigten, denen sich Entlastungsmöglichkeiten bei sehr häufig/oft Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen:



## 8. Einschätzungen zur gesundheitsförderlichen Wirkung verbesserter Arbeitsbedingungen

**Vier von fünf Beschäftigten, die unter schlechten Bedingungen körperlich schwer arbeiten, erwarten sich von Änderungen der Arbeitsbedingungen positive Wirkungen auf ihren Gesundheitszustand.**

»Können Ihrer Meinung nach Veränderungen Ihrer Arbeitsbedingungen Ihren Gesundheitszustand verbessern?« Bundesweit antworten darauf zusammen 56 Prozent der Beschäftigten »Ja« (24 Prozent) oder »Zum Teil« (32 Prozent), zusammen 44 Prozent »Eher nicht« (17 Prozent) oder »Nein« (27 Prozent). Dabei hängen die Antworten stark von der Gesamtqualität der Arbeitsbedingungen ab. Der Anteil der »Ja« oder »Zum Teil« Antwortenden beträgt unter Beschäftigten mit Guter Arbeit 22 Prozent, bei einer Arbeitsqualität im oberen Mittelfeld 42 Prozent, im unteren Mittelfeld 63 Prozent und bei Schlechter Arbeit 82 Prozent.

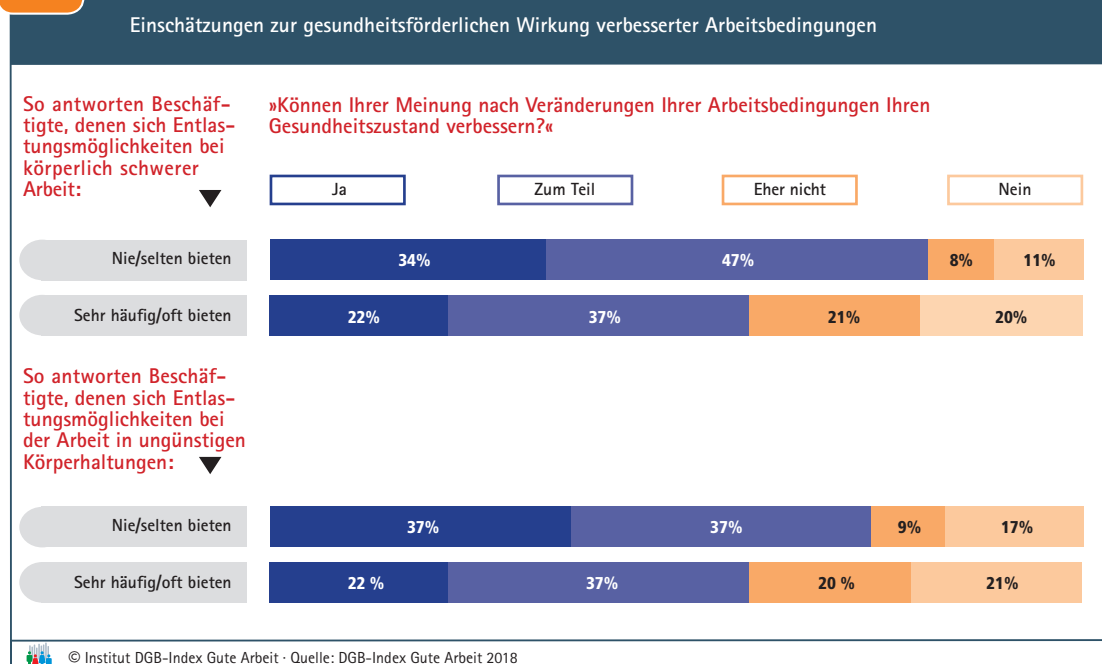
Der Zusammenhang mit körperlichen Belastungen:

- Zum einen ist der Anteil der Beschäftigten, die sich von verbesserten Arbeitsbedingungen

positive Wirkungen auf ihren Gesundheitszustand versprechen, unter körperlich hart Arbeitenden generell sehr hoch. Von den Beschäftigten, die sehr häufig/oft körperlich schwer bzw. in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten, sind 71 bzw. 66 Prozent der Ansicht, dass Änderungen der Arbeitsbedingungen ihren Gesundheitszustand verbessern könnten. Unter denen, die nie/selten körperlich schwer bzw. in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten, liegen die entsprechenden Anteile hingegen mit 50 bzw. 45 Prozent deutlich niedriger.

- Doch auch körperlich harte Arbeit wird unter Bedingungen geleistet, die gestaltbar sind. Wie viel von deren Qualität abhängt, zeigt **Abbildung 16**. Wo bei körperlich schwerer Arbeit bzw. Arbeit in ungünstigen Körperhaltungen keine oder kaum Entlastungsmöglichkeiten geboten werden, liegt der Anteil derer, die sich von veränderten Arbeitsbedingungen positive Wirkungen auf ihre gesundheitliche Verfassung versprechen, bei 81 Prozent bzw. 74 Prozent. Gibt es hingegen die Möglichkeit zu einer Entlastung sehr häufig oder oft, sind es jeweils nur 59 Prozent.

Abb. 16





## Die Gefährdungsbeurteilung als Kernstück des Arbeitsschutzhandelns

Der DGB-Index Gute Arbeit misst Arbeitsqualität am Urteil der Beschäftigten über ihre Arbeitsbedingungen:

- Die Beschäftigten kommen zu Wort, denn sie sind die Hauptbetroffenen der Bedingungen, unter denen sie arbeiten.
- Die Arbeitsbedingungen stehen im Zentrum, denn von deren Beschaffenheit hängt es wesentlich ab, wie sich eine Tätigkeit auf Gesundheit, Wohlbefinden und Arbeitsfähigkeit der Beschäftigten auswirkt.

Die Umfrageergebnisse in der vorliegenden Broschüre zeigen: Dies gilt auch bei körperlich harter Arbeit. Die Angaben der Beschäftigten bieten eine Fülle von Hinweisen, in welchem Maße die körperlichen Belastungen mit der Gestaltung der Arbeitsbedingungen zusammenhängen. Aus der Erhebung wird aber auch deutlich, dass Entlastung möglich ist und sich positiv auswirkt. Auch für körperlich harte Arbeit lassen sich Bedingungen schaffen, durch die etwaigen negativen gesundheitlichen Auswirkungen effektiv entgegengetreten werden kann.

Dies anzupacken und eine Verbesserung von Sicherheit und Gesundheitsschutz anzustreben, gehört laut Arbeitsschutzgesetz zu den Pflichten des Arbeitgebers. Kernstück des

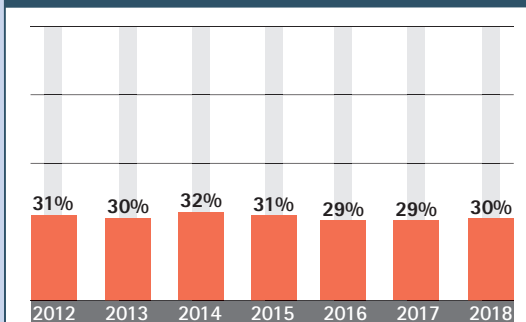
dort vorgeschriebenen Arbeitsschutzhandelns ist die Gefährdungsbeurteilung. Dennoch wird sie in einer Mehrzahl der Betriebe entweder gar nicht oder nur unvollständig durchgeführt. Dies ist ein Missstand, der umso rascher beseitigt gehört, als sich die Gefährdungsbeurteilung als ein wirksames Mittel der Prävention bewährt hat. Vorausgesetzt, sie wird vollständig durchgeführt, und das heißt insbesondere:

- Gefährdungsquellen sind sorgsam und umfassend zu identifizieren. Dies schließt sowohl körperliche als auch psychische Belastungen ein.
- Die Beschäftigten müssen beteiligt werden. Die Mitwirkung der betrieblichen Interessenvertretungen ist gesetzlich vorgeschrieben, doch auch die direkte Beteiligung der Einzelnen an ihren Arbeitsplätzen ist wichtig.
- Abhilfemaßnahmen müssen entwickelt und in Angriff genommen werden. Die Gefährdungsbeurteilung beinhaltet ausdrücklich ein Handlungsgebot.
- Gefährdungsbeurteilungen sind periodisch zu wiederholen, um die Wirksamkeit der eingeleiteten Präventionsmaßnahmen zu überprüfen.

## Körperlich harte Arbeit – der Trend

Abb. 17

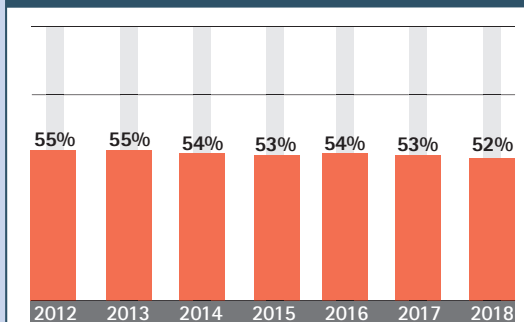
Die Entwicklung des Anteils Beschäftigter, die sehr häufig oder oft körperlich schwer arbeiten, in den Jahren 2012–2018\*



© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2012–2018

Abb. 18

Die Entwicklung des Anteils Beschäftigter, die sehr häufig oder oft in ungünstigen Körperhaltungen arbeiten, in den Jahren 2012–2018\*



© Institut DGB-Index Gute Arbeit · Quelle: DGB-Index Gute Arbeit 2012–2018

\* Bei einigen Angaben gibt es minimale Abweichungen von den Ergebnissen, die in den Reports zum DGB-Index Gute Arbeit in den jeweiligen Jahren veröffentlicht wurden. Dies resultiert daraus, dass in dieser Zahlenreihe die Angaben von Auszubildenden generell nicht berücksichtigt sind.

## **Körperlich harte Arbeit**

### **So beurteilen die Beschäftigten ihre Belastungen**

#### **Ergebnisse einer Sonderauswertung der Repräsentativumfrage zum DGB-Index Gute Arbeit 2018**

Mai 2019

#### **Die Umfrage**

Der vorliegende Bericht basiert auf den Angaben von 8.011 abhängig Beschäftigten. Die Daten wurden im Rahmen der bundesweiten Repräsentativumfrage zum DGB-Index Gute Arbeit 2018 erhoben. Befragt wurden dabei zufällig ausgewählte Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer aus allen Branchen, Einkommens- und Altersgruppen, Regionen, Betriebsgrößen, Wirtschaftszweigen und Beschäftigungsverhältnissen (außer Auszubildende), gewerkschaftlich Organisierte wie Nicht-Mitglieder. Die Angaben der Angehörigen der wichtigsten Beschäftigtengruppen sind mit jeweils dem Anteil ins Umfrageergebnis eingeflossen, der ihrem bundesweiten Anteil an der Arbeitnehmerschaft entspricht. Das vorliegende Ergebnis ist damit repräsentativ für das Urteil der Beschäftigten in Deutschland.

#### **Herausgeber**

Institut DGB-Index Gute Arbeit  
Henriette-Herz-Platz 2  
10178 Berlin  
Telefon 030 - 240 606 02  
index-gute-arbeit@dgb.de  
www.dgb-index-gute-arbeit.de

#### **Datenanalyse**

Dr. Johann Gerdes  
Institut DGB-Index Gute Arbeit

#### **Umfrage durchführendes Institut**

Umfragezentrum Bonn (uzbonn)

#### **Redaktion**

Peter Kulemann, büro für publizistik, Hamburg

#### **Satz und Gestaltung**

kahlfeldt und müller  
Agentur für Kommunikation, Hamburg

#### **Druck**

BWH GmbH  
Beckstraße 10  
30457 Hannover

#### **V.i.S.d.P.**

Dr. Rolf Schmucker, Institut DGB-Index Gute Arbeit

Nachdruck von Texten und Grafiken  
nur mit Quellenangabe