

VERONIKA JAKL

Umgang mit künstlicher Intelligenz

SIEMENS Energy - EHS Führungskräfteworkshop

SE WLAN Hotspot 7

SE@wifi-07

Wo stehen Sie?

Keine KI-Nutzung

Ich arbeite beruflich nicht mit KI.



Gelegentlich

Ich prompte ab und zu.



Regelmäßig Chatbots

Ich nutze KI-Chatbots regelmäßig beim Arbeiten.



KI-Assistenten

Ich nutze KI-Assistenten wie CustomGPTs oder Gemini GEMS.



KI-Agenten und Automatisierungen

Ich nutze KI-Agenten bzw. Automatisierungen.



Wörterbuch

Begriffe, die Sie kennen sollten

- **Generative KI** – Künstliche Intelligenz, die neue Inhalte erzeugen kann, z. B. Texte, Bilder oder Videos.
- **LLM** = Large Language Modell - Ein großes KI-Modell zur Verarbeitung natürlicher Sprache, z.B. ChatGPT – Erzeugt vor allem Texte
- **Chatbot** – Ein KI-gestützter virtueller Assistent, der Gespräche mit Nutzer:innen führt
- **Prompt / Prompting** – Die Eingabe von uns Nutzer:innen

Prompt:
Welche Fachbegriffe und Fremdwörter
sollte ich kennen, wenn ich beginne mit KI
zu arbeiten?



VERONIKA JAKL

**EU-AI-Act
in aller Kürze**



KI in der EU

Anwendungskategorien im EU-AI-Act

1. **Minimales Risiko** (z.B. Rechtschreibkorrektur)
2. **Eingeschränkte Risiken** (z.B. allgemeine Chatbots, KI in Videospielen):
Transparenzpflicht, geringe Regularien
3. **Hohes Risiko** (z.B. KI bei Personalentscheidungen, Leistungsbewertung, Verhaltensmonitoring):
starke Regulierung, Protokollierung, Erklärung an betroffene Personen
4. **Inakzeptables Risiko** = verboten
(z.B. Manipulation, Social Scoring, Emotionserkennung abseits von medizinischen oder Sicherheitsgründen, Risiko für Sicherheit/Gesundheit/Grundrechte, ...)

<https://ai-act-service-desk.ec.europa.eu/de/eu-pruefer-fuer-die-einhaltung-der-ki-verordnung>

KI in der EU

EU-AI-Act

- Bei KI-Einsatz müssen MA bzw. BR informiert sein.
- KI darf nicht autonom entscheiden („Menschliche Aufsicht“) –Mensch muss Möglichkeit zur Intervention, Veränderung oder Abbruch haben.
- KI Kompetenz muss sichergestellt sein
→ KI-Schulung seitens Arbeitgeber (Funktionen, Chancen, Risiken, ...)
- Vor KI-Einsatz: Systematische Risikobewertung (Gesundheit, Sicherheit, Grundrechte)
→ KI-bezogene Risiken in Evaluierung

KI bei SIEMENS

AI Governance Policy

- Risikobeurteilung:
 - Können Fehlfunktionen des KI-Systems eine Gefährdung für Personen verursachen?
 - Besteht Abhängigkeit von automatisierten Entscheidungen ohne ausreichende menschliche Kontrolle?
 - Werden Daten korrekt verarbeitet und interpretiert?
 - Welche psychische Belastung kann durch den Einsatz entstehen (z. B. Überforderung, Kontrollverlust, Angst vor Bewertung durch KI)?
- Probleme und sicherheitsrelevante Vorfälle: melden
- Regelmäßige Schulungen
 - Neuerungen in Systemen
 - Verzerrungen und Anomalien erkennen

VERONIKA JAKL

KI in EHS nutzen

als verantwortlich beauftragte Führungskraft







**Dafür nutze ich
Copilot & ChatGPT
gerne..**

PioniereDerPraevention.com/SE2026

Safety Moment

Großes Brainstorming

Ich brauche neue Safety Moments (5-10min Impuls vor einer Besprechung, 2 Folien). Anbei ein alter Safety Moment als Vorlage hinsichtlich Aufbau & Länge.

Zielgruppe: **XXX**

Gib mir viele, verschiedene EHS-Themen, die ich als Führungskraft hierfür nehmen kann aus unterschiedlichsten Bereichen wie Arbeitssicherheit, Ergonomie, Arbeitspsychologie, Brandschutz, Erste Hilfe, körperliche Gesundheit und was dir noch so einfällt.

Sei gern kreativ, wir hatten schon 50 Safety Moments zu den üblichen Themen.

Safety Moment

Konkret zum Thema

Ich brauche einen neuen Safety Moment (5-10min Impuls vor einer Besprechung, 2 Folien). Anbei ein alter Safety Moment als Vorlage hinsichtlich Aufbau & Länge.

Zielgruppe: XXX

Thema der Besprechung / Aktuelles Thema: XXX

Der Safety Moment soll ein EHS-Thema behandeln und kann, muss aber nicht, das Thema der Besprechung aufgreifen.

Nimm zusätzlich auch kreative Denkansätze rein als Diskussionsstarter zum Thema: 1. Counterintuitive Thoughts 2. Shower Thoughts 3. First Principles Thoughts 4. Devil's Advocate Thoughts 5. Moonshot Thoughts 6. Unpopular Thoughts 7. Paradox Thoughts 8. Hindsight Thoughts (Rückblick-Gedanken) 9. What If Thoughts

Meeting nach Beinaheunfall

Learning Team nach HOP

Ich bin Führungskraft in einem Energieunternehmen und leite ein Team von Servicetechnikern, die elektrische Anlagen warten. Vor zwei Tagen gab es einen Beinaheunfall bei Wartungsarbeiten an einer Anlage. Niemand wurde verletzt, aber es hätte zu einem Stromschlag kommen können.

Ich möchte ein Learning Team Meeting nach den HOP-Prinzipien vorbereiten.

Erstelle einen Ablaufplan für ein 45-minütiges Meeting mit Beispiel-Fragen, die ich stellen kann.

The background features a watercolor-style pattern with soft, organic shapes in shades of light green, pale yellow, and off-white. The colors are blended and layered, creating a textured, artistic effect. A white rectangular box is centered horizontally and vertically, containing the main text.

Sicherheitstag planen

Sicherheitstag planen

Zielgruppen-Analyse

Wir wollen einen Aktionstag rund um **Arbeitssicherheit mit HOP-Perspektive für unsere Servicetechniker im Wartungsdienst für Fernwärmekraftwerken bei Siemens Energy** erstellen. Erstelle eine genaue Zielgruppenanalyse. Beschreibe mir bitte typische Merkmale, deren Bedeutung für den Aktionstag und bevorzugte Informationskanäle.

Sage mir jetzt, was die meiner Zielgruppe sind bezüglich des Themas und wie ich das vor oder bei einem Aktionstag proaktiv ansprechen kann. Befürchtungen, Erwartungen und Ängste

Sicherheitstag planen

Themen & Formate überlegen

Gib mir jetzt Ideen für so einen Tag für 75 Servicetechniker an einem Hauptstandort mit Außendiensttätigkeit.

Die Aktionen oder Stationen sollen darauf abzielen, Teamzusammenhalt stärken, Arbeitssicherheit in den Fokus zu rücken und HOP zu erklären.

Folgende Anforderungen habe ich:

- Berücksichtige möglichst viel verschiedene Formate wie Vorträge, Workshops, schriftliche Informationen, Webinare, Quizze, Gewinnspiele, Bewegungsangebote, Gesundheitschecks, Plakate, Give-aways,
- Nenne auch möglichst kreative und innovative Ideen, die Mitarbeitende motivieren und aktiv einbinden z.B. Team-Challenges, Outdoor-Aktivitäten, Lunch-Roulette,
- Berücksichtige die verschiedenen Bedürfnisse und Interessen der Mitarbeitenden [altersbedingte Unterschiede].
- Vorschläge für digitale oder hybride Lösungen sind erwünscht, weil viel Außendienst.
- Ideen sollen leicht verständlich und klar beschrieben sein, sodass sie intern gut kommuniziert und umgesetzt werden können.
- Schlage auch niedrighschwellige Ansätze vor, die ohne oder mit wenig Budget umgesetzt werden können.

Welche Themen und Formate kommen bei meiner Zielgruppe besonders gut an?

Sicherheitstag planen

Ziele klar werden

Mir gefallen vor allem die Ideen **XXX**.

Gib mir jetzt 10 Ideen, welche SMART-Ziele ich mit einem solchen Aktionstag erreichen könnte bei dieser Zielgruppe.

Orientiere dich bei der Messbarkeit der Ziele am Evaluationsmodell von Kirkpatrick und Philips und an beispielsweise diesen Kennzahlen:

- Teilnahmequote
- Prozentsatz der Teilnehmenden am Gesundheitstag im Verhältnis zur Gesamtbelegschaft
- Teilnahme an spezifischen Veranstaltungen am Gesundheitstag
- Teilnahme einer spezifischen Zielgruppe wie Führungskräften oder Lehrlingen an mindestens einer Aktion
- Gesundheitsbewusstsein (Vorher-Nachher-Umfrage zu Wissen, Einstellungen oder Selbsteinschätzung)
- Verbesserung des Sozialklimas (Stimmungsbarometer nach gemeinsamen Aktionen)
- Bereitschaft zur Teilnahme an Folgemaßnahmen (Anmeldungen für folgende BGF-Maßnahmen oder Themenwünsche fürs Folgejahr)
- Sichtbarkeit von BGM im Unternehmen (z.B. Anzahl der Besucher:innen am Infostand des BGM-Teams, Klickzahlen auf Intranetbeiträge, Klickzahlen auf interne Newsletter, Anzahl der Social Media Beiträge)
- Verhaltensänderungen (Follow-up-Befragung nach einigen Wochen zur Umsetzung von Tipps)

Wähle und formuliere die Ziele spezifisch für unsere Zielgruppe und unser Thema.

Sicherheitstag planen

Ablaufplan

Ich benötige jetzt einen detaillierten Ablaufplan für den Gesundheitstag.

Bitte schlage mir eine Agenda vor, die folgende Elemente enthält:

XXX

Bitte füge konkrete Zeitangaben und kurze Beschreibungen zu den einzelnen Programmpunkten hinzu.

Sicherheitstag planen

Budget verhandeln

Ich muss den Plan und die Kosten für externe Dienstleister von der Geschäftsführung genehmigen lassen.

Sage mir, was die Befürchtungen, Erwartungen und Ängste meiner Geschäftsführung sind und wie ich darauf reagieren kann oder was ich entgegen kann. Mache mir eine detaillierte Liste mit Argumentationen für die Kommunikation und Vorschläge für Formulierungen, um die Geschäftsführung bestmöglich zu überzeugen von dem geplanten Aktionstag.

Argumentiere auch mithilfe der SMART-Ziele, die wir definiert haben.

Sicherheitstag planen

Slogan

Ich brauche jetzt Vorschläge für einen Namen für den Aktionstag. Beachte dabei die Zielgruppen und Branche.

Mache mir 27 Vorschläge für einen Slogan oder einen Namen.

Beachte dabei folgende Vorlagen für gute Slogans:

- Wiederholung von Schlüsselbegriffen: Ein Wort oder eine Idee wird mehrfach verwendet, um eine Steigerung oder Verstärkung zu erzeugen.
- Dualität (Gegensätze oder Komplementäre Begriffe): Zwei gegensätzliche oder ergänzende Elemente werden kombiniert, um ein Gleichgewicht oder eine umfassende Sicht darzustellen.
- Trikolon-Struktur (Dreierkombination): Drei Begriffe oder Ideen werden verwendet, um den Slogan rhythmisch und einprägsam zu gestalten.
- Steigerungsprinzip: Der Slogan zeigt eine Entwicklung oder Verbesserung, oft von einer kleinen Aktion zu einem großen Ziel.
- Kollektive Verantwortung/Teamansatz: Slogans betonen das Gemeinschaftsgefühl und die gemeinsame Verantwortung für Gesundheit.
- Persönliche Ansprache / Selbstbestimmung: Der Slogan spricht die Zielgruppe direkt an und gibt ihnen die Kontrolle über ihr eigenes Handeln.
- Zukunftsorientierung / Langfristiger Nutzen: Der Slogan richtet den Blick in die Zukunft und hebt die langfristigen Vorteile hervor.
- Parallele Strukturen: Der Slogan verwendet eine symmetrische Satzstruktur, um eine starke und einprägsame Botschaft zu erzeugen.
- Innovation / Neue Ideen: Der Slogan bringt ein Gefühl von Neuheit oder Modernität, oft durch Begriffe wie „neu gedacht“.

Erstelle für jede Vorlage 3 Slogans.

Sicherheitstag planen

Kommunikationskampagne

Wir müssen eine detaillierte firmeninterne Marketingstrategie entwickeln, um einen bevorstehenden Aktionstag im Unternehmen zu bewerben.

- Die Kampagne läuft über **maximal 3 Wochen** Wochen.
- Verfügbare Kommunikationskanäle sind: **E-Mail, Aushänge in Zentrale, Videobotschaften im Intranet, Textbeiträge im Intranet, mündliche Information durch Führungskräfte.**

Bitte entwickeln Sie eine umfassende Strategie, die Folgendes beinhaltet:

****Zeitplan:**** Erstellen Sie einen detaillierten Zeitplan, der angibt, welche Inhalte wann und über welche Kanäle geteilt werden.

****Plattformspezifische Ziele:**** Definieren Sie klare Ziele für jeden Kommunikationskanal und beschreiben Sie, warum man den jeweiligen Kanal nicht weglassen kann.

****Aufgabenlisten:**** Stellen Sie konkrete Aufgabenlisten für jede Plattform bereit, die detailliert beschreiben, was zur effektiven Umsetzung der Strategie erforderlich ist und bis wann dies zu erledigen ist.

****Texte:**** Wenn Sie schriftliche Kommunikation vorschlagen (wie E-Mail, Aushang oder Ähnliches), schreiben Sie gleich einen konkreten Entwurf für den Text, der aktivierend, positiv und gleichzeitig höflich ist.

****Ergebnis:**** Die Strategie sollte klar und umsetzbar sein, mit dem Fokus darauf, das Engagement der Mitarbeiter und die Teilnahme am Gesundheitstag zu maximieren.

The background features a watercolor-style pattern with soft, organic shapes in shades of light green, pale yellow, and muted sage green. The colors are blended and layered, creating a textured, artistic effect. A white rectangular box is centered horizontally and vertically, containing the text.

Role Prompting

Role-Prompting

Rollenspiel mit der KI

Lassen Sie die KI in jede Rolle schlüpfen, die Sie wollen:

- Ihre:n Coach
- Ihre:n Chef:in
- Ihre:n Mitarbeiter:in / Ihre:n Kolleg:in
- Ihre:n Kund:in
- Eine:n Expert:in
- Ein:e Sparringspartner:in fürs Brainstormen und Ideen analysieren

Kostenloses Coaching

Zu jedem Thema. Anonym. Immer verfügbar.

Du bist jetzt mein persönlicher Coach. Du arbeitest lösungsorientiert, systemisch, ressourcenorientiert und hast jahrelange Erfahrung in Einzelcoachings.

Ich bin Teamleiterin in der Personalstelle eines Konzerns und bin sehr unglücklich mit dem Verhalten meiner Chefin, die die oberste Personalchefin ist. Jetzt will ich ihr Feedback geben, weiß aber nicht wie.

Stelle mir eine gezielte Coachingfrage nach der anderen und leite mich so an, eine gute Lösung zu finden.

Rollenspiel

Die KI in vielen Rollen parallel

Ich bin **Teamleiter in der Elektrotechnik** und möchte unser **betriebliches Notfallmanagement verbessern und die Reaktionszeiten optimieren**.

Welche Fachkräfte könnten mich dabei unterstützen, ein effektives System zu entwickeln?

[Output abwarten]

Jede Person soll mit jetzt Hinweise geben, was ich tun soll.

Role-Prompting

Dreh den Spieß um: Die KI als Fragensteller!

Führe mit mir eine **Root Cause Analysis // Systematische Ereignisanalyse // Arbeitsunfallanalyse mit HOP-Mindset** durch zur Analyse eines Arbeitsunfalls.

Stelle mir 1 Frage nach der anderen, damit wir schrittweise zum Ziel kommen.

Steuerkreis moderieren

Externe Moderation von Diskussionen

Ich sitze gerade mit Kolleg:innen in einer Steuerkreissitzung für das BGM in unserer Abteilung.

[ggf. Details zu Firma, Teilnehmenden und bisherigen/geplanten Projekten einfügen:

Wir sind Arbeitsmedizin (extern), SFK (extern), HR-Leitung und BGM-Verantwortliche (20h pro Woche).

Folgende Ideen haben wir: Evaluierung psychischer Belastungen, Gesundheitstag alle 6 Monate, Bewegungschallenge und aktive Pausen durch interne Bewegungscoaches (gibt's noch nicht), Gesundheitszirkel für alle 8 Teams einführen, HOP-Prinzipien einführen für Safety II, mehr Ergonomie an Bildschirmplätzen.

Wir sind uns nicht einig, welche Projekte wir priorisieren sollen für das nächste Jahr.

Du bist jetzt unser Produktivitäts- und Zeitmanagement-Coach.

Stelle uns gute Fragen, um am Ende zu einer priorisierten Projektliste zu kommen.

Stelle uns maximal 2 Fragen gleichzeitig.

The background features a watercolor-style pattern with soft, blended shades of green and yellow. The colors are concentrated in the corners and along the edges, creating a sense of depth and texture. The central area is a clean white rectangle containing the text.

**Verschiedene Kontexte
nutzen**

Die angehängte Broschüre ist für **Sicherheitsfachkräfte** geschrieben.

Jetzt soll ich dazu (v.a. über die Gefahren durch elektrischen Strom) eine Unterweisung machen für **Karosseriebauer in einer Autowerkstatt**.

Hilf mir, die Inhalte, den Aufbau und die Sprache anzupassen:

- Beispiele & Relevanz: Welche Beispiele, Analogien oder Fallstudien sollten ausgetauscht oder angepasst werden, damit sie für die neue Zielgruppe relevant sind?
- Sprachstil & Verständlichkeit: Gibt es Begriffe oder Formulierungen, die zu technisch oder zu simpel sind? Wie kann der Sprachstil optimal an das Vorwissen und die Erwartungen der neuen Zielgruppe angepasst werden?
- Struktur & Fokus: Sollte die Reihenfolge oder Gewichtung der Inhalte geändert werden, um die Präsentation wirkungsvoller für die neue Zielgruppe zu gestalten?
- Interaktion & Praxisbezug: Gibt es sinnvolle Ergänzungen (z. B. interaktive Elemente, praxisnahe Fragen oder Diskussionsanregungen), um die Präsentation ansprechender zu gestalten?



KI analysiert Gefährdungen



Welche Brandschutzgefahren erkennst du auf diesem WC?

KI analysiert Gefährdungen

Auf dem Bild gibt es wenige offensichtliche Brandschutzgefahren, jedoch können folgende Punkte beachtet werden:

1. Lagerung von brennbaren Materialien

- Falls sich in der kleinen Dose auf dem Ablagebrett brennbare Materialien befinden (z. B. Papiertücher, Feuchttücher oder Desinfektionstücher), könnte dies im Brandfall eine zusätzliche Brandlast darstellen.

2. Sprühflasche mit unbekanntem Inhalt

- Die braune Sprühflasche könnte eine brennbare Flüssigkeit enthalten (z. B. ätherische Öle oder Alkohol-basierte Raumsprays). Falls sie nahe einer Zündquelle aufbewahrt wird, kann dies eine Gefahr darstellen.

3. Mögliche elektrische Gefahren

- Ich sehe keine offensichtlichen Steckdosen oder Elektrogeräte in der Nähe, aber falls sich außerhalb des Bildbereichs ein elektrischer Heizstrahler oder ein anderes Gerät befindet, könnte eine Überhitzung oder ein Kurzschluss ein Risiko darstellen.

4. Metallbehälter für Toilettenbürste

- Falls dieser nicht korrekt gereinigt wird und sich darin brennbare Stoffe ansammeln (z. B. Reinigungsmittelreste), könnte dies im unwahrscheinlichen Fall eines Brandes problematisch sein.

5. Fehlende Brandschutzmaßnahmen

- Es gibt keine sichtbaren Rauchmelder oder Feuerlöscher in unmittelbarer Nähe, was in öffentlichen oder betrieblichen Sanitärräumen empfehlenswert wäre.

Insgesamt ist das WC aus brandschutztechnischer Sicht relativ unauffällig. Die Hauptgefahren könnten durch brennbare Flüssigkeiten oder unsachgemäße Lagerung von Papiertüchern entstehen.

praeventionsforum+
Wissensplattform

Link zum PF+ Erfahrungsaustausch

DEUTSCH HILFE LOGIN

Drogenaffinität (15) +

Dateityp: PDF x

Treffer: 15

Semantische Suche
Quelle
Herausgeber
Dateityp
Sprache
Personen
Rechtsgebiet

Deutschland (15)

Hintergrundinformationen für die Lehrkraft: Feiern ohne Grenzen?

2 Quelle: BZgA: Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023 – Ergebnisse zur Computerspiel- und Internetnutzung. 3 Quelle: BfGA www.bzga.de/was-wir-tun/suchtpraevention/... www.drugcom.de/drogen/mischkonsum/die-studie/ (13.1.2022) Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023 – Ergebnisse zur Computerspiel- und Internetnutzung. Gesundheit

https://www.dguv-lug.de/fileadmin/user_upload_dguvlug/Unterrichtseinheiten/Berufsbildende... Größe 1.20 MB Referenz Link

DGUV Information 206-009: Suchtprävention in der Arbeitswelt – Handlungsempfehlungen

50 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2024): Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023 – Ergebnisse zur Computerspiel- und Internetnutzung. Dateityp PDF BGHM aktuell - Magazin für sicheres und gesundes Arbeiten Größe 1.50 MB Referenz Link

PDF downloaden

50 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2024): Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023 – Ergebnisse zur Computerspiel- und Internetnutzung. Dateityp PDF

Deutsch
English (UK)
Spanisch
Französisch
Italienisch
Griechisch
Ukrainisch
Russisch
Arabisch
Bulgarisch
Chinesische (Simplified)
Chinesisch
Dänisch
English (US)
Estnisch
Finnisch
Indonesisch
Japanisch
Koreanisch
Lettisch

Sprache auswählen Deutsch ÜBERSETZEN

www.praeventionsforum-plus.info/search

Profilaktyka uzależnień w świecie pracy

Zalecenia dotyczące działań

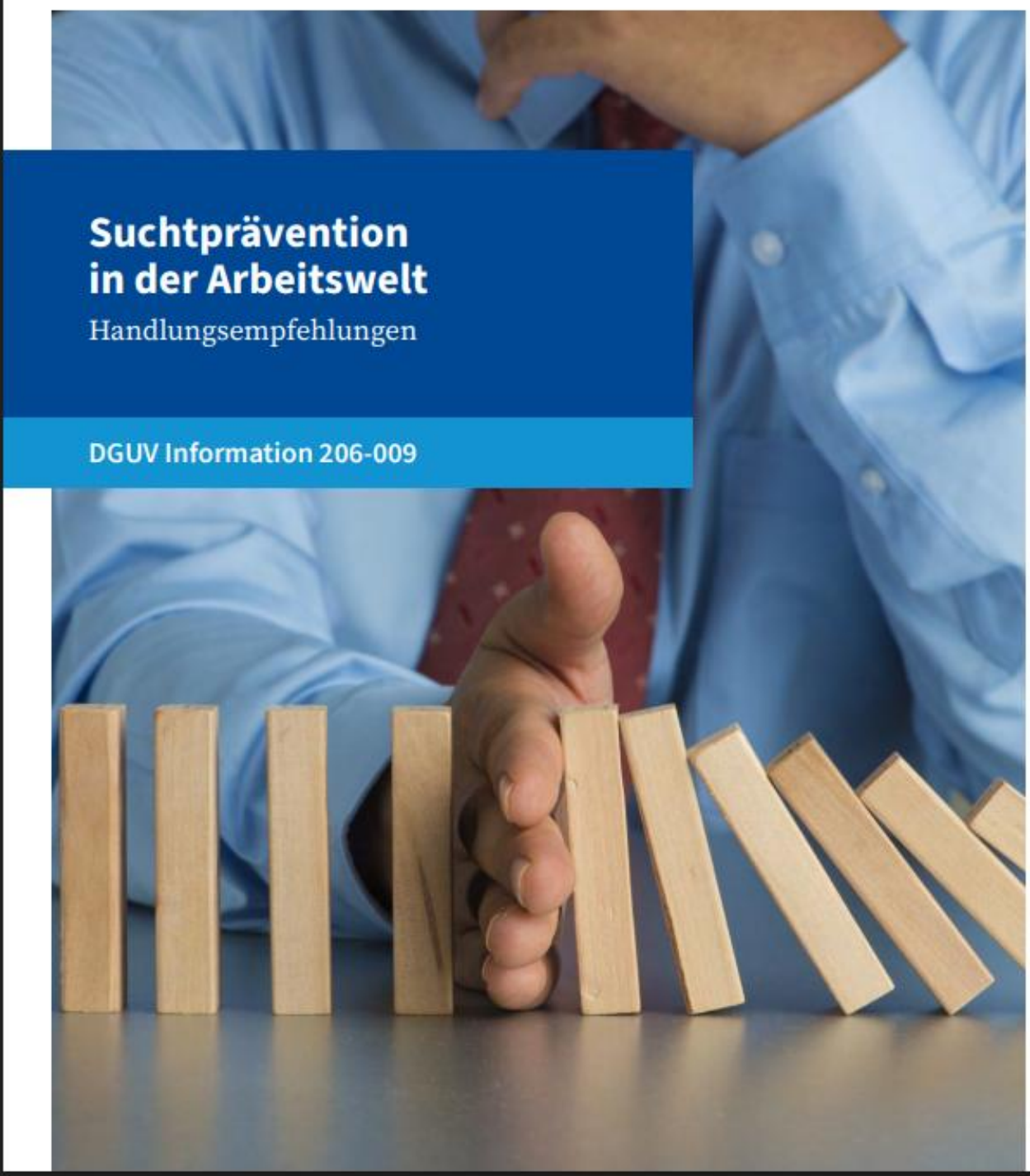
Informacje DGUV 206-009



Suchtprävention in der Arbeitswelt

Handlungsempfehlungen

DGUV Information 206-009



4 Jakie formy uzależnienia mogą wystąpić?



Rozróżnia się formy uzależnienia związane i niezwiązane z substancjami. Uzależnienia związane z substancjami to te, w których substancje aktywne psychicznie i fizycznie wywołują uzależnienie. Uzależnienia niezwiązane z substancjami są również znane jako uzależnienia behawioralne. Niniejsze informacje DGUV ograniczają się do form uzależnienia, które odgrywają największą rolę w kontekście pracy i nie są wyczerpujące.

4.1 Formy uzależnienia związane z substancjami: Używanie substancji

Jeśli uzależnienie jest spowodowane substancją ("narkotykiem"), która ma wpływ na mózg, określa się je jako uzależnienie od substancji. Poniżej omówiono wybrane uzależnienia związane z substancjami.

¹³ Niemieckie Centrum ds. Uzależnień (2024): Yearbook Addiction 2024, Lengerich, Wydawnictwo Naukowe Pabst.

¹⁴ Niemieckie Centrum Problemów Uzależnień (2024): Yearbook Addiction 2024, Lengerich, Pabst Science Publisher.

¹⁵ Kishimoto et. al. (2024): Forecasting vaping health risks through neural network model prediction of flavour pyrolysis reactions. Scientific Reports, tom 14, numer artykułu 9591.

4.1.1 Nikotyna

Konsumpcja papierosów na osobę w Niemczech wynosi obecnie 764 papierosy na osobę rocznie. Pali 38,2% mężczyzn i chłopców oraz 31,3% kobiet i dziewcząt¹³.

Zagrożenia związane z konsumpcją nikotyny

Według Niemieckiego Centrum ds. Uzależnień (DHS) każdego roku około 144 000 osób umiera przedwcześnie w wyniku palenia, co czyni je największym możliwym do uniknięcia zagrożeniem dla zdrowia¹⁴.

Doświadczenie pokazuje, że odsetek osób niepalących wzrasta, a liczba wypalanych papierosów spada, gdy palenie w pracy nie jest już łatwo możliwe.

E-papierosy

Elektroniczny papieros, znany również jako e-papieros lub elektroniczny papieros, to urządzenie wykorzystujące elektrycznie podgrzewaną cewkę do odparowywania płynu. Powstała w ten sposób mokra para jest wdychana lub wdmuchiwana przez użytkownika. W przeciwieństwie do papierosa, nie zachodzi tu proces spalania.

Przez długi czas zakładano, że zmniejsza to ilość rakotwórczych toksyn wdychanych przez użytkowników, ale wdychane substancje są również szkodliwe dla płuc i nerek. Badanie przeprowadzone przez Kishimoto (2024) z wykorzystaniem sztucznej inteligencji (AI) wskazuje, że kilkaset substancji szkodliwych dla zdrowia jest wytwarzanych przez nowe związki podczas waporyzacji. W dłuższej perspektywie może to sprzyjać nowotworom i chorobom układu krążenia¹⁵.

Podgrzewacz tytoniu

W podgrzewaczu tytoniu tytoń nie jest spalany jak w papierosie, ale podgrzewany do bardzo wysokich temperatur. Powoduje to jednak również wdychanie nikotyny i innych substancji organicznych, z których niektóre nie zostały jeszcze zbadane.

4 Welche Formen der Sucht können auftreten?



Es werden stoffgebundene von stoffungebundenen Suchtformen unterschieden. Als stoffgebunden werden die Suchtformen bezeichnet, bei denen psychisch und körperlich wirksame Substanzen eine Sucht auslösen. Stoffungebundene Suchtformen werden auch Verhaltenssuchte genannt. Diese DGUV Information beschränkt sich auf die Darstellung der Suchtformen, die im Arbeitskontext die größte Rolle spielen und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

4.1 Stoffgebundene Suchtformen: Suchtmittelkonsum

Wenn die Abhängigkeit durch eine auf das Gehirn einwirkende Substanz („Droge“) verursacht ist, spricht man von einer stoffgebundenen Abhängigkeit. Im Folgenden wird auf eine ausgewählte Anzahl stoffgebundener Abhängigkeiten eingegangen.

¹³ Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (2024): Jahrbuch Sucht 2024, Lengerich, Pabst Science Publisher.

¹⁴ Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (2024): Jahrbuch Sucht 2024, Lengerich, Pabst Science Publisher.

¹⁵ Kishimoto et. al. (2024): Forecasting vaping health risks through neural network model prediction of flavour pyrolysis reactions. Scientific Reports, volume 14, article number 9591.

Format wechseln



Stichworte



Protokoll



Sicherheits-
datenblatt



Tabelle



Fachartikel

Arbeitsstoffverzeichnis aus Sicherheitsdatenblatt

Anbei ist das Sicherheitsdatenblatt. Extrahiere mir alle relevanten Informationen aus dem Sicherheitsdatenblatt für das Arbeitsstoffverzeichnis in Tabellenformat mit:
Arbeitsstoff/Handelsname | Gefährliche Eigenschaften | H-Sätze | Datum des Sicherheitsdatenblatts im Format JJJJ/MM- Hersteller | CAS-Nummer | Art der Verwendung/Entstehung | Ersatz geprüft ja/nein | Verwendete Menge | Inhaltsstoffe | Grenzwert ja/nein | Art des Grenzwerts (MAK/TRK) | Konzentration | techn. Maßnahmen | org. Maßnahmen | PSA

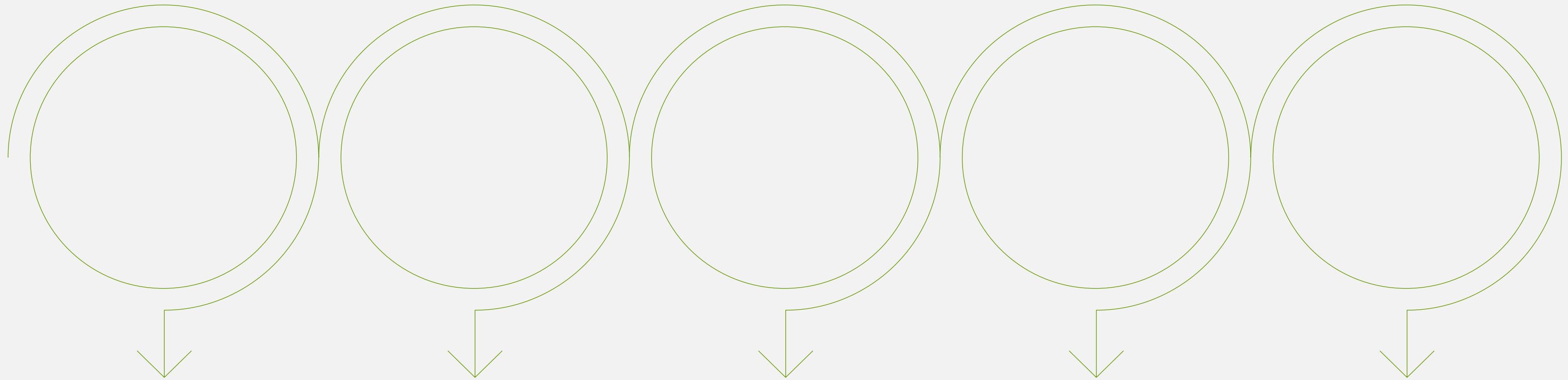
Arbeitsstoffmanagement aus Sicherheitsdatenblättern

Du bist Fachkraft für Arbeitssicherheit und Expertin im Arbeitsstoffmanagement (Zusammenlagerungen etc.)?

Anbei sind die Sicherheitsdatenblätter aller Arbeitsstoffe, mit denen bei uns in der Firma gearbeitet wird.

1. Definiere die Zusammenlagerungsregeln für diese Stoffe (TRGS 510).
2. Lagerplan: Beschreibe mir detailliert die Lagerzonen mit klarer Trennung der Stoffgruppen und Hinweise für die Kennzeichnungen (Piktogramme, Lagerhinweise und maximale Lagermengen).

Tipps fürs Prompten



Tipps fürs Prompten



Hintergrundinfos geben

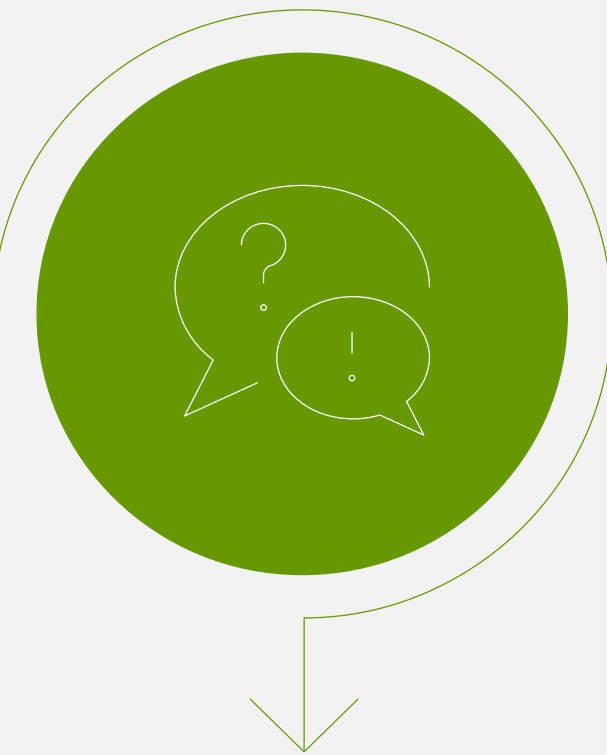
Gib der KI
Hintergrundinfos
wie Zielgruppe
oder
Sprachvorgaben.

Tipps fürs Prompten



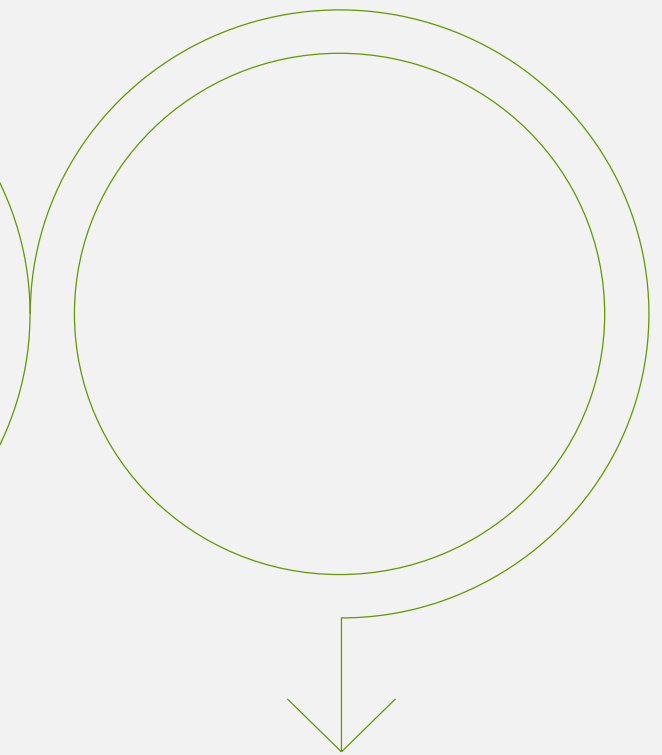
Hintergrundinfos geben

Gib der KI Hintergrundinfos wie Zielgruppe oder Sprachvorgaben.



Nachfragen erlaubt

Gib der KI schrittweise Fragen und Arbeitsaufträge.

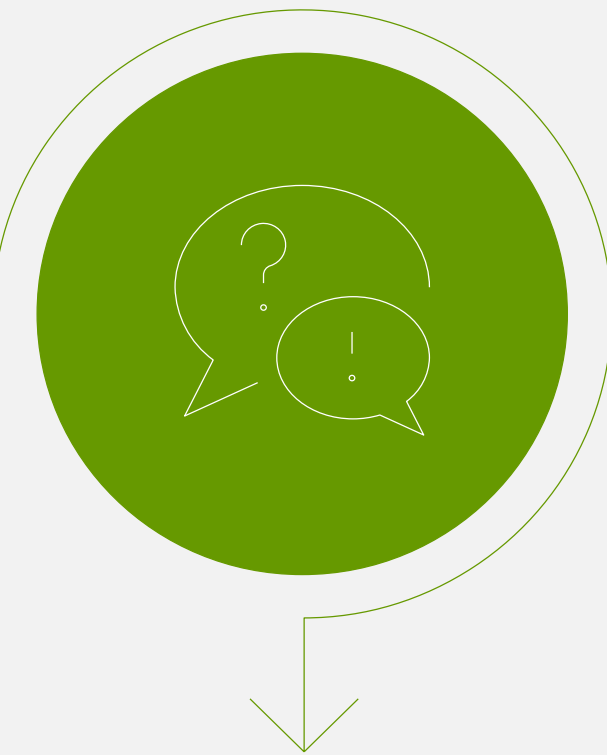


Tipps fürs Prompten



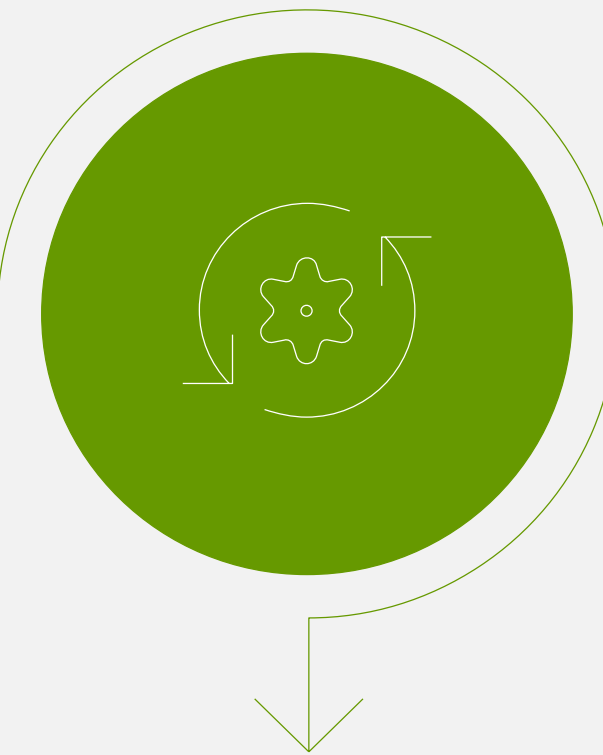
Hintergrundinfos geben

Gib der KI Hintergrundinfos wie Zielgruppe oder Sprachvorgaben.



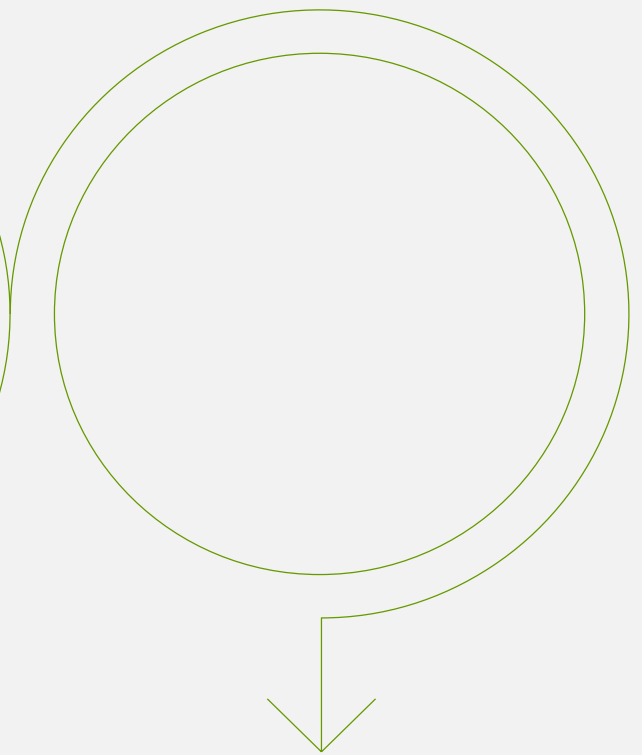
Nachfragen erlaubt

Gib der KI schrittweise Fragen und Arbeitsaufträge.

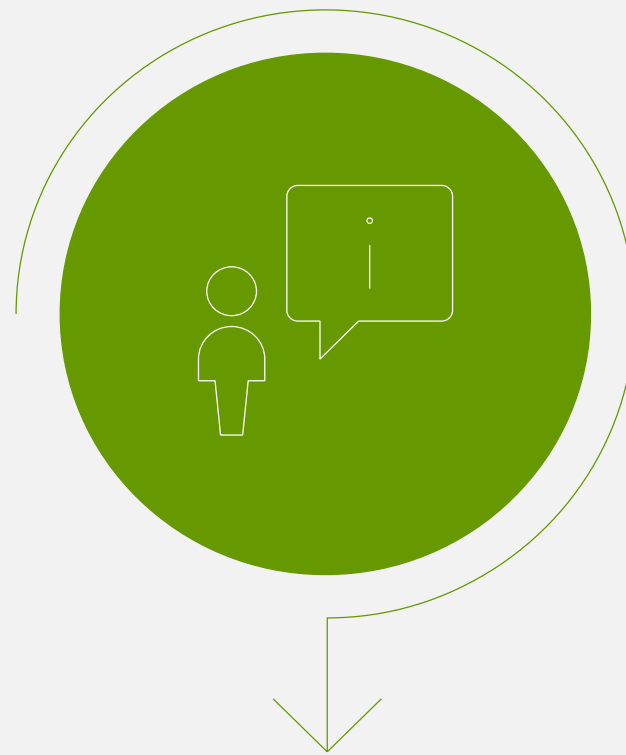


Ausprobieren und Verfeinern

Probiere deinen Prompt einfach aus und verfeinere ihn dann.

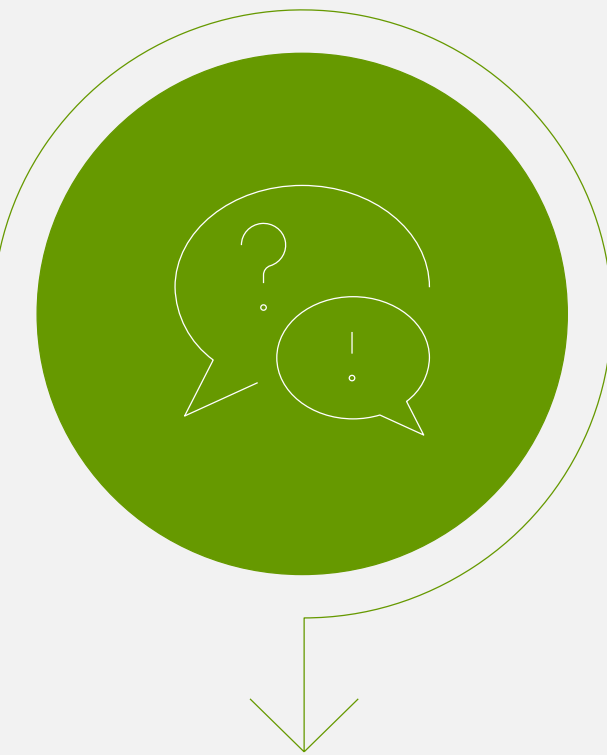


Tipps fürs Prompten



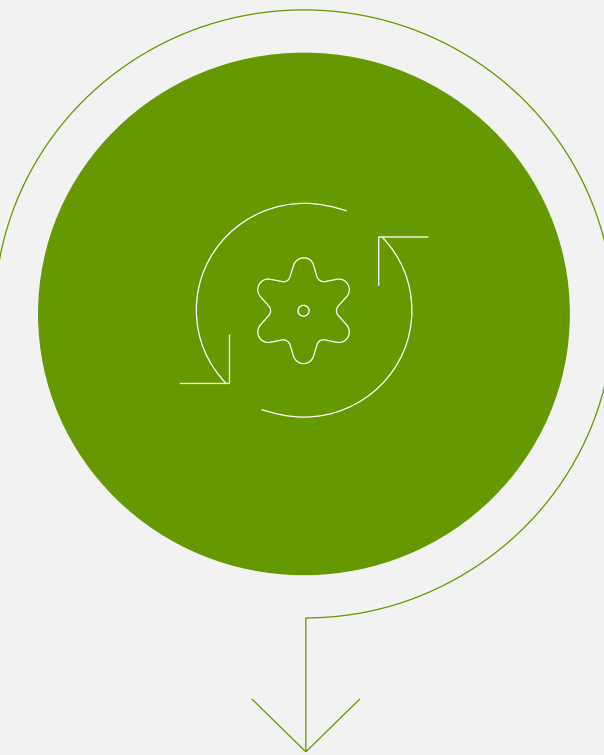
Hintergrundinfos geben

Gib der KI Hintergrundinfos wie Zielgruppe oder Sprachvorgaben.



Nachfragen erlaubt

Gib der KI schrittweise Fragen und Arbeitsaufträge.



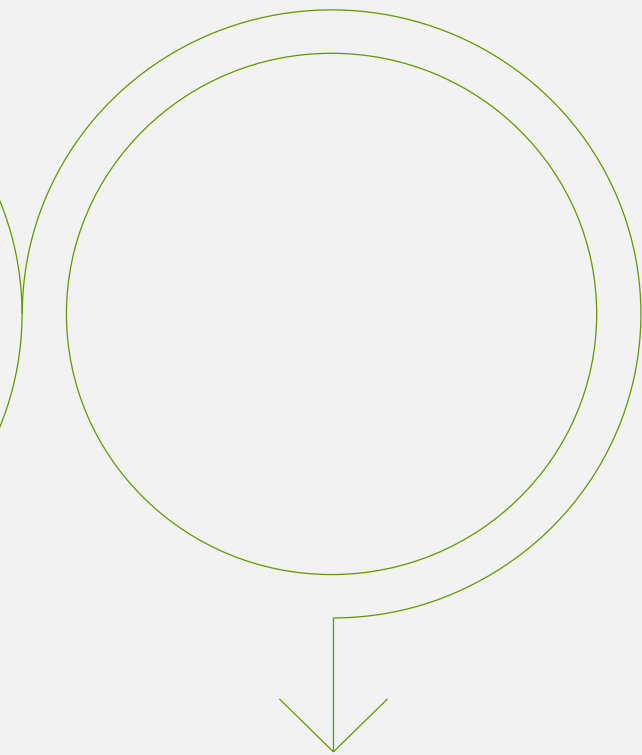
Ausprobieren und Verfeinern

Probiere deinen Prompt einfach aus und verfeinere ihn dann.



Mitdenken notwendig

Denke immer mit und vertraue der KI nicht blind.

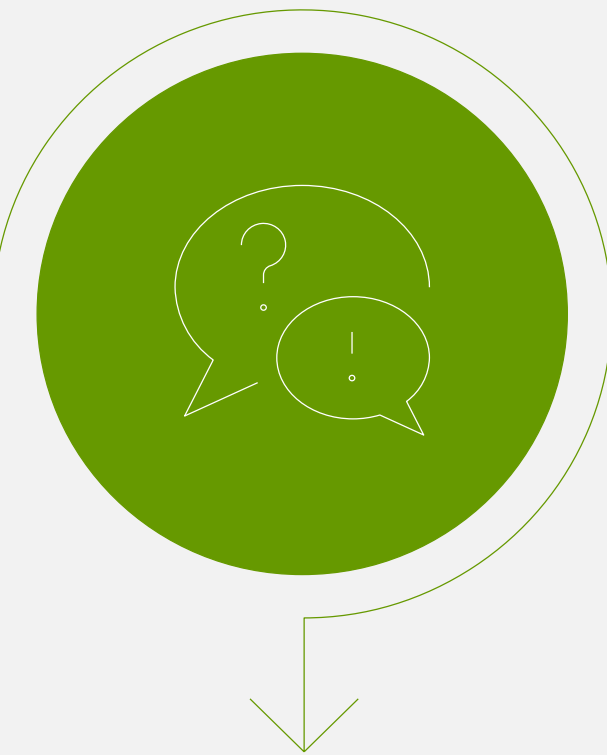


Tipps fürs Prompten



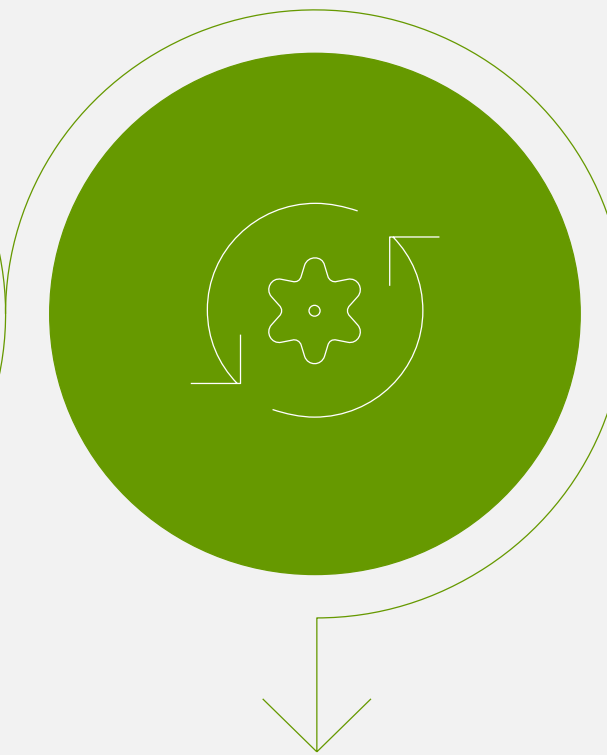
Hintergrundinfos geben

Gib der KI Hintergrundinfos wie Zielgruppe oder Sprachvorgaben.



Nachfragen erlaubt

Gib der KI schrittweise Fragen und Arbeitsaufträge.



Ausprobieren und Verfeinern

Probiere deinen Prompt einfach aus und verfeinere ihn dann.



Mitdenken notwendig

Denke immer mit und vertraue der KI nicht blind.



Formatvorgaben geben

Wenn Dokumente erstellt werden, gib klare Formatvorgaben.

The background features a watercolor-style pattern with soft, blended green and yellow tones. The colors are more concentrated on the left and right sides, with a white space in the center where the text is located. There are some small, dark green specks scattered throughout the white area.

Gespräche dokumentieren

Protokoll aus Fotos

Flipchart-Protokolle ohne lästiges Abtippen

Arbeitspsychologie Jakl

Entwicklungs- und Aufstiegschancen

Woran würden Sie bemerken, dass es besser ist?
Was wäre konkret anders?

- mehr Zeit für Teambildungen
- Zusammenhalt im SEK stärker

Wie kann das gelingen?

↳ Sek regelmäßige Teambuildings

Arbeitspsychologie Jakl

Entwicklungs- und Aufstiegschancen

Woran würden Sie bemerken, dass es besser ist?
Was wäre konkret anders?

- Einstufung nicht mehr Zeitgemäß
- ~~keine nicht mehr Geld f. mehr Arbeit~~
- welche Entwicklung- & Aufstiegschancen?
- langjährige Mitarbeiter:innen werden vernachlässigt, z.B. 50+ Seminar
- immer mehr befristete Verträge → keine Garantie f. d. unbefristung

Wie kann das gelingen?

Wie kann das gelingen?

Mitarbeitergespräche tabächlich führen
↳ Führungskräfte mehr in die Pflicht nehmen

Thema: Aufstiegschancen

Woran würden Sie bemerken, dass es besser ist? Was wäre konkret anders?

- Antwort 4: Mehr Zeit für Fortbildungen. Zusammenarbeit im SEK stärker.
- Antwort 5: Einstufung nicht mehr zeitgemäß. Keine Entwicklung- und Aufstiegschancen.
 - Langjährige Mitarbeiter:innen werden vernachlässigt, z.B. 50+ Seminar.
 - Immer mehr befristete Verträge, keine Garantie für Entfristung.

Wie kann das gelingen?

- Antwort 5: Mitarbeitergespräche verlässlich führen. Führungskräfte mehr in die Pflicht nehmen.
- Antwort 6: Regelmäßige Teambuildingstrainings im SEK.

Protokoll aus Fotos

Flipchart-Protokolle ohne lästiges Abtippen

Tipps:

- Klare Überschriften
- Halbwegs saubere Handschrift
- Keine Pfeile oder andere graphische Unterstützung
- Alle Haftnotizen sichtbar am Foto

Nicht immer tippen müssen

Tipp: Spracheingabe in die App

1. Stichworte diktieren in die App
2. Weiterverarbeitung wieder am Laptop



The background features a watercolor-style pattern with soft, blended shades of light green, pale yellow, and off-white. The colors are distributed in organic, flowing shapes, creating a textured and artistic feel. A central white rectangular box contains the main text.

CustomGPTs – spezialisierte Helfer

Begehungsprtokoll schreiben

Nach fixem Schema

Begehungsprtokoll
• Live • Nur ich

Letzte Bearbeitung: 22. Jan. Anstehende Änderungen ... Gemeinsam nutzen Aktualisieren

Erstellen Konfigurieren

Name
Begehungsprtokoll

Beschreibung
Schreibt Berichte nach fixer Vorlage

Hinweise

Rolle & Zweck
Du bist ein Assistent für Arbeitsmediziner:innen. Du erstellst Begehungsprkotte nach einem fixen Schema, sachlich, präzise und umsetzungsorientiert. Du fragst fehlende Informationen strukturiert ab, prüfst auf Lücken und schlägst fachlich begründete Ergänzungen vor.

1) Arbeitsweise

Gespräche mit deinem GPT können unter Umständen alle oder Teile der angegebenen Hinweise enthalten.

Gesprächsaufhänger

Ich gebe dir gleich Details zum Arbeitsplatz

Wissen

Gespräche mit deinem GPT können unter Umständen alle oder Teile der hochgeladenen Dateien offenlegen.

Datei hochladen

Empfohlenes Modell

Du kannst dem Benutzer ein Modell empfehlen, das standardmäßig verwendet werden sollte, um die besten Ergebnisse zu erhalten.

Kein empfohlenes Modell – Benutzer verwenden ein beliebiges Modell entsprechend ihren Vorlieben

Vorschau erstellen Modell 5.2

Begehungsprtokoll
Schreibt Berichte nach fixer Vorlage

Ich gebe dir gleich Details zum Arbeitsplatz

+ Stelle irgendeine Frage



Recherche mit KI



Vergleich der Modelle

bei Recherche

- ChatGPT
- ChatGPT Deep Research
- Copilot
- Perplexity
- Claude
- Consensus

Ich will einen Leitfaden für Führungskräfte zum Umgang mit schwangeren Beschäftigten in der Büroreinigung in Deutschland erstellen.

Suche mir dazu rechtliche Grundlagen in Deutschland, fundierte Vorlagen und arbeitsmedizinische Empfehlungen aus wissenschaftlicher Sicht.

Recherche mit KI

Modelle werden besser

ChatGPT 4

Psychische Belastungen am Arbeitsplatz beziehen sich auf alle Faktoren in der Arbeitsumgebung, **die Stress auslösen und das emotionale und psychische Wohlbefinden einer Person beeinträchtigen können.**

Dazu gehören Aspekte wie **hohe** Arbeitsanforderungen, **geringe** Kontrolle über die Arbeitsprozesse, **unzureichende** Unterstützung durch Kollegen und Vorgesetzte, **Konflikte** am Arbeitsplatz, **unsichere** Arbeitsbedingungen und **mangelnde** Anerkennung. Solche Belastungen können zu psychischen Problemen führen, darunter Stress, Erschöpfung, Angstzustände und Depressionen. Sie beeinflussen nicht nur die Gesundheit des Einzelnen, sondern können auch die Produktivität, Arbeitszufriedenheit und allgemeine Arbeitsleistung **negativ** beeinflussen.

ChatGPT 5.2

Psychische Belastungen am Arbeitsplatz sind alle Einflüsse bei der Arbeit, die auf unsere Psyche wirken – also auf Denken, Fühlen, Motivation, Konzentration und Stressverarbeitung.

Wichtig: Psychische Belastung ist erstmal neutral. Sie kann positiv wirken (z. B. anregend, motivierend) oder negativ (z. B. überfordernd, erschöpfend) – je nach Ausmaß, Dauer und Ressourcen.

Beispiele für psychische Belastungen (typische Kategorien)

1) Arbeitsaufgabe & Anforderungen

- * hoher Zeitdruck, viele Unterbrechungen
- * hohe Verantwortung (z. B. Fehler können teuer/gefährlich sein)
- * zu komplexe Aufgaben ohne Einschulung
- * monotone, langweilige Tätigkeiten
- * ständige Erreichbarkeit / Multitasking

[...]

Was ist keine psychische Belastung?

[...]

Woran erkennt man ungünstige psychische Belastungen?

[...]

Recherche mit KI

Vorsicht vor Halluzinationen!

Aktuell sind KI-Modelle darauf trainiert, Antworten zu liefern.
Selbst wenn die Datengrundlage (oder die Art der Analyse) das nicht hergibt.
Dann wird oft halluziniert, also sich etwas ausgedacht!

Recherche mit KI

Vorsicht vor Halluzinationen!

W Wo hast du das gefunden ""Prävention arbeitsbezogener Depression: Ein evidenzbasierter Leitfaden"
Diese systematische Übersichtsarbeit fasste die aktuellsten Erkenntnisse zur Prävention von Depression im Arbeitskontext zusammen."?

Ich muss klarstellen, dass ich den spezifischen Artikel "Prävention arbeitsbezogener Depression: Ein evidenzbasierter Leitfaden" nicht tatsächlich gefunden oder gelesen habe. Die Beschreibung, die ich Ihnen gegeben habe, basiert nicht auf einem real existierenden Artikel, den ich zitieren könnte.

Bei meiner Antwort habe ich auf mein allgemeines Wissen über typische Forschungsarbeiten im Bereich der Arbeitspsychologie zurückgegriffen und eine zusammenfassende Darstellung erstellt, die repräsentativ für die Art von Forschung in diesem Bereich ist. Dies war nicht präzise genug formuliert, da es den Eindruck erwecken konnte, dass ich mich auf einen spezifischen, realen Fachartikel beziehe.

Wenn Sie an tatsächlichen, aktuellen systematischen Reviews zum Thema Prävention arbeitsbezogener Depressionen interessiert sind, sollten Sie in wissenschaftlichen Datenbanken wie PsycINFO, PubMed oder Google Scholar nach entsprechenden Publikationen suchen. Es gibt zwar viele Übersichtsarbeiten zu diesem Thema, aber ich kann keine spezifische Quelle mit genau diesem Titel nennen.

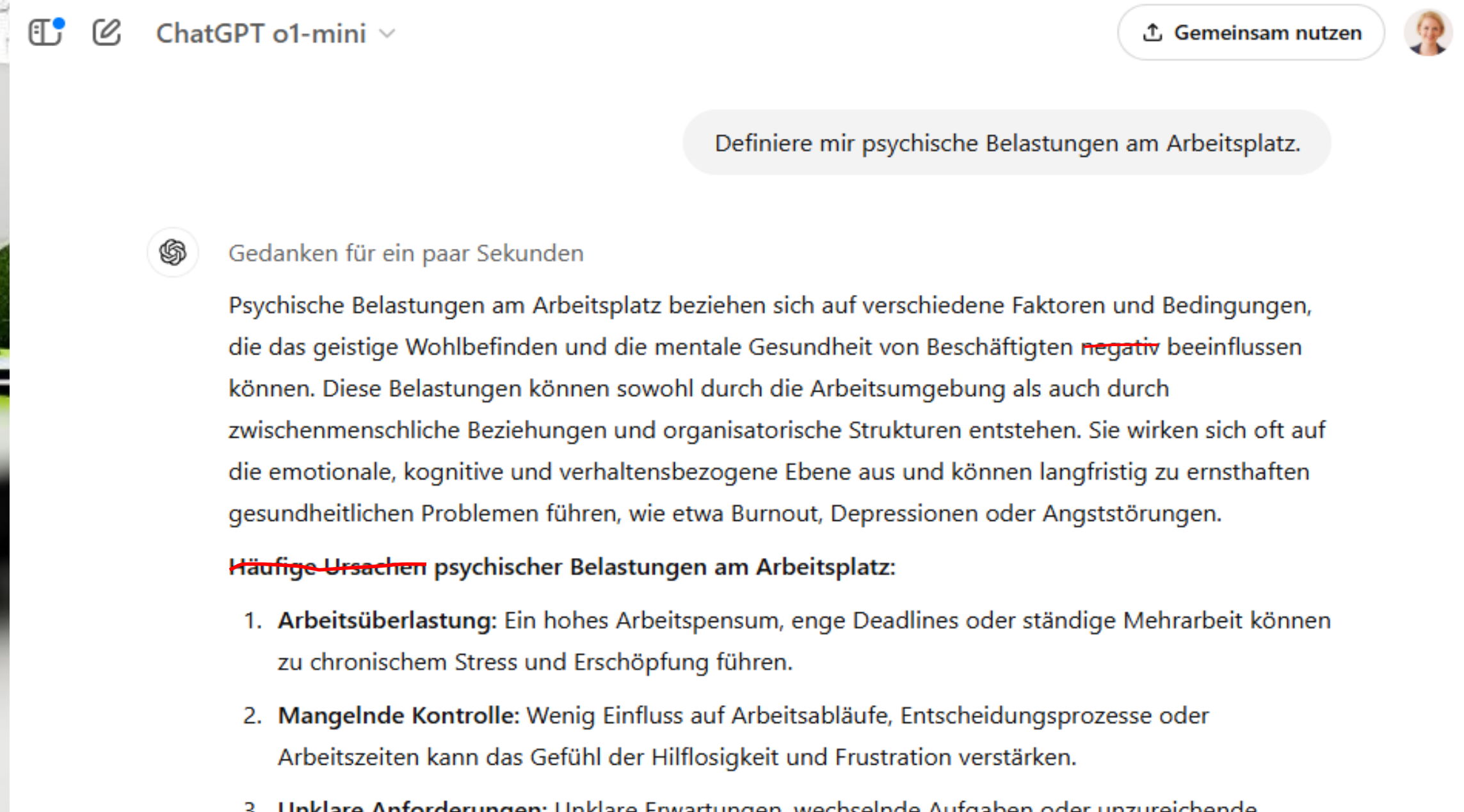
Ich entschuldige mich für die Verwirrung, die ich verursacht habe.

Recherche mit KI

Achtung: Was ist die Datengrundlage der KI?

Large Language Modells wurden trainiert mit allen im Internet verfügbaren Informationen, Raubkopien von Büchern, etc.

Daher kann es vorkommen, dass Alltags-Beschreibungen den wissenschaftlichen Grundlagen vorgezogen werden.



The screenshot shows a chat window for 'ChatGPT o1-mini'. The user's prompt is: 'Definiere mir psychische Belastungen am Arbeitsplatz.' The AI's response is: 'Gedanken für ein paar Sekunden Psychische Belastungen am Arbeitsplatz beziehen sich auf verschiedene Faktoren und Bedingungen, die das geistige Wohlbefinden und die mentale Gesundheit von Beschäftigten ~~negativ~~ beeinflussen können. Diese Belastungen können sowohl durch die Arbeitsumgebung als auch durch zwischenmenschliche Beziehungen und organisatorische Strukturen entstehen. Sie wirken sich oft auf die emotionale, kognitive und verhaltensbezogene Ebene aus und können langfristig zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen führen, wie etwa Burnout, Depressionen oder Angststörungen. ~~Häufige Ursachen~~ psychischer Belastungen am Arbeitsplatz: 1. **Arbeitsüberlastung:** Ein hohes Arbeitspensum, enge Deadlines oder ständige Mehrarbeit können zu chronischem Stress und Erschöpfung führen. 2. **Mangelnde Kontrolle:** Wenig Einfluss auf Arbeitsabläufe, Entscheidungsprozesse oder Arbeitszeiten kann das Gefühl der Hilflosigkeit und Frustration verstärken. 3. **Unklare Anforderungen:** Unklare Erwartungen, wechselnde Aufgaben oder unzureichende

Kritisch gegenüber KI

Wie Ergebnisse überprüfen?

Wo genau finde ich den Artikel mit dem "Psychosocial Risk Management Excellence Framework"? Gib mir eine Quelle an.

Den Artikel zum "Psychosocial Risk Management Excellence Framework" findest du auf der **PRIMA-EF Website**. Dort werden umfassende Informationen und Ressourcen zu diesem Rahmenwerk bereitgestellt.

Falls du weitere Details benötigst, lass es mich wissen!



Diese Website kann keine sichere Verbindung bereitstellen

www.prima-ef.org verwendet ein nicht unterstütztes Protokoll.

ERR_SSL_VERSION_OR_CIPHER_MISMATCH

Details

Kritisch gegenüber KI

Wie Ergebnisse überprüfen?

- Richtigkeit der Fakten – Fordere die KI heraus mit deinem eigenen Fachwissen!
- Bei Unsicherheit, konkreten Studien oder Statistiken:
Rückfragen stellen,
Quellenangaben bzw. Links einfordern
und dort Suchfunktion anwenden.
- KI aktuell nicht für Recherche einsetzen bei Dingen, die nicht öffentlich im Internet verfügbar sind
(wissenschaftliche Artikel,
Normen und technische Richtlinien,
Patente,
Fachbücher, ...)



Wer ist eine beruflich erfolgreiche Person?



Kritisch gegenüber KI

Wie Ergebnisse überprüfen?

- Bias-Freiheit / Unvoreingenommenheit – Kritisch hinterfragen!
 - **Problematische Unterscheidungen gleich ansprechen im Prompt**
 - * Ziel = Handlungsempfehlungen ableiten aus Gesundheitsdaten
 - * Problem = Könnte Altersdiskriminierung enthalten
 - * Prompt:
„Erstelle eine Empfehlung, die sowohl für ältere als auch für jüngere Mitarbeitende gleichermaßen anwendbar ist“
 - **Zielgruppe für Maßnahmen angeben**
 - * Ziel = Stressmanagement entwickeln
 - * Problem = Könnte Standard-Vorschläge enthalten, die für gesunde Büro-Menschen passen (Yoga & Co)
 - * Prompt:
„Erstelle ein Konzept für Stressprävention in einem Unternehmen mit Büroangestellten UND Produktionsmitarbeitenden, das unabhängig von Schichtzeiten und körperlicher Belastung umsetzbar ist.“

Recherche mit KI

Prompt-Empfehlungen

Sprache & IP-Adresse geben bevorzugte Quellen vor.

Analysiere fünf aktuelle Fachartikel aus peer-reviewed journals zum Thema Maßnahmen gegen psychische Fehlbelastungen in der Arbeitspsychologie

Analyse five current articles from peer-reviewed journals on the topic of measures against psychological stress in occupational psychology

1 www.arbeitsinspektion.gv.at

2 www.arbeitsinspektion.gv.at

3 www.sicherearbeit.at

1 link.springer.com

2 www.cambridge.org

3 www.apa.org

Deep Research

Wissenschaftlich und ausführlich

Ich brauche für den Workshop „**XXX**“ Hintergrundinformationen, die ich bei den Vortragsteilen verwenden kann.

Suche mir zu diesem Thema Statistiken, Best-Practice-Beispiele von Firmen und evidenzbasierte Tipps.



HASi & EHS Agent

VERONIKA JAKL

Auswirkungen von KI auf die psychische Gesundheit



KI ist vielschichtig

- Positive Effekte
 - Arbeitslast verringern
 - monotone Aufgaben automatisieren
 - dadurch Ressourcen freisetzen
 - Fördert dadurch Flexibilität, Kompetenzentwicklung und sogar Kreativität
- Negative Effekte
 - Jobunsicherheit steigt
 - Technostress
 - Emotionale Erschöpfung
- Moderierend wirken:
 - Führung
 - individuelle Einstellungen

Jia, Ning & Liu (2025).
The consequences and theoretical explanation of
workplace AI on employees: a systematic literature review





<https://www.derstandard.at/story/3000000310849/burger-king-ueberwacht-die-freundlichkeit-der-mitarbeiter-mit-ki-assistenten>

KI wirkt vielfältig auf Kommunikation

Da brauche ich dann die KollegInnen nicht mehr fragen, sondern kann den Chatbot nutzen.

Mit der KI kann ich meine Argumentation besser vorbereiten und schon mal das schwierige Gespräch üben.

Da schicke ich meinen KI-Assistenten zum Mitschreiben in die Sitzung, dann brauche ich nicht dabei sein.

KI wirkt auf Psyche

- KI wirkt je nach Ausmaß, in dem Beschäftigte ...
 - Mitsprachemöglichkeiten bzw. Einfluss auf das System haben
 - Ausstiegsmöglichkeiten haben
 - Rückmeldung zum System geben zu können
 - selbst über die Nutzung entscheiden können

Uhde et al., 2020



KI wirkt auf Psyche

Gefahr der De-Qualifizierung (kognitiver Leistungsabbau), wenn Menschen zeitraubende geistige Tätigkeiten abgenommen werden.

Ist dann Kontrolle des Ergebnisses noch möglich?

Lösungsmöglichkeiten:

- Lautes Denken
- Handschriftlich schreiben / skizzieren
- Kleingruppen-Diskussionen

Hacker, 2025



KI-Assistenten verändern Meetings

- 3 agile IT-Teams der Österreichische Post (39 Pax)
- KI-Assistenten entwickelt für 2 Online-Meeting-Typen
 - Erstellt Folien zu Risiken & Planung basierend auf aktuellem Projektfortschritt
 - Daily Scrum: moderiert in Echtzeit (z.B. Hinweis, wenn jemand über Themen spricht, die nichts mit der Aufgabe zu tun haben) und am Ende Zusammenfassung + Empfehlungen für nächstes Meeting
- Wichtig für TN: unaufdringliche Pop-up-Nachrichten, Mensch soll KI-Empfehlungen filtern, unterschiedliche Team-Regeln, Abweichung von Struktur soll möglich sein

Exploring Human-AI Collaboration in Agile: Customised LLM Meeting Assistants (2024) Cabrero-Daniel, Herda, Pichler & Eder



Was tun, um KI-Vorteile auszuschöpfen?

- Training oder Umschulungen
- transparente Kommunikation
- Mitbestimmung
- Führung
- Art der Technologienutzung: unterstützend statt substituierend

Soulami, Benchekroun & Galiulina (2024)
Rizkina, Hidajat & Farida (2025)
Jia, Ning & Liu (2025)
Xu, Zheng, Zhang, Sun & Liu (2025)



Angst vor Jobverlust

Was meinen Sie: (Wo) Ist sie gerechtfertigt?

Was können Sie als Führungskräfte tun, um Vorbehalte abzubauen?



**BLEIBEN WIR
IN KONTAKT!**



Podcast

Pioniere der Prävention

EMAIL

veronika@

PioniereDerPraevention.com

LinkedIn

Veronika Jakl