

# Gesundheitsförderung im Betrieb

**Andrea Egger-Subotitsch**

[aes@abif.at](mailto:aes@abif.at)

[www.abif.at](http://www.abif.at)



[aes@abif.at](mailto:aes@abif.at)  
[www.abif.at](http://www.abif.at)

**abif:** Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Praxishandbuch: Betriebliche und arbeitsmarktintegrative Gesundheitsförderung

Praxishandbuch:

**Methoden in der Beruflichen Rehabilitation**

Praxishandbuch:

**Ältere am Arbeitsmarkt**



aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Macht Arbeit krank?

Internationale Schätzungen:

30-50% aller Erkrankungen sind **durch die Arbeit bedingt!**

Psychische Erkrankungen am Vormarsch!

z.B.: Zahlen zur **Invaliditätspension**

- Psychische Behinderungen sind der häufigste Pensionierungsgrund bei Angestellten!
- 1996: 19.6% der Zuerkennungen
- 2006: 37.0% der Zuerkennungen

➔ JA



aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Alternative Arbeitslosigkeit?

Erwerbsstatus	Gut/sehr gut	Mittelmäßig	Schlecht/ sehr schlecht
erwerbstätig	85%	13%	3%
arbeitslos	60%	25%	15%
Kurzeitarbeitslos ( < 6 Monate)	72%	20%	8%
Langzeitarbeitslos ( >= 6 Monate)	57%	27%	16%
Langzeitarbeitslos ( >= 12 Monate)	54%	29%	17%
Nicht erwerbstätig	66%	23%	11%
Pension	53%	33%	14%

➔ NEIN

Quelle: Statistik Austria 2006. EU-SILC Erhebung



aes@abif.at  
www.abif.at



abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung

# Arbeitslosigkeit macht kränker (bestätigen auch Längsschnittuntersuchungen):

- Cortisolspiegel steigt an
- Systolischer Blutdruck steigt
- Chronifizierung von Krankheiten
- Erhöhung von Medikamentendosen
- Schlafstörungen, Herzbeschwerden, Depressivität, Erschöpftheit, Erhöhung des Alkohol- und Nikotinkonsums, Verlust sozialer Bindungen, Verschlechterung des Gesundheitszustandes...



aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Also doch Arbeit:

- Alternative: Arbeit so gestalten, dass sie **gesund macht und hält!**
- Arbeit ist aber auch per se eine „Ressource“ für die eigene Gesundheit (**Sinnstiftung**)

Sinn finden wir in der

- Liebe
- Arbeit
- Erleben (Musik, Natur ....“Muße“)

Zitat: Viktor Frankl



aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Maßnahmen im Betrieb

- **ArbeitnehmerInnenschutz**

- **Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)**

...umfasst alle gemeinsamen Maßnahmen von Arbeitgebern, ArbeitnehmerInnen und Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz.

- **Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)**



aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Maßnahmen im Betrieb

## Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)

- ...umfasst die **Entwicklung integrierter betrieblicher Strukturen und Prozesse**, die die gesundheitsförderliche Gestaltung von Arbeit, Organisation und Verhalten zum Ziel haben.
- Sie sollen den **Beschäftigten und dem Unternehmen gleichermaßen** zugute kommen.
- Bei **allen Entscheidungen** im Betrieb die **Auswirkungen** auf die Gesundheit der MitarbeiterInnen mitdenken!
- Die **betrieblichen Einflussfaktoren** der Gesundheit werden „gemanaget“.



aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



- 1. Verhaltensprävention** zielt auf eine gesunde **Selbst-Steuerung von Einzelpersonen**: Wirbelsäulenkurse, Stressbewältigungstraining, Gripeschutzimpfungen, Sucht-Beratung sind Instrumente zur Verhaltensprävention.
- 2. Verhältnisprävention** zielt auf **gesunde Arbeitsbedingungen**: Verbesserungen der Ergonomie am Arbeitsplatz oder der Arbeitsorganisation und Abläufe
- 3. Systemprävention** zielt auf ein "**gesundes Miteinander**" in der **Zusammenarbeit**, in der Hierarchie und im Gesamtunternehmen: Teamentwicklung, Mobbingprävention, Führungstraining, Krankenrückkehrgespräche

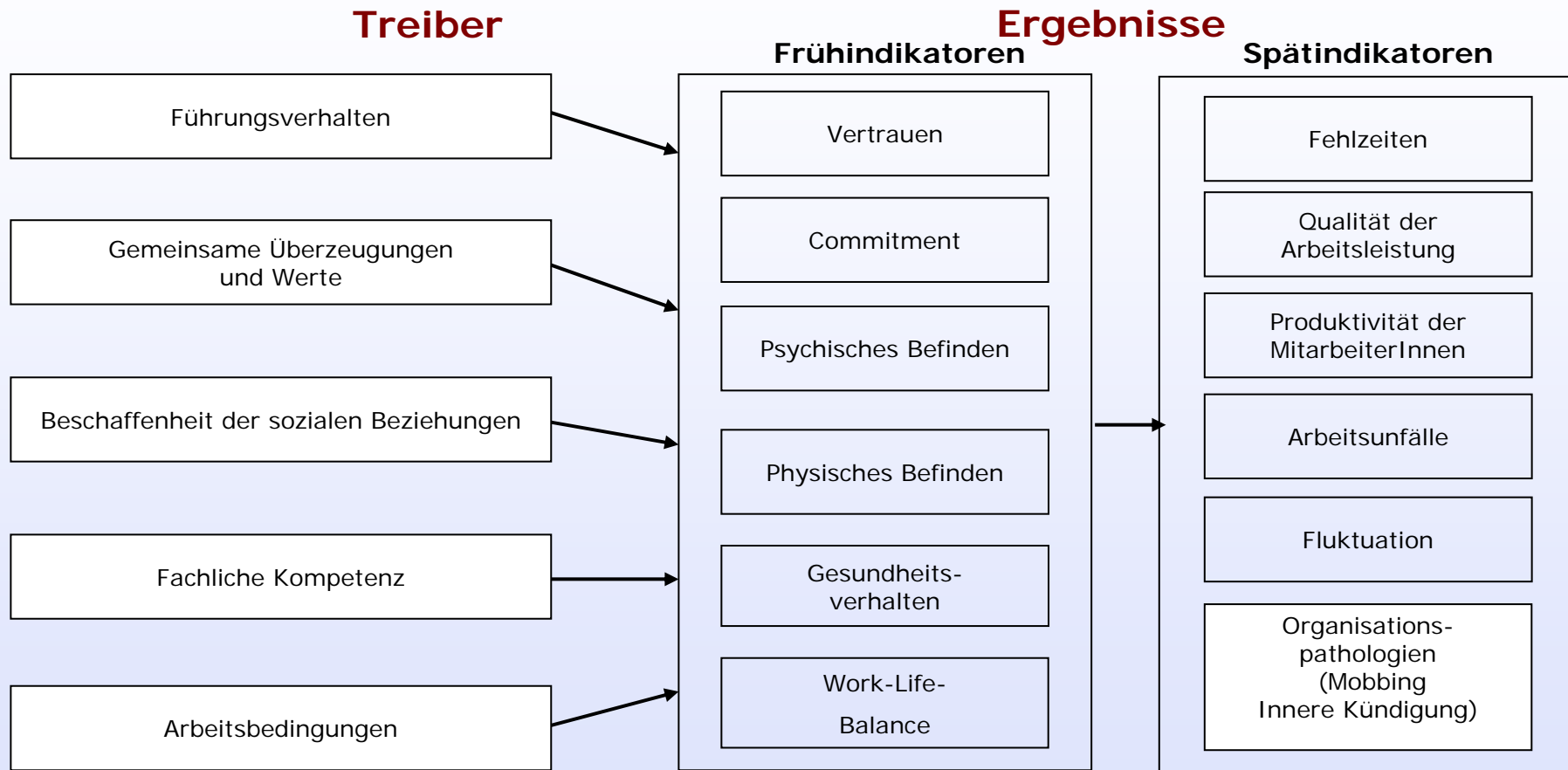


aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Einflussfaktoren im Betrieb



Quelle: Badura, 2006



aes@abif.at  
www.abif.at



abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung

	<b>Personenbezogene Interventionen = verhaltensorientiert</b>	<b>Bedingungsbezogene Interventionen = verhältnisorientiert</b>
<b>bezogen auf</b>	einzelne Personen → individuumsorientiert	Arbeitssysteme und Personengruppen → strukturiert
<b>Beispiele für Maßnahmen</b>	Rückenschule, Stressimmunisierungstraining	vollständige Aufgaben, Gruppenarbeit, Arbeitszeitgestaltung
<b>Wirkungsebene</b>	Individuelles Verhalten	organisationales, soziales und individuelles Verhalten
<b>personenbezogene Effekte</b>	Gesundheit, Leistungsfähigkeit	positives Selbstwertgefühl, Kompetenz, Kohärenzerleben, Selbstwirksamkeit, Internale Kontrolle, Gesundheit, Motivation, Leistungsfähigkeit
<b>wirtschaftliche Effekte</b>	Reduzierung krankheitsbedingter Fehlzeiten	Verbesserung der Produktivität, Qualität, Flexibilität und Innovationsfähigkeit, geringere Fehlzeiten und Fluktuation
<b>Effektdauer</b>	kurz- bis mittelfristig	mittel- bis langfristig



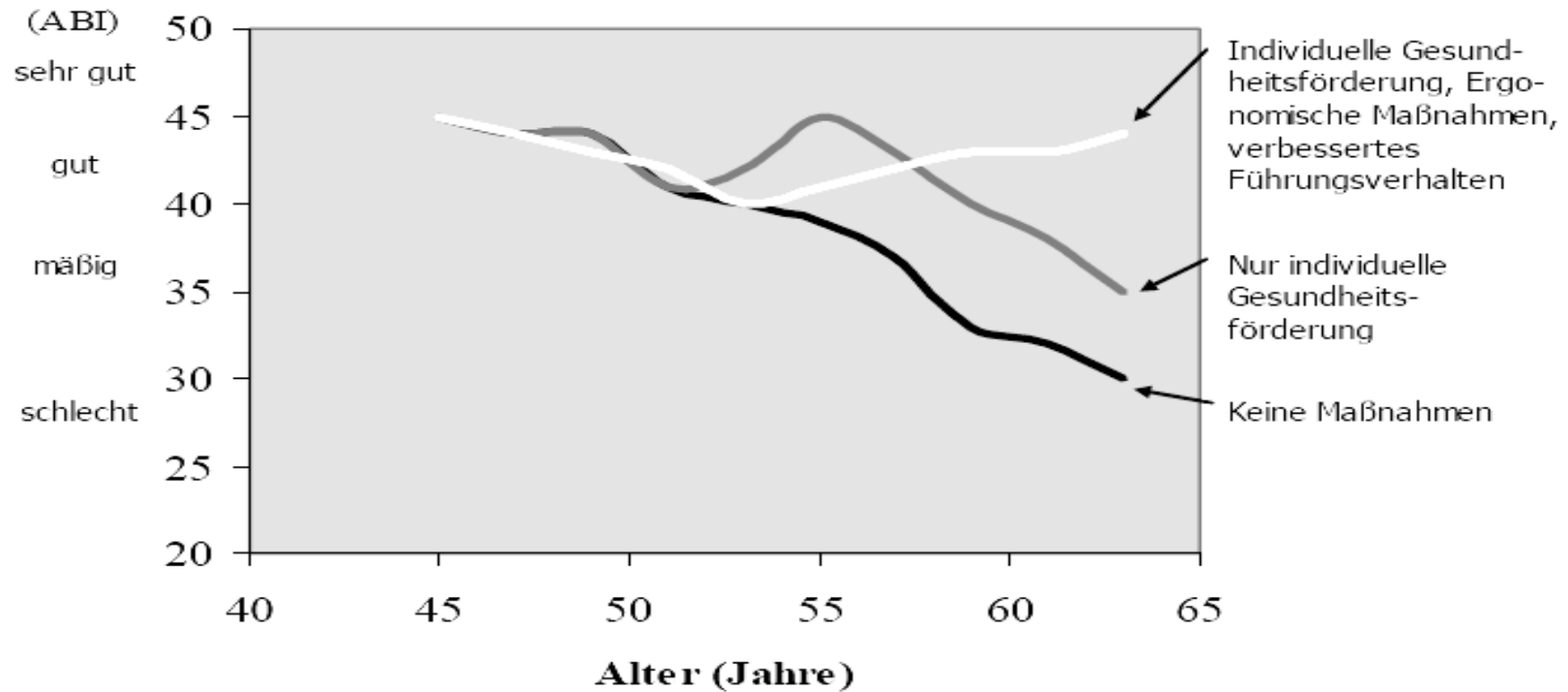
aes@abif.at  
www.abif.at



**abif:** Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung

# Zusammenhang zwischen Art der GF und Arbeitsfähigkeit

## Arbeitsfähigkeit



Quelle: FIOH, Prof. Juhani Ilmarinen

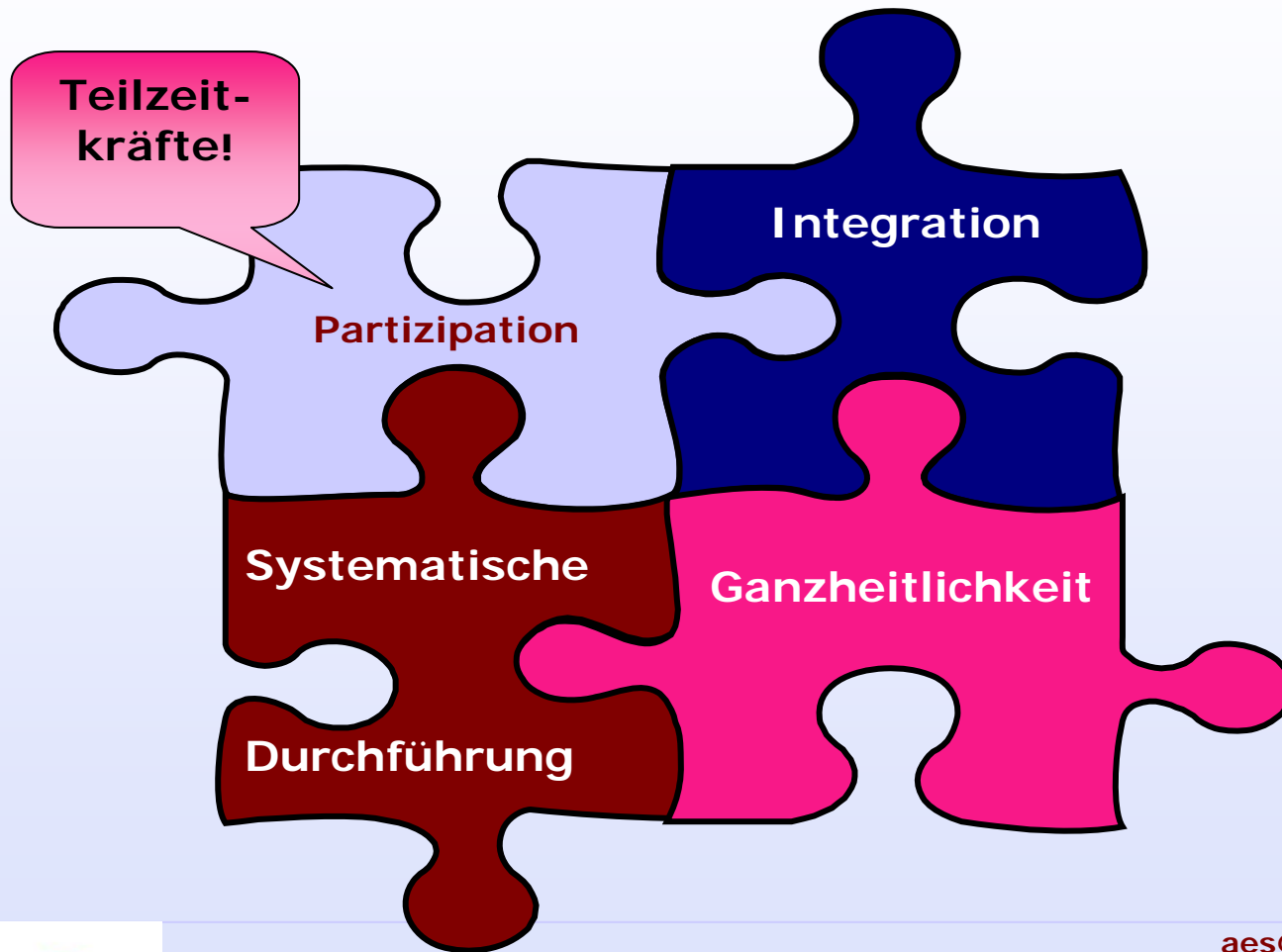


aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Wie funktioniert ein BGF-Projekt?




aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Wie installiert man BGF?

- **Führungskräfte u. Betriebsrat** müssen ins Boot geholt werden!
- Möglichst **viele weitere betriebliche Akteure** dafür gewinnen und ein breites Commitment schaffen (Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz, verschiedenen Führungsebenen...)
- **Projektziele klären und Projektplan festlegen** (ev. Betriebsvereinbarung aufsetzen, externe Unterstützung holen)
- **Interne aktive Projektsteuerungsgruppe** aufstellen (Projektleitung, Assistenz, Betriebsrat, Arbeitsmedizin... )  
     operative Aufgaben
- **Internen Strategischen Gesundheitsausschuss** aufstellen (Führungskräfte und Entscheidungsträger, Projektleitung)  
=> strategische Aufgaben, Entscheidung
- **IST-Stand klären** (Statistiken, MTO-Analyse, .... „Wie gesund fühlst du dich?“)

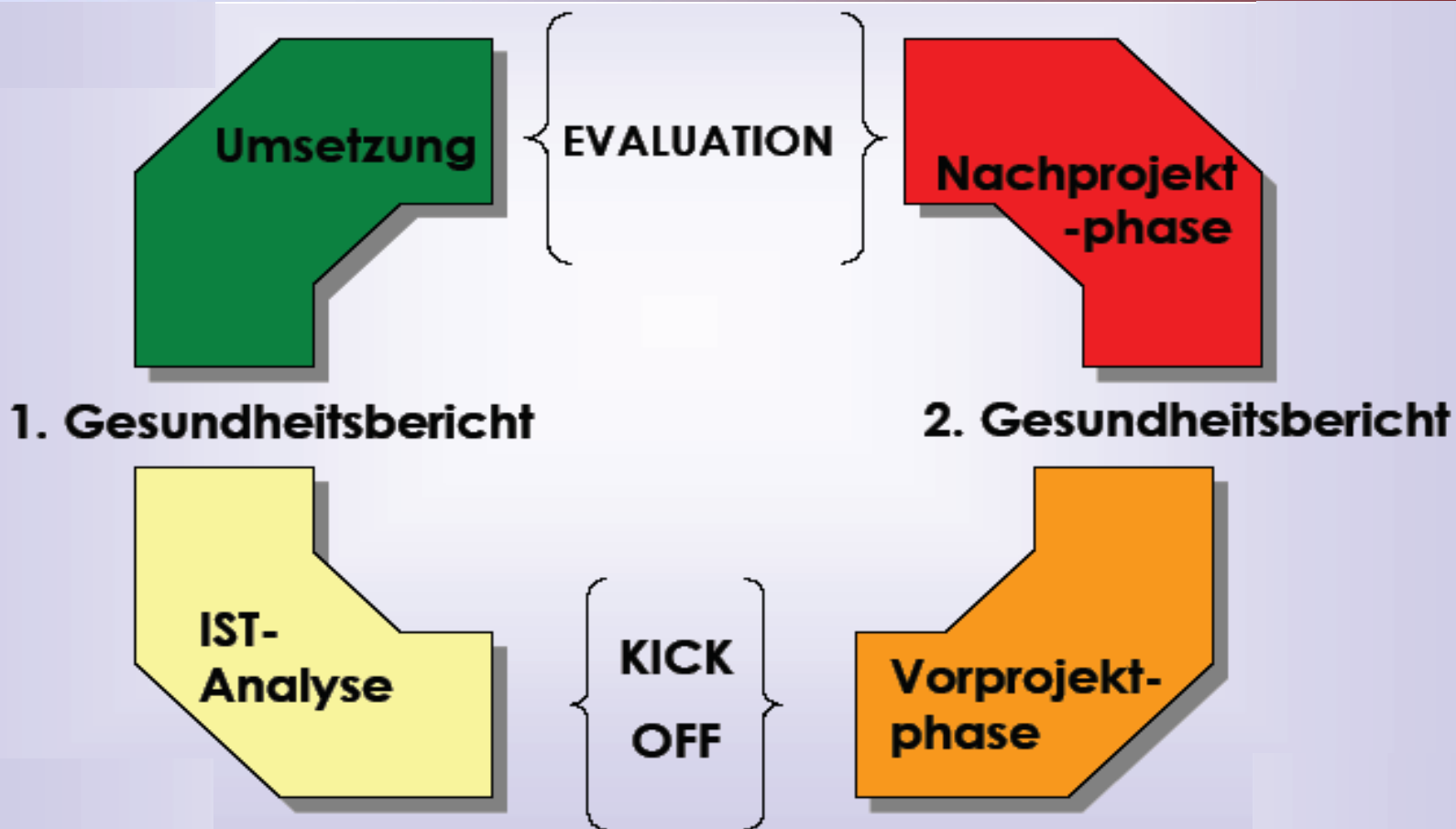


aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Ablauf



aes@abif.at  
www.abif.at

abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



# Der Gesundheitszirkel

Ca. 8 TeilnehmerInnen und ein/e ModeratorIn

**Ziel:** Klärung von

- gesundheitlichen Belastungen,
- gesundheitlichen Ressourcen (z.B. Arbeitsplatzsicherheit, Zusammenhalt...)
- Erarbeitung von Lösungsvorschlägen



(ev.) Umsetzung von Maßnahmen



aes@abif.at  
www.abif.at



abif: Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung

# Maßnahmen

....müssen **nicht immer (viel) Geld kosten**

Handzettel mit Notfallnummern  
Fensterputzen besser organisieren  
Jause holen  
Bäckerzange

....sind in **allen Bereich** möglich

Berücksichtigung von Fahrermeinungen beim Bau neuer Züge  
Zuschüsse zu Sportaktivitäten

....betreffen häufig die **Kommunikation im Betrieb**

Seminare und Workshops  
„Vom lästigen zum lächelnden Kunden“  
Abläufe



[aes@abif.at](mailto:aes@abif.at)  
[www.abif.at](http://www.abif.at)



**abif:** Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung

# BGF oder BGM bedeutet immer

- eine **Arbeit an der Unternehmenskultur**
- eine Chance für MitarbeiterInnen und Unternehmen für mehr Partizipation, Miteinander und Menschlichkeit
- mehr **Freude, Sinn und Wohlbefinden in der Arbeit**

....und macht Arbeit keinen Spaß,  
sollte man sich ab  
und zu einen daraus machen...

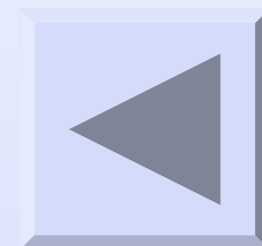
**Bürosport**



[aes@abif.at](mailto:aes@abif.at)  
[www.abif.at](http://www.abif.at)

**abif:** Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung





[aes@abif.at](mailto:aes@abif.at)  
[www.abif.at](http://www.abif.at)

**abif:** Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung



**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**



[aes@abif.at](mailto:aes@abif.at)  
[www.abif.at](http://www.abif.at)

**abif:** Analyse Beratung und interdisziplinäre Forschung

