

Gesundheitsförderung im Arbeitsleben – große Potentiale oder überschätzte Ressource

persönliche Erkenntnisse aus
20 Jahren BGF Beratung

Dr.in Irene Kloimüller MBA

Wert: Arbeit

www.wertarbeit.at

www.fit2work.at

20.09.2016

Potential und Ressource

Potential

Arbeitskraft, Kraft, Leistungsfähigkeit,
Leistungskraft, Leistungsstärke,
Leistungsvermögen, Stärke

Ressource

natürlich vorhandener Bestand von etwas, was für
einen bestimmten Zweck, besonders zur
wirtschaftlichen Produktion benötigt wird

Quelle: Duden online (Auszug 17.09.2016)

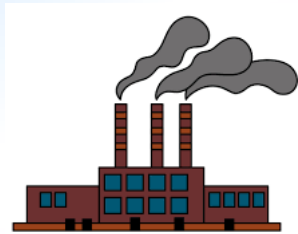
Gesundheitsförderung zur...

Unterstützung der menschlichen
Leistungsfähigkeit um produktiv (wirtschaftlich
wie privat) zu bleiben

Betriebliche Gesundheitsförderung eine...

Geschichte mit unterschiedlichen Zugängen,
Erwartungen und voller Mißverständnisse

...denn haben Unternehmen und MitarbeiterInnen das Selbe im Sinn, wenn über Gesundheit gesprochen wird?



©www.ClipProject.info



Unternehmen

Vorgesetzte/r



ArbeitnehmerInnen

MitarbeiterInnen

MitarbeiterInnen- Perspektiven

- Meine Gesundheit ist meine Privatsache, die geht den Betrieb nichts oder nur bedingt etwas an
- Arbeit gefährdet meine Gesundheit – der Betrieb muss dafür sorgen, dass meine Gesundheit erhalten und gefördert wird
- Mit Gesundheitsförderung wollen die nur mehr herausholen aus uns
- Gut so, der Betrieb kümmert sich um uns

Betriebe / Unternehmen - Perspektiven

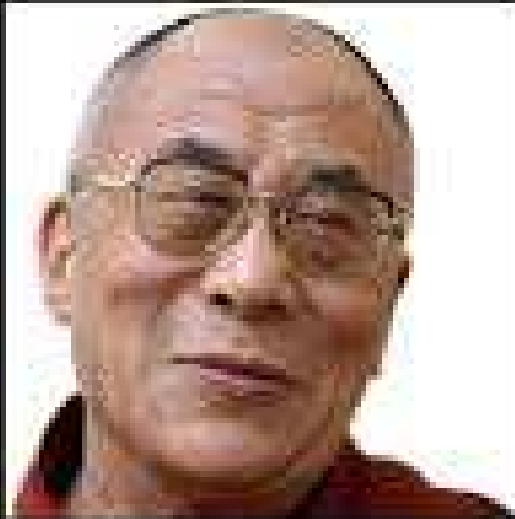
- Mit Gesundheitsförderung wollen wir Krankenstände senken
- Wir wollen Leistungsfähigkeit v.a. auch Älterer erhalten
- Wir haben auch eine soziale und menschliche Verantwortung uns um die Gesundheit unserer MitarbeiterInnen zu kümmern
- Geht es unseren MitarbeiterInnen gut, geht es unseren KundInnen gut...
- Wenn MitarbeiterInnen privat auf ihre Gesundheit besser schauen würden, hätten wir weniger Ausfälle (sprich „sie sollen weniger rauchen, sich mehr bewegen...“)

Unterschiedliche Erwartungen

oft unausgesprochen



übermäßige Erwartungen



Übermäßige Erwartungen bringen immer
Probleme mit sich.

(Dalai Lama)

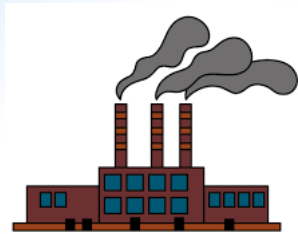
gutezitate.com

In BGF wird zu viel hineingepackt



© Roberto Neumüller/SOS SAHEL

Erwartungen und Menge zusammen- und auf ein “bewegbares” Maß bringen ?



©www.ClipProject.info



Unternehmen
Vorgesetzte/r



ArbeitnehmerInnen
MitarbeiterInnen

gesundheitsförderliche Dialog zwischen „Unternehmen“ und „MitarbeiterInnen



Das Gespräch - nach David Bohm ist der Dialog geprägt von einer Intensivierung der Gespräche

Der Dialog am Anfang jeder BGF

- Gemeinsame Begriffsdefinition, gemeinsames Verständnis zum Thema herstellen
- Erwartungen und Ziele explizieren, sich auf ein realistisches und realisierbares Ziel verständigen
- Gemeinsame Analyse über Gefährdungen und Ressourcen
- Verantwortungen klären

>>> Partizipation ermöglichen, Vertrauen, Offenheit, ehrliches Interesse....

Ins Gespräch mit “allen” MitarbeiterInnen kommen

Eine Gruppe von Beschäftigten, die den „gesunden Kern“ jedes Unternehmens bilden.



Beispiel aus einem Interview mit einem älteren Fahrer.

46 Jähriger Fahrer bewirbt sich um einen internen Job im Unternehmen :

„Die werden mich im Personalbüro wahrscheinlich gar nicht kennen, weil ich jeden Tag da war“.

Take home 1

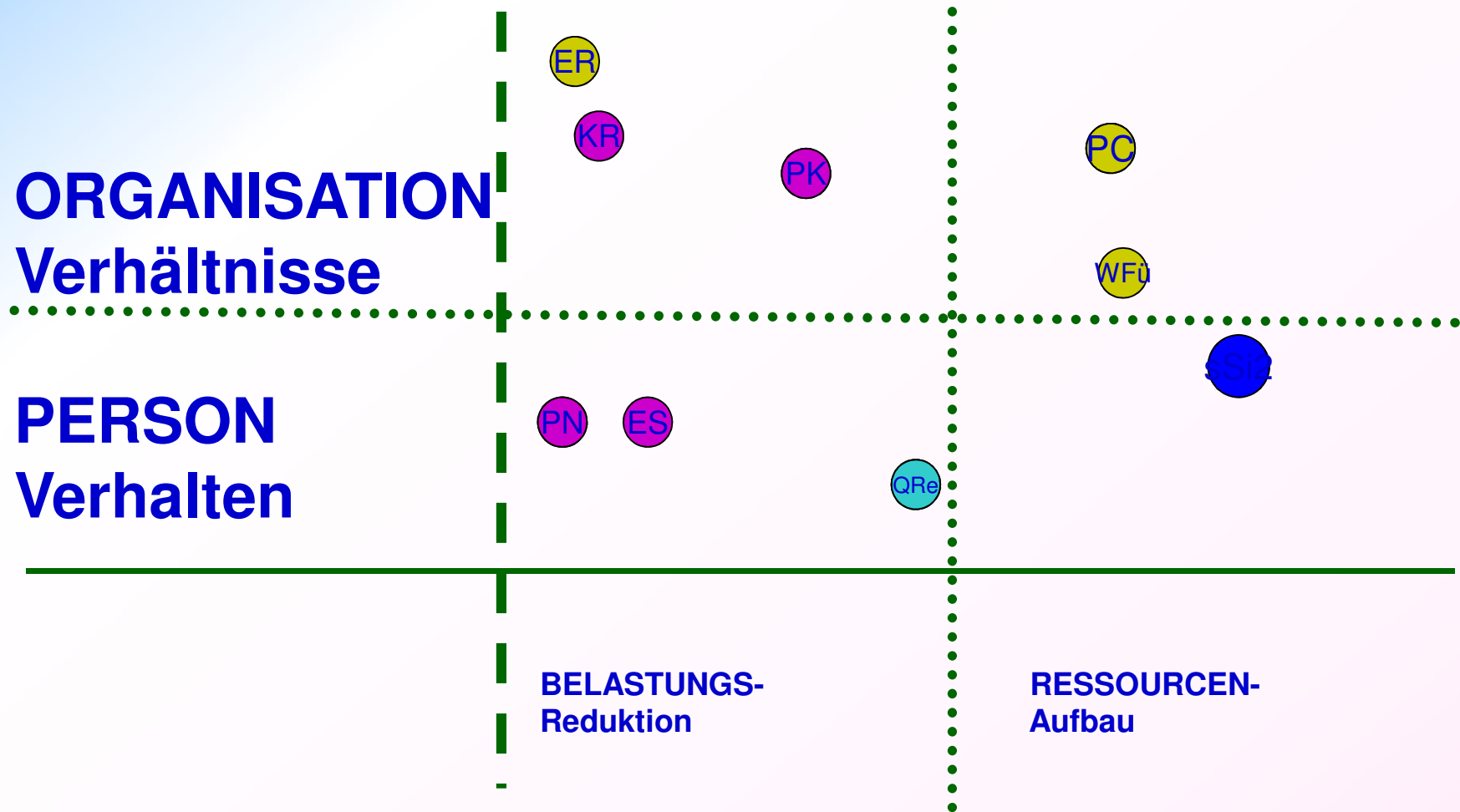
Austausch und Partizipation

- Der gesundheitsförderliche Entwicklungsweg ist durch den Dialog, offene Partizipation und ehrliche Teilhabe geprägt
- Der Betrieb muss sich um Gesunde, Erkrankte und Genesene kümmern
- Betriebliche Gesundheitsförderung unterstützt Gesunde wie MitarbeiterInnen mit gesundheitlichen Beschwerden, Junge wie Alte

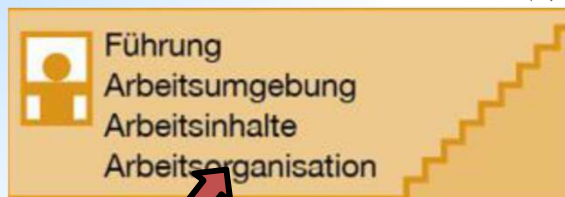
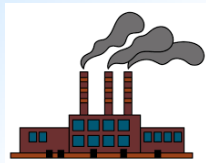
Take home 2- geteilte Verantwortung

- Gesundheit ist immer eine geteilte Verantwortung
- Die Verantwortung für Schutz der Gesundheit in der Arbeit zu sorgen ist nicht auf MitarbeiterInnen (Selbstfürsorge) delegierbar! (ArbeitnehmerInnenschutz)
- MitarbeiterInnen haben aber „Mitwirkungspflicht“:
- Gesundheit kann nicht alleine Privatsache sein – es gibt eine Mitverantwortung
- Gesundheit ist immer auch Chefinnensache (Fürsorge, Vorbild...)

Take home 3- weniger ist mehr



Take home 4- Gesunde Verhältnisse stärken



Sprechen Sie mit?
Gestalten Sie mit?
Machen Sie aufmerksam?



Sind Arbeitsplätze und Umfeld so gestaltet, dass MitarbeiterInnen lange gesund arbeiten können und wollen?

Wird gesund geführt?

Gelingt die soziale Kooperation?

Gelingt die gesunde Partizipation, bei Orientierung und Klarheit?

Werden die Synergien von BGF, ASchG und BEM genutzt?

Sind die Arbeitsplätze ergonomisch gestaltet?

Sind die Arbeitszeiten möglichst physiologisch gestaltet?

Gibt es eine gesunde Pausenkultur?

Werden Gesundheitspotenziale gestärkt?

Werden gesundheitliche Frühwarnzeichen analysiert und darauf reagiert?

Take home 5 – Führungsbewußtsein WERT: ARBEIT



In Bezug auf ihre
Verantwortung
und Vorbild
und
Selbstfürsorge für
Gesundheit

Take home 6 – Schnittstellen

*Entwicklung von Gesundheitsförderung
ganzheitliche gesundh. Ent-Wicklung*

24 Stunden

ARBEITSLEBEN

berufliche Integration:
Entwicklung, Sinn und Herausforderung,
Erfolg, Anerkennung

PRIVATLEBEN

**private Integration: Entwicklung,
Beziehungen, Freizeitaktivitäten**

SCHLAF

**psychobiologische Integration: Erholung
und Regeneration**

Take home 7 -selber aktiv sein

- Achtsamer Umgang mit sich selber
> „Achtsamkeit ist eine wesentliche Unterhaltungs- und Wartungsmaßnahme für das menschliche Gehirn“ (Gerald Hüther), sie muss bewußt aktiviert werden.
- Erst Achtsamkeit in der Wahrnehmung (Gewahrwerden) kann zur **Behutsamkeit** im Verhalten führen.
- Das braucht Aufmerksamkeit, innere Bewertung, Entscheidung und Mut.

GESUNDHEITSFÖRDERUNG als großes mögliches Potential



Gesundheitsförderung ist ein wirtschaftliches wie zutiefst auch menschlich sinnvolles „Anliegen“.

GF steigert Qualität der Arbeit, Zufriedenheit, Lebensqualität, Lebenserwartung, wenn es gelingt beidseitige Erwartungen und Potentiale in Einklang zu bringen. Das kann nur durch den Dialog und die Einbindung gelingen.

Bleiben Sie an uns dran!

Dr.in Irene Kloimüller MBA

i.kloimueller@wertarbeit.at

www.wertarbeit.at

www.fit2work.at /Angebot für Betriebe