

Detlef Kuhn, Franziska Naumann, Patrick Patzwald,
Anja Volkhammer, Uta-Maria Weißleder, Hannes Will

Das gesunde Unternehmen

Betriebliches Gesundheitsmanagement – aus der Praxis für die Praxis

Mabuse-Verlag
Frankfurt am Main



Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	8
2. Begrifflichkeiten der Gesundheitsförderung	10
2.1 Was ist Gesundheit?.....	10
2.2 Welche Bedeutung hat Gesundheit für Ihr Unternehmen?.....	13
2.3 Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)	18
2.3.1 Strukturaufbau und integratives Modell	18
2.3.2 Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz.....	21
2.3.3 Betriebliches Eingliederungsmanagement	26
2.3.4 Betriebliche Gesundheitsförderung	33
2.3.5 Personalentwicklung im BGM	39
2.3.6 Wirtschaftlichkeit und Nachhaltigkeit	48
2.3.7 Schnittstellen zu anderen Systematiken	53
3. Einführung von BGM	56
3.1 Das BGM-Konzept am Beispiel ZAGG	56
3.2 Das Vorgehen in fünf Schritten	58
3.2.1 Ziele und Strategie	58
3.2.2 Die Analyse – Wie sieht es aktuell im Betrieb aus?.....	60
3.2.3 Der Dialog mit Beschäftigten – Was können wir gemeinsam tun?	63
3.2.4 Die Umsetzung konkreter Maßnahmen und Veränderungen	70
3.2.5 Den Erfolg durchgeführter Maßnahmen beurteilen	72

3.3 Betriebsinterne Kommunikation.....	78
3.3.1 Die Bedeutung von Kommunikation im BGM – ein Erfolgsfaktor!...	78
3.3.2 Ein mögliches Vorgehen, um BGM erfolgreich zu kommunizieren...	81
4. BGM in kleinen und mittleren Unternehmen (KMU).....	87
4.1 Die Ausgangslage für BGM – erschwerte Bedingungen?!	88
4.2 Welche Hindernisse für BGM sind zu überwinden?	89
4.3 Wie kann der Einstieg in das BGM in KMU gelingen?	91
5. Besonderheiten im ländlichen Raum	95
5.1 Herausforderungen für BGM im ländlichen Raum	95
5.2 Chancen für BGM im ländlichen Raum	96
6. Herausforderungen der modernen Arbeitswelt.....	99
6.1 Einführung – Industrielle Revolution und soziale Evolution	99
6.2 Was ist Arbeit 4.0?.....	101
6.2.1 Begriffsklärung	101
6.2.2 Potentielle gesundheitliche Belastungen	102
6.2.3 Präventionsmöglichkeiten.....	103
6.3 Flexibilisierung und neue Formen der Arbeit.....	104
6.3.1 Räumliche Flexibilisierung.....	104
6.3.2 Zeitliche Flexibilisierung.....	105
6.3.3 Probleme flexibler Arbeit	107
6.3.4 Möglichkeiten zur Prävention bei flexibler Arbeit.....	109
6.4 Digitale Zugänge zur Gesundheitsförderung.....	111

7. Fallbeispiele und Anregungen für die Praxis	113
7.1 Ein Praxisbeispiel von A bis Z	113
7.2 Selbstcheck – Wie gesundheitsförderlich ist Ihr Betrieb?	117
7.3 Und jetzt? Der Wegweiser für Ihr Unternehmen	120
7.4 Checkliste – Woran muss ich denken?	121
8. Schlusswort	122
9. Praxiserprobte Maßnahmen	123
9.1 Beschäftigte gesund führen	124
9.2 Kommunikation gesundheitsförderlich gestalten	126
9.3 Interaktionsarbeit gesundheitsförderlich gestalten	127
9.4 Konfliktmanagement	128
9.5 Teambuilding	129
9.6 Resilienz stärken	130
9.7 Stressmanagement	132
9.8 Bewegungsförderung	135
9.9 Gesunde Ernährung	136
9.10 Suchtprävention	138
9.11 Stimmgesundheit	139
9.12 Themenübergreifende Handlungsfelder	140
10. Glossar	142
11. Weiterführende Links	150
12. Literaturverzeichnis	152