

## Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) Maßnahmen im BGM

Zielgerichtete Maßnahmen sind wesentliche Faktoren für ein erfolgreiches Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM). Diese Maßnahmen werden zusammengefasst auch als Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) bezeichnet und haben die Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden zum Ziel. Dieses Ziel kann nur durch eine Verknüpfung folgender Ansätze erreicht werden:

- Arbeitsorganisation und Arbeitsbedingungen verbessern
- Aktive Mitarbeiterbeteiligung fördern
- Persönliche Kompetenzen stärken

### Verhalten oder Verhältnisse?

Grundsätzlich lassen sich Maßnahmen der BGF in die Säulen Verhaltens- und Verhältnisprävention einteilen:

- **Verhaltensprävention** zielt auf eine gesunde Selbststeuerung von Personen ab. Beispiele dafür sind Wirbelsäulen-Kurse, Stressbewältigungstraining, Grippeschutzimpfungen oder Sucht-Beratung
- **Verhältnisprävention** konzentriert sich auf gesunde Arbeitsbedingungen. Dazu zählen zum Beispiel Verbesserung der Ergonomie am Arbeitsplatz oder der Arbeitsorganisation

- In der betrieblichen Praxis werden überwiegend verhaltensorientierte Maßnahmen eingesetzt, da sie meist einfacher umzusetzen sind
- Verhältnisorientierte Maßnahmen hingegen werden häufig vernachlässigt, sind aber oftmals entscheidender in der betrieblichen Praxis, da sie unabhängig vom individuellen Verhalten und der Motivation auf alle Beschäftigten gleichsam wirken. Das gilt insbesondere für Veränderungen der Arbeitsorganisation und Erweiterung von Handlungs- und Entscheidungsspielräumen.

### Handlungsfelder

In der folgenden Tabelle werden Handlungsfelder beschrieben, in denen das Unternehmen im Themenfeld Gesundheit agieren kann. Daneben sind Beispiele zur Umsetzung in dem jeweiligen Handlungsfeld aufgeführt. Die vorgeschlagenen Maßnahmen der BGF umfassen solche, die auf den Menschen ausgerichtet sind (verhaltensorientiert) und solche, die auf die Arbeitsbedingungen ausgerichtet sind (verhältnisorientiert). Am effektivsten sind Kombinationen aus verhaltens- und verhältnisorientierten Maßnahmen.

Handlungsfeld	Beispiele für verhaltensorientierte Maßnahmen	Beispiele für verhältnisorientierte Maßnahmen
Unternehmenskultur	Führungskräfte-, Mitarbeiter-Schulungen	Unternehmensleitbild, transparente Kommunikation
Organisationsgestaltung	Weiterbildungen in Bereichen wie Organisation	Gesundheitszirkel
Stressbewältigung und psychische Belastungen	Entspannungskurse, Stressmanagement, Weiterbildung	Gesundheitsgerechte Mitarbeiterführung, Verbesserung der Mitbestimmungsmöglichkeiten, festgelegte Unterstützungsprozesse (zum Beispiel im Umgang mit schwierigen Kunden)
Bewegung Ergonomie	Rückenkurse, Walking	Ergonomische Arbeitsplatzgestaltung, technische Hebe- und Tragehilfen
Suchtprävention	Nichtraucherkurse	Nichtraucherschutz am Arbeitsplatz
Ernährung	Ernährungsberatung, -kurse	Gesunde Kantinenkost

*Hinweis: Der Inhalt der Tabelle ist als Anregung zu verstehen und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.*



Foto: CandyBoxImages - Fotolia

#### Die Maßnahmen des BGM sollten vor allem

- die Ergebnisse der Ist-Analyse aufgreifen und an den Handlungsbedarfen ansetzen,
- problem- und zielorientiert sowie bedarfsgerecht sein,
- die gesamte Schiene von gesund bis krank erfassen: Prävention – Kuration – Rehabilitation,
- die Vereinbarkeit von Beruf und Familie fördern,
- die Eigenverantwortung stärken,
- das Führungsverhalten gesundheitsgerechter machen und
- von Mitarbeitenden und Führungskräften akzeptiert werden und »Spaß« machen.

#### Tipp

Die Krankenkassen bezuschussen Präventionskurse. Es lohnt sich, diesbezüglich nachzufragen. Außerdem: Seit 2009 wird die Förderung der Mitarbeitergesundheit unbürokratisch steuerlich unterstützt. Immerhin 500 Euro kann ein Unternehmen pro Mitarbeiter und pro Jahr seitdem lohnsteuerfrei für Maßnahmen der Gesundheitsförderung investieren. Hierzu zählen Bewegungsprogramme, Ernährungsangebote, Suchtprävention und Stressbewältigung. Nicht darunter fällt die Übernahme der Beiträge für einen Sportverein oder ein Fitnessstudio.



#### Weitere Informationen

- BGHW – Broschüre B 103: Gesunde Mitarbeiter – gesundes Unternehmen
- Spitzenverband der gesetzlichen Krankenversicherung – GKV-Spitzenverband (Hg.): Leitfaden Prävention