

GESUNDHEITSFÖRDERUNG AM ARBEITSPLATZ



Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz - Alle Beteiligten gewinnen

Wie war das nochmal? In einem gesunden Körper steckt ein gesunder Geist? Dieses Sprichwort scheint in der modernen Arbeitswelt mehr denn je an Gültigkeit gewonnen zu haben.

Gesundheitsförderung ist ein Trendthema, das es sogar schon auf die Titelseiten der führenden Wochenmagazine wie dem Spiegel und Focus geschafft hat. Auch in vielen Unternehmen spielt Gesundheitsförderung eine immer größere Rolle. Dabei gibt es ganz verschiedene Ansätze, die Beschäftigten an gesundheits- und persönlichkeitsförderlichen Maßnahmen teilhaben zu lassen. Der Grundtenor all dieser präventiven Förderungen ist es die Mitarbeiter fit zu machen für eine Arbeitswelt, die sich rasant verändert angesichts des demographischen Wandels, dem steigenden globalen Wettbewerb und technischen Fortschritt. Ebenso vielfältig wie die äußeren Faktoren sind die individuellen Bedürfnisse und Voraussetzungen der einzelnen Mitarbeiter. Oft ist es schwierig auf einen gemeinsamen Nenner zu kommen. Wir haben einige Tipps für die Planung und Umsetzung von Maßnahmen, auf Basis eigener Erfahrungen für Sie zusammengestellt: Die Organisation von gesundheitsfördernden Maßnahmen auch betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) genannt, liegt häufig bei der Personalabteilung, beim Betriebsrat oder in eigens gegründeten Projektgruppen. Um eine besonders große Interessensschnittmenge bei Mitarbeitern zu ermitteln, bietet es sich an verschiedene Angebote, die eine möglichst große Bandbreite an Maßnahmen abdecken, zur Auswahl zu stellen. Vorab muss natürlich die Unterstützung von allen Entscheidern im Unternehmen gegeben sein. In der „Planungsphase“ wird dann zusammengetragen, welche Maßnahmen geeignet sein könnten und was es für Angebote in der Umgebung gibt. In dieser Phase ist es hilfreich nach Best-Practice Beispielen in Fachpublikationen,

Magazinen und im Internet zu recherchieren. Hier findet man viele praktische Beispiele und Anregungen (s. Linkliste).

Im nächsten Schritt werden die gesammelten Angebote in einer „Analysephase“ den Mitarbeitern zur Auswahl vorgelegt. Um eine möglichst große Anzahl von Mitarbeitern zum Mitmachen zu motivieren, sollte der Abstimmungsprozess anonym und „barrierefrei“ erfolgen – die Teilnahme an der Befragung muss möglichst einfach gestaltet werden. Informationsmaterial rund um die Gesundheitsförderung und die geplanten Maßnahmen gehören ebenso dazu wie Marketing in eigener Sache, z.B. ein eingängiger Slogan und eine motivierende Ansprache. Die eigentliche Umsetzung der Gesundheitsförderung erfolgt dann in der „Gestaltungsphase“. Die Ergebnisse und Bedürfnisse, die sich aus den Befragungen in der „Analysephase“ ergeben haben sollten jetzt noch einmal gründlich auf ihre jeweilige Umsetzbarkeit hin überprüft werden. Dann kann es losgehen! Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn die Teilnahme und Resonanz auf die betriebliche Gesundheitsmaßnahmen sich anfangs erst ein wenig schleppend anlassen. Manchmal dauert es bis die Vorzüge des betrieblichen Gesundheitsmanagement in den Köpfen ankommen.