

In 7 Stufen zum gesunden Unternehmen



Branka Kramaric

Warum Gesundheit im Unternehmen immer wichtiger wird

Mit dem Wandel der Arbeitswelt ändern sich auch die Anforderungen an den Arbeits- und Gesundheitsschutz in Unternehmen. Abwesenheiten auf Grund körperlicher Erkrankungen sind rückläufig, dafür steigen die Fehlzeiten durch psychische Belastungen. Der Anteil von psychischen Erkrankungen hat sich seit den letzten zwei Jahrzehnten verfünffacht.

Allein der Produktionsausfall durch psychische Erkrankungen wurde von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin auf knapp 5 Milliarden Euro beziffert.

Gleichzeitig stellt der demografische Wandel in Form von alternden Belegschaften und eines sich abzeichnenden und zum Teil bereits bestehenden Fachkräftemangels die Unternehmen vor weitere Herausforderungen.

Es gilt die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen im Unternehmen beschäftigungsfähig zu halten. Dies kann nur gelingen durch Investitionen in die Gesundheitsförderung und in die psychosoziale Gesundheit. Auch das Zurückfahren von Gesundheitsleistungen durch die Kostenträger der sozialen Sicherung zwingt Unternehmen in Gesundheit zu investieren.

Wer in der Zukunft Erfolg haben möchte, tut gut daran, sich bereits heute um seine und die Gesundheit der Mitarbeiter zu kümmern. Ein betriebliches Gesundheitsmanagement ist dafür das geeignete Instrument. Die Implementierung und die dazu gehörenden Maßnahmen sind allerdings nicht von der Stange zu haben. Sie müssen sorgfältig geplant und auf die Erfordernisse abgestimmt werden. Die Menschen, die Prozesse und die Struktur sind dabei die Grundpfeiler.

So entsteht eine Unternehmenskultur, die letztlich zu gesunden Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen in einem gesunden Unternehmen führt.

In den folgenden 7 Stufen möchten wir Ihnen einige Impulse und Anregungen geben, die Ihnen auf Ihrem Weg zum gesunden Unternehmen nutzen mögen.

B. Kavaric

7 Stufen zum gesunden Unternehmen



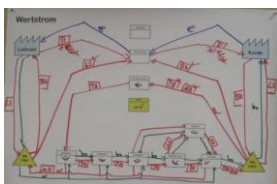
Stufe 1: Gesundheit ist „Chef“-Sache.

Nur wenn die Führung eines Unternehmens hinter dem Thema „Betriebliche Gesundheit“ steht und davon überzeugt ist, kann eine Integration gelingen. Gesundheit betrifft alle Bereiche eines Unternehmens und muss von innen heraus „gelebt“ werden. Hier ist die Leitungsebene gefragt, als Vorbild und als Treiber für eine langfristige Umsetzung zu sorgen.



Stufe 2: Belastungen reduzieren.

Es gibt im Unternehmen bereits gute Instrumente im Rahmen des Arbeitsschutzes und der Arbeitssicherheit, die sich mit den Belastungen an den Arbeitsplätzen befassen. Vor dem Hintergrund der ansteigenden psychischen Belastungen wird es zunehmend wichtiger, auch diese bei den Gefährdungsbeurteilungen mit in Betracht zu ziehen. Die Ergänzung des Arbeitsschutzausschusses durch einen Gesundheitszirkel und das Heranziehen externer Partner helfen, die Belastungsfaktoren zu erkennen und Veränderungen zu initiieren.



Stufe 3: Klare und einfache Prozesse.

Belastungsfaktoren gehen oft mit nicht definierten, überlebten oder ungeklärten Prozessen einher. Eine regelmäßige Überprüfung und Anpassung ist in Feldern mit zunehmend globalem Wettbewerb wichtig für den Unternehmenserfolg. Dabei geht es in gesunden Unternehmen weniger um die Einführung von branchentypischen Prozessketten, sondern um die Anpassung der Prozesse an die spezifischen Gegebenheiten und Erfordernisse des einzelnen Unternehmens und die Bedürfnisse seiner Mitarbeiter. Sie sollten als Spezialisten für ihren Arbeitsplatz in die Prozessorganisation eingebunden werden.



Stufe 4: Unterstützungsangebote bereitstellen.

Seitens des Gesetzgebers ist die Durchführung eines Betrieblichen Eingliederungsmanagements gesetzlich vorgeschrieben. Eine gelungene Umsetzung im Betrieb unterstützt auf lange Sicht die Erhaltung der individuellen Arbeitsfähigkeit. Vielfach kann es sinnvoll sein, bedarfsbezogen externe Spezialisten z.B. aus der Arbeitsmedizin hinzuzuziehen, sowohl im Hinblick auf schnelle Lösungen, aber auch um eine Überforderung des eigenen BEM-Teams zu vermeiden.

Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung können sich auf unterschiedlichste Bereiche beziehen: Vom Obstkorb oder der Salatbar in der Kantine, Rückenschule und Yogakursen bis hin zu Stressbewältigungskursen und Suchtprävention. Die Auswahl der geeigneten Fördermaßnahmen sollte zum einen der individuellen Situation der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen entsprechen, aber auch zur Kultur des Unternehmens passen bzw. dieser angepasst werden. Einzelmaßnahmen haben sich als wenig zielführend erwiesen. Nachhaltigkeit kann hier über die Schaffung von Rahmenbedingungen und (nichtmonetären) Gratifikationen erzielt werden.

Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen tragen ihre Probleme und Belastungen durch die Arbeit nach Hause. Gleichzeitig bringen Sie an den Arbeitsplatz ihre privaten Fragen und Probleme mit. Manche sind dadurch bis hin zur Arbeitsunfähigkeit belastet. Eine externe Mitarbeiterberatung schafft hier eine schnelle und effektive Lösung. Die betroffenen Personen können telefonisch oder im persönlichen Beratungsgespräch mit Spezialisten ihre akuten Themen klären und bekommen so wieder den Kopf frei. Stress und emotionale Belastung wird reduziert und die Konzentration und Leistungsfähigkeit steigt wieder.



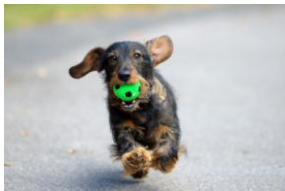
Stufe 5: Gesunde Führung

Führungskräfte spielen eine wichtige Rolle. Sie sind Vorbilder und leisten für die Akzeptanz des Themas Gesundheit im Unternehmen einen wesentlichen Beitrag. Es sind immer die direkten Vorgesetzten, auf die Mitarbeiter zuerst schauen, wenn es um ihre Einstellung zur Arbeit geht. Gesunde Führung ist unabdingbar, aber wie kann sie im Unternehmen umgesetzt werden? Führungskräfte sind Leistungsträger, die unter Druck weitreichende Entscheidungen treffen müssen und sie sind „auch nur Menschen“. Daher ist die eigene Gesundheit und eine reflektierte und wertschätzende Führungsweise Voraussetzung zur anwesenheitsfördernden und gesunden Führung.



Stufe 6: Mit sich selbst anfangen.

Hand aufs Herz. Was tun Sie selbst für Ihre Gesundheit? Gehören Sie auch zu denen, denen immer etwas dazwischen kommt, wenn es um Gesundheit und Prävention geht. „Wer rastet, der rostet.“, heißt ein Sprichwort. Bereits kleine Dinge im Alltag können an unserem Bewegungsverhalten sehr viel verändern und zu einem aktiveren Leben beitragen. Damit das Ganze aber langfristig funktioniert, müssen wir es zur Gewohnheit machen. Das gilt für den Körper, aber es gilt auch für die Psyche und unser soziales Leben. Wir selbst sind diejenigen, die das Ganze in Balance halten müssen.



Stufe 7: Haben Sie Spaß und Freude!

Feiern und genießen Sie Ihre Erfolge. Haben Sie Spaß an dem was Sie tun und mit wem Sie es tun. Zufriedenheit ist der Grundstein für Ausgeglichenheit und Gelassenheit im Alltag. Sie bewahrt uns vor negativen Belastungen und rückt die wichtigen Dinge in den Vordergrund. Erreichtes zu würdigen und auch im Alltag immer wieder innezuhalten und sich auch über die kleinen Dinge zu freuen, beschert uns selbst und unseren Mitarbeitern und Kollegen Glück.

Gesundheit lässt sich lernen. Fangen Sie heute noch an!

Investitionen in die Gesundheit sind Investitionen in die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen. Das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit zu erhalten, liegt im Interesse jedes Arbeitgebers und lohnt sich für alle Beteiligten. Was können Sie persönlich dazu beitragen?

Wenn Sie mehr dazu wissen möchten, stehen wir Ihnen auch gern mit Informationen und Anregungen zur Seite.

Kontakt:



Branka Kramaric
Schillerstr. 19
35428 Langgöns
Tel. 06403 7790-307
www.congenial.de

Akademie und Beratungszentrum
Clamecyst. 14 - 16
63571 Gelnhausen
Tel. 06051 97757-65
E-Mail: info@congenial.de