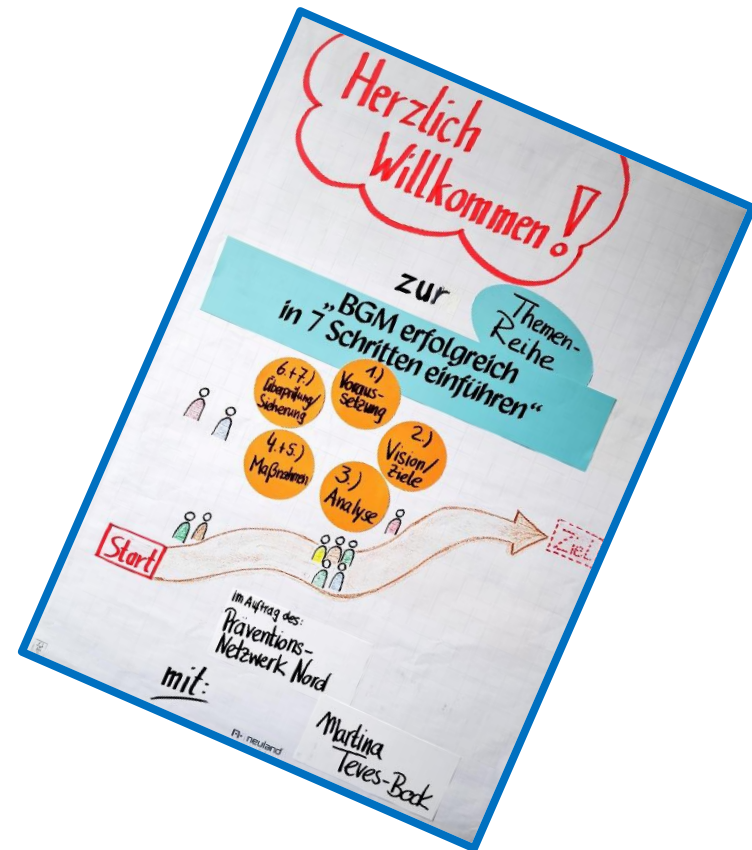
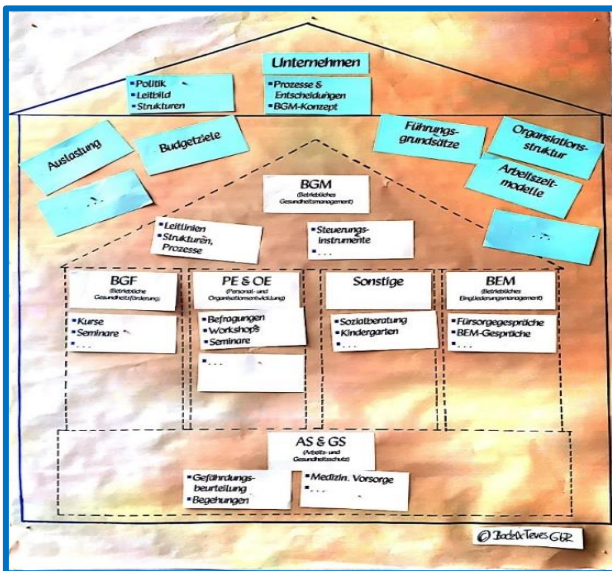


Themen-Reihe:

# Einführung eines erfolgreichen Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM)- In 7 Schritten zum Ziel-



Präventionsnetzwerk Nord  
 Hamburg, Oktober 2024 – April 2025

# BGM erfolgreich in 7 Schritten einführen: Überblick über die Schritte



# BGM erfolgreich in 7 Schritten einführen: Schritt 1 – Heute ...

Voraussetzung schaffen, d.h. Interesse & Motivation für das Thema BGM generieren

1) Strukturen schaffen und Ressourcen bereitstellen

- 1.) Welchen Nutzen / Mehrwert hat es?
- 2.) Nutzen + Worum geht es genau?
- 3.) Was machen wir zu dem Thema schon?
- 4.) Wen brauchen wir, um das erfolgreich zu machen?

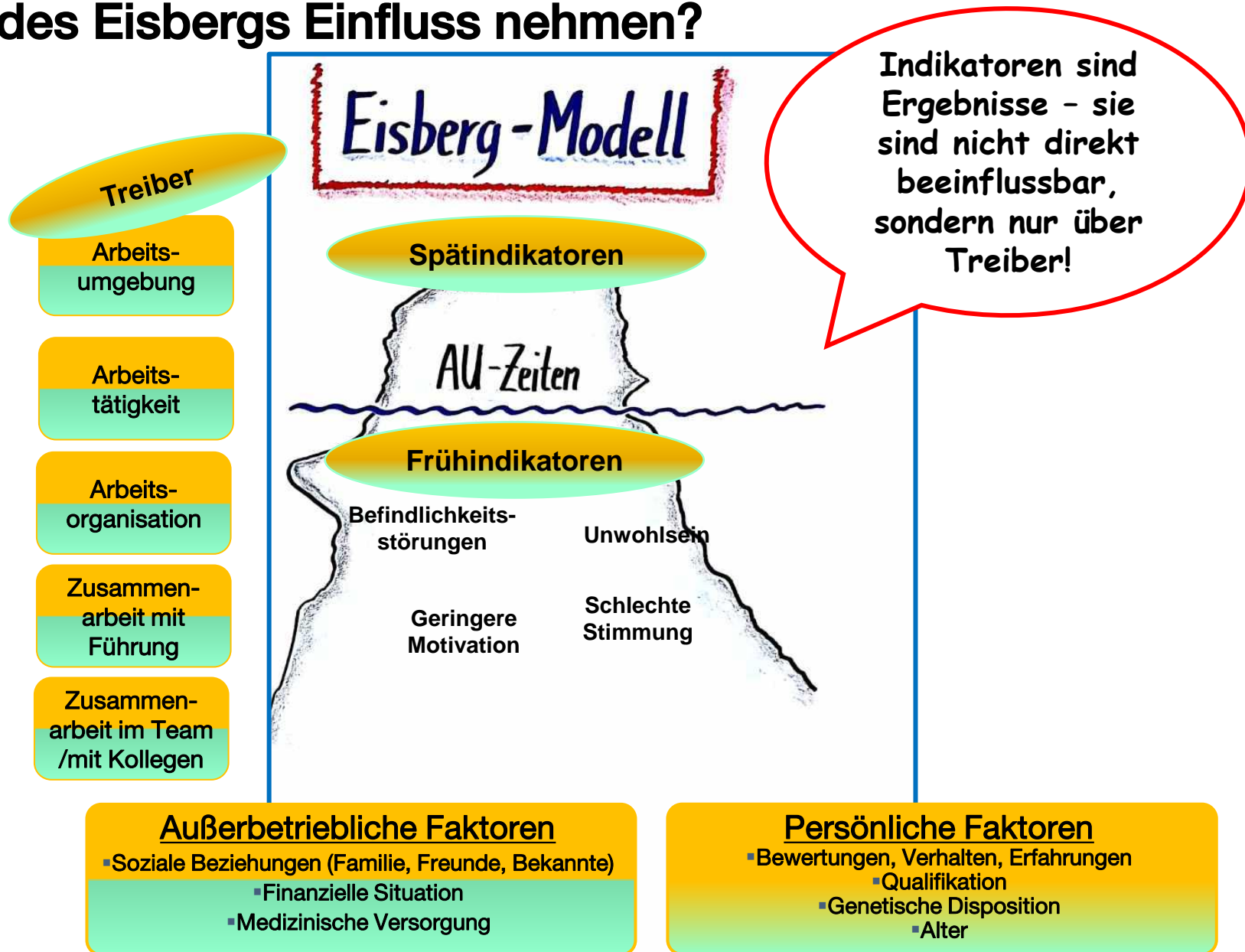
Mit relevanten Akteuren ein gemeinsames Verständnis & Orientierung schaffen

(Grob-)Ziele,  
(Grob-)Plan festlegen

Ressourcen planen  
(Budget, Zeit ...)

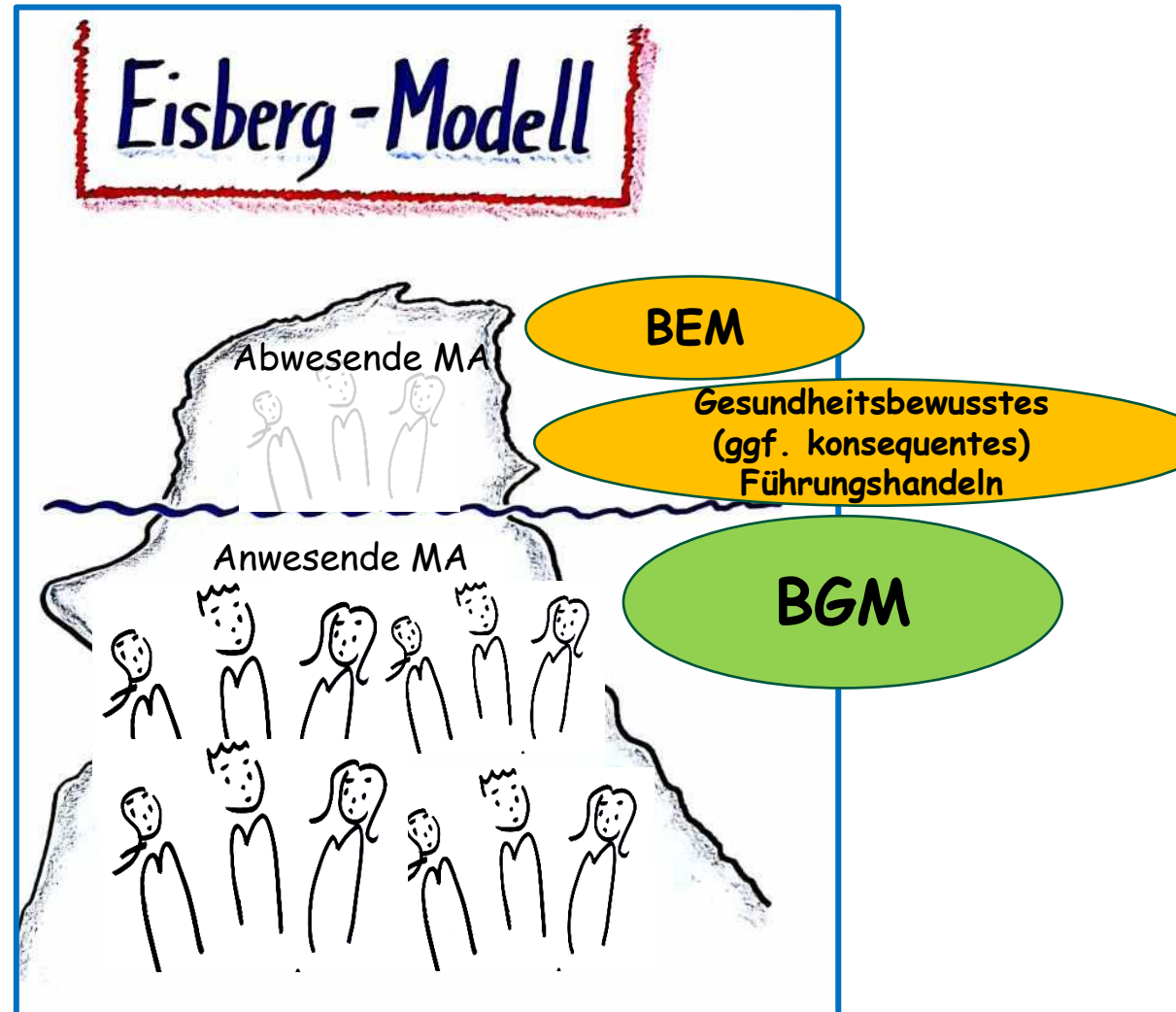
Steuerungsgruppe einrichten

# Zusammenfassung Veranstaltung 1: Wie kann man auf die Faktoren des Eisbergs Einfluss nehmen?



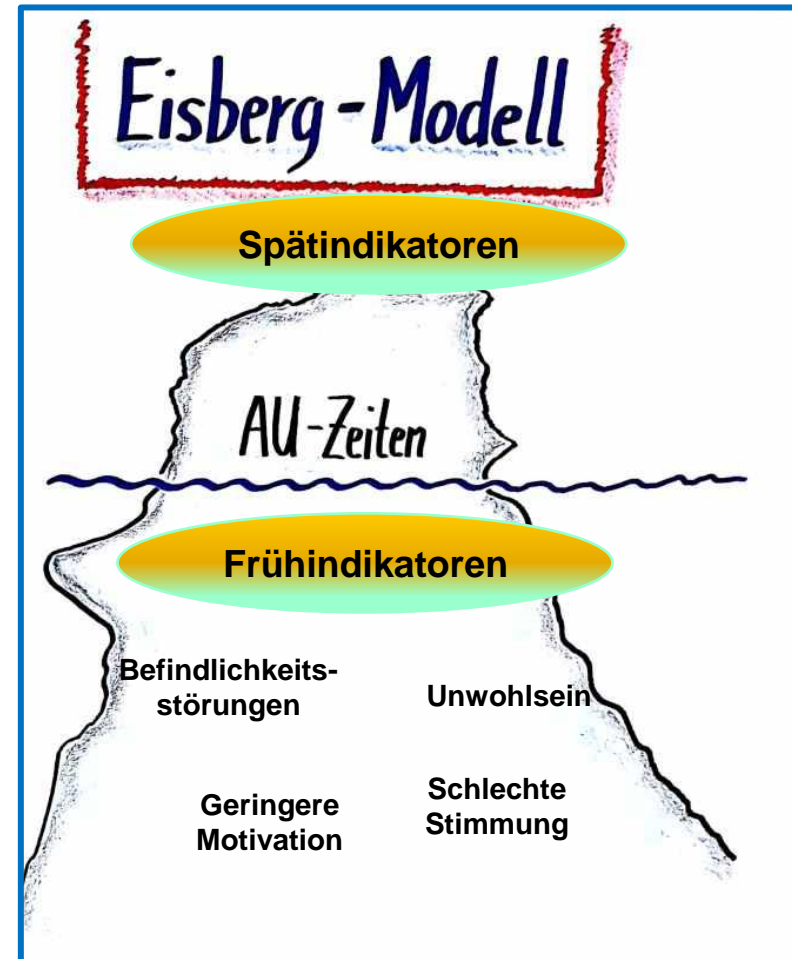
# Zusammenfassung II

- Es ist in hohem Maße sinnvoll, einen Fokus auf die anwesenden MA zu legen, d.h. zum einen die Arbeitsbedingungen und die sozialen Beziehungen gut & wertschätzend zu gestalten
- Zum anderen heißt das, Führungskräfte ebenso wie Experten des Gesundheits- und Arbeitsschutzes umfassend in die Gestaltung & Einführung des BGM einzubeziehen




## Zusammenfassung III: Ergebnisse des Gruppenaustausches

- Die Orientierung auf den Krankenstand verändert sich zunehmend hin zu einer Orientierung mehr auf die anwesenden MA, d.h. es wird mehr Wert darauf gelegt, die Arbeitsverhältnisse gut zu gestalten.
- Die Gefährdungsbeurteilung Psych. Belastungen ist oftmals ein Türöffner für mehr Aktivitäten in Bezug auf BGM.
- Viele Betriebe sagen sich, „Wenn es schon gesetzlich vorgeschrieben ist, dann können wir die Pflicht zur Kür machen“.



# Gemeinsames Verständnis zum Thema Gesundheit schaffen



Was  
verstehen Sie  
unter gesund  
zu sein?

## Das sagt die WHO dazu

*Die Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.*

Quelle: WHO (Verfassung von 1946)



# Tool 2: Das mehrdimensionale Gesundheits-Krankheitskontinuum

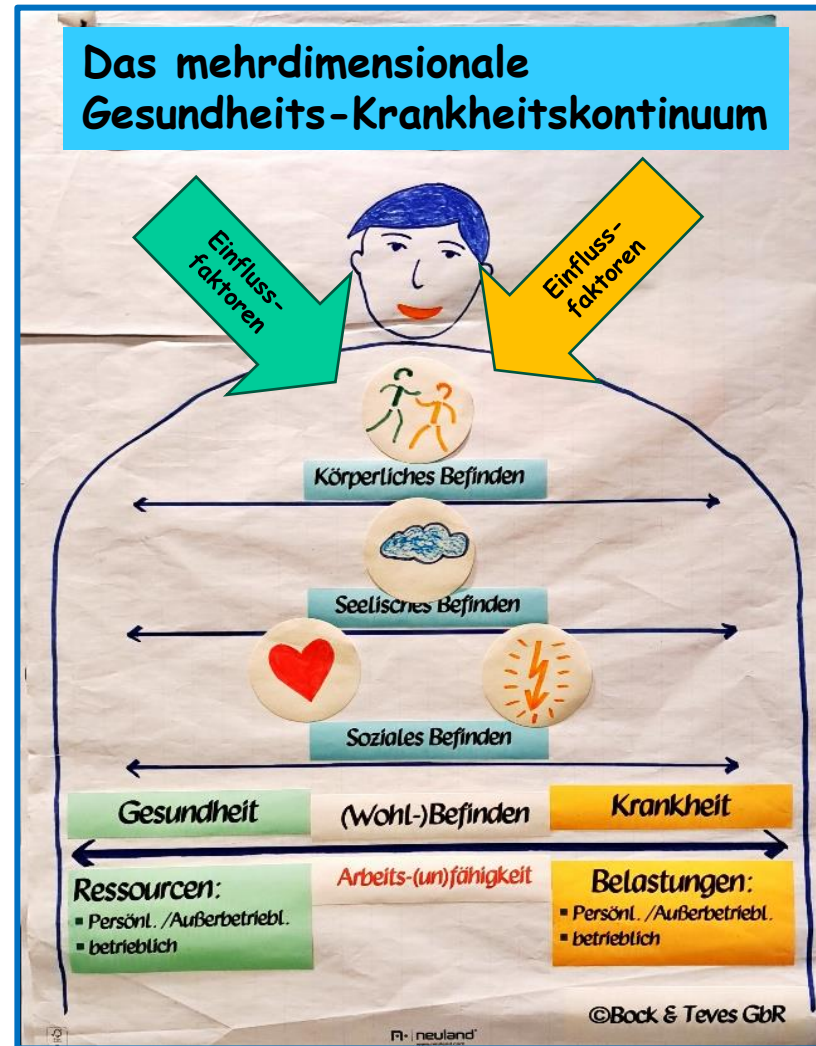
- Alles was von außen kommt, hat Einfluss auf unser (Wohl-) Befinden
- Sehr schnell erfolgen Reaktionen auf den unterschiedlichen Ebenen des Gesundheits-Krankheitskontinuums
- Bei allem, was um uns herum passiert, erfolgt eine Reaktion im Sinne von: Wir denken, fühlen, reagieren körperlich und verhalten uns zu dem, was passiert.
- Die Dauer, Intensität, Häufigkeit sowie die bereits vorhandene Basis bestimmt die Wirkung und unsere Position auf dem G.+K.



# Reflexion: Wo stehen Sie gerade auf dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum?

**Positive Aspekte / Ressourcen:**  
 Was haben Sie heute positiv und kraftspendend erlebt?

**Belastungen:**  
 Was haben Sie heute als belastend, störend, stressig, gesundheitlich beeinträchtigend erlebt?

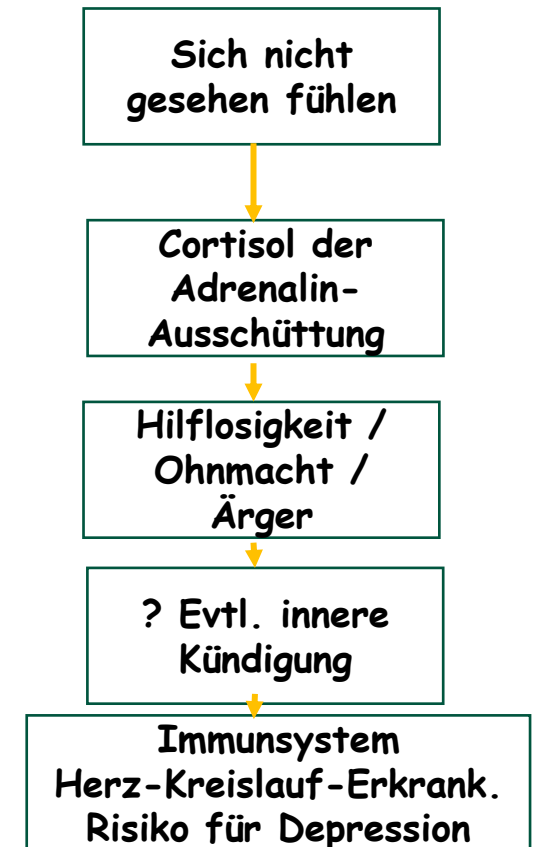
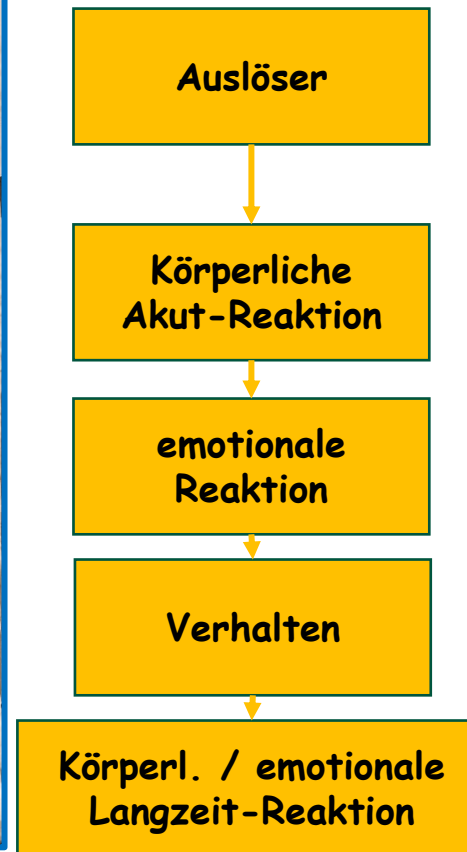
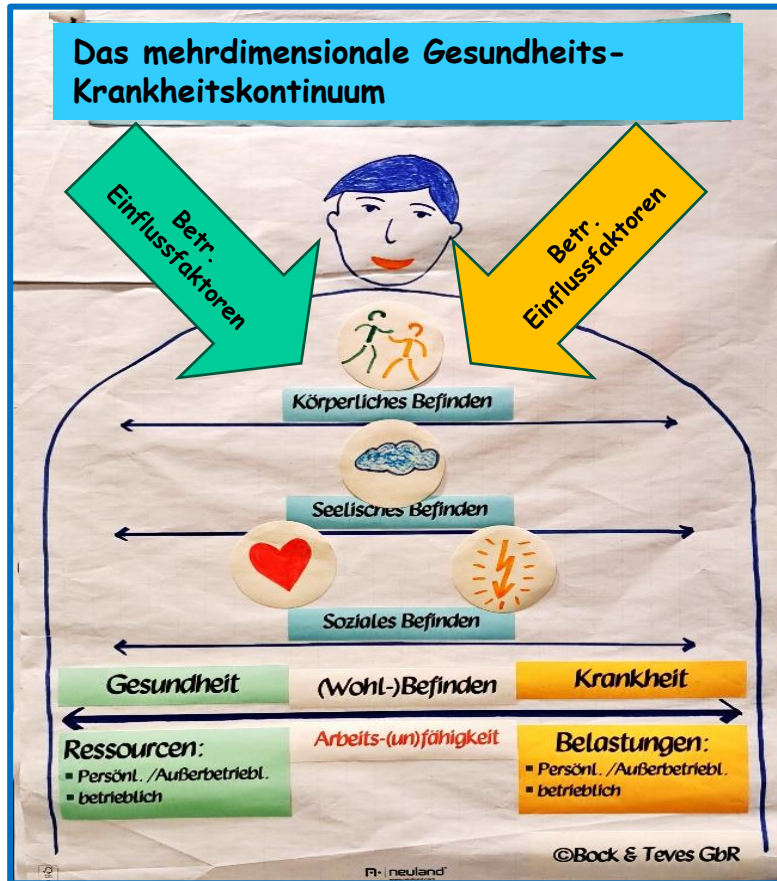


# Das mehrdimensionale Gesundheits-Krankheitskontinuum als Tool, um ein gemeinsames Verständnis auch über den Nutzen zu erzielen.

- Ein gemeinsames + ganzheitliches Verständnis von Gesundheit ist zentral für das BGM.
  - > Z.B. dass es nicht nur um körperliches Wohlbefinden geht
  - > Z.B. dass die Einschätzung der Faktoren höchst subjektiv und nicht immer nachvollziehbar ist
- Die Instrumente, die im Rahmen des BGMs eingesetzt werden können, resultieren aus diesem Verständnis.
- Zum einen hat das Gesundheitsverständnis Auswirkungen auf das, was im BGM inhaltlich gemacht wird, zum anderen folgen daraus ein unterschiedlicher Outcome / Nutzen



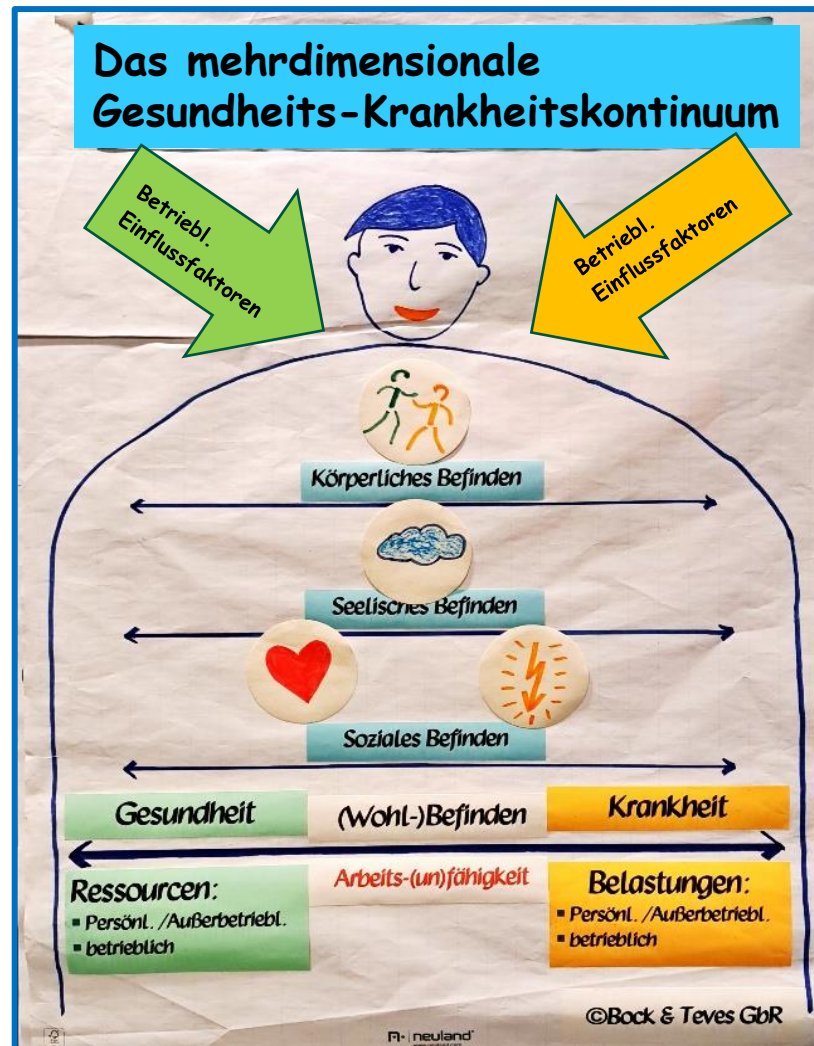
# Exkurs: Wie entstehen Gesundheit - Krankheit? Ein Beispiel



Es will akzeptiert sein, dass Aspekte wie im Beispiel eine belastende Wirkung haben + krank machen können!

# Auf die MA geschaut: Was ist in Ihrem Betrieb gegeben?

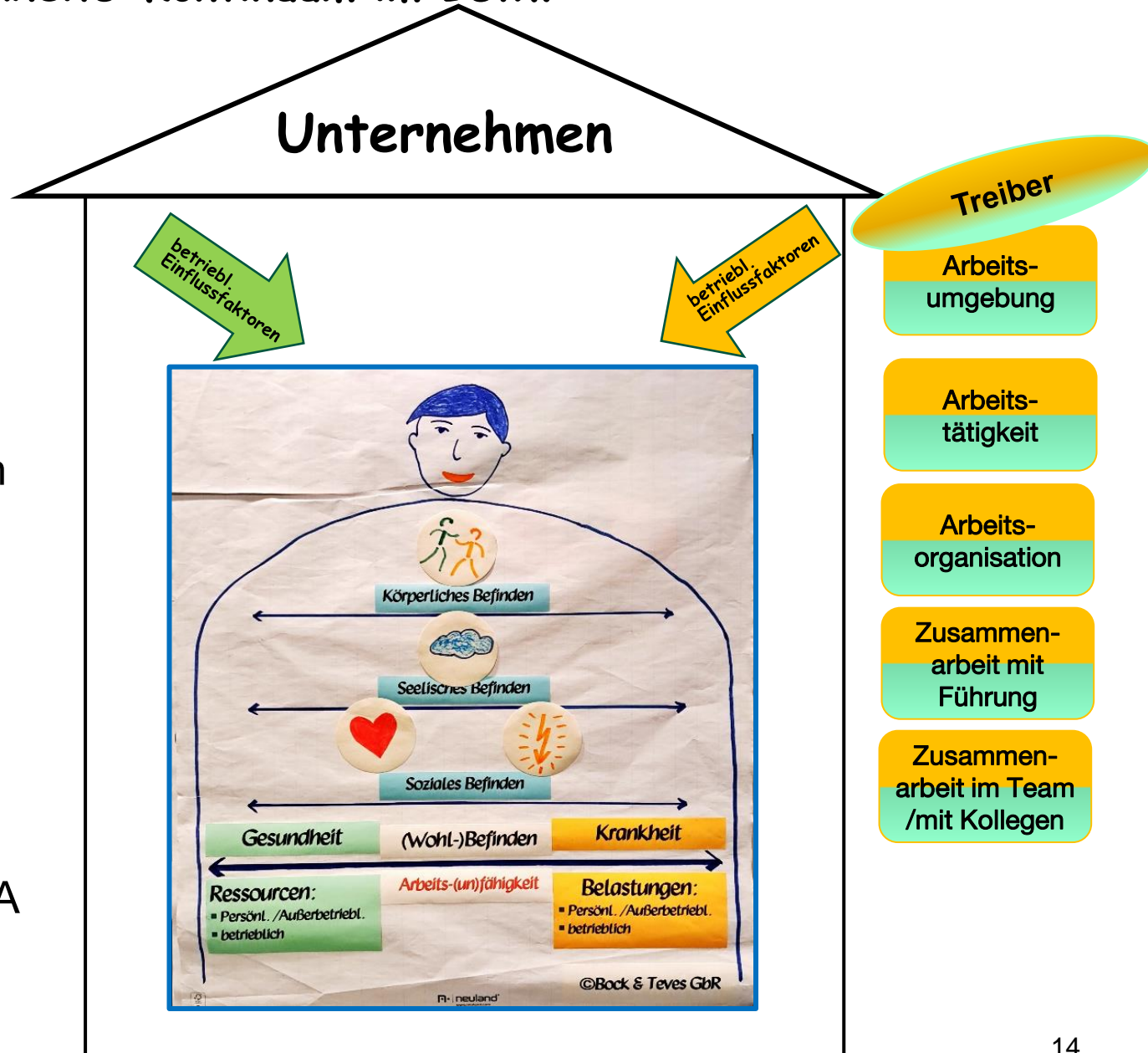
**Betriebliche positive Aspekte / Ressourcen:**  
 Was erleben die MA in ihrer Arbeit/ Arbeitssituation als positiv und kraftspendend?



**Betriebliche Belastungen**  
 Was erleben die MA in ihrer Arbeit/ Arbeitssituation als belastend, störend, stressig, gesundheitlich beeinträchtigend?

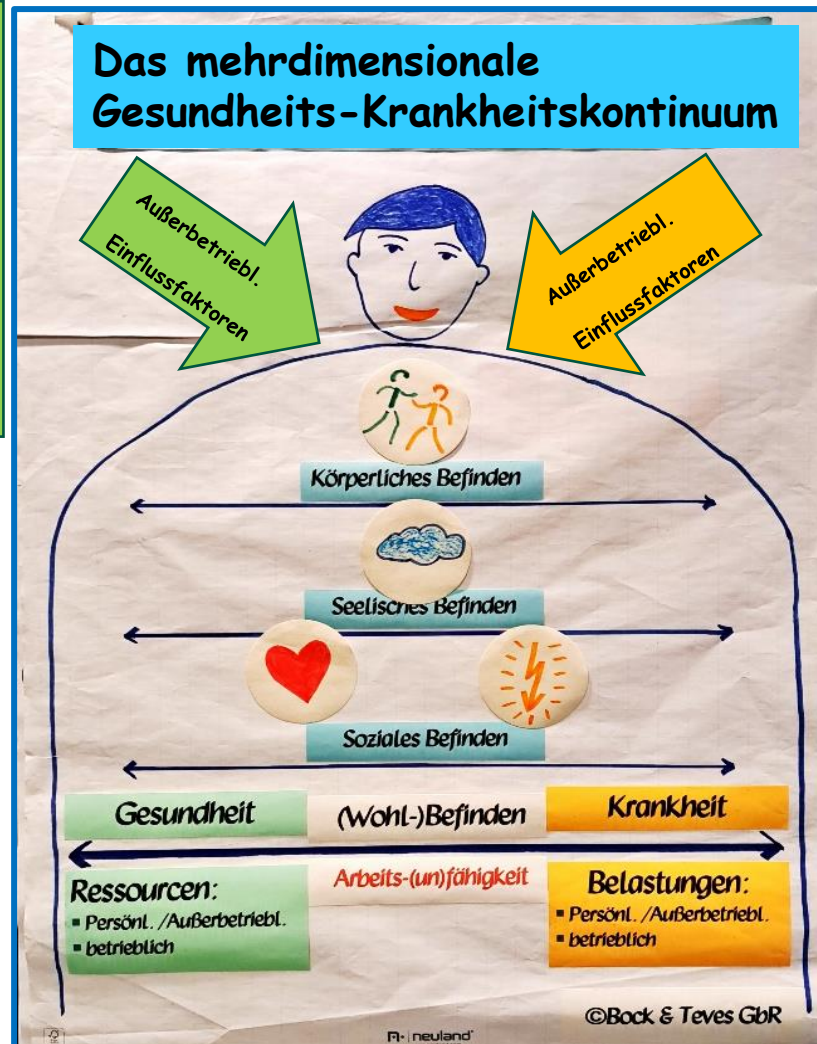
# Das Gesundheits-Krankheits-Kontinuum im BGM?

- Den Schwerpunkt im BGM bilden die Gestaltung betrieblicher Einflussfaktoren
- Allerdings gibt es auch Ressourcen / Belastungen aus dem Persönlichen / Außerbetrieblichen Bereich der MA, die sich auf das Wohlbefinden / die Arbeitsfähigkeit der MA auswirken können.



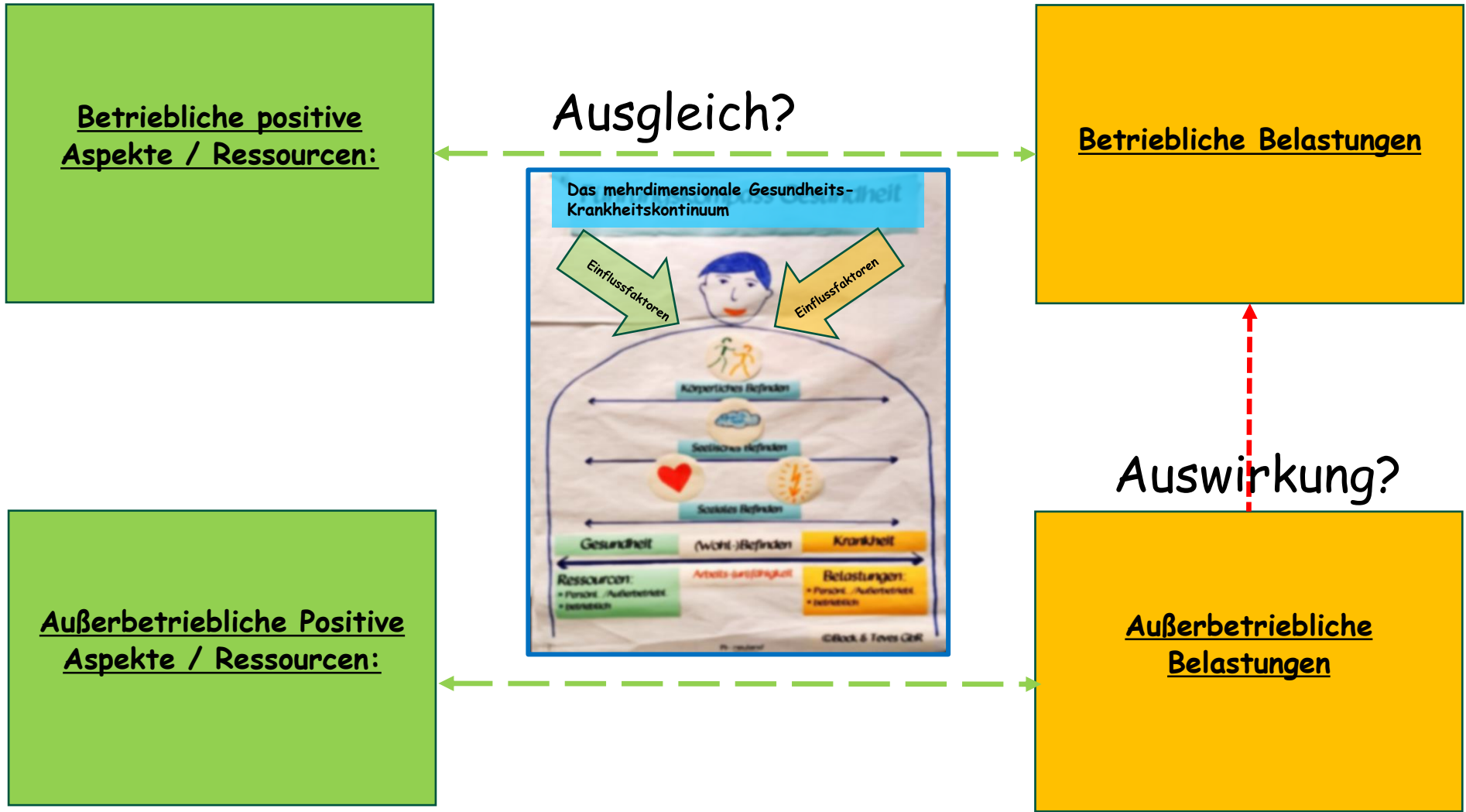
# Auf das geschaut, was die MA mitbringen: Was ist bei den MA Ihres Betriebes gegeben?

Persönlich / Außerbetriebliche Positive Aspekte / Ressourcen:  
 Was erleben die MA in ihrem persönlichen Umfeld als positiv. Welche pers. Faktoren wirken sich positiv und kraftspendend aus?



Persönlich / Außerbetriebliche Belastungen  
 Was erleben die MA in ihrem Umfeld als belastend. Welche pers. Faktoren wirken sich belastend + beeinträchtigend aus?

# Das mehrdimensionale G-K-Kontinuum nutzen I





## Das mehrdimensionale G-K-Kontinuum nutzen II

Betriebliche Positive  
Aspekte / Ressourcen:

**Bilanz:**

**Das, was Sie bisher machen:**

**1.) Auf welche Ebenen der Einflussfaktoren zielt das ab?**

**2.) Welchen Nutzen haben Sie bisher damit erreicht?**

**Anpassung:**

**3.) Welchen betrieblichen Nutzen könnten Sie erreichen, wenn Sie andere / weitere Ebenen bei den Maßnahmen einbeziehen würden?**

Betriebliche Belastungen

Persönliche /  
Außerbetriebliche Positive  
Aspekte / Ressourcen:

Persönliche /  
Außerbetriebliche  
Belastungen

Herzlichen Dank für Ihr  
Interesse!