

Den Rücken stärken

Grundlagen und Programme
der betrieblichen
Gesundheitsförderung

von

Bernhard Zimolong, Gabriele Elke
und Hans-Werner Bierhoff

 HOCHSCHULE
LIECHTENSTEIN
Bibliothek



GÖTTINGEN • BERN • WIEN • PARIS • OXFORD • PRAG
TORONTO • CAMBRIDGE, MA • AMSTERDAM • KOPENHAGEN

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
1 Berufliche Gesundheitslage	11
1.1 Datenquellen	11
1.2 Fehlbelastungen	15
1.3 Erkrankungen	18
1.4 Gesundheit und Sicherheit	22
1.4.1 Berufskrankheiten und arbeitsbedingte Erkrankungen	22
1.4.2 Unfallgeschehen	27
1.4.3 Verrentung wegen Erwerbsminderung	28
1.5 Kosten der Arbeitsunfähigkeit	30
2 Gesundheitsförderliche Arbeits- und Organisations- gestaltung	32
2.1 Arbeit, Gesundheit und Lebensqualität	33
2.1.1 Gesundheitsverständnis	33
2.1.2 Ressourcen	33
2.1.3 Ziel Gesundheitsförderung	35
2.2 Organisation und Managementaufgaben	37
2.2.1 Merkmale von Organisationen	37
2.2.2 Wandel von Organisationsformen	40
2.3 Organisationsgestaltung und Verhaltenssteuerung	44
2.3.1 Arbeitsgestaltung	45
2.3.2 Verhaltenssteuerung: Kontrollformen	50
2.3.3 Strukturen: Gestaltung von Handlungsräumen	53
2.3.4 Kultur: Gemeinsame Werte und Normen	58
2.4 Externe Einflüsse und Netzwerke	60
2.4.1 Politisch-rechtliches, wirtschaftliches und gesellschaftliches Umfeld	60
2.4.2 Präventionsnetzwerke	66
3 Human Resource Management und Gesundheitsförderung	70
3.1 Aufgaben und Strategien	70
3.2 Strukturelle Führung	72
3.2.1 Gestaltung von Systemen	72
3.2.2 Einsatz von Personalsystemen: die erfolgreichen Strategien der Unternehmen	78
3.3 Personale Führung	83
3.3.1 Psychologische Grundlagen	84
3.3.2 Direkte und indirekte Führung	90
3.4 Beteiligung	93
3.5 Selbstmanagement	96

Inhaltsverzeichnis

3.6	Betriebliche Gesundheitskultur	99
3.6.1	Merkmale und Bedeutung	99
3.6.2	Forschungsstand	101
3.6.3	Förderung einer positiven Gesundheitskultur	102
	Individuelles Gesundheitsverhalten: Modelle und Beispiele	105
4.1	Einleitung: Intentionsbildung vs. Handeln	105
4.2	Theorie des geplanten Verhaltens	107
4.2.1	Beschreibung der Theorie des geplanten Verhaltens	108
4.2.2	Bewertung der Theorie des geplanten Verhaltens	112
4.3	Spezielle Modelle zur Verhaltensänderung im Gesundheitsbereich	113
4.3.1	Health-Belief-Model	113
4.3.2	Bewertung des Health-Belief-Modells	115
4.3.3	Theorie der Schutzmotivation	116
4.3.4	Bewertung der Theorie der Schutzmotivation	118
4.3.5	Parallel-Reaktions-Modell der Furchterregung	119
4.3.6	Bewertung des Parallel-Reaktions-Modells	122
4.3.7	Theorie der Gewohnheit	122
4.3.8	Integratives Modell der Verhaltensänderung	126
4.4	Handlungsausführung	128
4.4.1	Sozial-kognitives Prozessmodell gesundheitlichen Handelns	128
4.4.2	Bewertung des sozial-kognitiven Prozessmodells gesundheitlichen Handelns	133
4.4.3	Zielsetzungstheorie	133
4.4.4	Bewertung der Zielsetzungstheorie	135
4.5	Fazit	137
	Prävention von Rückenerkrankungen	139
5.1	Ätiologie, Verlauf und Krankheitskosten	139
5.2	Ursachen und Risikofaktoren	144
5.2.1	Das biopsychosoziale Modell des Schmerzes	144
5.2.2	Risikofaktoren	145
5.3	Verhaltensprävention	148
5.3.1	Präventionsstrategien	148
5.3.2	Bewegung	150
5.3.3	Information	151
5.3.4	Hilfsmittel	152
5.3.5	Verhaltensprogramme	153
5.3.6	Ärztlich unterstützte Verhaltensprävention	154
5.4	Verhältnisprävention	155
5.4.1	Biomechanische Belastungen	155
5.4.2	Wirksamkeitsstudien	156
5.4.3	Ergonomische Interventionen	157
5.4.4	Interventionen in der Krankenpflege	157
5.4.5	Arbeitsorganisatorische Interventionen	159
5.5	Fazit	160

Inhaltsverzeichnis

6 Betriebliche Gesundheitsprogramme	163
6.1 Konzeptionelle Einordnung und Abgrenzung	163
6.2 Verlauf, Teilnahme und Verbleib in Programmen	165
6.2.1 Ablauf von Programmen	165
6.2.2 Teilnehmer- und Verbleibquoten	166
6.3 Gesundheitliche Verhaltensveränderung und -Stabilisierung	168
6.3.1 Phasenspezifische Angebote	168
6.3.2 Programme zur Verhaltensveränderung	169
6.3.3 Verhaltenstrainings zur Stressbewältigung	170
6.4 Mehr-Ebenen-Programme	171
6.5 Wirkung von Gesundheitsprogrammen	173
6.6 Fazit	177
7 Managementsysteme für die betriebliche Gesundheitsförderung	179
7.1 Betriebliche Gesundheitsmanagementsysteme	180
7.1.1 Zielsetzung und Funktion	180
7.1.2 Vorgehen und Gestaltungsfelder	183
7.2 Gesundheitsleistungen: Messung und Analyse	184
7.2.1 Leistungsindikatoren und ihre Erhebung	184
7.2.2 Leistungsindikator Gesundheitsquote	187
7.2.3 Integrative Datenanalysen	189
7.3 Das Gesundheitsmanagementsystem der Volkswagen AG	192
7.4 Einführung eines Gesundheitsmanagementsystems	195
7.4.1 Grundlagen: Organisationales Lernen und Organisations- entwicklung	195
7.4.2 Organisationsentwicklung: Gestaltungsfelder und Vorgehen	200
7.4.3 Diagnose der Ausgangslage	201
7.4.4 Interventionen: Prozessgestaltung und Maßnahmen	205
7.4.5 Evaluation: Erfolgskontrolle	208
7.4.6 Fazit	211
Literatur	213
Sachregister	230