

# Inhalt

<b>Auf ein (Vor-)Wort – Hintergründe zur Entstehung dieses Lehrbuches</b> . . . . .	<b>8</b>
<b>Einführung in das Thema</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>Aufbau des Lehrbuchs</b> . . . . .	<b>12</b>
<b>1 Bio-psycho-soziale Gesundheit</b> . . . . .	<b>14</b>
1.1 Das bio-psycho-soziale Modell von Gesundheit und Krankheit . . . . .	15
1.2 Modelle der Gesundheit. . . . .	20
1.2.1 Das Salutogenese-Modell von Aaron Antonovsky . . . . .	21
1.2.2 Das Konstrukt der gesundheitlichen Schutzfaktoren . . . . .	24
1.2.3 Das Systemische Anforderungs- und Ressourcen (SAR)-Modell. . . . .	31
1.3 Auf dem Weg zu einem integrativen und interdisziplinären Gesundheitsverständnis . . . . .	33
<b>2 Begriffe, Entwicklung und Gesetze zu Prävention, BGM und BGF</b> . . . . .	<b>38</b>
2.1 Prävention vs. Gesundheitsförderung . . . . .	38
2.2 Betriebliches Gesundheitsmanagement und Betriebliche Gesundheitsförderung . . . . .	42
2.3 Entwicklungslinien . . . . .	45
2.4 Gesetzliche Rahmenbedingungen . . . . .	49
2.5 Einführung der Unternehmensbeispiele zum BGM . . . . .	54
<b>3 Bio-psycho-soziales Gesundheitsmanagement – ein Handlungsfeld für Sozial- und Gesundheitsberufe</b> . . . . .	<b>59</b>
3.1 Erfordernisse für ein bio-psycho-soziales Gesundheitsmanagement . . . . .	59

## 6 Inhalt

3.2	Gesundheit und Arbeit – ein komplexes Interaktionsfeld	62
3.2.1	Spezifische Modelle zu Gesundheit und Arbeit . . . . .	66
3.2.2	Körperliche Belastungen . . . . .	68
3.2.3	Psychische Belastungen . . . . .	71
<b>4</b>	<b>BGM-Strategie in Unternehmen . . . . .</b>	<b>74</b>
4.1	Begriffsklärungen . . . . .	76
4.2	Non-Profit-Unternehmen – eine häufige Unternehmensform im Sozial- und Gesundheitsbereich	81
4.3	Die Organisation eines Unternehmens . . . . .	86
4.4	Stakeholder im BGM-Prozess . . . . .	93
4.5	Unternehmenskennzahlen im BGM-Prozess . . . . .	97
4.6	Kennzahlensysteme als Instrument zur gesundheitsbezogenen Analyse . . . . .	101
4.7	Präsentismus und Absentismus . . . . .	105
4.8	BGM in kleinen und mittleren Unternehmen . . . . .	110
<b>5</b>	<b>Präventionsprinzipien und Handlungsfelder des bio-psycho-sozialen betrieblichen Gesundheitsmanagements . . . . .</b>	<b>118</b>
5.1	Das Präventionsprinzip <i>Stressbewältigung und Ressourcenstärkung</i> . . . . .	122
5.1.1	Stress – was ist das? . . . . .	122
5.1.2	Stress aus biologischer Perspektive . . . . .	125
5.1.3	Gesundheitliche Auswirkungen von Stress . . . . .	131
5.1.4	Stressbewältigung . . . . .	132
5.2	Das Präventionsprinzip <i>Gesundheitsförderliche Gestaltung von Arbeitstätigkeit und Arbeitsbedingungen</i> . . . . .	136
5.3	Das Präventionsprinzip <i>Bewegungsförderliche Umgebung und Arbeiten</i> . . . . .	142
5.4	<i>Das Handlungsfeld Verhältnis- und verhaltensbezogene Suchtprävention</i> (Knut Tielking) . . . . .	145
5.4.1	Sucht und Arbeit – eine Einführung . . . . .	145
5.4.2	Suchtprävention im betrieblichen Setting . . . . .	147
5.4.3	Betriebliche Suchtprävention als Baustein des Betrieblichen Gesundheitsmanagements . . . . .	159

<b>6</b>	<b>Gesund Führen im Betrieb – eine Herausforderung</b>	<b>163</b>
6.1	Führung und Führungsaufgaben . . . . .	164
6.2	Der Einfluss von Führungsstilen auf die Gesundheit . . .	166
6.3	Kommunikation und Führung . . . . .	168
6.4	Die Dilemmata der Führungskraft. . . . .	170
<b>7</b>	<b>Auf dem Weg zu einem erfolgreichen bio-psycho- sozialen betrieblichen Gesundheitsmanagement .</b>	<b>173</b>
7.1	Vorbereitung und Aufbau . . . . .	174
7.1.1	Vorbereitungsphase. . . . .	176
7.1.2	Aufbau von Strukturen und Prozessen . . . . .	178
7.2	Gesundheitsbezogene Analyse eines Betriebes auf bio-psycho-sozialer Grundlage. . . . .	181
7.2.1	Betriebliche Gesundheitsberichterstattung. . . . .	185
7.2.2	MitarbeiterInnenbefragung . . . . .	190
7.2.3	Leitfadengestützte Interviews. . . . .	200
7.2.4	Gesundheitszirkel – ein partizipatives Instrument zur Erhebung und Maßnahmenplanung. . . . .	203
7.2.5	Analyse bio-psycho-sozialer gesundheitlicher Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz . . . . .	205
7.3	Umsetzung und Evaluation von Maßnahmen der bio-psycho-sozialen Gesundheitsförderung . . . . .	217
	<b>Literatur. . . . .</b>	<b>225</b>
	<b>Sachregister. . . . .</b>	<b>242</b>