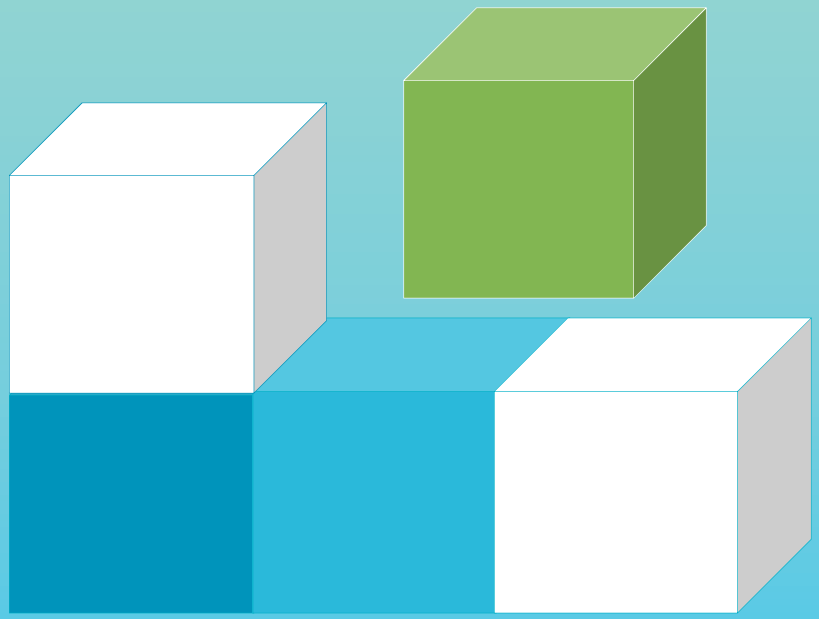
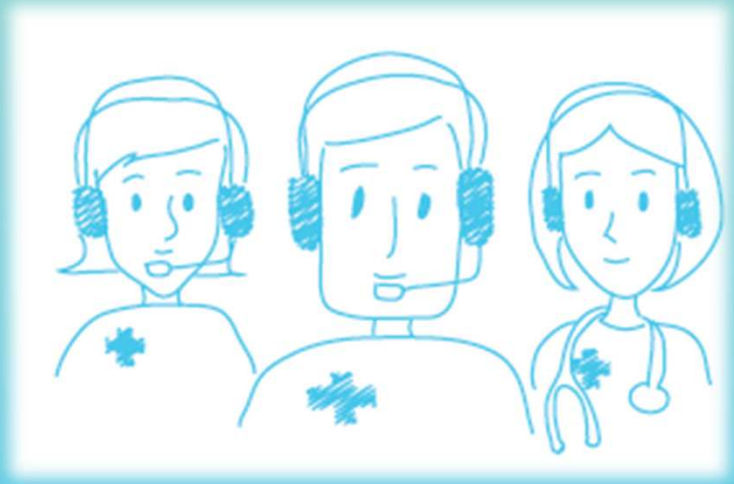




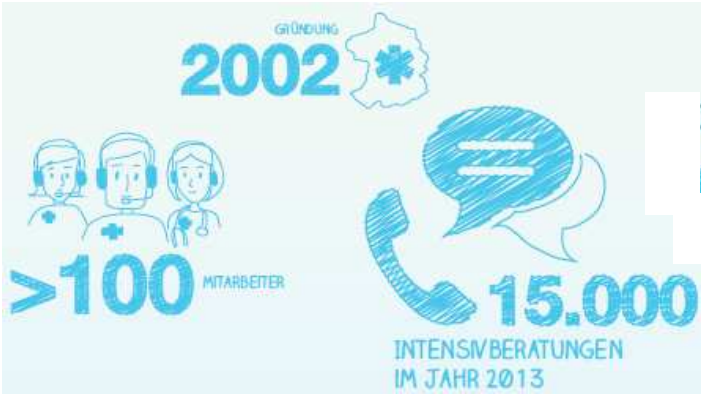
Telefonisches Gesundheitscoaching für spezielle Zielgruppen im Rahmen des BGM

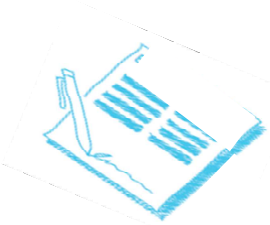
Ein Baustein zur effektiven Beratung und Betreuung von Mitarbeitern mit besonderen Gesundheitsbeanspruchungen

Königswinter/Bonn, 18.03.2014

MedicalContact AG

Wissen und Ressourcen aktivierende Gesundheitsberatung





Unser Ziel

Die **Lebensqualität** der Menschen durch **gesundheitsbewusstes Verhalten** verbessern und **Sicherheit im Umgang mit Erkrankungen** vermitteln

Agenda

Die Herausforderung – Personengruppen mit besonderen Gesundheitsbeanspruchungen

Telefonisches Gesundheitscoaching – ein Baustein im Betrieblichen Gesundheitsmanagement

Der MehrWert für Betrieb und Mitarbeiter

Agenda

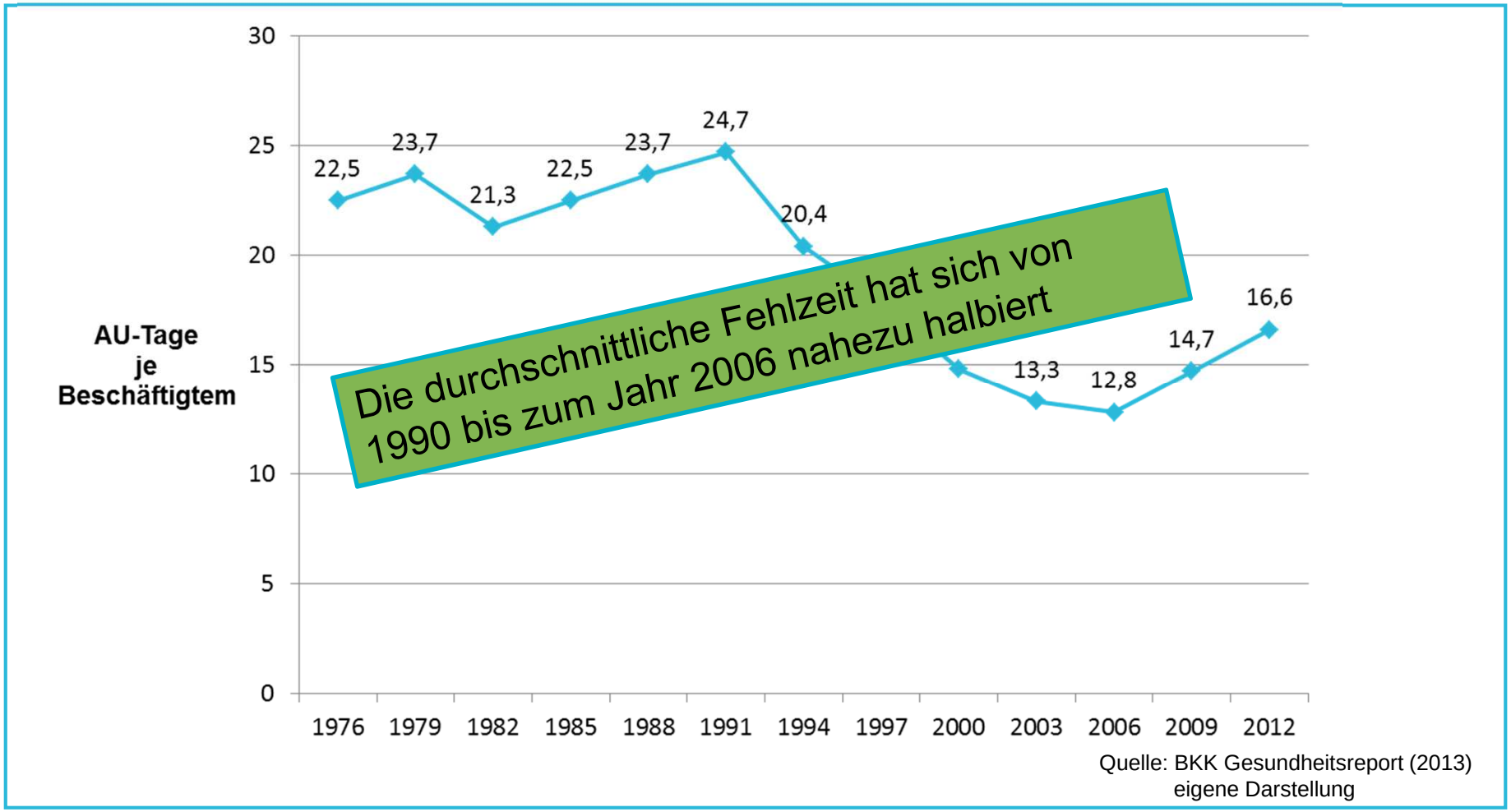
Die Herausforderung – Personengruppen mit besonderen Gesundheitsbeanspruchungen

Telefonisches Gesundheitscoaching – ein Baustein im Betrieblichen Gesundheitsmanagement

Der MehrWert für Betrieb und Mitarbeiter

Arbeitsunfähigkeit

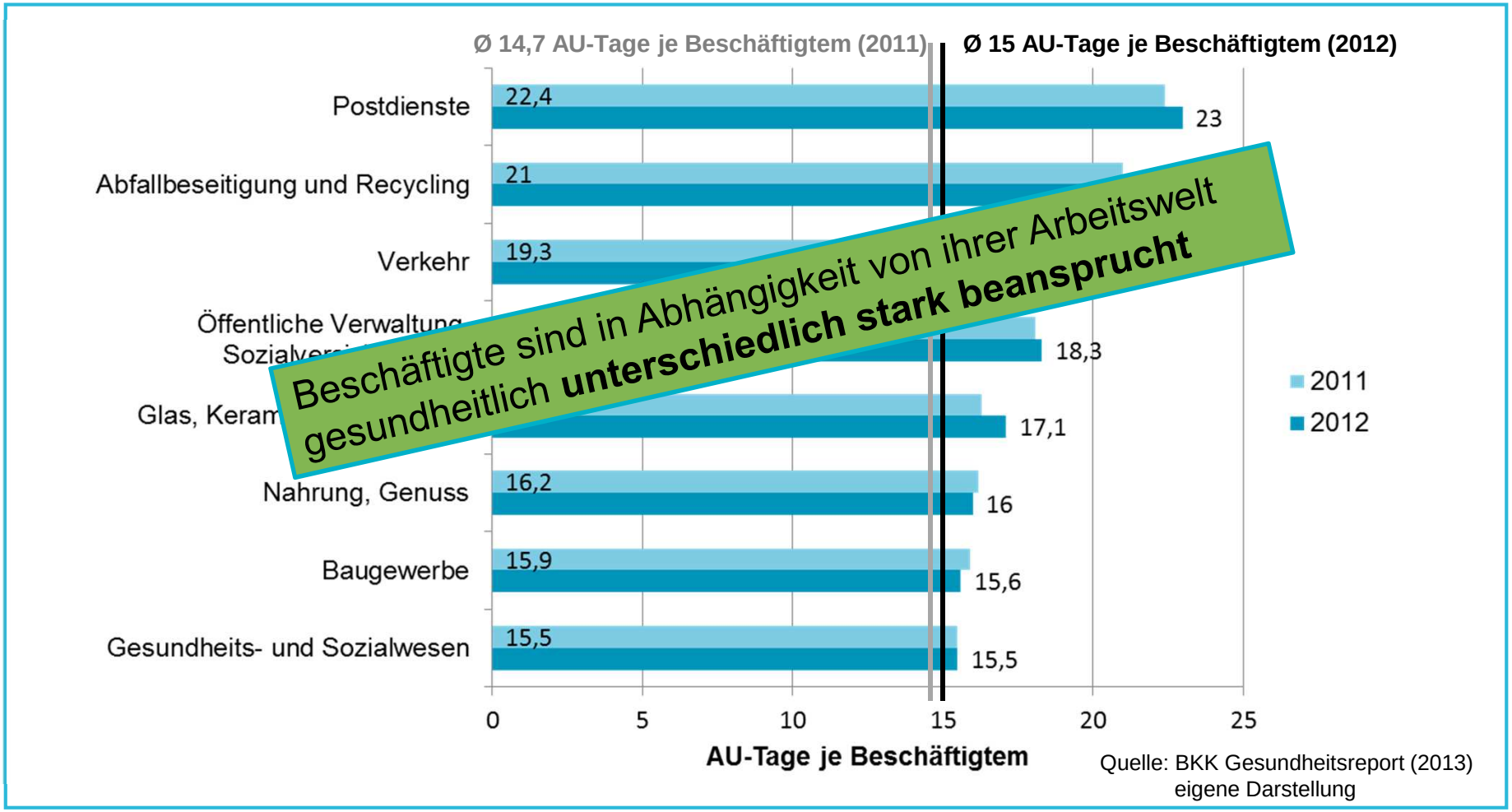
- Langzeittrends -



Quelle: BKK Gesundheitsreport (2013)
eigene Darstellung

Arbeitsunfähigkeit nach Branchen

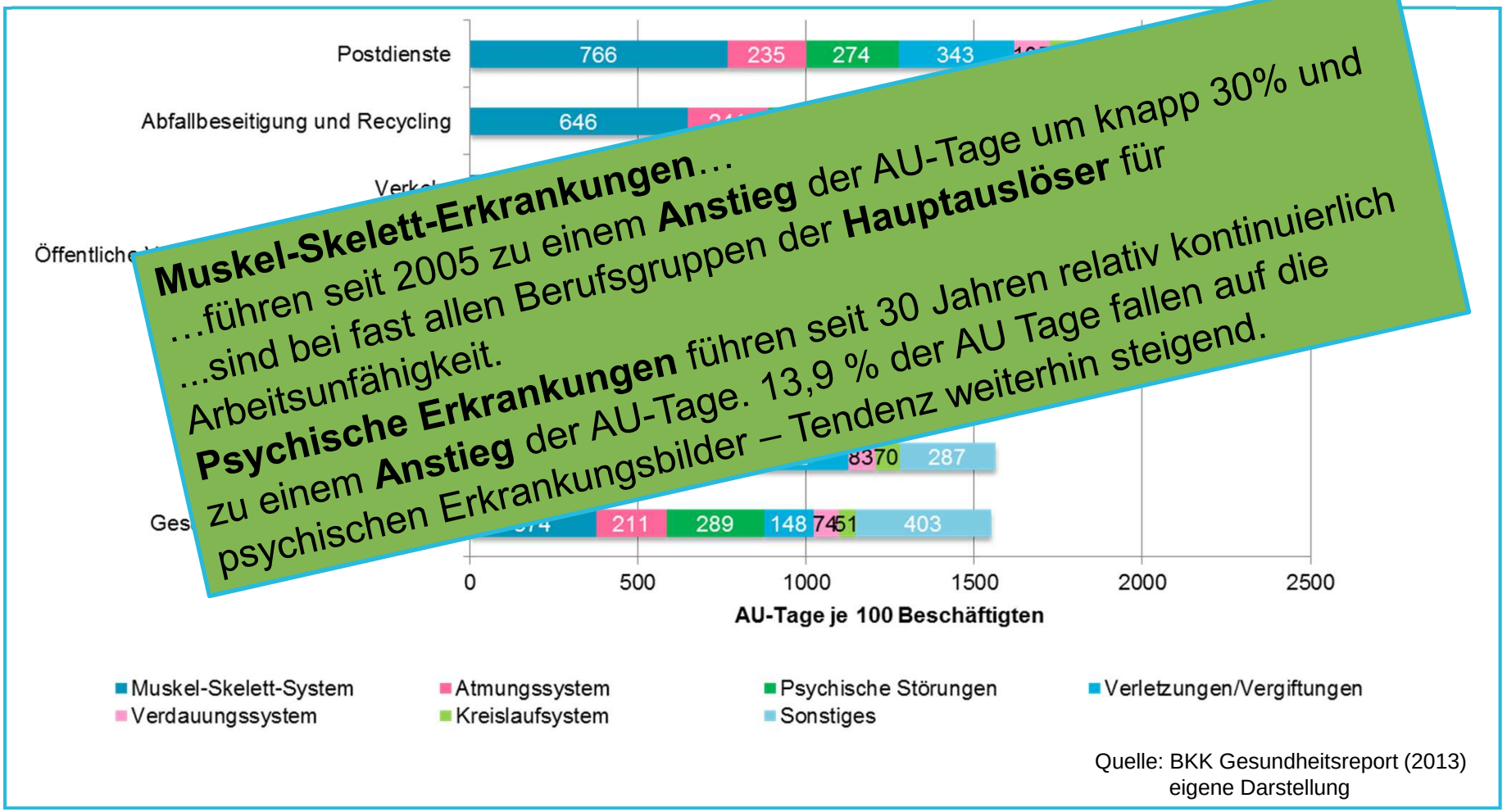
- Die Arbeitswelt hat Einfluss auf die Gesundheit der Erwerbstätigen -



Quelle: BKK Gesundheitsreport (2013)
eigene Darstellung

Krankheitsarten nach Wirtschaftsgruppen

- *Die Arbeitswelt hat Einfluss auf die Verteilung der Krankheitsarten* -



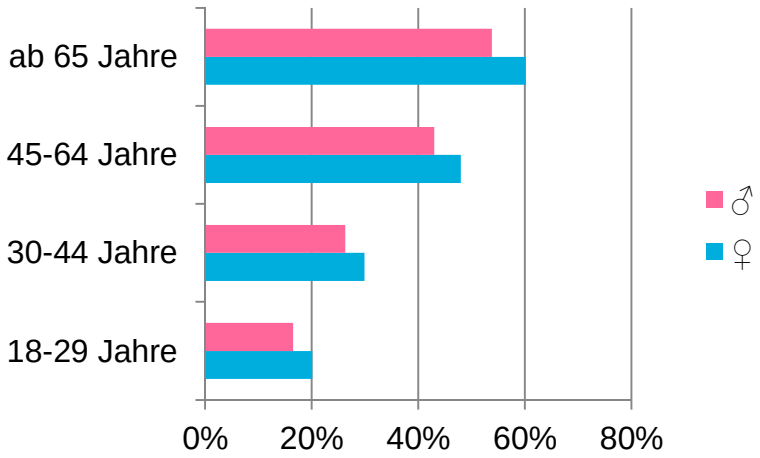
Muskel-Skelett-Erkrankungen…
…führen seit 2005 zu einem **Anstieg** der AU-Tage um knapp 30% und
…sind bei fast allen Berufsgruppen der **Hauptauslöser** für Arbeitsunfähigkeit.

Psychische Erkrankungen führen seit 30 Jahren relativ kontinuierlich zu einem **Anstieg** der AU-Tage. 13,9 % der AU Tage fallen auf die psychischen Erkrankungsbilder – Tendenz weiterhin steigend.

Quelle: BKK Gesundheitsreport (2013)
eigene Darstellung

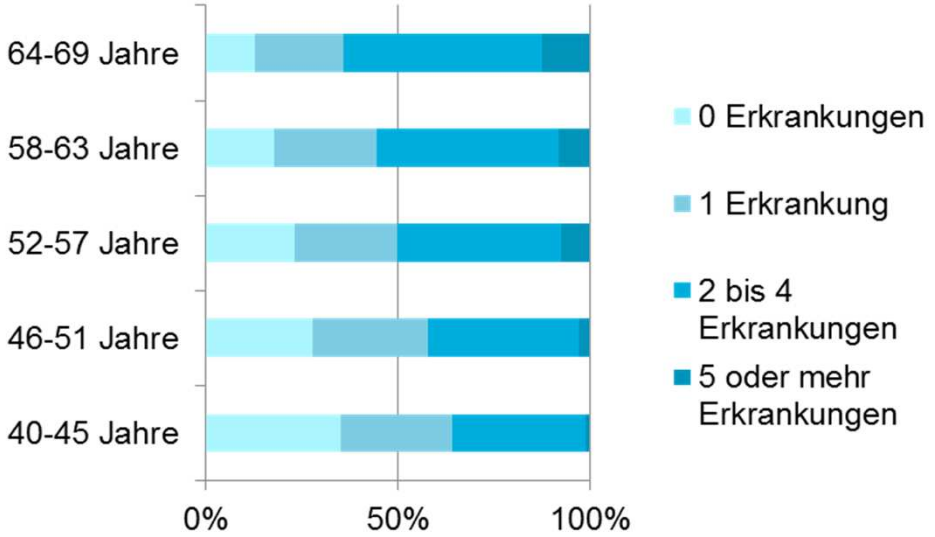
Im Jahr 2020 ist jeder 3. Erwerbstätige über 50 Jahre alt

Die Hälfte der 45-64-Jährigen ist **chronisch krank.**



Anteil der Personen mit chronischen Erkrankungen

Die Anzahl der Erkrankungen nimmt im Alter zu.



Anzahl berichteter Erkrankungen in Altersgruppen

Mit zunehmendem Alter nimmt die Krankheitsdauer zu und der Schweregrad steigt.

Quelle: RKI (2009), Deutscher Alterssurvey (2012)

Arbeitsbedingungen und ihr Einfluss auf Erkrankungsbilder

- Arbeitsort, Arbeitszeit und Arbeitsinhalt -

Die Arbeitsumgebung unterscheidet sich berufsspezifisch stark und kann sich in vielfältiger Weise beanspruchend auf die **physische und psychische** Gesundheit auswirken.

Belastungen aufgrund von zeitlichen Arbeitsanforderungen (Wechselschicht, Nachtschicht, Arbeitsverdichtung,…) führen häufig zu **psychischen und kognitiven Beeinträchtigungen.**

Arbeit wirkt sich grundsätzlich positiv und stabilisierend auf die Psyche aus - **allerdings** können hohe und häufige arbeitsbedingte Belastungen sowohl **psychische Störungen** als auch **andere Erkrankungen verursachen**.

Jeder Arbeitsplatz hat sein eigenes Anforderungsprofil

Belastungen

- Termin und Leistungsdruck
- geringer Handlungsspielraum
- stark reglementierte Prozesse
- klimatische Bedingungen
- hohe körperliche Belastungen
- …

Fast 60 % der Beschäftigten im Post- und Logistiksektor gehen davon aus, dass sie unter den derzeitigen Arbeitsanforderungen ihre Tätigkeit nicht bis zum Rentenalter ausüben können.

Ressourcen

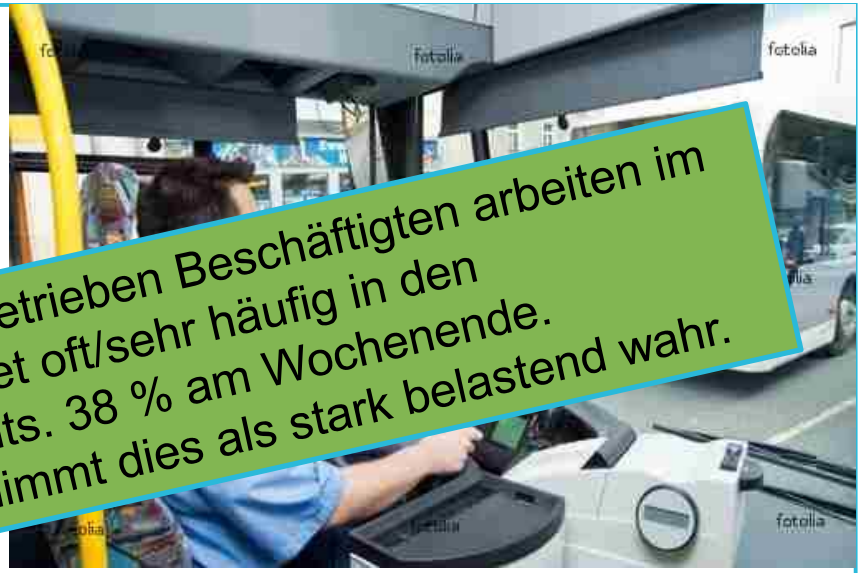
- Sinngehalt
- Nützlichkeit der Arbeit,
- Kollegialität (gegenseitige Unterstützung, Hilfestellungen)
- …

Quelle: DGB-Index-Gute-Arbeit-Befragung (2013), BIBB-BAUA-Erwerbstätigenbefragung (2011/2012)

Jeder Arbeitsplatz hat sein eigenes Anforderungsprofil

Belastungen

- Emotionsarbeit
- Konflikte im Kundenkontakt
- Gestörter Tagesrhythmus
- Arbeit in Dunkelheit
- Arbeit in Einsamkeit, Ruhe
- Hohe Verantwort
- …



35 % der Beschäftigten in Verkehrsbetrieben Beschäftigten arbeiten im Schichtdienst, über die Hälfte arbeitet oft/sehr häufig in den Abendstunden und 45 % auch nachts. 38 % am Wochenende. Mindestens 1/3 der Arbeitnehmer nimmt dies als stark belastend wahr.

Ressourcen

- Finanzielle Zuschläge
- Freie Wochentage
- …

Quelle: DGUV-Report Schichtarbeit (2012)

Jeder Arbeitsplatz hat sein eigenes Anforderungsprofil

Belastungen

- fehlende Entwicklungsmöglichkeiten
- Termin und Leistungsdruck
- stark reglementierte Prozesse
- stetige Umstrukturierungsprozesse
- …

Mitarbeiter in der öffentlichen Verwaltung fühlen sich immer stärker durch an sie gestellte Anforderungen belastet und die gesundheitlichen Beschwerden nehmen zu.

Ressourcen

- hohe Arbeitsplatzsicherheit
- Kollegialität
- soziale Unterstützung
- gutes Betriebsklima
- …

Die Gestaltung gesundheitsförderlicher Arbeitsstrukturen …

Verhältnisprävention

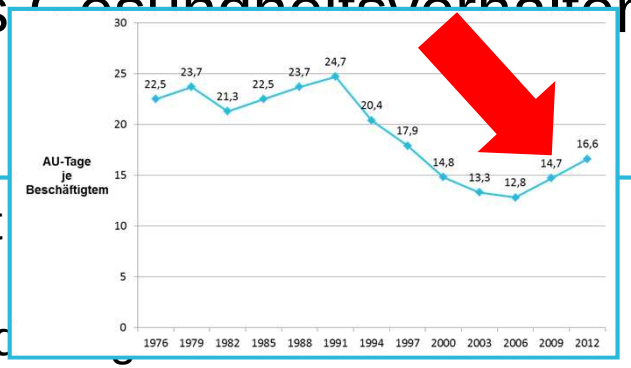
- Zielt auf die **Veränderung der Lebensbedingungen** der Menschen ab
- Rahmenbedingungen sind bei den angesprochenen Berufsgruppen sehr heterogen

Vieles hat sich getan…

- Verbesserung der **Arbeitsumgebung**: Ergonomische Gestaltung von Arbeitsplätzen (z.B. Schreibtisch), Schutzkleidung, Lichtverhältnisse
- Verbesserung der **Arbeitsorganisation**: Informationsmanagement, Gesundheitsförderliche Führung, Teamentwicklung, …
- Verbesserung **arbeitszeitlicher Regelungen**: Arbeitszeitgesetz, Tarifvertrag, Betriebsvereinbarungen (Pausenregelungen, Ruhezeiten, Ausgleichszeiten, …)

… und dennoch ergeben sich Grenzen. Die Möglichkeiten zur **Veränderung und Verbesserung der Rahmenbedingungen** sind **limitiert** …..

und die Einflussnahme auf individuelles Gesundheitsverhalten



und manche Arbeitsbedingungen lassen sich nicht

…..aber das **Empfinden** von, der **Umgang** mit und **Auswirkungen** von Belastungen – die individuell verschieden sind – lassen sich **beeinflussen.**

Verhaltensprävention

- Zielt auf die Beeinflussung des **individuellen V** **Einstellungen** ab
  - Förderung der Verant , Selbständigkeit und Selbstv
  - R ungen sowie Förderung des Wohlbefindens, de der Bewältigungskompetenz
- ➢ Belas gs-Beanspruchungs-Konzept (Rohmert)

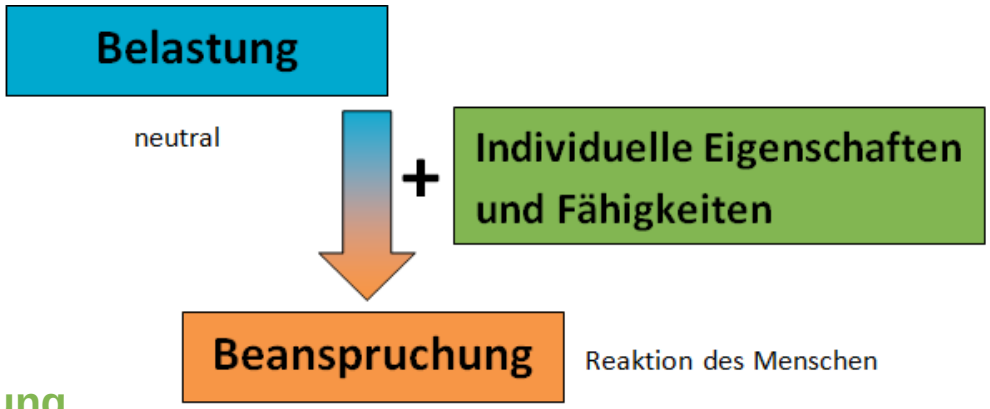
Das **eigene Handeln** ist bei der gesundheitsförderlichen und sozial verträglichen Gestaltung der Arbeitsbedingungen von großer Bedeutung.

Verhaltensprävention

- Was jeder selbst tun kann -

Belastung

- Von außen auf den Menschen einwirkende Faktoren
- **Physische** (Körperhaltung, Lärm etc.) und **psychische Faktoren** (Verhalten von Kollegen, Zeitdruck etc.)
- Können positiv oder negativ auf den Menschen wirken



Beanspruchung

- die **Auswirkungen** von Belastungen auf den Menschen
- kann gesundheitsförderlich („anregend“) oder gesundheitsschädlich („beeinträchtigend“) sein

Ressourcen

- verfügbare **Möglichkeiten** und **individuelle Merkmale** Stressfaktoren zu verhindern/auszugleichen
  - beeinflussbar (z.B. durch Erfahrung)
  - Unterscheidung
    - **Innere** Ressourcen
    - **Äußere** Ressourcen

Agenda

Die Herausforderung – Personengruppen mit besonderen Gesundheitsbeanspruchungen

Telefonisches Gesundheitscoaching – ein Baustein im Betrieblichen Gesundheitsmanagement

Der MehrWert für Betrieb und Mitarbeiter

Gesundheitscoaching am Telefon
- proaktiv und nachhaltig -

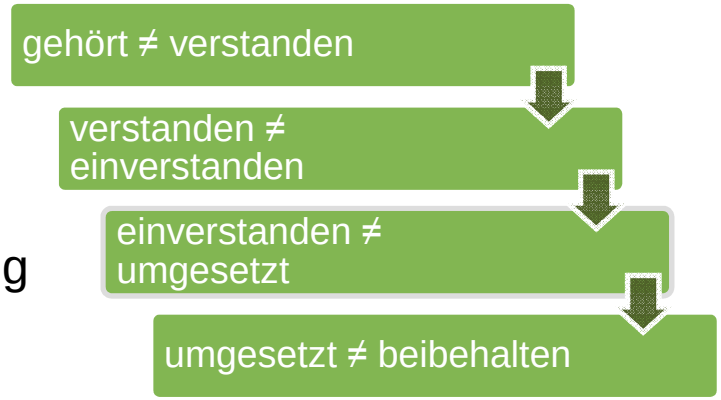
Proaktives regelmäßiges telefonisches Coaching durch interdisziplinäres Expertenteam

Lösungsorientiert und auf die **individuellen Bedürfnisse** des Mitarbeiters zugeschnitten

Mitarbeiter erlernen den **Umgang mit der Erkrankung** und verschiedene Strategien zum Selbstmanagement

Ziele

- Verhinderung einer Eskalation des Krankheitsgeschehens
- Schnelle und reibungslose Wiedereingliederung nach Krankheit
- Erhaltung der langfristigen Arbeitsfähigkeit



Gesundheitscoaching am Telefon
- wirksam und effizient -

Telefonisches Coaching

- Die Wirksamkeit von telefonischem Coaching wird in zahlreichen Studien belegt.
- Wir haben 12 Jahre Erfahrung in der telefonischen Gesundheitsberatung und in der Evaluation der Programme.

Verbesserung der Krankheitssymptome[1,2]

Einfluss auf Veränderung des Lebensstils[2,4]

Weniger AU-Tage
(im Ø 14 AU-Tage weniger)[1]

Einsparungen der Gesundheitskosten [2,3]

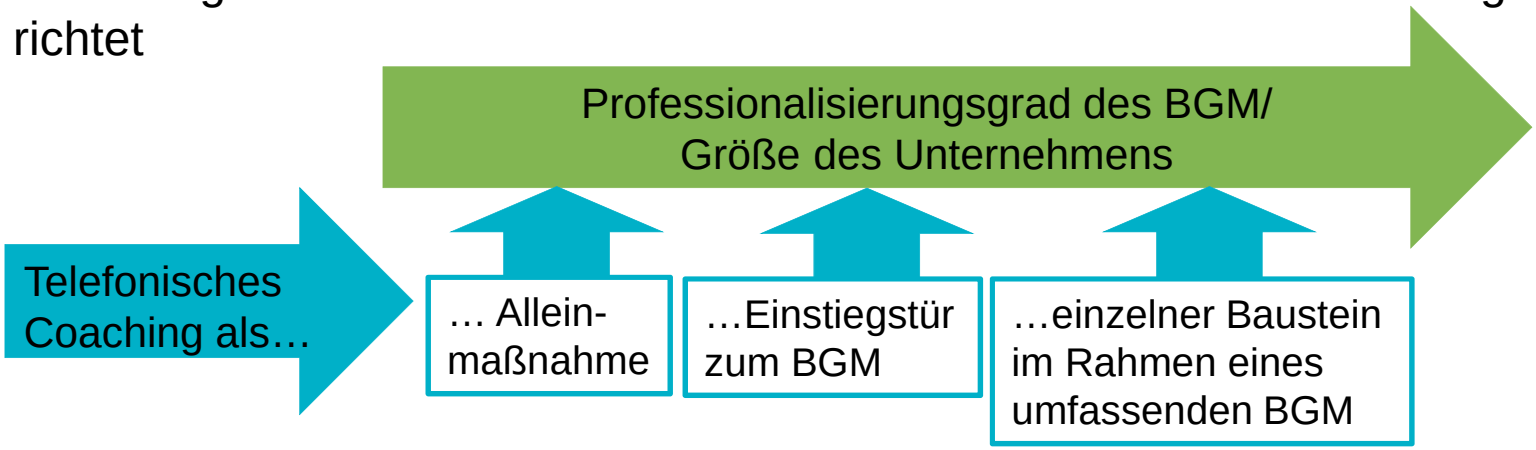
Zunahme an Lebensqualität [2,5]

[1] Wang et al. (2007) , [2] Dwinger et al. (2013) , [3] Wennberg et al. (2010) , [4] Lawler et al. (2010), [6]Ludman et al. (2007)

Gesundheitscoaching am Telefon
- universell und individuell -

Wissen und Ressourcen aktivierendes Gesundheitscoaching ist…

- unternehmensindividuell anpassbar
- **integrierbar** in verschiedene Stufen des BGM
- unabhängig von **der Unternehmensgröße**
- **eine individuell zugeschnittene** Beratungsleistung, die sich nach der Belastungsschwere und den individuellen Bedürfnissen der Beschäftigten richtet



➢ eine **schnelle**, **unbürokratische** und **unkomplizierte** Unterstützung im BGM

Gesundheitscoaching am Telefon
- Erfolgsfaktoren -

Frühzeitige Intervention	um Eskalationen (insbesondere bei psychischen Belastungen) zu vermeiden
Niederschwelliger und komfortabler Zugang	sowie ein offenes Gesprächsklima durch Semi-Anonymität und feste Ansprechpartner
Individuelle Berücksichtigung	der Ressourcen, Wünsche und Bedarfe der Betroffenen
Lotse in der Versorgung	beim Zugang zur Regelversorgung
Hohe Datenschutz-standards	geprüft durch jährliche Datenschutzaudits sind Grundvoraussetzung für das Vertrauen der Mitarbeiter
Bundesweite Abdeckung	und direkte Erreichbarkeit von zu Hause aus als auch von unterwegs

Agenda

Die Herausforderung – Personengruppen mit besonderen Gesundheitsbeanspruchungen

Telefonisches Gesundheitscoaching – ein Baustein im Betrieblichen Gesundheitsmanagement

Der MehrWert für Betrieb und Mitarbeiter

Der **MehrWert** für Betrieb und Mitarbeiter

Vielen Dank
für
Ihre Aufmerksamkeit

MedicalContact AG
Ines Oelmann

Kronprinzenstraße 5-7 I 45128 Essen
Telefon 0201 4398 - 1940 I Telefax 0201 4398 -1049
oelmanni@medical-contact.de I www.medical-contact.de