

Arbeit und psychische Gesundheit -

Was kann betriebliche Gesundheitsförderung aus Sicht der Krankenkassen leisten ?



Agenda



Zahlen und Fakten zum Thema

Ursachen für Anstieg von Belastungen

Studie zum Zusammenhang von Arbeit und Depression

Handlungsrahmen Leitfaden Prävention

Das Angebot der BARMER GEK

Vernetzung mit Leistungserbringern

Die BARMER GEK – Ihr erstklassiger Partner



- Mit mehr als 8,5 Millionen Versicherten die größte deutsche Krankenkasse
- Branchenübergreifende Zusammenarbeit mit über 700.000 Unternehmen
- 19.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an mehr als 1.000 Standorten
- Allein für die Prävention in Unternehmen bundesweit über 100 Beraterinnen und Berater im Einsatz
- Umfangreiches Netzwerk von Experten
- Spezielle AG-Services: z.B. Arbeitgeberportal, Magazin NAHDRAN, Newsletter, Seminare etc.



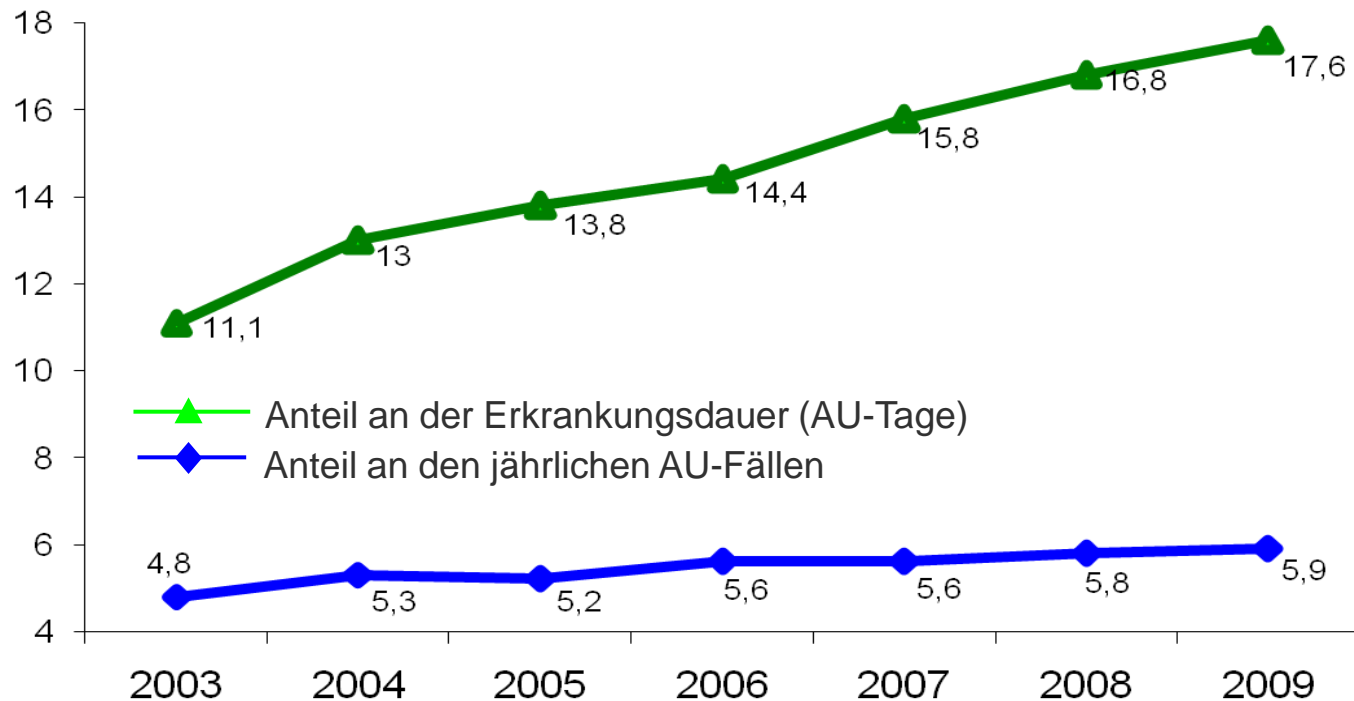
Zahlen und Fakten zum Thema

- Der Produktionsausfall durch psychische Störungen und Verhaltensstörungen wird von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) für 2009 auf mehr als 4 Milliarden Euro geschätzt
- Die durchschnittliche Erkrankungsdauer für Psychische- und Verhaltensstörungen liegt bei 40,5 Tagen (*BARMER GEK Gesundheitsreport 2010*)
- 80 % von ca. 500 befragten Arbeits und Gesundheitsschutzexperten aller Branchen konstatieren einen Anstieg psychischer Fehlbelastungen in den vergangenen Jahren (*IGA Expertenbefragung 2003*)

Psychische Erkrankungen nehmen weiter zu

Psychische und Verhaltensstörungen

Anteil in Prozent



Quelle: BARMER GEK Gesundheitsreport 2010

Ursachen für gestiegene Arbeitsbelastung



- erhöhte Konzentrationsanforderungen
- häufiger Wechsel von Aufgaben und Zuständigkeiten, Arbeitsunterbrechungen durch „wichtige“ Zwischenaufgaben
- erhöhtes zwischenmenschliches Konfliktpotenzial durch hohe Anforderungen an Flexibilität und kommunikative Kompetenz
- gestiegene Qualitätsanforderungen, hohe Informationsdichte, Umgang mit neuen Medien
- Stichwort: E- Mailflut



Psychische Belastung

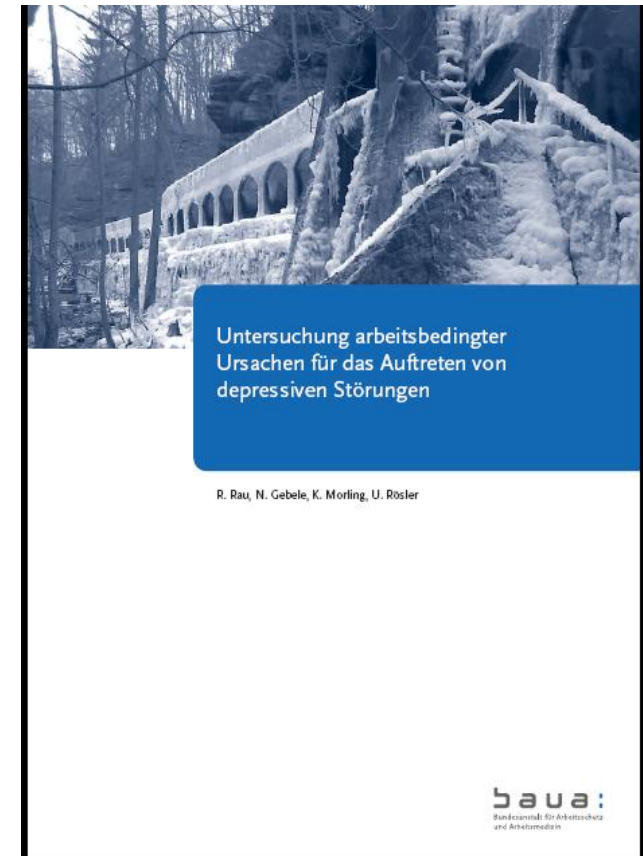
- ...Alle erfassbaren Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken (DIN EN ISO 10075 - Teil 1 (2001))
- Individuell als zu hoch erlebte Beanspruchungen resultieren aus Diskrepanzen zwischen...
 - Arbeitsintensität und Handlungs- und Entscheidungsspielraum (Karazek)
 - Persönlicher Verausgabung und Belohnung (*Siegrist*)
 - zwischen vorgegebenen Zielen und „Rahmenbedingungen“ (*Moldaschl*)



Ansatzpunkte für Präventionsmaßnahmen

Studie: Zusammenhang Arbeit und Depression

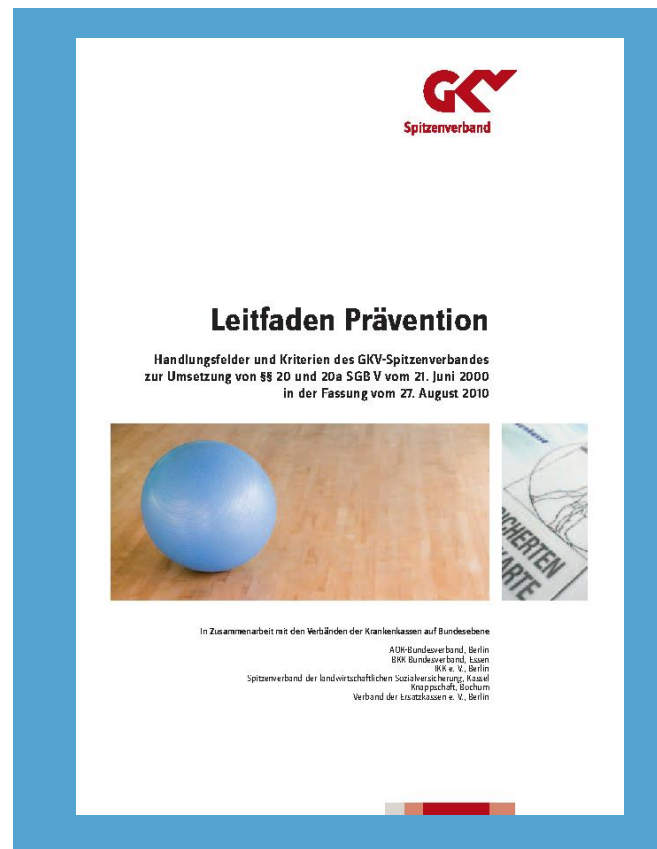
- „Die Ergebnisse lassen sich dahingehend zusammenfassen, dass die Wahrnehmung psychosozialer Stressoren am AP mit einem erhöhten Risiko depressiver Symptome oder von Major Depression Episoden einhergeht“
- Aber:
- Es besteht weiterer Forschungsbedarf



Quelle: BAuA 2010

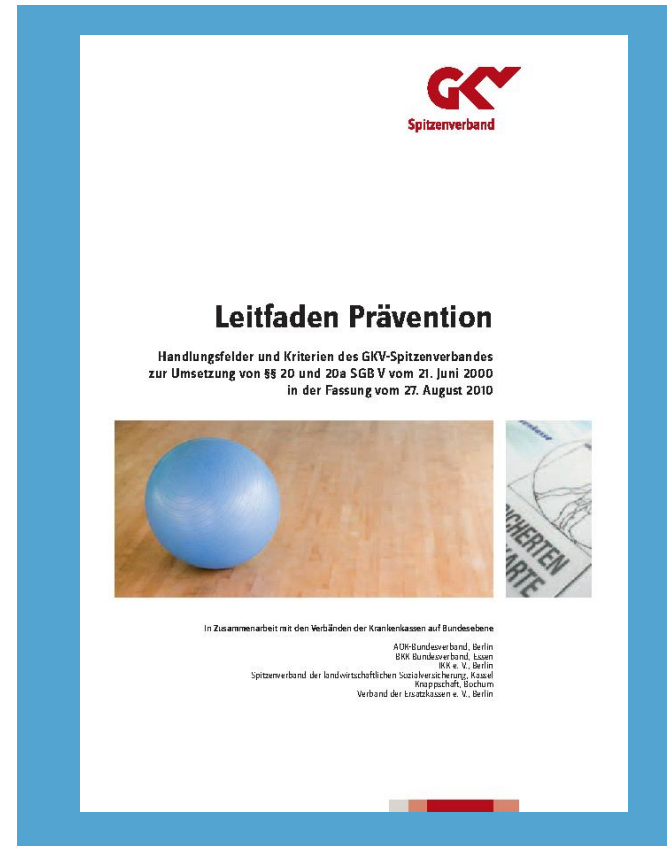
Der Leitfaden Prävention - Präventionsaufgaben der GKV

- definiert einheitliche Präventionsziele und Handlungsfelder
- definiert Anforderungen an Anbieter und Inhalte
- definiert die Rolle der GKV in der betrieblichen Gesundheitsförderung
- definiert Schnittstellen zu anderen Akteuren



Die Rolle der GKV in der Betrieblichen Gesundheitsförderung

- u.a.
- Impulsgeber und Initiator
- Konzeptentwicklung und Beratung
- Moderation von Projektgruppen
- Durchführung einzelner Bausteine innerhalb komplexer Programme
- Dokumentation und Erfolgskontrolle



Präventionsziele zur Psychischen Gesundheit



Oberziel: Reduktion von Psychischen und Verhaltensstörungen

Präventions-
maßnahmen zur
gesundheits-
gerechten
Mitarbeiterführung

Präventions-
maßnahmen zur
Stressbewältigung

Teilnahme älterer
Beschäftigter an
Präventionsmaßnah-
men zur Reduktion
psychischer
Belastungen

GKV-Ziel: Steigerung um jeweils 10 % in den Jahren 2007 bis 2009

GKV: + 33 %

GKV: + 62 %

GKV: + 50 %



BARMER GEK: ca. 100 Seminare Thema „Führung“ jährlich =
Steigerung um

Das Angebot der BARMER GEK



1. Analyse der betrieblichen Situation unter besonderer Berücksichtigung psychischer Erkrankungen sowie psychosozialer Ressourcen und Belastungen am Arbeitsplatz
2. Förderung individueller Kompetenzen zur Bewältigung von Belastungen am Arbeitsplatz → Verhaltensprävention
3. Maßnahmen und Angebote zur Sensibilisierung und Befähigung von Führungskräften zu einer gesundheitsgerechten Mitarbeiterführung
→ Handlungsfeld: Führen und Gesundheit
4. Angebote zur Förderung individueller Kompetenzen im Umgang mit ansteigenden Belastungen am Arbeitsplatz und im Privatleben
→ Handlungsfeld: Work-Life-Balance

1.

Analyse der Arbeitsunfähigkeitsdaten – der BARMER GEK Gesundheitsreport

- Zusammenstellung der häufigsten Krankheitsarten
- Differenzierung nach Alter, Geschlecht, Berufsgruppen
- Jährlich aktuelle Themen zu Gesundheit und Personalentwicklung
 - Rückengesundheit 2008
 - Psychische Gesundheit 2009
 - Gesundheitskompetenz in Unternehmen stärken, Gesundheitskultur fördern 2010
 - Vereinbarkeit von Pflege und Beruf 2011

Speziell für Unternehmen

- Umfassende Analyse - der Unternehmensreport Gesundheit



Weitere Analyseinstrumente der BARMER GEK

Beschäftigtenbefragung

- Einblick in das subjektive Empfinden der Beschäftigten
- Ressourcen und Belastungen am Arbeitsplatz
- Motivationsanalyse

Interviews

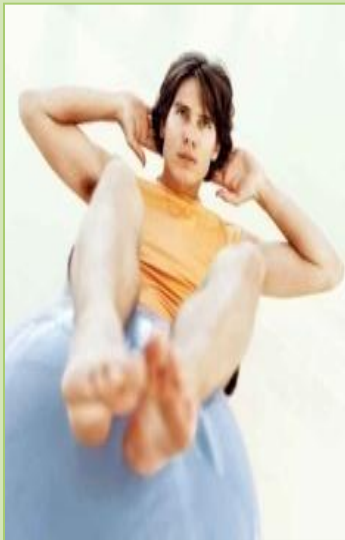
- Repräsentatives Bild der persönlichen Einschätzungen und der Meinungen der Befragten

Gesundheitszirkel

- Neutrale Moderation aktiviert Erfahrungswissen der Beschäftigten
- Passgenaue Lösungen mit hoher Akzeptanz

Stärkung der individuellen Kompetenzen

In Kurs- und Seminarangeboten der BARMER GEK werden individuelle Kompetenzen zur Verarbeitung von Belastungen oder Vermeidung von stressbedingten Gesundheitsrisiken vermittelt



- Entspannungstraining
- Stressbewältigung
- Bewegungsprogramme
- Ernährung und Beruf
- gesundheitsgerechter Umgang mit Suchtmitteln

Führung und Gesundheit

Gesunde Haltungen der Führungskräfte sind entscheidend für die Gesundheit und die Leistung der Beschäftigten. Das Impulsseminar „**FÜHRUNGAKTIV**“ der BARMER GEK vermittelt die Kompetenz für leistungs- und gesundheitsgerechte Führung



- Zusammenhang von Führungsverhalten und Gesundheit der Beschäftigten
- Psychosoziale Belastungen und Ressourcen am Arbeitsplatz
- Integration des Themas Gesundheit in den Führungsauftrag
- Ergänzungsmodul: Das anlassbezogene Mitarbeitergespräch

Zielgruppe Führungskraft – sich selbst gesund führen

hoher Arbeitsanfall
Termin- und Leistungsdruck
Versagensangst
Sandwich Position
Rollenstress
Burnout Problematik



eigenverantwortliche gesunde Lebensführung
Selbstmanagement
gesunde Ernährung
körperliche Aktivität
Steigerung der Kommunikationskompetenz
und Gesprächsführung
Erfahrungsaustausch



Handlungsfeld: Work-Life-Balance

Das BARMER GEK Seminarangebot „**WORK-LIFEAKTIV**“ stärkt die persönlichen Ressourcen und vermittelt Handlungskompetenz zur Prävention von Burnout



- Stress, Erschöpfung und Burnout als Phänomene unserer Zeit begreifen
- Persönliche Belastungen erkennen und Ressourcen aktivieren
- Spielräume entwickeln und Kraftquellen erkennen
- Motivation und Engagement steigern

3 Tagesmodule, die einzeln oder als Kompaktseminar gebucht werden können.

Handlungsfeld: Work-Life-Balance

in Kooperation mit
BARMER
GEK die gesund
experten

SeniorenService AWO
Das ist die AWO in der Nähe
des Wohnortes

VERBUND
für Unternehmer & Familie

verantwortlich

**Zentrum
Frau
in Beruf
und Technik**
Einrichtung
der Stadt
Castrop-Rauxel

Unternehmensseitige Maßnahmen zur Verbesserung der Vereinbarkeit von Beruf & Pflege



EUROPÄISCHE UNION
Investition in unsere Zukunft
Europäischer Fonds
für regionale Entwicklung

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



Netzwerkbildung Unternehmen - Leistungsanbieter



Kooperationspartner: Johanniter-Tagesklinik in Wuppertal Elberfeld

Beratung bei psychischen Störungen / Belastungen und Suchtproblemen

Zwei Praxisbeispiele:

- Bei Anzeichen einer psychischen Störung, Soforthilfe durch Fachpersonal der Tagesklinik
- Mitarbeiter spricht mit PA / PR / FK über hohe psychische Belastung: Weitergabe der Kontaktdaten und vorrangige Berücksichtigung für Gesprächstermin Die Kostenübernahme erfolgt anonymisiert durch die Spk. Keine Rückkopplung über geführtes Gespräch



Netzwerkbildung Unternehmen - Leistungsanbieter



Kooperationspartner: Niedergelassene Psychotherapeutin

Durchgeführte Maßnahmen:

- Empfehlung an MitarbeiterInnen, wenn eine therapeutische Begleitung gewünscht wird
- Beratung von FK durch die Psychologin im Umgang mit psychisch erkrankten MA
Beispiel: Magersucht
- Allgemeine Schulung von Führungskräften: Gesprächsführung /Umgang mit psychisch erkrankten MA



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

