

Newsletter – JUNI 2009

Betriebliche Gesundheitsvorsorge

In einer im Wandel begriffenen Arbeitswelt sind Flexibilität, Innovation und Kreativität wesentliche Voraussetzungen für ein Unternehmen, um wettbewerbsfähig und erfolgreich zu sein. Dazu bedarf es gesunder, qualifizierter und motivierter MitarbeiterInnen, weshalb gesundheitsvorsorgende Maßnahmen in einem Betrieb einen zunehmend wichtigen – vielleicht den wichtigsten – Faktor für eine erfolgreiche Unternehmenspolitik darstellen. Prim. Dr. Olaf Rossiwall, Leiter des Instituts für Psychosomatik, Psychotherapie und Gesundheitsvorsorge/EMCO-Klinik: „Betriebliches Gesundheitsmanagement kann helfen, Ausfallzeiten und Versicherungskosten zu senken, Motivation und Produktivität zu steigern, die Kundenorientierung sowie das Unternehmensimage zu verbessern. Betriebliche Gesundheitsvorsorge beschäftigt sich neben traditionellen, berufsbedingten Gesundheitsrisiken und Arbeitsbelastungen auch mit Organisationsentwicklung, Kommunikation, Führungsverhalten, Teamentwicklung und Betriebsklima. Mein Team und ich entwickeln am Institut für Gesundheitsvorsorge geeignete Strategien, um gesundheitsverträgliche Arbeitsbedingungen und Organisationsformen zu schaffen. Anders formuliert: Wir entwickeln individuelle Lösungen auf die konkreten Bedürfnisse der einzelnen MitarbeiterIn abgestimmt. Es geht um ein ganzheitliches Konzept, das zur Steigerung des Wohlbefindens und der Produktivität des Einzelnen beiträgt.“

Betriebliche Gesundheitsvorsorge führt beide Seiten, ArbeitnehmerInnen und UnternehmerInnen, zu Gewinnsituationen. Vorteile für die MitarbeiterInnen sind: Verbessertes Betriebsklima, Verringerung der Arbeitsbelastungen und Gesundheitsbeschwerden, mehr Motivation und Freude bei der Arbeit sowie Erhöhung der Lebensqualität, verbessertes Gesundheitsverhalten innerhalb und außerhalb des Betriebs sowie verstärkte Identifikation mit dem Unternehmen – besseres Verständnis für die Arbeitsabläufe. Auf der Unternehmenseite stehen folgende Vorteile: Reduktion der Krankenstände, langfristige Kostensenkung, verbesserte interne Kommunikation, Kooperation und Konfliktlösung, Verringerung der Mitarbeiterfluktuation, Steigerung der Produktivität, Erhöhung der Wettbewerbsfähigkeit durch Innovation und Engagement der Mitarbeiter, Erhöhung der Attraktivität des Unternehmens sowie Aufwertung des Firmenimages.

Prim. Dr. Olaf Rossiwall: „Unser Angebot besteht darin, dass wir im Zuge unseres Gesundheitsbildungsauftrags jedes Unternehmen bei der Planung, bei der Koordination und bei der Durchführung betriebspezifischer Konzepte unterstützen. Das heißt wir sind von der Analysephase bis zur Erfolgskontrolle der Maßnahmen dabei. Unser Leistungsspektrum im Bereich betrieblicher Gesundheitsvorsorge erstreckt sich von Kommunikationstrainings, z.B. Gesprächsführung oder Führungsverhalten, Konfliktbewältigung, Stress-/Zeitmanagement, Entspannungstrainings, subjektives Kompetenztraining bis hin zu Nichtraucherseminaren. Umso wichtiger ist unser Einsatz, wenn man weiß, dass 31 Prozent der Krankenstandstage psychischen Belastungen am Arbeitsplatz zugeordnet werden können. Eine britische Studie aus dem Jahre 2000 belegt, dass 40 Prozent des Fernbleibens vom Arbeitsplatz aus psychischen Problemen resultieren.“

Gesundheitsvorsorgemaßnahmen müssen ganzheitlich durchgeführt werden. Die Maßnahmen sollen die jeweiligen Arbeitssituationen im Betrieb als auch das Gesundheitsverhalten der MitarbeiterInnen berücksichtigen. Speziell im Verhaltensbereich sind Veränderungen oftmals nur schwer möglich, da das individuelle Gesundheitsverhalten von Gewohnheiten, Lebensstilen und sozialen Bezügen abhängig ist. Bei der Konzeption von Gesundheitsseminaren muss daher von einem ganzheitlichen Denken ausgegangen werden, in dem die relevanten sozialen Lebensbedingungen (Arbeit-Freizeit-Familie/Work-Life-Balance) der Menschen berücksichtigt werden. Dadurch erhöht sich die Wahrscheinlichkeit einer längerfristigen gesundheitsorientierten Verhaltensänderung signifikant. Prim. Dr. Olaf Rossiwall: „Garant für die Nachhaltigkeit unserer Arbeit sind folgende drei Faktoren: zielgruppenorientierte Arbeit, niederschwellige Angebote und individuelle Beratung.“

Betriebliche Gesundheitsförderung zielt darauf ab, Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen – einschließlich arbeitsbedingte Erkrankungen, Arbeitsunfälle, Berufskrankheiten und Stress-Gesundheitspotentiale zu stärken und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu verbessern. (Luxemburger Deklaration zur betrieblichen Gesundheitsförderung in der EU 1997). „Die sich verändernden Lebens-, Arbeits- und Freizeitbedingungen (Work-Life-Balance) haben einen entscheidenden Einfluss auf die Gesundheit. Die Art und Weise, wie eine Gesellschaft die Arbeit, die Arbeitsbedingungen und die Freizeit organisiert, sollte eine Quelle der Gesundheit und nicht der Krankheit sein. Gesundheitsförderung schafft sichere, anregende, befriedigende und angenehme Arbeits- und Lebensbedingungen.“ (Cardiff Memorandum zur betrieblichen Gesundheitsförderung in Klein und Mittelbetrieben, 1998). Zwei ehrenwerte Definitionen aber wie sieht die Realität tatsächlich aus?

Work-Life-Balance: Stress, Burnout und Depression im Alltag: Arbeitsbedingter Stress entwickelt sich zu einem der größten Probleme im Unternehmen. Innerhalb der Europäischen Union verursacht Stress am Arbeitsplatz den Unternehmen jährlich Kosten in Höhe von 20 Milliarden Euro. In den meisten Fällen sind Burnout und Depression die physische, mentale und emotionale Antwort auf einen konstant hohen Distresslevel. Depressive Symptome sind ein zentraler Bestandteil des Burnout-Syndroms und im fortgeschrittenen Zustand lassen sich Burnout und Depression kaum noch voneinander unterscheiden. Untersuchungen in Europa zeigen: 20 bis 35 Prozent der Menschen leiden zumindest einmal im Leben unter einer behandlungsbedürftigen Depression. Schätzungsweise ist jeder vierte Manager Burnout-gefährdet. Beim Burnout wie auch bei der Depression muss mit einem 100 Prozent Leistungsausfall bis zu einem Jahr und in Einzelfällen auch länger.

Ausblick/Veranstaltungen Juli/August 2009

- **Newsletter – Juli/August 2009:** „Ab in den Süden...“ oder doch in den Norden?
- **Privatärztliche Schmerzambulanz – Leitung Prim. Dr. Olaf Rossiwall**
- **Ambulantes und stationäres Angebot von Psychodiagnostik sowie Gedächtnistraining mittels RehaCom.**
- **Jeden Donnerstag 18:00 bis 19:30 Uhr Trainingsprogramm „Schmerz lass nach“ - mentale Schmerztherapie, Inst. Psychosomatik EMCO-Privatklinik – Anmeldung erforderlich**

Kontakt: Institut für Psychosomatik, EMCO-Privatklinik;
Martin-Hell-Straße7-11; 5422 Bad Dürrenberg; www.emco-klinik.at
Leitung: Prim. Dr. Olaf Rossiwall
MMag^a. Annemarie Pleininger; Tel: 0676/6396902
E-Mail: anemarie.pleininger@emco-klinik.at oder office@diepsychologin.info