



## **Friendly Work Space Frühstückstreffen vom 09.05.2019**

Betriebliches Gesundheitsmanagement

# Dimensionen des BGM

## Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) Fokus: Systematisierung und Nachhaltigkeit

Administration

Arbeitssicherheit  
und  
Gesundheitsschutz

Betriebliche  
Gesundheitsförderung  
(BGF)

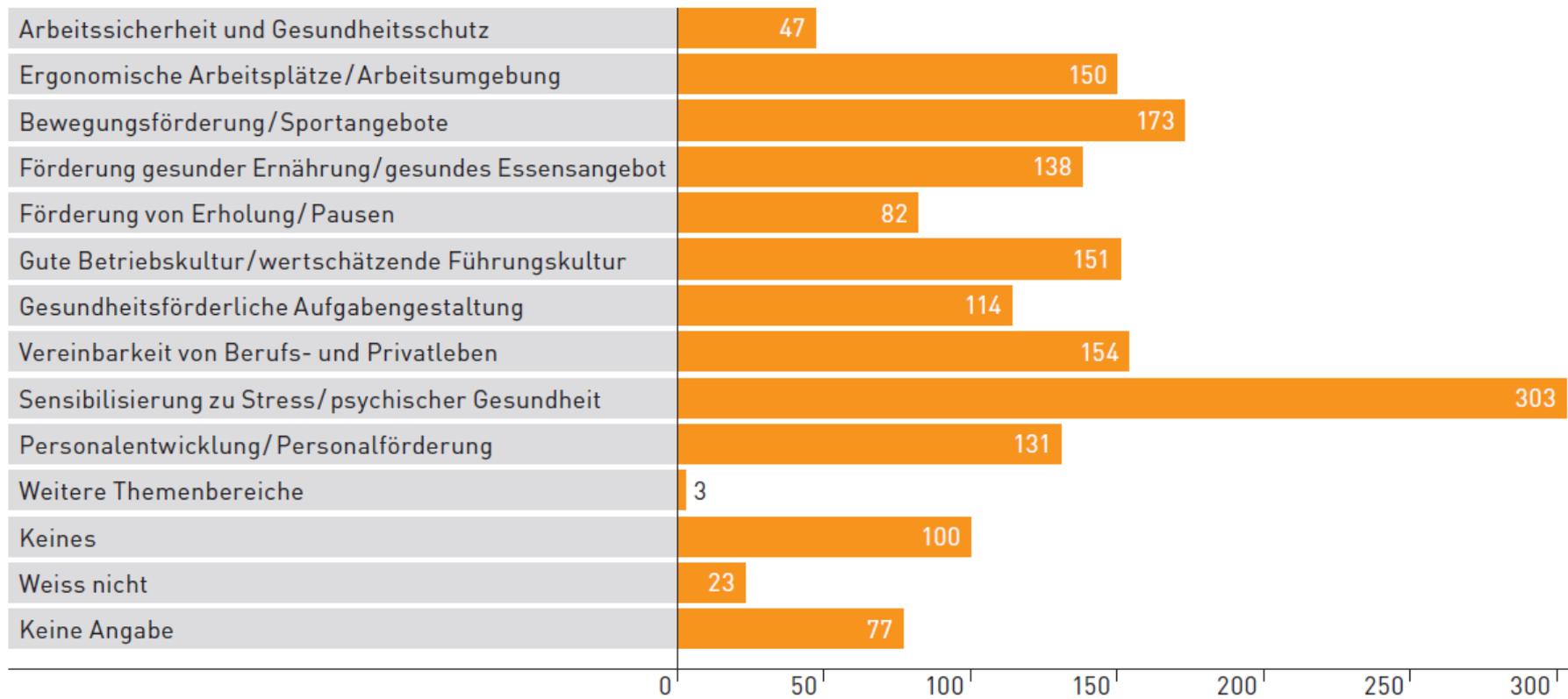
Abwesenheits-  
management  
und  
Case Management

Controlling

Organisation / Mitarbeitendenführung / Gesundheitsverhalten

## Investitionswünsche BGM-Themen

Bei welchen Themen finden Sie, dass Ihr Betrieb mehr investieren sollte? (max. 3 Nennungen pro Betrieb)



Quelle: Betriebliches Gesundheitsmanagement in Schweizer Betrieben, Monitoring Ergebnisse 2016, Gesundheitsförderung Schweiz, Arbeitspapier 40, S. 26

# FWS Job-Stress-Analysis in Kürze

## Was ist FWS Job-Stress-Analysis?

- FWS Job-Stress-Analysis ist ein wissenschaftlich validiertes, praxiserprobtes Online-Befragungsinstrument.
- Ohne grossen Aufwand verschaffen Sie sich damit einen detaillierten Überblick über Belastungen und Ressourcen in Ihrem Unternehmen.
- So können Sie gezielt Stressfaktoren reduzieren und Ressourcen von Mitarbeitenden stärken.

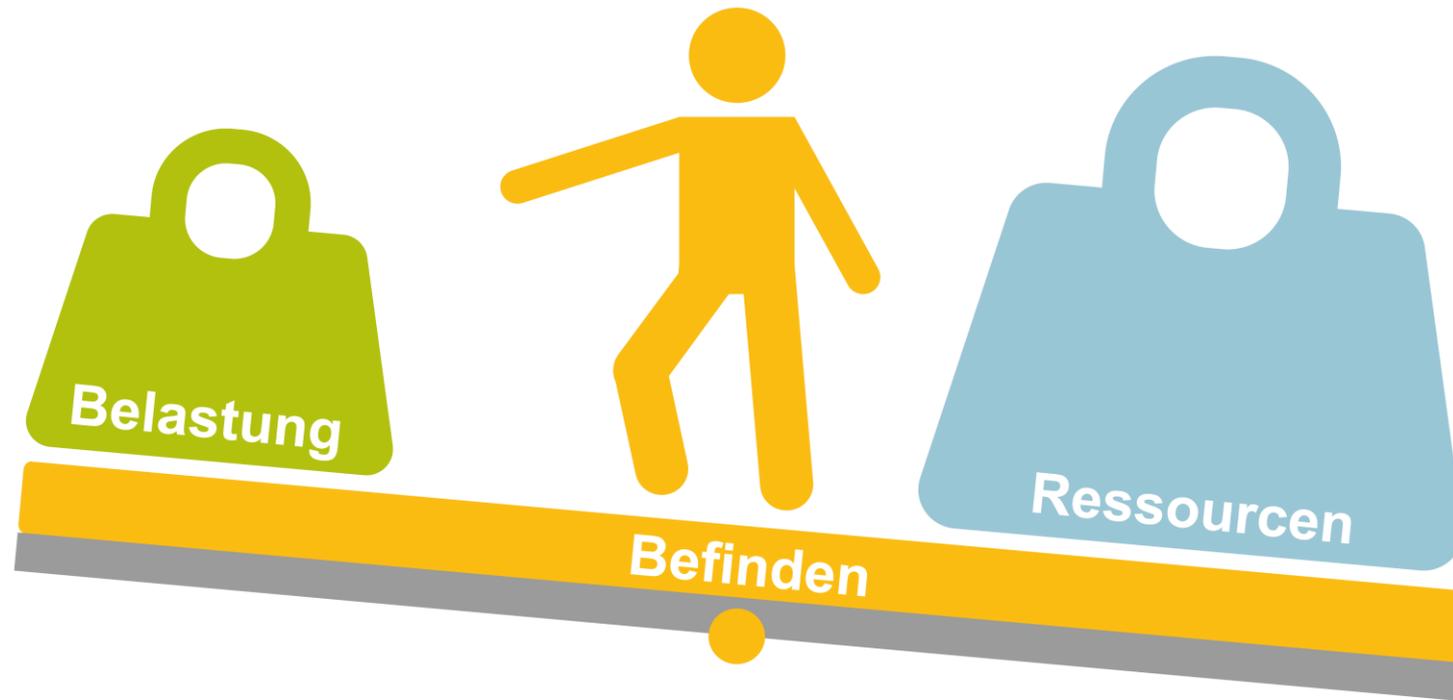
# FWS Job-Stress-Analyse misst...



# FWS Job-Stress-Analyse misst...



## FWS Job-Stress-Analyis misst...



# Stress – Definition

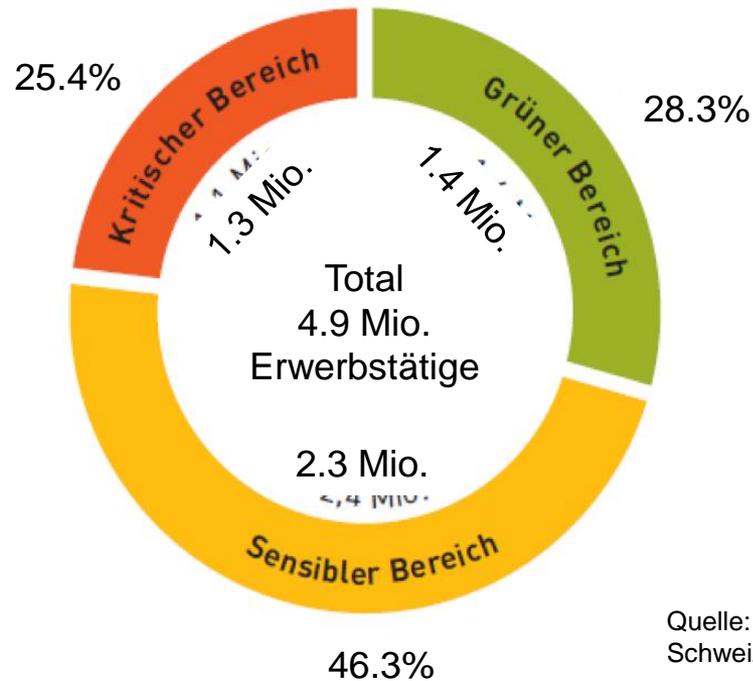
**Stress** ist vom Menschen wahrgenommenes Ungleichgewicht zwischen **Belastungen** (Stressoren) und **Anforderungen** an die Person und deren **Möglichkeiten** (Ressourcen), darauf zu reagieren.

Dieses **Ungleichgewicht** wird als unangenehm empfunden und kann das Wohlbefinden einschränken. Chronisch bedingter Stress kann zu Krankheiten führen (Zapf & Semmer, 2004).



# Psychische Gesundheit bei Arbeitnehmenden

- **Job-Stress-Index bei Erwerbstätigen**
- (Hochrechnung)



Quelle: Gesundheitsförderung Schweiz, Job-Stress-Index 2016

# Resultate Ebenen



# FWS Job-Stress-Analysis

## Belastungen

- Soziale Stressoren (Arbeitskollegen/-innen) (12%/34%/54%)
- Arbeitsorganisatorische Probleme (13%/30%/57%)
- Arbeitsplatzunsicherheit (10%/28%/62%)
- Soziale Stressoren (Vorgesetzte) (12%/11%/77%)
- Ungleichgewicht zwischen Anstrengung und Belohnungen (12%/24%/65%)
- Umgebungsbelastungen (13%/16%/72%)
  - Räumliche Enge (22%/27%/51%)
  - Ungünstige Beleuchtung (8%/25%/67%)
  - Trockene Luft (12%/28%/60%)
  - Unangenehme

## Ressourcen und Stressbewältigung

- Handlungsspielraum (25%/36%/38%)
- Partizipation (26%/50%/25%)
- Allgemeine Wertschätzung (22%/23%/56%)
- Unterstützendes Vorgesetztenverhalten (18%/31%/51%)
- Ganzheitlichkeit der Arbeitsaufgabe (5%/38%/57%)
- Selbstwirksamkeitserwartung (9%/25%/66%)

## Einstellungen zur Arbeit und Befinden

- Schlafprobleme (16%/32%/52%)
- Arbeitsbezogener Enthusiasmus (11%/33%/56%)
- Psychosomatische Beschwerden (13%/27%/60%)
  - Gelenk- oder Gliederschmerzen (15%/32%/53%)
  - Rücken- oder Kreuzschmerzen (8%/51%/41%)
  - Nacken- oder Schulterschmerzen (6%/55%/39%)
  - Appetitlosigkeit, Magenbeschwerden, Verdauungsstörungen (8%/17%/75%)
  - Kopfschmerzen (18%/19%/64%)
  - Hautprobleme/Hauterkrankungen

# FWS Job-Stress-Analysis

● Welle 1 ● Welle 2

Demo Company



## Aufgabenbezogene Stressoren

Aufgabenbezogene Stressoren sind Merkmale der Arbeitsaufgabe (z.B. Unsicherheit bezüglich der Arbeitsausführung, qualitative Überforderung), der Arbeitsorganisation (z.B. arbeitsorganisatorische Probleme, Arbeitsunterbrechungen, Zeitdruck, Rollenklarheit) und der Arbeitsumgebung (z.B. Umgebungsbelastungen, einseitige Körperhaltung), welche die Wahrscheinlichkeit für eine Stressreaktion erhöhen. Bei aufgabenbezogenen Stressoren sind tiefe Ausprägungen wünschenswert, da hohe Werte für ein hohes Ausmass an Belastungen in der Arbeitsaufgabe, der Arbeitsorganisation und/oder der Arbeitsumgebung stehen. Stark ausgeprägte aufgabenbezogene Stressfaktoren können die psychische und physische Gesundheit und das Befinden beeinträchtigen sowie die Leistungsfähigkeit von Mitarbeitenden einschränken.

Unsicherheit



Arbeitsorganisatorische Probleme



Zeitdruck



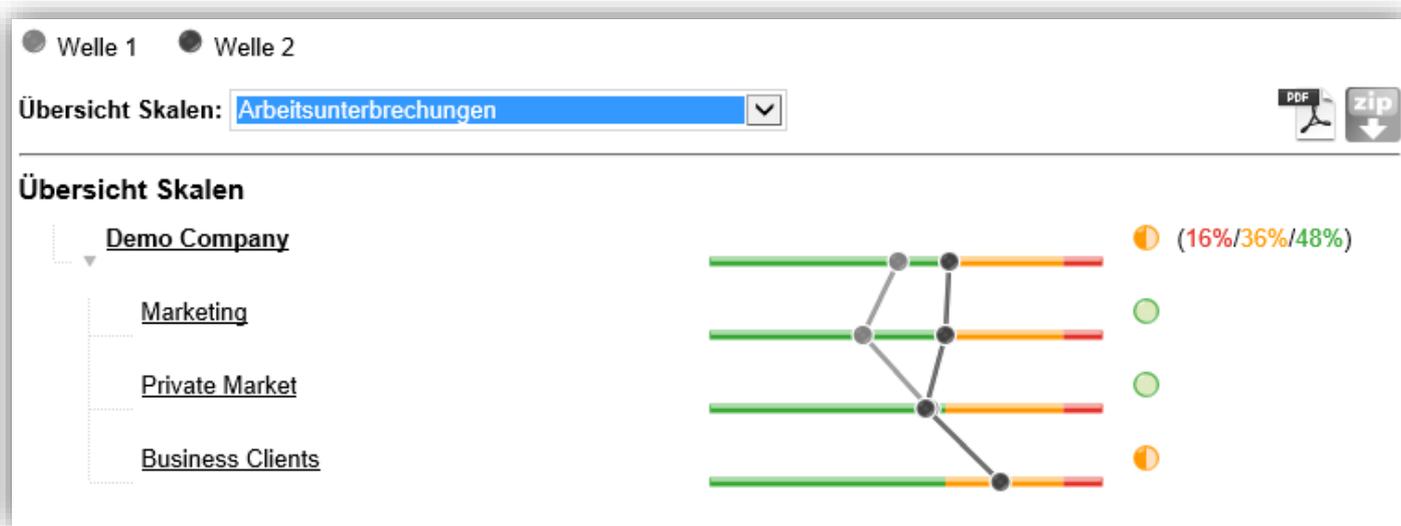
Arbeitsunterbrechungen



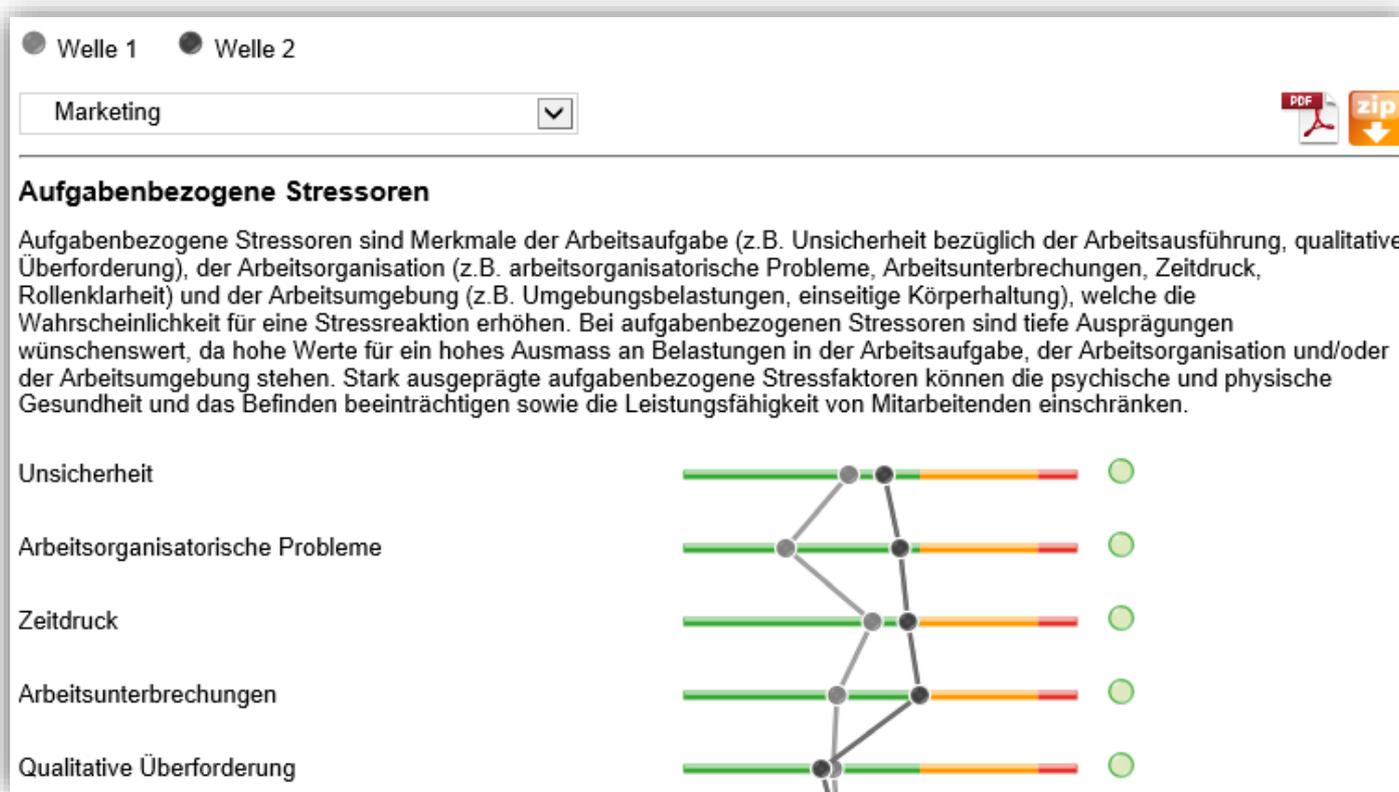
Qualitative Überforderung



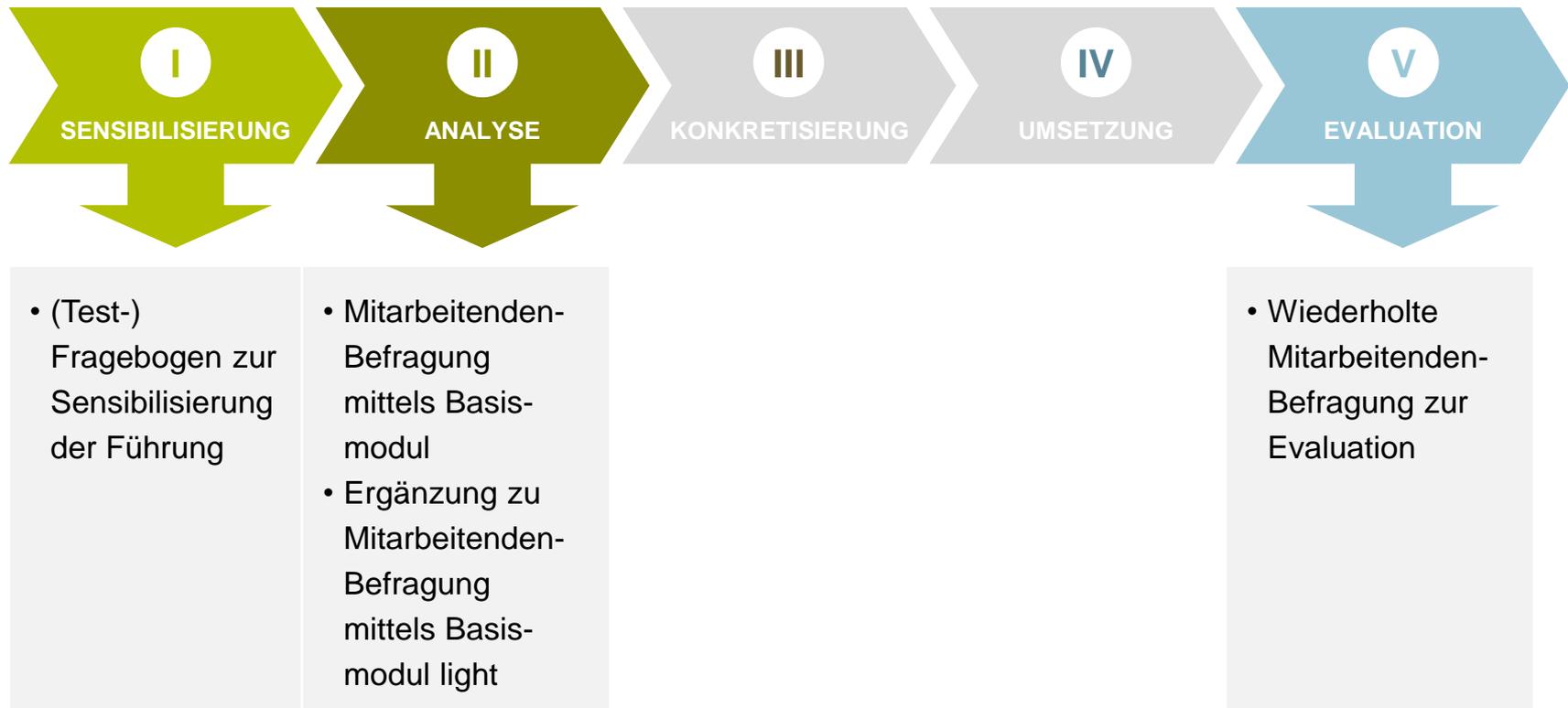
# FWS Job-Stress-Analyse



# FWS Job-Stress-Analyse



# FWS Jobs-Stress-Analysis



**Fragen – Meinung – Anregungen**

# Besten Dank

**Für weitere Informationen:**

**[Marcel.Burkhardt@promotionsante.ch](mailto:Marcel.Burkhardt@promotionsante.ch)**

**[www.friendlyworkspace.ch](http://www.friendlyworkspace.ch)**

Gesundheitsförderung Schweiz  
Wankdorfallee 5, CH-3014 Bern  
Tel +41 31 350 04 04  
[fws@promotionsante.ch](mailto:fws@promotionsante.ch)