

BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT IN DER SCHULE – ZIELE, VORGEHEN & INSTRUMENTE

Ariane Wepfer
ariane.wepfer@arbeitsmedizin.ch

23.05.2018



PRAXIS



GESUNDHEITS-
ZENTREN

ifa.



GESUNDHEITS-
FÖRDERUNG



ARBEITS-
MEDIZIN

INSTITUT FÜR ARBEITSMEDIZIN

Umfassender Anbieter für Dienstleistungen
rund um die Gesundheit in Betrieben
und für Private





PRAXIS

Hausarztpraxis
—
Kinderpraxis
—
Psychiatrische
Behandlung
—
Psychologische
Beratung
—
HMO-Praxis
—
Telemedizinische
Beratung
—
Diverse Diagnose-
möglichkeiten:
Labor, Röntgen,
Spirometrie, Hörund
Sehtest, EKG,
Allergietest etc.
—
Reiseberatung
—
Herzraten-
variabilitätsmessung
HRV
—
24h-Blutdruck-
messung



SPEZIAL- ÄRZTE

Rheumatologie
—
Kardiologie
—
Gynäkologie
—
Allergologie



ARBEITS- MEDIZIN

Risikobereichs-
analysen
—
Arbeitsplatzab-
klärungen (physikali-
sche, chemische und
biologische Risiken)
—
Gesetzlich vorgeschrie-
bene Untersuchungen
(SUVA, Feuerwehr,
Mutterschutz etc.)
—
Beratung
Schichtarbeitsmodelle
—
Firmenspezifische
Untersuchungen
—
Reisemedizinische
Beratungen und
Impfungen
—
Arbeitsmedizinische
Kampagnen
—
Beratung von Patienten
mit Berufskrankheiten
(Healthpresence)
—
Beratung bei Innen-
raumklimaproblemen
—
Schulung von Firmen-
angehörigen 57+



GESUNDHEITS- ZENTRUM

Walk-in Praxis
für Mitarbeitende
von Vertragsfirmen
—
Erstversorgung
—
Notfalldienst
—
Betriebsnothelfer-
kurse BNK
—
Grippeimpfung
—
Gesundheits-
kampagnen wie
HerzKreislauf,
Lungenvolumen etc.
—
Raucherberatungen
—
Suchtprävention



GESUNDHEITS- FÖRDERUNG

Individuelle
Stress- und
Burnoutprävention
—
Stress- und
Burnoutprävention
als Führungsaufgabe
—
FWS Job-Stress-
Analysis
—
Betriebliches
Gesundheits-
management BGM
—
Friendly
Work Space
—
Absenzmanagement
—
Teamentwicklung
—
Ressourcen-
management
—
Führung und
Gesundheit
—
Wertschätzende
Führung



PHYSIO- THERAPIE

Manuelle Therapie
nach Maitland und
Kaltenborn
—
Triggerpunkt-
therapie inkl.
dry needling
—
Medizinische
Traninigtherapie
MTT
—
Lymphdrainage
—
Sportphysio-
therapie
—
Taping
—
Personal- und
Sling-Training;
Pilates; Ernährungs-
coaching
—
Ergonomie
am Arbeitsplatz
—
Heben und Tragen
bei der Arbeit
—
Back-Check
Untersuchungen
—
Check-up für den
Bewegungsapparat



PSYCHO- THERAPIE

Arbeitsassoziierte
psychische Störungen
und Stressfolge-
erkrankungen
(Überforderung und
Überbelastung,
Erschöpfungszustand)
—
Depressive
Stimmungszustände,
Ängste, Zwänge und
persönliche Krisen
—
Psychologische
Diagnostik und
Abklärungen
—
Entspannungs- und
Achtsamkeitstraining
—
Coaching im Umgang
mit Stress (Im Einzel-
und Gruppensetting)
—
Messung der Herz-
ratenvariabilität
(HRV) und Beratung



APOTHEKE

Verkauf rezept-
pflichtiger
und rezeptfreier
Produkte
—
Vertiefte
Beratungen
—
Impfungen
—
Hauslieferdienst
—
Seh- und Hörtest
—
Beratung zu
Dermokosmetik
—
Blutdruck-
Messung und
-kontrolle für alle
—
Beratung zur
Selbstmedikation
—
Beratung zur
Komplementär-
medizin
—
Richten von
Wochendosetts
—
Notfallapotheke

Ablauf

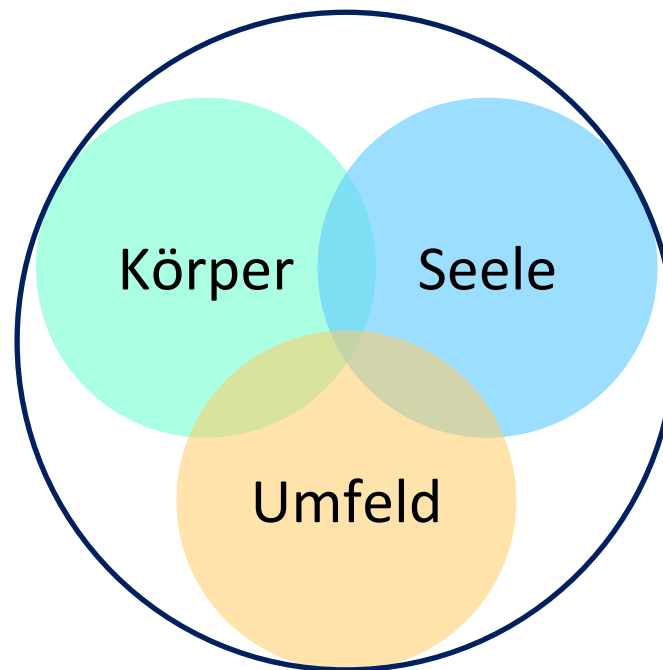
- › Argumente für BGM an Schulen
- › Was ist BGM
- › Funktioniert BGM auch in der Schule?
- › Vorgehen bei der Einführung von BGM
- › Instrumente & Unterstützung



Einstieg: Was ist Gesundheit?

WHO: «Gesundheit ist ein Zustand des völligen körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das frei sein von Krankheit und Gebrechen».

(Verfassung der WHO vom 22.07.1946)



Stress und volkswirtschaftliche Kosten

Job-Stress-Index bei Erwerbstätigen (Hochrechnung)



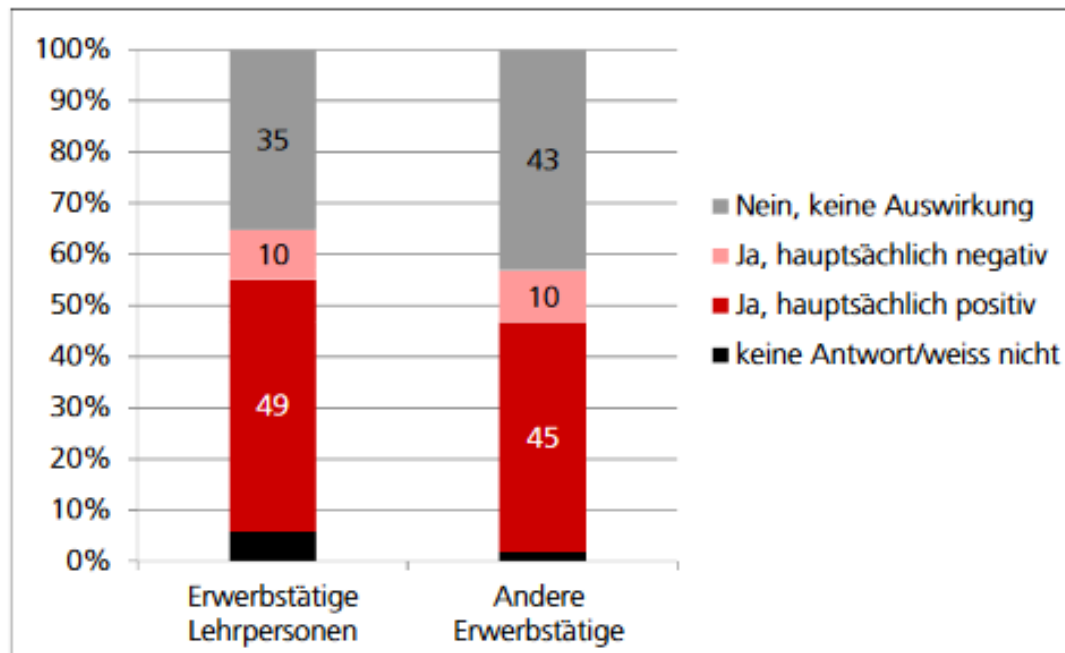
Ökonomisches Potential 2016:

5.7 Milliarden CHF

Gesundheitsförderung Schweiz, Job Stress Index

Einfluss der Arbeit auf die Gesundheit

«Wirkt sich Ihre Arbeit auf Ihre Gesundheit aus?» (Anteile in %, 2012)

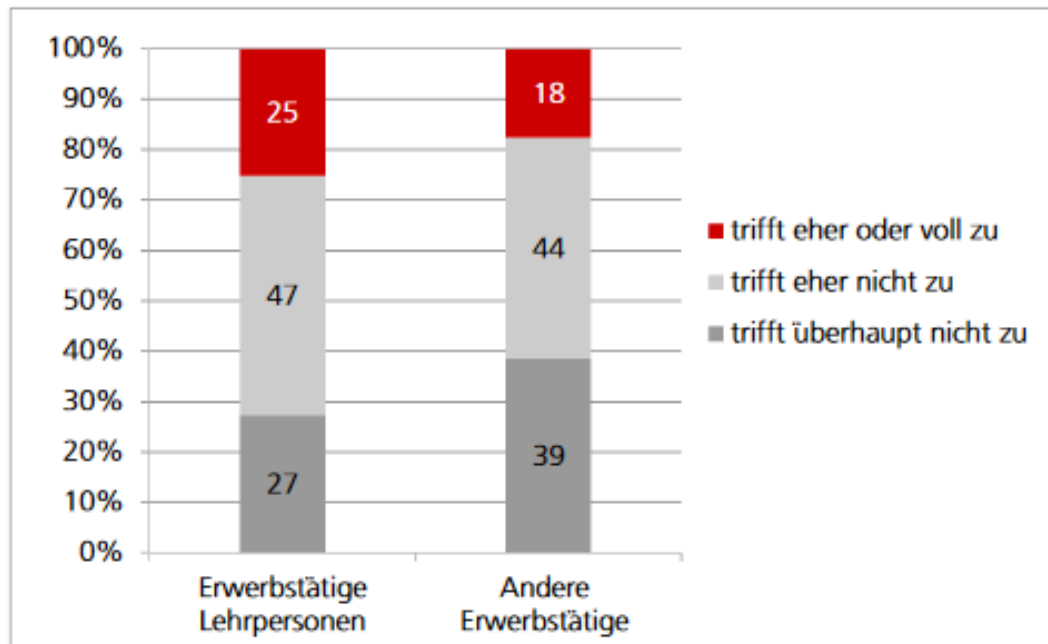


Quelle: BFS (SGB); Berechnungen BASS (gewichtet)

Quelle: Berufsbedingte Krankheitskosten der Lehrpersonen, Schlussbericht, Büro Bass, 2016

Emotionale Erschöpfung

«Bei meiner Arbeit habe ich immer öfter das Gefühl, emotional verbraucht zu sein»
(Anteile in %, 2012)

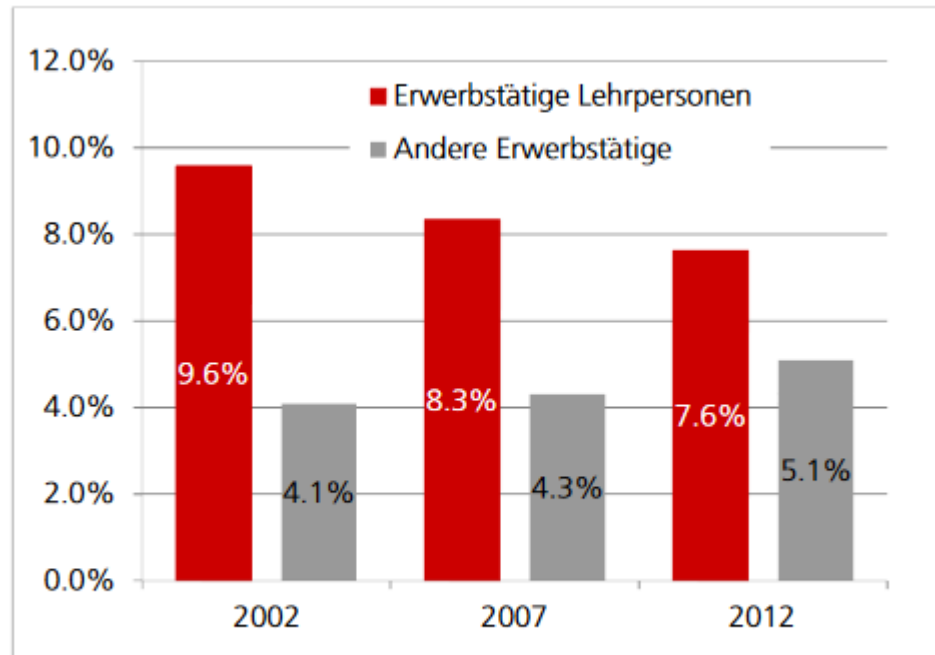


Quelle: BFS (SGB); Berechnungen BASS (gewichtet)

Quelle: Berufsbedingte Krankheitskosten der Lehrpersonen, Schlussbericht, Büro Bass, 2016

Behandlung wegen psychischer Probleme

Anteil Personen, die in den letzten 12 Monaten wegen psychischen Problemen in Behandlung waren (Anteile in %)



Quelle: BFS (SGB); Berechnungen BASS (gewichtet)

Quelle: Berufsbedingte Krankheitskosten der Lehrpersonen, Schlussbericht, Büro Bass, 2016

Hauptsächlich psychosoziale Belastungsfaktoren

- › **Studie** zu den Belastungsfaktoren von Lehrpersonen aus arbeitsmedizinischer und psychologischer Sicht (Claude Sidler, 2016, ifa)
- › **Vorgehen:** Begleitung von drei Lehrpersonen während eines ganzen Arbeitstages
 - Durch zwei Arbeitspsychologen und einen Arbeitsmediziner
 - Beobachtung und Analyse verschiedener Belastungsbereiche
- › **Fazit:** Bei Lehrpersonen sind **vor allem psychosoziale Belastungen** festzustellen
 - Viele Ansprechpartner und hohe Interaktionsdichte
 - Fehlende Rückzugsmöglichkeiten während des Arbeitstages
 - Lehrpersonen sind fast ständig erreichbar und müssen sich aktiv abgrenzen

Argumente für BGM (in der Schule)

- › Gesundheit und Wohlbefinden ist die wichtigste Voraussetzung für die Leistungsfähigkeit von Lehrpersonen, sowie von Schülerinnen und Schülern.
- › Ein systematisches betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) ermöglicht es, die Gesundheit von Lehrpersonen gezielt zu fördern und zu schützen.



Argumente für BGM (in der Schule)

Förderung der Gesundheit

- › Steigerung von Motivation und Leistungsfähigkeit
- › Arbeitszufriedenheit
- › Effiziente Zusammenarbeit im Team
- › Geringere Fluktuation
- › Attraktivität als Arbeitgeber → Qualifizierte Fachkräfte

Prävention von Krankheit/ Absenzen

- › Absenzen sind mit hohen Kosten verbunden
- › Aufwand für die Suche nach Stellvertretungen
- › Mehrbelastung des Kollegiums durch kurzfristiges Abdecken von Absenzen



Ablauf

- › Argumente für BGM an Schulen
- › **Was ist BGM**
- › Funktioniert BGM auch in der Schule?
- › Vorgehen bei der Einführung von BGM
- › Instrumente & Unterstützung



Was versteht man unter Betrieblichem Gesundheitsmanagement (BGM)?

Definition:

Im Betrieblichen Gesundheitsmanagement geht es um ein **umfassendes Konzept zur Prävention und Gesundheitsförderung**, das sowohl die Arbeitsbedingungen und deren Einflüsse auf die Gesundheit, als auch das individuelle Gesundheitsverhalten berücksichtigt.



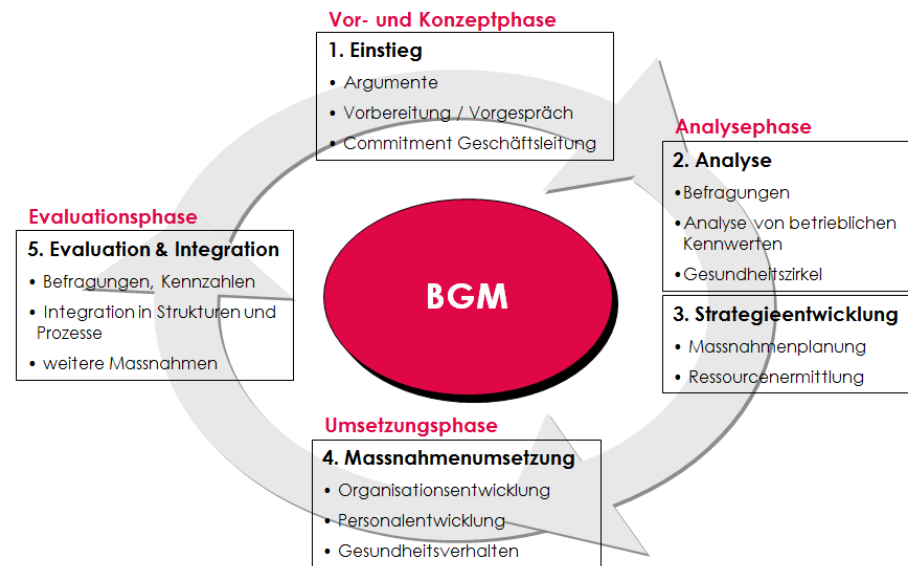
Ziel:

- systematischer Einbezug der **Gesundheitsperspektive in Strukturen, Abläufe und Entscheidungsprozesse.** (Führung, Unternehmenskultur, Teamklima etc.)
- **Schule als gesundheitsförderlicher Lern- & Arbeitsort**

Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) vs. Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)

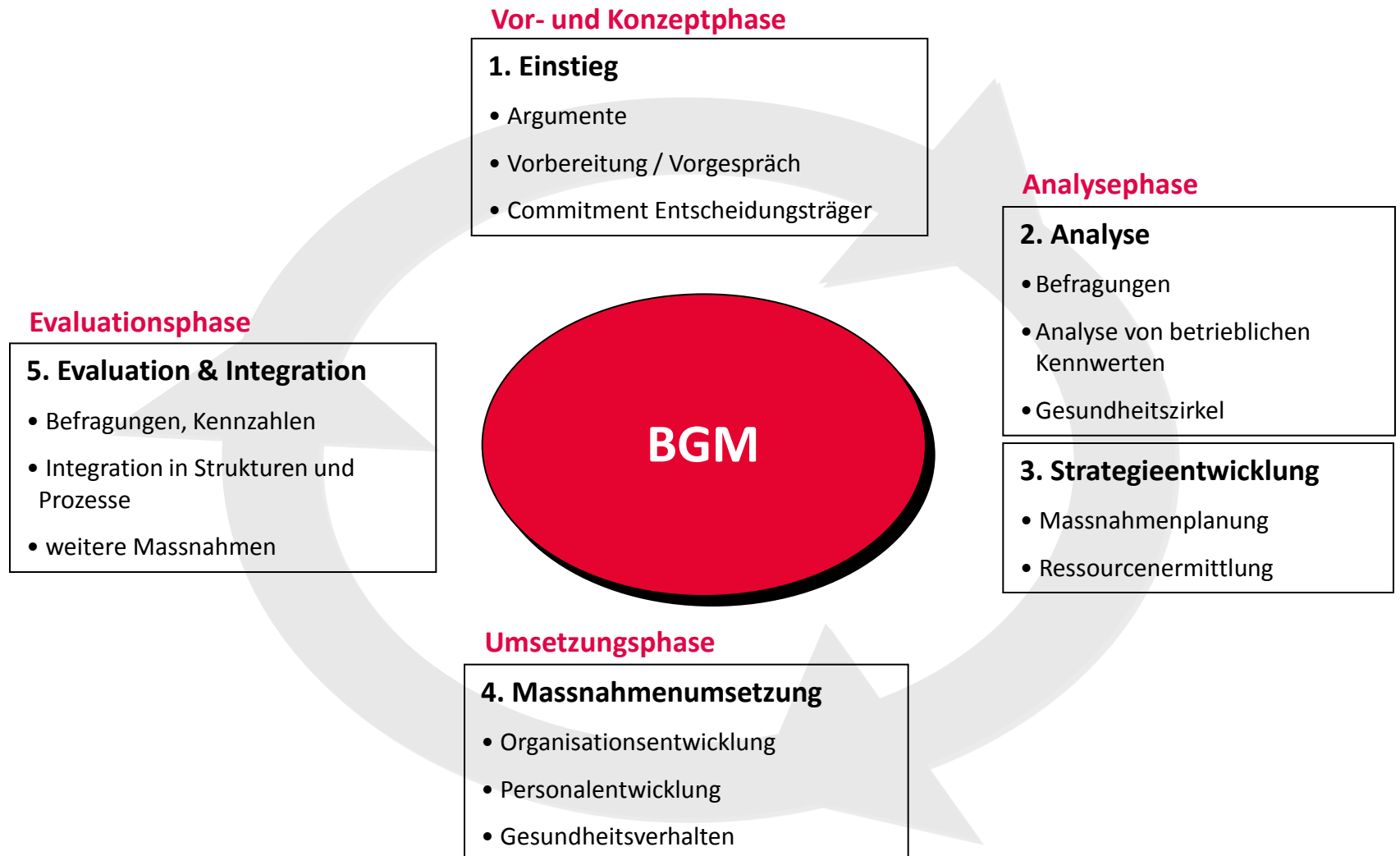


BGF: Einzelaktionen, "Apfeltag"



**BGM: Kultur- und Wertewandel,
Systematik**

Prozess Betriebliches Gesundheitsmanagement



Verhaltens- und Verhältnismassnahmen

Verhalten (kompetente Person)	Verhältnisse (gesunde Organisation)
<p>Kurse zu:</p> <ul style="list-style-type: none">• Bewegung,• Ernährung,• Stressprävention• Entspannung,• Tabak, Sucht• etc.	<ul style="list-style-type: none">• Einrichten von Ruheräumen• Anbieten von gesundem Essen• rauchfreie Gebäude• Einrichtung von ergonomischen Arbeitsplätzen
<p>Mitarbeitenden-Entwicklung:</p> <ul style="list-style-type: none">• berufliche Qualifikationen und Weiterbildung• Arbeitstechnik• Kommunikationskompetenz• Teamfähigkeit• Work-Life-Balance• etc.	<ul style="list-style-type: none">• Gestaltung der Arbeitsabläufe• Führungsausbildungen & Coaching• Schaffung von Handlungsspielräumen• Förderung der Teamarbeit• proaktive Kommunikation• Gefässe für Erfahrungsaustausch• Absenzenmanagement• etc.



Voraussetzungen für Erfolg von BGM

- › Commitment der Schulleitung
- › Leitung als Vorbild bezüglich Gesundheitsbewusstsein
- › Einen langen Atem
- › Integration ins Management-System: BGM ist Geschäftsalltag, regelmässige Beurteilung der Situation/Kennzahlen

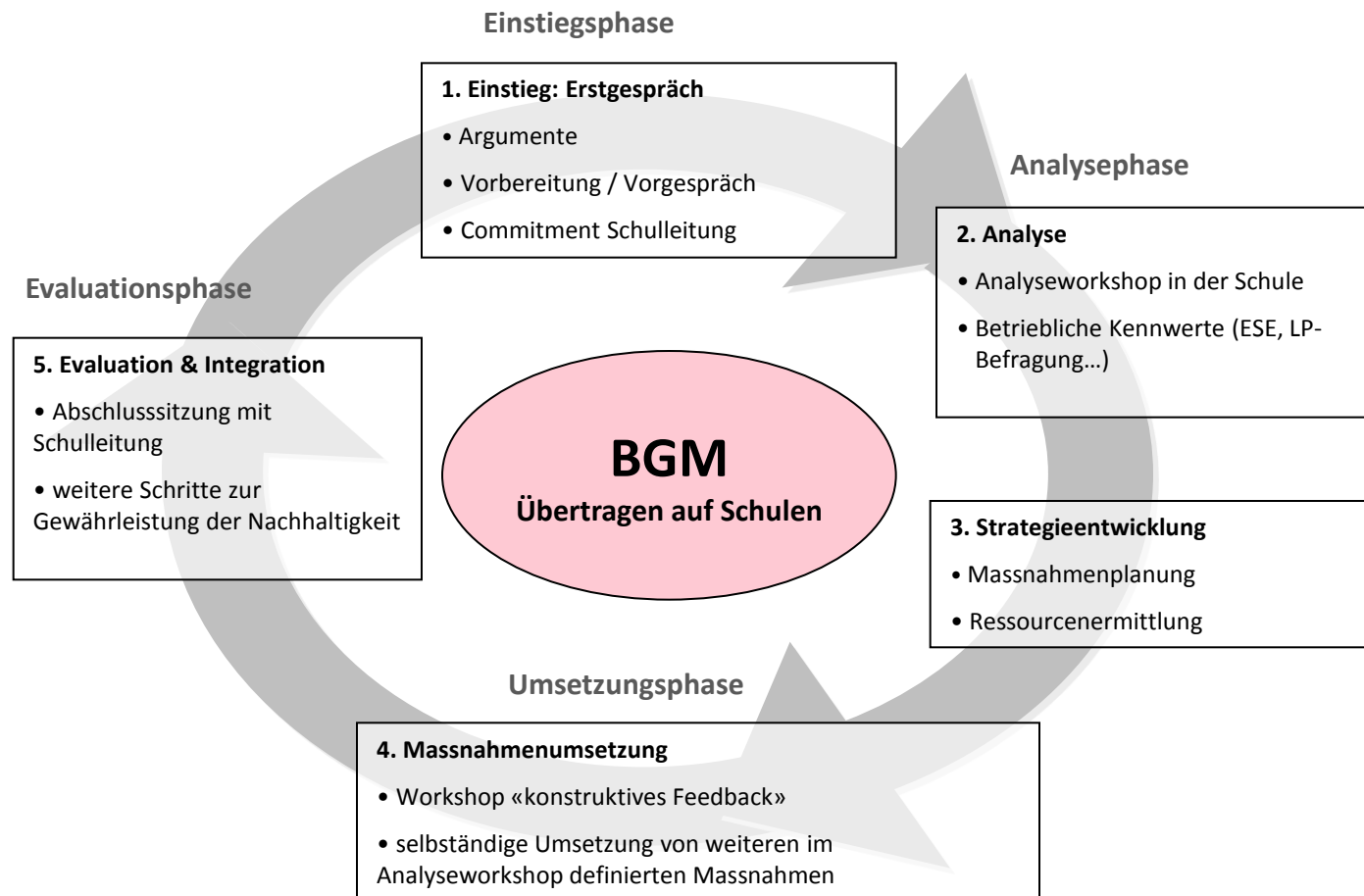


Ablauf

- › Argumente für BGM an Schulen
- › Was ist BGM
- › **Funktioniert BGM auch in der Schule?**
- › Vorgehen bei der Einführung von BGM
- › Instrumente & Unterstützung



Pilotprojekt BGM in Schulen am Beispiel von 2 Pilotschulen



Fazit des Pilotprojektes

- › Der **Prozess** der Beratung & Begleitung bei der Einführung von BGM der bei Firmen in der Privatwirtschaft funktioniert, lässt sich auf Schulen übertragen.
- › Jede Schule – genau wie Betriebe auch – ist als individuelles System zu betrachten und entsprechend können die **inhaltlichen Massnahmen** eines BGM nicht zu Beginn festgelegt werden, sondern ergeben sich im Prozess aus der Analyse der jeweiligen Belastungen und Ressourcen (Analysephase).

Ablauf

- › Argumente für BGM an Schulen
- › Was ist BGM
- › Funktioniert BGM auch in der Schule?
- › **Vorgehen bei der Einführung von BGM**
- › Instrumente & Unterstützung



Mögliches Vorgehen bei der Einführung von BGM an einer Schule

1. **Schulleitung ins Boot holen**
 - Abholen des Commitment
 - Strategische Ziele formulieren
 - Ressourcen thematisieren
2. **Steuergruppe bilden**
 - Auf repräsentative Zusammensetzung achten
3. **Kick-off Sitzung Steuergruppe**
 - Vorgehen Analysephase diskutieren & festlegen, Zuständigkeiten verteilen
 - Analysephase:
 - Bestehende Aktivitäten/Angebote zu Gesundheit (an der Schule) zusammentragen
 - Kennzahlen zusammentragen
 - Analyse der Ist-Situation: Sammeln von Belastungen & Ressourcen innerhalb Steuergruppe? Oder Workshop mit weiteren/allen Lehrpersonen? Weitere Funktionen? Oder Befragungstool einsetzen?
4. **Kommunikation zum Vorgehen & Vorhandene Aktivitäten/Angebote und Kennzahlen zusammentragen**
5. **(Allenfalls Workshop Belastungen & Ressourcen, mit/ohne externe Moderation)**
6. **1. jährliche Steuergruppen Sitzung**
 - Ableiten von Zielen & Massnahmen
 - Ressourcen klären & Zuständigkeiten für Massnahmenumsetzung & Kommunikation verteilen
7. **Umsetzung der Massnahmen**
8. **2. jährliche Steuergruppen Sitzung**
 - Evaluation der Massnahmen & Ausblick auf nächsten Zyklus
9. **Information der Schulleitung (falls nötig) & evtl. Kommunikation**

Kennzahlen in Schulen

Weiche Indikatoren

- › Belastungen, Ressourcen, Zufriedenheit & Gesundheit
- › Erfasst über
 - externe Schulevaluation
 - Mitarbeitendenbefragung/
Lehrpersonenbefragung
- › Beispiele
 - Zeitdruck, Überforderung
 - Teamklima/Zusammenarbeit
 - Arbeitszufriedenheit
 - Erschöpfung
 - Psychosomatische Beschwerden

Harte Indikatoren

- › Absenzen, unterteilt in kurzzeit und langzeit
 - Krankheit
 - Unfall (BU & NBU)
- › Fluktuation
- › Überstunden

Aufgaben einer Steuergruppe

- › Definition von operativen BGM-Zielen
- › Sicherstellung der Passung zwischen BGM-Zielen und Schulstrategie
- › Ableitung und Planung von BGM-Massnahmen
- › Klärung von Verantwortlichkeiten und Zuständigkeiten
- › Sicherstellung Information und Kommunikation
- › Massnahmenevaluation
- › Förderung der Integration von BGM in Strukturen und Prozesse

Ablauf

- › Argumente für BGM an Schulen
- › Was ist BGM
- › Funktioniert BGM auch in der Schule?
- › Vorgehen bei der Einführung von BGM
- › **Instrumente & Unterstützung**



Instrumente & Unterstützung

Instrumente

- › Orientierungsraster «Gesundheitsförderung in der Schule»
- › «Schule handelt» Angebot von Gesundheitsförderung Schweiz & Radix
- › Leitfaden Jahreszyklus Gesundheitsförderung in Schulen

Unterstützung

- › ifa Institut für Arbeitsmedizin
- › «gesund & zwäg i de Schuel»
- › Forum BGM Aargau
- › Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention, FHNW
- › Radix



Besten Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Institut für Arbeitsmedizin – Folgt uns auf LinkedIn für News rund ums Thema betriebliche Gesundheit: www.linkedin.com/company/arbeitsmedizin-ifa/

Linked in

www.arbeitsmedizin.ch

**unterstützt Schulen auf dem Weg zu einer
gesundheitsförderlichen Schule**
zum Beispiel mit dem
**Kantonalen Netzwerk Gesundheitsfördernder
Schulen Aargau**



n|w Fachhochschule Nordwestschweiz
Pädagogische Hochschule

KANTON AARGAU

gesund
und
zwäg
i de schuel

Gesundheitsförderung in der Schule

Orientierungsraster für die Schulentwicklung und Schulevaluation
an den Volksschulen des Kantons Aargau

Oktober 2017

8. Gesamtnetzwerktreffen



**Ein gesunder Unterricht für Kinder und Lehrpersonen – wie schaffen wir das?
Mittwoch, 30. Mai 2018, 13:30–17:00 Uhr, Schule Neuenhof**