

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|------------|
| Unser Einstieg | 3 |
| 1 BGF-Gerüst: Eckpfeiler der BGF | 11 |
| 1.1 Unser Verständnis von BGF | 11 |
| 1.2 Entwicklungen und Trends in der BGF | 27 |
| 1.3 Im Spannungsfeld zwischen Gesetz und betrieblicher Realität | 49 |
| 1.4 BGF im Dialog: „Wohin geht der Weg?“ | 67 |
| 2 Maxime: Risiken bestimmen + Ressourcen fördern | 73 |
| 2.1 Ordnung im Begriffschaos schaffen | 75 |
| 2.2 Risikofaktoren im Betriebsalltag bestimmen | 83 |
| 2.3 Präventionsressourcen sichten und ausbauen | 92 |
| 2.4 BGF im Dialog: „Brauchen wir Mitarbeiterbefragungen?“ | 98 |
| 3 Präventionsauftrag: Auf die Richtung kommt es an! | 103 |
| 3.1 Verhaltens- und Verhältnisprävention | 104 |
| 3.2 Alle Werkzeuge sind sortiert: Die Toolbox BGF | 109 |
| 3.3 Werkzeuge für die Psyche: Stress, Konflikte ... | 112 |
| 3.4 Werkzeuge für den Körper: Bewegung und Ernährung | 121 |
| 3.5 Werkzeuge für das Wissen: Gesundheitskommunikation | 130 |
| 3.6 Werkzeuge für die Motivation: Empowerment | 133 |
| 3.7 Werkzeuge für das Verhalten: Umgang mit Risiken | 137 |
| 3.8 BGF im Dialog: „Welche Bedeutung hat Gesundheitskultur?“ | 146 |
| 4 Gesundheitscontrolling: Steuerung und Qualitätssicherung | 157 |
| 4.1 Erfolgskriterien und Prüfpunkte | 157 |
| 4.2 Gesundheitsmonitoring und Risikomanagement | 172 |
| 4.3 Baustein 1: Kennzahlen | 183 |
| 4.4 Baustein 2: Wirtschaftlichkeitsmessung | 211 |
| 4.5 Baustein 3: Konzept der Gesundheitsscores | 228 |
| 4.6 BGF im Dialog: „Ist Evaluation nötig?“ | 252 |

| | |
|---|------------|
| 5 Herausforderungen: Aktuelle Problemstellungen | 259 |
| 5.1 Alternsgerechtes Arbeiten: Demografiemanagement | 260 |
| 5.2 Gelassen bleiben: Stressmanagement | 269 |
| 6 Am Ziel: Der gesunde Mensch | 287 |
| 6.1 Eigenverantwortung: Unsere Leitsätze | 288 |
| 6.2 BGF im Dialog: „Warum ist Selbstbestimmung so wichtig?“ | 294 |
| Ein paar Worte zum Schluss | 301 |
| Verzeichnisse | 303 |