

# Inhaltsverzeichnis

- 1 Effekte der Digitalisierung auf das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) . . . . . 1**  
Linda Kaiser und David Matusiewicz

## Teil I Theoretische Grundlagen

- 2 Einfluss globaler Megatrends auf das digitale Betriebliche Gesundheitsmanagement . . . . . 37**  
Steffi Burkhart und Felix Hanser
- 3 Digitales BGM für die Arbeitswelt 4.0 . . . . . 57**  
Oliver Hasselmann
- 4 Digitale Lösungen für die Betriebliche Gesundheitsförderung – ein Überblick . . . . . 73**  
Utz Niklas Walter und Filip Mess
- 5 Der Einsatz digitaler Lösungen zum Erreichen und zur Motivation von Beschäftigten in einem BGM . . . . . 83**  
Oliver Walle
- 6 Gesunde Führung – der Erfolgsfaktor für ein Betriebliches Gesundheitsmanagement in einer digitalisierten Arbeitswelt . . . . . 99**  
Bernd Siegemund
- 7 Individualität – die Zukunft des Betrieblichen Gesundheitsmanagements 107**  
Vera Fathi und Benjamin Fathi
- 8 E-Health als zentrale Komponente des digitalen Betrieblichen Gesundheitsmanagements – psychologische Ansätze, Erkenntnisse und Evaluationsmethoden . . . . . 119**  
Sonia Lippke

<b>9</b>	<b>Anwendungen von Smartwatches und Wearables im Betrieblichen Gesundheitsmanagement</b> . . . . .	137
	Klemens Waldhör	
<b>10</b>	<b>Theorie trifft Praxis – Status quo im „verrückten“ (digitalen) BGM-Markt</b> . . . . .	159
	Stefanie André	
<b>11</b>	<b>Digitales BGM-Controlling 2.0: online, mobil und intelligent</b> . . . . .	171
	Arnd Schaff	

## **Teil II Anwendungsmöglichkeiten und Konzepte**

<b>12</b>	<b>Gesundheitsberichterstattung der Krankenkassen oder individuelle technische Gesundheitsanalysen als Basis für Maßnahmen in BGM und BGF</b> . . . . .	189
	Jens Meischer	
<b>13</b>	<b>Schlaf als strategische Ressource – messen, verstehen, verändern</b> . . . . .	199
	Esther Ebner	
<b>14</b>	<b>Digitales Gesundheitsmanagement bei Auszubildenden</b> . . . . .	213
	Manfred Betz, Ulrich Koehler und Keywan Sohrabi	
<b>15</b>	<b>Unmittelbar, jederzeit und standortübergreifend: Ganzheitlich erholte Mitarbeiter dank digitaler Lösungen</b> . . . . .	227
	Antje Flechsig, Lena Wittneben, Katrin Wulff und Sina Morcinek	
<b>16</b>	<b>Spielerisch Verhalten ändern</b> . . . . .	235
	Isabella Pfaff und Andreas Lenge	
<b>17</b>	<b>Digital gestützte Gesundheitsförderung – Lebensrhythmus in der Arrhythmie der Schichtarbeit</b> . . . . .	243
	Andreas Koller	
<b>18</b>	<b>Führungsaufgaben und Führungsherausforderungen im digitalen BGM</b> .	253
	Benjamin Loosen	
<b>19</b>	<b>go4health digitales BGM</b> . . . . .	263
	Karoline Simonitsch, Wolf Goja und Claudia Cech	
<b>20</b>	<b>Spielen als geeignete Form der Gesundheitsförderung und Prävention?!</b> .	275
	Kevin Dadaczynski und Stephan Schiemann	

- 21 Digitales BGM in dezentralen Strukturen – Herausforderungen und Lösungsansätze am Beispiel der START NRW GmbH . . . . . 289**  
Yasmina Dötschel
- 22 Auf dem Weg zum BGM 4.0: Verknüpfung der analogen und digitalen Welt – Chancen und Grenzen für das Betriebliche Gesundheitsmanagement . . 301**  
Andrea Baxheinrich und Oliver-Timo Henssler
- 23 Changers CO2 fit – BGM und der Klimawandel . . . . . 313**  
Markus Schulz und Daniela Schiffer

**Teil III Praxiserfahrungen**

- 24 Die Digitalisierung macht's möglich: Personal-Trainer für alle Mitarbeiter 325**  
Johannes Heering
- 25 Digitale Selbstlernprogramme im Rahmen des BGMs . . . . . 335**  
Lars Schirmmacher und Manfred Betz
- 26 Entspannungs-Apps im BGM – Einsatzmöglichkeiten und Implementierung . . . . . 347**  
Andreas Nagel, Niko Kohls und Dennis John
- 27 Resilienz-Training in einem internationalen Unternehmen für Informations- und Kommunikationstechnologie . . . . . 359**  
Klaus Juffernbruch
- 28 Anforderungen an ein digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement für Existenzgründer . . . . . 369**  
Antje Ducki, Leif Boß, Dörte Behrendt und Monique Janneck
- 29 Digitalisierung im Gesundheitssektor und betriebliches Gesundheitsmanagement . . . . . 387**  
Manfred Knye und David Matusiewicz
- 30 Einbindung der dBGF in das Employer Branding . . . . . 397**  
Christopher Neller
- 31 Zielgruppen im Digitalen Betrieblichen Gesundheitsmanagement: „Best Practice“-Beispiele . . . . . 413**  
Pia Braun und Volker Nürnberg
- 32 Praxisbericht Digitalisierung und BGM – die Erfolgsfaktoren . . . . . 427**  
Thomas Schneberger

- 33 Nutzen der Daten einer Online-Ernährungsanalyse für eine SWOT-Analyse zur Gesundheit von Mitarbeitern . . . . . 431**  
Gabi Vallenthin
- 34 „Lässt sich die Stressresilienz im betrieblichen Setting durch einen virtuellen Coach gewinnen und sogar erhöhen?“ . . . . . 447**  
Zrinka K. Fidermuc Maler
- 35 Einsatz eines eWorkshop-Programms zur Unterstützung des Demografie-Interventionsprojekts „Generation M“ bei der RheinEnergie AG . . . . . 463**  
Elmar Trunz-Carlisi und Tanja Stenglein
- 36 E-Mental Health im Betrieblichem Gesundheitsmanagement – das Potenzial von Online-Gesundheitstrainings am Beispiel von GET.ON Stress . . . . . 475**  
Stephanie Nobis, Elena Heber und Dirk Lehr
- 37 BGM 4.0 des TÜV Rheinland unter der E-Health-Lupe . . . . . 491**  
Claudia Kardys und Dominique Bialasinski
- 38 Der TK-GesundheitsCoach: Ein digitaler, multifaktorieller Ansatz zur Begleitung und Unterstützung für das persönliche Gesundheitsverhalten . 501**  
Nicole Knaack, Philipp Blieske und Boris Gauss
- 39 „Die Chemieformel“ – Das integrierte betriebliche Demografie- und Gesundheitsmanagement in der chemischen Industrie in Norddeutschland . . . . . 509**  
Astrid Rimbach

**Teil IV Wissenschaftliche Studien und Evaluationen**

- 40 Potenzial und Ansätze für ein betriebliches Gesundheitsmanagement – eine gesundheitsökonomische Perspektive . . . . . 523**  
Petra Thienel und Günter Neubauer
- 41 Die Digital Health Studie 2015 des Gesundheitswissenschaftlichen Instituts Nordost (GeWINO) der AOK Nordost zur Akzeptanz elektronischer Trainingsunterstützung . . . . . 535**  
Julia Neuwirth, Anne Wachholz, Sven-David Müller und Thomas P. Zahn
- 42 BGM im digitalen Zeitalter – Herausforderungen und Möglichkeiten . . . 553**  
Mustapha Sayed und Sebastian Kubalski

<b>43</b>	<b>So nutzen Sie die Chancen der Digitalisierung für Ihr Betriebliches Eingliederungsmanagement</b> . . . . .	<b>575</b>
	Frank Schlinkheider	

**Teil V Diskussion und Fazit**

<b>44</b>	<b>Beschäftigtenorientiertes BGM auf dem Weg zur Arbeit 4.0. Motivationen und Hemmnisse in der digitalisierten Arbeitswelt</b> . . . . .	<b>593</b>
	Annett Schulze und Thorsten Schäfer	
<b>45</b>	<b>Persönliche vs. digitale Gesundheitsberatung</b> . . . . .	<b>619</b>
	Thomas Kirchner, Ralf Mackrodt und Sergio Serralta Velasco	
<b>46</b>	<b>Möglichkeiten und Grenzen im digitalen BGM aus Unternehmenssicht</b> . .	<b>631</b>
	Nina M. Junker und Antonia J. Kaluza	