

# Inhaltsverzeichnis

<b>Unser Einstieg</b>	<b>5</b>
<b>1 Die Ausgangslage: Empirische Herleitung</b>	<b>13</b>
1.1 Gesundheitsstatus und Risiken	14
1.2 Standortbestimmung in Unternehmen	21
<b>2 BGF-Gerüst: Eckpfeiler der BGF</b>	<b>29</b>
2.1 Unser Verständnis von BGF	29
2.2 Entwicklungen und Trends in der BGF	46
2.3 Im Spannungsfeld zwischen Gesetz und betrieblicher Realität	68
2.4 BGF im Dialog: „Wohin geht der Weg?“	88
<b>3 Maxime: Risiken bestimmen + Ressourcen fördern</b>	<b>93</b>
3.1 Ordnung im Begriffschaos schaffen	95
3.2 Risikofaktoren im Betriebsalltag bestimmen	103
3.3 Präventionsressourcen sichten und ausbauen	112
3.4 BGF im Dialog: „Brauchen wir Mitarbeiterbefragungen?“	119
<b>4 Präventionsauftrag: Auf die Richtung kommt es an!</b>	<b>123</b>
4.1 Verhaltens- und Verhältnisprävention	124
4.2 Alle Werkzeuge sind sortiert: Die Toolbox BGF	130
4.3 Werkzeuge für die Psyche: Stress, Konflikte ...	133
4.4 Werkzeuge für den Körper: Bewegung und Ernährung	143
4.5 Werkzeuge für das Wissen: Gesundheitskommunikation	152
4.6 Werkzeuge für die Motivation: Empowerment	155
4.7 Werkzeuge für das Verhalten: Umgang mit Risiken	160
4.8 BGF im Dialog: „Welche Bedeutung hat Gesundheitskultur?“	169
<b>5 Gesundheitscontrolling: Steuerung und Qualitätssicherung</b>	<b>179</b>
5.1 Erfolgskriterien und Prüfpunkte	180
5.2 Gesundheitsmonitoring und Risikomanagement	197
5.3 Baustein 1: Kennzahlen	210
5.4 Baustein 2: Wirtschaftlichkeitsmessung	239

5.5 Baustein 3: Konzept der Gesundheitsscores	257
5.6 BGF im Dialog: „Ist Evaluation nötig?“	286
<b>6 Herausforderungen: Aktuelle Problemstellungen</b>	<b>295</b>
6.1 Alternsgerechtes Arbeiten: Demografiemanagement	297
6.2 Gelassen bleiben: Stressmanagement	308
<b>7 Am Ziel: Der gesunde Mensch</b>	<b>329</b>
7.1 Eigenverantwortung: Unsere Leitsätze	330
7.2 BGF im Dialog: „Warum ist Selbstbestimmung so wichtig?“	336
<b>Ein paar Worte zum Schluss</b>	<b>343</b>
<b>Verzeichnisse</b>	<b>345</b>