

# Inhaltsverzeichnis

<b>Unser Einstieg</b>	<b>5</b>
<b>1 Die Ausgangslage: Empirische Herleitung</b>	<b>15</b>
1.1 Gesundheitsstatus und Risiken	16
1.2 Standortbestimmung in Unternehmen	25
<b>2 BGM-Gerüst: Eckpfeiler der BGM</b>	<b>35</b>
2.1 Der Klarheit geschuldet	35
2.2 Unser Verständnis von BGM	40
2.3 Entwicklungen und Trends im BGM	57
2.4 Im Spannungsfeld zwischen Gesetz und betrieblicher Realität	78
2.5 BGM im Dialog: „Wohin geht die Reise?“	100
<b>3 Maxime: Risiken bestimmen + Ressourcen fördern</b>	<b>105</b>
3.1 Ordnung im Begriffschaos schaffen	107
3.2 Risikofaktoren im Betriebsalltag bestimmen	117
3.3 Präventionsressourcen sichten und ausbauen	129
3.4 BGM im Dialog: „Ein Fragebogen erobert die Welt.“	136
<b>4 Präventionsauftrag: Auf die Richtung kommt es an!</b>	<b>147</b>
4.1 Verhaltens- und Verhältnisprävention	148
4.2 Alle Werkzeuge sind sortiert: Die Toolbox BGM	154
4.3 Werkzeuge für die Psyche: Stress, Konflikte ...	157
4.4 Werkzeuge für den Körper: Bewegung und Ernährung	169
4.5 Werkzeuge für das Wissen: Gesundheitskommunikation	181
4.6 Werkzeuge für die Motivation: Empowerment	184
4.7 Werkzeuge für das Verhalten: Umgang mit Risiken	188
4.8 BGM im Dialog: „Kommunikation, Führung und Kultur“	198

<b>5 Gesundheitscontrolling: Steuerung und Qualitätssicherung</b>	<b>215</b>
5.1 Erfolgskriterien und Prüfpunkte	216
5.2 Gesundheitsmonitoring und Risikomanagement	234
5.3 Baustein 1: Kennzahlen	248
5.4 Baustein 2: Wirtschaftlichkeitsmessung	282
5.5 Baustein 3: Gefährdungsbeurteilung psychischer Faktoren	301
5.6 Baustein 4: Konzept der Gesundheitsscores	314
5.7 BGM im Dialog: „Erfolg beim Nachweis“	344
<b>6 Herausforderungen: Aktuelle Problemstellungen</b>	<b>359</b>
6.1 Alternsgerechtes Arbeiten: Demografiemanagement	361
6.2 Gelassen bleiben: Stressmanagement	373
6.3 Qualifiziert sein: Gesundheitsbildung im Wandel	393
6.4 BGM im Dialog: „Neue Wege gehen“	404
<b>7 Am Ziel: Der gesunde Mensch in einer gesunden Arbeitswelt</b>	<b>411</b>
7.1 Unsere Kernaussagen zum BGM	411
7.2 Verantwortung tragen: Unsere Leitsätze	412
7.3 BGM im Dialog: „Warum ist Selbstbestimmung so wichtig?“	418
<b>Ein paar Worte zum Schluss</b>	<b>425</b>
<b>Verzeichnisse</b>	<b>429</b>