

# Inhaltsverzeichnis

<b>Teil I Einführung</b> .....	<b>1</b>
<b>Gesundheitsförderung bei der Arbeit – Wo stehen wir und wohin soll die Reise gehen?</b> .....	<b>3</b>
Alexandra Michel und Annekatrin Hoppe	
<b>Teil II Personenbezogene Interventionen</b> .....	<b>9</b>
<b>Stress- und Zeitmanagement Interventionen</b> .....	<b>11</b>
Eva Bamberg und Grit Tanner	
<b>Interventionen zur Förderung von Erholung, Entspannung und Achtsamkeit</b> .....	<b>25</b>
Verena C. Haun und Annika Nübold	
<b>Positive Interventionen im Arbeitskontext: Positives Denken, positive kognitive Umbewertung, Genießen und Dankbarkeit</b> ....	<b>43</b>
Annekatrin Hoppe und Alexandra Michel	
<b>Boundary Management Interventionen zur Förderung der Life-Balance</b> .....	<b>57</b>
Simone Brandstädter und Nadine Seiferling	
<b>Interventionen zur Förderung von Selbstwirksamkeit, Selbstregulation und Emotionsregulation</b> .....	<b>71</b>
Sarah Elena Althammer und Alexandra Michel	
<b>Interventionen zur Förderung von Resilienz im Arbeitskontext</b> .....	<b>85</b>
Roman Soucek, Christian Schlett und Nina Pauls	
<b>Ansätze zur Förderung gesunder Ernährung und Bewegung</b> ....	<b>101</b>
Sonia Lippke und Elise-Marie Dilger	
<b>Gestaltung von Interventionen für ältere Beschäftigte und Gestaltung des Übergangs in den Ruhestand</b> .....	<b>121</b>
Nadine Seiferling und Alexandra Michel	

<b>Interventionen zur beruflichen Wiedereingliederung und Erhaltung der Arbeitsfähigkeit: Betriebliche Angebote und Rehabilitationsbehandlung</b> .....	135
Beate Muschalla und Eva Rothermund	

### **Teil III Bedingungsbezogene Interventionen** ..... 147

<b>Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung im Arbeitskontext und nachfolgende Maßnahmen</b> .....	149
Karlheinz Sonntag und Elisa Feldmann	

<b>Job Crafting</b> .....	165
Jan Dettmers und Ekaterina Uglanova	

<b>Replace „I“ with „we“ and „illness“ becomes „wellness“ – Wie gemeinsame soziale Identität das Wohlbefinden steigern kann</b> .....	181
Antonia J. Kaluza, Nina M. Junker und Rolf van Dick	

<b>Coaching und Teamentwicklung</b> .....	195
Simone Kauffeld, Nora Gosch und Eva-Maria Schulte	

<b>Gesundheitsförderliche Führungskompetenz entwickeln</b> .....	213
Annika Krick, Ines Wunderlich und Jörg Felfe	

<b>Gesundheitsförderliche Gestaltung von Arbeitsaufgaben und Arbeitssystemen</b> .....	233
Antje Ducki und Wolfgang Kötter	

<b>Gestaltung physischer Umgebungsfaktoren und Ergonomie</b> .....	251
Monique Janneck und Anna Steidle	

<b>Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit</b> .....	267
Marlen Cosmar und Hans-Martin Prüße	

<b>Arbeitszeitgestaltung</b> .....	285
Anne Marit Wöhrmann, Corinna Brauner und Alexandra Michel	

<b>Gesundheitsförderliche Gestaltung organisationaler Veränderungen</b> .....	301
Ralf Stegmaier	

### **Teil IV Design von Interventionen und Evaluationsmethodik** ..... 315

<b>Betriebliches Gesundheitsmanagement</b> .....	317
Simone Kauffeld, Antje Müller und Eva-Maria Schulte	

<b>Förderliche Bedingungen und Faktoren für die Implementierung betrieblicher Interventionen und deren Nachhaltigkeit</b> .....	335
Ulrike Rösler	

<b>Digitale Interventionen in der betrieblichen Gesundheitsförderung</b>	351
Annekatriin Hoppe, Malte Roswag und Dirk Lehr	
<b>Interventionsdesign, Evaluationsverfahren und Wirksamkeit von Interventionen</b>	371
Dorota Reis und Laurenz L. Meier	
<b>Stichwortverzeichnis</b>	383