

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	5
1 ARBEIT UND GESUNDHEIT	7
1.1 Begriffe zur Arbeit	8
1.1.1 Begriff und Formen der Arbeit.....	9
1.1.2 Begriff <i>Gute Arbeit</i>	11
1.1.3 Begriff <i>Humane Arbeit</i>	14
1.1.4 Begriff <i>Gesunde Arbeit</i>	16
1.1.5 Begriff (Arbeits-)Leistung.....	18
1.2 Theorien und Konzepte zur Arbeit	20
1.2.1 Arbeit, Technik und Organisation – Arbeitssysteme als soziotechnische Systeme	20
1.2.2 Arbeit als Tätigkeit und Handlung	22
1.2.3 Arbeits- und Gesundheitsschutz.....	26
1.3 Arbeit und psychische Belastungen.	30
2 BELASTUNG, BEANSPRUCHUNG UND GESUNDHEIT	35
2.1 Belastungs-Beanspruchungs-Ressourcen-Konzept	36
2.2 Positive Beanspruchungsreaktionen und -folgen.....	39
2.2.1 Emotionen	41
2.2.2 „Flow“-Erleben	45
2.3 Negative Beanspruchungsreaktionen und -folgen	49
2.3.1 Psychische Ermüdung und Monotonie.....	50
2.3.2 Stress, Angst und psychische Sättigung.....	52
2.3.3 Burnout.....	55
2.4 Ressourcen der Gesundheit in der Arbeit..	60
2.4.1 Organisationale und soziale Ressourcen	62
2.4.2 Arbeitsressourcen	66
2.4.3 Humanressourcen.....	68

3	GESTALTUNG VON GESUNDER ARBEIT	77
3.1	Arbeitsanalyse, -bewertung und -gestaltung	78
3.2	Arbeitsgestaltung	82
3.2.1	Formen der Arbeitsgestaltung	82
3.2.2	Strategien der Arbeitsgestaltung	85
3.2.3	Arbeitsgestaltung und Gesundheitsmanagement – Rahmenkonzept.	87
3.3	Arbeitsaufgaben	90
3.3.1	Motivationspotenzial von Arbeitsaufgaben	90
3.3.2	Belastungspotenzial von Arbeitsaufgaben	92
3.4	Arbeitsplätze	95
3.4.1	Büroarbeitsplatz	95
3.4.2	Computerarbeitsplatz	103
3.4.3	Telearbeit	113
3.4.4	Call Center	117
3.5	Arbeitsumgebung	122
3.5.1	Lärm	123
3.5.2	Klima	127
3.5.3	Licht und Beleuchtung	133
3.5.4	Farben	137
3.6	Arbeitsorganisation	142
3.6.1	Arbeitsbereicherung, -erweiterung und -wechsel	142
3.6.2	Gruppenarbeit	145
3.6.3	Arbeitszeit	153
3.6.4	Arbeit und Erholung	169
3.7	Arbeitsmittel	181
3.7.1	Arten von Arbeitsmitteln	181
3.7.2	Gestaltung von Arbeitsmitteln	184
3.7.3	Informations- und Kommunikationssysteme	189

4 FÜHRUNG UND ORGANISATION VON GESUNDER ARBEIT .	207
4.1 Führung und Gesundheit.....	208
4.1.1 Führungsaufgaben im Gesundheitsmanagement.....	210
4.1.2 Führungsgrundsätze im Gesundheitsmanagement	214
4.1.3 Aufgaben der Führungskraft	216
4.2 Prävention und Gesundheitsförderung	219
4.2.1 Prävention	219
4.2.2 Gesundheitsförderung	222
4.3 Maßnahmen und Instrumente des betrieblichen	
Gesundheitsmanagements.....	224
4.3.1 Steuerkreis.....	224
4.3.2 Leitbild.....	227
4.3.3 Gesundheitsbericht.....	230
4.3.4 Mitarbeiterbefragung.....	231
4.3.5 Fehlzeitenmanagement.....	235
4.3.6 Stress-, Emotions- und Verhaltensmanagement.....	254
4.3.7 Gesundheitszirkel.....	266
4.3.8 Gesundheitscoaching.....	273
4.3.9 Psychologische Beratung und Fortbildung – Psychische Störungen	276
4.3.10 Suchtaufklärung und -beratung	286
4.3.11 Konfliktmanagement, Mediation und Mobbing-Beratung.....	290
4.3.12 Supervision.....	295
5 GESUNDE ARBEIT FÜR „ANDERE“ MITARBEITER.....	297
5.1 Leistungsgewandelte Mitarbeiter.....	299
5.2 Managementkonzepte	302
5.3 Modelle zur betrieblichen Integration	304
5.4 „Work2Work“ – ein innovatives Arbeits- und Personalprojekt.....	309
5.4.1 Organisation	309
5.4.2 Personalentwicklung	311
5.4.3 Personalpflege	312
5.4.4 Arbeitsgestaltung.....	313
5.4.5 Aufgaben des betrieblichen Gesundheitswesens.....	315
5.5 Fazit und Ausblick.....	318
Literaturverzeichnis	321
Stichwortregister	339
Zum Autor.....	344