

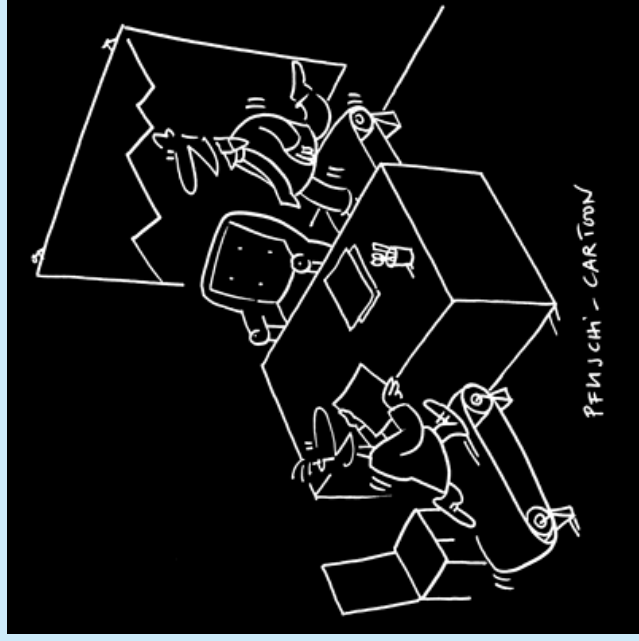
# Unverzichtbar: Erfahrene Kollegen



Präventionsprogramme-

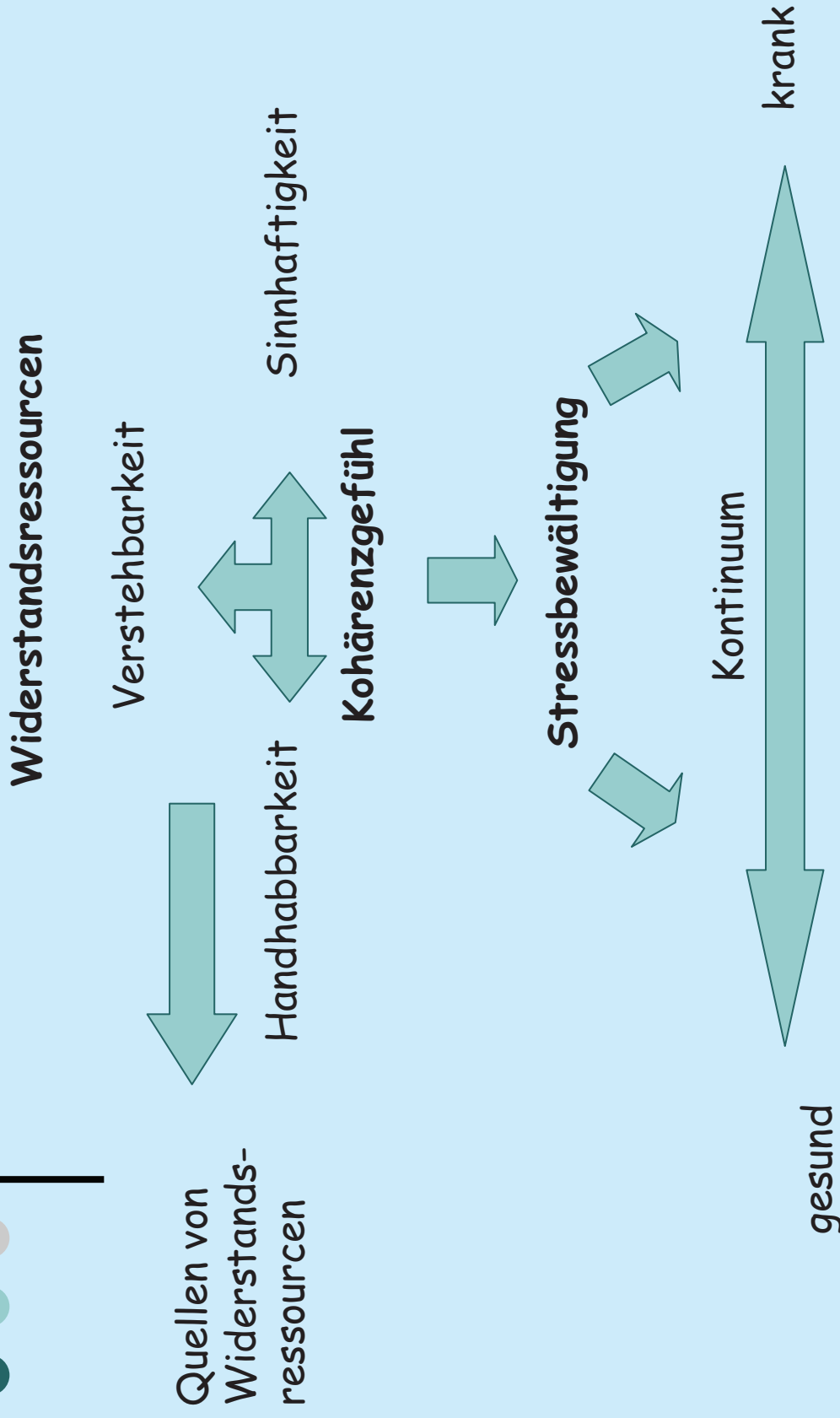
Ein Modell zur  
Gesunderhaltung

Claudia Staudinger  
Dipl. Pflegepädagogin (FH)





# Antonovskys Modell der Salutogenese

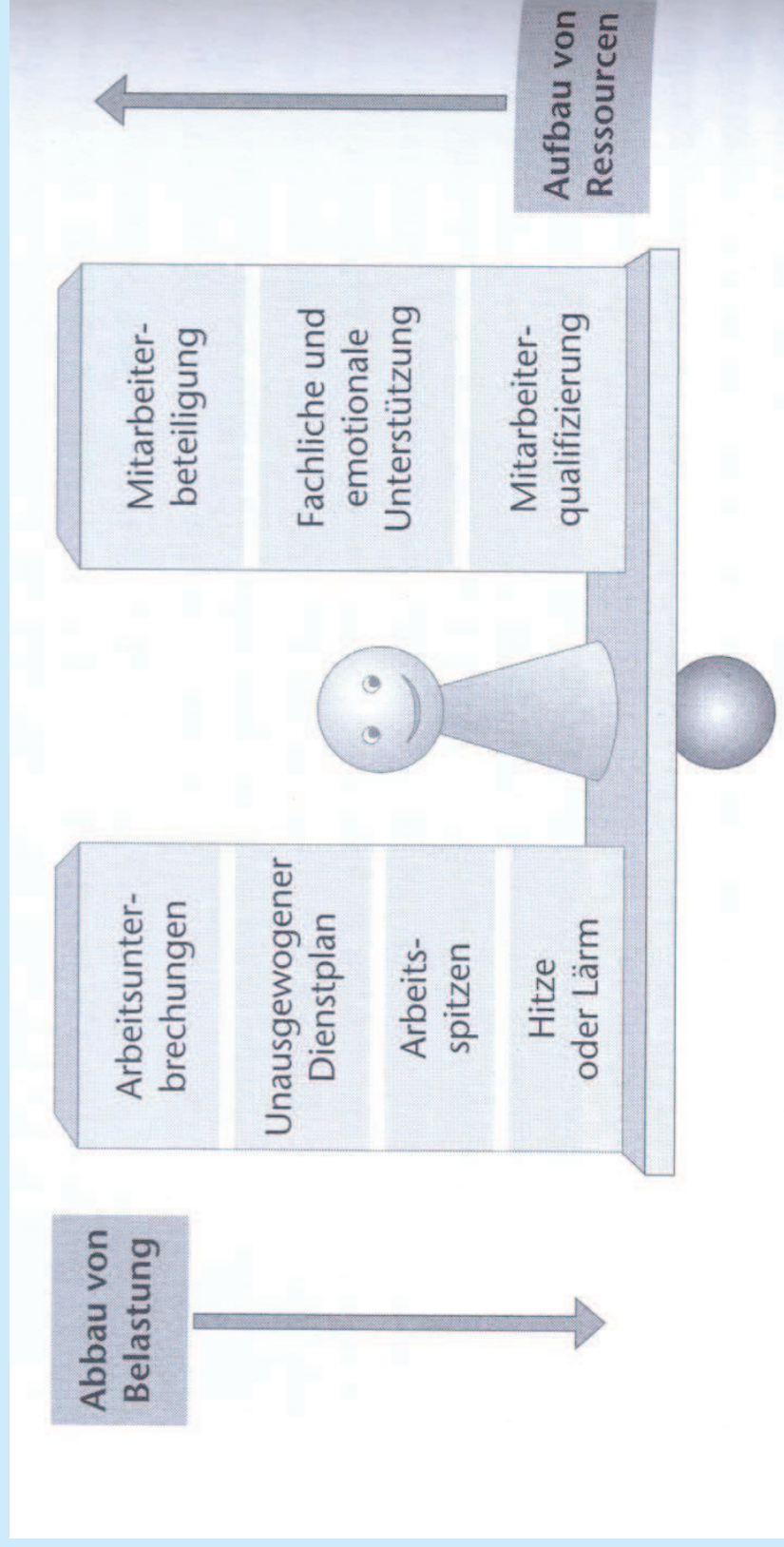


24. März 2010

Claudia Staudinger - Dipl. Pflegepädagogin (FH)  
Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg

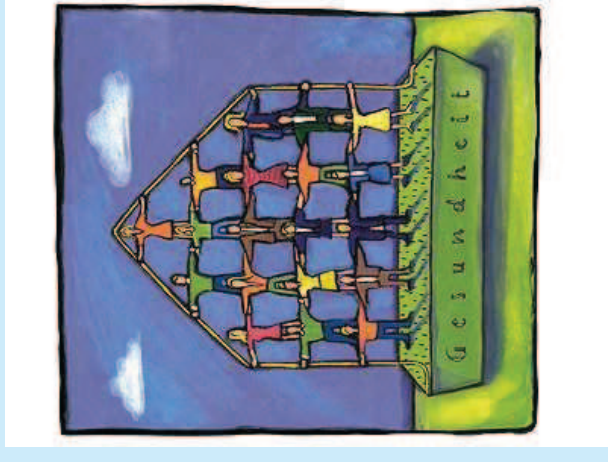


# Einflussmöglichkeiten zur Stressreduktion am Arbeitsplatz



# Merkmale des Gesundheitszirkels

- Im Mittelpunkt steht das "Experten"wissen der Beschäftigten um gesundheitlich beeinträchtigende Anforderungen an ihren Arbeitsplätzen.
- Es werden Vorschläge zur gesundheitsgerechten Arbeitsgestaltung erarbeitet.
- Eine Kleingruppe (max. 10 Personen) trifft sich regelmäßig über einen begrenzten Zeitraum.
- Für die Leitung sollte eine geschulter Moderator einbezogen werden.





# Ziele des Gesundheitszirkels

- Reduzierung von Fehlzeiten
- Reduzierung von verhaltensbedingten Arbeitsunfällen
- Verbesserung der Arbeits-/Produktqualität
- Verbesserung der Aufbau/Ablauforganisation
- Verbesserung der Kommunikation und Kooperation



# Ablauf eines Gesundheitszirkels

**Dauer:** Insgesamt nicht länger als ein halbes Jahr

- Problemanalyse gesundheitlicher Beschwerden am Arbeitsplatz  
→ Die Teilnehmer tragen gemeinsam ihre Erfahrungen mit Belastungsfaktoren (ohne Tabus) zusammen (ca. 3-4 Sitzungen á 1-2 Stunden)
- 2. Bearbeitungsphase  
→ technische, ergonomische, organisatorische und personenbezogene Lösungsvorschläge werden erarbeitet (ca. 7-8 Sitzungen á 1-2 Stunden)

## Beispiel für eine Gesundheitszirkel:

Vogt, Ulla: Gesundheitszirkel in Krankenhäusern, Forschung an der Universität Bielefeld 18/1998,

Auflistung von Problembereichen, die die Teilnehmer des Gesundheitszirkels als wichtig bezeichnet haben, samt ihrer Gewichtung. Visualisierungen von Prozessen und Diskussionsergebnissen mit Hilfe von Plakaten und Wandzetteln gehören wesentlich zu der hier angewandten Moderationsmethode.



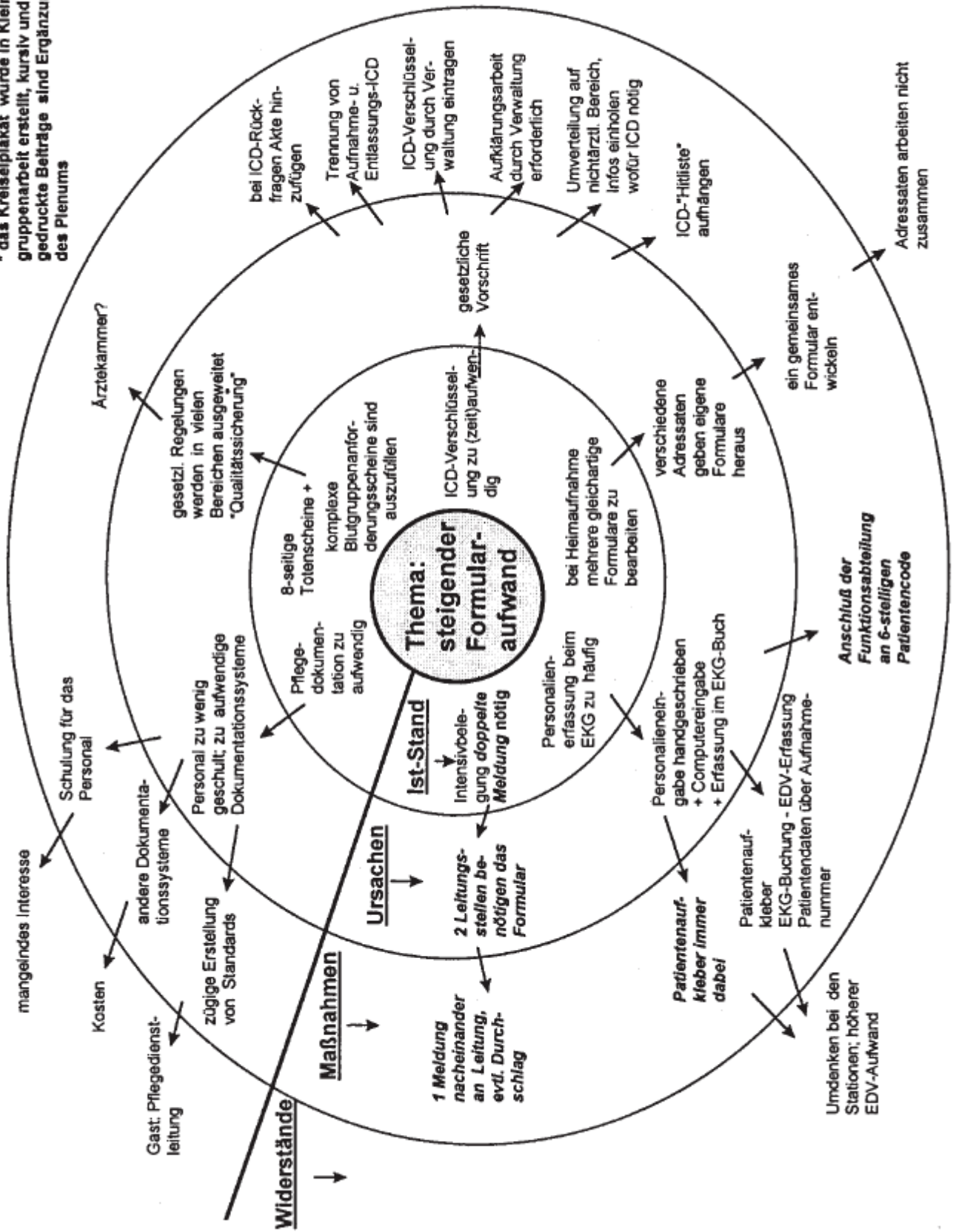
24. März 2010

Claudia Staudinger - Dipl. Pflegepädagogin (FH)  
Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg





\* das Kreisplakat wurde in Kleingruppenarbeit erstellt, kursiv und fett gedruckte Beiträge sind Ergänzungen des Plenums





### Der persönliche Gewinn aus der Mitarbeit an einem Gesundheitszirkel

„Die Zirkelarbeit hat sich angekündigt durch ihre Zettelchen, die Sie da geschickt haben, auf eine Weise, die nicht hat erkennen lassen, daß man für sich persönlich bei der Zirkelarbeit etwas herausziehen kann, das haben Sie möglicherweise ja auch so nicht gewußt, das haben aber die meisten Teilnehmer festgestellt. Also die meisten Kollegen haben gesagt, und ich zuallererst, bei mir hat das so vielleicht ein gutes Vierteljahr gedauert, daß sie einen persönlichen Gewinn daraus gezogen haben, nicht nur, nicht nur den Gewinn, daß die Organisationsstruktur in dem Krankenhaus besser durchleuchtet und unter Umständen besser gestrafft werden konnte, sondern auch, was mich anbetrifft, ist der Gewinn darin zu sehen gewesen, daß ich gelernt habe, sorgfältiger zu formulieren, verständlicher, schlagwortartiger, wir mußten ja immer aus jedem Problem mußten wir ein Schlagwort machen, das war ein Zwang. Und in den ersten Malen lagen wir ja meilenweit auseinander, jeder hatte eine ganz andere Betonung. Wenn man einen Satz spricht, hatte jeder auf einem anderen Wort die Betonung, und mir ist erst nach zwölf Wochen etwa aufgefallen, daß meine Betonung nicht automatisch die richtige ist, das wußte ich bis zu dem Zeitpunkt nicht. Ich habe da erst gelernt, auf die Betonung der anderen zu hören, sie zu verstehen, mit meiner in Einklang zu bringen – oder falls nicht, drüber zu reden, und dann ist es auch, denke ich, zum Schluß hin immer schneller gelungen, einen Konsens bei der Beschreibung der Problemsituation zu erzielen. Das war ein Riesengewinn, denn die ersten Stunden sind dabei draufgegangen, daß wir uns darüber heftig in die Haare geraten sind, ist vielleicht übertrieben, aber daß wir viel darüber diskutieren mußten, bis wir überhaupt wußten, was wir wollten. Das war zum Schluß sehr viel einfacher und besser. Dazu geholfen hat auch diese strenge Aufteilung in diese, ich glaub, vier Schritte, mit dem Visualisieren oder wie Sie das nennen, dem Schriftlichmachen, das ist etwas, was ich zu Anfang als Spielerei und Kinderkram betrachtet habe, was ich zum Schluß nicht mehr missen wollte, weil es so viel einfacher ist, wie der einzusteigen in ein Problem und es zu begreifen. Aber das hätte die Zirkelarbeit von Anfang an in einer Form der Selbstdarstellung den Leuten offerieren können. Sie hätte sagen können, ihr werdet nicht nur in der Lage sein, die Organisationsstrukturen im Krankenhaus zu überdenken und vielleicht zu bessern, sondern ihr werdet einen persönlichen Gewinn daraus nehmen. Das hatte ich nicht erwartet und war entsprechend überrascht“.

24. März 2010

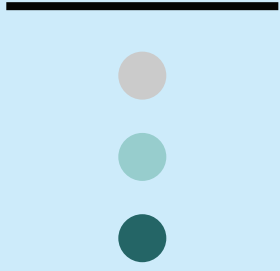
Claudia Staudinger - Dipl. Pflegepädagogin (FH)  
Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg



# Fazit aus der Arbeit mit dem Gesundheitszirkel

Neben der Optimierung von Arbeitsabläufen, der Neuregelung von Zuständigkeiten, der Reduktion unnötiger Wartezeiten und der Reorganisation von Prozessen verändern Gesundheitszirkel die an ihnen beteiligten Individuen.

Dies äußert sich in der verbesserten Kommunikationsfähigkeit, einem gestiegenen Verständnis für Sichtweisen und Nöte anderer und auch darin, dass die Verständigung zwischen den Berufsgruppen wieder besser möglich wird



„Die Art und Weise,  
wie eine Gesellschaft  
die Arbeit und die  
Arbeitsbedingungen  
organisiert, sollte eine  
Quelle der Gesundheit und  
nicht der Krankheit sein.“

(Ottawa-Charta, 1986)



Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

24. März 2010

Claudia Staudinger - Dipl. Pflegepädagogin (FH)  
Krankenhaus Barmherzige Brüder Regensburg