

---

# Inhaltsverzeichnis

<b>1 Einführung: Zusammenhang Work-Life-Balance und Gesundheitsförderung</b> .....	1
1.1 Salutogenese: Wie entsteht „Gesundheit“ .....	1
1.2 Ansatzpunkte für Gesundheit .....	2
1.2.1 Ansatzpunkt: Körper und Psyche .....	2
1.2.2 Ansatzpunkt: Anerkennung und Wertschätzung .....	3
1.2.3 Ansatzpunkt: Soziale Beziehungen und Kontakte .....	4
1.2.4 Ansatzpunkt: Wissen, Können, Werte und Ziele .....	5
1.3 Bedürfnisse stehen im Fokus .....	6
1.4 Zusammenhang Arbeit, Leben und Gesundheit (Work-Life-Balance) .....	8
Literatur .....	9
<b>2 Was sind die zentralen Bestandteile von Gesundheitsförderung?</b> ...	11
2.1 Die (Gesundheits-)Verpflichtungen eines Betriebes .....	12
2.1.1 Arbeitsschutz und betriebliche Gesundheitsförderung ...	13
2.1.2 Betriebliche Eingliederung und individuelle Gesundheitsförderung .....	16
<b>3 Auswirkungen und Nutzen von Gesundheitsförderung</b> .....	19
3.1 Beispiele für Auswirkungen auf betrieblicher Ebene .....	19
3.1.1 Missachtung von Anerkennung, Wertschätzung und Belohnung (Gratifikation) .....	19
3.1.2 Kritisches Führungsverhalten .....	20
3.2 Beispiele für Auswirkungen auf individueller Ebene .....	22
3.2.1 Auswirkungen von Zivilisations- und Wohlstandserkrankungen .....	23
3.2.2 Auswirkungen psychischer Erkrankungen .....	23
Literatur .....	27

<b>4 Typische Problemstellungen in kleinen und mittelständischen Unternehmen</b> .....	29
4.1 Vernachlässigung betrieblicher Prävention .....	29
4.2 Vernachlässigung sozialer Prävention – Krankheit und Pflege .....	30
4.3 Gefährliche Einstellung zum Thema Sucht .....	30
4.4 Vernachlässigung der Gefährdungsbeurteilungen .....	32
4.5 Geringe Kooperationsinteressen mit Ärzten .....	33
Literatur .....	34
<b>5 Handlungsempfehlungen zur Gesundheitsförderung</b> .....	35
5.1 Der Einstieg in die betriebliche Gesundheitsarbeit – Die Gefährdungsbeurteilung .....	35
5.2 Das praktische Vorgehen in kleinen und mittleren Betrieben .....	37
5.2.1 Der grundlegende Ablauf .....	37
5.2.2 Der anerkennende Erfahrungsaustausch .....	38
5.2.3 Der gemeinsame Verbesserungsprozess .....	40
5.3 Umgang mit älteren Mitarbeitern .....	41
5.3.1 Qualität der Arbeit im Alter .....	43
5.3.2 Arbeitsmodell im Alter: Selektion, Optimierung und Kompensation .....	45
5.4 Wandel der Führungsorientierung .....	46
5.5 Kooperation mit den Sozialversicherungen .....	47
Literatur .....	52
<b>6 Fördermöglichkeiten für kleine und mittlere Unternehmen</b> .....	53
<b>Was Sie aus diesem Essential mitnehmen können</b> .....	55
<b>Zum Weiterlesen: Informationsbroschüren und -hinweise</b> .....	57



<http://www.springer.com/978-3-658-11742-9>

Gesundheitsförderung für kleine Unternehmen  
Fakten und Praxistipps aus der Lebensstilforschung  
Melchart, D.; Gronwald, S.  
2016, X, 59 S. 19 Abb. in Farbe., Softcover  
ISBN: 978-3-658-11742-9