



Storytelling

Der digital Moderne

Erlebnisse aus der Präventionsberatung

Von Oliver Hasselmann

Erfahren in der Präventionsberatung – Ute und Udo Lohmeyer stellen sich vor

Guten Tag erstmal, wir sind Ute und Udo Lohmeyer. Seit mehr als 20 Jahren beraten wir Betriebe in Sachen Gesundheit und Prävention bei der Arbeit. Meistens in kleinen und mittleren Unternehmen. Und wir können Euch sagen, es ist gar nicht so einfach, die Chefs und Geschäftsführerinnen zu überzeugen, aktiv das Thema Gesundheit im eigenen Unternehmen zu gestalten. Oft ist ihnen gar nicht klar, dass eine gesunde und zufriedene Belegschaft die Basis für ein erfolgreiches Geschäft ist. Wenn die Leute sich wohl fühlen und es ihnen gut geht, sind sie nicht nur seltener krank, sondern auch viel produktiver und innovativer – ganz automatisch. Eigentlich ist das gar nicht so schwer zu verstehen, wenn man 1 und 1 zusammenzählen kann.

Aber seht selbst, was wir in der Präventionsberatung so erlebt haben ...

Ute Lohmeyer und der digital Moderne



Der digital Moderne: Er bevorzugt die klare und offene Kommunikation. Er erwartet schnelle Aufgabenerfüllung und digitale Erreichbarkeit.

Der digital Moderne ist offen für digitales BGM und Online-Methoden.

Hi, ich bin's, Ute Lohmeyer. Ich wollte Euch kurz erzählen, was mir letzte Woche passiert ist. Der Hammer! Also, ich hatte eine Beratung bei so einem IT-Laden, gar nicht mal so klein, fast 50 Beschäftigte. Der Chef heißt Victor, ein echter Nerd, sag ich Euch, und ständig unter Strom, weil eines seiner Handys summt oder piept. Den Termin hatte er online über die regionale Koordinierungsstelle gebucht.

„Gesundheit ist wichtig!“, begrüßte mich Victor, „Sie sind doch die Dame von der Krankenkasse? Oder? Ich bin ja froh, jemanden von der Krankenkasse gefunden zu haben, jemand Seriöses, das war gar nicht so einfach. Wenn Du im Netz unterwegs bist, stößt man auf so viele Angebote, da musst Du erstmal wissen, wer ‚Qualität‘ anbietet. Sie glauben gar nicht, wieviel teuren Quatsch es da gibt. Kommen Sie, setzen Sie sich. Kaffee? Oder besser Wasser. Kommt gleich! – Ich bin sofort bei Ihnen, einen Moment noch, nur ein kurzes Telefonat.“

Während ich warte, wird mir ein stilles Wasser serviert, und schon ist Victor wieder da. „So, entschuldigen Sie. Schön, dass Sie da sind. Gesundheit ist wichtig, besonders wenn es auf Leistung ankommt. Das sage ich auch meinen Leuten immer. Aber so richtig läuft das noch nicht. Was können Sie für uns tun, damit wir gesünder leben? Bewegung? Ernährung?“ Ich hakte ein: „Ja das sind gewiss

wichtige Themen, die jede und jeden angehen, und die entscheidend für einen gesunden Arbeits- und Lebensstil sind. Aber es gehört noch weit mehr zum gesunden Arbeiten dazu, als sich selbst gesund zu verhalten – also gesund zu essen, sich zu bewegen, auf sich zu achten. Um wirklich effektiv zu sein, muss man auch die Verhältnisse, also die Arbeitsbedingungen, gesundheitsförderlich gestalten. Dazu gehören z. B. eine ergonomische Ausstattung der Arbeitsmittel, funktionierende Absprachen im Team und eine gute Arbeitsorganisation, aber auch Regenerationsphasen und Pausenregelungen oder ein gutes Mittagsangebot. Was Sie und Ihr Team wirklich brauchen, muss man als erstes anschauen. Das Ganze sollte dann strukturiert und systematisch umgesetzt werden mit klaren Verantwortlichkeiten und Zielen. Und: Ihre Leute müssen mitgestalten können. So schaffen Sie Akzeptanz für Veränderungen.“ – „Ja, prima“, unterbricht er meine Erläuterungen. „Schauen Sie mal, ich habe hier so ein Fitness-Armband. So können wir meine Tracking-Werte ins Intranet stellen und alle anderen können sich daran messen. Das ist doch top.“ Kurze Pause, dann fährt er fort: „Überhaupt, wir sind ja ein IT-Unternehmen. Es muss digitale Angebote zur Gesundheitsförderung geben: kurz, prägnant, online. Überall und jederzeit nutzbar, für alle. Wie machen andere Unternehmen das denn?“

Etwas verwundert versuchte ich ihn zu bremsen. „Bei den digitalen Möglichkeiten ist es sehr wichtig, auf den Datenschutz zu achten, denn gerade Gesundheitsdaten sind sehr sensibel zu behandeln. Doch wir haben da z. B. eine datenschutzkonforme Team-Challenge entwickelt, bei der Ihre Leute eine virtuelle Strecke zurücklegen und in Teams gegeneinander antreten. Das fördert nicht nur die Aktivitäten, sondern gleichzeitig das Gemeinschaftsgefühl. Außerdem ergeben sich während der Challenge vielfältige Ansatzpunkte, weitere Gesundheitsthemen zu platzieren.“

Puh, ich sag Euch, das war ja mal ein Galopp als Einstieg. Im Grunde ist er ja auf dem richtigen Weg, doch mir kommt es so vor, als wolle er alles auf einmal, und am liebsten alles ohne Aufwand und Investition. Derweil war Victor bereits wieder am Telefon und regelte irgendwelche geschäftlichen Dinge, während er mir Zeichen gab, dass er gleich wieder bei mir sei. Hier brauchte es keine langen Erläuterungen – alles was kurz und knapp ist, ist in Victors Augen gut. Als er das Telefonat beendet hatte, stieg ich sofort mit meinem Plan ein, um keine weitere Warteschleife zu riskieren.

„Also, Victor, auch wenn die Zeit knapp ist, ist es wichtig, sich ausreichend Ressourcen für die Planung und Umsetzung einzukalkulieren. Ich schlage vor, dass wir uns einmal etwas Zeit nehmen und Ihre aktuelle Situation im Unternehmen analysieren. Dazu würde ich gern den INQA-Check ‚Gesundheit‘ nutzen. Das ist ein Selbstbewertungs-Instrument, mit dem Sie systematisch alle Potenziale der Gesundheit für Ihren Betrieb erschließen können. Dies dient vor allem dazu, dass Sie Ihre Gesundheitssituation im Unternehmen reflektieren und herausfinden, wo Sie wirklich Handlungsbedarf im Unternehmen haben.“

Zum ersten Mal war Victor einen Moment sprachlos, jedoch sah man ihm an, dass er sich das etwas anders vorgestellt hatte: Eine App von der Krankenkasse, installieren, freigeben – fertig ist das BGM. „Also gut, eine Stunde“, sagte er nach einer Weile. Ich nahm den Faden auf: „Super, und bis dahin bekommen Sie eine Hausaufgabe. Sie gehen bitte die drei aus Ihrer Sicht wichtigsten Module des Checks durch. Ich nehme an, Sie machen dies vorzugsweise über die App? Die können Sie hier herunterladen.“ Ich zeigte ihm auf meinem Laptop die Internetseite unter <https://www.inqa-check-gesundheit.de/check-gesundheit/daten/mittelstand/index.htm>, wo es auch eine kostenlose App zum Download gibt. „Anschließend berichten Sie mir über Ihre Erfahrungen und Ihren Handlungsbedarf, und wir werden digitale Lösungen finden.“ Victor begann zu grinsen und konnte seine Freude kaum verbergen: „Ich wusste doch, dass Ihr was Digitales habt! – Wann treffen wir uns wieder?“ Ich bremste den Enthusiasmus ein wenig: „Am besten funktionieren hybride Systeme, die sowohl digitale als auch Präsenzelemente haben. Gerade Gesundheit macht oft in der Gruppe viel mehr Spaß, und die Motivation ist viel höher.“

Wir haben uns bereits für die kommende Woche verabredet. Ich bin sehr gespannt, welche Felder bei seinem Unternehmens-Check auftauchen werden. Dann schauen wir, wie es weitergeht – digitale Kurzbefragung der Beschäftigten, virtueller Schrittzählerwettbewerb, ausgewählte Gesundheits-Apps ...

Mit einem guten Gefühl verließ ich den Tech-Park und verabschiedete mich von Victor ...

Also, bis bald!
Eure Ute Lohmeyer