

Erfahrungen von Arbeitgebern mit verschiedenen Projekten zur Betrieblichen Prävention und Psychotherapie und Anforderungen an die Versorgung aus Arbeitgebersicht

Angela Janecke, Gesundheits- und Sozialberatung,
Berliner Stadtreinigungsbetriebe



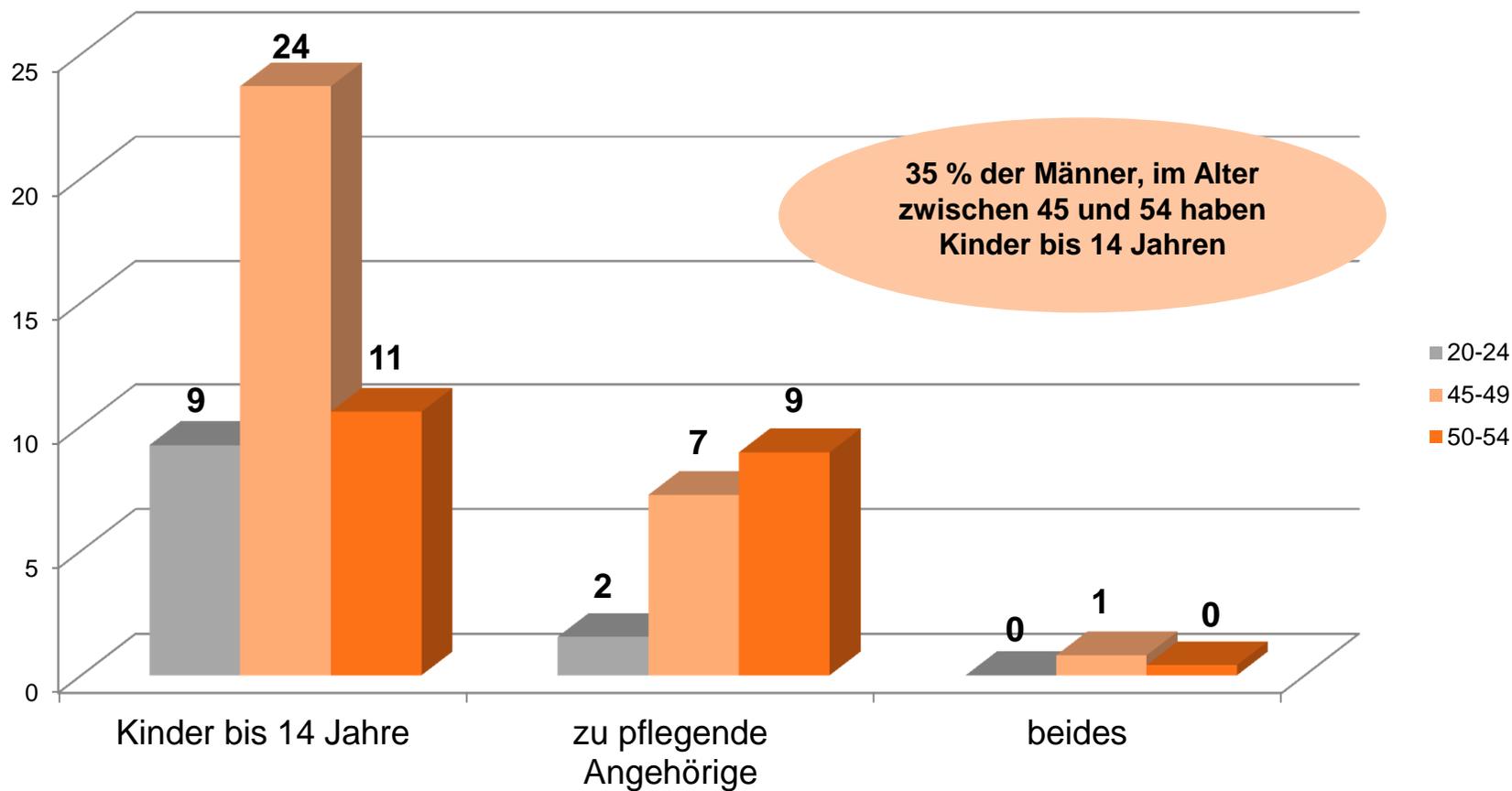
Die BSR

- Von den rd. 5.400 Beschäftigten arbeiten etwa 80 % im freien Straßenland
- Ca. 85 % Männer
- Altersdurchschnitt 2013: 47,6 Jahre
- Ca. 2.400 MA sind 50 Plus
- Schwerbehinderte: ca. 11 %
- Fehlzeitenquote Jahresdurchschnitt 2013: 7,9 %
- Anteil der Dauerkranken: ca. 3 %

**Die BSR leistet einen wichtigen Beitrag zur Stadthygiene
sowie zur Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger
und Besucher Berlins**



Männer und Familie



Angaben in %
BSR Männergesundheitsbefragung 2012



Betriebliche Institutionen zur Förderung von Gesundheit/Beschäftigungsfähigkeit

Arbeitssicherheit

Gesundheits- und Sozialberatung

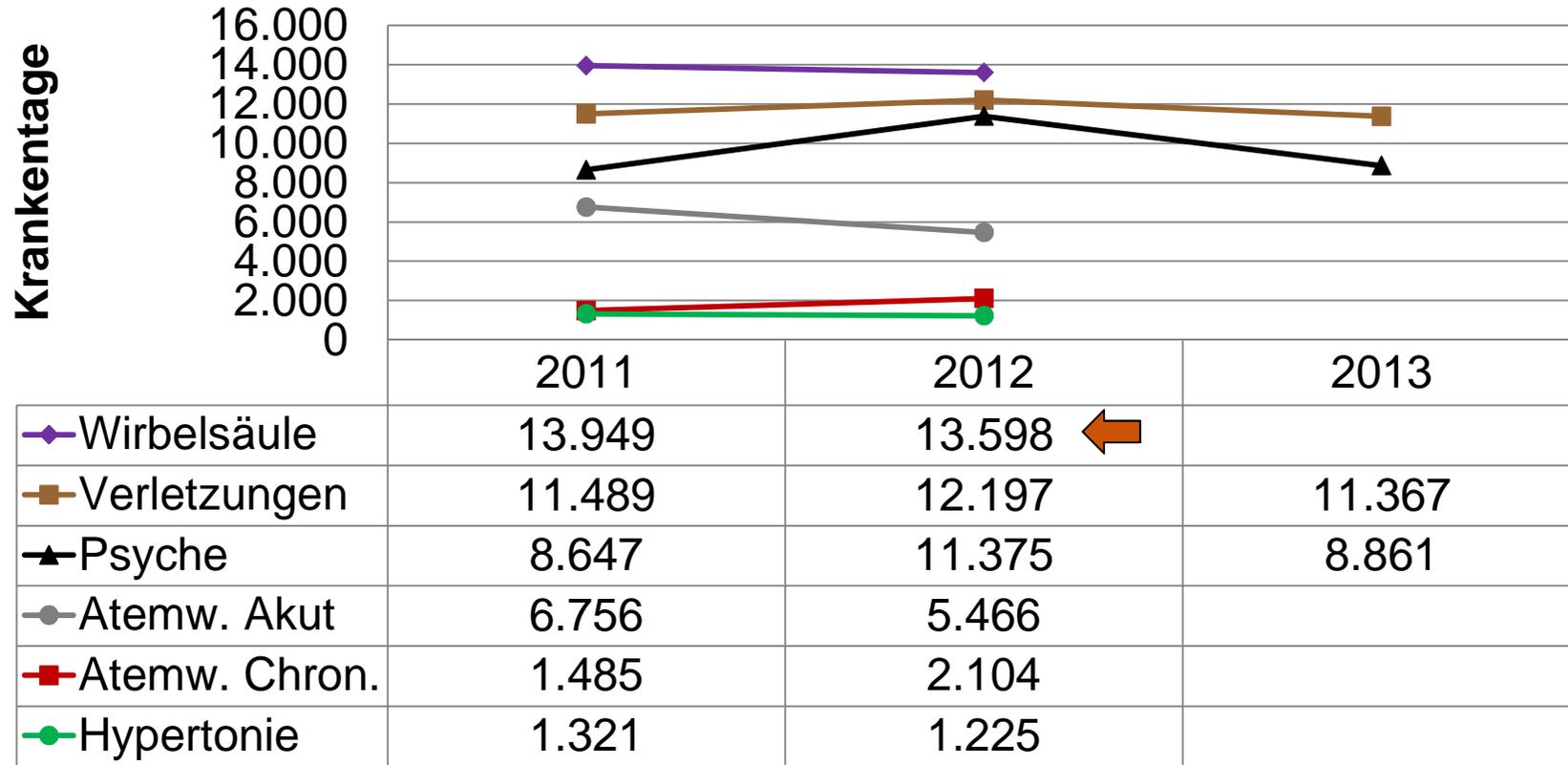
Arbeitsmedizin

Betriebliches Eingliederungsmanagement

Betriebliche Interessenvertretungen



Ausfalltage nach Krankheitsarten



Quelle: BSR-Versicherte der TK und BKK-VBU

Beispielrechnung:

$13.598 \times 300 = 4.079.400$ Mio. € Produktionsausfall /Jahr

13.598 Ausfalltage = 61 VZÄ

Orchestrierung von Maßnahmen zu mentaler Gesundheit bei der BSR



Dr. Stefanie Seele, BSR



Psychische Belastungen und Prävention

Strategien und Vereinbarungen

- Steuerkreis Gesundheit
- Zielvereinbarung Beruf und Familie
- Dienstvereinbarungen
- Sucht, fairer / kollegialer Umgang
- Frauenförderplan

Arbeits- und Gesundheitsschutz

- Gefährdungs- und Belastungsanalysen zu psychischen Belastungen

Personalentwicklung

- Seminare für Führungskräfte zum Umgang mit psychisch auffälligen / erkrankten MA
- Umgang mit suchtmittelbedingten Auffälligkeiten

Personalentwicklung

- Seminare zu Stressbewältigung
- Beruf & Familie
- Konfliktbewältigung



Betriebliche Gesundheits- und Sozialberatung

Professionelle Beratung

- Psycho-soziale Beratung
- Suchtberatung
- Konfliktberatung
- Coaching
- Führungskräfteberatung

Selbsthilfe

- Suchtgruppe
- Pflegezirkel
- Nebenamtliche Suchtkrankenhelfer/ Gesundheitslotsen
- Mentoren für MA mit Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten
- Familiennetzwerk

Präventionsangebote

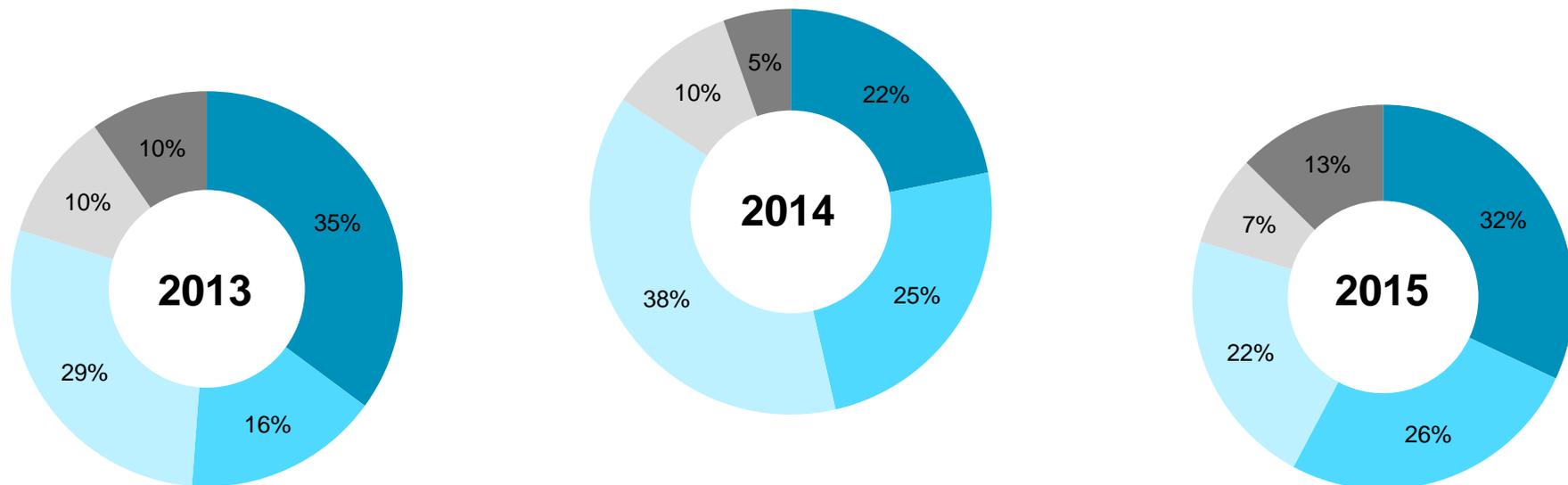
- Gesundheitstage
- Achtsamkeits-/ Entspannungsworkshops
- Seminare für MA mit pflegebedürftigen Angehörigen

Gesundheitsförderung

- Pilates
- Autogenes Training
- Rückentraining
- Yoga



Beratungen und Anlässe mit der Gesundheits- und Sozialberatung



- Soziale Schuldnerberatung
- Suchtberatung
- Psycho-soziale Beratung
- Gesundheitsberatung
- Führungskräfteberatung



Beispiel Gesundheitstage (Theorie + Praxis)

Dauer: 4 Tage

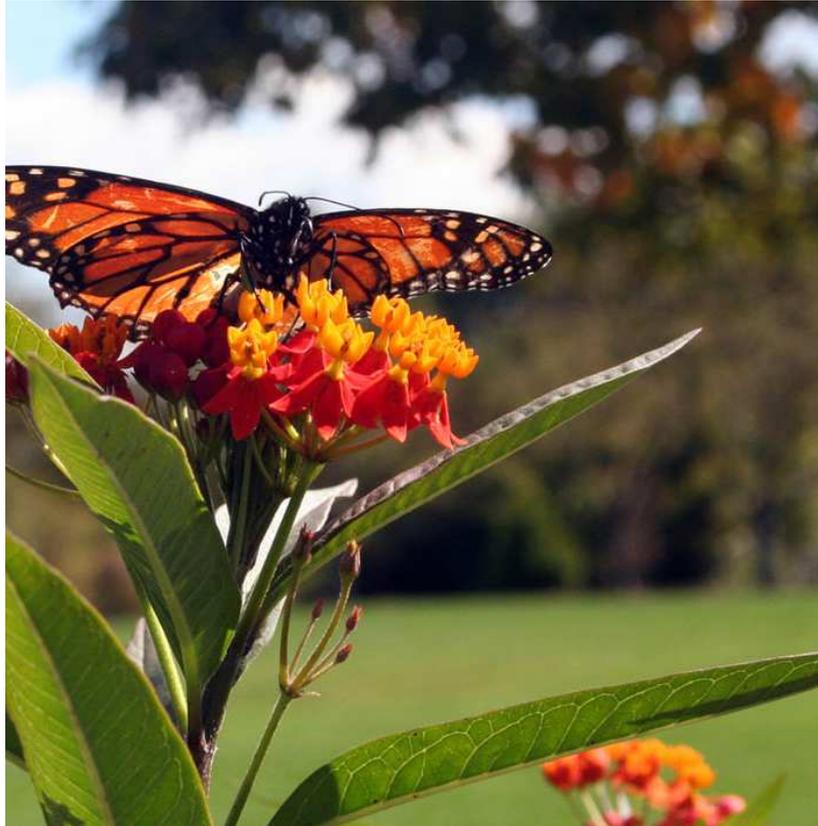
Ort: außerhalb von Berlin

Theorieteile: Gesundheit als dynamischer Prozess
Älter werden und gesund bleiben
Das gute Betriebsklima mitgestalten
Fünf Chancen gesünder zu leben

Praxisteile: Ausgleichsbewegungen und Rückentraining
Einführung in Entspannungsmethoden
Hinführen zum Ausdauertraining
Bewusster die Natur erleben



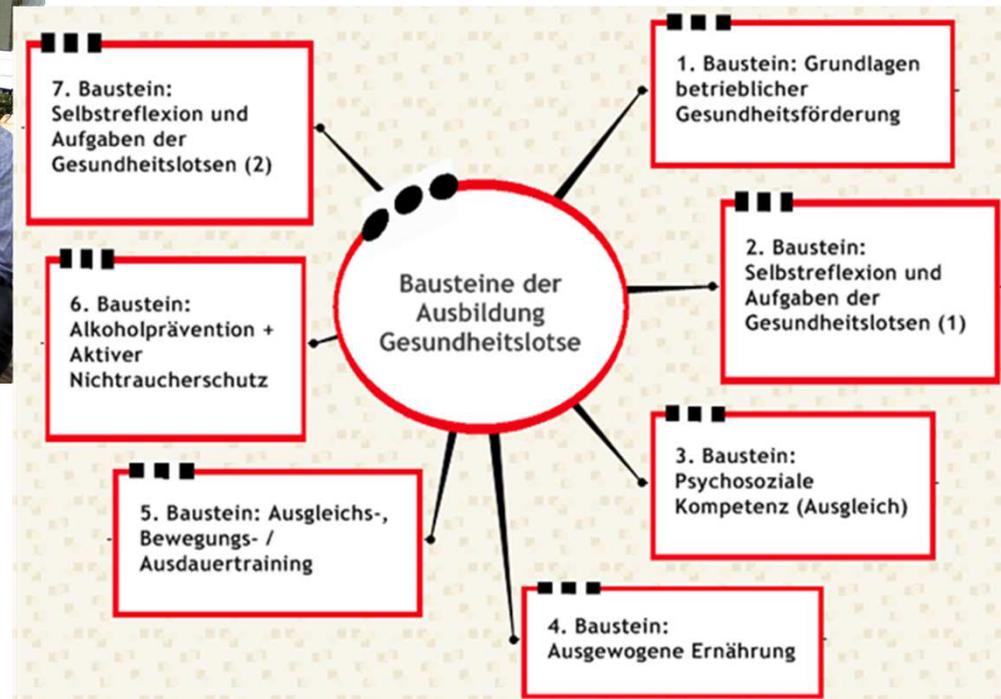
Achtsamkeit



- **Achtsamkeit** (carefulness): Für sich sorgen und auf sich achten; sich selber und anderen mit Achtung begegnen.
- **Achtsamkeit ist eine Haltung sich selbst und anderen gegenüber.** Was tut gut, was ist erforderlich und sinnvoll.
- **Soziale Achtsamkeit meint das Bezogensein auf den Anderen,** das uns berührende menschliche Umfeld wie Familie , Freunde und Kollegen.



Nebenamtliche Präventionskräfte – Gesundheitslotsinnen und Lotsen



Was ist psychosoziale Kompetenz

Was ist psychosoziale Kompetenz?

Psychosoziale Kompetenzen sind Fähigkeiten, die einen angemessenen Umgang sowohl mit den Mitmenschen als auch mit Problemen und Stresssituationen im täglichen Leben ermöglichen.

Merkmal einer psychosozialen Kompetenz

Achtsamkeit für sich und seine Umwelt

Wo zeigt sich psychosoziale Kompetenz besonders?

Neue Anforderungen
Krisen und Problemen
Veränderungsprozesse

Was brauchen Menschen um eine gute psychosoziale Kompetenz entwickeln zu können?

Körperliche und soziale Pflege und Zuwendung
Stoffliche und geistige Nahrung
⇒ „*Liebe, Nahrung, Wärme*“

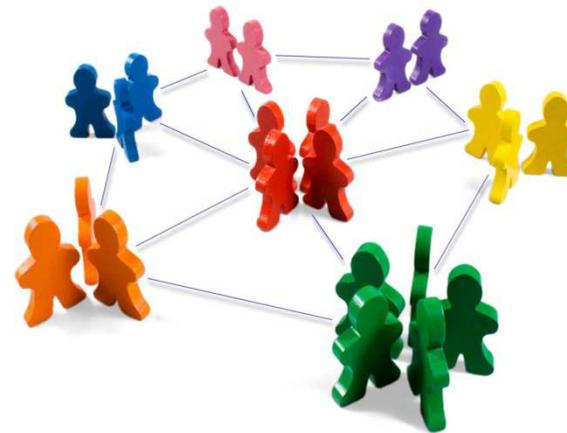
Was ist wichtig, wenn man sich anderen Menschen widmen möchte?

Wahrnehmen
Reflektieren
Kontakt aufnehmen
Beziehung gestalten



Netzwerke

- **Betriebskrankenkasse**
- **Einrichtungen der Rehabilitation**
- **Beratungsstellen**
- **Selbsthilfeorganisationen**
- **Soziale Einrichtungen (AWO u.a.)**



Anforderungen an die Versorgung aus Arbeitgebersicht

Verkürzung der
Zugangszeiten

Kurzzeit-
intervention

Aufklärung



Vielen Dank für Ihr Interesse!



Berliner Stadtreinigung
Gesundheits- und Sozialberatung
Angela Janecke
Ringbahnstr. 96
12103 Berlin



Tel.-Nr. 030 / 7592 2698
Angela.Janecke@BSR.de

