

Workshop 3: „Prekäre Beschäftigung gesundheitsförderlich gestalten“

Fit for Work: 8. Tagung des DNBGF-Forums
„Arbeitsmarktintegration und Gesundheitsförderung“
- 12. Oktober 2011 -

Inka Matschey, Team Gesundheit GmbH



Inhalte

Interventionsansätze aus der Praxis – am Beispiel
START Zeitarbeit NRW:

*„prekäre Beschäftigung gesundheitsförderlich
gestalten“*

- a) Trainingsmodule zur Förderung psychosozialer
Gesundheitsressourcen
- b) Gesundheitsfördergespräche

a) Trainingsmodule zu Förderung psychosozialer Gesundheitsressourcen

Kooperationsgemeinschaft

- START Zeitarbeit NRW
- LIGA.NRW
- TU Dresden
- BGF Institut/ Team Gesundheit GmbH



Landesinstitut für
Gesundheit und Arbeit
des Landes Nordrhein-Westfalen



Zielsetzung

- Förderung psychosozialer Gesundheitsressourcen verschiedener Gruppen der „prekär Beschäftigten“
- Erprobung der Übertragbarkeit bewährter Vorgehensweisen und Instrumente in das Setting Zeitarbeit
- Entwicklung von Vorgehensweisen zur Überprüfung der Wirksamkeit in diesem Zusammenhang

Zielgruppen und Rahmenbedingungen

1. **Kurzarbeiter (11/2009)**

Zeitarbeiternehmer am Ende einer Qualifizierungsmaßnahme, vorher in Unternehmen beschäftigt

„Blick zurück – Blick nach vorn“ (1,5 Tage)

2. **Transferbeschäftigte (4/2010)**

Schulung im ersten Drittel einer Transferberatung, vorher in Unternehmen beschäftigt

„Schritt für Schritt zu neuen Zielen“ (2 Tage)

3. **Zeitarbeitnehmer in der Qualifizierung/ Geringqualifizierte (2-3/2011)**

Prüfungsvorbereitung zum IHK „Maschinen- und Anlagenführer“

„Stressfrei zur Prüfung“ (2 halbe Tage sowie

indiv. Gesundheitsfördergespräch nach der Theorieprüfung (6/2011))

Modulbeispiele

Mittagspause/ kleine Snacks Blitzentspannung

Der Blick nach vorn: „Der Lebenskreis“

*Hilfreiche Kognitionen für ein
Bewerbungsgespräch*

Stressmanagement

„Unterstützung geben und nehmen“

Eigene Stärken erkennen

Information über Beratungs-/ Hilfsangebote
in der Region

„Mein Plan für die Zukunft“/ Vertrag mit mir selbst

Lobeübung

Gesundheitslandkarte/
Gesundheitsdefinitionen

Biofeedback „Stresstest“

Aufstellung Gesundheit

Teamaufgaben

Prüfungsangst

Rollenspiel: Sympathiegewinn im neuen Unternehmen


Strategien, Kontakte zu knüpfen...

- Hobbies
- Betriebsinternes erfragen
- ggf. „Du“ anbieten?!
- Einstand geben
- aber: nicht zu neugierig
- gut zuhören können
- Einspringen / Hilfe anbieten
- authentisch sein



Hilfreiche Kognitionen / Gedanken in Bewerbungssituationen...

- „Egal was passiert, das Leben geht weiter“
- „Wenn ich hier raus bin, mache ich was Tolles“
- „Sind ja auch aus Menschen, die zur Arbeit gehen...“
- „Es ist auch blödsinnig!“
- „An Stärken erinnern... (Erfolge!)“
- „Nach 'dies nicht verrückt'“
- „Das wird schon...“
- „Ich habe alles vorbereitet!“
- „Ich wurde eingeladen + bin interessiert!“
- „Ich habe das früher auch geschafft!“
- „Da nicht die Dinge / Parolen denken!“



„Meine persönlichen Stärken“

Bitte gehen Sie paarweise zusammen und beantworten Sie sich gegenseitig folgende Fragen:
 „Ein Freund will Sie bei seinem Chef empfehlen. Welche Stärken, Kompetenzen oder besondere Fähigkeiten soll Ihr Freund besonders hervorheben?“

Notieren Sie sich Ihre persönlichen Stärken/ Kompetenzen:

Persönliche Stärken
1. _____

2. _____



„Vertrag mit mir selbst“

en vergangenen zwei Tagen intensiv mit den Themen Wohlbefinden, astenden Situationen, Unterstützungsmöglichkeiten befassen und haben inliches Ziel gesetzt. Wie soll es bei Ihnen nun konkret weitergehen?

Mein wichtigstes Ziel
 Nehmen Sie Ihr wichtigstes Ziel aus dem vorherigen Arbeitsblatt)

Konkrete Schritte
 (Was muss ich konkret tun, um das Ziel zu erreichen?)

Unterstützungsmöglichkeiten
 (Welche Unterstützungsmöglichkeiten kann ich nutzen, um mein Ziel zu erreichen?)

Start
 (Wann möchte ich mit der Umsetzung beginnen?)

ab _____ 

Erfahrungen: Trainingsmodule

- Zielgruppenorientierung: Seminargestaltung in Abhängigkeit von Situation und Voraussetzungen der Teilnehmer – persönliche Situation und emotionale Verfassung berücksichtigen/ Raum geben für Verarbeitung („Trauerarbeit“)
- Interesse wecken durch Verknüpfung mit aktuellen Themen und konkreten Handlungshilfen
- Widerstände ernst nehmen, akzeptieren und nicht persönlich nehmen - Stimmungen und Störungen haben Vorrang vor Inhalten
- Wertschätzende Grundhaltung einnehmen – Tipps helfen wenig
- Freiwilligkeit der Teilnahme ist höchstes Gebot
- Möglichkeiten der organisatorischen Einbindung berücksichtigen
- Verknüpfung mit indiv. Angeboten sinnvoll
- Geeignetes Evaluationsdesign ist schwierig zu finden
- Methodenwechsel - Spaß darf nicht zu kurz kommen

b) Gesundheitsfördergespräche

Ziele:

- Langfristige Weiterentwicklung der FIT-Beratung (aus JobFit) für Arbeitslose und Übertrag in die Regelarbeit von START Zeitarbeit
- Entwicklung eines darauf basierenden Gesprächskonzeptes zur Durchführung durch Disponenten (Multiplikatorenansatz) und Erstellung eines Leitfadens
- Nachhaltige Förderung der Veränderungsbereitschaft der Zeitarbeiternehmer und Motivation zu einer gesundheitsorientierten Lebensweise und damit Verfolgung des arbeitsmarktpolitischen Auftrags: Förderung der Beschäftigungsfähigkeit



Implementierung Gesundheitsfördergespräche

1. Konzeptionsphase
2. Schulungsphase
 - a. Gesundheitsworkshops für Disponenten
 - b. Methodenschulung „Gesundheitsfördergespräche“
 - c. Follow-up Workshops

Gesprächsleitfaden für Disponenten

Die Entscheidungswaage

Wie kann ich mich verhalten?

Blick auf ein verändertes Verhalten
(Vorteile **und** Nachteile) richten
Ambivalenzen (Für und Wider) aufzeigen und
selbstmotivierende Aussagen hervorrufen!

Was kann ich sagen?

Geeignete Fragestellungen/Formulierungsbeispiele

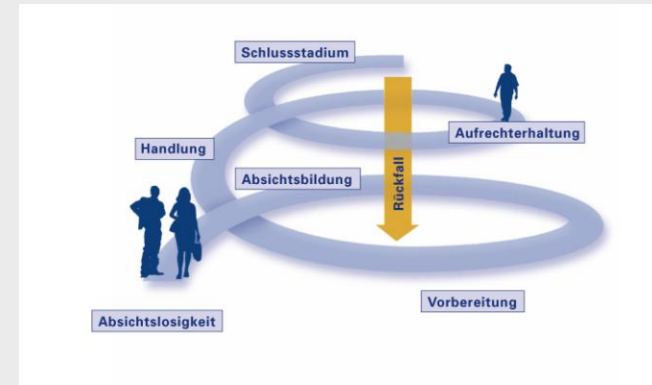
„Sie haben gerade in der Landkarte angegeben, dass Sie einen Veränderungswunsch im Bereich XY haben ...“
„Was spricht für eine Veränderung des Verhaltens? Was spricht für eine Beibehaltung des gewohnten Verhaltens?“
Die Matrix kann Ihnen helfen, sich darüber Klarheit zu verschaffen.“
„Überlegen Sie die Auswirkungen für alle Lebensbereiche: Ernährung, Bewegung, Stressmanagement, ...“

Ziele der Gesprächsphase

Entdecken und Abwägen von Vor- und Nachteilen
des derzeitigen Verhaltens sowie einer möglichen
Verhaltensänderung

Kriterien für die Durchführung

- Freiwilligkeit
- Durchführung nur durch dafür qualifizierte Disponenten/ Teilnahme an Austauschtreffen
- Zeitlicher Rahmen wird zur Verfügung gestellt (empfohlen: 30-45 Minuten, nur nach Terminvereinbarung) - Integration in die Personalbetreuung
- Keine „Kontrolle“ durch die Disponenten - es sei denn, der Zeitarbeitnehmer wünscht ein Folgegespräch
- Dokumentation
- Kontinuierlicher Weiterentwicklungsprozess zur Verbesserung der Integration in die Praxis



Erfahrungen: Gesundheitsfördergespräche

- Hilfestellungen geben durch regelmäßigen und gegenseitigen Austausch
- Nutzen für alle Beteiligten herausstellen
- Standards für die Durchführung der Gespräche festlegen
- Rollenverständnis klären
- Anreize für Teilnahme schaffen - Kommunikation über verschiedene Ebenen
- Grenzen der Gespräche definieren

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt:

Inka Matschey

Team Gesundheit Gesellschaft für Gesundheitsmanagement mbH

Rellinghauser Straße 93

45128 Essen

0201/56596-31

matschey@teamgesundheit.de

www.teamgesundheit.de