

# Einsatzmöglichkeiten digitaler Medien in der Betrieblichen Gesundheitsförderung

Erwin Gollner, Carmen Braun

FH Burgenland University of Applied Sciences, Department of Health, Pinkafeld, Austria.

## Hintergrund

Mit der Veränderung der Arbeitswelt ändern sich auch die Herausforderungen für den Arbeitsplatz. Die Gegenwart zeigt uns, dass wir an einem historischen Wendepunkt angelangt sind was die Beschleunigung der Arbeitsprozess betrifft. New work – der digitale und ortsunabhängige Arbeitsplatz gilt als das Zukunftsszenario. Die Digitalisierung der Arbeitsprozesse bringt nicht nur Herausforderungen mit sich, sondern bietet auch die Chance Nutzenpotentiale der neuen Entwicklung zu erkennen und diese zu nutzen. In der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) betritt man mit dem Ansatz, analoge Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung mittels digitaler Instrumente zu ergänzen oder zu ersetzen, noch Neuland. Im Rahmen des Forschungsprojektes „Gesunde MitarbeiterInnen - Gesunder Betrieb“\* wurde der Einsatz von BGF- Maßnahmen mittels digitaler Instrumente zur Steigerung von Gesundheitskompetenz erprobt.

## Methodik

Im Rahmen des Projektes „Gesunde MitarbeiterInnen - Gesunder Betrieb“ war es ein Forschungsziel, die Gesundheitskompetenz von MitarbeiterInnen und Führungskräften sowie von MultiplikatorInnen zu steigern. Als methodischer Ansatz wurde das Verhaltensmodell eines gesundheitskompetenten Mitarbeiters / einer gesundheitskompetenten Mitarbeiterin nach Loebe & Severing (2010) gewählt. Im Rahmen des Ansatzes wurden die Zielgruppen MitarbeiterInnen und Führungskräfte sowie die Zielgruppe MultiplikatorInnen mit unterschiedlichen digitalen Instrumenten zur Wissenssteigerung und Steigerung der Gesundheitskompetenz unterstützt.

## Ergebnisse

Zur Steigerung der individuellen Gesundheitskompetenz von MitarbeiterInnen und MultiplikatorInnen kam das Online-Wissensquiz „Quizmax“ zum Einsatz. „Quizmax“ ist ein digitales Tool, welches ermöglicht, Wissen von MitarbeiterInnen auf interaktive und spielerische Art orts- und zeitungebunden zu fördern. Ein weiterer Maßnahmenswerpunkt war es Informationen für eine abwechslungsreiche Pausengestaltung am Arbeitsplatz zur Verfügung zu stellen und so die Mitarbeitenden für die Wichtigkeit von Pausen zu sensibilisieren und motivieren. Die eigens entwickelten Pausenvideos standen den MitarbeiterInnen und Führungskräften auf Online-Plattformen sowie im Intranet zur Verfügung und konnten so direkt vom Arbeitsplatz aus abgerufen werden. Um die Kommunikation und den Informationsfluss für die Mitglieder der betriebsinternen Projektteams zu verbessern wurde eine Online-Plattform über Moodle eingerichtet. Diese Plattform diente einerseits der umfassenden Wissensvermittlung in Bezug auf Betriebliche Gesundheitsförderung sowie andererseits dem Erfahrungs- und Informationsaustausch zwischen den innerbetrieblichen Projektteams der Projektbetriebe.

## Schlussfolgerungen

Die Projekterfahrungen zeigten, dass die Digitalisierung der Arbeitswelt nicht nur Hürden, sondern auch Potentiale für die Zukunft der Betrieblichen Gesundheitsförderung mit sich bringt. Als eine wichtige lessons learned kann festgehalten werden, dass für einen effektiven und nachhaltig wirkenden Einsatz von digitalen Instrumenten in der Betrieblichen Gesundheitsförderung die intrinsisch motivierte Nutzung durch Anreizsysteme (Gamification, Verlosungen) sehr wichtig ist. Die Projekterkenntnisse zeigen auch, dass der Einsatz digitaler Instrumente im Rahmen von BGF-Maßnahmen zahlreiche Nutzeneffekte mit sich bringen, jedoch ein klassisches analoges Maßnahmenangebot (noch) nicht ersetzen können.

\* Das Projekt wurde gefördert durch den Fonds Gesundes Österreich und dem Landesgesundheitsförderungsfonds Burgenland