

David Matusiewicz · Linda Kaiser  
(Hrsg.)

# Digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement

Theorie und Praxis

**Springer** Gabler



# Inhaltsverzeichnis

|                                       |   |            |
|---------------------------------------|---|------------|
| <b>1</b>                              | <b>Effekte der Digitalisierung auf das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM)</b>   | <b>1</b>   |
|                                       | Linda Kaiser und David Matusiewicz  |            |
| <b>Teil I Theoretische Grundlagen</b> |   |            |
| <b>2</b>                              | <b>Einfluss globaler Megatrends auf das digitale Betriebliche Gesundheitsmanagement</b>   | <b>37</b>  |
|                                       | Steffi Burkhart und Felix Hanser  |            |
| <b>3</b>                              | <b>Digitales BGM für die Arbeitswelt 4.0</b>  | <b>57</b>  |
|                                       | Oliver Hasselmann   |            |
| <b>4</b>                              | <b>Digitale Lösungen für die Betriebliche Gesundheitsförderung – ein Überblick</b>  | <b>73</b>  |
|                                       | Utz Niklas Walter und Filip Mess  |            |
| <b>5</b>                              | <b>Der Einsatz digitaler Lösungen zum Erreichen und zur Motivation von Beschäftigten in einem BGM</b>   | <b>83</b>  |
|                                       | Oliver Walle  |            |
| <b>6</b>                              | <b>Gesunde Führung – der Erfolgsfaktor für ein Betriebliches Gesundheitsmanagement in einer digitalisierten Arbeitswelt</b>                               | <b>99</b>  |
|                                       | Bernd Siegemund   |            |
| <b>7</b>                              | <b>Individualität – die Zukunft des Betrieblichen Gesundheitsmanagements</b>  | <b>107</b> |
|                                       | Vera Fathi und Benjamin Fathi   |            |
| <b>8</b>                              | <b>E-Health als zentrale Komponente des digitalen Betrieblichen Gesundheitsmanagements – psychologische Ansätze, Erkenntnisse und Evaluationsmethoden</b> | <b>119</b> |
|                                       | Sonia Lippke  |            |

|   |   |            |
|---|---|------------|
| <b>9</b>  | <b>Anwendungen von Smartwatches und Wearables im Betrieblichen Gesundheitsmanagement</b>  | <b>137</b> |
|   | Klemens Waldhör   |            |
| <b>10</b>   | <b>Theorie trifft Praxis – Status quo im „verrückten“ (digitalen) BGM-Markt</b>   | <b>159</b> |
|   | Stefanie Andre  |            |
| <b>11</b>   | <b>Digitales BGM-Controlling 2.0: online, mobil und intelligent</b>   | <b>171</b> |
|   | Arnd Schaff   |            |
| <br><b>Teil II Anwendungsmöglichkeiten und Konzepte</b> |   |            |
| <b>12</b>   | <b>Gesundheitsberichterstattung der Krankenkassen oder individuelle technische Gesundheitsanalysen als Basis für Maßnahmen in BGM und BGF</b> | <b>189</b> |
|   | Jens Meischer   |            |
| <b>13</b>   | <b>Schlaf als strategische Ressource – messen, verstehen, verändern</b>   | <b>199</b> |
|   | Esther Ebner  |            |
| <b>14</b>   | <b>Digitales Gesundheitsmanagement bei Auszubildenden</b>   | <b>213</b> |
|   | Manfred Betz, Ulrich Koehler und Keywan Sohrabi   |            |
| <b>15</b>   | <b>Unmittelbar, jederzeit und standortübergreifend: Ganzheitlich erholte Mitarbeiter dank digitaler Lösungen</b>                              | <b>227</b> |
|   | Antje Flechsig, Lena Wittneben, Katrin Wulff und Sina Morcinek  |            |
| <b>16</b>   | <b>Spielerisch Verhalten ändern</b>   | <b>235</b> |
|   | Isabella Pfaff und Andreas Lenge  |            |
| <b>17</b>   | <b>Digital gestützte Gesundheitsförderung – Lebensrhythmus in der Arrhythmie der Schichtarbeit</b>  | <b>243</b> |
|   | Andreas Koller  |            |
| <b>18</b>   | <b>Führungsaufgaben und Führungsherausforderungen im digitalen BGM</b>  | <b>253</b> |
|   | Benjamin Loosen   |            |
| <b>19</b>   | <b>go4health digitales BGM</b>  | <b>263</b> |
|   | Karoline Simonitsch, Wolf Goja und Claudia Cech   |            |
| <b>20</b>   | <b>Spielen als geeignete Form der Gesundheitsförderung und Prävention?!</b>   | <b>275</b> |
|   | Kevin Dadaczynski und Stephan Schiemann   |            |

|                                       |  |            |
|---------------------------------------|--|------------|
| <b>21</b>                             | <b>Digitales BGM in dezentralen Strukturen – Herausforderungen und Lösungsansätze am Beispiel der START NRW GmbH</b>                             | <b>289</b> |
|                                       | Yasmina Dötschel   |            |
| <b>22</b>                             | <b>Auf dem Weg zum BGM 4.0: Verknüpfung der analogen und digitalen Welt – Chancen und Grenzen für das Betriebliche Gesundheitsmanagement . .</b> | <b>301</b> |
|                                       | Andrea Baxheinrich und Oliver-Timo Henssler  |            |
| <b>23</b>                             | <b>Changers C02 fit – BGM und der Klimawandel</b>  | <b>313</b> |
|                                       | Markus Schulz und Daniela Schiffer   |            |
| <br><b>Teil III Praxiserfahrungen</b> |  |            |
| <b>24</b>                             | <b>Die Digitalisierung macht's möglich: Personal-Trainer für alle Mitarbeiter</b>  | <b>325</b> |
|                                       | Johannes Heering   |            |
| <b>25</b>                             | <b>Digitale Selbstlernprogramme im Rahmen des BGMs</b>   | <b>335</b> |
|                                       | Lars Schirmmacher und Manfred Betz   |            |
| <b>26</b>                             | <b>Entspannungs-Apps im BGM – Einsatzmöglichkeiten und Implementierung</b>   | <b>347</b> |
|                                       | Andreas Nagel, Niko Kohls und Dennis John  |            |
| <b>27</b>                             | <b>Resilienz-Training in einem internationalen Unternehmen für Informations- und Kommunikationstechnologie</b>                                   | <b>359</b> |
|                                       | Klaus Juffernbruch   |            |
| <b>28</b>                             | <b>Anforderungen an ein digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement für Existenzgründer</b>  | <b>369</b> |
|                                       | Antje Ducki, Leif Boß, Dörte Behrendt und Monique Janneck  |            |
| <b>29</b>                             | <b>Digitalisierung im Gesundheitssektor und betriebliches Gesundheitsmanagement</b>  | <b>387</b> |
|                                       | Manfred Knye und David Matusiewicz   |            |
| <b>30</b>                             | <b>Einbindung der dBGF in das Employer Branding</b>  | <b>397</b> |
|                                       | Christopher Neiler   |            |
| <b>31</b>                             | <b>Zielgruppen im Digitalen Betrieblichen Gesundheitsmanagement: „Best Practice“-Beispiele</b>   | <b>413</b> |
|                                       | Pia Braun und Volker Nürnberg  |            |
| <b>32</b>                             | <b>Praxisbericht Digitalisierung und BGM – die Erfolgsfaktoren</b>   | <b>427</b> |
|                                       | Thomas Schneberger   |            |

|  |   |            |
|--|---|------------|
| <b>33</b>  | <b>Nutzen der Daten einer Online-Ernährungsanalyse für eine SWOT-Analyse zur Gesundheit von Mitarbeitern</b><br>Gabi Vallenthin   | <b>431</b> |
| <b>34</b>  | <b>„Lässt sich die Stressresilienz im betrieblichen Setting durch einen virtuellen Coach gewinnen und sogar erhöhen?“</b><br>Zrinka K. Fidermuc Maler   | <b>447</b> |
| <b>35</b>  | <b>Einsatz eines eWorkshop-Programms zur Unterstützung des Demografie-Interventionsprojekts „Generation M“ bei der RheinEnergie AG</b><br>Elmar Trunz-Carlisi und Tanja Stenglein   | <b>463</b> |
| <b>36</b>  | <b>E-Mental Health im Betrieblichem Gesundheitsmanagement – das Potenzial von Online-Gesundheitstrainings am Beispiel von GET.ON Stress</b><br>Stephanie Nobis, Elena Heber und Dirk Lehr   | <b>475</b> |
| <b>37</b>  | <b>BGM 4.0 des TÜV Rheinland unter der E-Health-Lupe</b><br>Claudia Kardys und Dominique Bialasinski  | <b>491</b> |
| <b>38</b>  | <b>Der TK-GesundheitsCoach: Ein digitaler, multifaktorieller Ansatz zur Begleitung und Unterstützung für das persönliche Gesundheitsverhalten .</b><br>Nicole Knaack, Philipp Blieske und Boris Gauss   | <b>501</b> |
| <b>39</b>  | <b>„Die Chemieformel“ – Das integrierte betriebliche Demografie- und Gesundheitsmanagement in der chemischen Industrie in Norddeutschland</b><br>Astrid Rimbach   | <b>509</b> |
| <br><b>Teil IV    Wissenschaftliche Studien und Evaluationen</b> |   |            |
| <b>40</b>  | <b>Potenzial und Ansätze für ein betriebliches Gesundheitsmanagement – eine gesundheitsökonomische Perspektive</b><br>Petra Thienel und Günter Neubauer   | <b>523</b> |
| <b>41</b>  | <b>Die Digital Health Studie 2015 des Gesundheitswissenschaftlichen Instituts Nordost (GeWINO) der AOK Nordost zur Akzeptanz elektronischer Trainingsunterstützung</b><br>Julia Neuwirth, Anne Wachholz, Sven-David Müller und Thomas P. Zahn | <b>535</b> |
| <b>42</b>  | <b>BGM im digitalen Zeitalter – Herausforderungen und Möglichkeiten . . .</b><br>Mustapha Sayed und Sebastian Kubalski  | <b>553</b> |

- 43 So nutzen Sie die Chancen der Digitalisierung für Ihr Betriebliches  
Eingliederungsmanagement 575**  
Frank Schlinkheider

**Teil V Diskussion und Fazit**

- 44 Beschäftigtenorientiertes BGM auf dem Weg zur Arbeit 4.0. Motivationen  
und Hemmnisse in der digitalisierten Arbeitswelt 593**  
Annett Schulze und Thorsten Schäfer
- 45 Persönliche vs. digitale Gesundheitsberatung 619**  
Thomas Kirchner, Ralf Mackrodt und Sergio Serralta Velasco
- 46 Möglichkeiten und Grenzen im digitalen BGM aus Unternehmenssicht . . 631**  
Nina M. Junker und Antonia J. Kaluza