



Analog und digital – Leitfaden für Stressmonitoring

Tanja Dayß
Bochum, 21.03.2019

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Förderschwerpunkt
Präventive Maßnahmen
für die sichere und gesunde
Arbeit von morgen



Digitale Instrumente im Betrieblichen Gesundheitsmanagement

Informationssysteme

- Intranet
- Webseiten
- Gesundheitsportale
- Online Datenbanken
- E-Learning/ Webinare/
Online-Seminare

Datenerfassungssysteme

- Messinstrumente des Arbeitsschutz (z.B. zur Messung von Lärm)
- Tragbare Sensoren (z.B. Wearables)
- Mobile Eingabegeräte (z.B. Smartphone)



Softwarelösungen und Apps

- Programme zur Erfassung, Verbreitung und Visualisierung von Daten und Informationen
 - Offline und online Varianten
 - Desktop und mobile Lösungen

Quelle: Walle, O. (2015). Digitales BGM. Lexikonbeitrag. Haufe Arbeitsschutz Office Professional Online.



Zwei Arten von (digitalem) Stressmonitoring?

- **Stress**
Ungleichgewicht zwischen äußeren Anforderungen, verfügbaren Ressourcen und individuellen Leistungsvoraussetzungen
- **Monitoring**
Dauerhafte Überwachung oder Beobachtung

- **Stress – Monitoring**

Reaktionen

- Cortisolmessung
- Herzfrequenzanalyse

Ursachen

- Belastungen, Ressourcen
- Beanspruchung



© Ramona Heim – Fotolia.com



Was zeichnet ein (digitales) Stressmonitoring aus?

Datenerfassung
im Längsschnitt



© Chutima Chaochaiya – Fotolia.com

Individuum

Digitales
Stressmonitoring

Organisation

Erfassung von Belastungen
und Beanspruchung

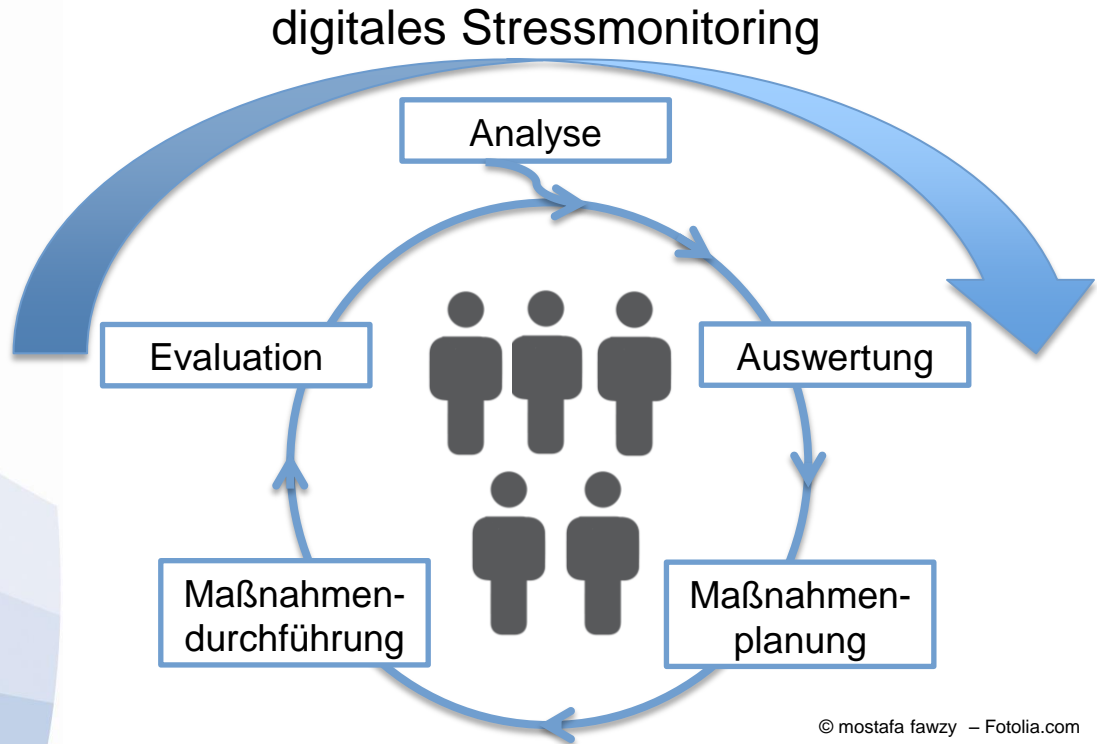


© Dstock – Fotolia.com



Digitale Tools für den BGM-Prozess

- Welches Ziel verfolgen Sie?
- Wie sieht Ihre langfristige BGM-Strategie aus?
- Auf welche Erfahrungen im BGM können Sie zurückgreifen?
- Welche Ressourcen können investiert werden?





Kriterien für ein „gutes“ Tool

- Erfüllt das Tool alle Kriterien, um Ihre Ziele zu realisieren?
- Ist das Tool nutzerfreundlich & verständlich?
- Sind alle Datenschutzerfordernungen erfüllt?

„Ich weiß, was du letzten Sommer getan hast.“

Lois Duncan

Ich weiß auch, was du nächsten Sommer tun wirst!



© chagin – Fotolia.com



Kriterien für ein „gutes“ Tool I

- **Erfüllt das Tool alle Kriterien, um Ihre Ziele zu realisieren?**
- Ist das Tool nutzerfreundlich & verständlich?
- Sind alle Datenschutzanforderungen erfüllt?



© chagin – Fotolia.com

→ Sensibilisierung

- Passen die Fragen zu Ihrem Unternehmen (Branchenspezifika)?
- Werden alle möglicherweise relevanten Belastungsquellen erfasst?
- Werden auch mögliche Ressourcen berücksichtigt?

→ Gefährdungsbeurteilung Psyche

- Entspricht das Tool den GDA-Kriterien?
- Wurde das Erhebungsinstrument wissenschaftlich geprüft?



Kriterien für ein „gutes“ Tool II

- Erfüllt das Tool alle Kriterien, um Ihre Ziele zu realisieren?
- **Ist das Tool nutzerfreundlich & verständlich?**
- Sind alle Datenschutzanforderungen erfüllt?



© chagin – Fotolia.com

Nutzerfreundlich & verständlich

- Ist die Sprache anwenderfreundlich?
- Ist das Handling intuitiv?
- Sind die visualisierten Ergebnisse auch ohne Fachkenntnisse nachvollziehbar?
- Gibt es Hilfe oder Tutorials für die Anwender/-innen?
- Für welches Endgerät eignet sich das Tool?
- ...



Kriterien für ein „gutes“ Tool III

- Erfüllt das Tool alle Kriterien, um Ihre Ziele zu realisieren?
- Ist das Tool nutzerfreundlich & verständlich?
- **Sind alle Datenschutzanforderungen erfüllt?**



© chagin – Fotolia.com

Datenschutzanforderungen

- Besteht eine Zugriffskontrolle?
- Werden alle Daten bei der Speicherung als auch bei möglichen Datenübertragungen verschlüsselt?
- Ist der Standort der Serversysteme und der Sitz des Herstellers in Deutschland?
- Ist die Datenerfassung auf ein Minimum beschränkt?
- Werden die Daten nur für den eindeutig festgelegten Zweck verarbeitet?
- Können die eigenen Daten vom Nutzer/in eigenständig gelöscht werden?
- ...



Rahmenbedingungen für einen erfolgreichen Einsatz

- Wen sollten Sie bei Ihrem Vorhaben mit einbeziehen?
- Wie sollte das Vorhaben im Unternehmen kommuniziert werden?
- Über welchen Zeitraum sollte das Tool eingesetzt werden?
- Welche Anreize kann ich schaffen, um meine Beschäftigten für die Nutzung des Tools zu begeistern?



© www.snyGGG.de – Fotolia.com



Rahmenbedingungen für einen erfolgreichen Einsatz I

- **Wen sollten Sie bei Ihrem Vorhaben mit einbeziehen?**
- Wie sollte das Vorhaben im Unternehmen kommuniziert werden?
- Über welchen Zeitraum sollte das Tool eingesetzt werden?
- Welche Anreize kann ich schaffen, um meine Beschäftigten für die Nutzung des Tools zu begeistern?

Relevante (Arbeitsschutz-)Akteure

- Geschäftsleitung
- Betriebsrat
- Fachkraft für Arbeitssicherheit und Betriebsarzt/-ärztin
- Referent/-in für BGM
- Datenschutzbeauftragte/-n
- Personalabteilung
- Personalverantwortliche Vorgesetzte & Führungskräfte
- Beschäftigte
- Öffentlichkeitsarbeit





Rahmenbedingungen für einen erfolgreichen Einsatz II

- Wen sollten Sie bei Ihrem Vorhaben mit einbeziehen?
- **Wie sollte das Vorhaben im Unternehmen kommuniziert werden?**
- Über welchen Zeitraum sollte das Tool eingesetzt werden?
- Welche Anreize kann ich schaffen, um meine Beschäftigten für die Nutzung des Tools zu begeistern?

Kommunikation ins Unternehmen

- systematisch, zeitnah, fortlaufend, adressatengerecht
- Kommunikationsmix über mehrere Medien/Kanäle
- Sensibler Umgang mit Ängsten und Unsicherheit der Beschäftigten
- Führungskräfte und interessierte Beschäftigte als Multiplikatoren
- Geschäftsleitung als Botschafter/-in
- ...





Rahmenbedingungen für einen erfolgreichen Einsatz III

- Wen sollten Sie bei Ihrem Vorhaben mit einbeziehen?
- Wie sollte das Vorhaben im Unternehmen kommuniziert werden?
- **Über welchen Zeitraum sollte das Tool eingesetzt werden?**
- **Welche Anreize kann ich schaffen, um meine Beschäftigten für die Nutzung des Tools zu begeistern?**

Zeitraum

- es wird ein Zeitraum von zwei bis vier Wochen empfohlen
- Nutzung während der Arbeitszeit
- je nach Branche an wiederkehrende Prozesse geknüpft (z.B. Schulferien)

Anreize

- Anknüpfung an analoge Angebote wie z.B. Seminare
- Integration von Gamification-Elementen
- Relevanz für Veränderungen
- ...





Fazit – Folgende Fragen sollten Sie berücksichtigen!

- Welches Ziel verfolgen Sie?
- Wie sieht Ihre langfristige BGM-Strategie aus?
- Welche Erfahrungen haben Sie bereits im BGM gemacht?
- Welche Ressourcen können investiert werden?
- Sind Datenschutz und Kommunikation berücksichtigt?
- Können anhand der Ergebnisse des Tools, Maßnahmen zur Organisationsentwicklung abgeleitet werden?



© robert – Fotolia.com



Erscheint im **Oktober 2019...**

- ... als **e-paper** unter www.balanceguard.de
- ... als **Printversion** kostenlos bestellbar unter <https://www.lia.nrw.de/wir-ueber-uns/kontakt/index.html>

Gerne informieren wir Sie über die Veröffentlichung des Leitfadens in einer kurzen E-Mail. Tragen Sie sich dazu bitte in die Liste am LIA.nrw-Stand ein.



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Förderschwerpunkt
Präventive Maßnahmen
für die sichere und gesunde
Arbeit von morgen