



BGM 4.0

Chancen und Herausforderungen in der digitalen Arbeitswelt

Interview/OTP **DR. STEFAN WEBER**

Bereichsleiter Vertragspolitik und Versorgungsmanagement
Siemens-Betriebskrankenkasse (SBK), München

ANMODERATION

Die Arbeitswelt wandelt sich. Um internationaler Konkurrenz und einem wachsenden ökonomischen Druck standzuhalten, setzen Unternehmen zunehmend auf die Digitalisierung von Arbeitsprozessen. Mensch und Maschine werden vernetzt, Taktzahl und Produktivität dadurch erhöht. Das hat Konsequenzen. Die Arbeit wird dynamischer, komplexer, schneller. Und der Mensch? Der gerät zunehmend unter Zeit- und Leistungsdruck. Stress und Krankheit sind sozusagen programmiert. Dem versucht nun die **Siemens-Betriebskrankenkasse, SBK**, in München entgegenzusteuern. Das Konzept: Digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement.

FRAGE 1 Herr Dr. Weber, Sie sind Bereichsleiter Versorgungsmanagement bei der SBK. Worin unterscheidet sich Ihr Konzept von herkömmlichen Gesundheitsangeboten – was sind die Vorteile?

OT1 WEBER *Digitales Betriebliches Gesundheitsmanagement ermöglicht uns über digitale Medien Menschen schnell über digitale Plattformen, über E-Mail zu erreichen. Der Zugang ist breiter, man erreicht mehr Menschen, man erreicht die Menschen ortsunabhängig, man kann stärker individualisieren, man kann die Teilnehmer stärker dran partizipieren lassen wie sie ihr Programm gestalten. Auf den Punkt gebracht kann man sagen: Das Digitale Betriebliche Gesundheitsmanagement kommt zu den Menschen – die Menschen müssen nicht mehr zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement kommen!*

FRAGE 2 Ihr Konzept beinhaltet gleich mehrere Angebote zur psychischen als auch körperlichen Gesundheit ...

OT2 WEBER *Wir haben schon sehr lange die Online-Plattform „10.000 Schritte“ – es geht um das Thema Bewegung. Mit Hilfe eines Schrittzählers und eines Online-Bewegungstagebuchs können die Teilnehmer dokumentieren wie viel sie sich am Tag bewegt haben, wieviel Schritte sie gegangen sind. Man bekommt Hinweise, wenn man vielleicht sich mehr bewegen sollte, man bekommt Motivationsmails, integriert ist auch ein Wettbewerb, wo man zum Beispiel in Betrieben Abteilungen gegeneinander laufen lassen kann. Und das ist natürlich etwas sehr Schönes, weil man dadurch den ein- oder anderen Kollegen bewegt mitzumachen – auch wenn er sonst sich vielleicht nicht so gerne bewegt.*

FRAGE 3 Gesundheit durch körperliche Bewegung, das ist die eine Seite. Was aber, wenn (wie jüngster Zeit zunehmend attestiert) die Seele leidet?

*OT3 **WEBER** Seit gut einem Jahr haben wir das Programm „Achte auf dich!“. Das ist eine Online-Plattform, die im Prinzip auf zwei Säulen aufbaut: Zum einen kann der Teilnehmer Lektionen machen, in denen er was über Stress, Entspannung, Work-Life-Balance erfährt. Die zweite Säule ist eher interaktiv gestaltet: Ich kann zum Beispiel jeden Morgen einen Test machen, um zu gucken wie bin ich heute drauf. Wenn man nicht so gut drauf ist, dann erhält man Impulse, zum Beispiel, überlege doch mal, wo hast du dich in der Vergangenheit drüber gefreut, was hat dir Entspannung verschafft? Aber auch dann, wenn man gut drauf ist, kriegt man Verstärker, so dass die Teilnehmer über zehn Wochen zum einen sehr viel lernen über das Thema Stress und Entspannung und zum anderen aber auch persönliche Impulse für ihren Alltag erhalten.*

FRAGE 4 Ersetzen also digitale Programme künftig das direkte Vier-Augen-Gespräch, die persönliche Beratung? Und überlassen wir dadurch nicht psychisch Erkrankte vor allem sich selber?

*OT4 **WEBER** Nein, digitale Angebote und persönliche Beratung werden sich ergänzen. Es gibt Situationen, die sind so individuell, da werde ich eine persönliche Beratung brauchen. Natürlich wird es so sein, dass auch Beratung unter Nutzung neuer Medien, digitaler Lösungen erfolgen wird, zum Beispiel Beratung über Skype, über Video – aber letztendlich werden sich diese beiden Dinge ergänzen!*