



v.l. 1. Reihe: **Prof. Dr. Dr. Janusz Surzykiewicz**, Lehrstuhl für Sozialpädagogik an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt, **Markus Bieber**, Bereichsleiter, Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Organisation, Entwicklung und Controlling, **Kristin Repert-Ristow**, Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Abteilung Sozialmedizinischer Dienst/Reha-Management, **Helga Friehe**, Gesundheitsnetzwerk Leben und Audi BKK, **Dr. med. Regina von Einsiedel**, Chefärztin des Zentrums für Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin (ZPPM) Bad Lippspringe, Leiterin des Schematherapie-Instituts Westfalen (IST-W), **Dr. med. Christine Thiele-Doppler**, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Coach und Mitglied im European Association for Supervision and Coaching [EASC], **Prof. Dr. Joachim Thomas**, Professur für Psychologische Diagnostik und Interventionspsychologie an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt, **Teresa Loichen**, wissenschaftliche Mitarbeiterin der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt

v.l. 2.Reihe: **Michael Vogel**, Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz Dezernat Informations-/Kommunikationstechnik, Verbindung und Anwenderbetreuung, **Prof. Dr. Siegfried Jedamzik**, Niedergelassener Allgemeinarzt und Vorsitzender GOIN e.V., **Dr. med. Michael Grubwinkler**, Chefarzt Orthopädie Ingolstadt, PASSAUER WOLF Medizin fürs Leben, **Dr. Rainer Schmale** und **Marion Kiem**, Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd Abteilung Rehabilitation und Sozialmedizin

Fotonachweis: Redaktion plus60

Hier geht es zum [Artikel in GOIN](#)

## Arbeitsfähigkeit erhalten – Rückkehr ins Berufsleben begleiten

Unter diesem Motto fand am Ingolstädter Campus der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt die **5. Fachtagung „für ein gesundes Berufsleben“** statt. Organisiert wurde diese vom

Gesundheitsnetzwerk Leben der Audi BKK, der Gesundheitsorganisation GOIN und dem Lehrstuhl für Sozialpädagogik, Prof. Janusz Surzykiewicz, sowie der Professur für Psychologische Diagnostik und Interventionspsychologie an der KU, Prof. Joachim Thomas.

Ziel der von der Bayerischen Landesärztekammer mitgetragenen Veranstaltung war es, einen **interdisziplinären Dialog** zwischen Experten aus Forschung und Praxis zu ermöglichen. Es wurden wertvolle Beiträge zur modernen Präventionsarbeit und schnellen, zielgerichteten Einleitung einer bedarfsorientierten Versorgung gegeben. Gerade die Rezeption von an Coaching orientierten Beratungskonzepten, sowohl bei der Vorbeugung arbeitsbezogener, gesundheitlicher Beeinträchtigungen im Beruf, als auch nach einer Rehabilitationsphase beim Wiedereinstieg in den Arbeitsprozess, wurden als wichtige Zugänge zur Resilienz-Stärkung im Betrieb erkannt und diskutiert. Diesem Diskursangebot folgten mehr als 40 interessierte Ärzte aller Fachrichtungen sowie Vertreter anderer relevanter Fachdienste wie Psychiater, Psychotherapeuten, Fachberater, Sozialdienste sowie Personalreferenten und Führungskräfte. Zusätzlich konnten die Teilnehmer im Rahmen eines speziell organisierten Infomarktes sowohl mit den Vertretern unterschiedlichster Institutionen des Sozial- und Gesundheitswesens, wie beispielsweise die Deutsche Rentenversicherung, Agentur für Arbeit, Integrations- und Reha-Fachdienste, Caritas, als auch mit den vortragenden Experten persönlichen in Austausch kommen und Netzwerke knüpfen.

Die Fachtagung wurde mit der Begrüßung durch den Dekan der Wirtschaftswissenschaftlichen Fakultät **Prof. Anton Burger** feierlich eröffnet; nach einführenden Worten von **Prof. Surzykiewicz** und **Prof. Jedamzik** (Vorsitzender GOIN e. V. Ingolstadt) folgten die Beiträge der eingeladenen Experten, begleitet jeweils von einem anschließenden vertiefenden Austausch.

**Dr. Michael Grubwinkler** (Chefarzt PASSAUER WOLF City-Reha Ingolstadt) gab im Plenum Einblick in die schnelle Einleitung und Durchführung von Präventionsmaßnahmen und stellte hierzu auch die erfolgreiche Reha-Sprechstunde des PASSAUER Wolf vor. Er betonte, dass zur Umsetzung des Gesamtvorhabens Prävention bereits durch niederschwellige Angebote gute Erfolge erzielt werden können. Beispielsweise resultiert eine vereinfachte und schnelle Beantragung der Reha- oder Präventionsmaßnahme beim Deutschen Rentenversicherungsträger in einem nachhaltigen Wohlbefinden der Arbeitnehmer.

Eine weitere innovative zielgruppenbezogene Präventionsmaßnahme stellte mit dem „Abenteuer R.O.T.“ (Reflexion, Orientierung, Transfer) **Dr. Stephan Biesenbach** (Ärztlicher Leiter der Lebensstil Medizin beim PASSAUER Wolf) vor und zeigte die Vorteile einer sog. Lebensstilmedizin auf. Markant war hierzu seine Bezugnahme auf Erik Händeler: "Nicht von Gesetzen, die Geld anders verteilen, hängt die Bezahlbarkeit von Gesundheit in Zukunft ab. Sondern von Veränderungen im Lebensstil, einem präventiven Gesundheitsmarkt und einer neuen Arbeitskultur“. Er betonte, dass Lebensstilmedizin nicht nur das Leben und die Medizin, sondern gerade den Stil, d.h. die Art und Weise, wie innere und äußere Faktoren auf das Leben wirken, in den Blick nimmt. Die Frage nach körperlichen und mentalen Bedürfnissen, nach Ressourcen und „erfülltem Leben“ beeinflussten unseren mehr oder weniger gesunden Lebenslauf, doch auch der sehr gesund lebende Mensch sei nicht vor schweren Erkrankungen gefeit. Jedoch sei letztlich nicht das Wissen bzgl. präventiver Maßnahmen wie Bewegung und Sport oder gesunde Ernährung bedeutsam, wie zahlreiche Studien und auch ein weites Spektrum an Angeboten im Freizeitsport aufzeigen, vielmehr sei beachtenswert, dass wir dennoch irrational handeln und ungesund leben. Dr. Biesenbach zeigte auf, wie trotz der großen Herausforderungen und dem oftmals rauen Klima in der Arbeitswelt gerade mittels Entscheidungs-, Führungs- und Leitungskompetenzen sowie Teamwork zur Gesunderhaltung am Arbeitsplatz beigetragen werden kann. Mit Bezug auf die Präventionsmaßnahme „Abenteuer R.O.T.“ betonte er, dass Zeit und Natur Raum für Reflexion und Orientierung geben, um wieder achtsamer und gestärkt werden zu können.

**Dr. Regina von Einsiedel** (Chefärztin des Zentrums für Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin Bad Lippspringe; Leiterin des Schematherapie-Instituts Westfalen) befasste sich mit der Frage nach den verschiedenen Dimensionen der Prävention im betrieblichen Gesundheitsmanagement und der Arbeitswelt. Gerade die gesellschaftspolitischen und arbeitsbezogenen Transformationsprozesse sind gekennzeichnet von Phänomenen wie Unbeständigkeit, Unsicherheit, Komplexität und Mehrdeutigkeit (sog. VUCA-World: volatility, uncertainty, complexity und ambiguity), die eine große Herausforderung darstellen. Gerade diese erzeugen Stress und viele zusätzliche psychische Belastungen, die wiederum ein Ungleichgewicht zwischen Anforderungen und Ressourcen in der Triade von Arbeitswelt-Gesundheit-Persönlichkeit bewirken. Die Referentin stellte die Hypothese auf, dass unter solchen Bedingungen von einer Assoziation zwischen der „digitalen Industrie 4.0“ und einer „Psyche 1.0“ in der Arbeitswelt gesprochen werden kann. Somit bestehe ein Präventionsbedarf in einer neuen Dimension, die von den Unternehmen als wichtiger Aspekt erkannt werden müsse. Eine beraterische Kompetenz in Form von Gesundheitscoaching kann die Förderung von eigenen psychosozialen Ressourcen von Arbeitnehmern ermöglichen; ihre berufliche Selbstwirksamkeit, das Selbstwertgefühl und Zugehörigkeitsgefühl stärken und somit zum nachhaltigen Wohlbefinden des Einzelnen als auch der Belegschaft im Unternehmen beitragen. Durch die Schließung von Sollbruchstellen und durch die Weiterentwicklung primär beruflicher Anliegen sowie persönlicher Kompetenzen, kann es zu einer höheren Lebens- und Arbeitsqualität des Arbeitnehmers und seines Betriebes kommen. Eine erfolgreiche Prävention könne auch erreicht werden durch eine vereinfachte formelle und praktische Regelung von Zuständigkeiten und Übergängen zwischen Arbeitnehmern, Betrieben, Ärzten, Akutkliniken und Rehabilitationseinrichtungen.

**Marion Kiem und Dr. Rainer Schmale** (Abteilung Rehabilitation und Sozialmedizin der Deutschen Rentenversicherung Bayern Süd) stellten ihr Präventionsvorhaben am Beispiel des Modellprojektes „Ü45-Check“ vor. Dieses wird zunächst in der Modellregion Ingolstadt eingeführt und dient der Erprobung eines berufsbezogenen Gesundheits-Checks für Personen ab dem 45. Lebensjahr. Auf Basis einer Stichprobe von ca. 3000 Probanden, werden verschiedene Daten u.a. zum Gesundheitsverhalten, zu Funktionseinschränkungen und berufsbezogenen Problemlagen erfasst und analysiert. Diese dienen gänzlich verschiedenen Schätzungen zur Verbesserung des Gesamtangebots, als auch auf individueller Ebene der Anwendung von individualisierten Maßnahmen, nach Bedarf von Teilnehmenden. Solche Präventionsleistungen der Deutschen Rentenversicherung können somit z.B. als ambulante Leistungen der medizinischen Rehabilitation und oder auch als eine einwöchige stationäre Maßnahme in einer Rehaklinik erfolgen. Das Ziel des Modellprojektes, so die Vertreter der Deutschen Rentenversicherung, sei die Förderung eines gesunden, fitten und leistungsfähigen Lebens im Beruf und im Alltag der Menschen, um damit konkret einer längeren Arbeitsunfähigkeit, Chronifizierungen und frühzeitiger Erwerbsminderung vorzubeugen.

**Prof. Joachim Thomas**, Professur für Psychologische Diagnostik und Interventionspsychologie an der KU, stellte seine innovative Studie zum sog. „Workcoach“ vor. Mittels eines ambulanten Monitorings von Arbeitsprozessen wurde ein Coachingkonzept in Kooperation mit dem Berufsförderungswerk Bad Wildbad und der SRH Berufliche Rehabilitation Heidelberg entwickelt. Die benutzerfreundliche Anwendung des „digitalen Fragebogens“ auf dem Smartphone mit mehreren Messzeiten während des Tages ermöglicht es, verschiedene Schwankungen von Stresslevel und Coping bzw. des Wohlbefinden-Niveaus in Echtzeit zu erfassen. Die von der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg finanzierte Forschung brachte wichtige Erkenntnisse zu prozessualen präventiven Fördermöglichkeiten von psychisch beeinträchtigten bzw. kranken Berufstätigen. Untersucht wurden u.a. das Belastungserleben, Befindlichkeitsaspekte und das Konzentrationsvermögen unterschiedlicher Probanden-Gruppen,

deren Arbeitszeit längere Schichten mit bis zu 12 Stunden aufweist, wie beispielsweise Pflegekräfte in der Intensiv- und Akutmedizin, AltenpflegerInnen und Polizeibeamte. Festgestellt wurde, dass die psychische Belastung der Teilnehmenden zum Teil überdurchschnittlich hoch, bei einem Teil sogar gesundheitlich bedenklich war. Hierzu wurden in der 6-monatigen Nachbetreuung bedeutende Vorteile eines digital unterstützten Coachings (sog. WORKcoach) nachgewiesen, v.a. eine stabilisierende Unterstützung im Umgang mit Belastungen sowie eine nachhaltige Sicherung der beruflichen Integration.

Abschließend führten **Prof. Janusz Surzykiewicz** vom Lehrstuhl für Sozialpädagogik an der KU und die Ärztin **Dr. Christine Thiele-Doppler** von der European Association for Supervision and Coaching (EASC) eine kritische Auseinandersetzung zu Nutzungsmöglichkeiten von Coaching bei Suchtpatienten - bei deren Therapiebeginn sowie bei der Wiedereingliederung ins Arbeitsleben. Die systematische Reflexion von verschiedenen Studien bzgl. der Wirksamkeit von Coaching in diesem Gebiet führte zur Begründung eines Nachsorge-Konzeptes für Arbeitnehmer mit Suchtproblemen. Prof. Surzykiewicz berichtete hierzu über Ergebnisse seiner Studie, die in Zusammenarbeit zwischen der KU und polnischen Einrichtungen zur Behandlung von Suchtpatienten durchgeführt wurde. Im durchgeführten Forschungsprojekt wurden Coaches speziell mit suchtspezifischen Kenntnissen und Kompetenzen ausgestattet. Die Ergebnisse zeigen auf, dass ein derart entwickeltes Coachingkonzept in allen Phasen der Prävention/Intervention sowie der Rückfall-Prävention mit unterschiedlichem Erfolg eingesetzt werden kann. Besonders positive Effekte ließen sich v.a. in der Motivationsphase für eine fachtherapeutische Betreuung belegen sowie im Übergang von der Reha-Phase ins Berufsleben bzw. auch in der Nachhaltigkeit der gewonnenen Therapieeffekte. Coaching war hierzu ein wichtiger Faktor für die Sicherung des Wohlbefindens bzw. der gestiegenen Lebensqualität der Klienten. Eine zentrale Rolle hierbei spielten auch Prädiktoren wie eine erhöhte gesundheitsbezogene Selbstwirksamkeit und emotionale Selbstregulation, die in Assoziation mit Achtsamkeit und religiöser Spiritualität bei den Klienten standen. Gleichzeitig wurde deutlich, dass eine erfolgreiche Anwendung von Coaching bei Suchtproblemen bzw. im Gesundheitswesen und betrieblichen Gesundheitsmanagement eine interdisziplinäre Zusammenarbeit verlangt, die auch der Klarheit der Rollen und zur Abgrenzung der Verantwortlichkeit diene. Dr. Thiele-Doppler und Prof. Surzykiewicz betonten den Nutzen effizienzbasierter Coachings und damit verbundener beruflicher Qualifizierung von Coaches.

Die 5. Fachtagung für ein gesundes Berufsleben wurde mit den Dankworten von **Helga Friehe**, der Leiterin des Gesundheitsnetzwerk Leben und Vertreterin der Audi BKK zusammenfassend abgeschlossen. Sie hob die Bedeutung der Zusammenarbeit im Netzwerk hervor zugunsten der Arbeitenden und Unternehmen, der Institute und der Region Ingolstadt, die inzwischen als Modellregion für viele innovative Ideen bundesweit gilt.