

## Gesundheitszirkel

Der Gesundheitszirkel (GZ) ist das Hauptinstrument der betrieblichen Gesundheitsarbeit. Er ist ein innerbetrieblicher Arbeitskreis, in dem sich MitarbeiterInnen eines Unternehmens mit gesundheitsrelevanten Aspekten ihrer Arbeitssituation auseinandersetzen. Begleitet durch Moderation werden unternehmensspezifische Belastungen und Potentiale identifiziert, analysiert und konkrete Vorschläge zur Optimierung der Situation erarbeitet. Die Ergebnisse sind maßgeblich von den Beiträgen der TeilnehmerInnen als ExpertInnen ihres Arbeitsalltags bestimmt, werden in einem Vorschlagskatalog dokumentiert und im Rahmen der dritten Steuerungsgruppensitzung präsentiert.

- **Inhalte**

Der Gesundheitszirkel dient als Diagnose- und Planungsinstrument. Es geht also sowohl darum, Belastungen und Ressourcen zu identifizieren als auch darum, konkrete Maßnahmen zu entwickeln. Im Unterschied zur Ist-Erhebung, die einen breiten Überblick zu gesundheitsrelevanten Einflussfaktoren gibt, werden im Gesundheitszirkel einzelne Bereiche in die Tiefe gehend bearbeitet. Aus den Ergebnissen der Analyse heraus können Aufträge für die Zirkelgruppe formuliert werden. Grundsätzlich entscheidet aber die Zirkelgruppe selbst, was mit welcher Priorität bearbeitet wird.

- **Zusammensetzung**

Der Arbeitskreis setzt sich aus einer konstanten Gruppe von 4 bis 8 MitarbeiterInnen einer Entscheidungsebene zusammen. Personen mit formellen oder informellen Leitungsfunktionen nehmen nicht teil. Je nach Ausgangssituation kann bereichsspezifisch oder bereichsübergreifend gearbeitet werden. Die einzelnen TeilnehmerInnen sprechen sowohl für sich selbst, als auch als VertreterInnen ihrer KollegInnen. Um eine ganzheitliche Bearbeitung der Themen sicherzustellen, müssen im Gesundheitszirkel alle Beschäftigungsgruppen vertreten sein, das heißt, Frauen wie Männer, Jüngere wie Ältere, Teilzeit- wie Vollzeitbeschäftigte und gegebenenfalls freie MitarbeiterInnen. Jede dieser Personengruppen verfügt über wertvolle spezifische Sichtweisen und Erfahrungshintergründe.

- **Moderation**



Tipp

Für die Moderation des/der Gesundheitszirkel/s empfiehlt es sich, einEn erfahrenE GesundheitszirkelmoderatorIn zu engagieren. Neben dem spezifischen Know How bezüglich Ablauf und Methoden, was ein effektives Arbeiten ermöglicht, haben diese keine blinden Flecken, weil sie betriebsfremd sind und können Erfahrungen aus anderen Unternehmen einbringen. Überdies stellt es sicher, dass man sich die Zeit dafür auch wirklich nimmt. Es gibt auch spezifische Fortbildungsprogramme, um MitarbeiterInnen zu GesundheitszirkelmoderatorInnen ausbilden zu lassen.

Der Gesundheitszirkel ist ein moderierter Arbeitskreis. Die Moderation sichert eine zielorientierte und effektive Bearbeitung. Darüber hinaus bringen speziell für die Leitung von Gesundheitszirkeln geschulte ModeratorInnen das benötigte Know-How zur Bearbeitung von Fragen der Gesundheit und des Wohlbefindens in Unternehmen mit.

Aufgaben der Moderation sind:

- Leitung und Strukturierung des Prozesses
- Schaffen eines vertrauensvollen und konstruktiven Gesprächsklimas
- Förderung der Gruppenbeteiligung
- Zuhören und hilfreiche Fragen stellen
- Unterstützung bei der Präsentation der Ergebnisse
- Dokumentieren der Ergebnisse
- Vorbereitung der Präsentationsunterlagen

Die Moderation kann durch externe GesundheitszirkelmoderatorInnen oder durch in der Moderation von Gesundheitszirkel geschulte MitarbeiterInnen erfolgen.

	<b>Externe Moderation</b>	<b>Interne Moderation</b>
<b>Vorteile</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keine Betriebsblindheit</li> <li>- Erfahrungen aus anderen Unternehmen</li> <li>- Keine direkte Abhängigkeit</li> <li>- Verleiht der Aktivität eine höhere Aufmerksamkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Betriebskenntnis</li> <li>- Ständige Erreichbarkeit</li> <li>- Bekanntheit im Betrieb</li> <li>- Moderations-Know-How bleibt im Unternehmen</li> </ul>
<b>Nachteile</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Koordinationsaufwand</li> <li>- Keine Kenntnis der Arbeitsabläufe</li> <li>- Distanz zum Betrieb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Direkte Abhängigkeit vom Arbeitgeber/von der Arbeitgeberin</li> <li>- Intra-Rollenkonflikt (ModeratorIn-MitarbeiterIn)</li> <li>- Schwierige Position bei Konflikten</li> <li>- Betriebsblindheit</li> </ul>

#### • **Rahmen**

Der Arbeitskreis trifft etwa vier bis sechsmal für je zwei bis drei Stunden zusammen. Eine Gesamtstundenanzahl von 10 bis 12 Stunden ist meist ausreichend. Ein- bis zweiwöchentliche Abstände zwischen den Sitzungen haben sich bewährt, die Wahrnehmung der TeilnehmerInnen für gesundheitsrelevante Thematiken im Arbeitsalltag schärft sich und es ist Zeit zum Austausch mit KollegInnen, welche nicht am Zirkel teilnehmen.

#### • **Regeln**

- Der Zirkel tagt auf Wunsch bzw. mit Zustimmung des Unternehmens.
- Zirkelarbeit erfolgt im Auftrag des Unternehmens und ist daher Arbeitszeit.
- Die Teilnahme am Zirkel ist freiwillig.
- Den MitarbeiterInnen wird die regelmäßige Teilnahme am GZ ermöglicht.
- Bei Terminvereinbarungen werden Arbeitsspitzen berücksichtigt.