

ReSum

Ressourcen und Stressmanagement für un- und angelernte Mitarbeiter

Hintergrund:

Die Gesundheit und Leistungsfähigkeit aller Beschäftigten sind für den betrieblichen Erfolg wesentlich. Belastungen und Gesundheitsbeeinträchtigungen sind bei un- und angelernten Beschäftigten besonders hoch. So üben gering qualifizierte Personen häufig Tätigkeiten aus, die durch eine Kombination aus geringer Kontrolle bei gleichzeitig hohen körperlichen und psychosozialen Belastungen gekennzeichnet sind, z.B. in monotonen Tätigkeiten und bei Schicht- und Nachtarbeit. Darüber hinaus üben viele Un- und Angelernte mehrere Erwerbstätigkeiten gleichzeitig aus. Frauen sind von Mehrfachbelastungen besonders betroffen, da für sie insbesondere Anforderungen durch Haushalts- und Betreuungstätigkeiten hinzukommen. Die Teilnahmemotivation von un- und angelernten Beschäftigten an Maßnahmen der Gesundheitsförderung ist gering. Gleichzeitig fehlen zielgruppengerechte Maßnahmen zur Gesundheitsförderung, die von Multiplikatoren (Krankenkassen, Betriebsärzte, Sozialberatung, Fachkräfte für Arbeitssicherheit) routinemäßig in den Betrieben angeboten werden.

Das Projekt „ReSuM“:

ReSuM steht für **R**essourcen- und **S**tressmanagement für un- und angelernte Mitarbeiter. Es handelt sich hierbei um eine Maßnahme, die speziell für die Zielgruppe von un- und angelernten Beschäftigten entwickelt wurde und auf ihre speziellen Bedürfnisse und Belastungen zugeschnitten ist.

Die Maßnahme wurde unter Federführung der Arbeits- und Organisationspsychologie der Universität Hamburg mit Bewegungs- und Wirtschaftswissenschaftlern, Betriebspartnern sowie Präventionsanbietern, wie Betriebsärzten und Krankenkassen, entwickelt.

Im Rahmen der Intervention werden die Un- und Angelernten qualifiziert, mit Stress besser umzugehen, sowohl alleine als auch im Team.

Teilgenommene Betriebe in der Erprobungs- und Evaluationsphase:

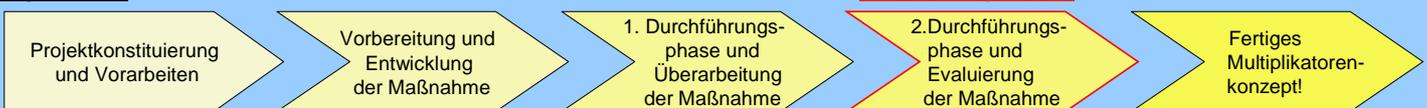
Erprobungsphase 2007

- Grundfos Pumpenfabrik GmbH, Wahlstedt
- Berliner Stadtreinigung
- Stadt Dortmund
- Stadt Bremen
- Evangelische Kirche Bremen
- Contempo Personal GmbH, Freiburg

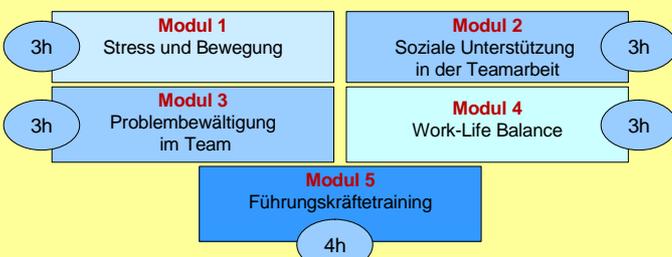
Evaluationsphase 2008

- Grundfos Pumpenfabrik GmbH, Wahlstedt
- Berliner Stadtreinigung
- Berliner Verkehrsgesellschaft
- Moll Marzipan GmbH, Berlin
- Stadt Pinneberg
- Hamburger Stadtreinigung
- Studierendenwerk Hamburg

Projekttablauf:



Die RESUM-Maßnahme:



Die Intervention läuft über 5 Wochen mit jeweils ca. einwöchigen Abständen zwischen den Sitzungen.

Das Besondere an RESUM:

- Ziele der Maßnahme sind:
 - verbesserte individuelle Stressbewältigung
 - verbesserte gemeinsame Stressbewältigung im Team
 - verbessertes Bewegungsverhalten
 - verbesserte Zusammenarbeit im Team, um die gesundheitsförderlichen Potenziale der Teamarbeit zu nutzen, z.B. soziale Unterstützung, gemeinsames Problemlösen
- Die Maßnahme richtet sich an Teams und deren Vorgesetzte, um
 - neben individueller auch gemeinsame Stressbewältigung zu nutzen
 - die Teilnahmemotivation zu stärken
 - den Transfer in den Arbeitsalltag zu erleichtern

Teilnehmende Präventionsanbieter:

- AOK Schleswig-Holstein
- AOK Westfalen-Lippe
- IKK Baden-Württemberg und Hessen
- Fachdienste für Arbeitsschutz der Stadt Bremen
- Landesverband der Deutschen Betriebs- und Werksärzte Hamburg
- Ärztekammer Berlin und Akademie für Arbeitsmedizin und Gesundheitsschutz
- Arbeit und Gesundheit e.V.

Prozessevaluation in der Erprobungsphase:

- Die Sitzungen unterscheiden sich hinsichtlich:
 - der manualgerechten Umsetzung, der Stimmung nach der Sitzung, Beziehung zum Trainer und der erfahrenen Hilfe zur Stressbewältigung
- Die Betriebe unterscheiden sich hinsichtlich:
 - des Geschlechts, des Teamentwicklungsniveaus, der manualgerechten Umsetzung, der Beziehung zum Trainer, des Anteils an Migrantinnen und der kulturellen Diversität

Ergebnisevaluation in der Erprobungsphase:

- kurzfristige Zunahme von Fürsorge durch den Vorgesetzten
- kurzfristige Zunahme von Bewegung als Stressbewältigungsstrategie
- verzögerte Verbesserung der gemeinsamen Aufgabenbewältigung und der gemeinsamen Wirksamkeit
- geschlechtsspezifische Effekte: alle Trainings mit Männern waren effektiv hinsichtlich Ressourcen der Teamarbeit, Fürsorge und Bewegung

Mitwirkende



Dr. Christine Busch



Dipl.-Psych. Julia Clasen



Dipl.-Psych. Rahel Duresso



Cand.-Psych. Jenny Hampel



Cand.-Psych. Tillmann Krüger



Dr. Gunnar Liedtke



Prof. Dr. Eva Bamberg