

DREILÄNDERTAGUNG  
BETRIEBLICHE  
GESUNDHEITSFÖRDERUNG



VONEINANDER LERNEN,  
GEMEINSAM IMPULSE SETZEN

DIENSTAG, 25. UND MITTWOCH, 26. APRIL 2023  
RORSCHACH, SCHWEIZ

FACHFORUM „Stärken im Arbeitsleben fördern: ressourcenorientierte Ansätze“

## Job Crafting von Beschäftigten fördern – Entwicklung digitaler Lösungen

Gregor Jenny, Zentrum für Salutogenese, EBPI POH, Universität Zürich



University of  
Zurich<sup>UZH</sup>

Center of Salutogenesis



## Interventions- und Evaluationsforschung

Führungs- und Team-  
Entwicklung

Individuelle, proaktive  
Gestaltung der Arbeit  
(Job Crafting)



**Salutogene Ausrichtung** (Ressourcen, Befähigung, Partizipation)



**Systemischer Hintergrund** (Logiken komplexer soziale Systeme)

**Digitalisierung unsere Interventionen** (Web-Applikationen)





**Wo unsere digitale Reise beginnt...**

1997

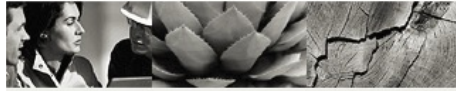
Gesunde Betriebe –  
Gesunde Mitarbeiter  
und Mitarbeiterinnen

Leitfaden zur  
Gesundheitsförderung  
im Betrieb

Thomas Pfister  
Carla Mom



INSTITUT FÜR  
SOZIAL- UND PRÄVENTIVMEDIZIN  
DER UNIVERSITÄT ZÜRICH



### Willkommen auf KMU-vital

Sie sind als KMU an der **Gesundheitsförderung in Ihrem Betrieb** interessiert? Sie möchten die Vorteile kennenlernen und erkunden, wie Sie die Aufgabe zielgerichtet angehen können? Gesundheitsförderung Schweiz stellt Ihnen kostenlos einen **praxiserprobten Werkzeugkasten** bereit, der Sie dabei unterstützt.

Auf den folgenden Seiten finden Sie Informationen und Module, die Sie anleiten, wie Sie Ihren Betrieb gesundheitsförderlich gestalten können.



Das KMU-vital Programm wurde von erfahrenen Spezialisten der betrieblichen Gesundheitsförderung entwickelt und während 3 Jahren (2001-2004) in **zehn Pilot-Betrieben der Deutsch- und Westschweiz** praktisch getestet. Lesen Sie unter **KMU-Porträts** die Erfahrungen dieser Betriebe und lassen Sie sich dadurch inspirieren!

Das Programm wird wissenschaftlich evaluiert und aufgrund der Erfahrungen in der betrieblichen Praxis laufend verbessert.

#### > Orientierungshilfe

Wie weit ist betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) in Ihrem Unternehmen entwickelt? Machen Sie unseren **BGM-Check**. Eine Auswertung zeigt Ihnen auf, wo Ihre Stärken liegen und wo Sie sich allenfalls verbessern können.

#### > BGM-Check

**KMU-vital®: Ein Programm von Gesundheitsförderung Schweiz  
Gemeinsam Chancen schaffen – für gesunde Betriebe**

### News

#### Kurs Messung von Stress / Gesundheit

Üben Sie sich im Einreichen einer Stressbefragung mit dem S-Tool. >

#### > Home

über KMU-vital  
Vorteile der BGF  
Buch zu KMU-vital  
Module  
Fokusthemen  
KMU-Porträts  
Nutzung  
Referenzen

#### FAQ

News  
Medienberichte  
Weiterbildung

#### Friendly Work Space®

Kontakt und Beratung  
Links

français  
italiano



2017

The screenshot shows the wecoach website interface. A large red 'X' is drawn across the entire page. Handwritten purple annotations include the word 'Balance' with arrows pointing to the main content area and a box containing the text 'Reorg ohne Ende die linke Hand weiss nicht was die Rechte macht viel zu viel zu tun'. The website content includes a sidebar with 'Brainstorming Arbeitsressourcen' and 'Brainstorming Arbeitsbelastungen' sections, a main heading 'Brainstorming Arbeitsbelastungen', and a text prompt: 'Geben Sie hier einige Stichworte ein, die was Sie **stresst oder ärgert** bei der Arbeit. Was zehrt an Ihren **Nerven** und **raubt Ihnen Energie**?'. The footer contains the wecoach logo and navigation links: 'Copyright 2017 | CH Solutions GmbH', 'Über uns', 'Impressum', 'Datenschutz', and 'Kontakt'.

**2023**



## **Digitale Tools sind eine Herausforderung für Forscher:innen**

User Interface + Experience, **Market(ing), Kosten, Updates** (Arigo et al., 2019)

## **Individuelles Nutzungsverhalten: „hop on, hop off“**

**Adhärenz + Engagement** (Kelders et al., 2020, Jakob et al., 2021)

## **Organisationen sind auch nicht viel besser**

**Wert, Zeit, soziale Dynamiken** (Grimm et al., 2020)



# New Work – New Interventions!

(siehe Jenny & Bauer, erscheint 2023)

## 1 Spielerische + dynamische Arbeitsgestaltung

Storytelling, Emotionen, „playful work design“ (Scharp et al., 2022), kreativ und agil, „playbook“

## 2 Fusion von Konzepten aus Psychologie und IKT (...)

Integrative behavioural design (Cash et al., 2022; Perski et al., 2017; Jenny & Bauer, accepted)

## 3 Einbettung in die (laufende) digitale Transformation

Vision einer sinn-orientierten und agilen neuen Arbeitswelt, viele Labs und Experimente

# Atlassian Team Playbook

Team Playbook Plays Why Team Playbook Ways of Working at Atlassian

Successful teams use these top Plays often to continually improve teamwork.

- Retrospective**  
Provide a safe space to discuss what worked and what didn't.  
[Play instructions →](#)
- Roles & Responsibilities**  
Clarify who does what, plus identify gaps and overlaps.  
[Play instructions →](#)
- Health Monitor**  
Self-assess against eight attributes found in high-performing teams to...  
[Play instructions →](#)
- DACI Decision-making Framework**  
Define each person's role in making high-impact group decisions.  
[Play instructions →](#)
- Icebreaker Activities**  
Build relationships and move your work forward at the same time.  
[Play instructions →](#)
- Objectives and Key Results (OKRs)**  
Challenge your team to reach new heights, and track your progress.  
[Play instructions →](#)

# Mindtools

mindtools.com/pages/main/newMN\_TCS.htm

Subscribe to Our Newsletter  
Receive new career skills every week, plus get our latest offers and a free downloadable.  
First name:   
Email:   
[Read our Privacy Policy](#) [Subscribe](#)

Start Here (5)

Action-Based Strategies (5)

Perception-Based Strategies (10)

- Dealing With Guilt**  
Gaining Positive Outcomes From Negative Emotions  
12 MIN READ
- Are You a Positive or Negative Thinker?**  
21 MIN READ
- Positive Thinking, Thought Awareness, and Rational Thinking**  
12 MIN READ
- Cognitive Restructuring**  
Reducing Stress by Changing Your Thinking  
9 MIN READ

Take Control of Your Time With This Free Workbook  
Download this popular 40-page workbook for FREE when you become a Club member before midnight, May 24.  
[Get the Free Toolkit](#)

Guided Imagery • Using Affirmations • The ABC Model • Perfectionism

# Helsana Coach

9:41

Strengthen Your Attention  
**Concentration**  
5-10 minutes  
[GET STARTED](#)

Picked for you

- Discover
- Coach
- Challenges
- Progress

...personalisierte „Journeys“ von Micro-Aktivitäten



Schreiben Sie eine Geschichte zu Ihrer Arbeitssituation – inkl. automatischer Auswertung Ihrer Emotionen

## Crafting Play

aktive Gestaltung von Balance und S

Schreiben Sie eine Geschichte zu Ihrer Arbeitssituation – inkl. automatischer Auswertung Ihrer Emotionen

12 Fragen zu Ressourcen und Belastungen im Job

Chatten Sie mit einer künstlichen Intelligenz zum Sinn im Beruf (und Leben...)

Spielen Sie ein Mini-Game zum Thema Balance bei der Arbeit

Wählen Sie Bilder aus, die bei Ihnen Energie wecken

Wählen Sie Bilder aus, die bei Ihnen Energie wecken

Spielen Sie ein Mini-Game zum Thema Balance bei der Arbeit

Chatten Sie mit einer künstlichen Intelligenz zum Sinn im Beruf (und Leben...)

## Ressourcenbilder



### Ihre Geschichte

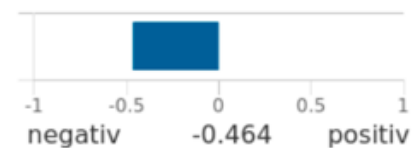
Ich bin auf der Suche nach Ruhe dem Fluss entlang gelaufen. Die Sonne schien warm, die Luft summt von Insekten und

V  
s  
k  
a  
e  
u

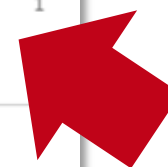
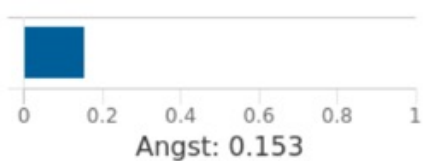
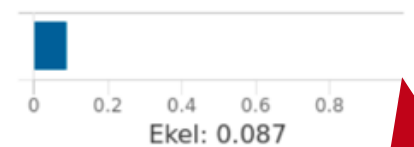
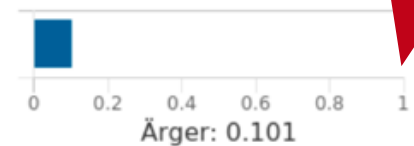
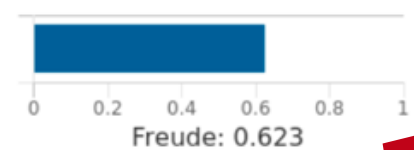
[Redacted text]

und her, und ging nach Hause.

### Stimmung



### Emotionen



melancholisch



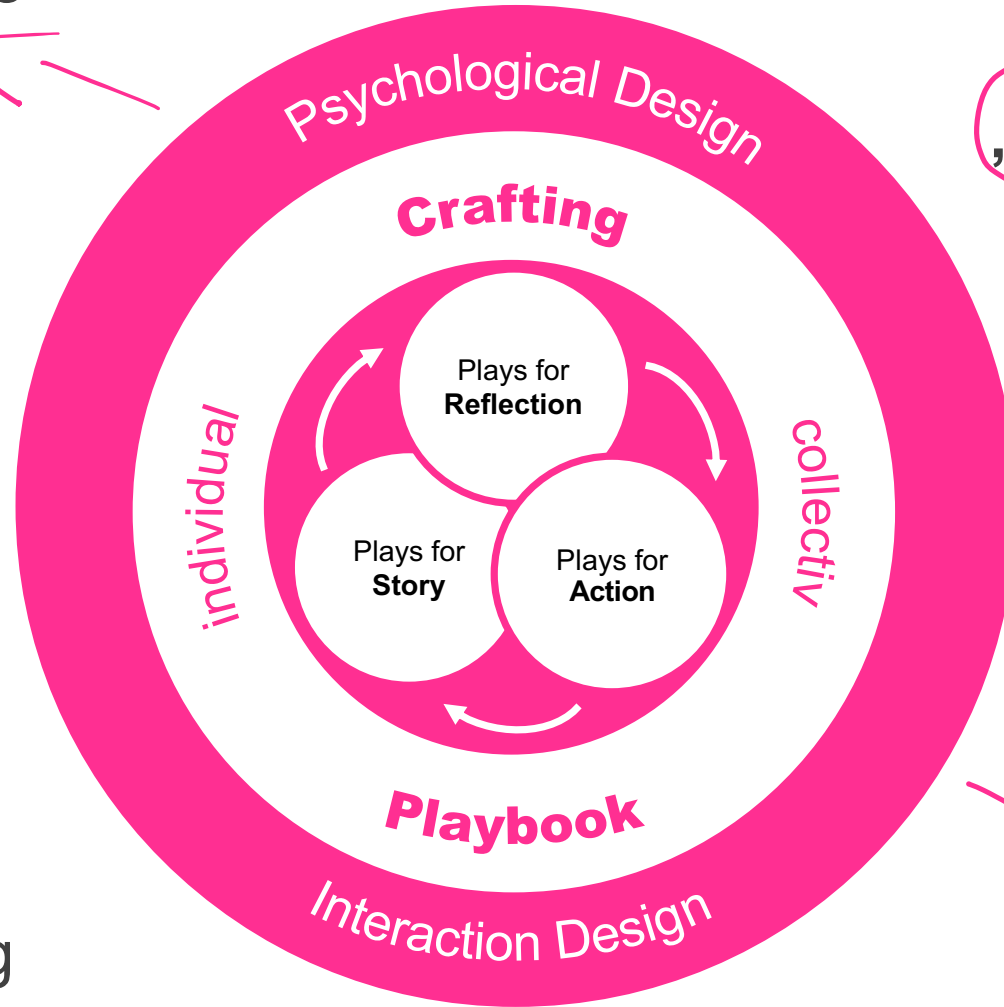
## Reflexions-Plays

Selbstwahrnehmung  
Selbsterkenntnis  
Handlungsbedarf

„Play Stifter:innen“

„Open source“ Gemeinschaft

„Multi-player“ Option



## Story-Plays

Mentale Modelle  
,Growth mindset'  
Positive Aktivierung

**Action-Plays**  
Ziele + Pläne  
Selbstwirksamkeit  
Ergebniserwartung



**The  
Crafting  
Circle**

# Vision: Dynamische, offene, mehrsprachige Forschungs-Bildungs-Praxis-Plattform



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

