

ORIGINAL

Der AOK-Newsletter für Betriebs- und Personalräte

28/09/2018

AOK
Die Gesundheitskasse.

DIE GUTE NACHRICHT

Hilfe und Beratung: Tritt ein Pflegefall in der Familie auf, dann ist das nicht nur für den Betroffenen selbst eine schwierige Situation, sondern auch für deren Angehörige. Sie müssen in der Regel die Pflege organisieren, Leistungen beantragen und viele wichtige Entscheidungen treffen. Die AOK lässt Pflegebedürftige und ihre Angehörigen in dieser Situation nicht allein und unterstützt sie bei ersten Planungsschritten mit individueller Beratung. Dabei geht es auch um Leistungen für die Pflege in den eigenen vier Wänden oder im Pflegeheim.

[> Mehr Infos.](#)

INHALT

> Seite 3

Integration am Arbeitsmarkt

Immer mehr nach Deutschland geflüchtete Menschen absolvieren eine Ausbildung.

> Seite 4

Hilfe per Mausclick

Ein neues Online-Programm unterstützt Angehörige von depressiv Erkrankten.

So bringen Sie Ihre Stärken ein

Die eigene Arbeitswelt eigenständig gestalten: Darum geht es beim Job-Crafting. Was sich noch hinter dem Begriff verbirgt, erläutert der Hamburger Arbeitspsychologe Jan Dettmers.

[> Interview.](#)

„Gestalter der eigenen Arbeitswelt sein“

Zum Gestalter der eigenen Arbeit werden: Darum geht es beim Job-Crafting. Welche Chancen eigenverantwortliches Handeln für größeren Erfolg im Beruf bietet, erläutert Arbeitspsychologe Jan Dettmers.



Dr. Jan Dettmers ist Professor für Arbeits- und Organisationspsychologie an der Medical School Hamburg. Seine Forschungsschwerpunkte liegen in den Bereichen flexible Arbeit und Gesundheit, Dienstleistungsarbeit und Innovation. Er war Referent beim iga-Expertendialog, der kürzlich beim AOK-Bundesverband in Berlin stattfand.

Herr Professor Dettmers, es gibt einen Trend zur immer stärkeren Flexibilisierung der Arbeit, sicher auch getrieben von der Digitalisierung. Was bedeutet das für die Beschäftigten?

Dettmers: Immer mehr Beschäftigte können ihre Arbeitszeit weitgehend frei einteilen und erhalten weniger Vorgaben von Vorgesetzten. Die Mitarbeiter können selbst entscheiden, wann und von wo aus sie arbeiten. Sie haben viel Eigenverantwortung, müssen sich gut organisieren.

Aber nicht überall ist das so.

Dettmers: Ja, es gibt auch eine andere Seite, gewissermaßen die Kehrseite der Digitalisierung. Wir beobachten in vielen Jobs die Tendenz, Vorgänge zu standardisieren, den Mitarbeitern klare Vorgaben zu machen und Handlungsspielräume einzuschränken. Und dennoch: In beiden Gruppen gibt es Kollegen, die unzufrieden sind und unter den Arbeitsbedingungen leiden.

Was kann man dagegen tun?

Dettmers: Grundsätzlich bleibt es dabei: Der Arbeitgeber hat eine Fürsorgepflicht. Er muss für ein ordentliches Arbeitsumfeld sorgen, damit alle motiviert sind und gesund bleiben. Darüber hinaus gibt es aber einen weiteren interessanten Ansatz: das Job-Crafting, also die eigene Arbeit gestalten.

Können Sie den Begriff genauer erläutern?

Dettmers: Job-Crafting geht davon aus, dass Beschäftigte durch eigenes, selbst initiiertes Verhalten Gestalter ihrer Arbeitswelt werden und ihre Stärken besser einbringen können. Jeder sollte sich überlegen: Was kann ich tun, um Stresseinwirkungen zu verringern? Manchmal ist es etwa möglich, als nervig empfundene Aufgaben zu reduzieren oder sie an einen Kollegen abzugeben, dem sie vielleicht mehr liegen. Ich suche mir dafür andere Tätigkeiten, die besser zu mir passen. Auf der anderen Seite kann es dem eigenen Wohlbefinden dienen, mir Unterstützung von Kollegen zu holen. Oder meinen Vorgesetzten zu bitten, mir Feedback zu meiner Arbeit zu geben.

Ob Job-Crafting funktioniert, hängt sicher von der Persönlichkeitsstruktur ab?

Dettmers: Ja. Menschen, die zurückhaltender sind oder die es gewohnt sind, Anweisungen zu befolgen, tun sich mit dem Thema schwerer als Mitarbeiter, die selbst aktiv werden. Das Gute: Man kann Job-Crafting lernen. Es gibt inzwischen auch Trainings.

Funktioniert die Methode in jedem Unternehmen?

Dettmers: In flexiblen Unternehmen funktioniert Job-Crafting tendenziell besser als in Firmen mit eher starren Hierarchien. Man sollte sich aber bewusst sein: Es geht nicht darum, dass Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der Reihe tanzen. Sie sollen vielmehr kleinere Veränderungen in ihrem Umfeld vornehmen, die das Leben leichter machen. Dafür brauchen wir natürlich Führungskräfte, die so etwas zulassen, die die Chancen erkennen und Mitarbeiter-Initiativen wertschätzen.





Atypisch beschäftigt

Etwa jeder fünfte Erwerbstätige in Deutschland ist atypisch beschäftigt. Das geht aus einer Antwort der Bundesregierung auf eine kleine Anfrage der Linken hervor. So hätten im Jahr 2017 rund 7,7 Millionen Menschen entweder in Teilzeit mit 20 oder weniger Arbeitsstunden pro Woche gearbeitet, seien Minijobber oder Leiharbeiter gewesen oder hätten nur befristete Verträge gehabt. Damit seien 2,5 Millionen mehr Menschen in einem atypischen Arbeitsverhältnis beschäftigt gewesen als vor zwanzig Jahren. Den Angaben zufolge sind Frauen (30 Prozent) wesentlich häufiger betroffen als Männer (12,2 Prozent). Auch jüngere Menschen zwischen 15 und 25 seien häufig atypisch beschäftigt (30,9 Prozent).

Mit atypischen Beschäftigungen können Arbeitnehmer den Anspruch, den eigenen Lebensunterhalt und eventuell den von Angehörigen voll zu finanzieren, häufig nur bedingt erfüllen, heißt es in der Antwort weiter.

[> Mehr Infos.](#)

Flüchtlinge in Ausbildung

Immer mehr junge Flüchtlinge machen in Deutschland eine Ausbildung. Das geht aus einer Antwort des Bundeswirtschaftsministeriums auf eine kleine Anfrage der Grünen-Fraktion hervor. Demnach waren zum Stichtag 30. September 2017 fast 28.000 Auszubildende aus den acht Hauptherkunftsländern von Asylbewerbern sozialversicherungspflichtig beschäftigt. Ein Jahr zuvor seien es erst gut 12.000 gewesen.

Den Angaben zufolge stammen knapp 10.000 der Auszubildenden aus Afghanistan, gut 8.000 aus Syrien und fast 3.000 aus dem Irak. Etwa 3.900 kamen aus den afrikanischen Ländern Eritrea, Nigeria und Somalia, 1.800 aus dem Iran und rund 1.000 aus Pakistan. Auch die Zahl der Flüchtlinge, die sich um einen Ausbildungsplatz beworben haben, sei im selben Zeitraum gestiegen: von gut 10.200 auf über 26.400.

[> Mehr Infos.](#)



§ ERFAHRUNG

Wer im öffentlichen Dienst nach mehreren befristeten Verträgen einen unbefristeten Arbeitsvertrag erhält, muss entsprechend seiner Berufserfahrung entlohnt werden.

Das hat das Bundesarbeitsgericht in Erfurt entschieden. Voraussetzung sei, dass es sich um denselben Arbeitgeber und eine gleichwertige Tätigkeit handelt. Außerdem dürfe es zwischen den einzelnen Verträgen keine mehr als sechsmonatigen Unterbrechungen gegeben haben. Geklagt hatte eine Erzieherin einer Kindertagesstätte in einer Kleinstadt im Kreis Lippe. Sie war dort von 1996 bis 2008 mehrfach hintereinander befristet beschäftigt gewesen. Zwischen den einzelnen Arbeitsverträgen lagen kurze Unterbrechungen von nicht mehr als fünf Monaten. Im Jahr 2008 erhielt die Erzieherin einen unbefristeten Vertrag. Die Kommune bezahlte sie nach dem Tarifvertrag für den öffentlichen Dienst für kommunale Bedienstete. Nach Auffassung der Klägerin stufte die Kommune sie jedoch in eine für ihre in den befristeten Arbeitsverhältnissen gesammelten Erfahrungen zu niedrige Gehaltsstufe ein. Die Erfurter Richter gaben der Erzieherin recht.

BAG, Az.: 6 AZR 836/16



Online-Hilfe für Angehörige von Depressionskranken

Um Angehörige im Umgang mit depressiv erkrankten Familienmitgliedern oder Freunden zu unterstützen, hat die AOK ein neues Online-Programm gestartet: Der „Familiencoach Depression“ hilft den Angehörigen der Betroffenen, mit häufigen Symptomen wie Freudlosigkeit oder Antriebslosigkeit besser umzugehen.

Das Programm basiert auf Inhalten von Psychoedukationskursen, die die Belastung der Angehörigen nachweislich senken können. „In vier Trainingsbereichen erfährt man, wie man seinen erkrankten Angehörigen, Freund oder Bekannten unterstützen und sich selbst vor Überlastung schützen kann“, so Professor Elisabeth Schramm vom Universitätsklinikum Freiburg. Sie hat das kostenfrei verfügbare Programm in Zusammenarbeit mit der AOK entwickelt.

„Der Umgang mit einem depressiv erkrankten nahestehenden Menschen kann mit großen Sorgen verbunden sein und die Angehörigen mitunter an ihre Belastungsgrenzen bringen“, so Schramm. Das wissenschaftlich fundierte Online-Programm zeigt unter anderem in 14 Videos, wie es gelingt, die Beziehung zum erkrankten Angehörigen wieder zu stärken, mit Krisensituationen umzugehen, den Erkrankten zu unterstützen und sich selbst in dieser schwierigen Situation nicht zu überfordern. Zudem vermittelt das Programm Wissen über die Erkrankung. Experten geben in kurzen Interviews wichtige Hinweise – etwa zur Frage, wie man sich verhalten sollte, wenn man bei einem Familienmitglied oder Freund Suizid-Gedanken vermutet. Der Familiencoach Depression ist mit Fokusgruppen von Angehörigen und Patienten entwickelt worden.

> Zum Familiencoach Depression.

> Mehr Infos.



INTERESSANTE LINKS

Einladung zum
2. Deutschen Zuckerreduktionsgipfel.

> www.aok-bv.de

Was tun gegen teure Pillen?

> www.wido.de



FRAGE – ANTWORT

Wie heißt das neue Online-Programm für Angehörige depressiv erkrankter Menschen?

> Hier antworten ...

Die Gewinner werden von der KomPart informiert. Wir verwenden Ihre Daten ausschließlich für die Auslosung des Gewinnspiels. Ihre Daten werden danach vernichtet. Informationen zum Datenschutz finden Sie im Impressum.

**GEWINNEN* SIE EINEN
50-EURO-SCHEIN!**

Zugestellt per Post.

Einsendeschluss: **5. Oktober 2018**

Gewinnerin des letzten Preisrätsels:
S. Daubenmerkl, 90330 Nürnberg

* Die Gewinne sind gesponsert und stammen nicht aus Beitragseinnahmen.

> Impressum

Herausgeber:
AOK-Bundesverband GbR
Redaktion und Grafik:
KomPart Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG
10178 Berlin, Rosenthaler Str. 31
> www.kompart.de

Verantwortlich: Werner Mahlau
Redaktion: Thomas Hommel, Katleen Krause
Grafik: Nadja Schindler
Fotos: S.2, L.: privat, S.4: aok.de (S.1: Lightcome, S.2, R: conicBestiary, S.3, L: Wavebreakmedia, M: DMEPhotography, R: 09910190) iStockphoto
Informationen zum Datenschutz finden Sie hier:
www.aok-original.de/datenschutz.html

