



BGM bei Continental – Von Äpfeln zur Achtsamkeit

CCG Ringvorlesung Betriebliches Gesundheitsmanagement
Hamburg, 15. November 2017

Dr. Anja Rivera de la Cruz
Director Corporate Health Continental AG

Continental-Konzern

Überblick 2016

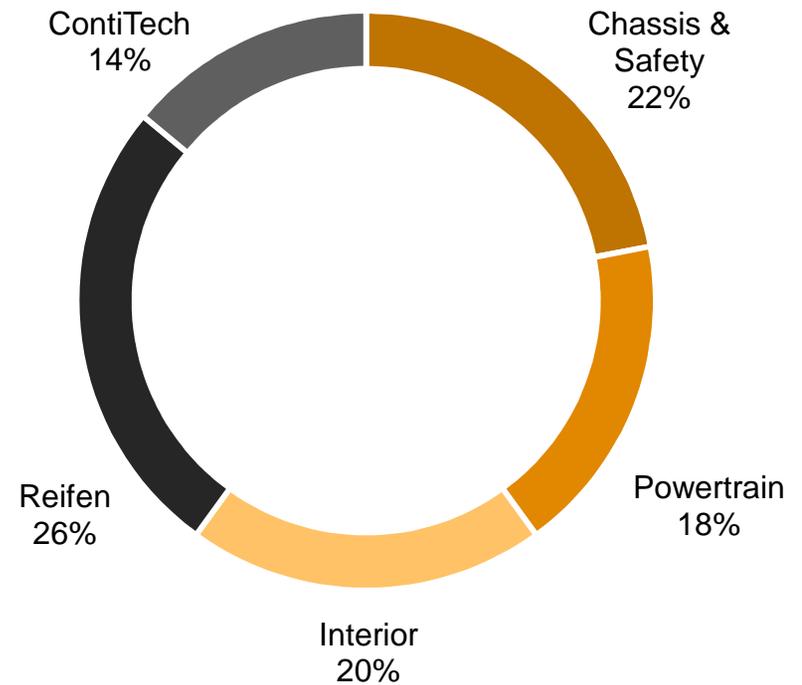
-
- › Seit 1871 mit Hauptsitz in Hannover

 - › 40,5 Mrd € Umsatz

 - › 220.137 Mitarbeiter weltweit

 - › 427 Standorte in 56 Ländern

Umsatzanteile der Divisionen in %



Stand: 31.12.2016

Digitale Transformation – Conti ist mitten drin!



SENIOR EXECUTIVE CONVENTION 2017

VALUES CREATE VALUE:
WE SHAPE THE DIGITAL
FUTURE OF MOBILITY.

Automatisiertes Fahren

Automated Driving – die Zukunft schon heute

Die Fahrerassistenzsysteme von heute liefern die Basis zum Automatisierten Fahren der Zukunft.

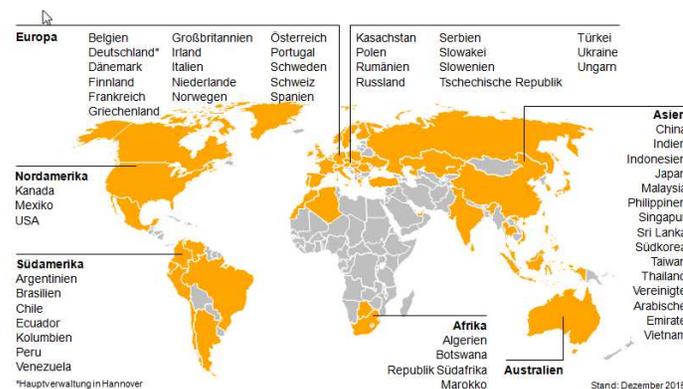
Mit aller Innovationskraft treibt Continental diesen Trend weiter voran und entwickelt intelligente Technologien.



BGM bei Conti – die Herausforderungen



- › Großkonzern mit dezentraler Struktur und Matrixorganisation
- › Hohe innere Diversität (Kulturen, Arbeitsplätze, Rahmenbedingungen...)
- › Extrem schnelles Wachstum – organisch und durch Merger
- › Technologie-Konzern im War for Talents
- › Digitale Transformation läuft auf Hochtouren
- › Wirtschaftlichkeit = hohe Priorität



BGM bei Continental – eine kleine Zeitreise!



Verständnis von BGM 2008...



„Unsere Fehlzeiten sind zu hoch – da müssen wir jetzt mal schnell ein paar BGF-Maßnahmen anleiern!

Eine schöne Obsttüte, das wäre doch was!

Oder wir machen einen Gesundheitstag!

Lauftreff und Massageangebot haben wir doch schon...



Herr Schulz, Sie haben doch noch Luft, kümmern Sie sich mal ein bisschen um das Thema Gesundheitsförderung.

Naja, wir wissen, ja, bringt nicht viel und es kommen eh immer die Falschen....

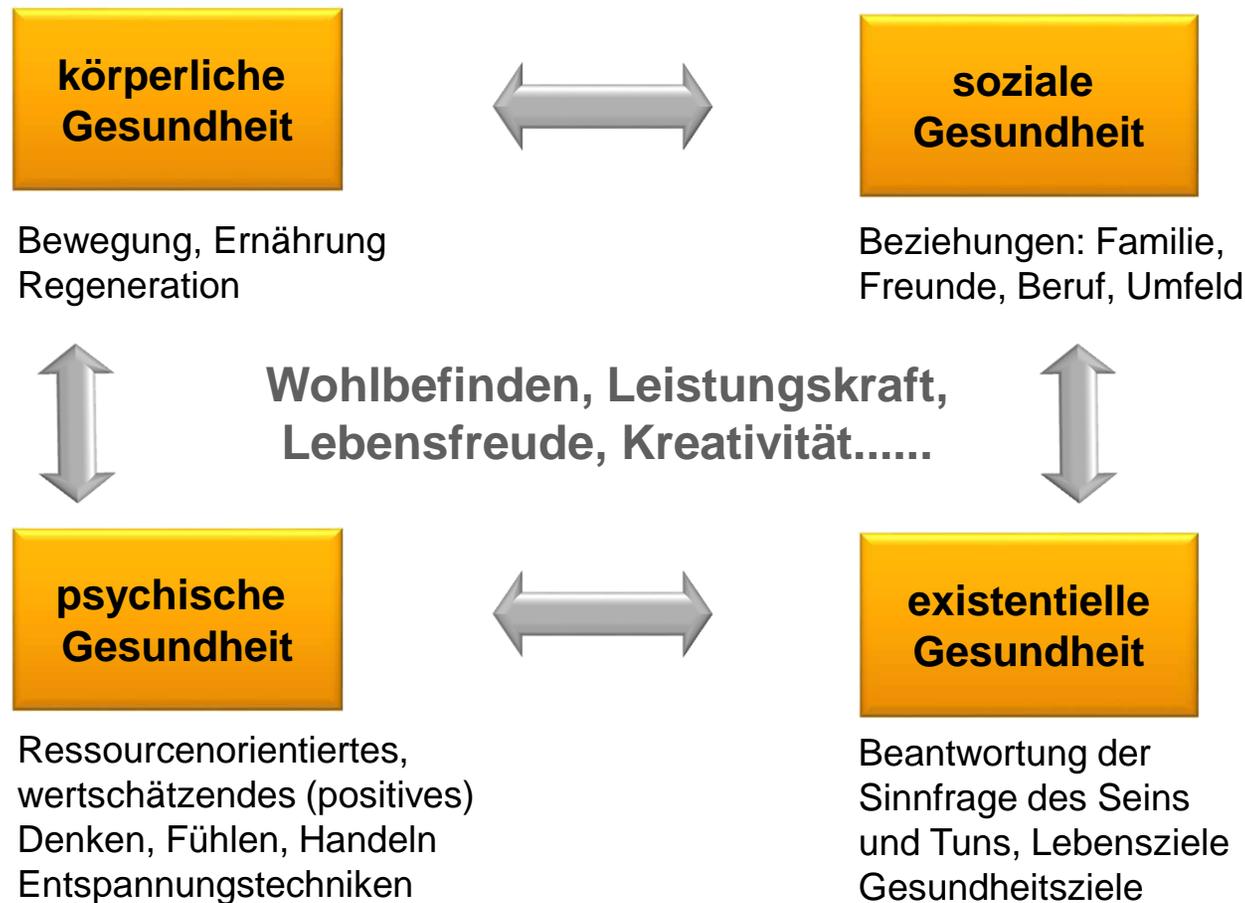
Die richtigen Hebel...?



Die richtigen Hebel...?



Worauf zahlen Äpfel ein?



Quelle: Dr. Matthias Lauterbach, Gesundheitscoaching, Carl-Auer-Verlag 2005

Verständnis von BGM 2017 – das Treibermodell



Wie lautet der Auftrag?

CEO Dr. Degenhart auf der Senior Executive Convention Februar 2017: DA GEHT´S LANG!!!

Our Successful Future in Motion 

QUALITY FIRST
SERVITIZATION MOBILITY SERVICES
THE TECHNOLOGY LEADER
MOST ATTRACTIVE AND PROGRESSIVE EMPLOYER
NETWORK CULTURE FEEDBACK



Helfen uns da Äpfel?? Nö. Nicht wirklich! Stattdessen...



- › Kernaufgaben des BGM 2017:
 - › Digitalisierung und Wachstum gesund gestalten
 - › Resilienz aufbauen
 - › Unternehmens- und Wertekultur entwickeln
 - › Attraktivität als Arbeitgeber erhöhen

**Wir arbeiten an den Wurzeln
unseres Strategiebauums!!!**



Strategie Corporate Health – Fokus 2017 / 2018



Vision:

Wir bieten allen eine gesunde Unternehmenskultur!

Wir fördern Resilienz!

Wir unterstützen die
Transformation!



BGM @Conti: Programme 2017



Kultur	Führung	Menschen	Arbeit
Luxemburger Deklaration	Health Check Executives	Jahresprogramm BGM der Standorte	Internationales Rollout Ergonomie-Programm
Leitlinien Gesundheitsmanagement	Healthy Leadership I	EAP	Leitfaden Psychische Gefährdungsbeurteilung
	Healthy Leadership II	Stress Control	
	workingMind – Achtsames Führen	Suchtprävention	
Gesundheitsziele CSR	Burnout-Prävention FKs Mettnau	Gesundheitsförderer	
		ContiVital– Health Check und Coaching	
Projekt „Gemeinsam gesund – Fehlzeiten senken“			
Continental Gesundheitsindex			



Key Performance Indicators Gesundheit – Was ist das Problem?



- › Einzige verfügbare Messgröße zur Gesundheit meistens: „Krankenstand“ (= Häufigkeit gelber Schein)
- › Aber: Nicht alle Abwesenden sind krank. Nicht alle Anwesenden sind gesund.
- › Keine Info darüber, wie es den Anwesenden geht.
- › Keine Messung der Wirkung von Maßnahmen der Gesundheitsförderung auf die Befindlichkeit unserer Mitarbeiter
- › Keine Frühwarnindikatoren für Fehlzeiten verfügbar
- › Bedarf der Mitarbeiter wird nicht systematisch ermittelt
- › Fazit: **Wir sind im Blindflug unterwegs!**



Continental Health Index

- › Diagnostik-Instrument zum Thema Gesundheit in der Organisation
- › Organisationsdiagnostik, keine individuelle Diagnostik!!!!
- › Wissenschaftlich evaluierter Fragebogen mit 37 Items
- › Ausfüllzeit < 10 Minuten

Cockpit Health Index (Illustration)



Health Index Continental – Abdeckung der gewählten Themenfelder



Themenfeld Treibermodell	Umsetzung Health Index	Anzahl Items
Demografische Daten	Altersgruppe, Schicht, Art des Arbeitsplatzes	3
Subjektiver Gesundheitszustand	Körperliche Beschwerden aus dem GBB-24	7
Psychosoziales Wohlbefinden	Wellbeing-Index der WHO	5
Work-Life-Balance	Work-Privacy-Konflikte COPSOQ	2
Gesundheitsverhalten	Bewegung, Rauchen, Gewicht	3
Subjektive Arbeitsfähigkeit	Selbsteinschätzung Arbeitsfähigkeit aus Work-Ability-Index	4
Führung	Führungsqualität aus COPSOQ	5
Qualität sozialer Beziehungen	Soziale Unterstützung aus COPSOQ	4
Sinn / Commitment	Sinn / Bedeutung COPSOQ	2
Wahrnehmung von Angeboten	Information und Wahrnehmung BGM	2

Gesundheitsindex Continental – Panelbefragung 2017



Es ergaben sich in der Entwicklung zwei wesentliche Probleme:

- › Trotz Einsatz evaluierter Fragebögen waren keine Referenzwerte für deutsche Erwerbsbevölkerung zugreifbar
- › Evaluierung unseres Fragebogens nur an Conti-Mitarbeitern nicht ausreichend
- › Lösung: Panelbefragung zur Generierung von Referenzwerten in der deutschen Erwerbsbevölkerung bei GfK beauftragt
 - › 1.000 Teilnehmer
 - › Durchführung Mai 2017



Strukturgleichungsmodell (2) Strukturgleichungsmodell



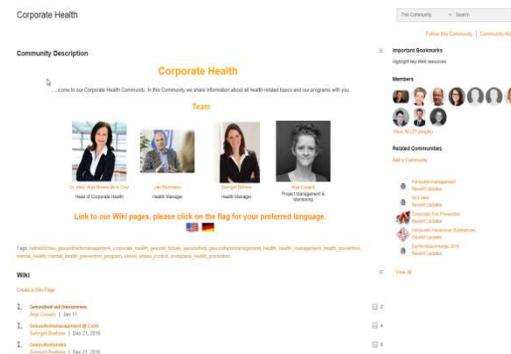
CFI: 0,900
IFI: 0,901
NFI: 0,885
RMSEA: 0,076

Corporate Medien im BGM

Intranet



ConNext



Conti Intern



+ Klassische Medien:

Poster, Flyer, Beilagen in Gehaltsmitteilungen
Standortzeitungen
Displays in Kantinen, Foyers etc

BGM @Conti: Programme 2017



Kultur	Führung	Menschen	Arbeit
Luxemburger Deklaration	Health Check Executives	Jahresprogramm BGM der Standorte	Internationales Rollout Ergonomie-Programm
Leitlinien Gesundheitsmanagement	Healthy Leadership I	EAP	Leitfaden Psychische Gefährdungsbeurteilung
	Healthy Leadership II	Stress Control	
	Suchtprävention		
Gesundheitsziele CSR	workingMind – Achtsames Führen	Gesundheitsförderer	
	Burnout-Prävention FKs Mettnau	ContiVital– Health Check und Coaching	
Projekt „Gemeinsam gesund – Fehlzeiten senken“			
Continental Gesundheitsindex			



Arbeiten im Digital Age fordert die Elastizität unseres Gehirns...



- › Steigende Komplexität von Aufgaben und Fragestellungen
- › Hoher Innovationsdruck
- › Arbeit im Wandel:
 - › Globale Kollaboration in Netzwerken, Nutzung kollektiver Intelligenz
 - › Selbstorganisation von Teams
 - › Virtuelles Arbeiten
 - › mobile work
- › Ständig neue Kommunikationskanäle
- › Ambiguität und Unsicherheiten
- › Tempo zieht weiter an...



Bisherige Bewältigungsstrategien noch ausreichend...?!



- › Konsequentes Zeitmanagement
- › Ziele setzen, auch privat
- › Priorisieren, nein sagen
- › Partizipatives Führen
- › Sport treiben, Entspannungstraining, Äpfel...;-)
- › Auf Work-Life-Balance achten
- › Pausen machen, ausreichend Schlaf
- › ...



Für viele leider nicht!



Full Mind or Mindful?

Wenn man so nicht enden möchte: Achtsamkeit hilft!



- › Was ist Achtsamkeit?
 - › Ein klarer Bewusstseinszustand, der es erlaubt, jede innere und äußere Erfahrung im gegenwärtigen Moment wertfrei zu registrieren und zuzulassen, Reaktionen zu bedenken und Gedanken und Emotionen einzuordnen.
- › Achtsamkeit kann man trainieren durch
 - › Meditation
 - › Integration achtsamer Haltungen
 - › Umsetzung achtsamer Verhaltensweisen in den Alltag
 - › Achtsamen Umgang mit anderen



Achtsamkeit – wichtiges Rüstzeug für das Digital Age!



Einige wissenschaftlich belegte Wirkungen von Achtsamkeit:

- › Weniger Burnout, weniger wahrgenommener Stress
- › Bessere Fokussierung, geringere Ablenkbarkeit
- › Höhere geistige Flexibilität
- › Mehr Empathie und höhere emotionale Stabilität
- › Verbesserte Teamleistungen



Achtsamkeitspraxis hält unser Gehirn gesund und funktionstüchtig, unterstützt die effektive Selbstregulation und schützt vor schädlichen Wirkungen von Stress.

Quellen: Mackenzie et al 2006; Singh et al 2006; Schenström 2006; Krasner et al 2009; Hölzel et al 2011

Passt Achtsamkeit in einen Technologiekonzern wie Continental?

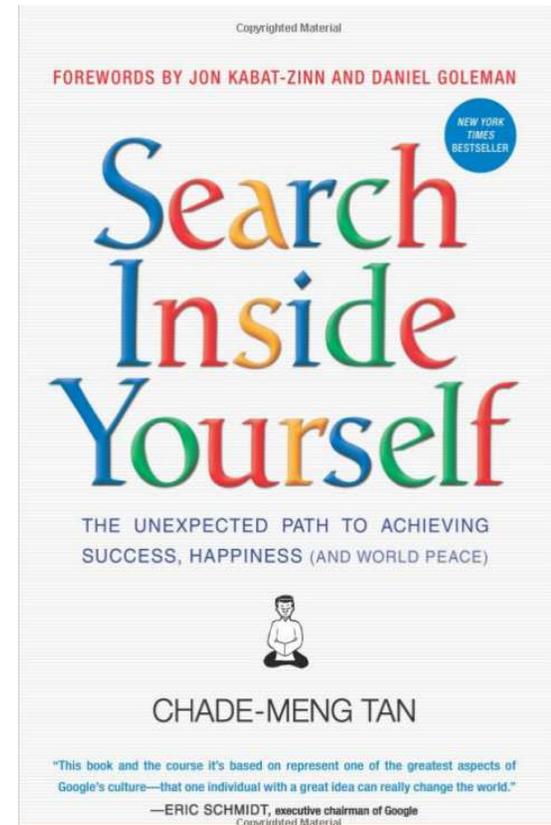


› Wir hatten unsere Zweifel – aber es funktioniert!

Alle Senior Executives im Konzern erhielten im März 2014 das Buch mit einem persönlichen Brief von Dr. Degenhart:

„In einer zunehmend komplexen, sich sehr schnell verändernden Welt mit ihrer mehrdeutigen Informationsflut und ihren vielfach verschwimmenden Sinneseindrücken sind Selbstvergewisserung und Achtsamkeit ein wichtiger innerer Kompass für das eigene Handeln.“

„Für die Zukunftsfähigkeit von Continental und unsere weiteren Erfolge sind Achtsamkeit und emotionale Intelligenz von entscheidender Bedeutung. Davon bin ich fest überzeugt!“



Unser Weg zu Conti workingMind – Achtsames Führen



- › Oktober 2014: Chris Tamjidi von Kalapa Academy ist Key-Note-Speaker auf unserem Netzwerktreffen Gesundheit
- › Januar 2016: Die Gesundheitstrainer gehen als Erste auf die Kissen!
- › Januar – Mai 2016: erfolgreiches Pilot-Programm in unserer Hauptverwaltung
- › August 2016: Customizing Mindfulness –
Das Ergebnis: **Conti workingMind!**



Erfolgreicher Start!

- › Oktober 2016: Start Rollout Deutschland!
- › In 2017 bereits 8 Kurse durchgeführt
- › Mai 2017 – Kickoff workingMind China – begeisterte Teilnehmer!



Kontakt



Dr. Anja Rivera de la Cruz
Director Corporate Health
Corporate S & H

Phone: +49 (511) 938-5638
E-Mail: anja.rivera@conti.de