

Prof. Dr. phil. Dr. med. Michael Kastner

„Perspektive 50+“

Unternehmen unter dem Aspekt älter
werdender Belegschaften

Gliederung

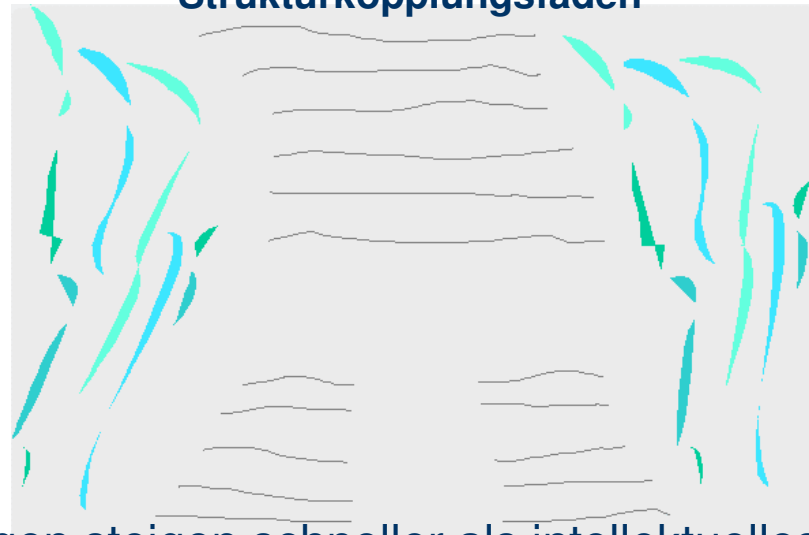
- Wie ist der Mensch hinsichtlich des Alterns „gebaut“?
- Was braucht diesbezüglich die Gesellschaft? Tätigkeitskontinuum
- Gesundheitsverhalten Älterer
- Probleme älterer Beschäftigter
- Aktives Altern unter individuellem Aspekt
- Aktives Altern und Altersmanagement unter gesellschaftlichem Aspekt
- Auf dem Weg zu einem altersgerechten Arbeitsplatz
- Auf dem Weg zu einer altersgerechten Organisationskultur

Planbarkeit

Entwicklung
des Milieus

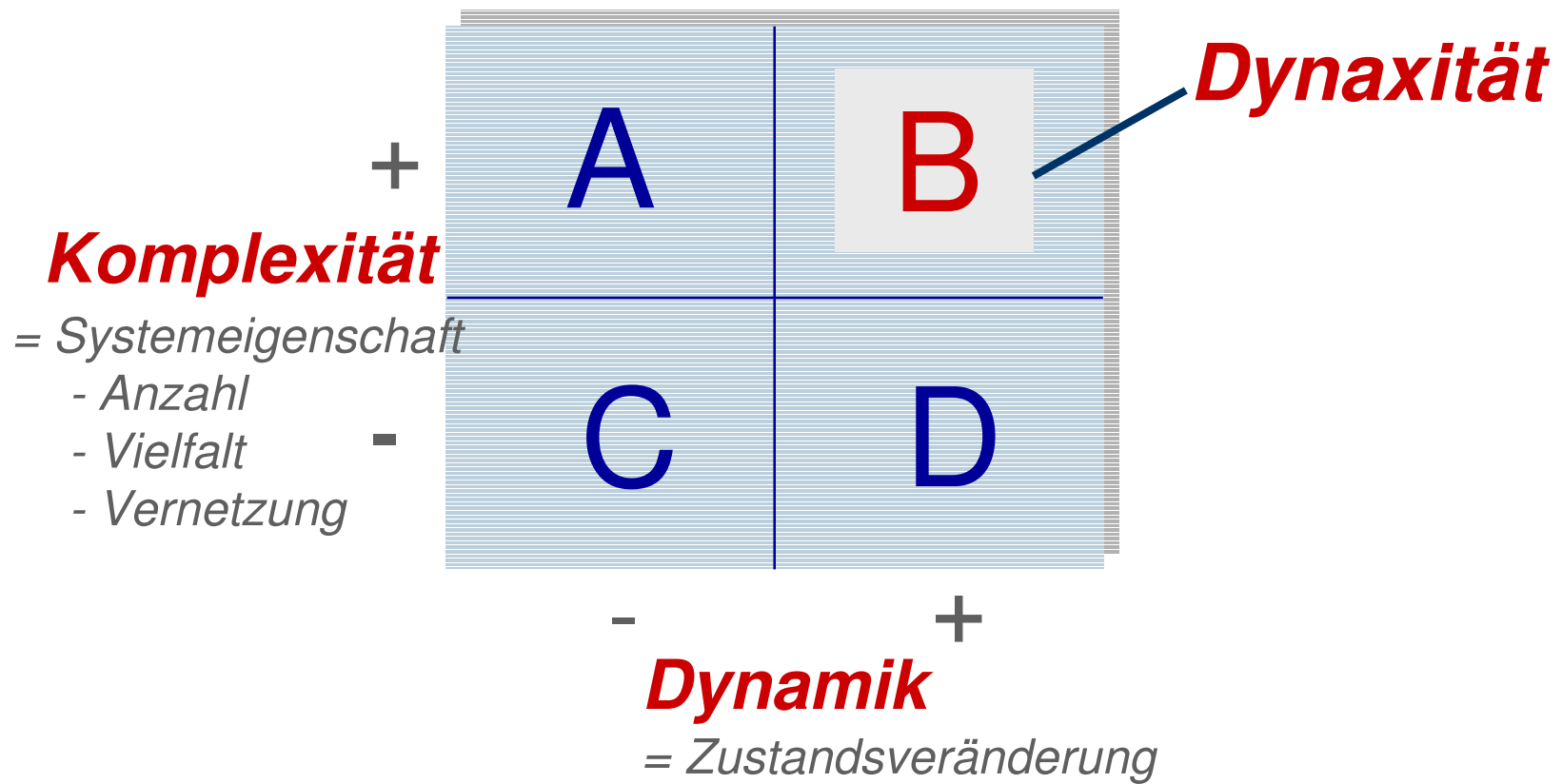
Strukturkopplungsfäden

Entwicklung
des Menschen



- Anforderungen steigen schneller als intellektuelles Potential
- Dynaxität fördert psychosoziale Beeinträchtigungen
- Demographische Entwicklung
- Brain-Drain
- Down-Shifting

Dynaxität



In Wirtschaft und Verwaltung brauchen wir Systeme ...

- ★ in denen wir die Work Life Balance mit Freude bewältigen, uns gebraucht fühlen und sinnvoll betätigen (wider der Defizithypothese),
- ★ in denen sich präventive Aktivitäten zum Gesundheitserhalt auch für Ältere materiell lohnen, wie in der beruflichen Weiterbildung auch,
- ★ in denen Personen über 50 Jahre wegen ihrer Erfahrung erwünscht sind und entsprechende Anerkennung erfahren, was wiederum die Gesundheit fördert, (siehe Gratifikationskrise),
- ★ in denen wir Kulturen schaffen, die uns sehr langfristig psychisch gesund erhalten und effizient arbeiten lassen, Vertrauensfehlerlerninnovationskultur,
- ★ in denen eine gezielte (Ältere, Frauen) Personalpflege, betriebliche Gesundheitsförderung und Gesundheitsmanagement ebenso selbstverständlich sind wie Organisations- und Personalentwicklung.

Gesundheits- bzw. Krankheitsverhalten Älterer

- ★ 2005 galt ein Drittel der Krankheiten als therapierbar. Bald sollen es zwei Drittel sein, die allerdings von immer weniger Menschen bezahlbar sein werden.
- ★ 80% der Kosten werden durch Zivilisationskrankheiten verursacht (z. B. der Diabetes II). Wer in Deutschland ohne chronische Krankheiten 60 Jahre alt ist, hat noch eine Überlebenswahrscheinlichkeit von 19 Jahren. Wer 65 Jahre alt ist wird im Schnitt 81 Jahre alt.
- ★ Kinder und Alte bewegen sich weniger, sitzen vor dem Fernseher, dem PC, der Play-Station und ernähren sich falsch.
- ★ Die größten Kostenreserven liegen im präventiven Gesundheitsverhalten der Menschen selbst, u. a. im aktiven Altern.

Probleme und Chancen hinsichtlich älterer Beschäftigter

(1)

- ★ Bei den über 45 Jährigen ist in Deutschland jeder vierte arbeitslos. In einer europäischen Beschäftigungsstrategie soll die Erwerbsquote älterer Menschen auf über 50% gesteigert werden.
- ★ Eine Befragung von 25.000 Beschäftigten ergab als Eigenschaftsprofile älterer Beschäftigter an Stärken: Verantwortung, Sozialkompetenz, psychische Belastbarkeit und Selbstständigkeit. Deutlich weniger genannt wurden physische Belastbarkeit, Lernfähigkeit und Lernbereitschaft.
- ★ Die meisten Unternehmen hätten lieber jüngere MitarbeiterInnen. Ältere werden als Notlösung verstanden.

Probleme und Chancen hinsichtlich älterer Beschäftigter

(2)

- Aktivitäten wie 50 plus oder 45 plus versuchen Ältere besser in den Arbeitsmarkt zu (re)integrieren durch:
 - ✳ Erläuterung der Probleme des demographischen Wandels,
 - ✳ Zielgruppenspezifische Qualifizierungen,
 - ✳ Wiederherstellung der Beschäftigungsfähigkeit Älterer,
 - ✳ Verdeutlichung des vorhandenen Potenzials der Älteren,
 - ✳ Aufbau von Netzwerken mit Unternehmen und Gründung von Kompetenz-Zentren zur besseren Vermittlung Älterer.

Probleme und Chancen hinsichtlich älterer Beschäftigter

(3)

- Aktivitäten wie 50 plus oder 45 plus versuchen Ältere besser in den Arbeitsmarkt zu (re)integrieren durch:
 - ★ Schaffung eines flexiblen Fördersystems für Ältere,
 - ★ Unterstützung der Betriebe bei der Anpassung an die demographische Entwicklung,
 - ★ Betriebliche Gesundheitsförderung für Ältere,
 - ★ Betriebliche Weiterbildung für Ältere, um Kompetenzen nicht nur zu erhalten sondern zu erweitern (lebenslanges Lernen).

Statistiken zur Gesundheit Älterer

(1)

- ★ Die Älteren werden seltener arbeitsunfähig, aber wenn, dann deutlich länger. Entsprechendes gilt für die Krankheitsdauer.
- ★ Bei den Jungen bis 24 Jahre sind Atemwegserkrankungen mit kurzer Krankheitsdauer und private Unfälle etwa doppelt so häufig wie bei den Älteren.
- ★ Bei den Jungen finden wir hohe Fallzahlen bei den psychiatrischen, den Hautkrankheiten und bei den Harn- und Geschlechtskrankheiten.
- ★ Generell nimmt von Generation zu Generation die physische Leistungsfähigkeit der Jüngeren ab (zu wenig Bewegung, falsche Ernährung, sitzende Tätigkeiten).
- ★ Verdauungserkrankungen sind bei Jungen bis 24 Jahren etwa doppelt so häufig wie bei Personen über 55 Jahre. Umgekehrt ist aber deren Falldauer fast dreimal so lang wie bei den Jungen. Ein ähnliches Bild zeigt sich bei den privaten Unfällen und den Arbeitsunfällen.

Statistiken zur Gesundheit Älterer

(2)

- ★ Bei Älteren spielen Verschleißerkrankungen, v. a. Muskel-Skelett, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs eine deutlich größere Rolle.
- ★ Im Durchschnitt finden wir bei 45 bis 54 Jährigen fast 65% mehr Arbeitsunfähigkeitstage als bei den bis 24 Jährigen. Bei den über 55 Jährigen finden sich noch einmal 50% mehr als bei den 45 bis 54 Jährigen.
- ★ Psychische Erkrankungen steigen und gehören mit einer durchschnittlichen Falldauer von 24 Kalendertagen zu den langwierigen Krankheiten. Sie sind mit knapp 12 Tagen bei den bis 24 Jährigen im Vergleich kurz, mit gut 38 Kalendertagen bei den über 55 Jährigen sehr lang.

Was bedeutet nun aktives Altern?

(1)

- Nutzen von seriösen Anti-Aging-Programmen
- Selbststeuerung in der Körperwelt muss ermöglicht werden
 - ★ langfristiger Aufbau körperlicher Leistungs- und Regenerationsfähigkeit
 - ★ Jogging spätestens bis 30 Jahre
 - ★ Power-Walking
 - ★ moderater Muskelaufbau
 - ★ Ernährung, Vitamine
 - ★ 2 – 3 Liter / Tag
 - ★ Meidung ionisierender Strahlung
 - ★ sexuelle Aktivität

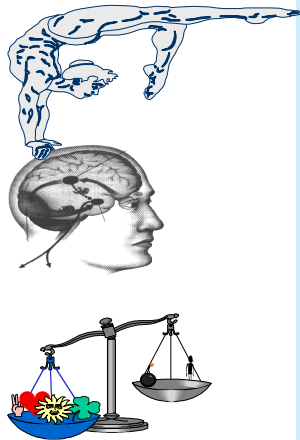
Was bedeutet nun aktives Altern?

(2)

- Selbststeuerung in der Geisteswelt
 - ★ Kohärenz
 - ★ Zielentwicklung
 - ★ Seligman
 - ★ Umgang mit Dynaxität
 - ★ lebenslanges Lernen
- Selbststeuerung in der Lebenswelt
 - ★ Umgang mit Angst
 - ★ Umgang mit Ärger / Frustration
 - ★ Umgang mit Freude / Glück
 - ★ Umgang mit Challenge / Flow
- Selbststeuerung bei Prozessen zwischen den drei Welten
 - ★ gesunde versus pathologische Kommunikation
 - ★ Selbstmotivation und Volition

Zugänge

Person



Medizin

Psychologie

Antioxidantien

Regeneration

Neurogenese

Kohärenz

Pillen

Psycho-Neuro-Immuno-Endo-krinologie

Ärger

Situation

Ergonomie

Sicherheit

**Organi-
sation**

Epidemiologie

Vertrauensfehlerlern-
innovationskultur

Anti-Aging-Medizin

■ Präventiv-Medizin:

- ★ Primär- und Sekundärprävention als Krankheitsvorbeugung, Alternsprozesse berücksichtigen. Funktionstüchtigkeit erhalten, Bluthochdruck, Herz-Kreislaufkrankungen, Krebs, Degenerative Erkrankungen (Gelenke, Wirbelsäule) weniger wahrscheinlich machen.

■ Anti-Aging-Angebote:

- ★ 25% Wellness (Wohlfühl- und Fitness-Bereich), 25% Kosmetik und ästhetische Behandlungen, 20% Klassisch-medizinische Verhaltensmedizin, 30% Kommerz.

Altern

- ★ genetisches Altern
- ★ biochemisches Altern, negative Wirkungen der freien Radikale, Antioxidantien (Vitamine A, E, C, Spurenelemente wie Selen)
- ★ hormonelles Altern, Reduktion von Östrogenen, Testosteron, DHEA, Thymusfaktoren (Serotonin, Melatonin, Wachstumshormon)
- ★ Alterung durch Umwelteinflüsse (Strahlung, Chemikalien, Abgase, Lärm) und Lebensführung (Drogen, Rauchen, Bewegungsmangel, Stress, Schlafdefizite)

Methoden des Anti-Aging

- * Entspannungsverfahren
- * Massagen, Öle
- * Naturheilkundliche Ernährung
- * Hämatogene Oxidationstherapie
- * Vitamingaben
- * Substitution von Hormonen

Altersmanagement unter gesellschaftlichem Aspekt

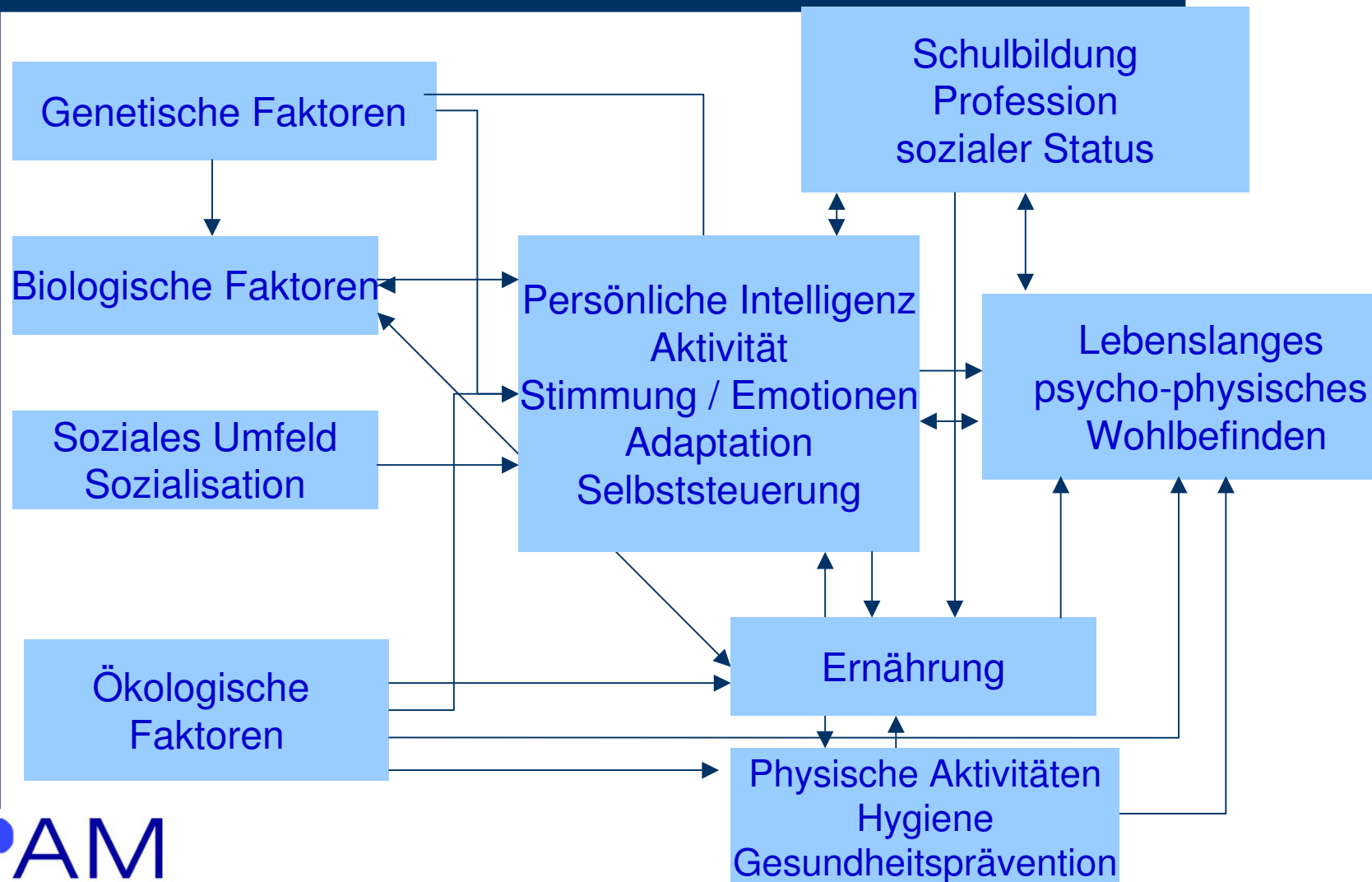
- * Ältere sind häufiger arbeitslos, krank, einsam, Pflegefälle
- * Erwerbsquote zwischen 55 und 64 Jahren in Deutschland bei 38%
- * Frühverrentung senkt Aktivität
- * Nachfrage nach Gesundheit steigt, gleichzeitig weniger bezahlbar
- * Betriebliche Gesundheitsförderung im Sinne des proaktiven Alterns nur für Hochqualifizierte

Wichtige Prädiktoren für „happy and well“ statt „sad and sick“

(60-jährige Harvard-Studie)

- ★ no smoking
- ★ gesundes Körpergewicht
- ★ wenig Alkohol
- ★ regelmäßige Bewegung
- ★ solide Partnerbeziehung
- ★ adäquater Umgang mit Stress
- ★ gute und lange Ausbildung

Modell des aktiven Alterns



Faktoren des Gesundheitsverhaltens



Auf dem Weg zu einem altersgerechten Arbeitsplatz

- ★ Entspannungsverfahren, Differenzierung von altersgerechten Jobs und Arbeitsplätzen nach Branchen und Berufen (körperlich, psychisch („Burnout-Jobs“), kognitiv verschleißende Tätigkeiten, Tätigkeiten mit kurzzeitigem Verantwortungsdruck (Broker), Tätigkeiten mit kurzfristigen Höchstbeanspruchungen (Militärpiloten, Fluglotsen)
- ★ Differenzierung der Arbeitsplätze nach Dynaxität, Vertrautheit, Planbarkeit, Vorhersehbarkeit, Vorhersagbarkeit etc.
- ★ Leistungsgesundheit, Verschiebung zwischen den Arbeitsplätzen (z. B. Audi)
- ★ Alle Aktivitäten, die verhindern, dass man durch den Arbeitsplatz krank wird (z. B. ZF)
- ★ Kategorisierung nach Belastungen (z. B. Flugsicherung) und deren Einführung in die Tarifierung
- ★ Ergonomische Optimierung analog der Produkte für Ältere

Auf dem Weg zu einer altersgerechten Organisationskultur

- ★ Wider die Beschleunigungskultur
- ★ Stressauslösende Zeitverdichtung
- ★ Pausenregelungen und Schichtdienste
- ★ Differenzierung nach „Erstfirma“ und Auffanggesellschaft
- ★ Gleitender Übergang in den Ruhestand
- ★ Qualifizierung auch für Ältere
- ★ Selbstorganisierende Gruppen für Ältere
- ★ Organisation des Übergangs durch die richtigen Anreizsysteme (z. B. Finnland: positive Anreize für längeres Verbleiben, z. B. höhere Rente für längeres Verbleiben, Professoren, die sich selbst vertreten etc.)