

## **Verbesserung der kognitiven Leistungsfähigkeit durch eine Maßnahme der betrieblichen Gesundheitsförderung – Untersuchung zum Teilnahme- und Teilnehmerverhalten**

### **Zusammenfassung**

Nicht zuletzt der demographische Wandel stellt Betriebe vor die Herausforderung, im Sinne einer Investition in Gesundheit das Angebot des betrieblichen Gesundheitsmanagements so auszugestalten, dass die Beschäftigungsfähigkeit erhalten und gefördert wird. Wesentlich ist der Aspekt, die Leistungsmöglichkeiten der Beschäftigten kontinuierlich zu fördern, um offen und flexibel auf neue Anforderungen und Herausforderungen des Berufsalltags über das gesamte Erwerbsleben reagieren zu können. In der Praxis ist allerdings festzustellen, dass das Angebot in den Betrieben und die Nachfrage nach derartigen Programmen schwierig in Einklang zu bringen sind und auch der Erfolg des Angebotes durchaus unterschiedlich ausfallen kann.

Zielstellung dieser Arbeit war, eine umfassende Evaluation einer Maßnahme der betrieblichen Gesundheitsförderung durchzuführen. Über eine Wirksamkeitsprüfung hinaus wurden moderierende, umsetzungsbezogene Einflussfaktoren untersucht, die den Effekt der Intervention mitbestimmen. Hierzu wurde eine umfassende Prozessevaluation durchgeführt. Gegenstand der Untersuchung war ein dreimonatiges PC-gestütztes kognitives Training, das in einem großen Automobilunternehmen für ältere Arbeitnehmer angeboten wurde. Das Ziel dieser Maßnahme der betrieblichen Gesundheitsförderung war, die kognitive Kompetenz älterer Arbeitnehmer mit einer durch Monotonie geprägten Tätigkeit zu fördern.

Die Intervention wurde im Rahmen einer randomisierten kontrollierten Studie durchgeführt. Es wurden Probanden, die 40 Jahre und älter und in der Produktion tätig waren, in die Studie eingeschlossen. 120 Teilnehmer wurden zufällig der Interventions- oder Wartekontrollgruppe zugewiesen. Die Interventionsgruppe nahm in 20 Sitzungsterminen an einem kognitiven Training teil. Nach Beendigung des Trainings wurde der Kontrollgruppe eine anders gestaltete gleichlange Schulungsmaßnahme – Stresstraining plus kognitives Training – angeboten.

Eine Messung der kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmer wurde vor Beginn der Intervention sowie unmittelbar nach Beendigung der Trainingsmaßnahme durchgeführt. Zudem wurden die Probanden gebeten, am ersten Schultag, an allen 20 Unterrichtstagen sowie am

letzten Unterrichtstag verschiedene etablierte und eigenentwickelte Fragebögen auszufüllen. So wurde die Teilnahmemotivation in einer Skala zur positiven Konsequenzerwartung erfasst. Items, die verschiedene positive Folgen beschrieben, die sich aus der Teilnahme an der Maßnahme ergaben, wurden in Anlehnung an die spezifische Konsequenzerwartung und Kompetenzerwartung formuliert. Angelehnt an Untersuchungen zur Unterrichtsevaluation wurde die Bewertung verschiedener Aspekte der gerade erlebten Trainingseinheit durch die Teilnehmer erhoben, die mit den Dimensionen „Anregung“, „Stoff“ und „Sozial“ umschrieben werden konnten. Weiterhin wurde ein Monitoring des Leistungsfortschritts der Teilnehmer in den PC-gestützten Übungen vorgenommen.

Die Bedingungen, die zur Entstehung der Programmwirkung beitrugen, wurden mit Hilfe der Schlüsselemente der Prozessevaluation [Umfeld (context), Rekrutierung (recruitment), Teilnahmerate (reach), verfügbare Dosis (dose delivered), effektive Dosis (dose received), Behandlungstreue (fidelity), Umsetzung (implementation)] erfasst und beschrieben.

Zusätzlich wurde eine Bedarfsermittlung anhand eines Vergleichs von Teilnehmern und Nicht-Teilnehmern durchgeführt. Zu diesem Zweck wurden Mitarbeiter über die Gründe ihrer Nicht-Teilnahme schriftlich befragt.

Ein Trainingsprogramm mit einer möglichst hohen Teilnahmerate durchzuführen, ist ein implizites Ziel der Gesundheitsförderung. Zur Gewinnung von Teilnehmern wurden in dieser Maßnahme sowohl passive als auch aktive Strategien gewählt. Diese breitgefächerte Werbestrategie wurde honoriert. Dennoch erwies sich die soziale Komponente als ausbaufähig, wie z.B. die persönliche Ansprache durch Vorgesetzte. Verbesserungspotentiale waren hier durch eine stärkere Unterstützung sowie die Einbindung derartiger Maßnahmen in die Arbeitsplanung gegeben.

Ein hoher Bekanntheitsgrad war allerdings nicht gleichbedeutend mit einer hohen Teilnahmerate. Eine zentrale Fragestellung war, welche Mechanismen die Teilnahme an dem kognitiven Training steuerten und in welchen Faktoren unterschieden sich Teilnehmer und Nicht-Teilnehmer. Soziodemografisch unterschieden sich die befragten Arbeitnehmer, die nicht an der Maßnahme teilnahmen, nicht von den Trainings-Teilnehmern. Auch schätzten beide Gruppen ihren subjektiven Gesundheitszustand gleich gut ein, ebenso die derzeit erreichte Arbeitsfähigkeit. Von zentraler Bedeutung war die Motivation. Die Folgen einer Trainingsteilnahme wurden von Nicht-Teilnehmern und Teilnehmern unterschiedlich

eingeschätzt. Die Konsequenzerwartung der Teilnehmer war signifikant höher als die der Nicht-Teilnehmer. Dies gilt sowohl für die Skala insgesamt als auch für einzelne Items der Skala.

Nicht nur die Entscheidung für die Teilnahme an einer Intervention, sondern auch die Beteiligung während des Programms stellten einen Erfolgsfaktor der Intervention dar. Die Teilnehmerrate, gemittelt über alle Trainingseinheiten, war sehr hoch, verbunden mit einer extrem niedrigen Drop-out-Rate. Die Teilnehmer, die das Training beendeten, nahmen an mindestens 85% der Trainingsstunden teil, über die Hälfte der Teilnehmer war bei allen Trainingseinheiten.

Neben der Anwesenheit wurden auch die Beteiligung und aktive Aufnahme der Trainingsstunden erfasst. Hierfür wurde die Bewertung der verschiedenen Aspekte der gerade erlebten Trainingseinheit herangezogen. Die Teilnehmer konnten anhand ihrer Bewertung in verschiedene Gruppen eingeteilt werden, in diejenigen, die über die Zeit einen positiven Trend in der Beurteilung aufwiesen und diejenigen, die der Trainingsmaßnahme weniger zugewandt waren.

Unter Berücksichtigung der Motivationslage ergab sich ein differenzierteres Bild. Die Teilnehmer, deren Motivation weiterhin hoch blieb bzw. gesteigert wurde, beschäftigten sich intensiver mit den PC-Übungen, und sie profitierten am stärksten von dem kognitiven Training.

Die Ergebnisse zeigen, dass die Beurteilung der Interventionsmaßnahme nicht nur allein anhand der Outcomeveränderung erfolgen sollte. Sie ist zu verknüpfen mit der vorangehenden Frage nach dem subjektiven Bedarf. Ebenso ist die aktive Beteiligung an der Trainingsmaßnahme miteinzubeziehen.

Einschränkend ist festzuhalten, dass hier nur eine Interventionsmaßnahme mit einer begrenzten Teilnehmerzahl untersucht werden konnte. Zudem war die Intensität der Befragung außerordentlich hoch. Eine Reduktion der Befragungsintervalle mit dem Ziel einer Entlastung der Teilnehmer wäre zu prüfen.