

Prof. Dr. Karlheinz Sonntag ist Seniorprofessor an der Universität Heidelberg und war dort von 1993 bis 2020 Inhaber des Lehrstuhls für Arbeits- und Organisationspsychologie. Zuvor forschte er an der LMU München und der Universität Kassel und war als Gastprofessor an

der Universität Bern (1999), der Wirtschaftsuniversität Wien (2005) und der Université de Fribourg (2007) tätig. Als Prorektor für Qualitätsentwicklung an der Universität Heidelberg implementierte er von 2009 bis 2013 das Qualitätsmanagement-System HeiQuality. Die Forschungsschwerpunkte des Arbeitspsychologen liegen unter anderem in der humanen und gesundheitsförderlichen Gestaltung flexibler und mobiler Arbeitsformen der digitalen Transformation, der Analyse des Führungsverhaltens in organisationalen Veränderungsprozessen, der Potentialanalyse (älterer) Erwerbstätiger, der Gestaltung von Work-Life-Balance und der Personalentwicklung.

Prof. Dr. Karlheinz Sonntag  
Seniorprofessor  
Arbeits- und Organisationspsychologie  
Universität Heidelberg  
Hauptstr. 47-51, 69117 Heidelberg  
www.gesundearbeit-mega.de

### Faxbestellung unter: ++49(0)8744-967755

- Bestellung per Mail: verlag@asanger.de
- Bestellung per Telefon: ++49(0)8744-7262

Versandkosten Inland 1.95 € (ab 30 € im Inland frei Haus).  
Versandkosten Ausland siehe www.asanger.de

_____ Name, Vorname
_____ Straße/Postfach
_____ Land/ PLZ, Ort
_____ Telefon/Fax/E-Mail
_____ Datum, Unterschrift

Vertrauensgarantie: Ich kann diese Bestellung innerhalb von 10 Tagen (Poststempel) durch eine schriftliche Mitteilung beim Verlag widerrufen. (Stand August 2020)

Ich bestelle .....Stück zum Preis von 26.00 €/Stk.

**Karlheinz Sonntag (Hrsg.)**  
**Moderne Arbeit präventiv gestalten, gesund und kompetent bewältigen. Das Projekt MEGa**

Ich bestelle .....Stück zum Preis von 29.50 €/Stk.

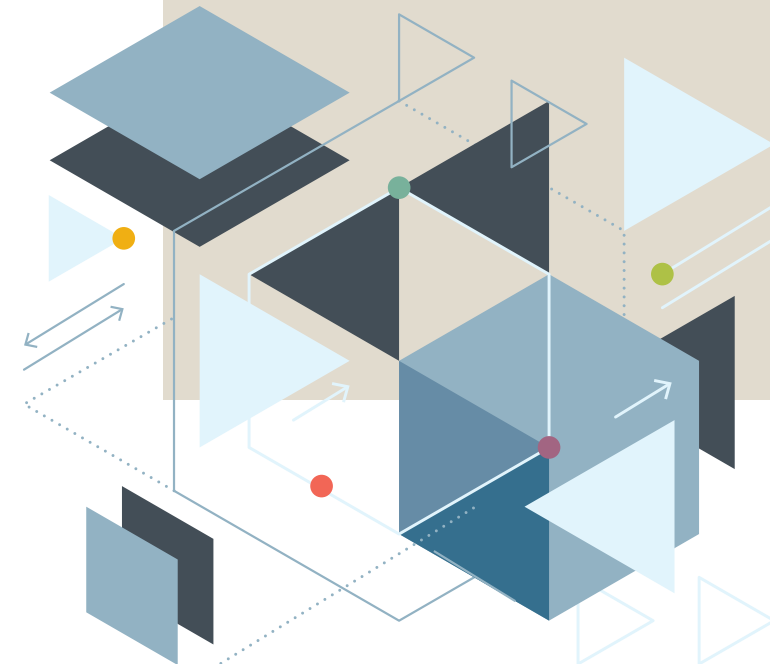
**Karlheinz Sonntag (Hrsg.)**  
**Arbeit und Privatleben harmonisieren**

Ich bestelle .....Stück zum Preis von 29.50 €/Stk.

**Karlheinz Sonntag, Ralf Stegmaier, Ursula Spellenberg (Hrsg.)**  
**Arbeit – Gesundheit – Erfolg**

Ich bestelle alle 3 Bände zum **SONDERPREIS**  
von 68.- €, ISBN 978-3-89334-644-8

Karlheinz Sonntag (Hrsg.)



**Moderne Arbeit  
präventiv gestalten,  
gesund und  
kompetent bewältigen**

**Asanger Verlag GmbH**  
**Dr. Gerd Wenninger**  
**Bölldorf 3**  
**84178 Kröning**

Karlheinz Sonntag (Hrsg.)  
**Moderne Arbeit  
präventiv gestalten,  
gesund und kompetent  
bewältigen.**

Das Projekt MEgA.  
2020, 152 S.,  
Festeinband, 26.00 €,  
ISBN 978-3-89334-641-7



Karlheinz Sonntag (Hrsg.)  
**Arbeit und Privatleben  
harmonisieren.**

Life Balance Forschung  
und Unternehmenskultur:  
Das WLB-Projekt.  
2014, Festeinband,  
285 S., 29.50 €,  
ISBN 978-3-89334-586-1



Karlheinz Sonntag,  
Ralf Stegmaier,  
Ursula Spellenberg (Hrsg.)  
**Arbeit – Gesundheit –  
Erfolg.**

Betriebliches Gesundheits-  
management auf dem  
Prüfstand: Das Projekt BiG.  
2. Aufl. 2015, 280 S., 29.50 €,  
ISBN 978-3-89334-557-1



Die moderne Arbeitswelt gesund und kompetent zu bewältigen, ist das Gebot der Stunde. Je stärker dabei präventive Ansätze berücksichtigt werden, desto erfolgreicher und nachhaltiger kann den Erfordernissen der digitalen Transformation begegnet werden.

In diesem Buch wird über praxiserprobte, qualitätsgesicherte und aufwandsökonomische Konzepte und Methoden für ein modernes Human Resource (HR)- und Gesundheitsmanagement in den Unternehmen berichtet. Es sind Produkte und Ergebnisse aus dem wissenschaftlichen Begleitvorhaben MEgA des BMBF-Förderschwerpunktes „Präventive Maßnahmen und Empfehlungen für die sichere und gesunde Arbeit von morgen.“

Die Schwerpunkte sind:

- Bedarfe des HR- und Gesundheitsmanagements in der digitalen Transformation
- Objektive Beurteilung psychischer Belastung am Arbeitsplatz: das Verfahren GPB-KMU
- Harmonisierung von Arbeit und Privatleben: das Life Balance Online-Training
- Praxiserprobte Methoden präventiver Arbeitsgestaltung: die MEgA-Toolbox „Gesunde Arbeit 4.0“
- Wissenschaftskommunikation und Arbeitsforschung: die interaktive MEgA-Plattform [www.gesundearbeit-mega.de](http://www.gesundearbeit-mega.de)
- Vorrangige Gestaltungsfelder eines präventiven HR- und Gesundheitsmanagements.

Im Zentrum dieses Buches steht der alltägliche Spagat der Erwerbstätigen zwischen Beruf, Familie und Freizeit. Besondere Dringlichkeit erfährt das Thema durch eine immer mobilere Arbeitswelt, digitale Omnipräsenz und neue Lebensmodelle. Eine ständige Erreichbarkeit ist die Folge dieser veränderten Arbeitswelt „ohne Grenzen.“ Die Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben wird zunehmend erschwert.

Welche Herausforderungen dadurch sowohl für den Einzelnen als auch für das Unternehmen resultieren und wie Konzepte der Arbeitspsychologie dazu beitragen können, ein harmonisiertes Arbeits- und Privatleben als Erfolgsfaktor für Gesundheit und Produktivität zu erreichen, steht im Mittelpunkt dieses BMBF-Projektes. Die Beiträge der Arbeitsforscher und betrieblichen Experten berichten u.a. über:

- förderliche und hinderliche Einflüsse auf die Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben
- Führungskräfte als Betroffene und Gestalter bei der Harmonisierung der Life Balance
- ein arbeitspsychologisches Training zur Harmonisierung des Arbeits- und Privatlebens durch Grenzziehung
- Gestaltungspotentiale und Praxisbeispiele zur Harmonisierung von Arbeit und Privatleben
- eine Toolbox mit Arbeitsmaterialien zur Implementierung einer nachhaltigen Life Balance in die Unternehmenskultur.

Das Projekt „Benchmarking in einem Gesundheitsnetzwerk (BiG)“ ist ein gefördertes FuE-Vorhaben des BMBF, das in Kooperation des Bereichs Health & Safety der Daimler AG mit der Abteilung für Arbeits- und Organisationspsychologie der Universität Heidelberg über mehrere Jahre hinweg kontinuierlich durchgeführt wurde. Am Projekt beteiligte Partnerunternehmen waren die Deutsche Bahn AG, die REWE Group, die Neff GmbH und die Fraport AG. Die Projektziele waren:

- Aufzeigen von Wirkungszusammenhängen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) auf die Leistungsfähigkeit und -bereitschaft der Mitarbeiter sowie – darauf aufbauend – auf den ökonomischen Nutzen,
- Entwicklung von Ansatzpunkten zur Optimierung des BGM,
- Entwicklung und Erprobung eines Gesundheitsindex zur Beurteilung der Qualität und Güte des BGM,
- Best-Practice-Ansätze zum BGM.

*„In kompakter Form erhält der Leser allumfassendes Wissen zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Die minutiöse Darstellung der Forschungsschritte und -ergebnisse bieten eine Fundgrube für Sozialforscher, Statistiker sowie Gesundheitsmanager i.w.S. Ein fachlich ausgesprochen informatives und handlungsleitendes Buch. Jeder Geschäftsführer, im Profit- und auch Nonprofitbereich, sowie Interessierte am Gesundheitsmanagement, sollte dieses Buch studieren! Das Buch ist ein Fachbuch und gerade deshalb unbedingt empfehlenswert – weil nachahmenswert!“ (socialnet)*