

# Seminarangebot für Führungskräfte und Personalverantwortliche aus Verbänden und Unternehmen

## Hintergrund:

Je mehr Spielraum die technische Weiterentwicklung eröffnet, desto deutlicher stößt die menschliche Leistungsfähigkeit an ihre Grenzen: Viele Mitarbeiter kapitulieren vor der Arbeitsverdichtung und der ständigen Hektik in der modernen Arbeitswelt. Arbeitsmenge und Zeitdruck im Job nehmen kontinuierlich zu. Stress am Arbeitsplatz gefährdet die Gesundheit, und Dauerstress schädigt den Organismus.

Als berufliche Stressoren gelten hoher Termin- und Leistungsdruck, arbeiten an mehreren Aufgaben gleichzeitig, Konflikte mit Vorgesetzten und Kollegen oder ständige Unterbrechungen. Wenn Burnout nicht zum Normalfall werden soll, müssen Unternehmen und Mitarbeiter selbst gegensteuern.

Jede Behörde ist nur so gut, wie die Mitarbeiter, die es täglich mit Leben füllen. Gute Leistungsfähigkeit, fitte Mitarbeiter und Publikumsfreundlichkeit sind wichtige Faktoren für gelingende Zusammenarbeit. Nur wenn die Mitarbeiter körperlich gesund und mental fit sind, können sie den Herausforderungen des Berufsalltages gewachsen sein, dies gilt für die Führungsebene, ebenso wie für jeden Mitarbeiter.

Fitness und Gesundheit lassen sich weder als Pille schlucken, noch ärztlich verordnen. Jeder muss im Alltag jeden Tag selber etwas für seine Fitness tun, um leistungsstark zu bleiben und wieder gesund zu werden.

## Thema: Meine Mitarbeiter gesundheitsfördernd führen

### Erfolg durch Gesundheit am Arbeitsplatz

Dieses Seminar (Dauer 1 – 3 Tage) richtet sich an Führungskräfte und alle, die Personalverantwortung tragen und z.B. ein Team leiten bzw. führen.

Dass Führungskräfte eine zentrale Rolle im Betrieblichen Gesundheitsmanagement spielen, ist unumstritten. Nur wenn alle Führungsebenen die Führungsentcheidung für "gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in einem gesunden Amt" mittragen, gelingt ein erfolgreiches Gesundheitsmanagement.

Allerdings zeigt sich hier häufig eine Lücke zwischen Theorie und Praxis. Viele Führungskräfte sind sich ihrer Einfluss- und Handlungsmöglichkeiten wenig bewusst bzw. nutzen diese nicht zielgerichtet. Dabei können eine gesunde Mitarbeiterkommunikation, ein bewusstes Emotionsmanagement im Umgang mit schwierigen

gen Führungssituationen und erfolgreich geführte Rückkehr- bzw. "Willkommensgespräche" eine Vertrauensbasis schaffen, welche die Zusammenarbeit gewinnbringend fördert.

Der Fokus dieses Tagesseminar liegt sowohl auf der Sensibilisierung als auch der Qualifizierung für eine mitarbeiterbezogene gesundheitsgerechte Führung.

### **Inhalte:**

- Hintergrundwissen zu aktuellen Gesundheitsdaten, der Entwicklung des bundesweiten Arbeitsunfähigkeitsgeschehens und der Zusammenhänge von Führung und Gesundheit
- Prävention und Eigenverantwortung
- Reflektion eigener Führungserfahrungen und Ableitung von Dimensionen einer gesundheitsgerechten Mitarbeiterführung durch praktische Übungen
- Stärkung des Bewusstseins für die Einflussmöglichkeiten von Führungskräften auf die Schaffung gesundheitsförderlicher Arbeitsbedingungen.
- Praktische Übungen zum Gesundheitsdialog: Die Führungskraft als Gesundheitscoach der Mitarbeiter
- Entwickeln eines Maßnahmenplans zur Führungsaufgabe Gesundheit

### **Ziel und Nutzen:**

Im Seminar erkennen die Führungskräfte und Personalverantwortliche den Nutzen von Betrieblichem Gesundheitsmanagement und entwickeln amtsinterne Angebote zur Betrieblichen Gesundheitsförderung. Sie verstehen ihre Führungsaufgabe Gesundheit und sind in der Lage, einen gesundheitsbezogenen Dialog mit den Mitarbeitern zu führen. Führungskräfte geben sich gegenseitig ein Feedback zu ihrer Gesprächsführung im gesundheitsbezogenen Kontext und entwickeln daraus eine Gesundheitsstrategie für ihre MitarbeiterInnen.

### **Referent:**

#### **Prof. Günter Tomberg**

**(Praxis für Gesundheit und Resilienz – Konzepte, Seminare und systemisches Coaching, Konstanz am Bodensee) – [www.gesundsein-am-see.de](http://www.gesundsein-am-see.de)**

Dipl. systemischer Berater und Gesundheitscoach, Honorarprofessor für Management der Kath. Hochschule Freiburg, Außendozent der Hochschule für Technik, Wirtschaft und Soziale Arbeit St. Gallen, Lehrbeauftragter der Hochschule für Wirtschaft, Technik und Gestaltung (HTWG) Konstanz