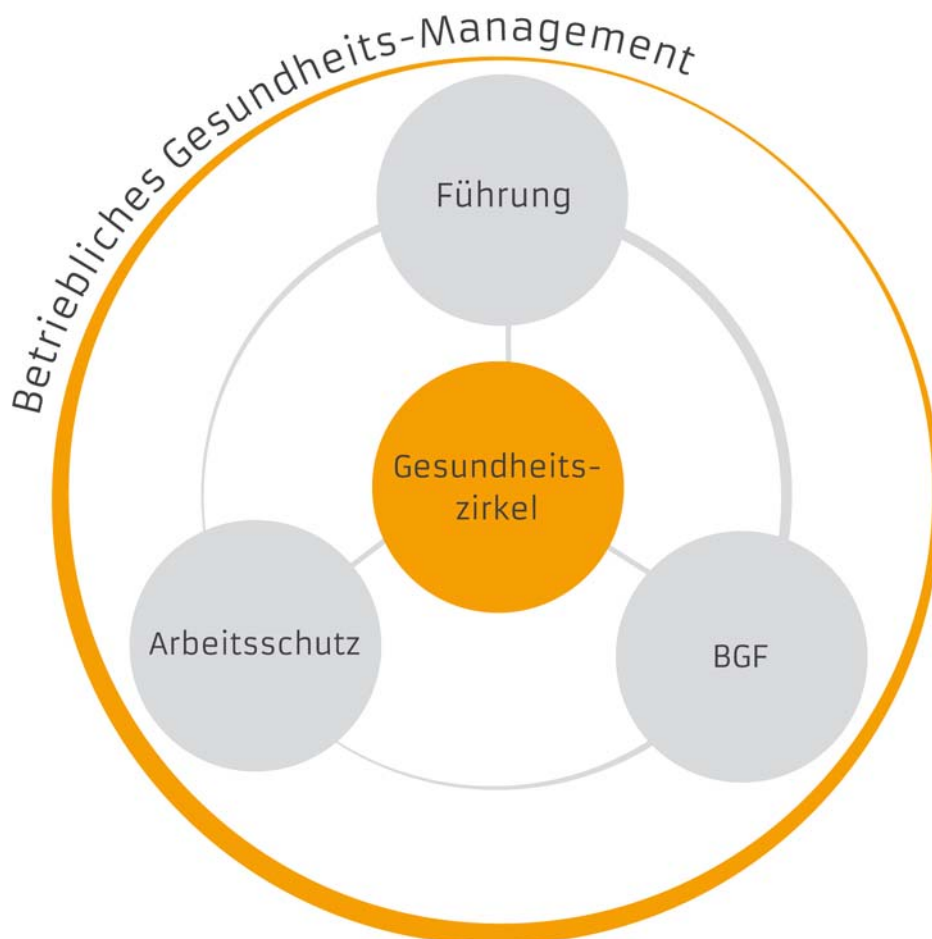


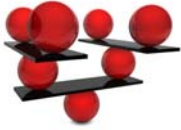
Gesundes Arbeiten gestalten – systemisch und ganzheitlich

Das Vorgehen

Der Begriff Gesundheitsmanagement wird sehr diffus verwendet. Angebote wie Rückenschule, ein Gesundheitstag oder Fitnessangebote, die dazu führen sollen, dass sich die Mitarbeiter gesundheitsbewusster verhalten, werden unter dem Begriff Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) zusammengefasst. Im Unterschied dazu zielt Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) darauf ab, dauerhaft Prozesse und Strukturen zu schaffen, die zu einer gesundheitsförderlichen Arbeitsorganisation führen. Die Grafik zeigt das Ineinandergreifen der einzelnen Handlungsfelder auf.



Die beiden Säulen für ein gesundes, vitales Unternehmen sind gesundheitsorientierte Arbeitsorganisation (Verhältnisse) und das Verhalten. Der Weg zu einem wirksamen Gesundheitsmanagement führt über ein Zusammenspiel dieser beiden Aspekte. Idealerweise werden Mitarbeitende mit ihrem Know-how in das Gestalten gesundheitsorientierter Arbeitsprozesse



einbezogen. Im Ergebnis können alle von einem besseren Gesundheitszustand, einem gestärkten Wir-Gefühl und von reduzierten krankheitsbedingten Personalkosten profitieren.

Vorgehen in drei Stufen und auf der Grundlage der DIN Spec

1. HANDLUNGSBEDARF ERMITTELN

- Gespräch: Bedarf und Zielvorstellungen erkunden
- erste Vorstellungen über mögliches Vorgehen
- Erstellen eines auf die spezifische Unternehmenssituation zugeschnittenen Angebots



2. KONZEPTION

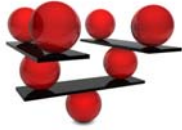
- Analyse der Ausgangssituation mit adäquaten Methoden
- Feinkonzeption des Vorgehens
 - Ziele konkretisieren
 - Handlungsfelder definieren
 - Maßnahmen ableiten
 - Ressourcen in Abstimmung mit dem Auftraggeber planen



3. UMSETZUNG

- Umsetzung der definierten Schritte wie
 - Etablieren eines Gesundheitszirkels
 - Moderieren von Workshops
 - Vermitteln von Know-how Gesundes Arbeiten Gestalten
- regelmäßiges Abstimmen mit dem Auftraggeber
- Evaluation

* Phase 2 und 3 erfolgt unter Beteiligung der Mitarbeiter



Bausteine für Ihr BGM können sein:

Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen

Die Belastungen haben sich in unserer Arbeitswelt weg von körperlichen hin zu psychischen Belastungen verschoben. Eine Analyse der psychischen Belastungen sollte der erste Schritt sein. Sie gibt dem Unternehmen konkrete Ansatzpunkte, um auf Fehlzeiten, Mitarbeitermotivation und Produktivität einzuwirken.

Kompetenzaufbau gesundes Führen

Wir wissen: Gute Führung hält gesund. In einer modular aufgebauten Reihe werden die Wechselwirkungen zwischen Führungsverhalten und Mitarbeitergesundheit betrachtet. Themen sind beispielsweise das Erkennen von destruktiven Teamdynamiken und akuten Belastungszuständen bei Mitarbeitern. Vorhandene Kompetenzen werden vertieft und neue Handlungsoptionen durch Erfahrungsaustausch entwickelt.

Gesundheitszirkel

Eine zeitlich begrenzte Gruppe tauscht sich zu Belastungen und Ressourcen am Arbeitsplatz aus und entwickelt Lösungsvorschläge. Mitarbeiter können so ihr Know-how einbringen und Gesundes Arbeiten aktiv mitgestalten. Gesundheitszirkel werden anfangs meist von einem externen Moderator geleitet.

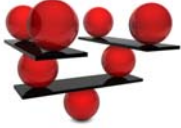
Selbstmanagement - Seminar und Einzelberatung

Im Seminar werden persönliche Stressoren aufgedeckt, Ressourcen erkundet und Bewältigungsstrategien entwickelt. Auf Wunsch biete ich für Ihre Mitarbeiter auch individuelle Kurzzeitberatung in Zeiten von Belastungsspitzen. Ich erstelle Ihnen gerne ein Angebot.

Gesundheits-Coaching

Das Coaching ist eine klar strukturierte individuelle Begleitung, um Arbeits- und Lebenszufriedenheit wieder zu gewinnen. In fünf thematischen Terminen und einem Follow-Up zur Bilanzierung werden die persönlichen Ressourcen und mögliche Hindernisse für ein gesundheitsorientiertes Selbstmanagement in den Blick genommen. Ziel kann die Umsetzung eines persönlichen Gesundheitsprojektes sein.

Werden Sie zu einem gesunden und vitalen Unternehmen. Wir beraten Sie gern und freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme für ein persönliches Kennenlernen und Sondierungsgespräch.



Beratung Thiele

Gesundes Arbeiten gestalten

Fregestr. 36

12161 Berlin

Telefon: 030 – 854 98 88

Mail: kontakt@beratung-thiele.de

www.beratung-thiele.de