

Curriculum Gesunde Führung

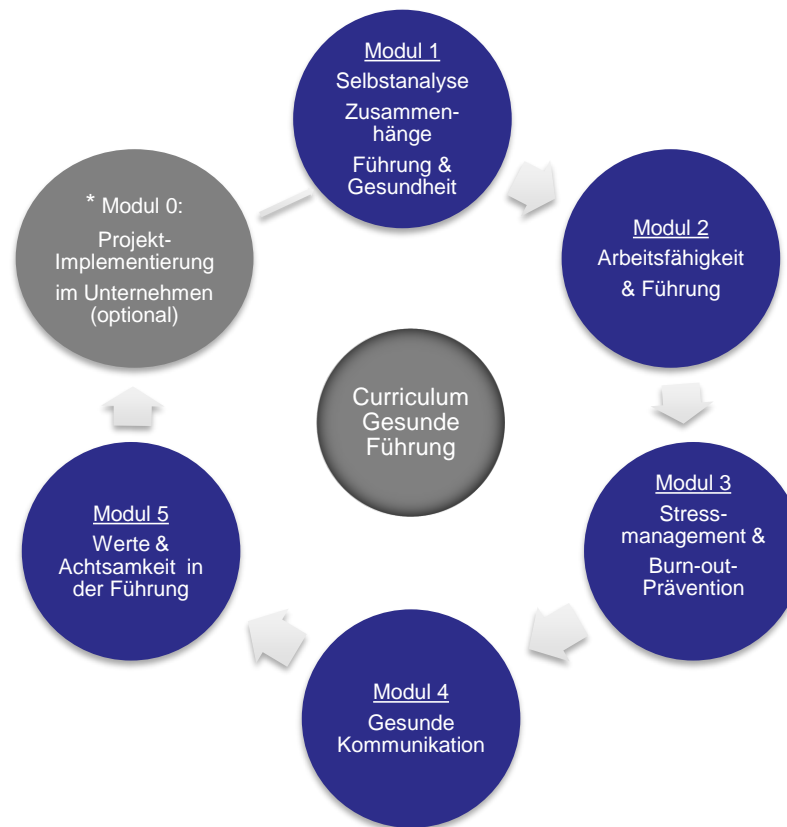
„Erfolgsfaktoren für eine gesunde Organisation“

*Die wichtigste Stellschraube
für gesunde und leistungsfähige Mitarbeiter
ist die wahrgenommene Unterstützung
des direkten Vorgesetzten.*

Prof. Dr. Dennis Nowak, LMU München



Gesunde Führung (2 Tage/Modul)



Modul 0:
– optional firmenintern buchbar –
Projekt-Implementierung für
Nachhaltigkeit im Unternehmen und
öffentlichen Institutionen

Wir führen ausgewählte Module mit
Gastdozenten /Partnern durch, die
unsere Qualitätsansprüche und
Werte teilen.

Ziele der Maßnahme Gesunde Führung

Sensibilisierung der Führungsebene für Thema Gesundheit und Führung

Ganzheitliche Entwicklung des Führungsteams hinsichtlich:

- eigener Gesundheit, Stressbewältigung, Burn-out-Prävention
- Mitarbeitergesundheit, Produktivität, Fehlzeitenentwicklung
- Zusammenhänge von Kommunikation, Verhalten, Wertschätzung,
- Krankheitsentstehung und Prävention
- Erhöhung von Leistungsfähigkeit und Motivation der Mitarbeiter
- Führungs- und Handlungstools / werteorientierte Führung
- Einführen „gesunder“ Kommunikationsstrukturen
- Implementierung der Maßnahme Gesamtunternehmen /
- Entwicklung nachhaltiger Strukturen

> Unterstützung des Employer-Branding als attraktiver Arbeitgeber



Inhalte

Modul 1 - Einführung und Zusammenhänge

- Gesundheit erhalten statt Krankheit bewältigen
- Analyse der eigenen Führung und inneren Antreiber
- Eigene Lebensbalance und Ziele
- Individuelle Leistungsfähigkeit / Arbeitsbewältigungsverhalten

Modul 2 - Führungsverhalten und Arbeitsfähigkeit

- Zusammenhänge von Führung und Gesundheit / Arbeitsfähigkeit
- Arbeitsfähigkeit und Salutogenese
- Gesunder Führungsstil: Verhalten und Verhältnisse → Strukturen
- Leader statt Vorgesetzter
- Gesunde Arbeit in der Praxis

Modul 3 - Stressmanagement /Burn-out und Suchtprävention

- Analyse / Umgang mit eigenen Stressoren und Belastungsfaktoren
- Extremfall: Burn-out: Aufmerksam sein und Zeichen erkennen
- psychische Belastungen / Sucht bei Mitarbeitern erkennen
- Möglichkeiten und Handlungsfelder
- Pflichten und Verantwortungsgrenzen der Führungskraft



Inhalte

Modul 4 - Werteorientierte Führung

- Werte im Unternehmen
- fünf Säulen der Führung
- werteorientierte und gesunde Führung
- Gesundheit als höchstes Gut
- Verantwortung übernehmen und einfordern

Modul 5 - Gesunde Kommunikation

- Rolle der Kommunikation bzgl. Gesundheit und Krankheit
- Gesunde Kommunikation und Dialoge
- Umgang mit Feedback und Kritikgesprächen
- Mitarbeitergespräche: Fehlzeitengespräche, Rückkehrgespräche führen

Optional: Modul 0 - Projekt Implementierung - Gesundheitsmanagement

- Aufbau gesunder Organisationsstrukturen / interne Schnittstellen / BGM -Team
- Einführung und Etablierung von Betrieblichem Gesundheitsmanagement (BGM) und Betrieblichem Eingliederungsmanagement (BEM)
- interne Kommunikation und Information für eine nachhaltige Wirkung



Unsere Erfolgs- und Wirkungsvereinbarungen

Eines unserer wichtigsten Anliegen ist es, mit dem was wir tun, Wirkung zu erzielen. Das heißt: nach der Maßnahme ist die Sache nicht erledigt, sondern ganz im Gegenteil: hier fängt die Arbeit erst an, nämlich das Üben des Neuen bzw. das Training der Veränderung.

Ähnlich wie beim Erlernen einer neuen Sprache oder Sportart, setzen wir einen Impuls mit beispielsweise einem Training und dann geht es darum, dass die Teilnehmer dies bzw. Teile davon umsetzen, indem sie jeden Tag eine Methode / ein Tool in ihren Arbeitsprozess integrieren.

Und dies mindestens 21 Tage lang. So lange braucht unser Gehirn bis aus etwas Neuem - Ungewohntem - vielleicht auch Unbequemem - etwas Gewohntes - All-tägliches wird, sich eine neue Synapse im Gehirn gebildet und schon ausgeweitet hat.

Das heißt, wir legen im Vorfeld zu der Maßnahme mit der Unternehmensleitung zwei Umsetzungsziele aus dem Seminar bzw. Trainingsinhalt fest und vereinbaren auch die begleitenden Maßnahmen so wie in welchen Schritten die Lerninhalte in den Arbeitsprozess integriert werden können.

Aus jedem Seminar sind beispielsweise 2 Themen umzusetzen

1. Die Pflicht: wird von Unternehmensspitze zusammen mit den Beratern festgelegt
2. Die Kür, vom MA selbst wählbar

Hinzu kommt die Festlegung /Auswahl der Instrumente mit denen die MA unterstützt werden einerseits und andererseits, was bzw. wie die einzelnen Umsetzungstools in den Arbeitsprozess einfließen sollen



Unsere Erfolgs- und Wirkungsvereinbarungen

Beispiel

Modul 1 - Einführung und Zusammenhänge

- Gesundheit erhalten statt Krankheit bewältigen
- Analyse der eigenen Führung und inneren Antreiber
- Eigene Lebensbalance und Ziele
- Individuelle Leistungsfähigkeit / Arbeitsbewältigungsverhalten

Pflichtvereinbarung (vom Unternehmen festgelegt)

- Veränderungsziel des eigenen Antreibers; umsetzen beim Thema Führung Dokumentieren im Umsetzungshandbuch (wird von uns geliefert)

Kürvereinbarung (mit sich selbst)

- ich setze ein Ziel aus meiner Lebensbalancearbeit um
- Dokumentieren im Umsetzungshandbuch



Unsere Erfolgs- und Wirkungsvereinbarungen

Beispiel

Modul 3 - Stressmanagement /Burn-out und Suchtprävention

- Analyse / Umgang mit eigenen Stressoren und Belastungsfaktoren
- Extremfall: Burn-out: Aufmerksam sein und Zeichen erkennen
- psychische Belastungen / Sucht bei Mitarbeitern erkennen
- Möglichkeiten und Handlungsfelder
- Pflichten und Verantwortungsgrenzen der Führungskraft

Pflichtvereinbarung (vom Unternehmen festgelegt)

- mit allen MA die Vorstufe zum Gesunden Dialog durchführen // Doku: Feedback der MA / wie ging es mir? und was habe ich wahrgenommen beim MA (Handbuch)

Kürvereinbarung (mit sich selbst)

- Wahrnehmung des eigenen aktuellen Zustand (Belastungsmomente im Verhältnis zur Entlastung)
Doku: Umsetzungshandbuch



Beraterin



*„Menschen mitnehmen, unterstützen und begeistern, das zu tun, was sie wirklich können und wollen. Unternehmen so begleiten, dass ihre Mitarbeiter den Rahmen für High Performance und gesunde Leistungsfähigkeit vorfinden.
Das ist meine Leidenschaft und Kompetenz.“*

- Inhaberin Dr. Simon & Partner seit 1995
- Im Mittelpunkt steht die gesunde Personal- und Organisationsentwicklung in Unternehmen
- Gesunde Führung, Achtsamkeit und Kommunikation
- Einführung und Umsetzung betriebliches Gesundheitsmanagement

Qualifikation

- Sozialwissenschaftlerin (Soziologie, Politikwissenschaft, VWL)
- Expertin für Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Systemischer Coach und Supervisorin, NLP-Coach Arbeitsbewältigungscoach
- Beraterin für Verhaltensprofil- und Tests zur emotionalen Intelligenz (®thomas international)
- Kanban Practitioner, Kanban University
- OKR Master

Ansprechpartner und Kontakt

Wir garantieren professionelle, individuell zugeschnittene Konzeptionen, Organisation und Durchführung aller Maßnahmen.

Obligat gilt eine Vertraulichkeits- sowie Anti-Scientology-Erklärung verpflichtend für alle Mitarbeiter unseres Unternehmens.

Für Fragen und Auskünfte stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ihre Ansprechpartnerin
Dr. Michaela Simon

Projektbüro Augsburg

Dr. Simon & Partner
Schrankenstraße 4
86150 Augsburg
Fon ++49 821 51 55 28
Mobil 0172 – 83 41 0 41

Büro Oberallgäu

Hochstraße 6
87527 Sonthofen
Tel: + 49 172 83 41 0 41

simon@dr-simon-partner.de
www.gesunde-fuehrung.de
www.akademie-gesundes-unternehmen.com

