

## Gesund Führen – sich und andere

Unternehmen sind nur dann erfolgreich, wenn sie gut geführt werden. Die Führung ist der Kernpunkt des Unternehmenserfolges. Genauso verhält es sich im Betrieblichen Gesundheitsmanagement. Nur mit engagierten und für Gesundheit sensibilisierten Führungskräften lässt sich Gesundheitsförderung erfolgreich betreiben – und zwar erfolgreich für die Mitarbeitenden, die Führungskräfte und das Unternehmen. Als Unterstützung Ihrer Führungskräfte bietet soma.consult das Seminar „Gesund führen – sich und andere!“ im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements an.

Das Seminar befasst sich zum einen mit dem Einfluss der Führungskraft auf die Gesundheit der Mitarbeitenden, zum anderen geht es um den Umgang mit der eigenen Gesundheit. Die Teilnehmenden bekommen Tipps und Methoden zum Ressourcenaufbau sowie zur Stressbewältigung für sich und ihre Mitarbeitende an die Hand.



Es soll eine Sensibilisierung dafür erreicht werden, wie groß der Einfluss ist, den jede Führungskraft durch ihr Verhalten und ihre Führung auf die Beschäftigten hat. Hier wird der Umgang mit der eigenen Person, sowie der Umgang mit den Mitarbeitenden thematisiert.

Ziel ist es, die Wichtigkeit dieses Themas und insbesondere die Rolle der Führungskraft in diesem Zusammenhang zu vermitteln. Zudem wird den Teilnehmenden verdeutlicht, dass das Bewusstsein für die eigene Gesundheit die Voraussetzung für eine gesunde Führung der Beschäftigten ist.

## Mögliche Themenschwerpunkte

- Was bedeutet „Gesundheit“?
- Einfluss der Führungskraft auf die Gesundheit der Beschäftigten
- Die Vorbildfunktion der Führungskraft
- Gesunder Umgang mit der eigenen Gesundheit
- 6 Dimensionen Gesunder Führung
- Belastungsabbau / Ressourcenaufbau für Mitarbeitende
- Umgang mit schwierigen Situationen

Die Thematik Gesund Führen – sich und andere lässt sich optimal in unseren *Präventionstag für Führungskräfte* integrieren. Im Rahmen dessen durchlaufen die Teilnehmenden vielseitige Präventionsuntersuchungen und bekommen zudem Gesundheitsthemen von unserem Expertenteam nähergebracht.

Nähere Informationen zum *Präventionstag* finden Sie auf unserer Homepage.

**Interesse geweckt?!**

**Wir beraten Sie gern!**

**Tel.: 05241 7089310**

**info@soma-consult.com**