

## **Führung und Gesundheit – Führungsaufgabe Gesundheit**

Führungskräfte stehen heute vor der Aufgabe, sich mehr wie bisher mit Gesundheitsthemen und deren Integration in das Organisationshandeln zu befassen. Eine durchgängige Gesundheitsorientierung wird deshalb mehr und mehr auch als Führungsaufgabe eingefordert. Ziel ist die Erhaltung und Förderung der Gesundheit und des Wohlbefindens der Beschäftigten.

Ein wichtiger Hintergrund für diesen Ansatz liegt in der steigenden gesellschaftlichen Bewertung von Gesundheit, dazu kommt die Frage der Gesunderhaltung von Beschäftigten bei verlängerter Lebensarbeitszeit, aber auch die Erkenntnis, dass „gesunde“ Organisationen längerfristig von Wettbewerbsvorteilen und geringeren Opportunitätskosten profitieren.

Auf der anderen Seite bringen gerade Führungspositionen spezifische gesundheitliche Belastungen mit sich, z.B. einseitige körperliche Belastung, Zeit- und Erfolgsdruck, Stress durch zunehmende Flexibilität und Komplexität. In diesem Sinn geht es beim Thema „Gesundheit und Führung“ immer um einen doppelten Blick: zum einen auf die „Führungsaufgabe Gesundheit“, zum anderen auf die Gesundheitsressourcen der Führungskraft selbst.

### **Ihr Mehrwert**

- Sie sensibilisieren sich für Gesundheitsthemen im betrieblichen Kontext und im eigenen Führungsrahmen und geben der Gesundheit mehr Raum.
- Sie integrieren Gesundheitsaspekte in Ihre Fach- und Führungsaufgaben und klären individuelle Fragestellungen im Hinblick auf gesundheitsrelevante Situationen – mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern wie im Selbstmanagement.

### **Inhalte**

- Gesundheitsressourcen im Unternehmen aufbauen: Zugänge, Maßnahmen, Instrumente
- Wie umgehen mit der Gesundheit: Gesundheit managen – oder Gesundheit fördern?
- Lebensbalance, Stressbewältigung, Vereinbarkeitsfragen bei Führungskräften
- „Gesund führen“ – Aspekte der Vorbildfunktion und der Fürsorgeaufgabe von Führungskräften, gesundheitsrelevante Aspekte im eigenen Arbeitsbereich
- Basics für die eigene Gesundheitskompetenz und Reflexion eigener Gesundheitsressourcen

### **Methoden**

- Fachliche Kurzinputs und lebendige Vermittlung von Basiswissen
- Erfahrungsaustausch, Standortbestimmung und Selbstüberprüfung
- Elemente aus der „Gesundheitswerkstatt“

### **Zielgruppe**

- Führungskräfte mit Berufserfahrung, die Gesundheitsaspekte ihrer Führungsaufgabe stärker gewichten und berücksichtigen wollen.
- Nachwuchsführungskräfte, die sich auf gesundheitsrelevante Situationen und Herausforderungen im eigenen Führungsrahmen vorbereiten wollen