

Betrieblicher Gesundheitsmanager

Eine Ausbildung von Eudemos



Eudemos
Mehr Leistung. Mehr Mensch.

» Ausbildung zum Gesundheitsmanager

Zur Etablierung von BGM in Ihr Unternehmen, empfehlen wir Ihnen einen sogenannten Gesundheitsmanager zu installieren. Dieser leitet das BGM-Projekt. Damit dieser seine Aufgabe auch kompetent erfüllen kann, sollte er zum Gesundheitsmanager ausgebildet werden:

NUTZEN

- Die Teilnehmer unterscheiden zwischen notwendigen und optionalen Bestandteilen eines systematischen BGM.
- Die Teilnehmer bekommen zahlreiche, praxiserprobte Instrumente für den optimalen Einsatz in der Praxis an die Hand.
- Die Teilnehmer lernen relevante medizinische und psychologische Basiskonzepte kennen (z. B. Stressmedizin, existenzielle Stressoren, psychische Störungen oder Suchterkrankungen).
- Die Teilnehmer erhalten aktuelles Wissen zur Entwicklung eines zugeschnittenen BGM-Ansatzes und verstehen, was sie bei einer Einführung beachten sollten.
- Der Gesundheitsmanager leitet und moderiert den zentralen Steuerkreis Gesundheit.
- Er verringern die Abhängigkeit von externen Beratern und kann deren Angebote fachkundig validieren.
- Er stellt sicher, dass die Ansätze aus der Initialphase sachgerecht und kompetent weitergeführt werden.

THEMEN DER AUSBILDUNG

Einführung in das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM)

- Was heißt „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ und was umfasst es?
- Bedarfserfassung: Welche betrieblichen Kennzahlen machen Sinn? Was lese ich daraus?
- Welche Werkzeuge und Methoden eignen sich? Wie können die Daten genutzt werden?
- Was ist die Rolle des Gesundheitsmanagers konkret im Unternehmen?

Psychische Gefährdungsbeurteilung

- Warum muss diese durchgeführt werden? Was umfasst diese?
- Welches Modell liegt ihr zu Grunde?
- Wie kann ich die psychische Belastung messen, beurteilen und Maßnahmen ableiten?
- Schwerpunkt Mitarbeiterbefragung

BGM-Rollen im Unternehmen

- Wie können die Mitarbeiter eingebunden werden?
- Rolle und Unterstützung von Geschäftsleitung, Führungskräften und dem Betriebsrat
- Stakeholder im Unternehmen adressieren, abholen und einbinden
- interne Steuerungskreise und Unterstützungsstrukturen schaffen

Unterstützungspartner einbinden

- Rolle des Betriebsarztes
- Berufsgenossenschaften, Krankenkassen

Nachhaltiges BGM in der Praxis & digitale Kampagnenstrategien

Gesundheitskompetenz & Gesundheitswissen

- Was bedeuten die Zivilisationserkrankungen für unser Unternehmen?
- Physische und psychische Erkrankungen erkennen und einordnen
- Abgrenzung zu Burnout, Depression und Angststörungen
- Wie können sich Mitarbeiter und Führungskräfte diesem Thema nähern?
- Welche Möglichkeiten der Prävention gibt es auf Unternehmensebene?
- Welche Rolle kommt hier den Gesundheitsmanager/in zu?
- Wie können schwierige Gespräche geführt werden? Verantwortlichkeiten und Grenzen.
- Die wichtige Rolle von Betriebsvereinbarungen

DAUER

- Die Ausbildung erfolgt in 2 x 2 Tagen.

TEILNEHMER

- maximal 15 Personen

DIGITALE LERNMODULE

Zur Einarbeitung wird das selbstständige Durcharbeiten diverser digitaler Lernmodule vorausgesetzt. Die Lernmodule stellt Eudemos in seiner Lernraum-Umgebung zur Verfügung.

Folgende digitale Lernmodule werden verwendet:

- Psychologie von Burnout
- Differenzialdiagnosen von Burnout
- Das Stresshormon Cortisol
- Früherkennung und Fürsorge

Der Zugang erfolgt über einen namentlichen Login in unserem digitalen Lernraum. Ein Internetanschluss und der Anschluss eines Kopfhörers sind erforderlich. Der Lernraum kann auch von außerhalb des Firmennetzwerks erreicht werden, kann also auch von privaten Computern oder Tablets genutzt werden. Die Lernmodule sind auf den nächsten Seiten ausführlich beschrieben.

Teilen der Ausbildungskosten

Ein gemeinsame Ausbildung mit Teilnehmern aus mehreren Unternehmen oder mit Firmenkunden ist möglich und ausdrücklich erwünscht.



Digitales Lernmodul Differenzialdiagnosen von Burnout

ZUSAMMENFASSUNG

Das Lernmodul „Differenzialdiagnosen von Burnout“ versteht sich nicht als ein normales Lernmodul, sondern ist vielmehr ein umfangreiches Nachschlagewerk. Es ermöglicht dem Nutzer, diejenigen Erkrankungen, welche sehr ähnliche Symptome eines Burnouts aufweisen, kennenzulernen und sich einer Diagnosestellung durch einen Facharzt zu nähern.

Es werden einerseits sehr klassische Krankheitsbilder erläutert, wie Laktose-, Gluten- und Fruktoseunverträglichkeit, bei denen die Betroffenen sich häufig nicht über die weitreichenden Symptome und Folgen im Klaren sind. Andererseits werden Erkrankungen beschrieben, deren Differenzialdiagnose zu Burnout gleichfalls schwierig zu stellen ist, die jedoch nicht so geläufig sind, wie bspw. Borreliose, Schlafapnoe, Vitamin-B12-Mangel oder Wechsel- und Nebenwirkungen von Medikamenten.

Das Lernmodul stellt in einer selbst für Laien verständlichen Sprache diverse Krankheitsbilder, deren Entstehung und Symptome, die Diagnosestellung sowie die eventuellen Therapieansätze dar.

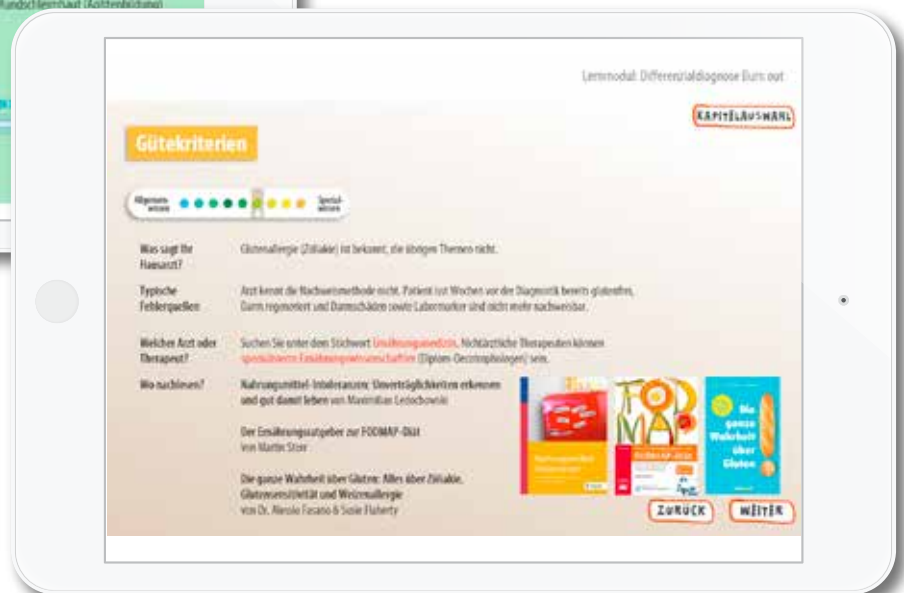
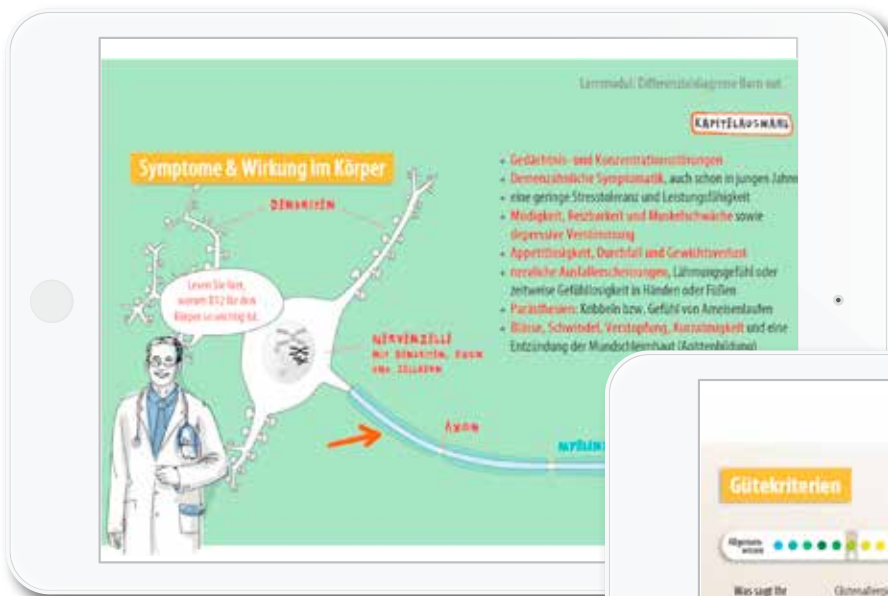
Jedes Kapitel umfasst die genutzten Quellen und Buchempfehlungen. Auch werden dem Nutzer im Downloadbereich ausdrückbare Checklisten für den Arztbesuch sowie die erläuterten Krankheitsbilder, deren Symptome und Diagnosestellung zur Verfügung gestellt.

INHALT

- Die wichtigsten Differenzialdiagnosen mit Erschöpfung als Haupt- oder Nebensymptomatik
- Aufzeigen von Prävention, Diagnose- und Therapiemöglichkeiten
- Aufzeigen geeigneter Therapeuten und ärztlicher Spezialisten

DAUER

- ca. 60 Minuten



Digitales Lernmodul Psychologik von Burnout

ZUSAMMENFASSUNG

Burnout ist eine komplexe Erkrankung, die für Betroffene großen Leidensdruck und für Betriebe große Produktivitätseinbußen und viele Arbeitsunfähigkeitstage mit sich bringt. Burnout ist nicht nur ein psychisches Geschehen - im Körper zeigt sich Burnout anhand charakteristischer Stoffwechsellmuster.

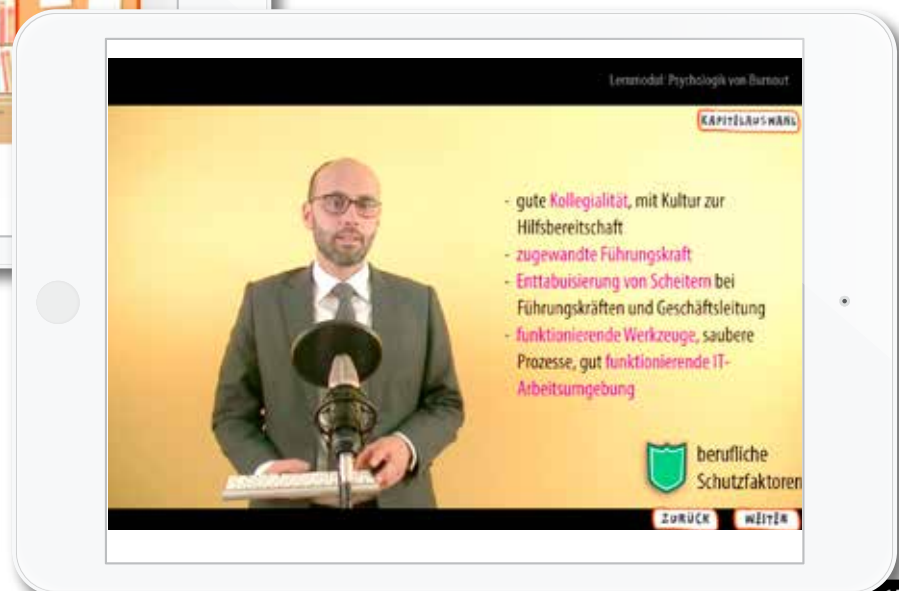
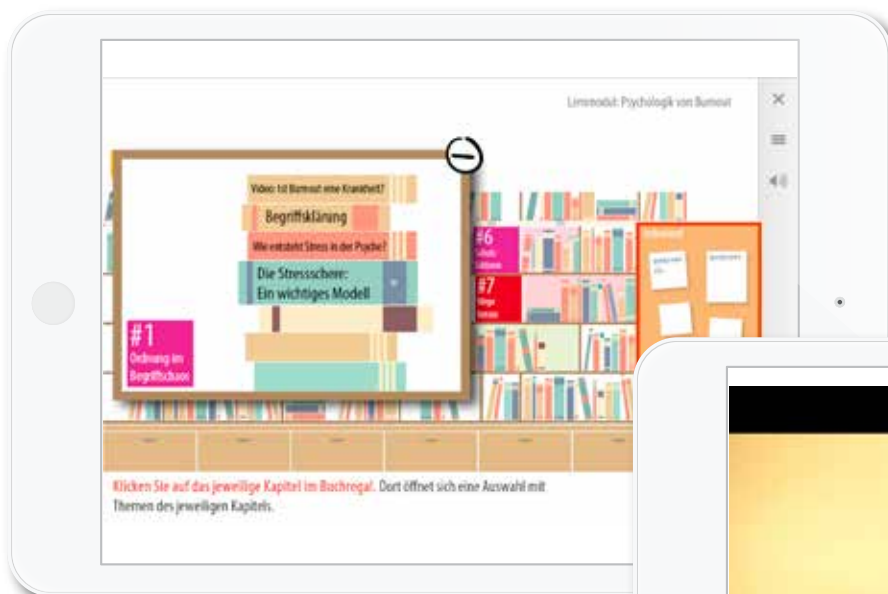
Dieses Lernmodul stellt einerseits die Komplexität des Phänomens dar und räumt mit Vorurteilen und Mythen auf. Andererseits gibt es konkrete Tipps zur Prävention von Burnout und zum Umgang mit Burnout, „wenn das Kind schon in den Brunnen gefallen ist“. Führungskräfte können sowohl ihre eigene Burnout-Gefährdung als auch den Umgang mit betroffenen Mitarbeitern reflektieren und analysieren.

INHALT

- Stoffwechselerkrankung Erschöpfungssyndrom: Was passiert im Körper bei Dauerstress?
- Differenzialdiagnose „Erschöpfung“: Welche Krankheiten noch hinter Erschöpfung stecken können.
- Spezialfokus: Neurotransmitterstörung
- Der innere Antrieber: Die Burnout-Persönlichkeit oder warum Menschen über ihre Grenze gehen.
- Rahmenbedingungen: ständige Erreichbarkeit und Entgrenzung der Arbeit.
- Prävention & Therapiemöglichkeiten
- gefilmtes Interview mit dem Neurologen und Psychiater Hinrich Hörnlein-Rummel aus Berlin

DAUER

- ca. 60 Minuten



Digitales Lernmodul Früherkennung und Fürsorge

ZUSAMMENFASSUNG

Dieses Lernmodul erläutert, wie Führungskräfte gesundheitliche und leistungsmäßige Fehlentwicklungen bei Mitarbeitern frühzeitig erkennen können. Im Mittelpunkt steht ein Modell, das sich mit den Ursachen für Minderleistung beschäftigt. Neben Kompetenzproblemen und Werkzeughindernissen ist es gerade der Ressourcenmangel, also z. B. mangelnde Gesundheit, der zu Leistungsproblemen führen kann. Doch auch kulturelle und Führungsaspekte wie auch Motivationsprobleme können Leistungs-minderung verursachen.

Spannend ist die Betrachtung unterschiedlicher Rollen, die eine Führungskraft manchmal einnimmt und aus denen heraus sie agiert. Wir führen aus, dass die meisten dieser Rollen, etwa die des „Therapeuten“ oder des „Retters“ oder des „Freundes“ tatsächlich wenig zielführend sind.

Das Modul stellt einen ausführlichen Gesprächsstrukturleitfaden für eine fürsorgliche Erstansprache vor. Hier spricht die Führungskraft eine/n betroffene/n Mitarbeiter/in an und teilt ihm/ihr ihre Sorge mit. Gemeinsam erarbeiten Mitarbeiter/in und Vorgesetzte/r eine Lösung. Hier gehen betriebliches Entgegenkommen und eigenverantwortliches Handeln des Mitarbeiters/der Mitarbeiterin Hand in Hand. Das Lernmodul befähigt dadurch Führungskräfte, ihrer Verantwortung und Fürsorgepflicht gerecht werden, ohne Grenzen zu überschreiten. Anhand beispielhafter Gesprächssituationen werden Fürsorgegespräche gezeigt und bewertet. Dabei werden verschiedene Ausgangssituationen berücksichtigt und unterschiedliches Verhalten von Mitarbeitern und Führungskräften analysiert.

INHALT

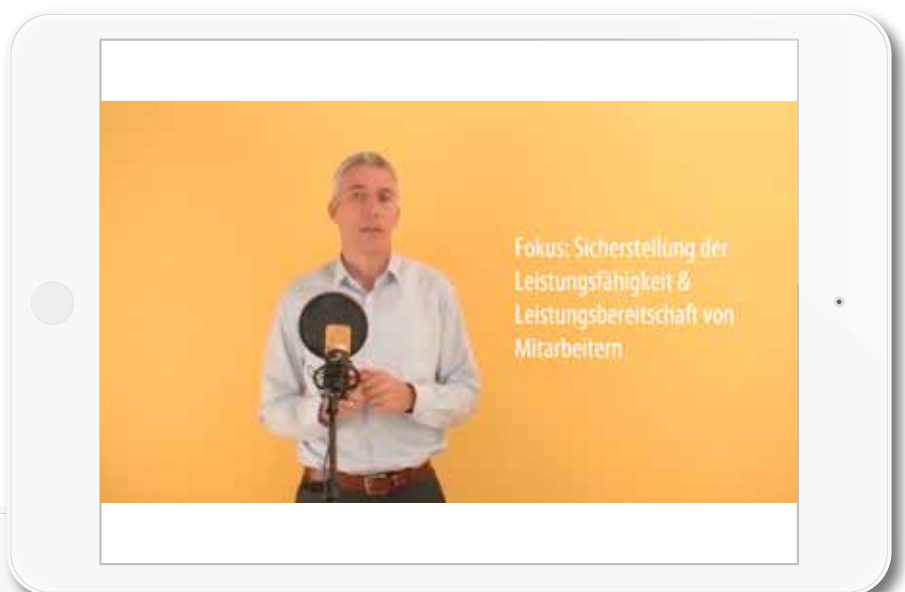
- Einleitung des Fürsorgegesprächs: Die Ziele und den Rahmen klären
- Rückmeldung an den Mitarbeiter: Konkrete Beobachtungen mitteilen
- Sich nach dem Befinden des Mitarbeiters erkundigen
- Motivationen und Beweggründe des Mitarbeiters erfragen
- Erwartungen und Zielvorstellungen kommunizieren
- Konkrete Absprachen treffen und Unterstützung anbieten

DAUER

- ca. 60 Minuten

HINWEIS

Wir bieten zu diesem Thema auch eine halbtägige Lernwerkstatt an.



Digitales Lernmodul Das Stresshormon Cortisol

ZUSAMMENFASSUNG

Das Lernmodul stellt eine für viele Menschen völlig neue Seite von Stress in den Mittelpunkt: die körperliche Seite. Stress ist eigentlich hauptsächlich ein Prozess, der über Nerven, Hormone und das Immunsystem abläuft. Die Psyche entscheidet nur darüber, was als Stress erlebt wird.

Auch neu ist vielen Menschen, dass auch Lebensstileinflüsse, wie die Ernährung, Koffein, Medikamente und andere Faktoren direkt auf das Stresssystem einwirken, ohne Umweg über die Psyche.

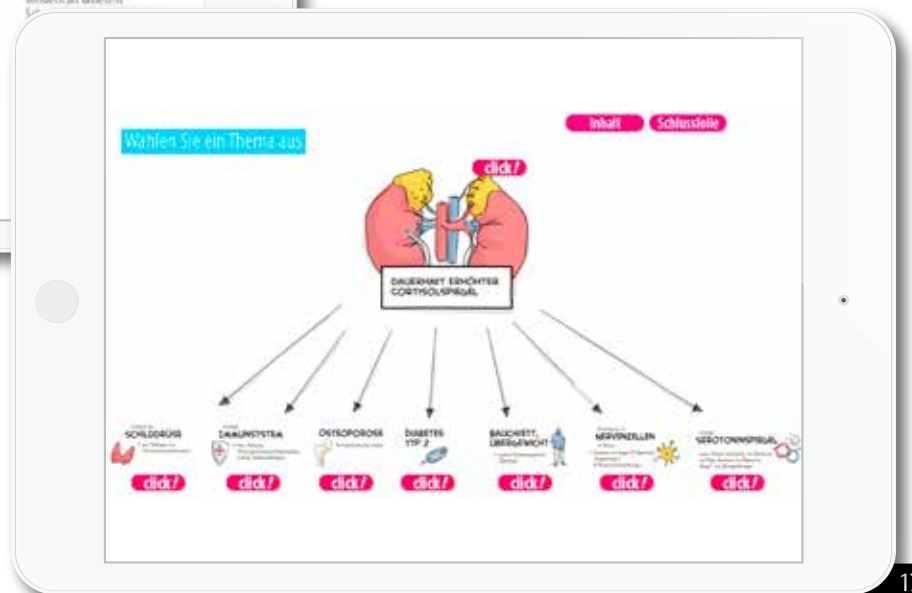
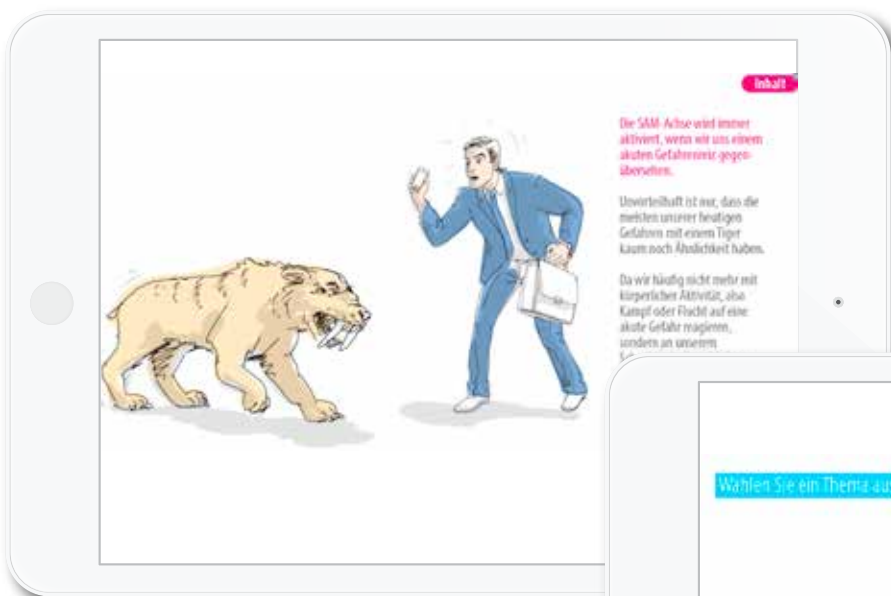
Sie lernen, welche Auswirkungen ein dauerhaft erhöhter Cortisol- und Adrenalinpiegel auf die Entstehung von Krankheiten hat. Dabei werden folgende Auswirkungen eines dauerhaft hohen Stresspegels besonders beleuchtet:

INHALT

- Schädigung des Immunsystems
- Diabetes
- Übergewicht
- Bluthochdruck
- Schilddrüsenerkrankungen
- Verringerung der kognitiven Leistungsfähigkeit
- einfach umzusetzende Tipps, wie Sie Stresssymptomen im Alltag wirkungsvoll begegnen können

DAUER

- ca. 60 Minuten



Eudemos GmbH & Co. KG

Bornheimer Str. 127

53119 Bonn

Telefon +49 228 299759-00

Fax +49 228 299759-99

Email info@eudemos.de

www.eudemos.de