

## Betriebliches Gesundheitsmanagement

Gesundheit und Krankheit liegen eng nebeneinander.

Der Grad zwischen Leistung pflichtbewusst zu erbringen, das eigene individuelle Kräftepotential realistisch einzuschätzen, die Gruppendynamik im Team mit einzubeziehen und den Firmenzielen und Arbeitsprozessen bestmöglichst zu entsprechen, ist recht schmal.

In einer 2015 veröffentlichten Studie der Betriebskrankenkassen werden die Kosten durch psychische Krankheiten mit 6,3 Milliarden Euro beziffert. Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat errechnet, dass ein Burnout-Fall ca. 30 Krankheitstage mit sich bringt. Laut der Gesundheitsstudie des Robert-Koch-Instituts leiden mehr als jeder Zehnte unter Dauerstress durch Termindruck und emotionalen Stress, Frauen (13,9 Prozent) noch mehr als Männer (8,2 Prozent). Diese gestressten Menschen sind zugleich anfälliger für Rückenschmerzen und Depressionen (ca. 7 %) oder Burnout. Zudem hat etwa ein Drittel der Erwachsenen massive Schlafstörungen.

„Wehret den Anfängen“, will heißen:

**Burnout-Prävention und falls es einen doch „erwischt hat“ Resilienz (psychische Widerstandskraft)** der Mitarbeiter stehen im Focus der Arbeit von *ProDialog*.

Bei Führungskräften liegt der Focus darauf das Bewusstsein zu schaffen

- ...woran diese Krankheitswarnsignale bei sich selbst oder bei den Mitarbeitern rechtzeitig erkennbar sind
- ...welche Instrumente können praxisnah angewandt werden zur Vermeidung des Desasters und dessen Folgen?
- ...welche Rahmenbedingungen die Motivation der Mitarbeiter und deren Leistungsfähigkeit und Fitness unterstützen?
- ...welche innere Haltung und Einstellung benötigen Führungskraft und Mitarbeiter, um eine stimmige Work-Life-Balance zu gestalten?
- ...wie sind die Bedürfnisse des Unternehmens und der Abteilung zu vereinbaren mit den individuellen Vorstellungen und Bedürfnissen der einzelnen Mitarbeiter oder des Teams?

**Der Spagat zwischen Funktionieren und individueller Gestaltungsmöglichkeiten innerhalb des Unternehmens /Abteilungen steht im Mittelpunkt des Wirkens von *ProDialog*.** Empowerment vom Feinsten ist angesagt.