



Mein Angebot 2018

*„Ein gutes Mittel gegen die Managerkrankheit:
Stecke mehr Zeit in deine Arbeit
als Arbeit in deine Zeit.“*

Friedrich Dürrenmatt

Sie finden die BERATUNGSPRAXIS KRUG im Kalle-Haus des Industrieparks Kalle-Albert (Wiesbaden-Biebrich).

Als **Berater Strategisches Gesundheitsmanagement** fühle ich mich meiner Region verpflichtet und biete deshalb umliegenden Firmen eine psychosoziale Mitarbeiterberatung sowie kleinere Gesundheitskompetenzmodule im Rahmen des „Firmenservice Rhein-Main“ an.

Ein wesentlicher, weiterer Fokus meiner Beratertätigkeit liegt in der strategischen Ausrichtung Ihrer betrieblichen Gesundheitsmanagementaktivitäten: Im Anschluss an eine Gefährdungsanalyse unterstütze ich Ihre MitarbeiterInnen mit maßgeschneiderten Gesundheitsprogrammen die Herausforderung des Berufsalltags zu meistern.

Schauen Sie einmal in diese **Angebotsübersicht 2018** oder nehmen Sie gleich mit mir Kontakt auf.

Es grüßt Sie aus Wiesbaden,
Ihr Wolfram Krug



Gesundheitsprogramme

Abgeleitet aus der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen und angelehnt an Ihre Personalentwicklungsziele bieten inhaltlich gestaltbare Gesundheitsprogramme die Basis zur Begleitung von Veränderungen auf der Mitarbeiterenebene.



Kompetenzworkshops

Aufbau von Kompetenzen im Umgang mit Belastungssituationen zur Förderung der psychomentalen Widerstandskraft (Resilienz) ist Thema der kompakt gehaltenen Kompetenzworkshops.



Führungskräfteentwicklung

Führung in Zeiten von Arbeitsverdichtung, Zuwachs von Verantwortung und Komplexität braucht Fingerspitzengefühl für die eigenen und die Bedürfnisse Ihrer MitarbeiterInnen.



Psychische Gefährdungsbeurteilung

Ist nach §5 Arbeitsschutzgesetz geboten, um Belastungen frühzeitig aufzudecken und schrittweise abzubauen. Hier unterstütze ich Sie gern!



Strategisches Gesundheitsmanagement

- Wie führen Sie eine Gefährdungsanalyse durch?
- Wie entwickeln Sie hieraus eine mit Ihren Unternehmenszielen kompatible BGM-Strategie?
- Welche BGM Module, befähigen Ihre MitarbeiterInnen, mit den neuen Herausforderungen gut umzugehen?



Vortragsangebote

Vorträge informieren, sensibilisieren, motivieren und ebnen Ihnen damit den Weg ins betriebliche Gesundheitsmanagement.

BERATUNGSPRAXIS

Wolfram Krug



Gesundheitsprogramme

1. **Resilienzförderprogramm** – Aufbau von Schutzfaktoren und Kompetenzen zur Stärkung der psychischen Widerstandskraft in den für Ihr Unternehmen berufstypischen Belastungssituationen.
2. **NEU! "Sensibilisierung & Empowerment"** – Motivation und Qualifizierung weniger gesundheitsaffiner MitarbeiterInnen in Kooperation mit der brainLight GmbH.
3. **"Teamfit"** – Teamberatung zur Stärkung des Teamerfolgs in einem sich wandelnden Unternehmensumfeld.



Kompetenzworkshops

1. **Gesund schlafen** – Insomnieprävention nach dem Modell des schlafmedizinischen Instituts der DKD Wiesbaden. Stärkung der Regenerationskompetenz.
2. **Psychisch belastete MitarbeiterInnen führen** – Erweiterung von Führungskompetenz.
3. **Rauchfrei Programm** – Nikotinentwöhnung nach dem Konzept des Instituts für Therapieforschung, München. Stärkung der Selbstwirksamkeitserfahrung.
4. **Selbstsicher auftreten** – Erweiterung sozialer Kompetenzen.
5. **Souverän im Umgang mit Stress** – Erweiterung der Stresskompetenz in Anlehnung an das Programm von Prof. Kaluza

Detailbeschreibung zu allen Kompetenzworkshops finden Sie auf meiner Website unter dem Stichwort "Kompetenzworkshops".



Strategisches Gesundheitsmanagement

1. **Analyse- Zieleworkshop BGM** – Moderation im Lenkungskreis BGM auf Grundlage des Gesundheitsberichts mit Definition von Zielen (mehrere Ebenen), Ableitung von Maßnahmen, Bestimmung von Evaluationsinstrumenten und Erfolgskriterien (Kennzahlen)
2. **Umsetzung der Gefährdungsbeurteilung nach §5 ArbSchG** – Strukturierte, zielgruppenspezifische Gruppenmoderation zur Erhebung psychischer Belastungen und Entwicklung von Lösungsideen..
3. **Gründung des Gesundheitsteams** – Moderation der konstituierenden Sitzung und nachgestellte Qualifikation eines Mitarbeiters zum Leiter/ Moderator „Team Gesundheit“.



Führungskräfteentwicklung

1. **Gesund führen: Sich selbst und andere** – Mehrteiliges Programm zur gemeinsamen Erarbeitung von Führungs- und Selbstführungsstrategien vor dem Hintergrund Ihrer alten und neuen Führungsleitlinien.
2. **Fallsupervision** – Gruppenberatung zur professionellen Führung psychisch belasteter MitarbeiterInnen.
3. **Führungskräftecoaching** – Zur nachhaltigen Entwicklung von Führungspersönlichkeiten.



Psychische Gefährdungsbeurteilung

1. **Arbeitsplatzsituationsanalyse** – Arbeitsplatzbegehung, Moderation des Analyse- und Lösungsworkshops, Dokumentation nach GDA-Leitlinien, Beratung der Führungskräfte
2. **Mitarbeiterbefragung** – Durchführung in Kooperation mit dem Zentrum für empirische pädagogische Forschung (zefp) der Universität Koblenz-Landau.

Die Gefährdungsbeurteilung ist im § 5 des Arbeitsschutzgesetzes geregelt.



Vortragsangebote

Hier finden Sie eine Themenauswahl – weitere Vortragsthemen auf Anfrage.

- **Strategisches Gesundheitsmanagement:** Ansatz, Konzept, Nutzen.
- **Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen:** Vorgehen, Datenschutz, Implementierung.
- Sinnvoll Stress bewältigen – Burnout vermeiden.
- Strategien für gesunden Schlaf
- Nikotinentwöhnung – Vortrag zum Rauchfrei Programm

Besucheradresse: Industriepark KALLE-ALBERT, Geb. K330 / Zimmer 1010-1011

Rheingaustraße 190, 65203 Wiesbaden

Postanschrift: Walkmühlstraße 1, 65195 Wiesbaden

Telefon: 0611/ 58 53 218

E-Mail: info@beratungspraxis-krug.de

Internet: www.beratungspraxis-krug.de

