

Vorwort

für alle, die im Betrieblichen Gesundheitsmanagement aktiv sind

1 Wie sich die Arbeitswelt verändert

„Immer mehr Weicheier und Heulsusen!“

- Psychische Erkrankungen auf dem Vormarsch
- Was Zielvereinbarungen mit Burnout zu tun haben
- Die Blumacher-Problematik mal anders

2 Zwischenmenschlicher Arbeitsschutz und Führung

„Ohne den wär's hier schön!“

- Psychosoziale Einflussfaktoren auf Anwesenheit und Wohlbefinden
- Der Beitrag der Führungskraft zu Wohlbefinden und Gesundheit
- Frustschutz für Sie: Umgang mit Kränker-Chefs

3 Die psychische Gesundheit stärken

„Jetzt reißen Sie sich mal zusammen!“

- Menschen stärken – (wie) geht das?
- Gesunder Umgang mit belasteten Beschäftigten
- Psychisch beeinträchtigte Menschen anders behandeln: ja oder nein?

4 Gesund führen – auch unter schwierigen Bedingungen

„Jetzt geht's ums nackte Überleben – keine Zeit für Gesundheit!“

- Was Bedingungen „schwierig“ macht
- Gesund führen in Zeiten der Krise und anderer Veränderungen
- Basis-Programm „Gesund führen“

5 Das Thema einschmuggeln und Widerstände einplanen

„Gesundheit ist Sache des einzelnen!“

- Warum Widerstände gegen das Thema an der Tagesordnung sind
- Türöffner und wie Sie sie richtig nutzen
- Was Sie brauchen, um den Widerständen gewachsen zu sein

6 Den Vorstand überzeugen

„Zum Betriebsrat rennen doch immer nur die Minderleister!“

- Die Sorgen des Vorstands
- Dont's im Umgang mit der Geschäftsführung
- Wie Sie die Geschäftsleitung sachte zum Glück zwingen

- 7 Führungskräfte für das Thema gewinnen**
„Als hätte ich nicht genug zu tun – jetzt auch noch gesund führen!“
- Weil Anprangern nichts bringt: Locken und Verführen
 - Pflichtseminare – ja oder nein?
 - Ein Herz für Chefs!
- 8 Selber gesund bleiben unter ungesunden Rahmenbedingungen**
„Diesen Job bis 67 machen?!“
- Wie Sie Ihre eigene Psyche stärken
 - Basiskompetenz: Abschalten
 - Jetzt die Grundlage für gesundes Alter(n) legen
- 9 Maßnahmen mit Langzeitwirkung**
„Die Fehlzeitenquote muss runter – sofort!“
- Sofortwirkungen – und wieso die Fehlzeitenquote nicht alles ist
 - Kick-Off, Vorträge, Seminare und was darin behandelt werden sollte
 - Wie Sie Ihre Maßnahmen vermarkten und Nachhaltigkeit sicherstellen
- 10 Die Kultur verändern**
„Ab heute führen Sie gefälligst mit Wertschätzung!“
- Basis-Programm: Selbstwertschätzung
 - Für Fortgeschrittene: Kultivierung einer wertschätzenden Haltung
 - Der Plan für Profis: Bausteine zur Kulturveränderung

Ausblick

für alle, die im Betrieblichen Gesundheitsmanagement aktiv sind

Anhang

- Die do care![®]-Charta für Gesunde Führung
- Checkliste: Überlastungssignale bei Beschäftigten
- Gesprächsleitfaden zum Umgang mit überlasteten Beschäftigten
- Leitfaden zur Förderung der psychosozialen Gesundheit im Betrieb
- Literaturverzeichnis
- Stichwortverzeichnis
- Über die Autorin