

...der Zugang
zu unserer...

Kommunikation & Gesundheit

Man kann nicht nicht kommunizieren. (Paul Watzlawick)



„Unsere Aufträge zur betrieblichen Gesundheitsförderung wurden seitens der Unternehmen von heute auf morgen komplett eingestampft.“

„Als Remote Worker war ich gezwungen mir mein Arbeitsplatz und meinen Arbeitsalltag aus dem Home Office selbst aufzubauen.“

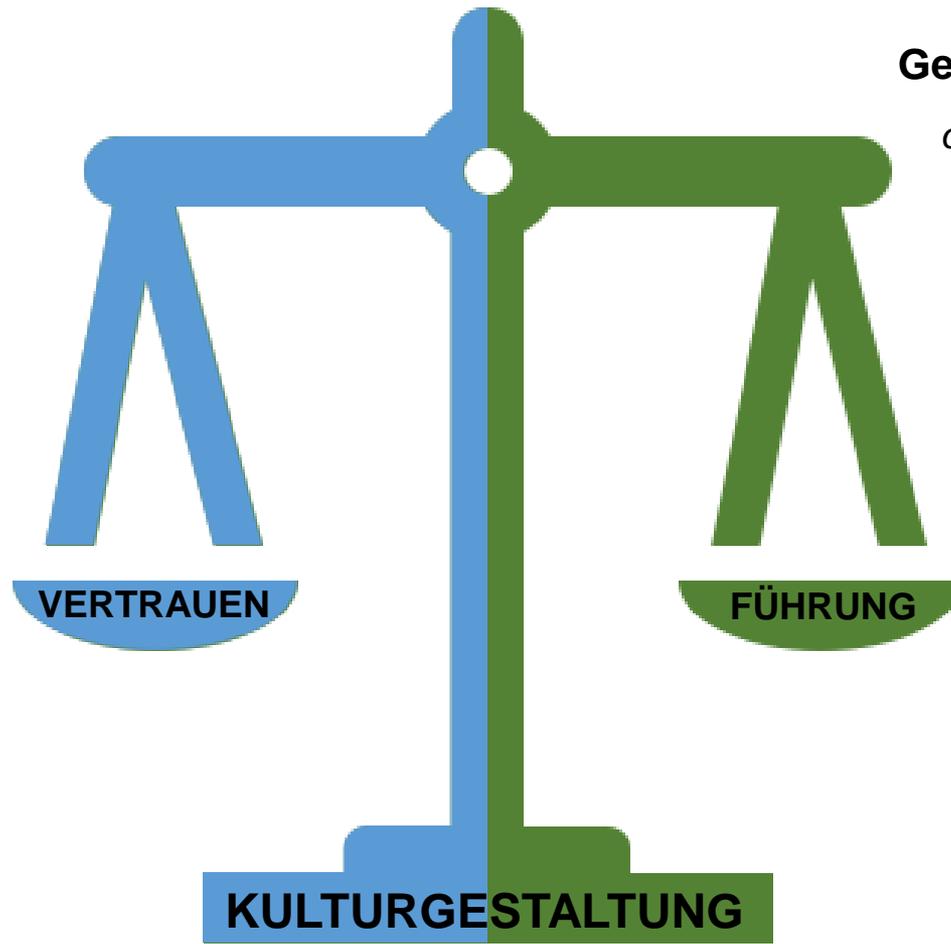
„Mein Arbeitgeber stellt mir keine Unterstützungsangebote für den Erhalt meiner Gesundheit zur Verfügung.“

„Als Fachärztin meiner Praxis verzeichne ich einen starken Anstieg von mentalen und körperlichen Beschwerden bei Erwerbstätigen.“





Raus aus dem Hamsterrad, rein ins bewusste Leben.



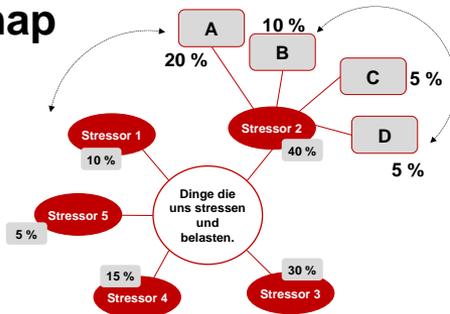
Gesundheit neu denken – *zum Erhalt
der betriebswirtschaftlichen Gesundheit.*

1. Bedürfnisse sichtbar machen

2. Umgang mit den Bedürfnissen finden

3. Nachhaltige Strukturen implementieren

Stress-Mindmap



Die vier Ebenen des Zuhörens

(nach Otto Scharmer)

1. Nicht zuhören

– Direkt eigene Meinung teilen & Ratschläge geben

2. Faktisch

– Was wurde erzählt? „Ich habe dich sagen hören...“

3. Empathisch

– Welche Gefühle wurden transportiert? „Ich habe dabei gespürt/gefühl, dass...“

4. Generativ/Schöpferisch

– Welche Kraft, Botschaft, Richtung, Bild kam uns entgegen? „Folgendes schwingt zwischen den Zeilen mit und kam mir in den Sinn...“

Führungsrollen



**Coaching/
Mentoring**

Regelmäßige Austauschrunden





Prof. Dr. Thomas Thiessen

Konsortialleitung Mittelstand 4.0-
Kompetenzzentrum Kommunikation

thomas.thiessen@businessschool-berlin.de



Carolin Enke

Projektmanagerin Mittelstand 4.0-
Kompetenzzentrum Kommunikation

carolin.enke@businessschool-berlin.de