

Projektbeschreibung

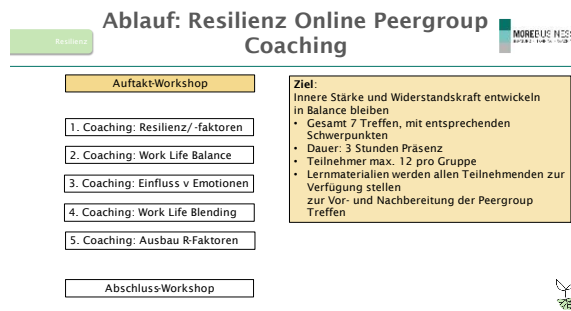
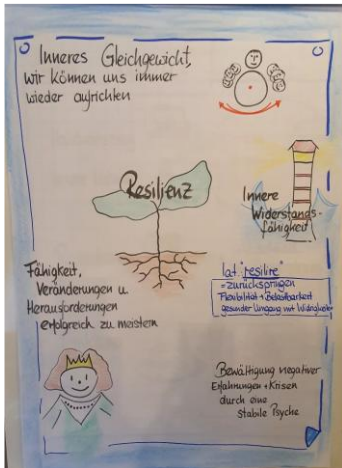
Gruppen Resilienz-Coachings

Mitarbeitende aus dem Pflegebereich in Balance bringen

Zum Unternehmen

Im Auftrag der AOK NordWest haben wir für die Führungskräfte einer Mutter-Kind-Kurklinik Resilienz-Coachings im Gruppenformat durchgeführt. Unter der Koordination von Merle Haarhoff, Spezialistin für Betriebliche Gesundheitsförderung, war es die erstmalige Durchführung des Resilienz-Coachings in einem Projektunternehmen der AOK NordWest.

„Vor dem Hintergrund des positiven Feedbacks der Beteiligten im Unternehmen und der professionellen Umsetzung seitens MoreBusiness und MüllersCoMeT freuen wir uns auf weitere zukünftige Projekte im Rahmen des Handlungsfeldes psychosoziale Gesundheit für teilnehmende Projektbetriebe“ – so Merle Haarhoff.



Aufgabe

Das von der LMU evaluierte Seminarkonzept ResilienzCoaching wurde in Präsenz von Müllers Commet, Frau Nancy Müllers für mehrere Gruppen durchgeführt.

Menschen in pflegenden und betreuenden Berufen sind besonders belastet.

<https://www.aok.de/pp/gg/update/wido-studie-belastung-pflegender-angehoeriger-nimmt-zu/#>

Herausforderung

Hohe Arbeitsbelastungen sorgen für einen erhöhten Krankenstand. Ein Hamsterrad, das sich immer schneller zu drehen scheint und Teams belastet, da die Betreuung von Menschen nicht einfach zeitversetzt erledigt werden kann. Krankheitsbedingte Ausfälle müssen vom Team kompensiert werden. So entstehen weitere Belastungsfaktoren.

Ziele

Das Ziel der Maßnahme war den Teilnehmenden die Möglichkeit zu geben, einen angepassten Umgang mit dem eigenen Energiemanagement zu finden, die Resilienzfaktoren gezielt einzusetzen und so in eine bessere innere Balance zu finden. Selbstverantwortung für die Gesundheit zu übernehmen ist eine unserer wichtigsten Lebensaufgaben.

Umsetzung

In Gruppen mit maximal 12 Teilnehmenden konnten die Themen optimal reflektiert werden. Der durch die LMU erarbeitete Fragebogen hat zu Beginn eine gute Ist Analyse ermöglicht. Die in Abständen von ca. 4 Wochen in Präsenz durchgeführten Workshops führten dazu, dass die Inputs gut in die Praxis integriert werden konnte.

Das Teilnehmenden können zukünftig in Kleingruppen in Abständen von ca. 6 Monaten weitere Reflexions-Workshops buchen.

Wir danken der AOK NordWest für die Begleitung und die Unterstützung bei der Durchführung der Gruppen-Resilienz-Coachings.

Unsere gemeinsamen Ziele sind, unsere Kompetenzen zur Stärkung von Gesundheit und Erfolg bei den Kunden der AOK einzusetzen.

Wir unterstützen Sie bei Ihrer Vorbereitung auf Zeiten der Veränderungen. Lernen Sie, Ihre Energien effizient zu nutzen und geistig, körperlich und seelisch in Ihrer Balance zu bleiben. Für unser bewährtes Coachingkonzept bieten wir unterschiedliche Formate in Präsenz und Online.

Unsere Seminarkonzepte sind von der Ludwig-Maximilians-Universität München evaluiert.

Eckdaten

Kunde:
AOK NordWest

Aufgabe:
Bewusster Umgang mit den eigenen Energien für Mitarbeitende aus Pflegeberufen

Zeitraum:
Januar bis November 2024

Team:
Nancy Müllers
MüllersCoMeT



Umfang:
Mehrere Gruppen
jeweils 7 Workshops
à 3 Stunden

Margret Degener

Geschäftsführerin der
MoreBUSINESS GmbH

