

Betriebliches Gesundheits-Management mit SACHT

Die SACHT-Tools fördern Gesundheit und eine Haltung der systemischen Achtsamkeit, denn Gesundheit fängt im Kopf an. Betriebliches Gesundheitsmanagement im Sinne der Salutogenese (Gesundheitsförderung von Menschen) beinhaltet die Stärkung persönlicher Ressourcen und die gesundheitsförderliche Gestaltung von Arbeitsbedingungen.

- Mit dem **SACHT-Gefährdungskompass**® bieten wir Ihnen ein **Online-Instrument** zur umfassenden Analyse der **Arbeitsbedingungen**. Sie erkennen, welche Ressourcen und welche Verbesserungspotenziale vorhanden sind.
- Der **SACHT-Stresskompass und Ressourcenwecker**® dient dem **individuellen und organisationalen psychischen Gesundheits-/ Ressourcen-Screening** (Online) und ist eine zusätzliche Säule von wirksamen gesundheitsfördernden Maßnahmen. Es können Stress- und Emotionsregulations- Phänomene erfasst, Kompetenzen/ Ressourcen aufgebaut sowie konstruktiv umgesetzt werden.
- Das praxiserprobte Analyse- & Gestaltungskonzept **Systemisches Ressourcen-Management (SRM)** bietet wirksame Umsetzungsangebote zur Steigerung von Gesundheit, positivem Miteinander, Leistungs- und Arbeitsfähigkeit.
- Alle Tools lassen sich einfach in bestehende Systeme/ Prozesse integrieren und wirken nachhaltig.

Was ist der Zweck der SACHT-Tools und Nutzen für Sie?

Die SACHT-Online Tools sind innovative, praxistaugliche und wissenschaftlich basierte Fragebögen. Mit dem Gefährdungskompass® können Sie **Arbeitsbedingungen** systematisch überprüfen und »ungesunden« Entwicklungen frühzeitig auf die Spur kommen. Die Gefährdungsbeurteilung eignet sich hervorragend als Einstieg und Bedarfsanalyse für ein betriebliches Gesundheitsmanagement, um zielgerichtete Maßnahmen zu entwickeln. Der SACHT-Stresskompass und Ressourcenwecker® analysiert die **individuellen / organisationalen Stressphänomene** (Beanspruchungen und Kompetenzen). Er bezieht auch **Ressourcen zur Stress- und Emotionsregulation** ein.

Menschen und Unternehmen erhalten eine differenzierte Analyse vom Belastungs-Ressourcen-Gefüge und wirksame Umsetzungsangebote zur Steigerung von Wohlbefinden, Arbeits-, Leistungs-, Kommunikations- und Konfliktfähigkeit. Gesundheitsfördernde Maßnahmen werden möglich mit dem Ziel der Erhöhung der Selbstwirksamkeit, positiven Belastungsbewältigung sowie des nachhaltigen Ressourcenaufbaus aller Beteiligten.

Somit eignen sich die SACHT-Tools optimal für wirksame, einfach umzusetzende **Verhältnis-, Verhaltens- und „Haltungs“-Prävention**.

Einfach wirksam werden mit SRM?

**Stärkung von positivem Miteinander und Selbstwirksamkeit.
Passive zu Handelnden machen, konstruktives Miteinander bei allen Akteuren.**

Beim BGM/ BEM kommen viele Akteure und Rahmenbedingungen zusammen, die auch über das SRM- Konzept gemeinsam konstruktiv aktiv werden und bleiben können. SRM ist ein positives Selbst- und Fremd-Management-Tool, um Gesundheit, Kommunikationsfähigkeiten, Innovation und Selbstwirksamkeit zu fördern und Konflikte konstruktiv zu gestalten. Mit SRM können eigene Ressourcen und Leistungspotenziale aktiviert, neue leicht entfaltet und positiv nutzbar gemacht werden.

Welche Produkte gibt es?

- **SACHT Gefährdungskompass** für die **Arbeitsbedingungen (Online)**: ca.15-30 Minuten
- **SACHT Stresskompass und Ressourcenwecker** für die **Stressoren, Beanspruchungen und Ressourcen** bei Mitarbeitern und im sozialen/ beruflichen Umfeld **(Online)** ca.20-40 Minuten
- **SACHT- Einfach-Wirksam-Sein-Angebote** zur **Gesundheits- und Arbeitsfähigkeitsförderung** (Beratung, Coaching, Training, Ausbildung von Fach- und Führungskräften, Mitarbeiterassistentenprogramme, Personal- und Organisationsentwicklung)



SACHT GmbH . Büro Süd/West Ansprechpartner in Ihrer Nähe
Brucknerstraße 2 · 75446 Wiernsheim
Tel. +49 (0) 70 44 - 938 296
kontakt@einfachwirksam.de · www.einfachwirksam.de

SACHT

TOOLS

Einfach wirksam



SACHT
ARBEITSWELTEN