



📷 Jess Bailey / Unsplash - Unsplash License, <https://unsplash.com/license>

Gesundheits - Tool

Kostenloses Health-Focused Leadership Program

Schon lange beschäftigen wir uns im Kompetenzzentrum der Bertelsmann Stiftung neben Führung und Unternehmenskultur mit dem Thema Gesundheit: für Führungspersonen, Beschäftigte, aber auch im Sinne einer gesunden Organisation. Wir sehen einen engen Zusammenhang und möchten gerade in diesen herausfordernden Zeiten ein Zeichen setzen und Dir Impulse für eine nachhaltige und gesunde Führung geben.

Gesundheit ist vermutlich das höchste Gut, das wir haben.

Doch oft merken wir ihren Wert erst, wenn sie bedroht ist. Und auch wenn wir inzwischen viel darüber wissen, was es für ein gesundes Leben braucht ist doch die Umsetzung nicht so leicht. Wir möchten mit kleinen, täglichen Impulsen dazu beitragen, dass du Erkenntnisse in konkretes Verhalten umsetzen lernst und dadurch in dich, dein Team und deine Organisation investierst!

Jetzt anmelden:

Hier kannst du dich registrieren und erhältst dann von uns den Link zum **Health-Focused Leadership Program**.

Was sich hinter dem Health-Focused Leadership Program verbirgt, erklären wir in diesem Video!

Zum Nachlesen beantworten wir hier die wichtigsten Fragen:

Was ist das Health-Focused Leadership Program?

Das Health-Focused Leadership Program (HLP) ist ein sechswöchiges Selbst-Coaching-Programm zum Thema „Gesunde Führung“, das über die App Leada ausgespielt wird. Das Programm ist niedrigschwellig – mehr als drei, vier Minuten am Tag musst du nicht aufwenden. In welcher Reihenfolge du die verschiedenen Programmteile durchläufst, darfst du selbst bestimmen.

Welchen Mehrwert bietet das Health-Focused Leadership Program?

Im Verlauf des Programms lernst du aktuelle Erkenntnisse aus der betriebswirtschaftlichen und organisationspsychologischen Forschung kennen. Das Programm ermuntert dich, diese Erkenntnisse in deinem Alltag in konkretes Verhalten zu übersetzen. Du kannst das Programm also als einen sechswöchigen, alltagsbegleitenden Kurs zum Thema „Gesunde Führung“ betrachten.

Welche konkreten Themen werden im Programm behandelt?

Das Programm hat die Schwerpunkte „Meine Gesundheit“, „Die Gesundheit meiner Mitarbeitenden“ und „Das gesunde Unternehmen“. Zu jedem dieser Schwerpunkte haben wir verschiedene Impulse vorbereitet, z.B. zu den Themen „Tägliche Gewohnheiten“, „Umgang mit Stress“, „Positive Grundhaltung“, „Rückenstärkung“, „Aktives Zuhören“ u.a.

Was ist Leada?

Leada ist die App für professionelle Qualifizierung im Alltag. Leada unterstützt dich dabei, neue Kompetenzen zu erwerben und einzusetzen.

Wie funktioniert das Health-Focused Leadership Program?

Leada begleitet dich durch den Tag. Je nach Tageszeit und Situation spielt die App dir verschiedene Impulse aus. Welche Impulse du annimmst und welche nicht, bleibt dir überlassen – Leada macht nur Angebote, kein schlechtes Gewissen. Das Health-Focused Leadership Program ist ein nicht-lineares Programm. Das bedeutet, dass du selbst entscheidest, in welcher Reihenfolge du die Schwerpunktthemen „Meine Gesundheit“, „Die Gesundheit meiner Mitarbeitenden“ und „Das gesunde Unternehmen“ bearbeitest.

Wie zeitaufwändig ist das?

Im Schnitt dauert die Bearbeitung eines Leada-Impulses drei bis fünf Minuten. Pro Tag erhältst du maximal zwei Impulse.

Wann startet das Programm? Kann ich das Programm pausieren?

Du kannst das Programm jederzeit zum Wochenanfang (d.h. montags) starten. Das Programm lässt sich beliebig pausieren.

Läuft Leada auf meinem Smartphone?

Leada läuft auf allen Android- und iOS-Smartphones.

Was ist mit meinen Daten?

Deine unverschlüsselten Informationen sind nur dir persönlich zugänglich. Das Programm ist mit einer wissenschaftlichen Studie der Newcastle Business School, Leuphana Universität Lüneburg und Universität Dresden verknüpft. Die Resultate dieser Studie werden – aggregiert und anonym – von den Forschern ausgewertet.

HIER geht's los:

Hier kannst du dich registrieren und erhältst dann von uns den Link zum **Health-Focused Leadership Program**.

Bei Fragen zum Programm, freuen wir uns darauf, von dir zu lesen:
info@leada.de

Wir freuen uns sehr über eine rege Teilnahme am Programm und stehen als Team der Bertelsmann Stiftung sehr gerne begleitend zur Seite!



Publikation

Alle Achtung vor dem Stress!

[weiterlesen](#)



Publikation

Kein Stress mit dem Stress - für Beschäftigte

[weiterlesen](#)



Publikation

Kein Stress mit dem Stress - für Führungskräfte

[weiterlesen](#)



Publikation

Ressourcenförderung in Zeiten ständigen Wandels

[weiterlesen](#)