

Gründe, die für ein Coaching sprechen:



gedanken
gänge

» Das Leben
besteht in der
Bewegung. «

[Aristoteles]

Ein betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)...

kann durch Coaching-Angebote für Frauen wichtige Impulse zur Gleichstellung setzen. Die zusätzliche Belastung durch Care-Arbeit führt bei vielen Frauen zu einer stärkeren Beanspruchung und erhöhtem Stress. Dies kann langfristig auch ihre Gesundheit und Produktivität beeinflussen. Coaching als Teil des BGM hilft dabei, diese Herausforderungen gezielt anzugehen. Hier sind Gründe, warum ein Coaching-Angebot für Frauen im Rahmen des BGMs sinnvoll und förderlich für die Gleichstellung ist:

1. Stressreduktion und Prävention von Burnout

Frauen, die Care-Arbeit und Beruf vereinbaren müssen, erleben oft eine hohe psychische Belastung. Hierdurch ist das Risiko für Stress und Burnout erhöht. Ein Coaching, das speziell auf die Bedürfnisse und Herausforderungen von Frauen zugeschnitten ist, kann wertvolle Unterstützung zur Stressbewältigung und zur Förderung des Wohlbefindens bieten. Dadurch werden die Gesundheit und Belastbarkeit der Mitarbeiterinnen gestärkt, was sich auch positiv auf ihre Arbeitsleistung auswirkt.

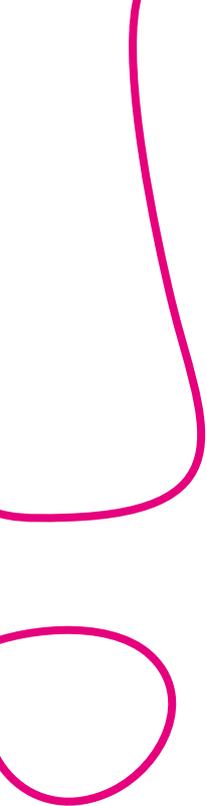
2. Förderung der Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben

Die Förderung einer besseren Balance zwischen Arbeit und Privatleben ist ein zentraler Aspekt der Gleichstellung. Durch Coaching können Frauen lernen, Care-Arbeit besser zu organisieren, Entlastungsmöglichkeiten zu finden und auch im Unternehmen Unterstützung anzusprechen. Dies fördert die Resilienz der Mitarbeiterinnen, einer Reduzierung von Langzeitriskien, zu geringeren gesundheitlichen Ausfallzeiten und letztendlich zu einer geringeren Fluktuation.

Kontakt

Telefon: 0151/112 49 130

E-Mail: info@gedankengaenge.info



3. Verbesserung der Work-Life-Balance durch klare Zielsetzung und Ressourcenplanung

Frauen, die Care-Verantwortung übernehmen, benötigen oft spezielle Unterstützung, um ihre Ressourcen sinnvoll einzusetzen. Coaching hilft ihnen, klare Ziele zu setzen und berufliche und private Anforderungen besser zu priorisieren. Dies unterstützt nicht nur das persönliche Wohlbefinden, Zufriedenheit und Loyalität, sondern fördert auch eine effizientere und produktivere Arbeitsweise.

4. Förderung der Gleichstellungskultur im Unternehmen

Ein gezieltes Coaching-Angebot für Frauen zeigt, dass das Unternehmen die besonderen Herausforderungen weiblicher Mitarbeitender anerkennt und bereit ist, sie aktiv zu unterstützen. Dies trägt zu einer positiven Unternehmenskultur bei, die die Gleichstellung ernst nimmt und die Bedürfnisse aller Beschäftigten berücksichtigt.

5. Steigerung der Motivation und Bindung ans Unternehmen

Frauen, die in einem Unternehmen arbeiten, das sie und ihre besonderen Bedürfnisse unterstützt, zeigen sich oft motivierter und sind dem Arbeitgeber gegenüber loyaler. Ein BGM-Coaching-Angebot für Frauen signalisiert, dass das Unternehmen ihre Herausforderungen versteht und ihre Entwicklung und Gesundheit ernst nimmt. Dies führt zu einer stärkeren Bindung und Motivation, was sich wiederum positiv auf die Produktivität und das Betriebsklima auswirkt.

Das Fazit

Ein Coaching-Angebot für Frauen im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements ist ein wichtiges Werkzeug zur Förderung der Gleichstellung und Gesundheitsprävention. Es unterstützt Frauen dabei, Care-Arbeit und berufliche Ambitionen besser zu vereinbaren, sich gesundheitlich zu schützen und ihre Karrierechancen zu nutzen. Damit schafft das Unternehmen eine gesündere, produktivere und gleichberechtigtere Arbeitsumgebung, die langfristig beiden Geschlechtern zugutekommt.

Kontakt

Telefon: 0151/112 49 130

E-Mail: info@gedankengaenge.info