



- **VORTRÄGE**
- **WORKSHOPS**
- **SEMINARE**
- **MODERATION**
- **STRATEGIE**

Bajuwarenstraße 2e

93053 Regensburg

Tel. 0941-280 943 41

E-Mail: info@gms-institut.de

www.gms-institut.de

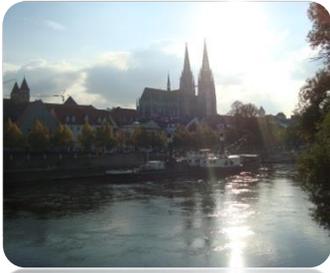
www.gesunde-unternehmen.expert



Es sind die
Begegnungen
mit *Menschen*,
die das Leben lebenswert machen.

Guy de Maupassant





HERZLICH WILLKOMMEN!

Wir freuen uns über Ihr Interesse!

Neues lernen und sich weiterentwickeln gehört zu den menschlichen Grundbedürfnissen. Wir unterstützen Sie gerne bei der Auswahl geeigneter Themen und bieten Ihnen eine Vielzahl von Wissensgebieten an.

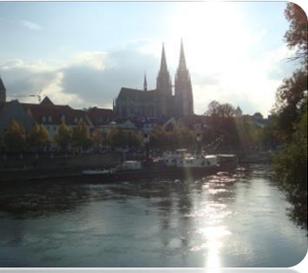
Unsere Experten sind Profis auf ihrem Fachgebiet. Sie vermitteln die Inhalte mit Freude und Engagement. Die Veranstaltungen finden in unseren Räumen oder vor Ort in Ihrem Unternehmen statt.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen persönlich und helfen Ihnen bei der individuellen Planung! Bitte nehmen Sie dazu einfach direkt Kontakt mit uns auf.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen!

Martin Simmel
Diplom-Psychologe
Geschäftsführung

Elisabeth Schmid
Diplom-Betriebswirtin
Leitung GMS AKADEMIE



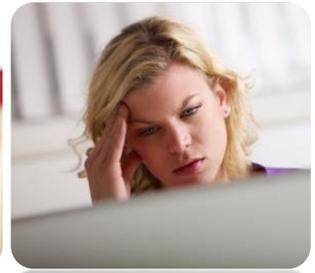
INHALTSÜBERSICHT

Unsere Themen im Überblick

- Hauptsache GESUNDHEIT
 „Führungskraft beginnt im Kopf!“ 6
- „Burnout (k)ein Thema:
 Wie aus Machern langsam aber sicher Zuschauer werden!“ 6
- Stressmanagement mit System
 „It's a hard life, but somebody has to live it!“ 7
- „Das hätte ich so nicht gedacht!
 Woran erkenne ich Belastung und Überlastung bei meinen
 Kollegen und Mitarbeitern?“ 7
- Werteorientierte und gesundheitsfördernde Führung –
 „Unternehmenswelten schaffen, denen ich und andere
 gerne zugehören wollen!“ 8
- Zeit- und Selbstmanagement
 „Zeitmanagement hat mit Zeit so viel zu tun,
 wie Zitronenfalter mit Zitronen!“ 9
- „How not to get shot“ –
 Effektive Kommunikationswerkzeuge in verschiedenen
 betrieblichen Kontexten 9
- EQ² Emotionale Intelligenz –
 Grundlagen für ein erfolgreiches Privat- und Berufsleben 10
- Menschenkenntnis –
 Psychologische Grundlagen der Personalbeurteilung 10
- Alles außer gewöhnlich!
 „Wie mache ich aus meiner Arbeitsgruppe ein Hochleistungsteam?“ 10
- „Was bleibt ist der Wandel!“
 Change Prozesse in Unternehmen initiieren und erfolgreich begleiten 11



| | |
|--|----|
| ▪ Mentaltraining – „Erfolg, Zufriedenheit und Leistungsvermögen beginnen im Kopf. Egal, ob im Sport, Beruf oder Alltag!“ | 11 |
| ▪ „Durchatmen und den Fokus neu ausrichten – Achtsamkeitsübungen für mehr Klarheit und Präsenz“ | 12 |
| ▪ „Dem Stress ein Schnippchen schlagen“ – Strategien für mehr Gelassenheit in stürmischen Zeiten“ | 12 |
| ▪ Unsere Regenerationskompetenzen sind der Schlüssel, um gesund alt zu werden und im Alter jung und vital zu bleiben!“ | 13 |
| ▪ „Angewandte Psychologie für Führungskräfte – Leistungsmindernde Gedanken erkennen und steuern“ | 13 |
| ▪ Business Yoga – Einfache, aber wirkungsvolle Übungen für den Alltag“ | 13 |
| ▪ „Resilienz – gesund wachsen, stark bleiben“ | 14 |
| ▪ „Auch Erholung will gelernt sein!“ | 14 |
| ▪ Grundlagenseminar „Betriebliches Gesundheits MANAGEMENT mit System“ | 15 |
| ▪ Gefährdungsbeurteilung Psychischer Belastung am Arbeitsplatz | 16 |
| ▪ Ausbildung zum Stressmanagementtrainer / zur Stressmanagementtrainerin | 17 |
| High-Performance-Coaching | 19 |
| Ihre Experten | 20 |
| Veröffentlichungen und Medienberichte | 27 |
| Teilnehmerstimmen | 28 |
| Referenzen | 29 |
| Initiative Gesunde Unternehmen | 30 |



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

Hauptsache GESUNDHEIT „Führungskraft beginnt im Kopf!“

Was ist eigentlich Gesundheit? Wieso ist das Thema für Menschen in Unternehmen überhaupt relevant? Was hat das mit Führungskraft zu tun? Fragen, mit denen wir uns auseinandersetzen werden!

Natürlich gibt es auch schicksalhafte und genetische Gründe dafür, dass ein Mensch krank wird. Heutzutage aber dominieren chronische Zivilisationserkrankungen: Bluthochdruck, Diabetes, Schlaganfall und Herzinfarkt, Tumoren, Muskel- und Gelenkschmerzen usw.

Jeder Mensch kann selbst viel dazu beitragen, diese Krankheiten in seinem Leben zu verhindern und ein langes, erfülltes und glückliches Leben zu führen. Er muss es nur selbst tun und sein Leben eigenverantwortlich in die Hand nehmen. Dies nennen wir individuelles Gesundheitsmanagement.

Die Konsequenzen für eine erfolgreiche Führungskraft liegen auf der Hand! Sonst würde es wohl heißen: „Was ihm selbst noch dunkel war, macht er einem anderen klar!“ Erfolgreiche Führungskräfte schaffen für ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zusammenfassend eine Rahmenbedingung, die Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft fördern und fordern.

“Burnout (k)ein Thema! Wie aus Machern langsam aber sicher Zuschauer werden!“

Wie ein Damokles-Schwert hängt die Gefahr des Burnout-Syndroms über allen engagierten Menschen. Denn Burnout trifft bevorzugt besonders produktive, leistungsfähige und zielorientierte Menschen.

Was bedeutet Burnout für ein Unternehmen?

Grundsätzlich kann jede Führungskraft und jeder Mitarbeiter vom Burnout-Syndrom betroffen werden. Lange Zeit kann ein Burnout-Syndrom latent bleiben und nicht entdeckt werden. Die betroffenen Mitarbeiter sind zwar noch körperlich anwesend, aber sie leisten nur noch Dienst nach Vorschrift. Die entstehenden Kosten für das Unternehmen können sehr hoch werden. Unternehmensweite Aufklärung und entsprechende systematische Maßnahmen zur Vorbeugung und Vermeidung von Burnout bei Führungskräften und Mitarbeitern ist in jedem Unternehmen dringend geboten.



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

Stressmanagement mit System

„It´s a hard life but somebody has to live it!“

Stress ist die Fähigkeit eines Menschen, die Anforderungen (und manchmal Bedrohungen) seiner Lebenswelt angemessen zu bewältigen. Grundsätzlich ist Stress eine natürliche Reaktion des Körpers. Sie ist uns angeboren. Ihr Zweck ist es, uns in kürzester Zeit mit möglichst viel Energie zu überfluten, um die Anforderungen unseres Lebens zu meistern. Stress ist also weder gut noch schlecht. Wir unterscheiden besser: Er ist (den Anforderungen) angemessen oder unangemessen. In diesem Tagesseminar lernen Sie, Ihre individuellen Stressreaktionen zu erkennen und welche logisch konsequenten Interventionsstrategien erfolgversprechend sind. Achtung! Dieser Vortrag / dieses Seminar verändert etwas. Ihr Umfeld wird wohl bemerken, dass Sie auf einem Vortrag / Seminar zu diesem Thema waren.

“Das hätte ich so nicht gedacht!

Woran erkenne ich Belastung und Überlastung bei meinen Kollegen und Mitarbeitern?“

Dieses Format unterstützt Fach- und Führungskräfte in ihrer Handlungskompetenz. Es eignet sich optimal zur Sensibilisierung hinsichtlich der Themen psychische Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz und Burnoutprävention.

Inhalte

- (Psychische) Belastungsphänomene – was ist das eigentlich genau?
- Woran erkenne ich konkret, dass meine Kollegen/Mitarbeiter belastet bzw. überlastet sind?
- Was kann ich tun? Welche Konsequenzen und Schritte sind notwendig und sinnvoll?
- Prävention: Wie lassen sich derartige Phänomene frühzeitig vermeiden?



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

Werteorientierte und gesundheitsfördernde Führung „Unternehmenswelten schaffen, denen ich und andere gerne zugehören wollen!“

Es gibt Personen, deren Ausstrahlung und Präsenz scheint sich wie von Zauberhand auf andere Menschen zu übertragen. Man orientiert sich an ihnen, hört ihnen zu und vertraut ihren Entscheidungen. Häufig werden bei der Beschreibung dieser Personen auch Begriffe wie „charismatisch“ oder „natürliche Autorität“ verwendet. Viele dieser Menschen haben zweifellos Naturbegabungen und ein angeborenes Talent als Führungskraft. Aber das ist nicht alles!

Wir gehen davon aus, dass eine Führungskraft dann erfolgreich führen kann,

- wenn sie versteht, wie ihr eigenes Verhalten zustande kommt bzw. funktioniert,
- wenn sie ihr eigenes Verhalten pro-aktiv und ergebnisorientiert steuern und regulieren kann,
- wenn sie versteht, wie das Verhalten ihrer Mitarbeiter und Kollegen zustande kommt bzw. funktioniert,
- wenn sie das Verhalten ihrer Mitarbeiter und Kollegen pro-aktiv und ergebnisorientiert steuern und regulieren kann.

Wenn wir als Menschen auf die Welt kommen, wird in der Regel keine „Gebrauchsanweisung“ für uns mit geliefert. Es beginnt vielmehr mit der Geburt die lebenslange Herausforderung, dieses Selbstverständnis zu entwickeln und immer wieder neu anzupassen.

Sie erfahren ein paar einfache und grundlegende Denkmodelle zum besseren Verständnis menschlichen Verhaltens. Auf der Grundlage dieser Modelle leiten wir Methoden und Techniken ab, die insbesondere für Menschen mit Führungsverantwortung hilfreich sind.



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

Zeit- und Selbstmanagement

„Zeitmanagement hat mit Zeit so viel zu tun, wie Zitronenfalter mit Zitronen!“

In einer kleinen Gruppe setzen wir uns intensiv mit u.a. folgenden Fragen auseinander:

- Wo verlieren Sie Zeit und was kostet Sie das?
- Wo gewinnen Sie Zeit?
- Was ist Ihnen wirklich wichtig?
- Wofür lohnt es sich jeden Morgen aufzustehen?
- Was würden Sie am liebsten weghaben wollen?
- Welche Zeitmanagementwerkzeuge sind nützlich für Sie?
- Welche Aufgaben können Sie delegieren?
- Sind Sie im Gleichgewicht?

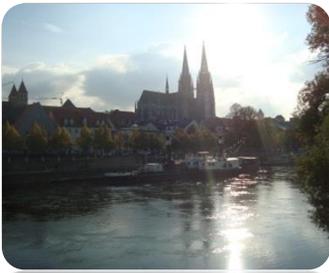
Am Ende dieses Seminars / Workshops gehen Sie mit konkreten Ergebnissen nach Hause, die Sie sofort im betrieblichen oder privaten Alltag umsetzen können. Lassen Sie sich überraschen!

„How not to get shot“

Effektive Kommunikationswerkzeuge in verschiedenen betrieblichen Kontexten

Es gibt im Berufsalltag immer wieder Interaktionssituationen, die uns nachdenklich, manchmal ärgerlich und sogar unsicher machen. Was genau ist da gerade passiert? Worum geht es eigentlich? Wie erreiche ich das, was mir wichtig ist? Kommt Ihnen das bekannt vor? Dann wird Ihnen dieser Vortrag / dieses Seminar neue Sichtweisen und Ideen liefern.

Dipl. Psychologe Martin Simmel führt Sie ein in Handwerk und Kunst der nonverbalen Kommunikation. Er stellt wesentliche Kommunikationsmuster vor und skizziert deren praktische Wirkungsweise in verschiedenen betrieblichen Interaktionskontexten. Mit dem Konzept „How not to get shot“ nach Michael Grinder lernen Sie darüber hinaus ein besonderes Werkzeug für den Umgang mit schwierigen Interaktionssituationen kennen.



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

EQ² Emotionale Intelligenz

Grundlagen für ein erfolgreiches Privat- und Berufsleben

Der Irrtum: Noch immer halten die meisten Menschen mentale Intelligenz und Fachwissen für die ausschlaggebenden Faktoren für den Erfolg. Das stimmt nicht!

Die Tatsache: Der Erfolg eines Unternehmens hängt zu 70% von der Emotionalen Intelligenz aller Beteiligten ab. Bei Führungskräften sogar bis zu 100%. Das haben amerikanische Studien gezeigt.

Die praktische Konsequenz: Bei den emotionalen und sozialen Kompetenzen der Führung, der Teams und der einzelnen Mitarbeiter setzt meist der wirkungsvollste Hebel für die Steigerung des Unternehmenserfolgs an!

Haben auch Sie das Gefühl, dass Fachwissen und rationales Denken und Handeln nicht ausreichen, um erfolgreich zu sein? In diesem Format lernen Sie, was emotionale Intelligenz ist und wie Sie diese Fähigkeit erwerben und ausbauen können. Die Schwerpunkte liegen dabei auf Selbstwahrnehmung, Selbstregulation, Motivation, Empathie und sozialen Fähigkeiten.

Menschenkenntnis

Psychologische Grundlagen der Personalbeurteilung

Zeitgemäße Personalbeurteilungsinstrumente sind effektiv und effizient. Das heißt, sie erfüllen den Zweck, die richtigen Personen an den richtigen Platz und die richtigen Aufgaben zu setzen.

Dieser Workshop unterstützt die Auswählenden (Führungskräfte und Personalexperthen) dabei, für ihre Anforderungen die angemessenen Formate zu entwickeln.

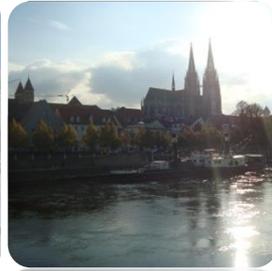
Ein besonderer Schwerpunkt liegt insbesondere auf der Vermittlung psychologischer Grundlagen und Phänomene, die im Beurteilungsprozess relevant sind.

Alles außer gewöhnlich!

„Wie mache ich aus meiner Arbeitsgruppe ein Hochleistungsteam!“

Achtung! Dieser Workshop verändert etwas! Sie werden lernen, wie Sie ...

- Ihr Team an einem gemeinsamen Auftrag ausrichten
- sich selbst und andere motivieren
- einen positiven Teamgeist schaffen
- Probleme lösen
- Kritik anbieten, mit Kritik umgehen und
- Kränkungen auflösen



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

„Was bleibt ist der Wandel!“

Change Prozesse in Unternehmen initiieren und erfolgreich begleiten

Erfolgreiche Unternehmen sind dynamisch wandlungsfähig und entwickeln sich ständig weiter. Das scheint eine Binsenweisheit zu sein. Dennoch verlaufen Change Projekte selten reibungslos.

Dieser Workshop zeigt auf, welche Rahmenbedingungen günstig und unterstützend sind. Außerdem erfahren Sie, welche psychologischen Phänomene die Menschen in Veränderungsprozessen bewegen bzw. bremsen.

Weitere Inhalte sind:

- Führen heißt, Betroffene zu Beteiligten machen
- Gespräche: Überzeugen statt Überreden
- Klarheit und Ausrichtung ist der natürliche Feind von Befürchtung und Angst

Auf der Grundlage konkreter Beispiele aus dem betrieblichen Alltag der Teilnehmer entstehen Handlungsideen und Lösungswege.

Mentaltraining -

„Erfolg, Zufriedenheit und Leistungsvermögen beginnen im Kopf. Egal, ob im Sport, Beruf oder Alltag!“

Unsere Zukunft beginnt in unseren Köpfen. Mit unseren Gedanken und unseren Gedankenmustern können wir Erfolg oder Misserfolg beeinflussen. Achim Müller, Leistungssportler und Personalreferent, verrät Ihnen, wie man das macht!

Inhalte

- „Mentaltraining“ – Was ist das eigentlich genau?
- Ziele des mentalen Trainings
- Verschiedene Methoden des mentalen Trainings
- Mentales Training in verschiedenen Kontexten



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

„Durchatmen und den Fokus neu ausrichten“ - Achtsamkeitsübungen für mehr Klarheit und Präsenz

Leistungsfähige und erfolgreiche Menschen bestechen durch fachliche Kompetenz. Aber nicht nur das: Untersuchungen zeigen, dass sich Leistungsasse vor allem hinsichtlich emotionaler und sozialer Kompetenzen von eher durchschnittlichen Kollegen unterscheiden.

Zugleich zeigt die Hirnforschung immer deutlicher, wozu unser Gehirn fähig ist – wenn wir es entsprechend trainieren. Achtsamkeit, die Fähigkeit, sich dessen bewusst zu sein, was im gegenwärtigen Augenblick geschieht, befähigt uns, klarer und weniger bewertend zu sehen, Wesentliches zu erkennen und Orientierung in uns selbst zu finden. Sie erfahren, wie Sie Ihre Präsenz, Ihre Fähigkeit, überzeugend und einfühlsam zu kommunizieren sowie Ihre Gelassenheit im Umgang mit Stress effektiv stärken können.

„Dem Stress ein Schnippchen schlagen“ – Strategien für mehr Gelassenheit in stürmischen Zeiten

„Du kannst zwar die Wellen nicht aufhalten, aber du kannst lernen, auf Ihnen zu reiten“. Das konnte man auf einem Surf-Plakat in den 70er Jahren lesen. Zunehmender Zeit- und Leistungsdruck, permanente Verfügbarkeit sowie Multi-Tasking sind die Wellen der heutigen Arbeitswelt. Die Folge sind Burn-out und stressbedingte Erkrankungen - aber auch mangelnde Produktivität, Effizienz und Kreativität.

Die Wissenschaft und insbesondere die Hirnforschung haben in den vergangenen Jahren nachgewiesen, dass Menschen, die Achtsamkeit trainieren, in vielfältiger Hinsicht leistungsfähiger, gelassener und zufriedener werden. Achtsamkeit bedeutet, sich dessen bewusst zu werden, was im gegenwärtigen Augenblick geschieht. Wer Achtsamkeit trainiert, entwickelt eine erhöhte emotionale Intelligenz, Entscheidungsfähigkeit und Stressresistenz. In Workshops und Seminaren zu diesem Thema erfahren Sie mehr darüber, wie Sie diese Fähigkeit ausbauen und den Herausforderungen des Lebens angemessen und effektiv begegnen können.



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

„Unsere Regenerationskompetenzen sind der Schlüssel, um gesund alt zu werden und im Alter jung und vital zu bleiben!“

Wir werden heute älter als je zuvor. Das Durchschnittsalter bei Frauen liegt heute bei 80 Jahren, bei Männern bei 76 Jahren. Tendenz steigend. Umso wichtiger ist es, gesund und vital zu bleiben bis ins hohe Alter. Auch für Unternehmen ist dies ein ernst zu nehmendes Thema – gerade in Zeiten von Fachkräftemangel. Für sie ist es ebenso von Bedeutung, dass die Mitarbeiter bis ins Alter gesund und leistungsfähig bleiben. Achim Müller, Trainer für Life Kinetik und mentale Fitness führt Sie an diesem Workshop ein in sein Verständnis von „Vitalität“. Er stellt Ihnen verschiedene Möglichkeiten auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene vor, um Ihre Vitalität, Lebensfreude und Leistungsfähigkeit zu stärken und dauerhaft zu verbessern. Sie werden konkrete Übungen und Anregungen mit in Ihren Alltag nehmen.

„Angewandte Psychologie für Führungskräfte- Leistungsmindernde Gedanken erkennen und steuern!“

Dysfunktionale Kognitionen – unhinterfragte Glaubenssätze – hindern Menschen daran, ein glückliches, erfolgreiches Leben zu führen. Dr. Sandra Kaltner hat sich im Rahmen ihrer Promotion intensiv mit dem Zusammenhang von Körper und Psyche auseinandergesetzt. Sie lernen in diesem Seminar, leistungsmindernde Gedanken zu erkennen und steuern zu lernen. Dies ermöglicht eine maximale Ausschöpfung von Leistungspotenzialen, fördert eine realistische Selbst- und Situationseinschätzung, erhöht die Toleranz für Belastungen und steigert Motivation, Zufriedenheit und Leistungsfähigkeit.

„Business Yoga – Einfache und wirkungsvolle Übungen für den Alltag!“

Wenn wir uns im Alltag zu viel aufladen und unser „gutes Gefühl“ aus den Augen verlieren, kann es schnell zu Komplikationen kommen. Im Beruf, in Beziehungen zu anderen und in der Gesundheit. Jeder Mensch hat die Fähigkeit, für sich selbst gut zu sorgen. Dazu muss er achtsam sein, sich wieder bewusster wahrnehmen und seinen Akku rechtzeitig aufladen. In diesem Workshop gibt Ihnen Yogalehrerin Marion Schuster Einblick in die Grundlagen des Yoga. Es werden Übungen vorgestellt, die im Alltag leicht zu integrieren sind. Mit gezielten Bewegungen können einseitige Haltungen aus dem Arbeitsalltag ausgeglichen werden. Die Muskulatur wird gelockert, die Gedanken kommen wieder etwas mehr zur Ruhe. Dadurch kann das Wohlbefinden und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert werden.



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

„Resilienz – gesund wachsen, stark bleiben!“

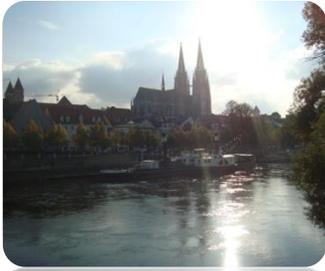
Resilienz beschreibt den Prozess einer guten Anpassung an schwierige Situationen und belastende Veränderungen. Wissenschaftliche Untersuchungen haben verschiedene Faktoren identifiziert, welche die psychische Widerstandsfähigkeit von Menschen beeinflussen. Die gute Nachricht: Jeder Mensch kann seine persönliche Resilienz erhöhen. Sie erfahren, was Sie von widerstandsfähigen Menschen für kommende Krisen lernen können und bekommen erste Impulse, um Ihre eigene Resilienz zu steigern.

„Auch Erholung will gelernt sein!“

Leistungsfähigkeit braucht Erholung. Diese regenerative Gegenwelt gibt es zu entdecken.

Ein kurzer fachlicher Input wird ergänzt durch praktische Übungen und Selbsterfahrung. Auseinandersetzung mit den eigenen konkreten Belastungen und der Beschäftigung mit Möglichkeiten der regenerativen Bewältigung. Sie bekommen Anregungen, die persönliche Beanspruchung-Erholungs-Bilanz zu reflektieren und Hilfestellung, die individuellen Möglichkeiten des Belastungsausgleichs zu entdecken und im Alltag zu verankern.

Elemente werden u.a. sein: Genusstraining, Entspannung und Achtsamkeit, Regenerationstraining.



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

Grundlagenseminar „Betriebliches Gesundheits MANAGEMENT mit System“

Die Folgen des demografischen Wandels hängen wie ein Damoklesschwert über deutschen Unternehmen aller Branchen und Unternehmensgrößen: Es wird weniger Nachwuchs an Arbeitskräften geben und die Menschen werden länger arbeiten (müssen). Die Politik ist gefragt, Lösungen zu finden. Aber auch die einzelnen Unternehmen müssen rechtzeitig und proaktiv handeln, denn es wird zunehmend schwieriger werden, qualifizierte Mitarbeiter zu finden und dauerhaft zu binden. Vor allem wird es einen zunehmenden Wettbewerb der Unternehmen um die besten Mitarbeiter geben. Was für Mitarbeiter von Vorteil ist, stellt sich auf der Unternehmerseite als Herausforderung dar: Die Unternehmen mit der besten Arbeitgeberattraktivität werden sich durchsetzen. Neben Aspekten wie Familienfreundlichkeit, Arbeitsplatzsicherheit, beruflichen Entwicklungschancen und so weiter sind schon heute die betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention wesentliche Bausteine der Arbeitgeberattraktivität: Durch ein systematisches betriebliches Gesundheitsmanagement bieten Unternehmen ihren Mitarbeitern eine berufliche Lebenswelt, der diese gerne zugehören wollen.

Auch der Anstieg der psychischen Erkrankungen bei Mitarbeitern, zwingt Unternehmen dazu systematische Maßnahmen zur Gesunderhaltung ihrer Mitarbeiter zu ergreifen.

Ein modernes betriebliches Gesundheitsmanagement mit System geht über einzelne „Gesundheitstage“ hinaus und ist eine sinnvolle Erweiterung und Ergänzung zur Arbeitssicherheit und zum betriebsärztlichen Dienst. Es beinhaltet darüber hinaus die frühzeitige Erkennung von Risikofaktoren, den effektiven Umgang mit den modernen (chronischen) Zivilisationskrankheiten, die wirksame Vermeidung dieser Krankheiten (Prävention) und die Entwicklung eines wertorientierten Führungsverständnisses.

Inhalte des Seminars

- Herausforderungen eines BGM: demografischer Wandel, alternde Belegschaften, ein Anstieg der psychischen Belastungen und Erkrankungen
- Erste Schritte zur systematischen Umsetzung eines BGMs
- Erfassung und Analyse der Ist-Situation im Unternehmen
- Ziele und Instrumente eines modernen BGM
- Nachhaltigkeit von BGM-Maßnahmen



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

Gefährdungsbeurteilung Psychischer Belastung am Arbeitsplatz (§ 5 Arbeitsschutzgesetz)

Gesetzlicher Auftrag seit Herbst 2013

- ✓ Die Zahl der Personen mit psychischen Erkrankungen nimmt stetig zu
- ✓ Psychische Erkrankungen sind mit die häufigste Ursache für lange Fehlzeiten im Unternehmen
- ✓ Dadurch entstehende Kosten werden im Milliardenbereich geschätzt

Wir unterstützen Sie bei der Entwicklung eines praktikablen Instruments für Ihr Unternehmen!

Expertengespräche

In regelmäßigen Abständen finden Expertengespräche zum Thema „Gefährdungsbeurteilung Psychischer Belastung am Arbeitsplatz“ an unseren Akademie statt.

Die Expertengespräche dienen dazu, verschiedene relevante Aspekte des Themas zu erfassen und praktische Konsequenzen für den betrieblichen Alltag zu diskutieren. Ulrich Höbner, Martin Simmel und Prof. Dr. Ingo Striepling stellen ein Konzept vor, mit Hilfe dessen die Gefährdung durch psychische Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz systematisch erfasst und wissenschaftlich evaluiert werden kann. Darüber hinaus wird diskutiert, welche spezifischen Anforderungen im jeweiligen Unternehmen berücksichtigt werden müssen und welche konkreten Maßnahmen zur Optimierung auf individueller und organisationaler Ebene abgeleitet werden können.



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

Ausbildung zum Stressmanagementtrainer / zur Stressmanagementtrainerin

Die Ausbildung richtet sich an

- Personalleiter/innen / Personalreferent/innen
- Projektleiter/innen im Bereich Gesundheitsmanagement
- Gesundheitsmanager/innen / Fachexperten zum Thema BGM im Unternehmen / BGM Manager / Experten für Betriebliches Eingliederungsmanagement
- Geschäftsführer, Geschäftsführerinnen
- Fachkräfte für Arbeitssicherheit
- Betriebsräte
- Schwerbehindertenvertreter/innen

Lernziele und Ergebnisse

- Die Teilnehmer lernen, Vorträge, Inforeveranstaltungen und Sensibilisierungskampagnen zu konzipieren und durchzuführen.
- Die Teilnehmer sind kompetenter erster Ansprechpartner für Betroffene und Infosuchende.
- Die Teilnehmer lernen für sich – Stärkung der eigenen Ressourcen.
- Die Teilnehmer lernen Krisenintervention und empfehlen den jeweils notwendigen Experten.
- Die Teilnehmer lernen, gemeinsam mit externen Partnern qualifizierte Angebote zu entwickeln.
- Die Teilnehmer kennen Qualitätsstandards von Angeboten und können Experten einschätzen.

Inhalte und Struktur

Block 1:
Grundlagen

Block 2:
Anwendung

Block 3
PRAXIS

Block 4:
Vertiefung /
Supervision /
Prüfung



Ausführliche Beschreibung unserer Themen

Ausbildung zum Stressmanagementtrainer / zur Stressmanagementtrainerin

Block 1: Grundlagen

- Biologische Grundlagen
- Stressmanagementtraining – welche Indikationen sprechen dafür?
- 5-Ebenen-Stresstest zur Feststellung der individuellen Stressbelastung
- Die 3 Säulen der individuellen Stresskompetenz
 - Instrumentelle Stresskompetenz
 - Mentale Stresskompetenz
 - Regeneratives Stressmanagement
- Module eines Stressmanagementtrainings
- Grenzen erkennen

Block 2: Anwendung

- Methoden der Gruppenarbeit
- Organisation und Implementierung von Vorträgen, Trainings und Angeboten im Hinblick auf die entsprechenden Zielgruppen
- Erarbeitung von konkreten Konzepten für das eigene Unternehmen
- Erste praktische Anwendungs-übungen vor der Gruppe

Block 3: Übung / Praxis

- Üben und Umsetzen des Gelernten
- Sammeln erster Erfahrungen mit „Probanden“
- Dokumentation der durchgeführten Übungseinheiten zur anschließenden Reflexion und Besprechung

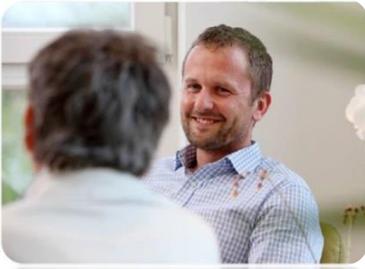
Block 4: Vertiefung / Supervision / Prüfung

- Diskussion der Erfahrungen im Alltagskontext
- Klärung von Fragen
- Üben / Austausch in der Gruppe
- Prüfung (theoretisch und praktisch)

Rahmen: drei Präsenzwochenenden von je zwei Tagen

Aktuelle Termine: auf der Website www.gms-institut.de

„Kaum verliert man das Ziel aus den Augen, verdoppelt sich die Anstrengung!“



High-Performance-Coaching

individuell und ergebnisorientiert

“Durch Ausrichtung entsteht Klarheit!”

Zielgruppen

- Unternehmer
- Fach- und Führungskräfte
- Nachwuchsführungskräfte
- Projektleiter
- Menschen in beruflichen und privaten Veränderungssituationen

Themenfelder und Fragen

- **Führungs KRAFT**
“Wie bleibe ich in meiner Rolle als Führungskraft wirksam?”
- **EMOTIONALE Intelligenz**
“Fachlich und rational bin ich gut, aber in der Kommunikation und im sozialen Bereich bemerke ich Defizite. Was kann ich da noch dazu lernen?”
- **MOTIVATION**
“Wie gelingt es, eine Unternehmenswelt zu schaffen, der ich und andere gerne zugehören wollen!”
“Wie mache ich aus meiner Arbeitsgruppe ein Hochleistungsteam?”
- **GESUNDHEIT**
“Ich erkenne erste Anzeichen von Belastung und Überlastung an mir oder meinen Kollegen. Wie kann ich damit umgehen?”
- **KLARHEIT**
„Das Alte passt nicht mehr und das Neue ist noch nicht greifbar! Wie gehe ich mit mir und anderen in Veränderungskrisen um?“



Ihre Experten

Diplom-Psychologe Martin Simmel

Jahrgang 1973, Studium der Betriebswirtschaftslehre und Psychologie in Regensburg.

Viele Jahre tätig als Psychotherapeut und Abteilungsleiter an der Ersten Deutschen Klinik für Traditionelle Chinesische Medizin in Bad Kötzing. Jetzt Geschäftsführer der Professor Wühr und Simmel Gesundheits MANAGEMENT Systeme GbR und Mitinhaber der Praxisgemeinschaft Systemische Medizin PraSyMed in Regensburg.

„Es sind die Menschen, deren Fähigkeiten und Wertvorstellungen, die das grundlegende Kapital eines jeden Unternehmens darstellen. Deshalb ist es notwendig und sinnvoll, diesen besondere Aufmerksamkeit zu schenken!“ Diesem Leitgedanken entsprechend und auf der Basis seiner Erfahrungen als Trainer und Coach in der Team- und Führungskräfteentwicklung für international ausgerichtete Konzerne, verwirklicht er mit seinen Partnern und Kunden maßgeschneiderte und ergebnisorientierte Seminare, Trainings und Beratungskonzepte.

Als Redner und Key-Note-Speaker begeistert er sein Publikum zu den Themen „Charisma in der Patientenführung“ und „How not to get shot“ auf Vorträgen, Symposien und Kongressen im In- und Ausland.

Als Autor und Referent widmet er sich neben Themen des erfahrungs- und handlungsorientierten Lernens, werteorientierten Führungssystemen sowie der Bewältigung von Burnout Phänomenen. Als Lehrbeauftragter unterrichtet er an der Hochschule Studenten in den Themen der Emotionalen Intelligenz, Prävention und Gesundheitsbildung.

Vita

| | |
|-------------|--|
| seit 1999 | freiberuflicher Berater und Trainer für Führungskräfte und Unternehmen |
| 2000 | Diplom-Psychologe, Abschluss des Studiums an der Universität Regensburg |
| 2000 – 2007 | Stellvertretender Leiter an der Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle Cham, QM-Beauftragter |
| 2007 – 2012 | Abteilungsleiter an der Ersten Deutschen Klinik für Traditionelle Chinesische Medizin in Bad Kötzing, Aufbau einer Psychotherapeutischen Abteilung und Einführung des sino european prevention program |
| seit 2013 | Gesellschafter und Geschäftsführer der Professor Wühr und Simmel Gesundheits MANAGEMENT Systeme GbR |



Ihre Experten

Professor Dr. Erich Wühr



Zahnarzt, MSc Kieferorthopädie, Osteopathie DROM, BAO.
Gesellschafter der Professor Wühr und Simmel Gesundheits MANAGEMENT Systeme GbR.

Professor am Gesundheitscampus der Technischen Hochschule Deggendorf für das Lehrgebiet Gesundheitsförderung und Prävention.

Mitbegründer und Aufsichtsratsvorsitzender der Verlag Systemische Medizin AG

Mitbegründer und Aufsichtsratsvorsitzender der Die Erlebnis Akademie AG

Als Zahnarzt tätig in privater Zahnarztpraxis in Bad Kötzing und Regensburg mit den Schwerpunkten Schmerzzahnmedizin und Kraniofaziale Orthopädie.

Diplom-Betriebswirtin Beate Wassmer



Studium an der Zeppelin Universität Friedrichshafen mit Abschluss Diplom Betriebswirtin international.

Berufliche Stationen:

UNEP – ein Non Profit Unternehmen der Vereinten Nationen – Sensibilisierung der Regierungen ausgewählter Staaten zur Umsetzung von UNEP Umweltprojekten und –programmen.

Langjährige Berufserfahrung als Führungskraft in den Bereichen Aus- und Weiterbildung, Organisation, Inhouse-Consulting, sowie Aufbau und Strukturierung ausländischer Niederlassungen bei einem namhaften Discountunternehmen mit internationalem Filialnetz.

Mitbegründerin des Instituts für Nachfolgeplanung und Nachlassabwicklung.

Beauftragte des BVMW – Bundesverband mittelständische Wirtschaft – Entwicklung von Konzepten und Umsetzung von Projekten mit den zuständigen Bundesministerien zur Stärkung der Wettbewerbsfähigkeit des Mittelstands.

Mitbegründerin der Initiative Gesunde Unternehmen.

Gesellschafterin der Professor Wühr und Simmel Gesundheits MANAGEMENT Systeme GbR.



Ihre Experten

Prof. Dr. Ingo Striepling



Dr. Ingo Striepling ist Professor an der Hochschule Regensburg (Wirtschaftsprivatrecht mit Schwerpunkt Arbeitsrecht). Ein im Arbeitsrecht zunehmend bedeutsamer Schwerpunkt ist der Arbeitsschutz. Er ist regelmäßig als Mediator im Bereich Wirtschaftsmediation tätig. Von 1999 bis zu seinem Wechsel an die Hochschule im Jahre 2011 war er als Rechtsanwalt in Regensburg niedergelassen, zuletzt als Fachanwalt für Arbeitsrecht und IT-Recht. Er betreute vornehmlich Unternehmen und Banken. Nach seiner Ausbildung zum Bankkaufmann bei der Bayer.

Vereinsbank AG (jetzt: HypoVereinsbank/UniCredit) studierte Rechtswissenschaften an den Universitäten Regensburg, Lausanne (CH), und Seoul (Südkorea) sowie Betriebswirtschaft an der FernUniversität in Hagen.

Bereits während des Studiums (seit 1993) übte Prof. Striepling Lehr- und Trainertätigkeiten bei verschiedenen Bildungsträgern aus. Er gestaltet hierbei Veranstaltungen u.a. zu den Themengebieten allg. Recht, Arbeitsrecht, Personalmanagement und Mediation. Hierzu bietet er auch weiterhin inner- und außerhalb der Hochschule Seminare und Trainings an.

Dipl.-Sportwissenschaftler Florian Wiedemann



Jahrgang 1982, ehem. Mitglied Ski Freestyle-Nationalmannschaft, Achtsamkeitstrainer

Während seiner Zeit als professioneller Leistungssportler erkannte Florian Wiedemann, in welchem hohem Maß Leistung und Erfolg von der mentalen Fitness abhängig sind. „Nur wer sich auf den Punkt konzentrieren kann und sich von Zweifeln, störenden Gedanken oder Ängsten nicht ablenken lässt, kann sein volles Potential abrufen, wenn es darauf ankommt.“

Diese Erkenntnis bewegte ihn dazu, seine Expertise als Sportwissenschaftler von Beginn an um mentale Aspekte zu ergänzen. Als Achtsamkeits- und Stressmanagement-Trainer unterstützt er Führungskräfte und Teams dabei, effektiver mit Belastungen umzugehen und auch unter Druck besonnen zu handeln. In Vorträgen, Workshops und Trainings überzeugt er durch seine Fähigkeit, komplexe Sachverhalte humorvoll, pragmatisch und authentisch zu vermitteln.



Ihre Experten

Achim Müller



Personalreferent und Leistungssportler

Seit März 2007 tätig bei der Nabaltec AG in Schwandorf. Zu seinen Aufgaben gehören u.a. Gesundheitsmanagement und Personalmanagement. Nebenberuflich bildet er sich stetig weiter. Er ist Trainer für Mentale Fitness und Life-Kinetik. Seine sportliche Laufbahn startete er als Fußballer mit 7 Jahren. Ende 2006 begann er mit dem Ausdauersport. Triathlon, Duathlon und Laufen bestimmten fortan seine Freizeitaktivitäten. Aus seiner Sicht kann der Berufstätige viel lernen vom Sportler. Seine Erfahrungen mit Mentaltraining im Sport, Beruf und Alltag gibt er im Rahmen von Vorträgen und Seminaren weiter.

Im Team des GMS-Instituts vermittelt er die Themen Mentaltraining, Mediation und Betriebliches Gesundheitsmanagement.

Diplom-Psychologe Ulrich Höbler



Ulrich Höbler ist freiberuflich selbständiger Trainer und Berater für interkulturelle Kompetenz sowie im Bereich Arbeits- und Organisationspsychologie. Die dafür nötigen theoretischen Kenntnisse und didaktischen Fertigkeiten erwarb er sich während des Studiums der Psychologie in Regensburg und den USA, als langjähriger Dozent und Programmverantwortlicher des Zusatzstudiums Internationale Handlungskompetenz an den Regensburger Hochschulen, als Gastdozent in Indonesien sowie als freier Mitarbeiter bei verschiedenen

Trainings- und Beratungsunternehmen. Seit einigen Jahren im Hauptberuf führt er als Trainer und Berater Seminare, Workshops, Trainings oder angewandte Forschungsprojekte für Kunden aus der Privatwirtschaft oder dem öffentlichen Dienst durch. Da ihm die Verknüpfung von Wissenschaft und Praxis besonders wichtig ist, nimmt er weiterhin Lehraufträge an der Hochschule wahr und veröffentlicht regelmäßig angewandte wissenschaftliche Bücher und Texte.



Ihre Experten

B.Sc. Fabian Drescher



Jahrgang 1985, Studium der angewandten Gesundheitswissenschaften (Integrative Gesundheitsförderung)
Als ausgebildeter Kaufmann im Groß- und Außenhandel erkannte und erlebte er bereits früh den Zusammenhang zwischen Führung, Kultur, Organisation und dem Potenzial, das Mitarbeiter entfalten – oder eben auch nicht.

Diesen Zusammenhängen und praktischen Entwicklungsmöglichkeiten widmete er sich während seines Studiums der Integrativen Gesundheitsförderung mit einem Schwerpunkt im Bereich Arbeit und Gesundheit.

Zur weiteren wissenschaftlichen Fundierung und zur Auseinandersetzung mit aktuellen Anwendungserkenntnissen absolviert er derzeit das Master-Studium Organisationsentwicklung.

Aktuell betreut er in einem europaweit einzigartigen Netzwerk Projekte und Partner in den Bereichen individuelles und betriebliches Gesundheitsmanagement. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf dem Einsatz innovativer Technologien für eine nachhaltige Prävention und Gesundheitsförderung.

Dr. phil. Dipl.-Psych. Sandra Kaltner



Jahrgang 1986, Studium der Psychologie an der Universität in Regensburg, Promotion im Fach Sportwissenschaft an der Universität in Regensburg,
Karrierecoach und ausgebildet in Entspannungsverfahren und Ernährungspsychologie

Dysfunktionale Kognitionen – unhinterfragte Glaubenssätze – hindern Menschen daran, ein glückliches, erfolgreiches Leben zu führen. Dr. Sandra Kaltner hat sich im Rahmen ihrer Promotion intensiv mit dem Zusammenhang von Körper und Psyche auseinandergesetzt. Sie unterstützt Fach- und Führungskräfte im Rahmen von Coachings, Seminaren und Trainings dabei, leistungsmindernde Gedanken zu erkennen und steuern zu lernen. Dies ermöglicht eine maximale Ausschöpfung von Leistungspotenzialen, fördert eine realistische Selbst- und Situationseinschätzung, erhöht die Toleranz für Belastungen und steigert Motivation, Zufriedenheit und Leistungsfähigkeit.



Ihre Experten

Marion Schuster



Jahrgang 1979, Ausbildung zur Bankkauffrau in Dingolfing. Viele Jahre tätig im Personalbereich und jetzt zusätzlich als Yogalehrer(in) und Entspannungstrainer(in) selbständig tätig. Für jeden Menschen – egal ob alt oder jung – ist es wichtig, sich wohlfühlen, zufrieden zu sein und natürlich gesund zu sein. Wenn wir uns im Alltag zuviel aufladen und unser „gutes Gefühl“ aus den Augen verlieren, kann es schnell zu Komplikationen kommen. Im Beruf, in Beziehungen zu anderen und in der Gesundheit.

Jeder Mensch hat die Fähigkeit, für sich selbst gut zu sorgen. Dazu muss er achtsam sein, sich wieder bewusster wahrnehmen und seinen Akku rechtzeitig aufladen. Als Yogalehrerin kann ich die Menschen unterstützen, durch Körperübungen, Atemübungen und Achtsamkeitsübungen sich selber wieder besser wahrzunehmen und zu erkennen wann man eine Auszeit braucht und dadurch einen Ausgleich zum Berufsalltag schaffen. Der Yoga dient uns als Werkzeug und hält viele Möglichkeiten bereit, sich wieder wohler zu fühlen.

Frank Betthausen



Jahrgang 1976, ist verheiratet und Vater von drei Kindern. Er ist Redaktionsleiter von Bayerwald-Echo und Kötzinger Umschau, der beiden MZ-Lokalausgaben für den Landkreis Cham. Für die Mittelbayerische Zeitung in Regensburg arbeitet er seit 1997 – seit dem Jahr 2000 durchgehend in leitenden Funktionen. Für das Familienunternehmen war der gebürtige Nürnberger unter anderem von 2008 bis 2011 als Ressortleiter der Bayern-Redaktion tätig.

„Wirtschaft wird mit Menschen gemacht“, sagt Betthausen. „Wer ein Team erfolgreich führen will und möchte, dass die Mannschaft an einem Strang zieht, der braucht nicht nur klare Ziele. Dem gelingt das nur über Anerkennung, ehrliches Feedback, Werte und Wertschätzung.“ Und über Kommunikation! Die meisten Schwierigkeiten im Berufs- und Lebensalltag entstehen nach den Erfahrungen Betthausens, weil Menschen nicht oder zu wenig miteinander reden oder sich darauf beschränken, E-Mails ins Nachbarbüro zu schicken.

Das GMS-Institut unterstützt Betthausen als Moderator von Veranstaltungen und Podiumsdiskussionen.



Ihre Experten

Diplom-Ingenieurin Architektur (FH), Ass. Jur. Stephanie Sophia Utz



Seit 2013 ist Stephanie Sophia Utz freiberuflich als Architektin, Stadtplanerin und Juristin im Bereich der strategischen Stadtentwicklung und Beratung, Begleitung, Planung von Beteiligungsprozessen, Mediation, Moderation und Coaching tätig.

Sie verfügt über 20 Jahre Berufserfahrung in allen Planungsbereichen und Bürgerbeteiligungsthemen der öffentlichen Verwaltung und Projektentwicklung. Ihre berufliche Karriere startete im Stadtplanungsamt Regensburg, nach dem zweiten Studium (Jura) über eine

Stadtbaumeisterstelle in Kelheim führte sie ihr Weg nach Ravensburg.

Zuletzt war sie als Bürgermeisterin und Baudezernentin bei der Stadt Ravensburg 2005 bis 2013 beschäftigt.

Ihre Erfahrung als Mediatorin, Moderatorin und systemischer Coach bringt Stephanie Sophia Utz nachhaltig, zielführend und zum Wohle aller ein. Ganzheitlich vernetztes Wissen und Handeln, Querdenken, Neugierde und Innovationsgeist, das sind ihre Kompetenzen und Stärken. Wertschätzung und menschlicher Umgang – gerade auch in konflikträchtigen Situationen sind für sie selbstverständlich. Die sinnvolle Lösung? Eine für alle befriedigende und befriedende Basis für neue Ansätze und kontinuierlichen Fortschritt.

Diplom-Ingenieur Hans-Jürgen Lindinger



Jahrgang 1969, verheiratet und Vater zweier Kinder.

Trainer für Vitalitätsmanagement und Life Kinetik.

Hans-Jürgen Lindinger war viele Jahre tätig als Entwicklungsingenieur für Siemens und Continental.

Geprägt durch eine schwere Krankheit hat er sich auf die Suche nach dem Geheimnis von Gesundheit, Lebensenergie, und Vitalität gemacht. Seine Erkenntnisse und Erfahrungen aus dem eigenen Leben, dem eigenen Heilungsweg, aus Ausbildungen und Austausch mit Experten gibt er als Trainer, Coach und Referent weiter.



Veröffentlichungen

Simmel Martin und Wühr Erich (2010): Werteorientierte Führung -Unternehmenswelten schaffen, denen Menschen zugehören wollen. WEB Buch

Simmel Martin und Wühr Erich (2009): Charisma in der Patientenführung. Bad Kötzing: Systemische Medizin AG

Simmel, Martin und Sponfeldner Walter (2006). Entwicklung eines interkulturellen Hochleistungsteams. ZIEL Verlag

Simmel Martin und Uhlenbrock Hans-Georg (2003). Outdoortraining - verfremden, um zu erkennen. In: Stumpf Siegfried, Thomas Alexander(Hrsg.). *Teamarbeit und Teamentwicklung*. Göttingen: Hogrefe Verlag

Weitere Veröffentlichungen finden Sie auf [unserer Website www.gms-institut.de](http://www.gms-institut.de).

Das GMS Institut in den Medien

Film

[Videomitschnitt zum Vortrag von Dipl.-Psych. Martin Simmel "Hauptsache Gesundheit – Führungskraft beginnt im Kopf! Betriebliches Gesundheitsmanagement mit System"](#)

Presse

09.09.2014:

[Matthias Lommer im Interview mit Dipl.-Psych. Martin Simmel für die Chamer Zeitung "Stress lässt sich nicht verbieten"](#)

Juni 2014:

[Thorsten Retta im Interview mit Dipl.-Psych. Martin Simmel für die Mitarbeiterzeitung der Maschinenfabrik Reinhausen](#)

28./29.09.2014:

[Artikel "Arbeitszufriedenheit und psychisches Wohlbefinden" in Der Neue Tag Weiden](#)

06.05.2013:

[Symposium "Work-Life-Balance" beim Verein der Freunde der Hochschule an der OTH Regensburg](#)

26.06.2013:

["Wenn der Job an der Seele knabbert" – Die Mittelbayerische Zeitung Regensburg berichtet über das GMS Institut](#)

Weitere Presseberichte und Medienechos finden Sie auf unserer Website www.gms-institut.de/presse



Teilnehmerstimmen

„Im Workshop mit Hr. Simmel haben wir wertvolle Impulse und Handlungskompetenzen für unser Team gewinnen können. Wir haben die zwei Workshoptage als zwei sehr gelungene Tage erlebt.“

Projektleiter, Continental Automotive GmbH

„Meine Empfehlung an Sie! Ich genoss bereits zwei Seminarreihen von Herrn Dipl.-Psych. Martin Simmel. Es ist immer wieder erfrischend, seinen Ausführungen zu lauschen und die Welt aus einer anderen, neuen Sichtweise zu betrachten. Top-Seminar mit einem absoluten Mehrwert!“

Leiter eines Servicebüros

„Der Vortrag „How not to get shot - effektive Kommunikationswerkzeuge“ von Martin Simmel war hervorragend: interessant, lehrreich und kurzweilig. Ich freue mich schon auf eine weitere Fortsetzung. Danke dafür!“

Führungskraft, Controlling

„Nachdem ich gestern Herrn Simmel zum Thema Zeitmanagement hören durfte, bin ich davon überzeugt, dass er auch zu anderen Themen TOP ist. Ich freue mich schon auf die Fortsetzung. Auf jeden Fall empfehlenswert. Vielen Dank!“

R. Jugan-Elias, Dipl.-Kfm., Qualitätsmanagement

„Vielen Dank Herr Simmel. Der Vortrag war wirklich äußerst interessant. Ich freue mich schon auf die Fortsetzung.“

Projektleiterin bei der AUDI AG

„Die Seminare mit Herrn Simmel kennzeichnen sich für mich insbesondere dadurch aus, dass die vermittelten Inhalte praxisnah sind und sofort im beruflichen Alltag umgesetzt und angewandt werden können. Vielen Dank für die kurzweilige, humorvolle Art der Themenvermittlung.“

Nachwuchsführungskraft, Automobilzulieferer

„Liebe Frau Schmid, ganz herzlichen Dank nochmal im Nachhinein, für die Einladung zur Veranstaltung in München. Ich bin schlichtweg begeistert über die innere Haltung, die Ausstrahlung von Martin Simmel, Florian Wiedemann und Dr. Wühr. Allen Respekt für Ihre Arbeit und Vision, die ich mehr als mittrage.“

F. Höbner, Trainerin aus München



Referenzen

Einige ausgewählte Kunden:

Continental Automotive GmbH
Einhell Germany AG
Webasto-Edscha Cabrio GmbH
OSRAM Opto Semiconductors GmbH
Rohde & Schwarz GmbH & Co. KG
PSB-Technik GmbH
Sparkasse Regensburg
Ormco Europe
Daimler AG
Roche Diagnostics International AG
Landkreis Dingolfing-Landau
Dentsply DeTrey GmbH
Audi AG
Nobel Biocare Deutschland GmbH
Infineon Technologies AG
MMM Münchener Medizin Mechanik GmbH
Congatec AG
Oberste Baubehörde im Bayerischen Staatsministerium des Innern, für Bau und Verkehr
MANN + HUMMEL GmbH
Universitätsmedizin Göttingen
Zollner Elektronik AG

... und viele mehr

Für weitere Referenzen nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf!



Initiative Gesunde Unternehmen



- WAS?** Ein Konzept, das der breiten Masse an mittelständischen Unternehmen einen personell und finanziell niederschweligen Einstieg in das Betriebliche Gesundheitsmanagement bietet.
- WIE?** Unternehmen aller Branchen werden in Gruppen über einen Zeitraum von zwei Jahren begleitet und beraten.
- WOZU?** Schaffung einer Unternehmer- und Unternehmenskultur, die den Menschen in den Mittelpunkt stellt und qualitativ nachhaltige Entwicklungen fördert. Sicherung der Wettbewerbsfähigkeit mittelständischer Unternehmen am Wirtschaftsstandort Deutschland.

Ein Beitrag dazu auf TV Aktuell – [Link zum Video](#)

Mitschnitt einer gemeinsamen Veranstaltung des
BVMW Regensburg und des GMS Instituts in München – [Link zum Video](#)

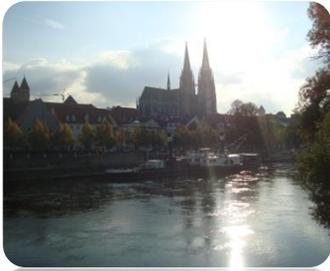
Beitrag auf TVA zur Auftaktveranstaltung [FORUM] Gesunde Unternehmen
im Landratsamt Regensburg – [Link zum Video](#)

Ausführliche Informationen über Auftaktveranstaltungen in verschiedenen Regionen
und das Gruppenkonzept Gesunde Unternehmen:

www.gesunde-unternehmen.expert

oder kontaktieren Sie uns per E-Mail an:
info@gesunde-unternehmen.expert

„Die Zukunft wird mit den Menschen gemacht!“



Fragen, neugierig geworden, Interesse? Dann nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

Ihre Ansprechpartner:



Martin Simmel
Diplom-Psychologe
Geschäftsführung

Tel. 0941-280 943 40
E-Mail: info@gms-institut.de



Elisabeth Schmid
Diplom-Betriebswirtin
Leitung GMS AKADEMIE

Tel. 0941-280 943 41
E-Mail: akademie@gms-institut.de

Bajuwarenstraße 2e
93053 Regensburg
Tel. 0941-280 943 41
E-Mail: info@gms-institut.de

www.gms-institut.de

www.gesunde-unternehmen.expert

„Durch Ausrichtung entsteht Klarheit!“

