



SEMINARIUM

HÄLSOFRÄMJANDE LEDARSKAP



Vilket samband finns det mellan människors hälsa och ledarskap?

Vad är orsaken till utbrändhet och vad kan göras för att förhindra att man blir drabbad?

Detta är några av de frågor som vi tillsammans med **Sören Hjälmm** doktorerande inom utmattnings- och utbrändhetsforskning kommer att belysa under seminariedagen. Den 12:e mars är du varmt välkommen till Hakonsgården i Västerås

Tisdag den 12 mars 2009 Hakonsgården, Västerås

HÄLSOFRÄMJANDE LEDARSKAP

Del 1 Hälsöfrämjande Ledarskap 09⁰⁰-10¹⁵

En förutsättning för hälsöfrämjande ledarskap är att man som ledare har kunskap om vad som leder till människors ohälsa. Därför kommer inledningen av dagen att bestå av en kort hälsöhistorisk bakgrundbeskrivning samt en hälsöteoretisk modell som förklarar orsaken till dagens höga sjukskrivningar bland människor. Som exempel på människor ohälsa redogörs kortfattat för vad som orsakar och karaktäriserar utbrändhet (utmattningssyndrom).

Följande frågor kommer att besvaras under den första delen av seminariet;

- ✓ Vad menas med hälsöfrämjande ledarskap?
- ✓ Hur kan man förstå människor ohälsa?
- ✓ Vad är orsaken till utbrändhet och vad kan göras för att förhindra att man blir drabbad?
- ✓ Vilket samband finns det mellan människors hälsa och ledarskap?
- ✓ Hur kan ledarskapet medverka till en bättre arbetsmiljö?

10.15-10.45 Kaffe

Del 2 KASAM 10⁴⁵-12⁰⁰

En grundläggande och avgörande betydelse för individers upplevelse av hälsa och välbefinnande, hör samman med att "uppleva en känsla av sammanhang". Med det menas att de upplever sig ha en begriplig tillvaro samtidigt som de upplevde att de själva kan påverka händelser och skeenden, dvs. de ser sig hantera sin dagliga gärning och därmed uppleva en inre kontroll över sitt liv. När människan upplever sig begripa och hantera sitt liv som bygger på ett realistiskt förhållningssätt upplever människan en känsla av mening.

Hur kan du som ledare/chef underlätta för dina medarbetare att uppleva en känsla av mening och sammanhang?

Plats: Hakonsgården, Västerås

Datum: 2009 -03-12

För anmälan tfn 019-26 54 10

Sören Hjälms



Sören Hjälms är en pedagog med lång erfarenhet av lärandeprocessen, under de senaste 10 åren har han arbetat på Örebro universitet med att utbilda idrottslärare vid institutionen för idrott och hälsa. Sedan två år är han även aktiv i **fotbollsakademin Degerfors**

För närvarande är han tjänstledig för att doktorera i idrott med inriktning mot idrottspsykologi och utmattnings- och utbrändhetsforskning.

Han har under många år arbetat med att utbilda ledare, chefer och lärare i samtalsmetodik, handledning, coaching och mentorskap.

Utöver dessa inriktningar föreläser han inom områden som hälsa, ledarskap och lärande inom grupp- och organisationsutveckling. Han är även anlitad som mentor och coach för chefer och ledare i näringslivet.

Investering

495 Kr/person exkl. moms
i priset ingår fika

Gå 5 personer betala för 4!

