

VORTRAG

# PSOB | LSB | TCM & SALUTOLOGIE

## Innovative Ansätze für BGM

Mit Menschen. Für gesunde Betriebe. Für eine starke Gesellschaft.



**PSOB**

Psychosoziale  
Beratung

Menschen stärken



**LSB**

Lebens- und  
Sozialberatung

Ressourcen aktivieren



**TCM**

Traditionelle  
Chinesische Medizin

Balance fördern



**SALUTOLOGIE**

Gesundheit  
verstehen

Potenziale entfalten

**Mag. Haris Harald Georgiopoulos Janisch**

Salutologe | Psychologische und sportwissenschaftliche Beratung



**Saal 5**

Impulse für gesunde Menschen und gesunde Unternehmen



*Mehr  
Leben  
in Balance.*

# Gesundheitstriade

Drei Wege – ein Ziel: ein gesundes, erfülltes Leben.

GANZHEITLICH. SALUTOLOGISCH. ZUKUNFTSORIENTIERT.



STARKE  
MENSCHEN  
STARKE  
BETRIEBE  
STARKE  
GESELLSCHAFT

*Gesunde Menschen.  
Starke Betriebe.  
Eine gute Zukunft.*

*Mehr Leben  
in Balance.*



## Lebensberatung

Klarheit. Orientierung. Lebensfreude.



Gespräche & Reflexion



Neue Perspektiven



Stärkung der Selbstwirksamkeit



Mehr Lebensqualität



## Salutologie

Verstehen. Stärken. Gesund bleiben.



Ressourcen aktivieren



Kohärenz stärken

(Verstehbarkeit, Handhabbarkeit, Sinnhaftigkeit)



Mehr Resilienz im Alltag



Gesundheitskompetenz erweitern



## Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Balance. Harmonie. Ganzheitlichkeit.



Energie im Fluss (Qi)



Vorbeugung und Regeneration



Bewährte Methoden

(z. B. Akupunktur, Ernährung, Kräuter)



Ganzheitliches Wohlbefinden

**Gesundheit fördern. Potenziale entfalten. Zukunft gestalten.**

# DER PARADIGMENWECHSEL

## VOM KRANKHEITSMODELL ZUM GESUNDHEITSMODELL

MEHR RESSOURCEN. MEHR LEBENSQUALITÄT. STARKE MENSCHEN. STARKE BETRIEBE.

### KRANKHEITSMODELL

Defizite erkennen – Probleme bekämpfen



#### Pathologie

Krankheit erkennen

- Diagnose
- Symptome
- Krankheitsbilder



#### Pathogenese

Ursachen verstehen

- Risikofaktoren
- Belastungen
- Defizite

DER  
PERSPEKTIVEN-  
WECHSEL

VOM PROBLEM  
ZUR RESSOURCE

### GESUNDHEITSMODELL

Ressourcen stärken – Potenziale entfalten



#### Salutologie

Gesundheit verstehen

- Gesundheitsfaktoren
- Lebenssinn
- Kohärenzgefühl
- Ressourcen aktivieren
- Gesund bleiben



#### Salutogenese

Gesundheit ermöglichen

- Resilienz stärken
- Selbstwirksamkeit
- Potenziale entfalten
- Lebensqualität erhöhen
- Zukunft gestalten

20 %

KONTINUUM DER GESUNDHEIT

80 %

Weniger Defizite  
Weniger Belastungen  
Mehr Bewusstsein

Mehr Ressourcen  
Mehr Potenziale  
Mehr Lebensqualität

**NICHT NUR LÄNGER LEBEN – SONDERN BESSER LEBEN.**  
VON DER KRANKHEITSBEKÄMPFUNG ZUR POTENTIALENTFALTUNG.

*Probleme verstehen.  
Lösungen entwickeln.*

*Ressourcen stärken.  
Zukunft gestalten.*



# SALUTOLOGIE

## DIE WISSENSCHAFT DER GESUNDHEIT

LEITFRAGE:

### Was hält Menschen gesund?

„Gesundheit entsteht nicht durch die Abwesenheit von Krankheit, sondern durch funktionierende Regulationsprozesse.“

– Dr. Peter Hausschild



**Dr. Peter Hausschild**

Begründer der Salutologie

STARKE  
MENSCHEN  
STARKE  
BETRIEBE  
STARKE  
GESELLSCHAFT

*Gesunde  
Menschen.  
Starke Betriebe.  
Eine gute Zukunft.*

## GRUNDPRINZIPIEN DER SALUTOLOGIE



### RESSOURCEN-ORIENTIERUNG

Stärken erkennen, fördern und nutzen.



### PRÄVENTION

Gesundheit fördern, bevor Krankheit entsteht.



### SELBSTORGANISATION

Der Mensch ist ein aktiver Gestalter seiner Gesundheit.



### RESILIENZ

Widerstandskraft entwickeln und Krisen bewältigen.



### GESUNDHEITS-KOMPETENZ

Wissen, Fähigkeiten und Motivation für ein gesundes Leben.



### LEBENSQUALITÄT

Wohlbefinden, Sinn und erfülltes Leben als Ziel.

# SELBSTTHEILUNGSKOMPETENZ OPTIMIEREN

Der Mensch als Mikrokosmos im Einklang mit dem Makrokosmos

DAS GESETZ DER HOMÖOSTASE  
BALANCE • AUSGLEICH • REGULATION



LEBENSSTIL



LEBENSORDNUNG



LEBENSBALANCE



LEBENSREGULATION



RESSOURCEN-  
AKTIVIERENDE  
INTELLIGENZ



RESILIENZ



SELBSTRELATION



GESUNDHEITS-  
KOMPETENZ



GESUNDHEITSGEFÜHL



LEBENSQUALITÄT



MIKROKOSMOS  
MENSCH

MAKROKOSMOS  
NATUR

NICHT KRANKHEIT BEKÄMPFEN,  
SONDERN GESUNDHEIT ERHALTEN.

*Gesunde Menschen.  
Starke Betriebe.  
Eine gute Zukunft.*

## Psychosoziale Organisationsberatung

Ein salutologisches und salutogenes Modell

Für ein gesundes Unternehmen – für einen gesunden Betrieb.

STARKE  
MENSCHEN  
STARKE  
BETRIEBE  
STARKE  
GESELLSCHAFT

MENSCH  
ARBEIT  
GESUNDHEIT  
ZUKUNFT



**MENSCHEN  
STÄRKEN**

Ressourcen · Resilienz · Selbstwirksamkeit



**ZUSAMMENARBEIT  
GESTALTEN**

Wertschätzung · Kommunikation · Konfliktkompetenz



**GESUNDE STRUKTUREN  
SCHAFFEN**

Führung · Arbeitskultur · Arbeitsbedingungen

**Verstehbarkeit · Handhabbarkeit · Sinnhaftigkeit**

**Gesundheit fördern. Potenziale entfalten. Zukunft gestalten.**

*Gesundheit  
Resilienz  
Zukunft*

*Menschen  
stärken.  
Organisationen  
entwickeln.*

## ÜBERBLICK



### ABB > ARBEITSBEWÄLTIGUNGSBERATUNG

Menschen begleiten · Arbeitsfähigkeit stärken · Veränderung gestalten



STABIL  
HANDLUNGSFÄHIG  
ZUKUNFTSFIT



### EMERTEC > DIGITALE RESILIENZBERATUNG

Digitale Arbeitswelten gesund, sicher und menschlich gestalten



DIGITAL  
RESILIENT  
MENSCHLICH



### BGF

Betriebliche Gesundheitsfürsorge  
durch sport- und ernährungswissenschaftliche  
& psychosoziale Beratung nach dem  
Wiener Resilienzmodell (WRM)

GESUND · MOTIVIERT · LEISTUNGSFÄHIG



### BEM

Betriebliches Eingliederungsmanagement  
durch prozessorientierte ABB  
(Arbeitsbewältigungsberatung)

INTEGRIEREN · BEGLEITEN · PERSPEKTIVEN SCHAFFEN



### BASS

Betriebliche Arbeitssicherheits-  
& -schutzmaßnahmen durch  
prozessorientierte ABB  
(Arbeitsbewältigungsberatung)

SICHER · GESUND · NACHHALTIG



### EPAB

Evaluierung physiologischer, struktureller sowie psychologischer Arbeitsplatzbelastungen  
inklusive Maßnahmenpakete



ANALYSIEREN  
VERSTEHEN  
LÖSUNGEN UMSETZEN

## PSYCHOSOZIALE ORGANISATIONSBERATUNG

GESUNDE MENSCHEN · STARKE ORGANISATIONEN · LEBENSWERTE ZUKUNFT

*Gemeinsam  
mehr erreichen.*



# WIENER RESILIENZ-MODELL (WRM) LEBENSROLLENMANAGEMENT

DAS HERZSTÜCK FÜR EIN GESUNDES, ERFÜLLTES UND ERFOLGREICHES LEBEN

HARMONISCHE LEBENSROLLEN – STARKE MENSCHEN – STARKE BETRIEBE



STARKE  
MENSCHEN  
STARKE  
BETRIEBE  
STARKE  
GESELLSCHAFT

*Gesunde Menschen.  
Starke Betriebe.  
Eine gute Zukunft.*

## VERHALTENSPRÄVENTION

Mein gesundes Verhalten  
in allen Lebensbereichen.



### ERNÄHRUNG

bewusst und ausgewogen



### BEWEGUNG

aktiv im Alltag



### PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

reflektieren, stärken, handeln



## VERHÄLTNISPRÄVENTION

Gesundheitsförderliche  
Rahmenbedingungen im Betrieb  
und im sozialen Umfeld.



### ORGANISATION

gesunde Strukturen



### ARBEITSPLATZ

förderliche Umgebung



### FÜHRUNG & KULTUR

Wertschätzung leben



### SOZIALE ATMOSPHÄRE

Teams stärken

**NICHT KRANKHEIT BEKÄMPFEN,  
SONDERN GESUNDHEIT ERHALTEN.**

RESSOURCEN AKTIVIEREN – POTENZIALE ENTFALTEN – LEBENSQUALITÄT STEIGERN



RESILIENZ



GESUNDHEITSKOMPETENZ



GESUNDER LEBENSSTIL



STARKE BETRIEBE



STARKE GESELLSCHAFT

*Heute gesunde  
Entscheidungen –  
morgen mehr  
Lebensqualität.*

# WIENER RESILIENZ-MODELL (WRM)

DIE STARKE TRIADE FÜR BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Ernährung – Psychologische Beratung – Bewegung

Gemeinsam mehr erreichen – Synergie für gesunde Menschen und starke Betriebe.

*Gesunde Menschen.  
Starke Betriebe.  
Eine gute Zukunft.*

*Resilienz  
stärken –  
Zukunft sichern.*

## MEHRWERT FÜR MITARBEITER:INNEN

- ✓ Mehr Gesundheit
- ✓ Mehr Energie
- ✓ Mehr Resilienz
- ✓ Mehr Lebensqualität
- ✓ Mehr Leistungsfähigkeit



## MEHRWERT FÜR BETRIEBE

- ✓ Motivierte Mitarbeiter:innen
- ✓ Weniger Fehlzeiten
- ✓ Höhere Produktivität
- ✓ Stärkere Teams
- ✓ Zukunftsfähige Organisation

**NICHT KRANKHEIT BEKÄMPFEN,  
SONDERN GESUNDHEIT ERHALTEN.**



RESILIENZ



GESUNDHEITSKOMPETENZ



GESUNDER LEBENSSTIL

WRM – Teil der BGF  
Verhaltensprävention, die wirkt.

Menschen stärken.  
Wege finden.  
Zukunft gestalten. 

STARKE  
MENSCHEN  
STARKE  
BETRIEBE  
STARKE  
GESELLSCHAFT

# Lebensberatung

Klarheit. Orientierung. Lebensfreude.

Psychologische  
Beratung

Sportwissenschaftliche  
Beratung

Ernährungswissenschaftliche  
Beratung

**WRM**

Wiener  
Resilienzmodell

**PSOB**

Psychosoziale  
Organisationsberatung

## Lebensberatung wirkt.

Für ein erfülltes Leben. Für starke Menschen. Für eine gesunde Gesellschaft.



**WIRTSCHAFTSKAMMER WIEN**  
Personenberatung & Personenbetreuung

BERATEN • BEGLEITEN • STÄRKEN

*Gesunde Menschen. Starke Betriebe. Eine gute Zukunft.*



STARKE  
MENSCHEN  
STARKE  
BETRIEBE  
STARKE  
GESELLSCHAFT

# DANKE!

Nutzen Sie die innovativen Chancen  
für Ihr Unternehmen – und neue Wege für ein gesundes Leben.

**Mit den Ressourcen der Wiener Lebensberater:innen.**

MENSCHEN  
POTENZIALE  
GESUNDHEIT  
ZUKUNFT

**Wirtschaftskammer Wien**  
**Fachgruppe Personenberatung und Personenbetreuung**



Personenberatung: **+43 1 51450-2203**



E-Mail: **personenberatung@wkw.at**



Straße der Wiener Wirtschaft 1 | 1020 Wien

Information • Beratung • Orientierung

*Gemeinsam  
für gesunde  
Menschen und  
starke Betriebe.*

WRM – Teil der BGF  
Verhaltensprävention, die wirkt.