



## Wolfgang Stockhausen

Anschrift

leistungsfrische®  
Am Römerfeld 4  
41541 Dormagen-Zons  
Deutschland

Kommunikation

Tel: 0049 2133 8647997  
Mail: w.stockhausen@beraternetzwerk.de  
Web: www.leistungsfrische.de

### Über mich

In meiner über 30 jährigen Erfahrung als Physiotherapeut und Sportphysiotherapeut des DOSB habe ich viel Erfahrungen über den Zusammenhang zwischen körperlichen und psychischen Belastungen sammeln dürfen. Mit meinem Unternehmen leistungsfrische® kümmere ich mich seit 2011 darum, dass Menschen nachhaltig gesünder, zufriedener und leistungsstärker werden.

Übermäßiger und dauerhafter Stress ist einer der, wenn nicht der, wesentliche Auslöser für Unzufriedenheit, Leistungsminderung, unzureichendes Wohlbefinden und daraus resultierende Krankheiten. Unter mentalen wie physischen Aspekten gilt es die potentiellen Stressoren heraus zu finden und zu reduzieren.

Physische Belastungen am Arbeitsplatz werden durch optimierte ergonomische Bedingungen und dort, wo Beanspruchungen unvermeidbar sind, durch zielgerichtete individuelle Ausgleichsübungen auf ein Minimum reduziert.

Die mentale Belastungen werden gesetzeskonform über die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz ermittelt. Das Ausmaß des aktuellen Stresslevels kann individuell durch die Herzratenvariabilitätsmessung konkretisiert werden. Darüber hinaus hilft die Klärung der persönlichen Bedürfnisse und der Motivation, sowie die Ermittlung der aktuell bevorzugten Kommunikationsmuster als Grundlageninformation für die Entwicklung passgenauer Strategien und Maßnahmen. So begleite ich Unternehmen und Unternehmer erfolgreich durch den Prozess der nachhaltigen Stressreduktion.

Ziel: gesund. zufrieden. leistungsstark.

### Zertifizierungen, Qualifikationen, Fördermittelberatung

- Physiotherapeut, Manualtherapeut, Osteopath, Sportphysiotherapeut des DOSB
- Referent Arbeitsgemeinschaft Gesunder Rücken AGR e.V. (Arbeitsplatzergonomie)
- Auditor Expertenanalyse Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz
- Master ReissMotivationProfile® (Motivationsanalyse)
- Master S.C.I.L.-Performancestrategie® (Wirkungs- und Wahrnehmungsanalyse / Interaktionsanalyse)
- Transferstärkeanalyse® (Strategie- und Zielsetzungsanalyse)

## Branchenerfahrung

## Mitgliedschaft in Verbänden / Organisationen

- Beraternetzwerk.de (Mitglied)
- Fachgruppe Betriebliches Gesundheitsmanagement der Offensive Mittelstand (Mitglied)
- Arbeitsgemeinschaft Gesunder Rücken e.V. (Referent)
- Interessensvertretung 50Plus e.V. (Mitglied)
- EDS – Europaverbund der Selbstständigen e.V.

## Weitere Arbeitsschwerpunkte

- Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz
- Stressanalyse / Stressbewältigung / Stressmanagement
- work-life-balance
- Wertschätzung
- Diversity
- Gesundes Führen
- Coaching, Beratung, Training, Workshops, Vorträge

## Fachthemen

- Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)
- Personal
- Seminare + Training

## Dokumente