

# Führung und Gesundheit

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Führung und Gesundheit?

Ganz deutlich! Mehrere, von einander völlig unabhängige Stellen kamen zum immer selben Ergebnis: eine Führungskraft nimmt ihren Krankenstand mit!

Beobachtet wurde folgendes vom VW-Konzern: Wird der Vorgesetzte einer Abteilung mit erhöhter Fehlzeitenquote zum Chef einer anderen, bis dato "gesunden" Abteilung, dauert es nicht lange, bis die Abwesenheitsquote sich der vorigen Abteilung angenähert hat.

Ähnliches fand das Geva-Institut (Gesellschaft für Verhaltensanalyse und Evaluation) in München, das 250 deutsche Unternehmen unter die Lupe genommen hat.

Spannend ist das Ergebnis der BKK (Bundeskrankenkasse)-Studie: Die soziale Unterstützung durch den Vorgesetzten wirkt sich auf das Selbstwertgefühl des Mitarbeiters aus.

Was ist "gesund" an der sozialen Unterstützung Ihrer Mitarbeiter?

- Die soziale Unterstützung wirkt direkt auf das Wohlbefinden Ihrer Mitarbeiter, wenn die Mitarbeiter wissen, dass sie im Notfall auf Sie zählen können.
- Indirekt wirkt soziale Unterstützung positiv, weil sich Ihre Mitarbeiter angenommen und aufgehoben fühlen, was eines der wichtigsten menschlichen Grundbedürfnisse darstellt.
- Soziale Unterstützung schafft einen "Puffereffekt": Werden Aufgaben als Belastung empfunden, sind deren gesundheitliche Auswirkungen weniger gravierend, wenn sich Ihre Mitarbeiter gut eingebettet fühlen.

Was können Sie als Chef/ Chefin tun, um das Wohlbefinden Ihrer Mitarbeiter zu fördern?

1. Ermöglichen Sie Handlungsspielräume und übertragen Sie Verantwortung.
2. Führungskultur muss an oberster Stelle vorgelebt werden. Beobachten Sie sich selbst, ob Sie im Sinne "guter Führung" handeln und achten Sie auf Ihre Gesundheit. Nur wer Vorbild ist, ist glaubwürdig.
3. Beziehen Sie eine "Wohlfühl-Gefährdungsanalyse", die psychosoziale Belastungen mit berücksichtigt, in Ihre Mitarbeitergespräche ein. Denn dort "drückt eigentlich der Schuh."
4. Das Selbstwertgefühl Ihrer Mitarbeiter können Sie stärken, indem Sie ihnen anspruchsvolle Ziele setzen und sie bei deren Erreichung bestens unterstützen.
5. Umgang mit Kritik, Führen mit Zielen, Delegieren lernen und Wertschätzung zeigen sind wichtige Seminarthemen für Ihre Führungskräfte. Doch betrachten Sie auch Fortbildungen zum Thema "Wohlfühlen" nicht als Kostenfaktor, sondern als strategische Investition.
6. Bieten Sie Ihren Führungskräften Coaching-Gutscheine. Das "Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen" empfiehlt in seinem "Handlungsleitfaden" für Betriebliches Gesundheitsmanagement Folgendes: "Besonders nach Bekanntgabe der Abteilungsergebnisse einer Mitarbeiterbefragung, oder nach einem Führungskräfte-Feedback ist Coaching oft die einzige Möglichkeit, dass eine Führungskraft ihre Probleme erkennen kann und durch Selbsterkenntnis auf die richtigen Lösungen gebracht wird. In der Praxis fällt auf, dass gute Führungskräfte sich häufiger coachen lassen als die, die es nötiger hätten, denn sie haben den Willen zur ständigen persönlichen Weiterentwicklung. Coaching ist die effektivste Maßnahme der Führungskräfteentwicklung. Unternehmen mit Coachingkultur profitieren überproportional von der besseren Führungsqualität. Leider gilt Coaching in manchen Unternehmen nur als Nachhilfe für schlechte Führungskräfte. So eine Einstellung geht immer von der obersten Führungsebene aus. In solchen Unternehmen kann sich keine Coachingkultur entwickeln. Aus diesem Grund muss das Coaching so organisiert sein, dass Personalabteilung und Unternehmensführung nicht erfahren, welche Führungskraft sich coachen lässt. Bewährt hat sich ein anonymes Gutscheinsystem. Jede Führungskraft erhält (z.B.) im Januar Gutscheine für 6 Sitzungen à 90 Minuten. Der Coach wird dann anhand der eingereichten Gutscheine bezahlt."
7. Ein guter Anfang ist alles: Die Realität zeigt, dass die Arbeitsmoral von neuen Mitarbeitern in vielen Unternehmen in den ersten sechs Monaten rapide abnimmt. Unterstützen Sie deshalb neue Führungskräfte von Anfang an darin, einen guten Führungsstil zu pflegen.