



Günter Spiesberger

GESUNDHEITSFÖRDERNDE FÜHRUNG NACH DEM GEIKO® PRINZIP

Führungskräfte können mit ihrem Verhalten die Gesundheit von Mitarbeitern wesentlich beeinflussen. Denn schlechte Führung kann buchstäblich krank machen – gerade in wirtschaftlich herausfordernden Zeiten. Zumindest aber beeinträchtigt schlechtes Führungsverhalten die Leistungsfähigkeit und Effektivität von Mitarbeitern. Und das können sich langfristig nur ganz wenige Unternehmen leisten.

Wir brauchen Führungskräfte und Manager, die auf die Gesundheit und damit auch auf die Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeiter besonders acht geben. „Das können wir uns nicht leisten“, sagen die einen. „Ein bisschen gesunder Druck hat noch niemandem geschadet“, denken die anderen.

Falsch!

Denn was es heißt, in diesen Zeiten schlecht und mit Druck zu führen, soll durch folgende vereinfachende Grafik illustriert werden:



Eine gesundheitsfördernde Führung können Sie sich nicht leisten? Umgekehrt! Sie können es sich nicht mehr leisten, NICHT gesundheitsfördernd zu führen.

Top-Fit statt Burn-out

Was aber kann gesundheitsfördernde Führung nach dem GEIKO® Prinzip bedeuten?

- Führungskräfte müssen zuerst auf ihre eigene Gesundheit achten. Bewusste Ernährung, regelmäßige Bewegung, ausgleichende Aktivitäten mit der Familie und Freunden. Klassische Work-Life-Balance eben.
- Gesundheitsfördernde Führung heißt in erster Linie transparent, offen und vertrauensvoll zu kommunizieren. Denn gerade schwerwiegende Entscheidungen wie Personalreduktionen oder sonstige Einsparungsmaßnahmen gilt

Liebe Leserin, lieber Leser!

In turbulenten Zeiten wie diesen sollten Sie sehr sensibel auf Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden achten. Denn gerade jetzt müssen Sie in der Lage sein, körperliche und mentale Spitzenleistungen zu vollbringen.

Im Gegensatz dazu erleben wir im beruflichen und privaten Umfeld immer häufiger Situationen, die unsere Gesundheit und Ausgeglichenheit massiv angreifen: ständig steigender Druck und Stress am Arbeitsplatz, Hektik und Unsicherheit bei Kunden und Kollegen bis hin zu Existenzängsten.

In dieser Ausgabe möchte ich besonders die Führungskräfte unter Ihnen für eine gesunde Lebensweise sensibilisieren. Denn Sie prägen mit Ihrem Verhalten und Ihrer Haltung häufig auch die „Fitness“ des gesamten Unternehmens.

Halten Sie Ihr Unternehmen gesund – in jeder Beziehung!

Günter Spiesberger

es ausreichend zu kommunizieren. Denn schlechte Kommunikation vergiftet das Betriebsklima, und das macht Menschen krank – im wahrsten Sinne des Wortes.

- Fahren Sie als Führungskraft Ihre „inneren Antennen“ aus und achten Sie darauf, dass sich besonders Ihre Schlüsselkräfte nicht übernehmen. Denn gerade jetzt ist die Gesundheit Ihrer engagiertesten und wertvollsten Mitarbeiter gefährdet. Burn-out und andere Überlastungssymptome sind gerade hier wahrscheinlich.
- Versuchen Sie, „sinn-gekoppelt“ zu führen! Erklären Sie immer wieder den Sinn hinter den Zielen, Strategien und Entscheidungen, die vom Management vorgegeben werden. Denn wenn Dinge für Menschen „Sinn machen“, fällt ein wesentlicher Stressfaktor weg.
- Schaffen Sie gesundheitsfördernde Angebote und Rahmenbedingungen im Unternehmen. Dazu können sowohl vermeintlich „triviale“ Maßnahmen gehören wie kostenloses Obst oder Wasserstationen, aber auch Seminarangebote zum Thema Gesundheit.

In Anlehnung an Motivationsexperte Dr. Sprenger könnte es aber auch heißen: „Es geht nicht darum, Mitarbeiter gesund zu machen. Es geht vielmehr darum, sie nicht krank zu machen!“

FACTS

Günter Spiesberger, Inhaber und Geschäftsführer von Private Coaching, ist gefragter Referent bei Kongressen und Veranstaltungen. Er trainiert, coacht und begleitet sowohl Führungskräfte von internationalen Konzernen als auch Unternehmer von namhaften KMUs. Weiters zählt eine Doppel-Olympiasiegerin zu seinem Portfolio.

Private Coaching by Günter Spiesberger Establishment
 FL-9485 Nendeln, Innere Wiesen 14, Tel.: 00423/371 14 11
www.private-coaching.at, info@private-coaching.at

Tipp: Vortrag „Top-Fit statt Burn-out!“
 Freitag, 15. Mai in Dornbirn
 Weitere Infos unter www.private-coaching.at

Anzeige