

## PRÄVENTION FÜR MEHR SICHERHEIT UND STÄRKE IM BERUFSALLTAG

### EINFLUSS DES FÜHRUNGSSTILS AUF DIE MITARBEITERGESUNDHEIT Gesundes Führen als Teil des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

Jedes Unternehmen hat Interesse daran, dass Mitarbeiter leistungs- und arbeitsfähig bleiben. Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) steht daher zu Recht hoch im Kurs, wenn es um die Gesundheitsförderung und Bindung der Beschäftigten geht. Angebote wie Bewegungs- und Präventionsprogramme oder Check Ups sind notwendig und wichtig. Nicht zuletzt ist jedoch vor allem ein gesunder Führungsstil eine zentrale Aufgabe im Rahmen des BGM.

#### Schlechte Führung macht krank

Wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass es eine Verbindung zwischen fehlerhafter Führung und Krankheiten gibt. Die Art und Weise des Führungsstils beeinflusst die Gesundheit des Teams ganz maßgeblich. Schlechte Führung kann beispielsweise Herzkrankungen, Bluthochdruck oder psychische Beschwerden - im schlimmsten Fall sogar Depressionen - auslösen. Ein auffällig hoher Krankenstand in einem Betrieb kann somit auch in der Führungskultur begründet sein. Neben krankheitsbedingten Fehltagen kommt es vielfach auch zu einer stetig sinkenden Motivation und damit geringeren Produktivität.

„Unternehmen gesund“: Zufriedene Mitarbeiter sind der Erfolgsschlüssel für jeden Betrieb!

Über ihr Verhalten und die Gestaltung der Arbeitsbedingungen haben Führungskräfte einen wichtigen Einfluss auf Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeiter. Die Balance zwischen Aufgabenorientierung (Unternehmensziele) und Beschäftigtenorientierung (Motivation, Austausch, Aktion und Reaktion) zu wahren, ist jedoch nicht immer einfach und kann zu einem Spannungsverhältnis führen. Zunehmend wichtiger für einen guten Führungsstil werden neben den fachlichen Kompetenzen, also den Hard Skills, auch die zwischenmenschlichen Fähigkeiten (Soft Skills). Emotionale Intelligenz, Kommunikations- und Anpassungsfähigkeit sowie Gesundheitskompetenz gewinnen zunehmend an Gewicht. Dabei hat emotionale Intelligenz natürlich nicht für jeden die gleiche Bedeutung. Prinzipiell sollten Führungskräfte



jedoch in der Lage sein, sowohl eigene als auch fremde Emotionen zu analysieren und diese Informationen für ein besseres Betriebsklima und damit mehr Produktivität zu nutzen.

**Für ein funktionierendes Gesundheitsmanagement muss auch der Führungsstil gewissen Richtlinien entsprechen.**

#### Ziele gesunder Führung

Per Definition bedeutet gesundes Führen die positive, direkte oder indirekte, Einflussnahme auf den Arbeitskontext und das Verhalten von Mitarbeitern mit dem Ziel, Leistungsfähigkeit, Gesundheit und Wohlbefinden der Belegschaft nachhaltig zu erhalten und zu fördern. Hauptanliegen gesunder Führung ist es, aktiv die Rahmenbedingungen für ein positives, gesundes Miteinander im Betrieb zu schaffen, in denen die Mitarbeiter ihr Potenzial voll entfalten können. Zu den Zielen eines gesunden Führungsstils gehören:

- Förderung der Arbeitszufriedenheit
- Motivation der Mitarbeiter
- Schutz der Beschäftigten vor krankmachenden Einflüssen am Arbeitsplatz
- Effektive Organisation der Arbeitsabläufe

# Sicherheitsbrief 02/22

- Befähigung der Mitarbeiter zum Umgang mit unvermeidbaren Risikofaktoren
- Schaffung von Einklang der Beschäftigten- und Unternehmensziele
- Ermöglichung einer vertrauensvollen und offenen Kommunikation auf Augenhöhe
- Schaffung von Freiräumen für dezentrale Entscheidungen
- Ermöglichung objektiver Konfliktlösungen

Zentral ist dabei, dass die Führungskräfte selbst hohen Belastungen ausgesetzt sind. Verhalten sie sich selbst verantwortungsbewusst im Hinblick auf die eigene Gesundheit und setzen sie sich mit ihrem eigenen Stress, ihren persönlichen Belastungsfaktoren und Ressourcen auseinander, können sie diese Faktoren auch bei ihren Mitarbeitern erkennen und rechtzeitig gegensteuern.

**Führungskräfte fungieren im Hinblick auf Betriebliches Gesundheitsmanagement als Vorbilder.**

## Digital Leadership in Zeiten von Corona

Die mit der Corona-Pandemie einhergehenden Homeoffice-Regelungen bedeuten neue Anforderungen im Hinblick auf digitale Arbeitsmodelle. Dauerhafte Kontaktreduzierung, Eintönigkeit und Vereinamung in den eigenen vier Wänden sowie Erschöpfung durch viele virtuelle Meetings bedrohen nicht nur die körperliche, sondern auch die emotionale Gesundheit. „Homeoffice-Blues“ und „Zoom-Fatigue“ gehören mittlerweile zum Standardvokabular. Vertrauen rein digital aufzubauen bzw. aufrechtzuerhalten, Verbindungen online zu schaffen, stellt Unternehmen vor eine neue und große Herausforderung. Entscheidende Stellschrauben sind auch hier die jeweiligen Führungskräfte. Wo Teams hybrid oder Vollzeit-Remote arbeiten, müssen Strukturen oftmals neu gedacht werden sowie andere Perspektiven und Methoden zum Einsatz kommen, um Teams stets neu zu moti-

vieren und dabei gesund zu erhalten. Fehlende persönliche, insbesondere non-verbale, Kommunikation sollte durch stärkeren Fokus der Führungskräfte auf gesundheitliche Faktoren kompensiert werden. Wichtig ist hier zudem eine höhere Sensibilität um einschätzen zu können, ob Teammitglieder ggf. überlastet oder erschöpft sind. So kann reagiert werden, ehe erste Krankheitserscheinungen auftreten.

**Nicht nur in Pandemiezeiten gilt: Präventive Maßnahmen stärken die Gesundheit der Mitarbeiter effektiv und senken krankheitsbedingte wirtschaftliche Kosten.**

## Professionelle Unterstützung beim Aufbau einer salutogenen Führungskultur

Ob und inwieweit Gesundheitsprobleme von Beschäftigten am praktizierten Führungsstil liegen, lässt sich durch, von Experten geleiteten, Workshops ermitteln. Ist die Ursache erkannt, kann am Aufbau einer gesunden Führungskultur gearbeitet werden. Der Workshop „Gesund führen“ der Prävent GmbH bietet interessierten Unternehmen Unterstützung beim Ziel, den Krankenstand durch eine Verbesserung der Stimmung im Team anhaltend und monatlich transparent messbar zu reduzieren. Integriert ist auch das Erlernen unterstützender Methoden wie z. B. „kollegiale Fallberatung“, durch die die Teilnehmer in die Lage versetzt werden, den Prozess am Ende der Maßnahme eigenständig weiterverfolgen zu können.

**Unternehmen, die BGM als nachhaltigen Prozess zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden der Beschäftigten etablieren wollen, müssen sich auch mit gesunder Führung auseinandersetzen.**

Informieren Sie sich jetzt zu unseren Workshop-Angeboten.

Haben Sie Fragen? Wünschen Sie Beratung?  
Rufen Sie uns an! Wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung.

**Tel. 0231 99 95 50-00**

### Weitere Informationen:

<https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/3753>

<https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/3890>



Betriebsmedizin und Arbeitssicherheit

Helenenbergweg 19

44225 Dortmund

Tel. 0231 99 95 50-00

Fax 0231 99 95 50-39

mail@praevent-gmbh.de

 [www.facebook.com/PraeventGmbH](https://www.facebook.com/PraeventGmbH)