

STRANDKORB-POST AUSGABE VI – 05/2010

Der Newsletter von ANKE VON PLATEN – EXPERTIN FÜR LEBENSQUALITÄT UND ARBEITSPRODUKTIVITÄT

„Ich weiß gar nicht, wie man Chef sein kann, ohne den Mitarbeiter immer wieder an seinem Arbeitsplatz, in seiner Welt also, zu sehen. Das zufällige Zusammentreffen auf dem Gang gibt sozialen Kontakt, Gelegenheit, eine Frage zu stellen, oder auch nur, "Guten Tag" zu sagen. Bitte nehmen Sie dabei die Hände aus der Tasche, es wird beachtet.“

Gerd Bucerius (1906-95), dt. Verleger, Herausg. "Die Zeit"



INHALT:

WAS IST GESUND FÜHREN?

DAS KLEINE UND DAS GROBE 1X1

WEITERE INFORMATIONEN

IN EIGENER SACHE

WAS IST GESUND FÜHREN? DAS KLEINE 1X1



„Es gibt zwei Arten, Hirte zu sein: Der eine läuft hinter der Herde her, treibt sie, wirft mit Steinen, brüllt und drückt. Der gute Hirte macht das ganz anders: Er läuft vornweg, singt, ist fröhlich, und die Schafe folgen ihm.“

(unbekannt)

Dieses Zitat drückt meines Erachtens gut den Kern gesunder Führung aus. Und was hat das Kamel damit zu tun? Das Kamel mit seiner Last ist als Metapher für einen Mitarbeiter mit komplexen Aufgaben, viel Zeitdruck, hohen Anforderungen zu sehen.

Wenn nun das Kamel zusammenbricht... war dann das Kamel zu schwach oder die Last zu schwer? Schwer zu sagen. Und: Als Führungskraft / Hirte können Sie an dieser Last, an den Rahmenbedingungen wenig ändern.

Aber: Sie können sich so um das Kamel kümmern, dass es sich wohlfühlt, dass es Freude daran hat, den Weg zu gehen, Ihnen zu folgen. Sie müssen dafür nicht singen. Es reicht schon, wenn Sie das kleine 1x1 der Wertschätzung und der sozialen Unterstützung im Arbeitsalltag anwenden:

- Grüßen – mit Augenkontakt.
- Pünktlich sein. Verabredungen einhalten.
- Danke und bitte sagen.
- Da sein, erreichbar sein.

WAS IST GESUND FÜHREN? DAS GROBE 1X1



1. Klarheit

Wie kann ich größtmögliche Klarheit sorgen?

Kommunikation

- über Regeln, Erwartungen
- über das Leitbild
- über Entwicklungen
- aktuelle Geschehnisse
- über Herausforderungen
- über Anforderungen
- über Beitrag zum Erfolg
- Feedback

2. Machbarkeit

Haben die Mitarbeiter alle notwendigen Ressourcen, um die Aufgaben zu bewältigen?

- Arbeitsmittel
- Einsatz nach Fähigkeiten
- Ressourcenaufbau
- Fort-/Weiterbildungen
- Informationen
- Erholungsfähigkeiten
- Erholungsqualität

3. Wertschätzung

Wie Sorge ich dafür, dass meine Mitarbeiter wissen, dass sich ihr Engagement lohnt?

- Anerkennung, Lob
- Wertschätzung
- Feedback
- Balance Geben/Nehmen
- Herausforderungen
- Sicherheit
- Meine Meinung zählt

Als weitere Richtschnur und Erinnerungstütze für Ihren Führungsalltag können Sie sich die drei Fragen zum gesundheitsorientierten Führen stellen, die in der Grafik mit Unterpunkten aufgeführt sind. Wenn Sie unsicher sind: Fragen Sie Ihre Mitarbeiter, was Sie benötigen.

Sie können sich diese Fragen auch selbst stellen und für sich erarbeiten, was bei Ihnen vorhanden ist oder auch was fehlt, um Ihre Aufgaben gut zu bewältigen:

1. Klarheit/Verstehbarkeit: Habe ich alle notwendigen Informationen, habe ich genug Klarheit?
2. Machbarkeit/Handhabbarkeit: Habe ich alle notwendigen Mittel und Fähigkeiten?
3. Wertschätzung/Bedeutsamkeit: Weiß und spüre ich, dass sich mein Engagement lohnt?

Diese drei Fragen-/Themenkomplexe sind aus dem Konzept der Salutogenese von Aaron Antonovsky, ein Medizinsoziologe. Die Salutogenese befasst sich im Gegensatz zur Pathogenese mit dem Konzept, wie Menschen gesund bleiben. Je größer das Vertrauen in die drei Faktoren gegeben ist, umso höher ist das Gefühl der Stimmigkeit und des Wohlbefindens.

Gesunde Führung = Ressourcen / salutogene Aspekte stärken!

WEITERE INFORMATIONEN & IN EIGENER SACHE

Sie interessieren sich für tiefere Informationen? Auf meiner Website finden Sie

- Aktuelle Studienergebnisse (unter Neuigkeiten)
- Einen Beispielvortrag „gesund führen“ unter Angebote / Für Personen / Aktivierende Vorträge

... oder Sie möchten das Thema „gesund führen“ in Ihrem Unternehmen anbieten?
Schön! Dann rufen Sie mich einfach unverbindlich an unter 05109.690 196.

IN EIGENER SACHE:

- **Neue Zusammenarbeit mit dem Unternehmen sciencetransfer GmbH** aus der Schweiz (www.sciencetransfer.com). Sciencetransfer bietet das einzigartige HealthScreeningTool® an. Das HealthScreeningTool® ist ein wissenschaftlich basierter Gesundheitsfragebogen, anonym und nicht konfrontativ. Es erfasst unter anderem Burnout, Depression, Work-Life-Balance, Erholung, Schlaf und persönliches Gesundheitsverhalten. In einem BGM-Projekt ergänzen sich die Angebot Health Screening sowie individuelle Coachings von meiner Seite. Darüberhinaus findet ein regelmäßiger fachlicher Austausch statt.
- Das STRANDKORB-PRINZIP® gibt es nun auch für Unternehmen – zur **Unterstützung des Projektmanagements im Betrieblichen Gesundheitsmanagement oder als Unternehmensberatung**. Mehr Informationen dazu auf meiner Website unter „STRANDKORB-PRINZIP®“.

KONTAKT



ANKE VON PLATEN –
EXPERTIN FÜR LEBENSQUALITÄT UND ARBEITSPRODUKTIVITÄT
Bröhnstraße 5b | 30952 Hannover - Ronnenberg
Tel. 05109.690 196
Fax 05109.690 197
www.ankevonplatten.de

Hinweis: Dieser Newsletter erscheint alle zwei Monate.
Sie können ihn jederzeit abbestellen.

Schicken Sie dazu eine Email mit Betreff „Newsletter abbestellen“ an kontakt@ankevonplatten.de.