

# Gesund führen: „Dr. med. Chef ...?!“

Die Führungskraft im Spannungsfeld  
zwischen Leistung und Fürsorge

Führungskongress Rhein-Neckar  
„Gesunde Führung - Dr. med. Chef“

8. September 2016

**Dr. med. Michael Majer**

Facharzt für Chirurgie - Notfallmedizin

Facharzt für Arbeitsmedizin

# „Gesunde Führung“

## Zwei Aspekte:

1.  
Umgang mit der eigenen  
Gesundheit → Gesundheit  
„vorleben“ (**Vorbildfunktion!**)



2.  
Einfluss auf die Gesundheit der  
Belegschaft schon allein durch  
Übernahme der **Rolle** als  
Führungskraft innerhalb der  
hierarchischen Beziehung



# Als Führungskraft gesunden Einfluss nehmen

... heißt **NICHT** „Arzt/Therapeut spielen“, sondern

- grundlegende beziehungsdynamische Erkenntnisse „im Hinterkopf haben“
- bei Verdacht auf gesundheitliche Probleme bei Belegschaftsmitgliedern professionelle Hilfe „ins Spiel bringen“
- **Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)** zu einem Bestandteil der Unternehmensstrategie erklären und **AKTIV** unterstützen (BGM = Führungsaufgabe!)



# Die zwei großen „Aktionsfelder“:

## Verhaltensprävention

Gesundheitlich vorbeugender

### **Lebensstil des Einzelnen**

(Ernährung, Bewegung, Freizeit-,  
Sozial- und Suchtverhalten, Sinn- und  
Wertvorstellungen, ...)



## Verhältnisprävention

Gesundheitlich vorbeugende  
**Gestaltung der Arbeit und des  
Arbeitsumfelds**

(Ergonomie, Arbeitszuteilung,  
Arbeitsmittelversorgung,  
Kommunikations- und  
sonstige Unternehmenskultur,  
betriebliches Konflikt- und  
Eingliederungsmanagement,  
FÜHRUNGSSTIL, ...)



# Zentrales Thema:

## Spannung



versus



## Entspannung

- Bei jedem Menschen muss sich beides „die Waage halten“, wenn er gesund bleiben soll
- Zwei Arten von Spannung:
  - Grundspannung** = Ergebnis der Persönlichkeitsentwicklung
  - Situative Spannung** = Belastungen des täglichen Lebens
- Wichtigste Quelle für Entspannung: intakte menschliche Beziehungen
- Wichtigste Beziehung jedes Menschen: die zu sich selbst

# Kommunikation

- **Ich-Botschaften** → Authentizität, Vermeidung einer konfrontativen Grundstimmung
- **Feedback** → Transparenz, Klarheit
- **Wertschätzung** (allen Sym- und Antipathien zum Trotz ...)
- **Diskretion** (vor allem beim Thema Gesundheit!) → Vertrauen
- Argument, warum überhaupt fragen, wie's geht: **Fürsorgepflicht**
- Provokationen nicht persönlich nehmen → Deeskalation



# Rollendynamik

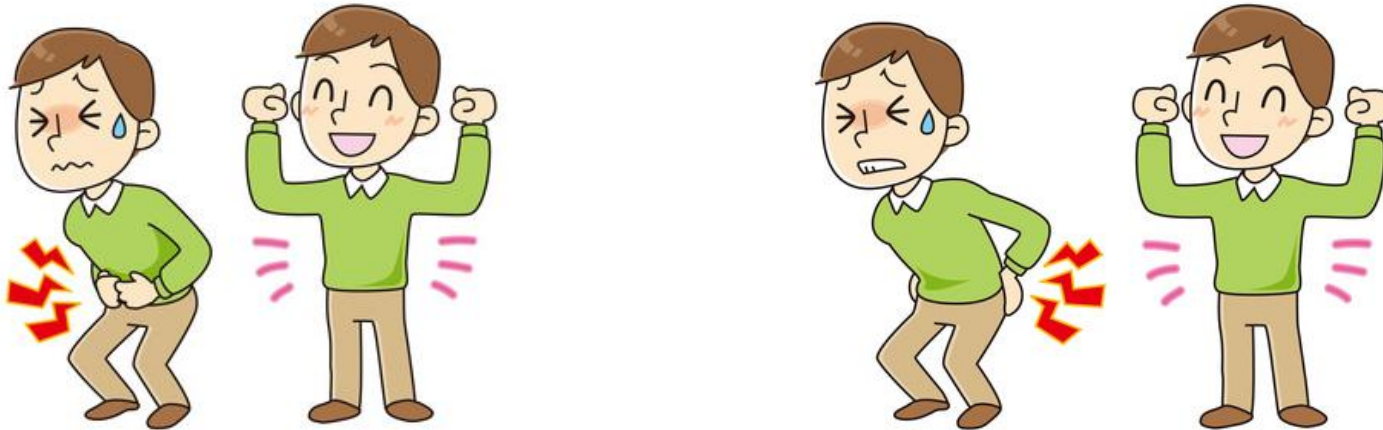
- Beziehungserlebnisse während der Persönlichkeitsentwicklung prägen sich lebenslang ein
- Erinnerungen daran wirken sich unbewusst permanent auf das Beziehungserleben und -verhalten aus („Übertragung“)
- Schlüsselfrage für die Rolle als Führungskraft: Erinnerungen an frühere Autoritätspersonen positiv oder negativ?





# Krankheitsdynamik

- Subjektives Krankheitserleben → Effekte auf's Gefühlsleben
- Abwehr: kostet Energie, erzeugt Spannung
- Psychosomatik – Körper wird zur „Leinwand“ seelischer Vorgänge



→ unweigerliche Widerspiegelung im Sozialverhalten und damit Belastung des sozialen Umfelds, ABER AUCH: Chance zur Kontaktaufnahme





## Fazit

- Gesunde Führung = entscheidender Parameter innerhalb des Betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Gesunde Ausgestaltung der Führungsrolle erfordert ein hohes Maß an Fähigkeit zur Selbstreflexion
- Bereitschaft von Führungskräften zur eigenen Qualifizierung auf diesem Themengebiet (z.B. durch Coaching) lohnt sich für alle Beteiligten



# **bleiben Sie gesund!**

**ZfP Tauberfranken UG (haftungsbeschränkt)**

i\_Park 8

97922 Lauda-Königshofen

[www.zfp-tauberfranken.de](http://www.zfp-tauberfranken.de)