

Führung und Gesundheit

Ziel : Der Führungsalltag hält etliche Situationen bereit, die krank machen können Vorgesetzte ebenso wie Mitarbeiter. Dieses Seminar zeigt, wie Führungskräfte auch unter schwierigen Bedingungen selber gesund bleiben und andere gesund führen können.

Inhalt : Wie die Zunahme psychischer Erkrankungen zeigt, ist die psychosoziale Gesundheit am Arbeitsplatz immer stärker gefährdet. Das Ziel dieses Seminars ist es, Führungskräften den Zusammenhang zwischen Führung und Gesundheit zu verdeutlichen. Die Stärkung der psychischen Gesundheit, und zugleich die Prävention psychischer Erkrankungen durch zwischenmenschlichen Arbeitsschutz ist eine originäre Führungsaufgabe. Die Bewältigung von Konflikten gehört ebenso dazu wie der wertschätzende Umgang mit leistungsschwachen oder psychisch erkrankten Mitarbeitern, die gesunde Führung in Zeiten von Veränderungen und wachsendem Belastungsdruck oder das Leiten von Abteilungen mit hohem Krankenstand. Wertschätzung ist dabei unverzichtbar für einen modernen Arbeitsschutz und ein ganzheitlich ausgerichtetes betriebliches Gesundheitsmanagement. Die Seminarteilnehmer erhalten viele praktische Handreichungen, mit denen er selber aktiv werden können, um die Wertschätzung in seinem Betrieb voranzubringen und eine salutogene Grundhaltung zu fördern.

- ✓ Aktuelle Gesundheitsdaten
- ✓ Präsentismus und Absentismus
- ✓ Die Verantwortung der Führungskräfte
- ✓ Stressoren der Führung
- ✓ Ressourcen der der Führung
- ✓ Resilienzförderung

Methoden : Es wird eine breite Palette von Vermittlungstechniken eingesetzt : Theorievermittlung, praktische Übungen, Erfahrungsaustausch. Neben der Information wird Wert auf eine wirkungsvolle Aneignung der Seminarinhalte durch aktives Lernen gelegt. Umfangreiche Einzel- und Kleingruppenarbeit ermöglichen echte Lernfortschritte. Ausführliche Seminarunterlagen.

Zielgruppe : Mitarbeiter aller Ebenen.

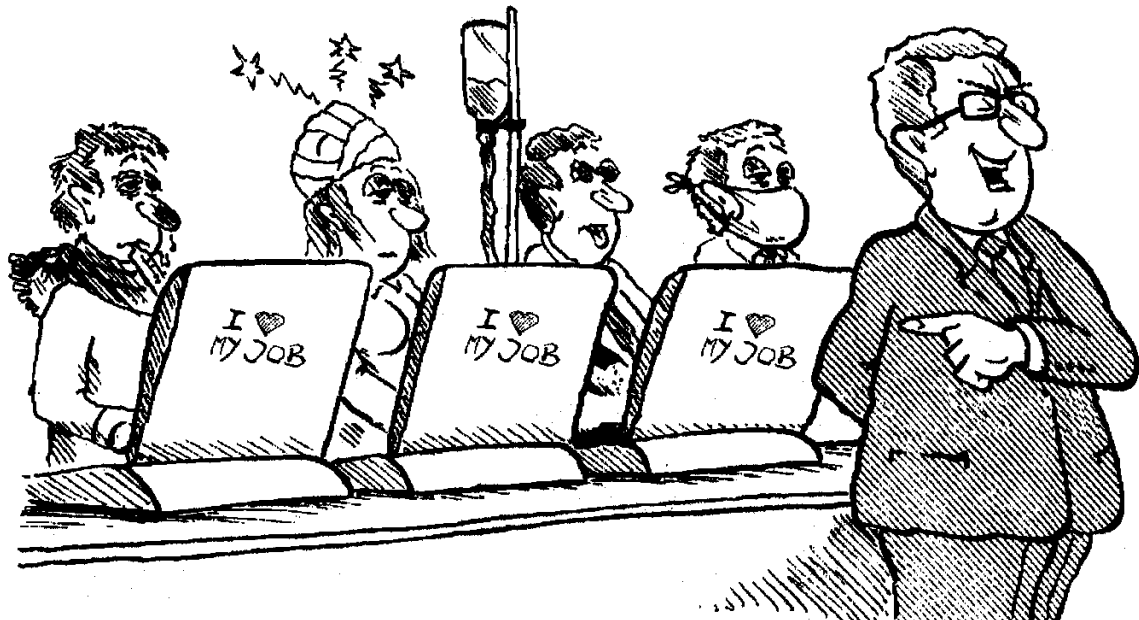
Teilnehmer : maximal 18

Dauer : 2 Tag à 8 Stunden



Bei uns ist (k)einer krank

Führung und Gesundheit



Seminarunterlagen

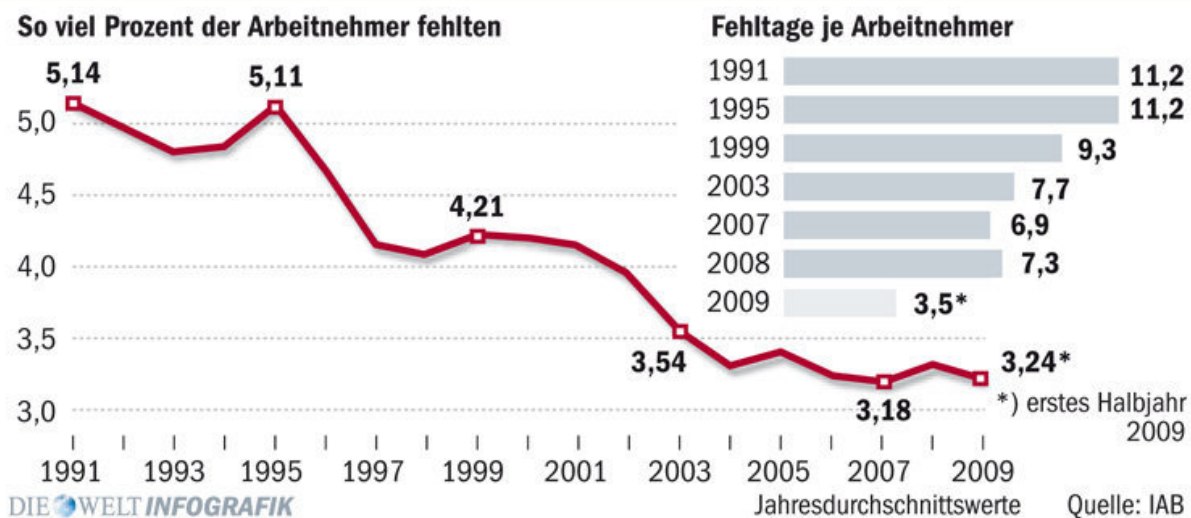
Der Kopf schmerzt, die Nase tropft, der Hals ist geschwollen. „Das bisschen Schnupfen wird mich schon nicht umbringen“, sagt sich Melanie Winter, wirft ein Aspirin ins Wasserglas und fährt wie gewohnt ins Büro. Dort starrt die Berliner Buchhalterin nun auf die Zahlenkolonnen, kann keinen klaren Gedanken fassen. Winter ahnt es jetzt schon : am nächsten Tag wird sie alles noch einmal berechnen müssen. Egal. „Bloß nicht krankfeiern.“

Auf Rudolf Herrmanns Schreibtisch türmen sich die Akten. Das Telefon klingelt - schon wieder. Der Abteilungsleiter kann nicht mehr: Kopfschmerzen, die Nase läuft, und schlafen konnte er in der letzten Nacht auch nicht. Rudolf Herrmann kann es sich nicht erlauben zu fehlen. So denkt er zumindest. Krankschreiben lassen ist nicht nur für ihn tabu.

Melanie Winter und Rudolf Herrmann sind keine Einzelfälle. Immer mehr Arbeitnehmer schleppen sich krank zur Arbeit. Präsentismus heißt das Phänomen, wenn sich Angestellte eine Anwesenheit am Arbeitsplatz verordnen, obwohl sie sich eigentlich elend fühlen. Präsentismus beschreibt sozusagen das Gegenteil vom Absentismus, dem Krankfeiern.

In manchen Firmen herrscht ein Klima der Angst, so schicken Chefs nicht nur die Umsatzzahlen von Mitarbeitern per E-Mail an die gesamte Abteilung, sondern auch die Fehlzeiten. Im Grunde ist das Mobbing und deshalb kommen die Mitarbeiter auch mit 39 Grad Fieber ins Büro.

Krankenstand der Arbeitnehmer



Seit Beginn der 1990er Jahre hat sich der Krankenstand nach Angaben der Betriebskrankenkassen fast halbiert. 7,2 Tage fehlte der durchschnittliche Arbeitnehmer im Jahr 2006 krankheitsbedingt. Die Krankenstände in den deutschen Unternehmen sind in den vergangenen zehn Jahren um rund 20 Prozent gesunken. Rund ein Drittel der Arbeitnehmer geht einer Befragung des Wissenschaftlichen Instituts der AOK zufolge auch gegen den ausdrücklichen Rat des Arztes zur Arbeit.

Wer aber krank am Arbeitsplatz erscheint, ist in der Regel weniger leistungsfähig. Einer Studie der amerikanischen Cornell University zufolge sind die Produktivitätsverluste durch Mitarbeiter, die krank zur Arbeit kommen, drei Mal höher als die Verluste durch krankgeschriebene Kollegen. Laut Studie kostet die US-Unternehmen der Produktivitätsverlust durch Husten, Kopfschmerzen oder Depressionen im Büro rund 180 Milliarden Dollar im Jahr. Und das, obwohl die Mitarbeiter am Arbeitsplatz waren.

In Deutschland gibt es bislang nur wenig gesicherte Erkenntnisse über den so genannten „Präsentismus“, so das Fachwort für die Anwesenheit trotz Krankheit. Der Grund für die Scheu, eine Krankheit im Bett auszukurieren, nicht nur die Angst vor Entlassung. Ein Grund sei auch, dass die Angestellten stärker eigenverantwortlich arbeiteten als früher.

Viele glauben, sie könnten es sich nicht leisten, weg zu bleiben. Der eigene Kundenkreis, das Projekt, der Geschäftstermin, den kein anderer Kollege wahrnehmen kann - der einzelne Mitarbeiter fühle sich immer weniger verzichtbar, erklärt sie. Darunter leide am Ende auch das Betriebsklima : Unternehmen legen Wert auf gesunde Mitarbeiter, doch die Strukturen im Betrieb passen oft nicht dazu.



Wie kranke Mitarbeiter die Firma schädigen

Die Fälle werden mehr, wie vor einigen Wochen der Gesundheitsmonitor der Bertelsmann-Stiftung erfragte – und die Zahlen sind durchaus erschreckend : 71 Prozent der Deutschen sind im vergangenen Jahr mindestens einmal zur Arbeit gegangen, obwohl sie sich eigentlich richtig krank gefühlt haben. Mehr als 46 Prozent der Befragten haben dies sogar mehrmals getan. Und 30 Prozent haben sogar den Rat ihres Arztes in den Wind geschlagen, um pflichtbewusst am Schreibtisch Präsenz zu zeigen. Nur vor Einführung der Lohnfortzahlung im Krankheitsfall im Jahr 1970 waren noch weniger Menschen krank gemeldet als heute.

Im letzten Jahr blieben die deutschen Angestellten im Schnitt nur noch 7,2 Tage krank zu Hause, das entspricht 3,2 Prozent der Soll-Arbeitszeit. Ein paar Zahlen zum Vergleich: In den 70er-Jahren lag die Quote noch bei über fünf Prozent, in den 80er- und 90er- Jahren schwankte sie zwischen 4,1 und 5,7 Prozent. Selbst der Anteil der Mitarbeiter, die sich überhaupt nicht krank gemeldet haben, steigt : Von 44,7 Prozent im Jahr 2000 auf satte 48,5 Prozent im vergangenen Jahr.

Doch das heißt durchaus nicht, dass die Menschen heute gesünder sind als früher. Die Angst, den Arbeitsplatz zu verlieren, als wenig belastbar zu gelten und deshalb bei der nächsten Beförderung nicht berücksichtigt zu werden, hindert viele daran, wenn nötig das Bett zu hüten.

Oft sind es auch ganz uneigennütige Gründe, etwas das Pflichtgefühl oder Rücksicht den Kollegen gegenüber, die sonst die Arbeit des Erkrankten mit übernehmen müssten. Führungspersonen nennen unaufschiebbare Termine, Mitarbeiter Loyalität den Kollegen gegenüber, die mehr arbeiten müssten, wenn einer fehlt. Arbeitnehmer haben heute nun mal eine höhere Eigenverantwortung.

Kranke am Arbeitsplatz schaden jedoch nicht nur sich selbst sondern auch dem Unternehmen: Schon 1999 hat eine amerikanische Studie berechnet, dass der Produktivitätsverlust durch Präsentismus 7,5 mal größer sei, als der durch reine Fehlzeiten. Präsentismus in den USA kostet den Arbeitgeber beinahe drei Mal so viel, wie der Produktionsverlust durch Fehltag. Etwa 180 Milliarden Dollar gehen der amerikanischen Wirtschaft im Jahr verloren. Eine Lohnfortzahlung im Krankheitsfall ist in den USA übrigens nicht üblich.

Nicht der verschleppte Schnupfen verursacht den Unternehmen Kosten. Teuer sind Mitarbeiter, die beim Treppensteigen keuchen und nach einem schweren Mittagessen müde überm Schreibtisch zusammen sacken. Menschen, die allgemein nicht fit sind. Diabetiker, Raucher und Übergewichtige bleiben natürlich nicht zu Hause, wenn sie sich nicht gut fühlen.

Auch eine Studie der Cornell University New York (aus dem Jahr 2004) nennt neben Allergien und Depressionen vor allem chronische Krankheiten wie Diabetes, Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, verschleppte Rückenbeschwerden und Atemwegserkrankungen unter den Top-Ten der Kostenverursacher, Krankheiten, die auf ungesunden Lebenswandel zurück zu führen sind.



Den Arbeitgebern wird längst empfohlen, das Thema Gesundheit in ihren Betrieben aktiv anzusprechen. Auch in Deutschland bringen größere und international operierende Firmen wie Daimler, Otto oder Unilever ihre Angestellten längst mit firmeneigenen Fitnessstudios oder Gesundheitscoaches auf Trab.

Der Fehlzeiten-Report der AOK kam zu dem Schluss, dass Depressionen, Ängste und andere emotionale Leiden durch die Situation am Arbeitsplatz erst entstehen können. Dabei ist die Angst vor Arbeitsplatzverlust oft irrational. Die Arbeitnehmer müssen Strategien entwickeln mit ihrer Angst umzugehen. Wie reagieren eigentlich die Kollegen, wenn ich mich krank melde? Was sagen die Vorgesetzten? – das sind die Fragen, über die sich jeder klar werden muss. Wird in meinem Betrieb derzeit überhaupt gekündigt? Und wenn: trifft es dann wirklich die Kranken und Schwachen oder haben Kündigungen ganz andere Gründe? Und: Was sagt eigentlich das Arbeitsrecht?

Demnach gilt: Wer Fieber und Viruskrankheiten hat, sollte sich Quarantäne verordnen, schon um die Kollegen nicht anzustecken. Auch wer sich oder andere am Arbeitsplatz gefährdet, sollte zu Hause bleiben: Ein unkonzentrierter Mitarbeiter am Schreibtisch ist nicht wünschenswert, aber auf dem Gerüst oder auf der Autobahn ist er untragbar.

Jeder Arbeitnehmer sollte abwägen: Wie viele Fehler werde ich machen, wenn ich mich zur Arbeit schleppe, obwohl es mir schlecht geht? Müssen die Kollegen das vielleicht am Ende ausbaden? Es nutzt schließlich keinem, wenn sich die Genesung verzögert und aus einem harmlosen Husten am Ende eine Lungenentzündung wird.