

ÖBSV

Österreichischer Betriebssport Verband



**WEGE ZU EINER
MODERNEN BETRIEBLICHEN
GESUNDHEITSFÖRDERUNG**



**Claudia Schriever,
MSc, MA**

Unternehmensberaterin für
Personalwesen
Leadership Coach
PERMA-Lead® Beraterin
Yoga Trainerin

mail@claudia-schriever.at
claudia-schriever.at
Instagram: @claudia.schriever

Literaturempfehlung

**Ebner, Markus (2024):
Positive Leadership.
Erfolgreich führen mit
PERMA-Lead**

(2. Auflage.) Wien: Facultas.

© Karin Ahamer

Wie Führungs- kräfte den Weg für ein gesundes Arbeitsumfeld ebnen

Jede Business-Strategie ist nur so erfolgreich wie die Unternehmenskultur, in der sie umgesetzt wird. Das gilt auch für die Gesundheitsstrategie, wie Leadership Coach Claudia Schriever weiß. Während klassische Maßnahmen (Sportangebot, Vorträge etc.) längst zum Usus geworden sind, wird eine aktive Stärkung der Gesundheitskompetenz von Mitarbeitenden immer wichtiger.

Verantwortung

Damit Führungskräfte in der Lage sind, eine Gesundheitsstrategie im Unternehmen zu unterstützen, braucht es einen gesundheitsförderlichen, also „positiven Führungsstil“. Denn das Verhalten der Führungskräfte hat einen messbaren Einfluss auf die mentale und körperliche Gesundheit von Mitarbeitenden. Positive Leadership ist eine Führungsphilosophie aus der Positiven Psychologie, die sich mit diesem Einfluss beschäftigt. Im Zentrum steht die Idee, den Fokus auf die Stärken und Potenziale der Mitarbeiter:innen zu richten – und nicht auf deren Schwächen. So wird nachweislich eine Unternehmenskultur geschaffen, in der die Mitarbeitenden produktiver, glücklicher und gesünder sind.

Die erfolgreiche Umsetzung verlangt von Führungskräften jedoch einige Kompetenzen. Diese können beispielsweise im Leadership Coaching gestärkt werden. Zum einen geht es dabei um ein Grundverständnis und Aufgeschlossenheit für Positive Leadership. Ebenso aber auch um Empathie, um die Talente und Bedürfnisse der Mitarbeiter:innen zu erkennen. Hinzu kommen Coaching-Fähigkeiten, um unter anderem die Entwicklung der Gesundheitskompetenz zu fördern, und Verantwortungsbewusstsein im Hinblick auf die Wahrnehmung der eigenen Vorbildwirkung.

Die Vielfalt der Bedürfnisse verstehen

Die Gesundheitsbedürfnisse von Mitarbeiter:innen sind in den letzten Jahren – nicht zuletzt aufgrund des demografischen Wandels und der einschneidenden Krisen – vielfältiger geworden. Für eine effektive Gesundheitsstrategie ist daher ein genaues Verständnis der individuellen Anforderungen unerlässlich. In einem positiven Arbeitsumfeld, das auf Vertrauen und Wertschätzung beruht, sind Führungskräfte wichtige Partner:innen der Verantwortlichen für Betriebliche Gesundheitsförderung. Sie sind es, die den unmittelbaren

Kontakt zum Team pflegen, Probleme als Erstes erkennen und bei einem sensiblen Thema wie der Gesundheit den Kommunikationsweg zu den Mitarbeitenden offenhalten. Oft ist der beste Zugang, direkt nachzufragen, welche Gesundheitsmaßnahmen persönlich hilfreich wären. Haben Mitarbeiter:innen Schwierigkeiten, ihre Bedürfnisse klar zu formulieren, können Führungskräfte durch ihre Coaching-Kompetenz unterstützen, um diese zu identifizieren und geeignete Maßnahmen vorzuschlagen.

Maßnahmen messbar machen

In vielen Unternehmen werden bereits betriebliche Gesundheitsmaßnahmen angeboten. Um sicherzustellen, dass das Angebot tatsächlich bei den Mitarbeitenden ankommt, sollten Führungskräfte sie aktiv in die Auswahl und Gestaltung der Maßnahmen einbeziehen. Nun fehlt noch die Erfolgsmessung. Dabei stellt sich die naheliegende Frage: Inwieweit wird das Gesundheitsangebot vom Team genutzt? Der tatsächliche Erfolg der Maßnahmen wird jedoch an mittel- und langfristigen Indikatoren deutlich: Reduktion von Krankenstandstagen, geringere Fluktuationsrate, Reduzierung von Fehlerraten sowie gesteigerte Zufriedenheit der Mitarbeiter:innen.

Alle diese Kennzahlen sind direkt auf eine funktionierende Gesundheitsstrategie und auf Positive Leadership zurückzuführen.

Verantwortung der Führungskraft

Führungskräfte tragen keine Verantwortung für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter:innen. Vielmehr sollten sie ein Umfeld schaffen, in dem das Wohlbefinden der Mitarbeitenden gefördert wird. Es liegt in der Verantwortung von Führungskräften, Anzeichen von mentaler und körperlicher Überforderung frühzeitig zu erkennen

und entsprechende Unterstützung anzubieten.

Ein Aspekt, der von Führungskräften oftmals unterschätzt wird, ist die eigene Vorbildwirkung. Häufig setzen Führungskräfte Gesundheitsmaßnahmen für ihr Team, vernachlässigen aber das eigene Wohlbefinden. Was die Führungskraft in puncto Gesundheit vorlebt, hat erwiesenermaßen einen großen Einfluss auf das Verhalten der Mitarbeitenden. Führungskräfte, die einen positiven Führungsstil anwenden, sind sich ihrer Vorbildfunktion bewusst und achten darauf, gesundheitsförderliche Verhaltensweisen vorzuleben. Dazu zählen etwa die Teilnahme an angebotenen Yoga-Kursen oder das sichtbare Einhalten von Pausen. Die unmittelbare Verantwortung einer Führungskraft besteht also darin, die Strategie zur Steigerung der Gesundheitskompetenz authentisch mitzutragen – das beginnt bei einer positiven Grundhaltung zur eigenen Gesundheit.

Fazit

Eine Gesundheitsstrategie kann die steigenden Anforderungen an Mitarbeitende nicht vollständig ausgleichen. Vielmehr sollte sie den gesellschaftlichen Wandel berücksichtigen, da längere Arbeitsjahre bevorstehen und die nachfolgenden Generationen enormen Wert auf gesundes Arbeiten legen. Daher ist es unerlässlich, die Gesundheitskompetenz von Mitarbeiter:innen zu stärken und sie sowohl in der physischen als auch in der psychischen Fitness zu unterstützen. Positive Leadership ebnet den Weg für Gesundheitskompetenz im Unternehmen und bietet mit dem PERMA-Lead® Modell wissenschaftlich fundierte Handlungsanweisungen.

Know-how und Networking

Die ÖBSV-TALKS sind ein Veranstaltungsformat des Österreichischen Betriebssport Verbands, das sich den Trendthemen der Betrieblichen Gesundheitsförderung widmet. Mittels Impulsvorträgen geben Expert:innen Einblick in aktuelle Themen.

Biohacking, Prävention, Nudging oder Förderung

Rund um Themenbereiche wie diese drehen sich die Impulsvorträge der ÖBSV-TALKS. Die Vorträge liefern wertvolle Anregungen für Unternehmen, BGF-Verantwortliche und Entscheidungsträger, um ihre eigenen Gesundheitsstrategien zu optimieren. Obwohl der Fokus der ÖBSV-TALKS auf spezifischen BGF-Themen liegt, zieht sich die Frage der Verantwortung wie ein roter Faden durch die Vorträge: Wie können Unternehmen aktiv Verantwortung für die Gesundheit ihrer Mitarbeitenden übernehmen? Wie können Mitarbeitende selbst durch kleine Verhaltensänderungen zum eigenen Wohlbefinden beitragen? Dabei geht es stets auch um praxisnahe Lösungsansätze und neue Perspektiven, wie moderne BGF-Maßnahmen zu einer gesünderen und produktiveren Arbeitsumgebung beitragen können.

Networking und Austausch

Neben den Impulsvorträgen bieten die ÖBSV-TALKS den Teilnehmenden die Möglichkeit, sich mit den Vortragenden und anderen Entscheidungsträgern, BGF-Anbieter:innen sowie HR-Verantwortlichen zu vernetzen. Dieser persönliche Austausch schafft einen Raum für Dialog, Ideenentwicklung und Kooperation, sodass die Teilnehmenden Inspiration für ihre eigenen BGF-Strategien mitnehmen können.

Mehr erfahren:

Weitere Informationen zu den ÖBSV-TALKS sowie die nächsten Veranstaltungstermine finden Sie unter www.firmensport.at/events.

Zudem sind die vergangenen Talks auf unserem YouTube-Kanal zu sehen



Highlights:

Zukunftsweisende Themen:
Erfahren Sie die neuesten Entwicklungen und Trends in der Betrieblichen Gesundheitsförderung und wie diese in Unternehmen aller Größen sinnvoll integriert werden können.

Vernetzung und Austausch:
Knüpfen Sie Kontakte zu Führungskräften, HR-Expert:innen und -Experten sowie BGF-Anbietern, die wie Sie auf eine gesunde und zukunftsfähige Arbeitswelt setzen.

Verantwortung für Gesundheit:
Die Talks bieten Inspiration und praxisnahe Lösungen für alle, die in ihrer Rolle Verantwortung für die Gesundheit und das Wohlbefinden ihrer Teams und Mitarbeitenden übernehmen wollen.

IMPRESSUM

Medieninhaber & Herausgeber:

Österreichischer Betriebssport Verband
SPACES Icon, Tower 9, Gertrude-Fröhlich-Sandner Straße 2, 1100 Wien
Web: www.firmensport.at
Mail: info@firmensport.at
Tel.: +43 664 170 68 39

Redaktion:

Österreichischer Betriebssport Verband

Weitere AutorInnen:

Werner Kogler
Dr. Christiane Fischer
Gerlinde Macho
Edith Zuschmann
Dr. Katharina Jungbauer
Cornelia Staub
Claudia Schriever
Hans Niessl
Karl Benesch
Veronika Burger
Laurin Müller
Christian Helmenstein
Brigitte Pernter
DI Dr. Patrick Taschner
Markus Wieser
Christoph Schwarz
Franz Gyöngyösi

Fotos:

1. Adobe Stock, www.stock.adobe.com
2. Copyright auf verwendeten Bildern angegeben
3. Bilder ohne Copyright aus Privatbesitz

Layout & Design:

buero balanka OG

Herstellung/Druck:

Ferdinand Berger & Söhne Ges.m.b.H.
Wienerstraße 80, A-3580 Horn

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON:

 Bundesministerium
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport

 **WKO**
WIRTSCHAFTSKAMMER ÖSTERREICH

 **AK** ÖSTERREICH

Vielen Dank und bis zum nächsten Mal!

FÜR MEHR BEWEGUNG IM UNTERNEHMEN: WWW.FIRMENSSPORT.AT

