

Corporate Health als Erfolgsfaktor

Interview: Peter Büchel

«Gesundheit ist nicht alles, aber alles ist nichts ohne Gesundheit.»
Wie setzt man das im Betriebsalltag um? Das Unternehmen G.P.C. engagiert sich seit vielen Jahren in der betrieblichen Gesundheitsförderung. Das Interview mit Regina Reinhardt.

Regina Reinhardt, haben Sie für sich persönlich ein «Gesundheitsrezept» gefunden?

«Spass an der Arbeit. Probleme nicht mit nach Hause nehmen; sie sind am nächsten Tag auch noch da. Sich auch mal eine Pause gönnen, etwas machen, was einem Spass macht. Entspannung und Bewegung in den Alltag einbauen, auch mal mit Genuss geniessen. Wenn man auf seinen eigenen Körper hört, findet man einen guten Weg. Zusammen-

gefasst: die eigene Work-Life-Balance vor Augen haben – Ziele haben, gute Kontakte pflegen, regelmässig etwas für die psychische und physische Fitness tun und betreffend Arbeit Prioritäten setzen.»

Was machen Unternehmen in der betrieblichen Gesundheitsförderung falsch?

«Fehlende Kontinuität. Einmalige Aktionen, die dann versanden. Ein fehlendes

Konzept. Betriebliches Gesundheitsmanagement muss gelebt werden, vor allem auch von der Führung. Angebote im Bereich betriebliche Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung fördern nicht nur die Zufriedenheit und die Bindung der Mitarbeiter, sondern beeinflussen auch die Aussenwirkung eines Betriebs. Umfassend qualifizierte, leistungsfähige Mitarbeiter bringen das Unternehmen voran. Vor diesem Hintergrund sollte gesamtheitliche Förderung immer ein Stück über den momentanen Bedarf des Unternehmens hinausgehen. Das heisst, seriös die Unterstützungsmöglichkeiten angehen und gegebenenfalls mit professionellen Seiten arbeiten.»

Hat sich das Gesundheitsbewusstsein der Unternehmen in den letzten Jahren verändert?

«Ja! Die Problematik wird ernst genommen. Vor einigen Jahren erhielt man zum Teil noch Antworten wie: «Wir haben schon ein Gesundheitsmanagement, wir haben ja jede Woche einen Obsttag, oder wir gehen einmal im Monat zum Kegeln.» Heute weiss man, dass das bei weitem nicht ausreicht. Man wird sich des Potenzials engagierter, gesunder und somit leistungsfähiger Mitarbeiter bewusst. Man sieht heute, dass neben

CHRONISCHER STRESS NIMMT ZU

Regina Reinhardt, welches sind aktuell die wichtigsten Themen, mit denen Ihre Berater in den Unternehmen konfrontiert sind?

«Die Themen Wertschätzung, sich selber gegenüber und in der Führung, mentale Fitness – Timeout statt Burnout –, Motivation und ergonomisch gute Arbeitsplätze gewinnen immer mehr an Bedeutung. Dies zeigen auch Zahlen, beispielsweise in der Stressstudie 2010 der Seco und die Ergebnisse der letzten Gesundheitsbefragung. Laut Stressstudie fühlen sich 34 Prozent der Schweizer Erwerbstätigen chronisch gestresst – 7 Prozent mehr als noch vor zehn Jahren!»

den bekannten Gesundheitsthemen auch das Führungsverhalten deutliche Auswirkung auf die Gesundheit hat. Ein wertschätzendes Führungsverhalten ist mit einer der grössten Einflussfaktoren auf die Arbeitsfähigkeit. Anerkennung durch den Vorgesetzten führt bis zu einer 3,6-fach erhöhten Verbesserung der Arbeitsfähigkeit. Dies zeigt eine elfjährige Längsschnittstudie des finnischen Instituts für Arbeitsmedizin, Ilmarinen 2005. «Wertschätzung» gibt uns Kraft, Energie und Substanz. Das führt zu mehr Motivation, mentaler Stärke und bringt mehr Sicherheit und Erfolg.»

Betriebliche Gesundheitsförderung kostet Geld. Lohnt sich das in jedem Fall?

«Sicher kostet betriebliche Gesundheitsförderung Geld, und ja: Es lohnt sich auf jeden Fall! Dies zeigen diverse internationale Studien. Zum Beispiel belegt der im September 2011 erschienene Forschungsbericht «Prävention lohnt sich» der Internationale Vereinigung für nationale Sicherheit issa in Genf, mit der Befragung von 300 Unternehmen in 15 Ländern, inklusive der Schweiz, ein Kosten-Nutzen-Verhältnis von 1:2,2. Oder nehmen sie den IGA Report 3. Nur Mitarbeitende, die gesund sind, sind leistungsfähig, konkurrenzfähig und erfolgreich – und garantieren damit auch einen langfristigen Erfolg eines Unternehmens. Genau das wollen wir ja. In den Menschen müsste man noch mehr investieren. Dabei muss man sich aber bewusst sein, dass betriebliches Gesundheitsmanagement ein Prozess ist und langfristig und kontinuierlich im Unternehmen etabliert werden muss.»

Gesundheit ist ein weites Feld. Wie kann Ihr Unternehmen dieses Feld in der Beratung ganzheitlich abdecken?

«Es ist ein sehr weites Feld, und wie ich vorhin schon sagte, gehören hier nicht nur die klassischen Gesundheitsthemen dazu, sondern auch die Bereiche der Führung und der Kommunikation. Wir hatten von Anfang an das Ziel, Unternehmen eine ‚Lösung aus einer Hand‘ anzubieten, und so haben wir sukzessive nach den entsprechenden Spezialisten gesucht, nach Personen, die hoch qualifiziert sind und auch entsprechende praktische Erfahrung haben. Heute sind wir ein Team von knapp 20 Personen aus den unterschiedlichsten Bereichen,



Regina Reinhardt: «Von Corporate Health profitieren Unternehmen und Mitarbeitende gleichermassen!»

die sich gegenseitig unterstützen. Mit Konzeptvorschlägen, diversen Kursen, Workshops, Referaten, aber auch Coachings und anderem mehr können wir in der Gesundheitsförderung kompetent und ganzheitlich helfen.»

Wie erreichen Sie mit Ihrer betrieblichen Gesundheitsförderung die Mitarbeitenden eines Unternehmens?

«Wie heisst es doch so schön: «Viele Wege führen nach Rom». Das kann in Sensibilisierungsvorträgen beginnen, wobei dann die Themen in anschließenden Workshops vertieft werden. Oder als erster Schritt erfolgt eine Mitarbeiterbefragung, um die Themen und Bedürfnisse zu definieren und auf dieser Basis dann gemeinsam mit dem Unternehmen ein Konzept zu erarbeiten und weiter in die Umsetzung zu gehen. Dazu gibt es Seminare, Trainings und Coachings. Das Vorgehen, die Themen und die Inhalte werden je nach Unternehmen individuell abgesprochen. Jedes Unternehmen ist anders, seine Organisation, seine Kultur, die Mitarbeiterzusammensetzung. Hier gibt es kein genormtes Vorgehen.»

Geht es letztlich nicht einfach darum, noch mehr Leistung aus den Mitarbeitenden zu pressen?

«Unseres Erachtens ganz klar nein! Es handelt sich um eine Win-Win-Situation. Für uns sind das zwei Haupt-

Verantwortungsbereiche: Erstens die Eigenverantwortung des Einzelnen, der in seine persönliche Gesundheit investiert und sich bemüht, gesund und fit zur Arbeit zu kommen. Zweitens die Verantwortung der Unternehmen, die in ein systematisches und konsequentes Gesundheitsmanagement investieren und dadurch einerseits Gesundheit begünstigende Verhaltensweisen gezielt unterstützen, andererseits aber auch gesundheitsschädliche Belastungen am Arbeitsplatz zu beseitigen versuchen. Beide – Unternehmen und Mitarbeitende – haben davon ihren Nutzen. Der Mitarbeitende ist ja nicht nur am Arbeitsplatz fit und leistungsfähig, sondern auch zu Hause und in der Freizeit. Er kann sein Leben ganz anders, viel intensiver geniessen. Gleichzeitig profitiert das Unternehmen durch sinkende Absenkenkosten und gesteigerte Produktivität. Für beide gilt: Prävention ist angenehmer und billiger als Bewältigung – agieren ist vernünftiger als reagieren.»

G.P.C. Partners GmbH
Gesundheitsförderung · Persönlichkeitsentwicklung · Coaching

G.P.C. Partners GmbH
Wilerstrasse 3
9545 Wängi/TG
Tel.: +41 44 820 80 11
info@gpc-rp.ch
www.gpc-partners.ch