

## Artikel Morgenthaler Consulting GmbH – erschienen im Stellenanzeiger Südostschweiz am 21. November 2009

### Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz

**Die Anforderungen im heutigen Arbeitsleben sind hoch. Zeit- und Termindruck sowie herausfordernde Aufgabenstellungen setzen den vollen Einsatz der Mitarbeitenden voraus. Bedingung dafür ist ein gesundheitsfördernder Arbeitsplatz.**

\*Harri Morgenthaler und Dr. Heinz Brunner

Beim Ausdruck „Betriebliche Gesundheitsförderung“ (BGF) denken viele Leute spontan vielleicht an einen rückenfreundlichen Bürostuhl oder an einen Apfel für die Znünpause. Beides unterstützt die Gesunderhaltung des Mitarbeiters am Arbeitsplatz. Aber was steckt sonst noch hinter BGF? Inwiefern gehören Stress, Konflikt, Burnout ebenfalls zum Thema? Insbesondere psychische Belastungen sind in den letzten Jahren stark angestiegen. Aspekte wie Arbeitsplatzunsicherheit, Konkurrenz, Termindruck, Vereinbarkeit von Familie und Beruf (Work-life-Balance) oder die Verlängerung der Lebensarbeitszeit als Folge des „demografischen Wandels“ machen BGF besonders aktuell.

#### **Wann wird BGF eingeführt?**

Die Ausgangslage ist prekär, wenn Unternehmen mit häufigen Absenzen und einer hohen Personalfuktuation kämpfen. Oft gehen personelle oder strukturelle Kosteneinsparungen voraus. Das bedeutet eine höhere Belastung für alle, die zurückbleiben. Stress und zusätzliches Konfliktpotenzial sind die Folge. Dadurch sinken Motivation, Wohlbefinden und Mitarbeiterzufriedenheit. Das muss nicht sein. Selbst wenn die Ausgangslage nicht so negativ ist, rechnet sich BGF, sowohl für die Mitarbeitenden als auch für den Betrieb insgesamt.

#### **Gesundheit fördern statt Krankheiten heilen**

Die Grundidee besteht darin, einerseits Gesundheit fördernde Verhältnisse im Betrieb und andererseits Gesundheit bewahrendes Verhalten bei den Mitarbeitenden zu fördern. Dabei ist mehr als jener Bürostuhl und jener Pausenapfel gefragt – letztlich geht es um die innerbetriebliche Kultur, Kommunikation und Kompetenz im Sinn von Beteiligung und Partizipation aller. Wer sich ernst genommen fühlt, fühlt sich gut. Und wer sich gut fühlt, bleibt gesund und nachhaltig leistungsfähig.

#### **Fazit – Win-Win-Situation**

BGF ist kein „Produkt“, das man einfach einkaufen kann, sondern ein Prozess, bei dem alle Mitarbeitenden beteiligt sind und der die Identifikation mit dem Betrieb erhöht. Das bedeutet eine Win-Win-Situation für alle: Für die Mitarbeitenden erhöht sich die Arbeitszufriedenheit; und für den Betrieb reduzieren sich unberechenbare Kosten im Zusammenhang mit Absenzen und Personalwechselln.

*Harri Morgenthaler und Dr. Heinz Brunner  
ICTO Institut für Coaching, Team- und  
Organisationsentwicklung, Grüşch/Zollikerberg  
www.icto.ch, Tel. 081 325 32 59 / 044 391 45 44*

