

# Checkliste „gesundes Führen“

Umfragen zufolge ist für immer mehr Mitarbeiter das soziale Miteinander einer der bedeutsamsten Wohlfühlfaktoren am Arbeitsplatz. Entsprechend wichtig ist es, dass Vorgesetzte in ihrem Führungsverhalten unterstützt werden und wissen, wie sie effizient das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeiter stärken und damit ihren eigenen Erfolg im Unternehmen beeinflussen können.

Ziel des „gesunden Führens“ sind Mitarbeiter, die Spaß an der Arbeit und dem Arbeitsumfeld haben und bereit sind, viel zu leisten, ohne sich zu überfordern. Entsprechend sollen die Führungskräfte sensibilisiert werden, gesundheitsorientiert zu führen. Denn zufriedene, motivierte Mitarbeiter sind leistungsstärker und seltener krank. Das wirkt sich positiv auf die Fehlzeiten und auch auf die Arbeitsatmosphäre, die Fluktuation und das Arbeitsergebnis aus.

## Für Mitarbeiterlob fehlt oft die Zeit

Die Mehrzahl der Mitarbeiter wünscht sich mehr Wertschätzung. Vielen Führungskräften fällt es aber schwer, ihre Mitarbeiter zu loben. Sie berufen sich darauf, dass

ihnen die Zeit dafür fehlt, dass „nicht gemotzt genug gelobt“ sei oder dass die Mitarbeiter doch eigentlich wissen müssten, dass man sie schätzt.

## Die meisten Führungskräfte glauben zu wissen, wie man führt

An Seminaren zum Thema „Gesund führen“ nehmen oft nur Vorgesetzte teil, denen das Thema ohnehin schon wichtig ist. Es ist richtig, dass die meisten Themen für eine Führungskraft nicht neu sein sollten, das heißt aber nicht, dass sie auch umgesetzt werden. Hier kann ein Seminar für eine Sensibilisierung und die Motivierung zum Handeln sorgen.

Wie steht es in Ihrem Unternehmen und bei Ihnen persönlich mit der „gesunden Führung“?	Ja	Nein
1.0 Ist gesundes Führungsverhalten in Ihrem Unternehmen Thema im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.1 Werden aus den Ergebnissen Maßnahmen abgeleitet und durchgeführt? Notiz: .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.0 Führt Ihr Unternehmen ein 360-Grad-Feedback durch?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.1 Werden aus den Ergebnissen Maßnahmen abgeleitet und durchgeführt? Notiz: .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.0 Werden jährlich Mitarbeitergespräche angeboten? Falls Ja: .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.0 Werden die Mitarbeiter gezielt nach ihren Stärken eingesetzt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 5.0 Halten Sie regelmäßig Kontakt zu allen Mitarbeitern?
- 5.1 Zeigen Sie Interesse auch an privaten Belangen Ihrer Mitarbeiter?
- 5.2 Gratulieren Sie allen Mitarbeitern in Ihrem Team zu Geburtstagen und Jubiläen?
- Notiz: .....
- 6.0 Sind Sie als Führungskraft Vorbild bei der Einhaltung von Pausen?
- 6.1 Sorgen Sie dafür, dass auch Ihre Mitarbeiter die Pausenzeiten einhalten und nicht zu viele Überstunden leisten?
- 6.2 Planen Sie für sich und Ihre Mitarbeiter bewusst Regenerationsphasen nach Phasen hoher Aktivität ein?
- Notiz: .....
- 7.0 Motivieren Sie Ihre Mitarbeiter, gesünder zu leben (Ernährung, Bewegung, Entspannung)?
- 7.1 Sind Sie selbst ein gutes Vorbild für eine gesunde Lebensweise?
- 8.0 Fragen Sie vor Entscheidungen nach der Meinung der Mitarbeiter?
- Beziehen Sie alle Mitarbeiter dabei ein?
- 8.1 Ermuntern Sie Mitarbeiter, Ideen einzubringen? Setzen Sie die Ideen, wenn möglich um?
- Notiz: .....
- 9.0 Geben Sie Ihren Mitarbeitern Entscheidungsfreiheiten und kontrollieren nur nach vereinbarten Intervallen?
- 9.1 Wie gehen Sie mit Fehlern Ihrer Mitarbeiter um?
- .....
- 10.0 Führen Sie wertschätzende Rückkehrgespräche mit Mitarbeitern, die längere Zeit gesundheitsbedingt gefehlt haben?
- 10.1 Beteiligen Sie sich konstruktiv an den BEM-Gesprächen?
- Notiz: .....
- 11.1 Erhalten in Ihrem Unternehmen Führungskräfte, die gesund führen, einen Bonus?

Die vorliegende Checkliste dient vor allem zur Orientierung. Sie hat nicht den Anspruch, den gesamten Inhalt abzubilden.

**Mehr Infos zu Seminaren unter:**

[www.tuev-sued.de/akademie/bgm](http://www.tuev-sued.de/akademie/bgm)