

04. September 2018

RADIOBEITRAG als Text

Die Arbeit als sinnvoll erleben: Für gute Leistung und gesunde Mitarbeiter

Anmoderation:

Dass Menschen ihre berufliche Tätigkeit als sinnvoll empfinden, ist nicht nur wichtig für die Qualität ihrer Arbeit, sondern auch für ihre Gesundheit. Das zeigt der Fehlzeiten-Report 2018 des Wissenschaftlichen Instituts der AOK. Worauf es ankommt, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Patricia Lück informiert. Sie ist Expertin für Betriebliche Gesundheitsförderung im AOK-Bundesverband.

Länge: 2.24 Minuten

Text: Die Arbeit als sinnvoll zu erleben, macht Beschäftigte gesünder, zufriedener und produktiver. Zu diesem Ergebnis kommt der Fehlzeiten-Report des Wissenschaftlichen Instituts der AOK, kurz WiDO. Warum das so ist und was dazu gehört, erklärt Patricia Lück. Sie Expertin für Betriebliche Gesundheitsförderung im AOK-Bundesverband.

Patricia Lück:

Die Sinnhaftigkeit der Arbeit ist, neben Verstehbarkeit und Handhabbarkeit, einer der Faktoren, die das Wohlbefinden fördern und damit gesunderhaltend wirken. Das äußert sich zum Beispiel so: Finde ich meine Arbeit sinnvoll? Bin ich stolz auf meine Arbeit, mein Unternehmen und meine Entwicklungsmöglichkeiten, die es mir bietet? Fühle ich mich mit den Menschen, mit denen ich arbeite, verbunden und gewertschätzt? Engagement und damit auch die Qualität der Arbeit steigen bei Beschäftigten mit hohem Sinnerleben. Fehlt das, kann das zu Frustration und Stress führen.

Text: Außerdem fördern offene Kommunikation und Transparenz den Zusammenhalt sowie Teamgeist. Im Arbeitsalltag kommt es außerdem auf ein paar Dinge an, die Unternehmen nicht übersehen sollten.

Patricia Lück:

Die meisten Beschäftigten empfinden ihre Arbeit als sinnvoll, wenn sie sich mit ihrer Arbeit identifizieren können. Außerdem stiftet Arbeit auch durch die Zusammenarbeit Sinn, also durch nette Kollegen, ein gutes Team und einen wertschätzenden Chef. Führungskräfte haben eh eine zentrale Rolle: Sie vermitteln nämlich die Werte und Informationen zum Unternehmen, unterstützen und fördern im besten Fall die Lernmöglichkeiten und auch die Entwicklungschancen.

Text: Der Anspruch der Beschäftigten stimmt allerdings nicht immer mit ihrem Arbeitsalltag überein. Für den Fall, dass die Mitarbeiter ihre Arbeit nicht als sinnstiftend empfinden, hat Patricia Lück ein paar Tipps.

Patricia Lück:

Also zunächst kann ich mich ja selbst fragen, was mir an meiner Arbeit eigentlich richtig gut gefällt und aber auch, was ich vielleicht ändern kann. Für diese Fragen ist natürlich auch der Chef wieder der richtige Ansprechpartner: Wie kann ich mich in meinem Job weiterentwickeln? Gibt es Möglichkeiten die eigene Arbeit zu bereichern oder auch mal was anderes zu machen? Das können dann Themen der Betrieblichen Gesundheitsförderung sein im Unternehmen zum Beispiel. Genau wie das Thema „gesund führen“. Mit dem Online-Programm „Gesund führen“ wie auch mit der Betrieblichen Gesundheitsförderung unterstützt die AOK Unternehmen gerade bei diesen Themen.

Text: Weitere Infos gibt es im Internet auf aok-gesundfuehren.de und aok-business.de. Informationen zum Fehlzeiten-Report des WIdO gibt es auf wido.de.