

# Karrierefaktor *Gesundheit*

Eine attraktive und wertvolle Ressource nutzen

Von Helga Kristina Kothe  
und Dr. Heidemarie Krüger

**G**esundheit ist ein wertvolles Gut. Auch im Arbeitsleben gewinnt es zunehmend an Bedeutung. Gesundheit wird immer mehr zu einem Faktor im Wettbewerb um gute Jobs und qualifizierte Fachkräfte. Gesundheit ist damit zu einer wichtigen Ressource für Arbeitnehmer und Unternehmen geworden.

Dynamisch ist ein Prädikat mit dem sich vor allem gerne junge Arbeitskräfte auszeichnen. Dynamisch, so scheint es auf den ersten Blick, ist eine längst abgegriffene Platitüde. Sie klingt in etwa so interessant, wie eine zu oft abgespielte Langspielplatte. Doch schaut man genauer hin, verbindet man mit dem Begriff auch einen unschätzbaren Wert: Gesundheit. Wer sich selbst als dynamisch bezeichnet, fühlt sich fit, engagiert und leistungsfähig. All diese Eigenschaften trägt man nur in sich, wenn man gesund ist. Bei genauerer Analyse wird klar, Gesundheit ist – neben frischer fachlicher Qualifikation – ein entscheidender Wettbewerbsfaktor für junge Arbeitskräfte. Sie können damit wettmachen, was ihnen am Berufsbeginn von Natur aus noch fehlt: Erfahrung und Spezialisierung.

Gesundheit ist nicht nur, wenn man jung ist, ein Faktor, um sich zu profilieren. Gesundheit trägt entscheidend zur eigenen Außenwirkung bei – ein Leben lang. Gesunde und

dabei zumeist auch sportliche Menschen strahlen eine Körperlichkeit aus, die von anderen als positiv wahrgenommen wird. Schon alleine die Körperhaltung ist anders, wenn man sich fit fühlt, als wenn man matt ist und im wahrsten Sinne des Wortes schlapp durchhängt. Gesundheit zeugt von Energie, von Motivation, von Ehrgeiz, von Selbstsicherheit, Selbstbewusstsein und nicht zuletzt von Attraktivität. Und nicht zuletzt wird körperliche Fitness auch mit geistiger Fitness gleichgesetzt.

## Fitness steht für Leistungsfähigkeit

Gesundheit schnürt ein Paket positiver Attribute, die der Karriere dienen und die man nicht vernachlässigen sollte. Erst recht nicht, wenn man erst einmal Erfolg hat. Gerade in gehobenen Positionen ist es jeden Tag aufs Neue wichtig zu zeigen, wie fit man ist. Die Führungsfähigkeit wird nicht selten daran gemessen, wie hoch die Leistungsgrenze liegt. Wer gesund ist, hat auch hier einen entscheidenden Wettbewerbsvorteil. Darüber hinaus ist Gesundheit auch ein Spiegel der Persönlichkeit: Wer in der Lage ist für seinen Körper Verantwortung zu übernehmen, ist auch in der Lage, dies für ein Unternehmen zu tun.

Aber auch für Unternehmen ist es ein Gebot der Zeit, den Faktor Gesundheit wertzuschätzen. Klassische Faktoren für die Attraktivität eines Arbeitgebers wie gutes Gehalt oder gute Aufstiegsmöglichkeiten bekommen zunehmend Konkurrenz durch gesundheitsfördernde Angebote und gesunde Arbeitsbe-

## Unsere Gastautorin:



Dr. Heidemarie Krüger  
ist Personalberaterin in  
Kassel.

dingungen. Dies bestätigt eine aktuelle bundesweite Studie der Barmer GEK. Befragt wurden 1.008 Arbeitnehmer ab 18 Jahre nach dem Stellenwert, den sie der Gesundheitsförderung in Unternehmen beimessen.

Gesundheitsförderung in Unternehmen führt laut der Studie zu einem signifikanten Anstieg der Loyalität: 67 Prozent der Mitarbeiter von Unternehmen, die Gesundheitsförderung anbieten, fühlen sich bei ihrem Arbeitgeber wohl und haben keinerlei Absicht zu wechseln. Dies sagen lediglich 42 Prozent der Mitarbeiter in Unternehmen ohne entsprechende Angebote. Auffällig: Die befragten Arbeitnehmer haben nicht allein die positiven Effekte für sich selbst, sondern für das gesamte Unternehmen im Blick. So steigern für 61 Prozent der Befragten Angebote zur Gesundheitsförderung die Attraktivität des Arbeitgebers für potenzielle Bewerber, 71 Prozent sehen motiviertere Mitarbeiter, 66 Prozent sinkende Krankenzustände und siebzug Prozent eine höhere Produktivität. Alles Argumente, die auch von Arbeitgebern für ein aktives Gesundheitsmanagement genannt werden.

Auch die Herausforderungen der demografischen Entwicklung erfordern eine nachhaltige Personalpolitik. Es wird für Unternehmen immer wichtiger, Fachkräfte zu rekrutieren, qualifizierte Kräfte langfristig an das Unternehmen zu binden und ältere Arbeitnehmer so lange wie möglich im Unternehmen zu halten. Der Wandel am Arbeitsmarkt ist auch keine Zukunftsvision mehr, sondern schon jetzt deutlich zu spüren. Immer mehr Arbeitskräfte sind über Fünfzig, verlängerte Arbeitszeiten kommen zum Tragen. Und auch dies sind Aspekte, betriebliche Gesundheitsförderung zu nutzen, um auch als Unternehmen wettbewerbsfähig zu bleiben.

**Fazit:** Gesundheit ist eine der attraktivsten und wertvollsten Ressourcen der heutigen Zeit. Für beide Seiten: für Arbeitnehmer und Arbeitgeber. Gesundheit schafft entscheidende Wettbewerbsvorteile. Es lohnt sich, für sie aktiv zu werden. ■



Foto: istockphoto.com

Entscheidender Wettbewerbsfaktor für Arbeitnehmer und Unternehmen: Gesundheit und Fitness