

# Körper Kunst Kultur

**Corporate-Cultur  
Healthy Live- and Workstyle**



**Corporate-Cultur  
Healthy Live and Workstyle**

Evelyne Krüger Maitrel  
*Bergheimer Str. 139 - 151  
D-69115 Heidelberg  
Telefon +49 (0)6221 26063  
Internet: [www.khoch3.de](http://www.khoch3.de)  
Email: [lalesson@web.de](mailto:lalesson@web.de)*

**Corporate Kultur (CK)  
Gesunder Lebens- und Arbeitsstil**



## K<sup>3</sup> - KONZEPT: INHALTSVERZEICHNIS

<b>1 Einführung:</b>	<b>3</b>
Den Körper im Blick	3
<b>K<sup>3</sup> - Körper- Kunst- Kultur</b>	<b>4</b>
Was können Sie als Unternehmer tun, um einen gesundheitsgerechten Lebens- und Arbeitsstil der Mitarbeitern zu fördern?	5
<b>2 Anliegen</b>	<b>6</b>
Welche Ansprüche verbinden Unternehmen mit unserem Angebot?	6
Ökonomische Sichtweisen	7
Der Weg ist das Ziel	8
Eine glückliche Beziehung entwickelt sich stets weiter?	9
<b>3 Angebot</b>	<b>10</b>
Outsourcing: Mehr Zeit fürs Wesentliche (Ihr eigenes Kerngeschäft)	10
<b>4 Nutzen</b>	<b>11</b>
Woran kränken Unternehmen?	11
Ist die einzige, akzeptierte Form der Behandlung, Erinnerungen an alte Unternehmensideale?	12
Hier setzt das Gesundheitsmanagement von <b>K<sup>3</sup></b> an - und ist verglichen mit den Kosten der langjährigen Denkblockaden eine äußerst preiswerte Alternative.	13

*Das Ungewöhnliche und Ungewohnte  
macht am meisten Glück.  
Wilhelm Raabe*



## 1. Einführung

### **Den Körper im Blick: Grenzgänge zwischen Körper, Kunst, Kultur und Wirtschaft**

Leben wir in einer Welt, in der die Distanz zwischen den Unternehmenskulturen geschrumpft ist und der Körper zur Leitwährung unseres täglichen Arbeitens und Denkens wird? Denn, dass wir alle einen Körper haben, lässt sich als gemeinsamer Nenner über alle wirtschaftlichen Unterschiede und Schranken hinweg voraussetzen.

Brauchen wir also die Kunst der Bewegung und Ruhe gleichermaßen? Gerade im Wechselspiel beider Erfahrungen können wir die eigenen Kräfte spüren und unseren Körper besser kennen lernen.

Ist unser Körper das Werk, aus dem wir alles entziffern können, worüber wir als Wesen Bescheid wissen? Mit der Vertrautheit, die uns über den Körper verbindet, kommt zugleich jene alte Ambivalenz für jeden Mitarbeiter ins Spiel, gesunder Lebens- und Arbeitsstil oder begrenzte Unternehmenskultur.

*Die meisten Versuche, das Verhalten zu ändern,  
erhöhen die Hilflosigkeit des Menschen,  
verringern seine Freiheit und verschlimmern dadurch  
in Wahrheit diejenigen Probleme,  
die sie eigentlich lösen wollten.  
Timothy Leary*



### **k<sup>3</sup> - Körper- Kunst- Kultur**

Beeinflussen Lebens- und Arbeitsstil von Mitarbeitern in unterschiedlichen Bereichen, sowie der Umgang mit Stress in hohem Ausmaß die Gesundheit und das Wohlbefinden gerade heute in vielen Unternehmen? Wenn ja dann sind Lebens- und Arbeitsstil keine reine Privatangelegenheit mehr, sondern eine kulturelle, unternehmenskulturelle und wirtschaftliche Herausforderung.

**k<sup>3</sup>** Körper, Kunst, Kultur das zeitgemäße Gesundheitserhaltungszentrum und Ihr individuelles Gesundheitsmanagement (Healthy Live- and Workstyle) mitten im Herzen von Heidelberg im Landfried Komplex, bietet zahlreiche Anregungen, die von Einladungen zur entspannten Raumwahrnehmungen über Einführung zur Rhythmisierung des Alltags bis hin zu Ruhe- und Wellnessinseln reichen. Dabei ist allen Angeboten ein Ziel gemeinsam: Eine Balance und Kunst zwischen Bewegung und Ruhe, zwischen Anspannung und Entspannung, gesunder Lebens- und Arbeitsstil und Unternehmenskultur (Corporate Culture) zu erreichen.

*Wenn es nur eine einzige Wahrheit gäbe,  
könnte man nicht hundert Bilder  
über das selbe Thema malen.  
Pablo Picasso*



**Was können Sie als Unternehmer tun, um einen gesundheitsgerechten Lebens- und Arbeitsstil der Mitarbeitern zu fördern?**

Möglicherweise ist das zeitgemäße Gesundheitserhaltungszentrum k<sup>3</sup> Körper Kunst Kultur (Healthy Live and Workstyle) das von Evelyne Krüger Maitrel gegründet wurde, eine der erfolgreichsten Interventionen, die eine Auswirkung von messbaren, wirtschaftlichen Nutzen für Unternehmen geben können.

Denn was tun, wenn der Job durch unzeitgemäße Lebens- und Arbeitsstile krank macht?

Beängstigende Aktualität hat heute der Körper als Geisel der Wirtschaftspolitik von etlichen Unternehmer/n. Zugleich ist unser Körper unser Lebens- und Arbeitsstil, die Werkstatt der Welt; zusammen erschaffen sie dem Denken und Handeln den Raum sinnlicher und sinnvoller Erfahrung. Zusammen sind sie ein Resonanzkörper, der die Welt um uns herum überhaupt erst entstehen lässt.

*Verantwortlich ist man nicht nur für das,  
was man tut, sondern auch für das,  
was man nicht tut  
Laotse schon vor über 2000 Jahren.*



## 2. Anliegen

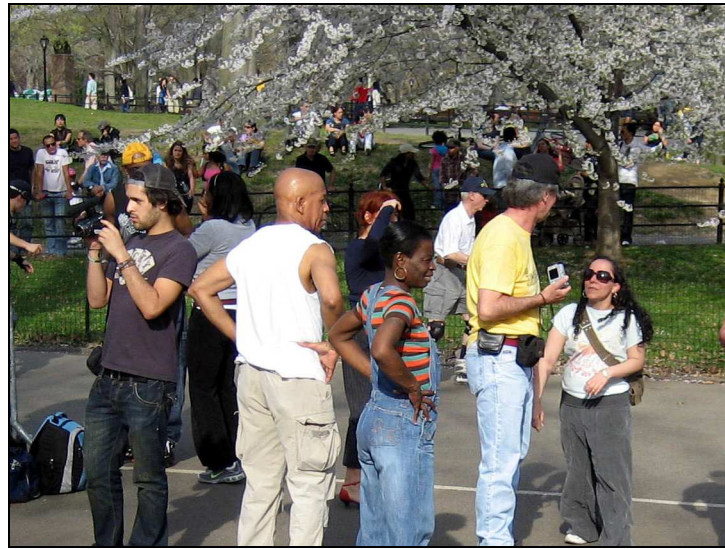
**“Was würden Sie Selbst verändern, wenn Sie wüssten, dass es ganz einfach geht?”**

Eine Unternehmenskultur wächst von unten. Hinzu kommen die informellen Netzwerken, die sich täglich reproduzieren, ihnen sind größere Wirkungen auf ökonomische Größen zuzuschreiben als bisher.

Es ist genau dieser neue Bestandteil von Unternehmenskultur, der als „weicher Faktor“ in einer Strategieentwicklung beispielsweise gegenüber den „harten“ Kosten und Zahlen schwer bestimmbar ist.

Manch Manager oder Vertriebler wird widersprechen. Wozu betreibt man intensive interne Unternehmenskommunikation, wenn nicht mit dem Ziel, eine konkrete gemeinsame Identität und verbindliche Ziele zu definieren? Neuste Zahlen und Forschungen allerdings warnen explizit davor, sich zu sehr darauf zu verlassen: Das tatsächliche Selbstverständnis der Mitarbeiter sei nicht unbedingt deckungsgleich mit den von oben verordneten „Unternehmensleitlinien, Führungsgrundsätzen oder PR-Aussagen zur Corporate Identity“.

*Je mehr Menschen  
in Aktionen involviert sind,  
desto nachhaltiger wirken sie.*



## Ökonomische Sichtweisen

40 Prozent "chronischer degenerativen" Erkrankungen haben ihre Ursachen bereits im Arbeitsleben und führen zugleich zu häufigen Fehltagen im Betrieb. Gesundheitsexperten schätzen den wirtschaftlichen Schaden durch krankheitsbedingte Fehlzeiten bundesweit auf rund 70 Milliarden Euro im Jahr. *Berliner Morgenpost* (Neuste Meldungen aus der Süddeutschen Zeitung beziffern die Summe in ihrem Artikel „Kollaps am Arbeitsplatz“ sogar noch viel höher)

Schon deshalb können Arbeitgeber ein ausgeprägtes Eigeninteresse an der Gesundheit ihrer Mitarbeiter haben, meint zumindest Professor Rolf Rosenbrock vom Berliner Wissenschaftszentrum für Sozialforschung (WZB): "Die Gesundheit der Belegschaft ist ein knallharter ökonomischer Faktor. Denn jeder Fehltag durch Krankheit bedeutet einen wirtschaftlichen Verlust für den Betrieb.

Es liegt also im Interesse der Unternehmen, solche Fehlitage möglichst zu reduzieren. Im Klartext: Betriebliches Gesundheitsmanagement sorgt für gesündere Mitarbeiter - und das zahlt sich auch für den Betrieb aus."

*Leben ist, was uns zustößt,  
während wir uns etwas ganz anderes  
vorgenommen haben.  
Henry Miller*



### **Der Weg ist das Ziel**

Europäische Unternehmen sehen sich mit zunehmenden Gesundheitskosten konfrontiert. In gleichem Maße steigt das Interesse an Maßnahmen und Konzepten zur betrieblichen Gesundheitsförderung.

**K<sup>3</sup>** Ihr Gesundheitsmanagement empfiehlt darum, einen breiten Handlungsrahmen abzustecken, in dem die Mitarbeiter des zusammenwachsenden Unternehmens selbst das Tempo und die Etappenziele des Integrationsprozesses bestimmen können.

Durchaus nach dem Motto „Der Weg ist das Ziel“ entstehen die neuen, gemeinsamen Unternehmenskulturen eher dadurch, dass alle gemeinsam in ihrem Arbeitsalltag daran mitwirken, als dadurch, dass am Ende ein vorher definiertes Ergebnis erreicht wird.

*Der Kausalstrom  
ist nicht mehr kausal,  
weil Kausalität nicht  
mehr irreversibel ist:*

*Wer etwas beeinflussen will,  
wird plötzlich selbst durch  
das Ergebnis seines  
Einflusses beeinflusst.  
Michel Serres*



### **Eine glückliche Beziehung entwickelt sich stets weiter?**

Das Schöne an diesem, „dynamisch entwickelten Konsens“ ist, dass sich nicht alle einig sein müssen. Nicht „Gleich und Gleich gesellt sich gern“ heißt das Erfolgsrezept. Eine fruchtbare Zusammenarbeit bestehe vielmehr darin, die Fähigkeiten und Eigenschaften aller Beteiligten so zusammenzuführen, dass sie sich ergänzen. Die Kombination unterschiedlicher Denkansätze und unterschiedlicher Methoden könnten sich, „zumindest potenziell durch eine inhaltliche Qualität auszeichnen, die von keinem der ursprünglichen Unternehmen allein erreicht worden wäre.“

Wie sagte einst die Psychoanalytikerin Margarete Mitscherlich: „Ich wundere mich mehr über glückliche als über unglückliche Ehen. Denn eine Voraussetzung für eine glückliche Beziehung ist dieses permanente Entwickeln von etwas Neuem.“

*Um im Geschäftsleben Erfolg zu haben,  
sei kühn, sei schnell, sei anders.  
Marchant*



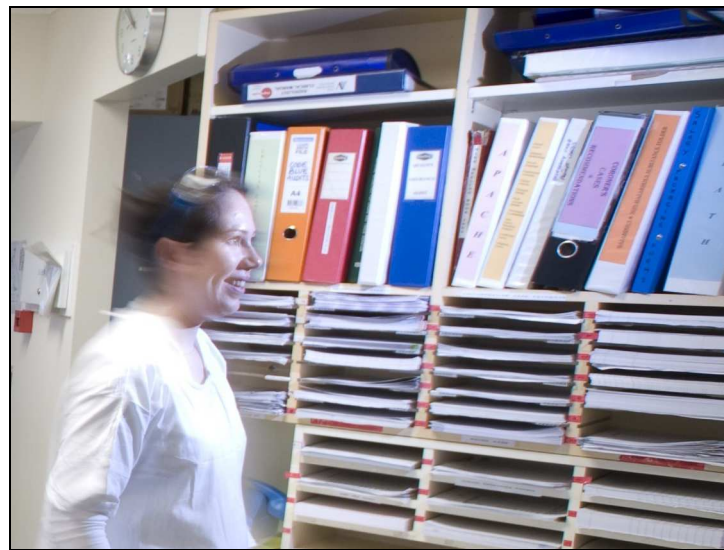
### 3. Angebot

#### **Outsourcing: Mehr Zeit fürs Wesentliche (Es ist Ihr Kerngeschäft)**

Outsourcing kann hier und jetzt - richtig angewandt - Ihre betriebliches Gesundheitsmanagement effizienter gestalten. Die Flexibilität und Qualität des eigenen Unternehmens wird gesteigert und das eigene Kerngeschäft wird schneller bewältigt. Auf den Punkt gebracht: **k<sup>3</sup>** ihr Gesundheitsmanagement übernimmt mit qualifizierten und kompetenten Personal die gesundheitliche Betreuung Ihrer Mitarbeiter - und Sie können sich weiterhin auf Ihre Kernkompetenz konzentrieren.

Dennoch gibt es einen Anlass, der zwei Betrachtungsweisen. Traditionelle Programme, die sich im allgemeinen auf individuelle Risikoverhaltensweisen konzentrieren haben bisher kaum Effekte gezeigt. Modernere Interventionen wie das **K<sup>3</sup>** Gesundheitserhaltungszentrum ein modernes Gesundheitsmanagementprogramm (Healthy Live and Workstyle) orientieren sich an einem ganzheitlichen Ansatz, der sowohl die Gesundheit der Beschäftigten bzw. Mitarbeiter als auch die der Unternehmenskultur umfasst

*Es ist Trägheit,  
was uns an peinliche Zustände kettet.  
Novalis (1772 - 1801)*



#### **4. Nutzen**

##### **Woran kränken Unternehmen?**

Vision und Lebenssinn gehören zusammen, auch wenn beides im Alltagsgetriebe oft abhanden kommt. Wirken Lebensvision und Lebenssinn im Alltag zusammen, entsteht Lebensglück und ein gesundes und erfülltes Leben.

Dennoch ist es genau dieser Bestandteil von Unternehmenskultur, der als „weicher Faktor“ in einer Strategieentwicklung beispielsweise gegenüber den „harten“ Kosten und Zahlen weder kommuniziert als auch schwer bestimmbar ist.

"Nach unterschiedlichen Schätzungen leiden 15 bis 20 % aller deutschen Unternehmen (die verschiedene Denk- und Beziehungsstörungen zwischen Mitarbeiter und Kunden beinhaltet). Zu den betrieblichen Symptomen zählen unter anderem Unaufmerksamkeit gegenüber Kunden und Mitarbeitern, Stressige und nervige Arbeitsbedingungen, planlose Hyperaktivität, Konzentrationsstörungen bezogen auf die eigene Unternehmenskultur,

*Wer die Vergangenheit begreift...,  
kann die Zukunft gestalten!*  
Timothy Leary



### **Ist die einzige, akzeptierte Form der Behandlung, Erinnerungen an alte Unternehmensideale?**

Irritiertheit am Arbeitsplatz, Impulsivität, schwaches Firmengedächtnis, Schwierigkeiten bei der beruflichen Weiterbildung für Mitarbeiter und Gefühle von einer schwachen Unternehmenskultur sind für viele Mitarbeiter heute Alltag.

Und wenn Sie nun glauben, dies sei ein Mitarbeiter Problem: zwar stehen die Mitarbeiter an der Spitze der Pyramide, aber die verantwortlichen im Vorstand und in den Chefetagen sind auf dem Vormarsch. Dafür kommen mehrere Gründe in Frage: Schlechte Beratungen, zu wenig Ruhe und Entspannung, Imageverschmutzung durch manipulierte einseitige Werbung, Verlustangst- und falscher Informationstransfer sowie Denkblockaden und ein kultureller Wertewandel. Die einzige, akzeptierte Form der Behandlung sind für viele Unternehmen, Erinnerungen an alte Unternehmensideale, das nur die Symptome dämpfen kann - von einer Neupositionierung ist schon lange keine Rede mehr. Wir sind erfolgreich weil wir das tun, was wir tun, so sind unsere Regeln und unsere Devise.

*Die Dinge haben nur den Wert,  
den wir ihnen geben.  
Molière (\*14.01.1622-†17.02.1673),  
frz. Schauspieler und Dramatiker*



**Hier setzt das Gesundheitsmanagement von K<sup>3</sup> an - und ist verglichen mit den Kosten der langjährigen Denkblockaden eine äußerst preiswerte Alternative.**

Gesundheit ist mittlerweile als ein wichtiger Teil der Arbeits- und Beschäftigungsfähigkeit akzeptiert und entscheidet mit darüber, wie erfolgreich die Flexibilisierungsanforderungen in der Arbeitswelt gemeistert werden können. Dieses Verständnis kann nur dann in einen „kollektiven“ Lebens- und Arbeitsstil (Healthy Live and Workstyle) münden, wenn die kulturellen Voraussetzungen in den Unternehmen diesen Wandel unterstützen. Das Fundament dafür bildet eine mitarbeiterorientierte Arbeits- und Organisationsgestaltung.

„Interventionen, die ausschließlich Verhaltensänderungen anstreben, schlagen gewöhnlich fehl, denn Menschen fallen bekanntermaßen in alte Gewohnheiten zurück, sobald die Maßnahmen abgeschlossen sind.“... „K<sup>3</sup> misst Ausgangslage und Interessen, hilft den Betroffenen und Mitarbeitern bei der persönlichen Entwicklung von Zielen, und bietet die Möglichkeiten, gesundheitsförderliches Verhalten beizubehalten.“ Sprechen Sie mit uns... wie freuen uns auf Sie!



**Corporate-Cultur  
Healthy Live and Workstyle**

*Evelyne Krüger Maitrel  
Bergheimer Str. 139 - 151  
D-69115 Heidelberg  
Telefon +49 (0)6221 26063  
Internet: [www.khoch3.de](http://www.khoch3.de)  
Email: [laesson@web.de](mailto:laesson@web.de)*

**Corporate Kultur (CK)  
Gesunder Lebens- und Arbeitsstil**