

Miriam Engel im Experteninterview  
mit Name: Vanessa Freitag

## **kurze Personenbeschreibung:**

Die studierte Sozialwirtin Vanessa Freitag hat sich vor einigen Jahren nach ihrem MBA im Bereich General Management und einer globalen Karriere in einer Unternehmensberatung auf die Suche nach dem Glück gemacht.

Sie absolvierte eine 3-jährige Ausbildung als Zen-Meditationstrainerin im Daishin-Zen-Kloster im Allgäu, wo sie bereits anfangs Führungskräfte zu coachen und Seminare zu leiten. Daraufhin studierte sie dann Glück an der ALH Akademie in Köln.

Jetzt widmet sie sich diesem Thema bereits seit einigen Jahren und gibt ihr Wissen in Vorträgen und Seminaren weiter. Speziell für Unternehmen hat sie das Happiness-Seminarformat "Happy@Work" entwickelt.

## **Wie kann Führungskommunikation ausgeglichener laufen?**

- 1. Der Druck steigt und in vielen Unternehmen herrscht negative Stimmung. Was verbirgt sich hinter einem Glücks-Coach und wie bringen Sie Harmonie in die Teamkultur?**

Das stimmt. Und viele Unternehmen haben jetzt gemerkt, dass sie etwas gegen diese negative Stimmung tun müssen, um weiterhin erfolgreich zu sein.

Ein Glücks-Coach sorgt dabei für Happiness auf beiden Seiten. Sowohl beim Arbeitgeber als auch beim Arbeitnehmer. Denn glückliche Mitarbeiter sind auch gute und engagierte Mitarbeiter, die Spass daran haben zum Unternehmenserfolg beizutragen. Sie gehen dabei nicht nur mit mehr Motivation und Elan an die Arbeit, sondern sie sind auch weniger krank, bleiben dem Unternehmen länger treu und sind erwiesenermaßen hilfsbereiter, freundlicher und verbessern damit das Arbeitsklima.

Im Happiness-Seminar beispielsweise lernen die Teilnehmer daher zunächst ihre Stärken kennen und wie sie sie an ihrem Arbeitsplatz am besten einsetzen können, so dass ihnen ihre Arbeit Freude macht und sie am Erfolg des Unternehmens aktiv teilhaben können.

Darüber hinaus lernen sie unter anderem, wie sie mit schwierigen Situationen umgehen können und wie glückliche Kommunikation funktioniert. Denn



gelungene Kommunikation ist eine der wichtigsten Säulen eines erfolgreichen Unternehmens.

**2. Ausgeglichenheit und Zufriedenheit werden erreicht, wenn die eigenen Werte gelebt werden können. Wie binden Sie Ethik und Werte in Ihre Arbeit ein?**

Ethik und Werte sind eine sehr wichtige Säule beim Thema Happiness im Unternehmenskontext.

Daher geht es in den Happiness-Seminaren auch darum, ein Bewusstsein für die eigenen Werte zu schaffen und einen Weg zu erarbeiten wie jeder dieser Werte im Unternehmen gelebt werden kann, so dass jeder Mitarbeiter sich wohl fühlt und zufrieden ist.

**3. Welche Empfehlung geben Sie Führungskräften, um ihrem Team Orientierung zu geben und die Teameffizienz zu verbessern?**

Um Orientierung zu geben, ist es wichtig die Vision des Unternehmens zu vermitteln und anhand dessen mit dem Team Jahres- und Quartals-Ziele zu vereinbaren.

Dabei sollte es dem Team überlassen sein, wie sie diese Ziele erreichen. Zu enge Vorgaben hinsichtlich dessen sind nämlich ein sehr großer Faktor, um Unzufriedenheit bei den Mitarbeitern zu erzeugen. Denn jeder tickt anders und hat seine ganz eigene Lieblingsstrategie Aufgabenstellungen zu meistern.

**4. Welche Kommunikationsmaßnahmen können Ihrer Meinung nach die Führungskommunikation nachhaltig verbessern?**

Offene und ehrliche Kommunikation, die wertschätzend und respektvoll ist, ist die Basis einer guten Führungskommunikation. Diese sollte die Mitarbeiter außerdem motivieren etwas zum Unternehmenserfolg beitragen zu wollen und den Mitarbeitern das Gefühl geben, stolz darauf sein zu können, Teil des Unternehmens zu sein.

Gleichzeitig sollte sie die Mitarbeiter einladen auch selbst offen und ehrlich mit den Führungskräften zu kommunizieren und Probleme oder Missstände anzusprechen.

