Gesundheit und Wohlbefinden: Entspannte Weihnachten in der Chefetage

Gesundheit und Wohlbefinden: Entspannte Weihnachten in der Chefetage

Auf Führungskräfte kommen gegen Ende des Jahres zahlreiche Aufgaben zu: In vielen Branchen steht der Jahresabschluss an und bei einigen Firmen werden noch schnell Investitionen getätigt. Auch die Planung für das nächste Jahr will gemacht werden. Und dann ist da noch die Weihnachtszeit, die im beruflichen und privaten Bereich für Stress sorgen kann. Weihnachtsfeiern mit den Mitarbeitern, Weihnachtskarten und kleine Aufmerksamkeiten für Kunden und Familie - alle wollen jetzt bedacht werden. Damit die Weihnachtszeit nicht in Stress ausartet, hat Ulf Kirse, Psychologe bei TÜV NORD, einige Tipps zusammen gestellt:
  Delegieren Sie Aufgaben wie das Versenden von Weihnachtskarten versenden frühzeitig und mit klaren terminlichen Vorgaben Klären Sie rechtzeitig mit Ihrem Steuerberater welche Vorgaben für Kunden- und Mitarbeitergeschenke gelten und wie Sie diese Vorgaben in Ihrem Unternehmen umsetzen. Beziehen Sie Mitarbeiter mit Kundenkontakt in Ihre Überlegungen mit ein. Wenn Sie lieber spenden statt schenken, entscheiden Sie sich rechtzeitig für eine Organisation und kommunizieren Sie den Zweck der Spende so, dass sich Ihre Kunden damit identifizieren können Weihnachtsfeiern sind keine Informationsveranstaltungen. Überlegen Sie genau, welchen Rahmen die Feier haben soll und nehmen Sie entsprechend Einfluss auf die Gestaltung. Im Idealfall stärken Weihnachtsfeiern das Betriebsklima. Planen Sie mit Ihrer Familie Weihnachten rechtzeitig und stimmen Sie die jeweiligen Erwartungen ab. Je offener Sie damit umgehen, umso größer ist die Chance auf ein harmonisches Fest. Nehmen Sie sich Zeit zum Geschenke aussuchen. Ein sorgsam ausgesuchtes Präsent wird als Ausdruck der Wertschätzung gesehen. Nicht zuletzt sollten Sie Zeit für sich einplanen. In all dem Weihnachtsstress Inseln der Ruhe einzustreuen und einfach die Zeit zu genießen ist Luxus pur. Ob Sauna oder Spaziergang, alles wobei Sie entspannen können ist gut.
Svea Büttner
TÜV NORD Gruppe
Konzern-Kommunikation
fon: 0511 986-1270
fax: 0511 986-2899 1270
  www.tuev-nord.de/presse
<img src="http://www.pressrelations.de/new/pmcounter.cfm?n_pinr_=517973" width="1" height="1">

Pressekontakt

TÜV NORD AG

30519 Hannover

Firmenkontakt

TÜV NORD AG

30519 Hannover

Die TÜV NORD Gruppe ist mit über 10.000 Mitarbeitern, einer der größten technischen Dienstleister in Deutschland. Ebenso ist sie in über 70 Staaten Europas, Asiens, Afrikas und Amerikas tätig. Die führende Marktposition verdankt die Gruppe ihrer Kompetenz und einem breiten Beratungs-, Service- und Prüfspektrum in den Geschäftsbereichen Mobilität, Industrie Services, International, Rohstoffe sowie Bildung und Personal. Ihr Leitmotiv: ?Wir machen die Welt sicherer.www.tuev-nord.de