



INNOVATION TREND

©ommunication

Herausgeber: Dr. Hans-J. Richter

+++ Das aktuelle Supplement: Neuheiten · Ideen · Innovationen +++

**+++ INNOVATION TREND
COMMUNICATION erscheint
zweimonatlich mit Spezial-
Themen-Ausgaben:
Marketing & Kommunikation.**

**Das aktuelle Supplement
erhalten ITC-Bezieher im
Rahmen ihres Abonnements
zusätzlich als kostenlosen
Informationsbrief + + + + +**

**+++ Die "Anti-Stress-Nummer"
+++ der ITC-Redaktion - mit
+++ praktischen Trend-Tips
+++ gegen mentale & physische
+++ Stress-Probleme... + + + + +**

Aktueller Trend zu "Anti-Stress-Programmen"

"MENS SANA IN CORPORATE SANO"

**Das "Gehlen-Team", Bad Mündel, bietet professionelle Antistress- und
Sicherheitstrainings in freien Seminaren und firmeninternen Schulungen**

Offenbar inspiriert von der alten Lateiner-Maxime "Mens sana in corpore sano", scheinen immer mehr Firmen-Lenker davon auszugehen, daß es auch der "Gesundheit" (Leistungsfähigkeit) ihrer Unternehmen keinesfalls schaden kann, wenn die maßgeblichen Mitarbeiter so belastbar und stress-stabil wie nur möglich bleiben. Die neue Maxime, in eigenwilliger anglo-lateinischer Übersetzung, könnte derzeit denn auch lauten: "Mens sana in corporate sano" ...

Immer mehr Unternehmen, von BMW bis Bayer Leverkusen, lassen ihre Führungskräfte in internen Anti-Stress-Programmen schulen - ein Trend, der sich in den USA schon seit Mitte der 60er Jahre beobachten läßt. Das Ziel: Bewußte Umwandlung des gesundheitsschädlichen "Distreß" in leistungsfördernden "Eustreß" durch Mentaltechniken und Körperübungen sowie



die systematische Reduktion des hochgradig infarktgefährdeten "A-Typen"-Reservoirs (z. Zt. weit über 50 Prozent aller leitenden Angestellten) in bundesdeutschen Firmen). Das dauergestresste Nervenbündel gilt heute eben nicht mehr als Idealbild in bundesdeutschen Chefetagen, eher wohl als Sicherheitsrisiko. Nur für Ignoranten ist Stress noch ein Statussymbol.

Den Trend zu gesünderen Menschen in gesünderen Unternehmen spürt auch der Bad Münderer Wellness-Praktiker und Sicherheits-Trainer Alfred Gehlen. Mit dem momentan wohl ambitioniertesten "Antistress- und Sicherheitstraining" in bundesdeutschen Landen zieht er in teilweise schon Monate im voraus ausgebuchten Management-Kursen Teilnehmer aus nahezu allen Branchen der Wirtschaft an. Gehlens System: ein in mehreren Jahren durch trial and error stetig verbesserter Mix aus theoretischem Background und praktischen Übungen. Dazu, weil man sich schließlich ja auch wohlfühlen will, hervorragende Küche und Freizeit-Spaß in seinem Kurhotel, das der Eustreß-Dynamiker in den letzten Jahren vom verschlafenen Kurgast-Domizil zum zeitgemäßen Sport- & Spaß-Zentrum umfunktioniert hat.

Im Mittelpunkt der Gehlen-Kurse steht eine auf Selbstverteidigungs-Techniken konzentrierte Taekwondo-Ausbildung. Dies erscheint zunächst ungewöhnlich, hat sich jedoch bewährt. "Fernöstliche Kampftechniken im modernen Management", so der Titel des hierzulande bei Heyne erschienenen Bestsellers von Robert Pater, sind in den USA schon seit vielen Jahren ein Thema. Pater, Lehrer für asiatische Kampfsportarten und Träger eines schwarzen Gürtels, hat Manager von American Express bis Shell entsprechend trainiert. Die Schnittstellen zwischen Kampfsport und Management: Konzentration auf das Wesentliche, kreatives Denken, flexible Reaktionen auf unerwartete Aktionen, Effizienz und Kooperationsfähigkeit - all diese Fähigkeiten sind hier wie dort notwendig. Die Kultivierung solcher Fähigkeiten wird gerade durch die Verbindung zwischen Körper- und Mental-Techniken gefördert - ohne ganzheitliches Denken kommt man heute eben nicht mehr weit. (Paters Buch sei Interessenten einschlägiger Seminare zur Vorab-Lektüre empfohlen, Heyne/Best.-Nr. 40/107, 38 Mark.)

Die Gehlen-Team-Seminare können sowohl in offenen Veranstaltungen im Hotel in Bad Münder (Nähe Hannover) als auch firmenintern gebucht werden. Der Preis für das dreitägige offene Antistress- und Sicherheitstraining (Freitag bis Sonntag) beträgt z. Zt. 1900 Mark pro Teilnehmer - incl. Hotel mit Vollpension, Trainingskleidung, ausführlichen Seminarunterlagen sowie einem Video des Seminars. Die Gruppenstärke liegt meist um zehn Teilnehmer, für je zwei Teilnehmer steht ein Trainer zu Verfügung. Was wir bei unserem Test-Termin besonders gut fanden: Theoretischer und praktischer Teil sind zu einer wirklichen Synthese gebracht worden und stehen nicht isoliert nebeneinander. Der Psychologe des Gehlen-Teams ist gleichzeitig Trainer. Und Alfred Gehlen selbst, in der Hauptsache Kampfspezialist (5. Dan Taekwondo), erweist sich immer wieder als guter Psychologe - vor allem, wenn es darum geht, die "Gruppenenergie" positiv aufzuladen und abgeschlafte Kämpen zu neuen Erlebnissen, z. B. einem Bruchtest mit der Handkante, zu motivieren.

Für Interessenten liegt eine umfangreiche Informationsmappe mit allen Details kostenlos zum Abruf bereit. Die Kontaktadresse: Gehlen-Team, Querlandweg 2, 3252 Bad Münder 1, Tel.: 05042/6369; Fax: 6303.