

Stark im Kopf: Warum mentale Stärke in Unternehmen Chefsache ist

St. Johann. Martina Kurz ist als Rednerin und Mentaltrainerin regelmäßig auf Bühnen im deutschsprachigen Raum unterwegs. In ihren Keynotes vermittelt sie, warum mentale Stärke und ein klarer innerer Kompass für Führungskräfte unverzichtbar sind – gerade in mittelständischen Unternehmen.

Viele Menschen wissen wenig über ihre eigenen Werte und Grundbedürfnisse. Die Folge sind Unsicherheit, impulsive Reaktionen und Konflikte, die sich auch im Arbeitsumfeld bemerkbar machen. „Wenn innere Überzeugungen und Worte nicht im Einklang stehen, spürt das auch das Gegenüber“, erklärt Kurz. In ihren Vorträgen zeigt sie, wie persönliche Klarheit nicht nur das eigene Wohlbefinden stärkt, sondern auch die Kommunikation im Team verbessert.

Für Führungskräfte ist diese Selbstreflexion besonders wichtig. Denn nur wer seine Werte kennt und authentisch lebt, kann auch andere überzeugen. Authentizität sei die Grundlage für Vertrauen – und Vertrauen wiederum die Basis erfolgreicher Teamarbeit. Deshalb müsse mentale Gesundheit in Unternehmen auf allen Ebenen thematisiert werden, so Kurz.

Mit ihrer Arbeit will sie Impulse setzen, zum Nachdenken anregen – und Führungskräften Werkzeuge an die Hand geben, um bewusster und klarer zu agieren. Denn starke Unternehmen brauchen starke Köpfe.

Der Beitrag richtet sich besonders an Verantwortliche aus mittelständischen Betrieben in der Region, die nach Wegen suchen, ihre Teams nicht nur fachlich, sondern auch menschlich zu stärken.