



## Gesund führen

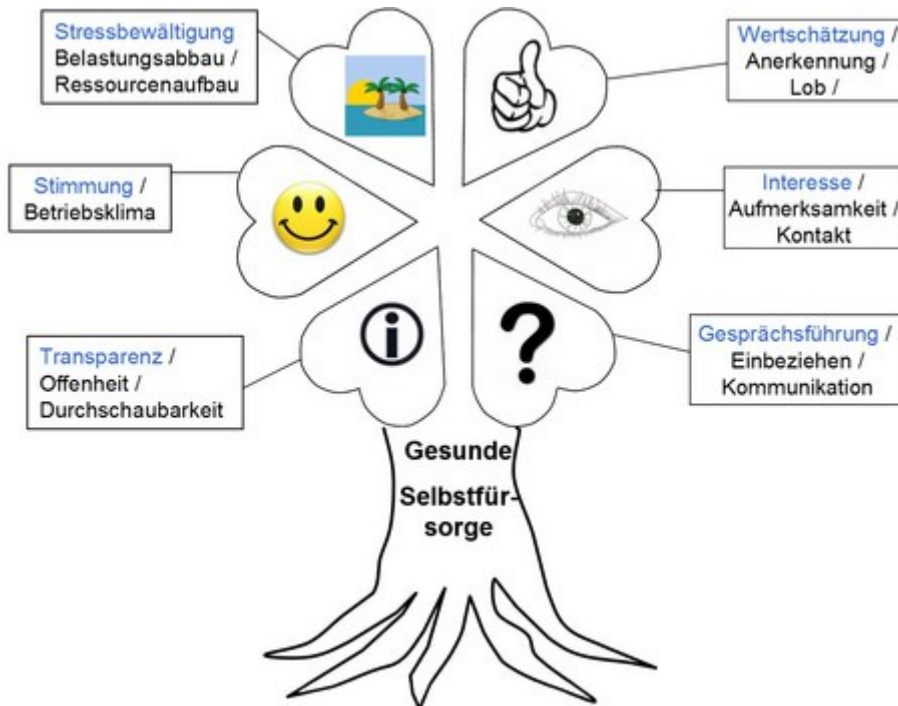


Abb.: „Dimensionen gesunder Führung“ in: A.K. Matyssek. Führung und Gesundheit. Norderstedt.

Das Seminarangebot der Arbeitspsychologie **„Gesund führen“** beruht auf dem Konzept der Diplompsychologin, Seminarleiterin und Buchautorin Anne-Kathrin Matyssek. Diese hat sechs Dimensionen gesundheitsgerechten Führens in ein Bild verdichtet. Der Stamm des Baumes stellt die eigene Gesundheit der Führungskräfte dar, denn nur gesunde Schulleiterinnen/Schulleiter können sowohl die sachlichen als auch die sozialen Anforderungen erfüllen.

Dieses Seminar zielt darauf ab, die Bedeutung einer menschenfreundlichen und gesundheitsfördernden Haltung zu reflektieren und entsprechendes Verhalten zu stärken. (Wo die Haltung nicht stimmt, nützt auch ein „Herumdoktern“ am Verhalten nichts.) Der Fokus liegt auf den psychischen und sozialen Aspekten von Wohlbefinden bei der Arbeit, denen Rechnung getragen werden sollte und die sich im Führungsverhalten widerspiegeln. Weitere Ziele liegen darin, Handlungssicherheiten durch Leitlinien aufzubauen, Erfahrungsaustausch unter Führungskräften zu ermöglichen und Möglichkeiten und Grenzen zu erkennen.

Die inhaltlichen Schwerpunkte der Fortbildung sind:

- Kennenlernen der Dimensionen Gesunder Führung
- Sensibilisierung der Zusammenhänge zwischen Führungsverhalten und Anwesenheit auf die Gesundheit der Kollegen
- Was Führungskräfte für die Gesundheit Ihrer Kollegien tun können
- Gesund mit dem (auch belasteten!) Kollegen und der Kollegin/ Team umgehen
- Belastungsreduzierung und Ressourcenaufbau für den Kollegen, die Kollegin
- Handlungsimpulse zur Transfersicherung durch kollegialen Austausch im Seminar

## Siehe auch

Weitere Informationen finden Sie unter der VeDab.

## Artikel-Informationen

---

10.05.2017

**Kurzlink:**

[www.aug-nds.de/?id=388](http://www.aug-nds.de/?id=388)

**Bildrechte (v.o.n.u.):**

Anne Katrin Matyssek

© 2020 Niedersächsisches Kultusministerium | Alle Rechte vorbehalten - Vervielfältigung nur mit unserer Genehmigung