

Dr. Anne Katrin Matyssek

Als Führungskraft gesund bleiben

– andere gesund führen

Impulse zur gesundheitsgerechten Mitarbeiterführung

Chefsache: Gesundes Team – gesunde Bilanz



Führungskräfte sind gefordert, wenn es darum geht, Motivation, Betriebsklima und Anwesenheitsquote zu verbessern. Sie sollen z.B. Kränkungen vermeiden, Stress reduzieren und Ressourcen aufbauen – angesichts der wachsenden Belastungsdichte keine leichte Aufgabe. Aber es gibt durchaus Möglichkeiten, die Führungskräfte bei diesen Anforderungen zu unterstützen und damit zu ihrer Entlastung und zur Gesundheitsförderung beizutragen. Voraussetzung hierfür ist eine entsprechende Sensibilisierung der Führungskräfte sowie – als unverzichtbare Basis – ein gesundheitsgerechter Umgang mit sich selbst.

Dieser Vortrag zielt darauf ab, den Teilnehmern die Auswirkungen von Führungsverhalten auf das Wohlbefinden, die Gesundheit und die Anwesenheit von Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen bewusst zu machen, und Impulse für gesundheitsgerechtes Führungsverhalten zu geben. Er basiert auf ca. 60 zweitägigen Seminaren für die Deutsche Telekom AG und die Deutsche Post World Net und greift die Basisthesen des Buches „Chefsache: Gesundes Team – gesunde Bilanz“ auf.

Es werden die Grundzüge einer gesundheitsgerechten Mitarbeiterführung vermittelt. Aus dem Inhalt:

- Zusammenhänge zwischen Führungsverhalten und Anwesenheit/ Gesundheit
- gesundes vs. kränkendes Führungsverhalten
- 6 Dimensionen der gesundheitsgerechten Mitarbeiterführung: praxistaugliche Tipps für ein gesundes Miteinander-Umgehen
- Basis: der gesunde Umgang mit sich selbst
- Zusammenfassung im „take-home-Format“

Dr. Anne Katrin Matyssek

Dipl.-Psych., approbierte Psychotherapeutin, seit 1998 freiberufliche Beraterin zur gesundheitsorientierten Unternehmens- und Mitarbeiterführung unter dem Namen „do care!“, Autorin des Buches „Chefsache: Gesundes Team – gesunde Bilanz. Ein Leitfaden zur gesundheitsgerechten Mitarbeiterführung“ (2003, Wiesbaden: Universum Verlag).

Dr. Anne Katrin Matyssek, Weißenburger Str. 19, 52068 Aachen
Tel.: 0241 54 17 17, Email: info@do-care.de