

# Gesund führen?

Ein Impuls im Rahmen der  
Jugendhilfeweche der SG 2023

Hartmut Epple

# Was hat gesund führen mit einem Obstkorb zu tun?



**Nichts!**



→ Gesund führen heißt („gut“) führen

# Überlastung systemisch betrachtet

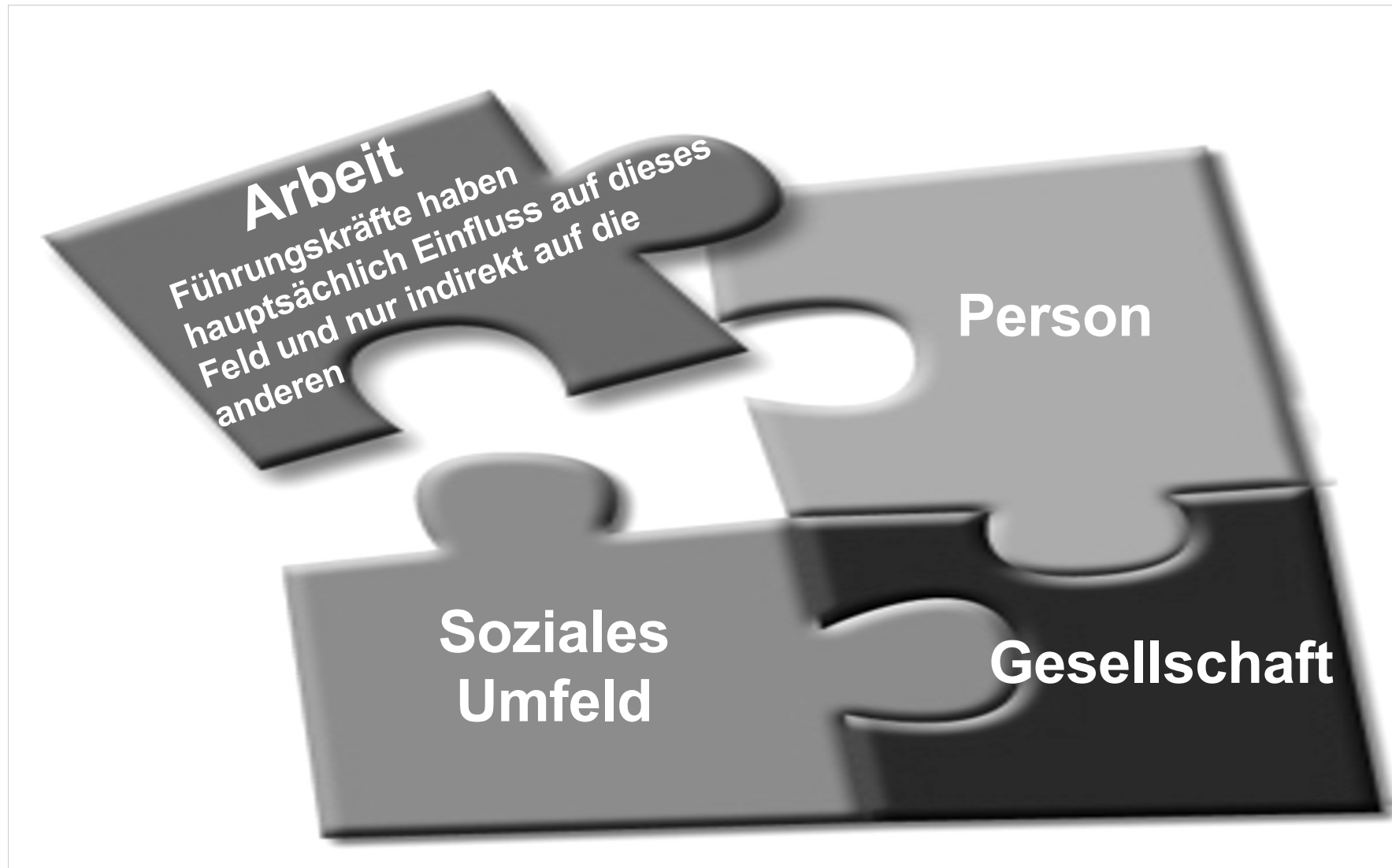
## ***Systemische Ansätze in der Behandlung von Burnout***

Hilfreiche Strategien im Umgang mit dem Burnout-Syndrom in Psychotherapie, Supervision und Coaching

Stefan Geyerhofer, Carmen Unterholzer

systeme2008, Jg. 22 (2) und systeme2009, Jg. 23 (1)

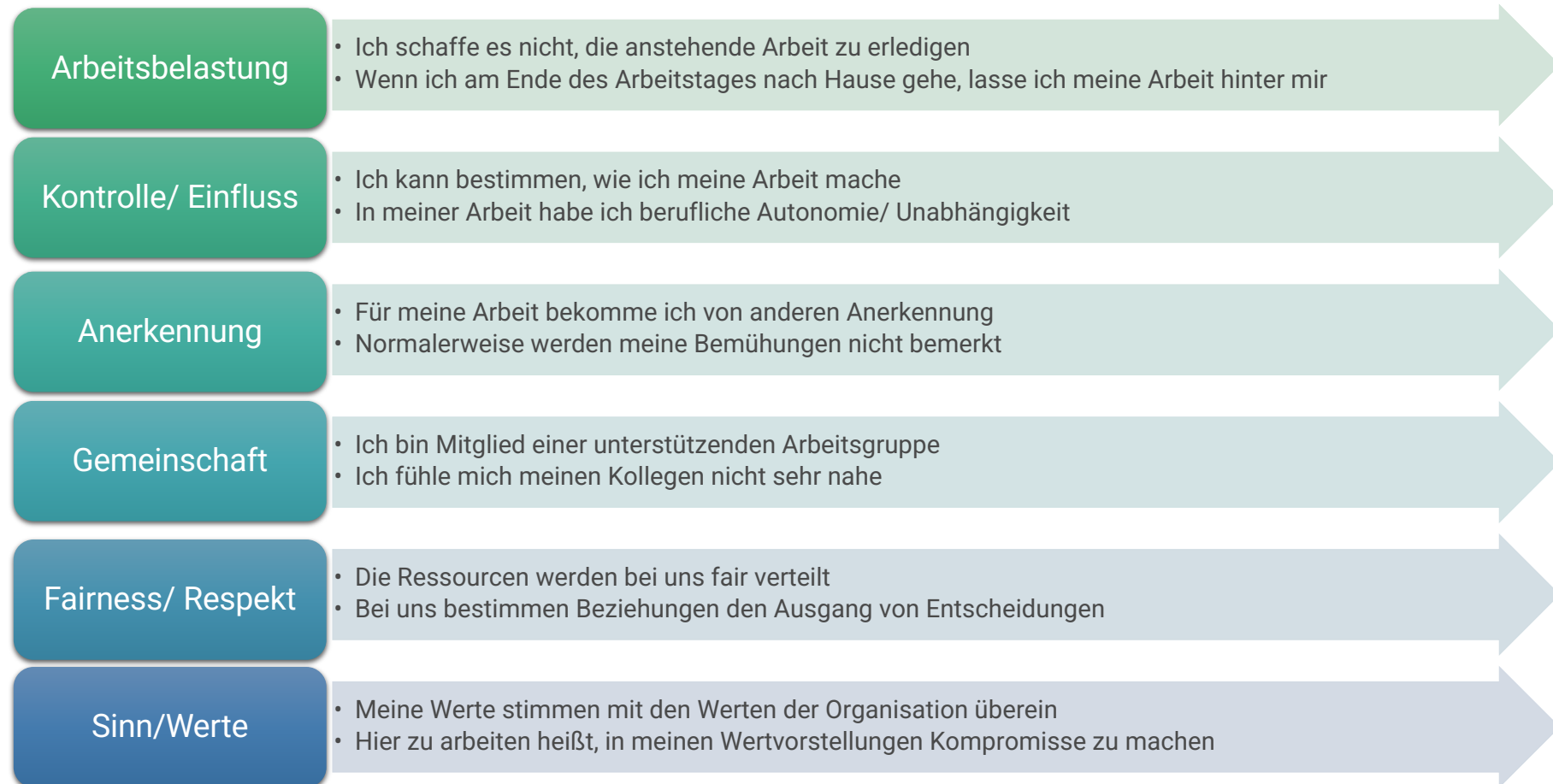
## 4 Felder Modell:



# 6-Faktoren-Profil:



# 6-Faktoren-Modell: Gemeinsam gesund und leistungsfähig bleiben



# 6-Faktoren-Profil: Gestaltungsoptionen

## Arbeitsbelastung

- Prioritäten setzen
- Arbeitsneuverteilung
- Gespräch mit Chefin

## Kontrolle/ Einfluss

- Aufgaben mit Gestaltungsrahmen und Ergebnisbeschreibung delegieren und dann nur vereinbarte Ergebnisse prüfen. MA nach ihren Stärken einsetzen (Mitarbeitergespräch)
- Mitarbeiter in Gestaltungsfragen einbinden (Kooperativer Führungsstil)

## Anerkennung

- MA nach Stärken einsetzen und loben (konkret!)
- Mitarbeitergespräche
- Für Fragen zur Verfügung stehen

## Gemeinschaft

- Positive Atmosphäre fördern (Gelungenes wahrnehmen und anerkennen, Humor, Kontakt)
- Konflikte angehen
- Team bewusst entwickeln (Teambesprechungen, Neue Teammitglieder einführen etc)

## Fairness/ Respekt

- Perspektivwechsel
- Eigene Entscheidungen begründen
- Transparenz herstellen (auch über Intransparenz)

## Werte

- Sinn der Aufgaben und der Arbeit im Team vermitteln (3 Sätze zu der Frage: Warum machen wir das, was wir tun und wem nützt es?)
- Werte der MA bezogen auf die Arbeit kennen (Mitarbeitergespräch)
- Ggf. Arbeitsplatzwechsel unterstützen

# Fragen?

Bitte in Kleingruppen eine Frage  
auswählen!