GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND BERUFSZUFRIEDENHEIT - KOMPASS

KOMPETENZPROFIL

KIRCHLICHE PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE WIEN/KREMS
UNIVERSITY COLLEGE OF CHRISTIAN CHURCHES OF TEACHER EDUCATION VIENNA/KREMS

Anke Pauker
MEd. Dipl.-Päd.

Mitarbeiterin Fachstelle für Gesundheitsförderung und Berufszufriedenheit, Schwerpunkt Gesundes Führen
"The preservation of health is easier than the cure of disease!" (B.J. Palmer)

zur Person

- Beratungslehrerin
- Ausbildung zur Sonderschul- und Sprachheillehrerin
- Gutachtertätigkeit für Sonder- und Verhaltenspädagogik
- Dipl. Sozialpädagogin
- Masterstudium für Primarstufenpädagogik

Der Begriff ‚Prävention' prägt in hohem Maße mein berufliches Tun und Wirken – ganz nach dem Prinzip beziehungsweise Sprichwort des Arztes Christoph Wilhelm Hufeland „Vorbeugen ist besser als Heilen". Das Ziel besteht darin, Ressourcen sowie Kompetenzen aufzubauen, die förderlich für die gesundheitliche Entwicklung sind und folglich die eigene Resilienz steigern. Selbstfürsorge – ein Prozess, sich auf physischer und psychischer Ebene um die eigene Gesundheit zu kümmern, ist meiner Ansicht nach unerlässlich, insbesondere für Menschen in Führungspositionen. Die eigenen Wünsche, Bedürfnisse sowie Grenzen aufzuzeigen als auch die Zufriedenheit und das Wohlbefinden zu stärken sind erforderlich, um möglichst wirksam, leistungsstark zu bleiben und – um letztlich `gesund` führen zu können.

Themenschwerpunkte

- Gesundes Führen
- Psychosoziale Gesundheit in Führungspositionen
- Leadership

Kontakt

anke.pauker@kphvie.ac.at