

**Christine Franke & Regina Roschmann**

## Gesundheitsorientierte Führung, Selbstführung und Sportaktivität – eine Untersuchung aus Sicht der Mitarbeitenden einer Krankenkasse

### Summary

Literature has been focusing increasingly on the relationship between health and work over the last years, e. g. with a view to physical activity. The study uses the approach of Health-oriented Leadership to examine the relationship between leadership, self-care of employees and physical activity. A relationship between three dimensions of self-care of employees and their physical activity was found, as well as between one dimension of staff care and health-oriented behaviour at the workplace. No relation was found between health-oriented behaviour of leaders and health-oriented behaviour of their followers at the workplace.

### Zusammenfassung

Betrachtungen zum Zusammenhang von Gesundheit und Arbeit haben zuletzt zunehmend Relevanz erhalten, auch mit Blick auf Bewegung. Die Studie beleuchtet mit dem Ansatz gesundheitsorientierter Führung die Zusammenhänge zwischen Führung, Selbstführung und Sportaktivität. Es zeigen sich Zusammenhänge zwischen drei Dimensionen der gesundheitsorientierten Selbstführung der Mitarbeitenden und ihrer Sportaktivität und zwischen einer Dimension der Führung und dem gesundheitsorientierten Verhalten der Mitarbeitenden am Arbeitsplatz. Zwischen dem gesundheitsförderlichen Verhalten der Führungskraft und dem Gesundheitsverhalten der Mitarbeitenden am Arbeitsplatz wurde kein Zusammenhang gefunden.

**Schlagnworte:** Führung, Selbstführung, sportliche Aktivität, betriebliche Gesundheitsförderung, HoL