

## 2.17 Gesunde Mitarbeiter durch Psychohygiene

Für den griechischen Philosophen Aristoteles war die Muße der Angelpunkt des Lebens und Hort menschlicher Glückseligkeit. Arbeit, Geschäftigkeit, Spiel (heute wäre damit Freizeit gemeint) galten den Griechen der Antike zwar als lebensnotwendig, doch die eigentliche Bestimmung des Menschen (bzw. den Wert menschlichen Daseins) sah man in der Muße. Eine Wertschätzung, die sich im Laufe der Zeit verlor. Muße taucht hin und wieder in Redewendungen wie: von der Muße geküsst, Mußestunde etc. auf, die wir verwenden - doch wer hat heute noch Zeit, Sinn für eine Stunde der Muße inmitten aller Hektik und allen Stresses, die Arbeit, Freizeit und vielfältige Verpflichtungen mit sich bringen.

Diese Seminar möchte die Teilnehmer anregen, sich hin und wieder eine Stunde (Zeit) der Muße zu gönnen. Auf einer Klärung dessen, was unter Muße zu verstehen sein könnte, aufbauend, haben die Teilnehmer die Möglichkeit, herauszufinden, welchen Stellenwert Zeiten der Muße in ihrem Alltag haben und haben könnten. Das Seminar bietet den Teilnehmern die Zeit und Gelegenheit – also die Muße – für sich selbst überlegen zu können, welche Freiräume ihnen möglich wären, schöpferische Pausen zu haben, Zeiten der Muße, in denen neue Einsichten und Perspektiven gewonnen werden können.

---

Zielgruppe: Alle Interessierte

---

Veranstalter: Fort- und Weiterbildungszentrum der  
LWL-Kliniken im Kreis Soest

---

Referent: Günter Englert

---

Termin:	17.01.2008	09:00 – 15:00 Uhr
	01.04.2008	09.00 – 12:00 Uhr

---

Ort: LWL-Klinik Warstein

---

Kosten: 120,- Euro, incl. Verpflegung