

Führungskräfteseminar

Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Zielgruppe: Führungskräfte

Ziele:

Burnout und psychische Erkrankungen verursachen mit die meisten Fehlzeiten und sind die häufigste Ursache für Frühverrentung. Durch psychisch belastete Mitarbeiter entstehen häufig psychosoziale Konflikte und Mehrarbeit für andere Mitarbeiter, dies kann die Belastungen und Erkrankungen weiter verstärken.

Dies stellt Führungskräfte vor ungewohnt sensible und schwierige Aufgaben. Es führt oft zu Verunsicherung und Unschlüssigkeit bezüglich des eigenen Urteils und der adäquaten Handlungsmöglichkeiten.

Das Seminar zielt auf eine Stärkung Ihrer Handlungssicherheit und Handlungskompetenz und beantwortet Fragen wie: "Was ist eine psychische Erkrankung?", "Wie erkenne ich das frühzeitig?", "Wie spreche ich Mitarbeiter an?" und "Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?"

Sie erhalten Anregungen, um das Thema psychische Erkrankungen aus der Tabuzone zu holen, Barrieren zu reduzieren und die psychische Gesundheit der Beschäftigten zu fördern

Inhalte:

Psychisch krank – was heißt das eigentlich?

- Abgrenzung Stress, Burnout und psychische Erkrankungen
- Häufigkeit und Verbreitung von psychischen Erkrankungen

Frühwarnsignale (psychisch) belasteter Mitarbeiter

- Vorstellung allgemeiner Merkmale psychisch belasteter Mitarbeiter
- Differenzierung auf der körperlichen, emotionalen, sozialen und leistungsbezogenen Ebene

Gesundheitsfaktoren am Arbeitsplatz

- Hintergrundwissen über Handlungsmöglichkeiten einer Führungskraft
- Förderung psychischer Gesundheit: Wege zur Ressourcenstärkung, zum Stressorenabbau und zur Gestaltung von Arbeits- und Organisationsbedingungen

Tipps für erfolgreiche Mitarbeitergespräche in Krisensituationen

- Leitlinien zur Gesprächsvorbereitung-/ Durchführung-/ Nachbereitung
- Hilfreiche Formulierungen für ein Vier-Augen Gespräch

Umgang mit psychisch belasteten/erkrankten Mitarbeitern – eine Handlungshilfe

- Betriebliche Anlaufstellen, Versorgungsnetzwerke und das H.I.L.F.E. Konzept
- Förderung der Umsetzung in den Alltag.

Seminarunterlagen

Anschauliche Lehr-/Lernunterlagen werden in Kurzform im Seminar verteilt und als ausführliche digitale Version zur Verfügung gestellt.

Dauer: 1 Tag

Referentin

Christel Krug, Diplom-Psychologin, Industriekauffrau,

Seit 1989 selbständige Führungskräfte-Beraterin und Trainerin, vorher in leitender Funktion im Maschinenbau tätig, Unternehmensberaterin (BDU), Supervisorin (BDP)