

Als Führungskraft kompetent umgehen mit psychischer Belastung bei Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

In dem 2x4-stündigen Seminar erlangen Sie grundlegendes Wissen zu den häufigsten psychischen Störungen, wie sich diese in der Arbeitswelt zeigen und wie Sie als Vorgesetzte oder Vorgesetzter darauf reagieren können. Anhand konkreter Fallbeispiele und von Ihnen selbst eingebrachten Beispielen klären wir Fragen wie

- Woran erkenne ich psychische Belastungen?
- Wie spreche ich Mitarbeitende an, bei denen ich eine psychische Belastung vermute?
- Was kann ich als Führungskraft tun, was ist sogar meine disziplinarische Aufgabe?
- Welche externen und internen Anlaufstellen gibt es für diese Fragestellung?
- Was kann ich als Führungskraft (präventiv) tun, um psychische Gesundheit zu fördern und Belastungen zu reduzieren?
- Überforderung und hohe Erwartungen managen – Abgrenzung ermöglichen

Durchgeführt wird das Training von Wiebke Rimasch, Dipl.-Psychologin, Psychotherapeutin i.A. (Tiefenpsychologie). Frau Rimasch arbeitet seit über 10 Jahren als Trainerin und Coach mit den Schwerpunkten Führungskräfte- und Persönlichkeitsentwicklung, psychische Gesundheit und als Psychotherapeutin.