

Umgang mit (psychisch) belasteten Mitarbeiterinnen: Handlungskompetenz gewinnen, Resilienz /Widerstandskraft stärken

Beschreibung:

Nach diesem Training unterscheiden Führungskräfte für sich und bei den Mitarbeitenden zwischen Stress, Überlastung und Verstimmungen und kennen mögliche Symptome echter psychischer Erkrankungen. Sie verfügen über praxiserprobte Handlungsoptionen.

Das Wissen um das Resilienz-Modell und dessen konkrete, lebenspraktische Anwendbarkeit im Alltag für sich selbst und die Mitarbeitenden / das Team unterstützt Führungskräfte dabei, ihre Arbeit souverän zu leisten.



Sie wissen um die Kraft einer guten Kommunikation und einer wertschätzenden Stimmung im Team und im Miteinander. Rahmen und Grenzen ihrer Verantwortung als Führungskraft sind klarer – so sind sie im Alltagsgeschäft und in Ausnahmesituationen sicherer.

Dauer:

2 Tage

Inhalte:

Den Unterschied zwischen Stress, Überlastung, echtem Burnout, mentalen Verstimmungen und psychischen Erkrankungen kennen.

Warnsignale für Überlast, möglichen Burnout oder ernste Erkrankungen erkennen.

Angemessen handeln - mit internen und externen Partnern kooperieren (z. B. Betriebsarzt, Personalabteilung, Beratungsstellen)

Das Resilienz-Modell - Widerstandskraft und Stärke ausbauen und stärken (Historie, Forschung, Modell, Anwendung, Praxisbezug)

Resilienz im Team

Grenzen der Verantwortung als Führungskraft erkennen, Selbstverantwortung der Mitarbeitenden einfordern

Diversität und verschiedene Stärken nutzen, „voneinander Lernen“ fördern