

# Professioneller und gesunder Umgang mit psychischen Belastungen in der Belegschaft

Emotionale Erschöpfung, Depersonalisation und **reduzierte Leistungsfähigkeit** sind bei psychischen Fehl- oder Überbelastungen die häufigsten Erscheinungen. Isolation, Gleichgültigkeit sowie zunehmende körperliche und psychosomatische Beschwerden sind typische Begleiterscheinungen dieser Entwicklung. Die Kollegen und direkten Führungskräfte nehmen diese **Veränderungen und Verhalten** wahr und sind gezwungen **darauf zu reagieren**.

- Nur, wie? Wie spreche ist so ein heikles Thema an?
- Was sage ich wie? Welche Maßnahmen helfen?

Hintergrundwissen, ein Leitfaden zur Gesprächsführung und Sensibilisierung zum eigenen Führungsverhalten machen solche Situationen einfacher.

## DER NUTZEN FÜR DIE TEILNEHMERINNEN

- Ursprung und Faktoren psychischer Belastungen kennen lernen
- Leitfaden und Durchführung solcher kritischen Gespräche
- Reflexion zu „Führen Sie krankmachend oder gesund?“

## EMPFEHLENSWERT FÜR

- BGF-Verantwortliche und Führungskräfte

## ANZAHL DER TEILNEHMERINNEN

- Individuell. Ab 12 Personen wird eine zusätzliche Beraterin hinzugezogen

## DAUER

- ab 1 Tag

## KONTAKT:

- [office@dieberaterinnen.com](mailto:office@dieberaterinnen.com)



DIEBERATERINNEN