

Umgang mit psychisch beanspruchten Beschäftigten

2-Tages Seminar



Belastungssituationen und Stress können positiv herausfordern und zu Höchstleistungen antreiben, aber langfristig auch zu chronischer Beanspruchung, Überforderung und Krankheit führen.

Die Balance zwischen äußeren Anforderungen, deren Wahrnehmung und den eigenen Bewältigungsmöglichkeiten sowohl für sich als auch für Beschäftigte steht im Fokus des zweitägigen Seminars.

Es geht darum, Warnsignale zu erkennen, Belastungsursachen zu analysieren und Ressourcen aufzubauen. Dabei geht es sowohl um Belastungen und Ressourcen in der Organisation bzw. bei den Beschäftigten als auch um persönliche Belastungssituationen der Teilnehmenden.

Im Einzelnen umfasst das Seminar die folgenden Inhalte:

- Belastung und Stress:
- Belastung & Stress was ist das eigentlich, wie kommt es
- Individuelle und organisationale Ursachen für psychische Belastungen und Stress.
- Analyse der eigenen Stressbelastung und persönlicher Stressverstärker, Strategien zur Stressbewältigung.
- Psychische Widerstandsfähigkeit (Resilienz) entwickeln.
- Psychosoziale Belastungssituationen und psychische Erkrankungen:
- Überblick zu psychischen Erkrankungen.
- Handlungsmöglichkeiten und Grenzen der Unterstützung.
- Beschäftigte auf Belastungssituationen und Verhaltensänderungen und nach der Wiederkehr aus einer psychischen Erkrankung empathisch ansprechen.

Gruppengröße

Maximal 10 Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Referentinnen

Dipl.-Psych. Nicole Scheibner, Linda Banko und Lisa Zimathies

Teilnahmebeitrag

EUR 490,00 pro Person inklusive Seminarunterlagen und Verpflegung während des Seminars (zzgl. MwSt.)

Ort

EO Institut GmbH, Schumannstr. 17, 10117 Berlin

Termin und Seminarzeiten

Mi, 05.07.2017: 09:00 bis 15:00 Uhr & Do, 06.07.2017: 09:00 bis 15:00 Uhr

Anmeldung

Unter Angabe von Name, Unternehmen und Kontaktdaten bis zum 26.06.2017 per Email an info@EO-Institut.de

Informationen & Rückfragen

EO Institut GmbH, Schumannstraße 17, 10117 Berlin Telefon (030) 400 40 700 Fax (030) 400 40 709 www.EO-Institut.de