

MEIN ANGEBOT

MEINE EINLADUNG AN SIE – Inhouse und in eigenen Seminarräumen –

Vieles trägt dazu bei, dass Menschen bei der Arbeit erschöpft und dauerhaft überlastet sind. Das können **PERSONLICHE EINSTELLUNGEN** und Erwartungen an die Arbeit und der Wegfall privater, sozialer Beziehungen sein oder **BEDINGUNGEN BEI DER ARBEIT** wie Arbeitsverdichtung, Umstrukturierungen oder der Wegfall von Ressourcen wie Handlungsspielraum und eine Kultur der Wertschätzung.

Mit meinen Seminaren möchte ich Sie – Führungskräfte, Beschäftigte und betriebliche Akteure – dabei unterstützen, auch in aufreibenden und belastenden Situationen bei der Arbeit gesund und handlungsfähig zu bleiben, Belastungen Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern rechtzeitig anzusprechen und für gesunde Arbeitsbedingungen zu schaffen.

Was macht eigentlich wirklich psychisch krank bei der Arbeit und wie gehe ich damit um? Wie erkenne ich psychische Belastungen und spreche sie an? Wie bleibe ich auch in schwierigen Situationen am Arbeitsplatz psychisch gesund? Wie kann ich die Arbeitsbedingungen für meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter so gestalten, dass Gesundheit, Motivation und Leistungsfähigkeit meiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gefördert werden?

Antworten auf diese Fragen geben Themen wie „Gesund Führen“, „Resilienz“ oder ein Überblick über psychische Belastungen und Erkrankungen am Arbeitsplatz.

Ich freue mich darauf, Sie in einem Seminar auch persönlich zu begrüßen.

Carsten Burfeind

Arbeitsfähigkeit
erhalten | fördern | wiederherstellen

Psychische Gesundheit
in der Arbeitswelt

WEITERE INFORMATIONEN UNTER
WWW.BURFEIND-BERATUNG.DE

KONTAKT

Carsten Burfeind, M. A.

Burfeind Training | Beratung | Mediation

Heidenheimer Str. 5
13467 Berlin

Tel.: 030 5321 3993
Mobil: 0178 680 80 80

Mail: info@burfeind-beratung.de
USt-IdNr. DE289099834

www.burfeind-beratung.de
www.arbeitsfaehigkeit.de
www.psyga.de



© 2016 Burfeind Training | Beratung | Mediation

Burfeind
Training | Beratung | Mediation



Ein Baustein für Ihre Zukunft
– und für Ihr Unternehmen

■ FÜHRUNG

GESUND FÜHREN PSYCHISCHE BELASTUNGEN ERKENNEN

Führungskräfte und Menschen mit Personalverantwortung haben es häufig mit Führung unter schwierigen Arbeitsbedingungen und von psychisch belasteten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu tun.

In diesem Seminar geht es um individuelle und um betriebliche Ursachen psychischer Fehlbelastungen, um den Zusammenhang von Führung und seelischer Gesundheit – und um Ihre eigenen Belastungen. Sie lernen, arbeitsbedingte psychische Fehlbelastungen zu erkennen und anzusprechen und Elemente der Prävention psychischer Fehlbelastungen in ihr Führungsverhalten zu integrieren.

Inhalte:

- Einführung in das Thema psychische Erkrankungen
- Relevanz psychischer Erkrankungen im Unternehmen
- Ausgewählte psychische Erkrankungen
- Psychisch belastende und stärkende Faktoren der Arbeit
- Selbstsorge und Stressbewältigung
- Psychische Fehlbelastungen erkennen und ansprechen
- Betriebliche Wiedereingliederung



■ BESCHÄFTIGTE

RESILIENZ HANDLUNGSFÄHIG TROTZ STRESS

Arbeitsverdichtung, geringer Handlungsspielraum und wenig Wertschätzung führen zu beruflicher Erschöpfung und psychischen Fehlbelastungen bei der Arbeit. Resilienz und Achtsamkeit ermöglichen uns, in belastenden Situationen seelisch gesund und handlungsfähig zu bleiben.

Dieses Seminar gibt Ihnen nicht nur einen Überblick über Ursachen und Auswirkungen psychischer Fehlbelastungen. Sie lernen auch, arbeitsbedingte Fehlbelastungen zu erkennen und Ihre individuellen Möglichkeiten der Stressbewältigung zu aktivieren.

Inhalte:

- Einführung in das Thema psychische Erkrankungen
- Psychische Erkrankungen am Arbeitsplatz
- Belastende und stärkende Faktoren der Arbeit
- Stress, Stressbewältigung, Stressmanagement
- Was ist „Resilienz“?
- Die sieben Säulen der Resilienz
- Strategien für den Alltag



■ AKTEURE

EINFÜHRUNGSSEMINAR PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN AM ARBEITSPLATZ

In diesem Grundlagenseminar geht es um individuelle und um betriebliche Ursachen psychischer Fehlbelastungen bei der Arbeit, wie die Arbeitsbedingungen und den Zusammenhang von Führung und seelischer Gesundheit. Sie lernen, arbeitsbedingte psychische Fehlbelastungen zu erkennen und Bedingungen von gesunder Arbeit in den Umgang miteinander und in die betrieblichen Prozesse zu integrieren.

Inhalte:

- Einführung in das Thema psychische Erkrankungen
- Relevanz psychischer Erkrankungen im Unternehmen
- Ausgewählte psychische Erkrankungen
- Psychisch belastende und stärkende Faktoren der Arbeit
- Stress und Stressbewältigung, Resilienz
- Psychische Fehlbelastungen erkennen und ansprechen
- Betriebliches Gesundheitsmanagement und Betriebliche Wiedereingliederung

