



Virtual Classroom

## Handlungshilfen bei Burn-out und anderen psychischen Erkrankungen

### Störungsbilder verstehen und kompetent handeln können

Burn-out, Depressionen, Angststörungen und andere Störungsbilder beeinflussen zunehmend unser Leben. Die Konfrontation mit diesen Themen im Arbeitskontext kann verunsichern. Das Webinar hilft, die Krankheitsbilder zu verstehen und zeigt Handlungshilfen auf für einen konstruktiven und sensiblen Umgang mit betroffenen Mitarbeitern.

**Buchungsnummer**

31731

**Lerndauer**

3 Module á 2 Stunden (1 Modul pro Tag)  
(+ Option für 1 x 1,5 Stunden nach ca. 4 Wochen als Reflektion und Austausch)

**Preis**

Individuell auf Anfrage

 **Lernziele**

- ✓ Sie lernen das Verhalten von Menschen mit psychischen Störungsbildern besser einzuschätzen.
- ✓ Sie erfahren Hintergründe über Auslöser und Verläufe von psychischen Störungsbildern.
- ✓ Sie erhalten Hilfestellungen für das Führen von Gesprächen mit betroffenen Mitarbeitern.
- ✓ Sie bekommen Anregungen und Tipps für ein angemessenes und zielführendes Verhalten in schwierigen Situationen. Best Practices in der Umsetzung hat als auch selbst Erfahrungen als HR-Business-Partner und Personalleiter sammeln konnte.

 **Inhalte****Unterschiede von psychischen Erkrankungen erkennen können**

- Depression und Burn-out
- Angststörungen und Zwangserkrankungen
- Schizophrenie und andere Psychosen
- Abhängigkeitserkrankungen
- Frühsymptome und Warnsignale

**Das Burn-out-Modell**

- Warnsymptome des Burn-outs
- Phasenverlauf und Handlungsmöglichkeiten
- Belastungsfaktoren am Arbeitsplatz
- Burn-out-Prävention

**Umgang mit psychischen Störungen**

- andere in ihrem persönlichen Erleben verstehen
- Selbst- und Fremdbild abgleichen: psychische Belastungen zum Thema machen
- Gesprächstipps – Themen adäquat an- und besprechen
- die eigene Abgrenzung vom Thema/Ihre Rolle als Führungskraft
- angemessene Lösungen finden

**Praxisfälle**

- Besprechung und Lösungsfindung für eigene Praxisfälle

