

LEITLINIEN UND ORGANISATIONSKULTUR		INDIVIDUELLE KOMPETENZ-ENTWICKLUNG		FÜHRUNG UND PERSONALMANAGEMENT		ORGANISATION UND ARBEITSTECHNIKEN	
Compliance	Chancengleichheit	Gesund bleiben am Arbeitsplatz	Karriere machen bei der Stadt Mannheim	Führung - unsere Grundlagen	Führungs-kompetenz stärken	Projekt- und Prozessmanagement	Verwaltungswissen
Umgang mit Veränderung	Kommunikation, Kooperation & Zusammenarbeit	Persönliche und soziale Kompetenzen	Coachings und Beratungsangebote	Personalentwicklung und Recruiting	Arbeitsrecht und Personalverwaltung	IT-Training	Tools, Arbeitstechniken und -methoden

## PSYCHISCHE GESUNDHEIT AM ARBEITSPLATZ

### Die besondere Rolle von Führungskräften, Personalvertretungen und anderen internen Fachkräften

#### Zielgruppe

Führungskräfte, (Gesamt-)Personalvertretungen, (Gesamt-)Schwerbehindertenvertretungen, Mitarbeiter\*innen der Personalstellen, Personalbetreuungen, Suchtbeauftragte, Ausbilder\*innen, Anleiter\*innen

#### Einführung

Ob Digitalisierung oder „normale“ Veränderungsprozesse - Komplexität und Dynamik steigen weiter beträchtlich. Und das mit möglichen Auswirkungen auf die psychische Gesundheit. Gleichzeitig wird immer häufiger über psychische Belastungen gesprochen, in den Medien ist „Burnout & Co.“ immer noch präsent.

So stellt sich die Frage, wer im Arbeitskontext welche Möglichkeiten hat, um sich selbst, die Kolleginnen\*/Kollegen\* und Mitarbeitenden vor Überlastungen zu schützen.

#### Ziel

- Sie haben eine Übersicht zu relevanten Themen erhalten.
- Möglicherweise vorhandenes Falsch- und Unwissen konnten aufgelöst werden.
- Ihre Verantwortung und Ihre Rolle sind Ihnen bekannt.

#### Leitlinien- bzw. DV-Bezug

Führungskräfte bewältigen die besondere Herausforderung, sorgsam mit ihren eigenen Ressourcen umzugehen und die Arbeit für die ihnen anvertrauten Mitarbeitenden gesundheitsförderlich zu gestalten.

#### Programm

- Zahlen, Daten, Fakten - Hintergrundinformationen
- Übersicht zu Ansatzpunkten der gesunden Leistungsstärke
- für sich persönlich: persönliche Gesundheit und Stabilität gekoppelt mit Fähigkeiten, die eigene Balance wiederzugewinnen
- Umgang mit Stress als zentrales Thema: Ansätze der Gehirnforschung für mehr mentale Stärke
- im kollegialen Umfeld: Fürsorge durch Wahrnehmung und Ansprache von möglichen Überlastungen anderer
- auf Organisations- oder Teamebene: Ansatzpunkte für psychische Stabilität finden

**Seminarnummer:**  
B.2.1.1

**Methode:**  
interaktiver Vortrag

**Referent\*in:**  
Dr. Petra Bernatzeder  
Diplom-Psychologin

**Termin:**  
11.03.2021

**Zeit:**  
09:30 Uhr – 11:30 Uhr

**Ort:**  
Die Durchführung erfolgt mit Cisco Webex Meetings.

**Anmeldeschluss:**  
22.02.2021

**Gebühr:**  
zentral finanziert