



PSYCHISCHE GESUNDHEIT AM ARBEITSPLATZ

Die besondere Rolle von Führungskräften, Personalvertretungen und anderen internen Fachkräften

Zielgruppe

Führungskräfte, (Gesamt-)Personalvertretungen, (Gesamt-)Schwerbehindertenvertretungen, Ausbilder*innen

Einführung

Ob Krisen, Klimawandel, Digitalisierung, Pandemie 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, Kolleg*innen und Mitarbeitende vor Überlastungen zu schützen.

Ziel

- Sie haben eine Übersicht zu relevanten Themen erhalten.
- Möglicherweise vorhandenes Falsch- und Unwissen konnte 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 für eine gesunde Leistungsstärke
- Für sich persönlich: 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.2.1.4

Methode:
Interaktiver Vortrag

Referent*in:
Dr. Petra Bernatzeder
Diplom-Psychologin

Termin:
28.01.2026

Zeit:
10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Ort:
Die Durchführung erfolgt mit Cisco Webex Meetings

Anmeldeschluss:
23.12.2025

Gebühr:
zentral finanziert

[ZUR ANMELDUNG IM
PERSONALPORTAL](#)

Sie haben aktuell keinen Zugriff auf das Personalportal? Dann nutzen Sie bitte unser Anmeldeformular.

[ANMELDEFORMULAR](#)