

| LEITLINIEN UND ORGANISATIONSKULTUR | | INDIVIDUELLE KOMPETENZ-ENTWICKLUNG | | FÜHRUNG UND PERSONALMANAGEMENT | | ORGANISATION UND ARBEITSTECHNIKEN | |
|------------------------------------|---|-------------------------------------|--|------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| Werte, Regeln, Vorschriften | 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 |

MENTALE GESUNDHEIT IM TEAM

Führungskräfte als erste Anlaufstelle bei psychischen Belastungen

Zielgruppe

alle Führungskräfte

Einführung

In diesem Vortrag erfahren Führungskräfte, wie sie psychische Belastungen im Team frühzeitig erkennen und proaktiv handeln können. Sie erhalten wertvolle Einblicke, wie Sie als erste Anlaufstelle für Ihre Mitarbeitenden agieren und ein Arbeitsumfeld schaffen, in dem mentale Gesundheit eine zentrale Rolle spielt. Entdecken Sie praxisorientierte Strategien, um Stress und Überforderung zu identifizieren und Ihre Mitarbeitenden nachhaltig zu unterstützen.

Lernen Sie, wie Sie mit Empathie und gezielten Maßnahmen nicht nur die Resilienz Ihres Teams stärken, sondern auch dessen Leistung und Engagement langfristig fördern können. Werden Sie zu einer starken Stütze in schwierigen Zeiten und fördern Sie das Wohlbefinden Ihrer Mitarbeitenden.

Ziel

- Sie wissen, wie Sie psychische Belastungen frühzeitig erkennen und proaktiv darauf reagieren können.
- Sie haben gelernt, als erste Anlaufstelle für Ihre Mitarbeitenden zu agieren und mit Empathie auf mentale Herausforderungen zu reagieren.
- Sie kennen Ihre Verantwortung und die Grenzen dieser Fürsorgepflicht.
- Sie sind in der Lage, ein gesundes Arbeitsumfeld zu fördern und das Wohlbefinden Ihres Teams nachhaltig zu stärken.
- Sie kennen und nutzen praxisorientierte Strategien, um Stress und Überforderung zu identifizieren und erfolgreich entgegenzuwirken.

Leitlinien- bzw. DV-Bezug

- Wir bauen Vertrauen auf. Wir gestalten eine gesundheitsförderliche Arbeitsumgebung.
- Ich bin achtsam gegenüber dem Befinden anderer.

Programm Leitlinien

- Bedeutsamkeit psychischer Gesundheit: Zahlen, Daten, Fakten
- Zusammenhang zwischen Stress, mentaler Stärke und Leistung
- Strategien zur Stressbewältigung und Förderung der Resilienz
- Früherkennung psychischer Belastungen im Team
- Fallbeispiele
- Empathische Kommunikation und erste Anlaufstelle für Mitarbeitende
- Präventive Maßnahmen für die mentale Gesundheit am Arbeitsplatz
- Förderung eines gesunden und unterstützenden Arbeitsumfeldes



Seminarnummer:
P26-2.3.2

Methode:
Theoretische Impulse, Methoden, Austausch

Referent*in:
Dr. Petra Bernatzeder
Diplom-Psychologin

Termin:
16.03.2026

Zeit:
10:00 Uhr – 12:00 Uhr

Ort:
Die Durchführung erfolgt mit Cisco Webex Meetings

Anmeldeschluss:
09.02.2026

Gebühr:
zentral finanziert

**ZUR ANMELDUNG IM
PERSONALPORTAL**

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

ANMELDEFORMULAR

