

# UMGANG MIT PSYCHISCH BELASTETEN MITARBEITERN

## Psychische Belastung erkennen, präventiv vorsorgen und begleiten

Burn-out und Depression – das Resultat aus Leistungsdruck, hoher Arbeitsanforderung und emotionaler Inanspruchnahme – belastet folgeschwer die Gesundheit Ihrer Kolleg\*innen. Psychische Belastungen sind allgegenwärtig und bergen ein großes Risikopotenzial für die Gesundheit der Belegschaft, aber auch für das Unternehmen – strukturell und finanziell.

Als Mitglied des Betriebsrats können Sie die Belegschaft wirksam davor schützen. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie psychische Belastungen frühzeitig erkennen und wie Sie Betroffene im Betrieb sinnvoll unterstützen können.

Seminar gemäß § 37 Abs. 6 BetrVG

### SEMINARINHALTE

#### Grundlagen und Ausgangspunkt

- Was sind psychische Erkrankungen?
- Die wichtigsten Störungsbilder
- ICD-10: Das Kataster
- Grundlagen des betrieblichen Gesundheitsmanagements

#### Umgang mit psychisch belasteten Mitarbeitern

- Das Belastungs-/Beanspruchungskonzept
- Was ist Stress (Funktionsprinzipien, Reaktionen und Auswirkungen)?
- Warnsignale für psychische Belastung und Erkrankung bei mir und meinen Mitarbeitenden
- Ursachen und Auslöser psychischer Belastung
- Diathese-Stress-Modell

#### Möglichkeiten in der Prävention und Rehabilitation?

- Schutz und Stärkung der psychischen Gesundheit
- Resilienz
- Genesungswege

#### Rechtliche und organisatorische Grundlagen

- Gesetzliche Vorgaben zu Gefährdungsbeurteilung und betrieblichem Eingliederungsmanagement
- Rechtliche Rahmenbedingungen und Intervention des Betriebsrats bei psychischen Belastungen

#### Psychische Gesundheit und Führungsverantwortung

- Handlungsleitfäden und interne Vereinbarungen
- Angemessen fordern und fördern
- Gesunde Kommunikation

#### Handlungsfelder des Betriebsrats

- Beobachten und begleiten
- Interventionsmöglichkeiten
- Gesprächsführung mit Betroffenen

#### Externe und interne Unterstützung

- Einbindung Betriebsärzte und Arbeitssicherheit
- Externe Hilfsangebote
- Ärzte, Selbsthilfegruppen, Therapieeinrichtungen

### DIESE FÄHIGKEITEN ERWERBEN SIE

- Sie sind sensibilisiert für Veränderungen bei Mitarbeiter\*innen, die auf psychische Belastungen hindeuten können.
- Sie können Ihre das Gremium und die Betriebsleitung für dieses enorm wichtige Thema sensibilisieren.
- Sie kennen die rechtlichen Grundlagen der Gefährdungsbeurteilung am Arbeitsplatz.
- Sie kennen die möglichen Auslöser psychischer Belastung und Möglichkeiten der Prävention.
- Sie kennen Handlungsoptionen für den Umgang und die Unterstützung psychisch belasteter Mitarbeiter.

### TERMINE

2-Tage Seminar

22.05. – 23.05.2025 Bad Bayersoien

12.11. – 13.11.2025 St. Englmar

### SEMINARPREISE

MwSt. befreit, zzgl. Verpflegung und Unterkunft

1.090 Euro (1. Teilnehmer\*in)

1.040 Euro (2. Teilnehmer\*in)

990 Euro (3. Teilnehmer\*in)

930 Euro (weitere Teilnehmer\*innen)