

# JAV – PSYCHISCHE BELASTUNGEN

## Warnsignale erkennen und entgegenwirken

Steigender Leistungsdruck, Arbeitsüberlastung, Konflikte in der Ausbildung, mit der Familie oder Freunden: Psychische Belastungen sind ein ernstes Thema. Die JAV muss dies im Blick haben. In diesem Seminar lernen Sie, welche Rolle die psychischen Belastungen in der modernen Arbeitswelt vor allem für Jugendliche spielen und welche Folgen sie haben können. Mit diesem Hintergrundwissen erkennen Sie erste Symptome und Warnsignale rechtzeitig und können Ihre betroffenen Kolleg\*innen unterstützen.

Seminar gemäß § 37 Abs. 6 BetrVG

### SEMINARINHALTE

#### Grundlegendes Wissen

- Der Gesundheitsbegriff nach WHO
- Das Belastungs- und Beanspruchungsmodell
- Merkmale, Symptome und Warnsignale von psychischen Belastungen

#### Die Rolle von psychischen Belastungen in der modernen Arbeitswelt

- Was sind (psychische) Belastungen?
- Was sind (psychische) Beanspruchungen?
- Wodurch entstehen (psychische) Beanspruchungen?
- Stress in der modernen Welt – Eustress vs. Distress

#### Die moderne Arbeitswelt

- Herausforderungen, Entwicklungen und Trends
- Welche Folgen das für Arbeitnehmer\*innen hat
- Welche Folgen das für die Unternehmenswelt hat
- Zahlen, Daten, Fakten – was man dazu wissen muss

#### Grundlagen

- Ursachen für psychische Fehlbelastungen
- Merkmale und Symptome
- Warnsignale erkennen
- Psychische Belastungen und ihre Folgen
- Rechtliche Grundlagen

#### Handlungsmöglichkeiten im Betrieb

- Die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen
- Die rechtlichen Vorgaben und Rahmenbedingungen
- Der Ablauf der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen
- Die Merkmalsbereiche der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen
- Analysetools und -möglichkeiten
- Wie kann die JAV die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen effizient für sich nutzen?
- Wie kann das Thema im Gremium bekannt gemacht werden?

### DIESE FÄHIGKEITEN ERWERBEN SIE

- Sie erfahren, wie Sie psychische Belastungen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen erkennen.
- Sie lernen die Herausforderungen der neuen Arbeitswelt kennen und verstehen deren Zusammenhang mit psychischen Belastungen.
- Sie wissen über Handlungsmöglichkeiten im Betrieb Bescheid und lernen die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen kennen.
- Sie verstehen, wie Sie Gefährdungsbeurteilungen psychischer Belastungen nutzen können.

### TERMINE

3-Tage Seminar

04.06. – 05.06.2025 Schliersee  
24.11. – 25.11.2025 Tännesberg

### 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)