

Mental Gesundheit an der Arbeit



Heutzutage ist es üblicher, am Arbeitsplatz über die psychische Gesundheit zu sprechen. Allerdings haben wir nicht immer das Gefühl, zu verstehen, was psychische Gesundheitsprobleme sind, wie wir sie erkennen können oder wie wir Angestellter unterstützen können, die mit psychischen Gesundheitsproblemen zu kämpfen haben. In diesem Workshop fokussieren wir uns auf die Sensibilisierung und Gesprächsführung betreffs psychischer Gesundheit am Arbeitsplatz.

Ziele

- Verstehen, was psychische Gesundheit bedeutet
- Übersicht über häufige psychische Erkrankungen
- Erkennen von Frühanzeichen einer schlechten psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz
- Praktische Hilfsmittel für Führungskräfte zum Umgang mit psychischer Gesundheit am Arbeitsplatz (z.B. Gesprächseinstieg, Fallstudien, Rollenspiele)

Leistung vivit

- Terminkoordination mit dem Kunden
- Vor- und Nachbereitung
- Umsetzung

Inhalte

- Was bedeutet Psychische Gesundheit?
- Häufige psychische Gesundheitsprobleme
- Frühanzeichen einer schlechten psychischen Gesundheit
- Was kann ich tun?

Leistung Kunde

- Terminplanung und Koordination
- Information und Einladung Mitarbeitende
- Räumlichkeiten und Material (Beamer, Laptop Flipchart, Moderationskoffer...)

Die Inhalte und die Preise werden in Abhängigkeit der Dauer angepasst. Es gelten unsere Allgemeinen Geschäfts- und Zusatzbedingungen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Gerne sind wir persönlich für Sie da.

vivit
Kompetenzzentrum für Gesundheit und Prävention der CSS
Tribtschenstrasse 21
Postfach 2568
6002 Luzern
058 277 60 00
info@vivit.ch
www.vivit.ch