

# Gesundheit, Psyche und Arbeit

Gesundheit stärken, Auffälligkeiten erkennen und vorbeugen

<b>Kurstyp</b>	Seminar
<b>Themen</b>	HR Management

## Beschreibung

Gesunde Mitarbeitende sind ein zentraler Faktor für Leistungsfähigkeit und Betriebserfolg. Das betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) setzt genau hier an: Die Arbeit und die Arbeitsbedingungen gesundheitsfördernd zu gestalten. Als Führungspersonen haben Sie eine Schlüsselrolle im BGM. Der erste Teil des Seminars beleuchtet Zusammenhänge zwischen Arbeit und Gesundheit und zeigt Ansatzpunkte, wie Sie im BGM aktiv werden können.

Der zweite Teil des Seminars fokussiert auf das Thema psychische Gesundheit und Früherkennung. Denn es gilt: keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit. Psychische Erkrankungen sind der Hauptgrund für Arbeitsabsenzen und Arbeitsunfähigkeit. Was sind verbreitete Frühwarnsignale und wie gehen Sie vor, wenn Mitarbeitende psychisch erkranken? Ein Leitfaden mit Fallbeispielen und praktischen Übungen stärkt Ihre Sicherheit mit dem Thema psychische Gesundheit und im Führen von belastenden Mitarbeitenden. Zudem zeigt er, wer Sie dabei unterstützt.

**Falls vorhanden: eigene Fälle von psychisch belasteten oder erkrankten Mitarbeitenden.**

## Was Sie erwartet

Das Seminar ist interaktiv gestaltet. Theoretische Inputs wechseln sich mit Diskussionen, Übungen und Fallbesprechungen ab. Der Seminarleitung ist es wichtig, dass Teilnehmende ihre eigenen Erfahrungen einbringen und das Gelernte in praktischen Übungen vertieft wird.

- Kompakter theoretischer Input zum übergreifenden Thema Arbeit und Gesundheit, zum BGM und zum Thema psychische Gesundheit
- Erste Ansatzpunkte und Umsetzungsmöglichkeiten fürs BGM
- Leitfaden mit konkreten Empfehlungen für die Früherkennung und Umgang mit Auffälligkeiten
- Diskussion, Übung und Erfahrungsaustausch

## Ermässigungen und Pakete

10% Rabatt: Mitglieder des Kaufmännischen Verbandes Zürich erhalten eine Ermässigung von 10% auf die Kurskosten. [Alle Infos zur Mitgliedschaft.](#)

## Inhalte in Kürze

- Einführung & Ansatzpunkte BGM
- Gesunde Führung
- Definition psychische Gesundheit & Erkrankung, Verbreitung & Folgen für Betriebe
- Frühwarnsignale erkennen
- Mit dem 5A-Leitfaden für Vorgesetzte handeln: Ansprechen, Gesprächsführung & Handlungsschritte in herausfordernden Führungssituationen
- Fallarbeit & Austausch

<b>Teilnehmende</b>	Das Seminar richtet sich an Führungskräfte und HR-Fachpersonen aus allen Branchen
---------------------	---

<b>Dauer</b>	1 Tag
--------------	-------

<b>Termin/e und Ort/e</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 21.11.2024 / 08.30 - 16.30 Uhr KV Business School Zürich, Bildungszentrum Sihlpost, direkt beim HB Zürich</li></ul>
---------------------------	---

<b>Preis</b>	595 CHF
--------------	---------

**Trainer/-in**

Philipp Schwaninger

Philipp Schwaninger, Psychologe und Unternehmenscoach Prävention SVA Zürich, arbeitete als Psychologe im Suchtbereich und promovierte in der gesundheitspsychologischen Forschung im Bereich der Gesundheitsförderung. Bei der SVA Zürich ist er in der Präventionsarbeit tätig und unterstützt Unternehmen in der Früherkennung und Förderung der psychischen Gesundheit sowie in Fragen zu psychisch bedingten Arbeitsproblemen.

---

**Bildungsberater/-in**

Karin Wild

+41 44 974 30 47

KWild@kv-business-school.ch

---