

Xpert Circle - Leadership zwischen Burnout und Depression

Erkennen und Umgang mit psychischen Belastungen bei Mitarbeitenden

Kurstyp	Event
Beschreibung	Jeder dritte Arbeitnehmende erfährt innerhalb eines Jahres psychische Belastungen. Die Führungskraft spielt für die meisten Betroffenen eine zentrale Rolle in dieser Situation: sie bewegt sich zwischen Fürsorgepflicht und Leistungsvereinbarung. Doch wie erkennt man überhaupt psychische Probleme bei Mitarbeitenden? Und wie geht man damit um?
Preis	150 CHF
Dauer	1/2 Tag
Termin/e und Ort/e	<ul style="list-style-type: none">30.10.2025, 08.00 - 12.00 Uhr KV Business School Zürich, Bildungszentrum Sihlpost, direkt beim HB Zürich

Programm	<p>Donnerstag, 30. Oktober 2025 Xpert Circle - Leadership zwischen Burnout und Depression 08:00- 09:10 Uhr Austausch beim Netzwerk-Zmorge und Begrüssung Marcel Rüfenacht - Referent:in</p> <p>Starten Sie gut gestärkt in den Tag und geniessen Sie Kaffee und Brain-Food beim Netzwerk-Zmorge. So lassen sich die ersten Kontakte knüpfen und der Austausch starten, den Sie im Verlauf des Vormittags weiterführen können. Herzlich willkommen!</p> <hr/> <p>Donnerstag, 30. Oktober 2025 Xpert Circle - Leadership zwischen Burnout und Depression 09:10- 10:00 Uhr Psychische Gesundheit und Arbeit Julia Widler - Referent:in</p> <p>Krankschreibungen aufgrund psychischer Probleme dauern im Schnitt sieben Monate und kosten die Arbeitgeber in der Schweiz jährlich 6.5 Mrd. Franken. Grund genug für Unternehmen auf die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeitenden zu achten. Doch was sind sinnvolle Massnahmen, die Mitarbeitenden wirklich helfen? Wie erkennt man psychische Belastungen und was darf man erwarten?</p> <p>Führungskräfte können durch ihr Führungsverhalten Mitarbeitende mit psychischen Belastungen unterstützen. Doch neben der Fürsorgepflicht der Führungskraft ist auch die Mitwirkungspflicht der Mitarbeitenden entscheidend. Viele Dinge erledigen sich von alleine, wenn man erst mal abwartet. Psychische Probleme gehören nicht dazu.</p> <hr/> <p>Donnerstag, 30. Oktober 2025 Xpert Circle - Leadership zwischen Burnout und Depression 10:00- 10:20 Uhr Pause Marcel Rüfenacht - Referent:in</p> <p>In der Pause gibt es eine weitere Stärkung für alle und wir laden die Teilnehmer:innen zum Netzwerken ein.</p> <hr/>
-----------------	---

Donnerstag, 30. Oktober 2025 | Xpert Circle - Leadership zwischen Burnout und Depression | 10:20- 11:10 Uhr

World Café: Erkennen und Umgang mit psychisch belasteten Mitarbeitenden
Julia Widler - Referent:in

Durch fünf verschiedene interaktive und multimediale Stationen lernen die Teilnehmenden eine Sensibilisierung für psychische Belastungen, eine Einordnung ihres Handlungsspielraums, Ansätze für gesundheitsförderliches Führungsverhalten und Tipps für die Gesprächsführung bei verschiedenen psychischen Belastungen.

Donnerstag, 30. Oktober 2025 | Xpert Circle - Leadership zwischen Burnout und Depression | 11:10- 11:25 Uhr

Diskussion der Key Learnings im Plenum
Julia Widler - Referent:in

Die Teilnehmenden dürfen ihre Erfahrungen, Anregungen und Fragen aus dem Erlebten und ihrem persönlichen Erfahrungsschatz teilen und diskutieren.

Donnerstag, 30. Oktober 2025 | Xpert Circle - Leadership zwischen Burnout und Depression | 11:25- 11:55 Uhr

FAQs, Take-outs & Abschluss
Marcel Rüfenacht - Referent:in

Vor dem Abschluss des Xpert Circles haben die Gäste immer noch die Möglichkeit, Fragen zu stellen, Unklarheiten zu klären und Anregungen einzubringen. Gerne laden wir alle im Anschluss zu einem Umtrunk und einem weiteren Austausch untereinander ein. Auch die Referent:innen werden sich gerne an den meist regen Diskussionen beteiligen.

Kontakt

Marcel Rüfenacht
+41 44 974 30 39
mruefenacht@kv-business-school.ch

Referent:in

Marcel Rüfenacht

Referent:in

Meine Leidenschaft gilt dem Marketing. Wir alle sind Marketing. Ich habe das Privileg, täglich mit vielen Menschen zu tun zu haben, welche in der Marketing-Welt den essentiellen Unterschied machen. Digitalisierung hin oder her. Als nicht Digital Native bin ich ein Fan, klassisches und digitales Marketing zu kombinieren. Lebenslanges Lernen gehört für mich aber da dazu. In meiner Dozententätigkeit an der KV Business School inspiriere, begleite und befähige ich Marketing-Interessierte ihren eigenen Weg mit viel Freude zu gehen.

Julia Widler

Referent:in

Julia Widler arbeitet als Unternehmenscoach Prävention bei der SVA Zürich. Sie ist Wirtschaftswissenschaftlerin und Psychologin, hat in der Privatwirtschaft im Projektmanagement und in Führungsfunktionen gearbeitet, sowie in der psychologischen Beratung von Privatpersonen und Führungskräften. Zuletzt hat sie im Rahmen ihrer Promotion in einem Forschungsprojekt Führung in der Digitalisierung in Schweizer Unternehmen untersucht und Führungskräfte dazu beraten. Sie setzt sich für gesundes und gleichzeitig leistungsförderliches und damit nachhaltiges Führungsverhalten ein.
