

Qualifizierungsprogramm: Betriebliche Stresslotsin / Betrieblicher Stresslotse

Schulungstermine 2013 – BSL IX

Modul	Thema	Datum	Zeit
	Schwerpunkt: Verhaltensprävention		
1.	Einführung in das Thema Stress und Stressbewältigung	Do., 08.08.	9:00 – 17:00
2.	Aktive Stressbewältigung und Ressourcenaktivierung	Di., 13.08.	9:00 – 17:00
3.	Burnout und Burnout-Vermeidung sowie Work-Life-Balance	Mi. / Do., 21.08 / 22.08.	9:00 – 15:00
4.	Kommunikation: verbesserter Umgang mit Konflikten und Emotionen	Mi., 28.08.	9:00 – 17:00
	Schwerpunkt: Verhältnisprävention		
5.	Von der Verhaltens- zur Verhältnisprävention: Work-Life-Balance aus Unternehmenssicht und soziale Unterstützung verbessern	Di. / Mi., 03. / 04.09.	9:00 – 17:00
6.	Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen im Unternehmen	Di., 10.09.	9:00 – 17:00
7.	Handlungsfelder auf dem Weg zur „gesunden“ Organisation	Mi., 18.09.	9:00 – 15:00
8.	Offener Workshop – Transfer in die Praxis	Fr., 27.09.	9:00 – 15:00

Veranstaltungsort: m|Centrum, Martinsclub Bremen e. V., Buntentorsteinweg 24/26, 28201 Bremen

Das Fortbildungskonzept beinhaltet eine systematische Vermittlung und Auseinandersetzung mit den verschiedenen Aspekten und Ebenen der individuellen und betrieblichen Stressbewältigung und –prävention. Die Teilnehmenden erwerben Hintergrundwissen und Handlungsfähigkeiten, die sie zu kompetenten betrieblichen AnsprechpartnerInnen im eigenen Unternehmen befähigen. Die Fortbildung ist modular aufgebaut und setzt sich aus insgesamt acht Modulen aus den Bereichen der Verhaltens- und Verhältnisprävention zusammen, die inhaltlich aufeinander aufbauen.

Zielgruppe: Führungskräfte bzw. Mitarbeitende mit Entscheidungskompetenzen, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Betriebs- und Personalräte, Frauenbeauftragte und Schwerbehindertenbeauftragte.

Kosten: Das Programm wird aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert. Die Höhe der Teilnahmegebühr richtet sich nach der Unternehmensgröße und ist wie folgt gestaffelt:

990 Euro* (Unternehmen mit mehr als 250 Beschäftigten)

660 Euro* (Öffentlicher Dienst)

264 Euro* (Klein- und mittelständische Unternehmen mit bis zu 250 Beschäftigten)

*zzgl. 5 Euro Tagungskostenpauschale je Veranstaltungstag für warme und kalte Getränke

Beginn: Donnerstag, 8. August 2013

Plätze: 10

Anmeldefrist: 30. Juni 2013

Veranstaltungsort: m|Centrum, Buntentorsteinweg 24/26, 28201 Bremen

Sofern die Voraussetzungen vorliegen, besteht Anspruch auf bezahlte Freistellung und Kostenübernahme für Betriebsräte/-innen gemäß § 37 Abs. 6 und § 40 BetrVG, für Vertrauensperson der Schwerbehinderten gemäß § 96 Abs.4 u. 8 SGB IX, Personalrät/-innen gemäß § 39.5 BremPersVG und Frauenbeauftragte gemäß § 12 Abs.1 und § 15 Abs.4.

Auszüge aus den Modulen

Schwerpunkt: Verhaltensprävention

1. Modul: Einführung in das Thema Stress und Stressbewältigung

- Sensibilisierung und Einführung in das Thema „Stress – was ist das?“
- Wissensvermittlung über Stress und Stressreduktionen (allgemein und individuell)
- Reflexion des eigenen Stressempfindens und des Umgangs den eigenen Stressoren
- Analyse der individuellen Stresssituation und Methoden der Stressbewältigung
- Kennenlernen und Erprobung ausgewählter Entspannungsmethoden

2. Modul: Aktive Stressbewältigung und Ressourcenaktivierung

- Reflektion des eigenen Stresserlebens und Kennenlernen von Bewältigungsmöglichkeiten
- Systematisches Problemlösungsverhalten
- Erkennen und Erweitern der eigenen Ressourcen und Handlungsspielräume
- Kennenlernen und Erprobung ausgewählter Entspannungsmethoden

3. Modul: Burnout und Burnout-Vermeidung sowie Work-Life-Balance

- Analyse der individuellen Work-Life-Balance und Burnout-Gefährdung
- Burnout-Prophylaxe
- Erkennen von Veränderungsbedarfen und Erarbeitung von individuellen Umsetzungsstrategien

4. Modul: Kommunikation - verbesserter Umgang mit Konflikten und Emotionen

- Sensibilisierung für das Thema Kommunikation und der Einfluss auf das individuelle Wohlbefinden
- Vorstellung und Erprobung einer wertschätzenden Kommunikation
- Einführung in die Beratungsmethode „Kollegiale Beratung“

Schwerpunkt: Verhältnisprävention

5. Modul: Von der Verhaltens- zur Verhältnisprävention: Work-Life-Balance aus Unternehmenssicht Psychische Erkrankungsbilder kennen lernen und soziale Unterstützung verbessern

- Veränderungen in der Arbeitswelt - Auswirkungen auf Unternehmen und Beschäftigte
- Vorstellung von Maßnahmen zur besseren Work-Life-Balance im Unternehmen
- Erfassen psychischer Belastungsfaktoren und daraus resultierenden psychischen Beanspruchungen
- Aufgabe des/der Stresslotsen/in: Auseinandersetzung mit der eigenen Rolle
- Vorstellung der Kennzeichen und Ausprägungen psychischer Erkrankungsbilder entlang von Fallbeispielen
- Erfahrungsaustausch und Anregungen: Umgang mit psychisch erkrankten Mitarbeitenden

6. Modul: Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen in Unternehmen

- Rechtlicher Rahmen und Anforderungen an eine psychische Gefährdungsbeurteilung
- Arbeitsfähigkeit – Balance zwischen betrieblichen Anforderungen und persönlichen Ressourcen
- Instrumente zur systematischen Ermittlung psychischer Belastungen und Beanspruchungen
- Von den Ergebnissen der psychischen Gefährdungsbeurteilung zur Maßnahmeentwicklung
- Organisation einer psychischen Gefährdungsbeurteilung

7. Modul: Handlungsfelder auf dem Weg zur „gesunden“ Organisation

- Rollenverständnis der betrieblichen Stresslotsinnen und Stresslotsen
- Führung und Gesundheit
- Handlungsfelder und Aspekte des betrieblichen Gesundheitsmanagements
- Erfahrungsaustausch und erste individuelle Ausgestaltung innerhalb der Handlungsfelder

8. Modul: Offener Workshop – Transfer in die Praxis

Workshop zur Reflexion und zur Umsetzung der Erkenntnisse in zeit- und praxisnahe betriebliche Prozesse

- Rückblick und Ausblick: Auswertung der bisherigen Module und priorisieren des Handlungsbedarfs
- Definieren von Zielen und Zeitrahmen
- Transfer und Verankerung der Inhalte in das Unternehmen bzw. Gremien (Leitungsrunde, Stabsstellen, Arbeitskreis Gesundheit etc.)

Anmeldung
NESGA - Fortbildung
„Betriebliche Stresslotsin / betrieblicher Stresslotse“
BSL IX

FAX an : **0421–347 85 87**

oder online:

http://www.gpi-projekte-innovation.de/aktivitaeten_veranstaltungen.php

Name:	
Vorname:	
Telefon:	
E-Mail:	
Abteilung:	
Funktion:	
Unternehmen/Institution:	
Straße / Nr.:	
PLZ:	
Ort:	
Datum der Anmeldung:	

Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich mit den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der GPI GmbH einverstanden.

Kontakt:

Gesellschaft für Projektentwicklung und Innovation (GPI) mbH

Georg-Gröning-Straße 121
28209 Bremen
www.gpi-bremen.de

Geschäftsführer:

Peter Hans Koch
Telefon: +49(0)421 / 34 69 144
E-Mail: koch.gpi@arcor.de

Wissenschaftliche Mitarbeiterin:

Petra Voß-Winne
Telefon: +49(0)4203 / 70 97 61
E-Mail: yoss-winne.gpi@ewetel.net

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung zu unseren Schulungen

Bitte melden Sie sich schriftlich mit den für Sie vorbereiteten Anmeldeformularen an. Sie erhalten von uns eine schriftliche Bestätigung. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

Mit Ihrer Anmeldung zu einer unserer Schulungen erklären Sie sich mit folgenden Bedingungen einverstanden:

1. Teilnahmegebühr

Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Teilnahmegebühr.
Die Teilnahmegebühr wird 5 Wochen vor Veranstaltungsbeginn fällig.
Bei kurzfristigen Schulungsanmeldungen, d.h. bei Anmeldungen, die kürzer als 5 Wochen vor Veranstaltungsbeginn erfolgen, ist die Schulungsgebühr sofort fällig.

2. Stornierung

Sie können jederzeit vom Vertrag zurücktreten. Dies ist jedoch nur schriftlich möglich. Bitte beachten Sie, dass wir folgende Bearbeitungsgebühren erheben:
Die Stornierung bis 5 Wochen vor Veranstaltungsbeginn ist kostenlos.
Bei einer Stornierung ab 5 Wochen vor Veranstaltungsbeginn berechnen wir eine Ausfallgebühr von 50 % der Schulungsgebühr. Es kann jedoch jederzeit ein/e Ersatzteilnehmer/in kostenlos benannt werden.
Bei Nichtteilnahme ohne Abmeldung berechnen wir grundsätzlich die gesamte Schulungsgebühr.

3. Programmänderung und Absage von Veranstaltungen durch die GPI

Wir bitten um Verständnis, dass wir uns die Absage von Veranstaltungen, z. B. bei zu geringer Teilnehmerzahl oder bei Ausfall eines Dozenten, höherer Gewalt oder gleichartigen Gründen, vorbehalten müssen.
Bei Absage einer Veranstaltung erstatten wir umgehend die bezahlte Teilnahmegebühr. Die Erstattung entstandener Reisekosten und ähnlicher Kosten sind ausgeschlossen.

4. Datenschutz

Wir nutzen Ihre Kontaktdaten ausschließlich für unsere Kommunikation mit Ihnen. Darüber hinaus wird Ihre E-Mailadresse nach Rücksprache mit Ihnen gegebenenfalls über die Teilnehmerliste den anderen Schulungsteilnehmern zugänglich gemacht.

5. Teilnahmebescheinigung

Sie erhalten nach Abschluss der Schulung eine Teilnahmebescheinigung.