

## Führungstraining 2: Umgang mit (psychisch) belasteten Mitarbeiterinnen: Handlungskompetenz gewinnen, Resilienz / Widerstandskraft stärken

### Überblick

Nach diesem Training unterscheiden Führungskräfte für sich und bei den Mitarbeitenden zwischen Stress, Überlastung und Verstimmungen und kennen viele Symptome echter psychischer Erkrankungen. Sie verfügen über bessere Handlungsoptionen, die praxiserprobt sind.

Das Wissen um das Resilienz-Modell und dessen konkrete, lebenspraktische Anwendbarkeit im Alltag für sich selbst und die Mitarbeitenden / das Team unterstützt Führungskräfte dabei, ihre Arbeit souverän zu leisten.

Sie wissen um die Kraft einer guten Kommunikation und einer wertschätzenden Stimmung im Team und im Miteinander. Rahmen und Grenzen ihrer Verantwortung als Führungskraft sind klarer? so sind sie im Alltagsgeschäft und in Ausnahmesituationen sicherer.



Dauer:  
**2 Tage**



Preis:  
**1.180,00 € (1.404,20 € inkl. MwSt.)**

### Kursinhalt

Den Unterschied zwischen Stress, Überlastung, echtem Burnout, mentalen Verstimmungen und psychischen Erkrankungen kennen

Welche Warnsignale sie wahrnehmen können, wenn Mitarbeitende in die Überlast, den Burnout oder gar in Richtung ernster psychischer Erkrankungen driften

Welche konkreten Anzeichen es bei relevanten psychischen Erkrankungsbildern gibt, auf die sie reagieren müssen

Wie sie jeweils angemessen handeln können und welche internen und externen Partner ihnen dabei helfen (z.B. Betriebsarzt, Personalabteilung, Beratungsstellen)

Wie das sogenannte Resilienzmodell aufgebaut ist (Historie, Forschung, Modell, Anwendung, Praxisbezug)

Wie sie die Widerstandskraft / Resilienz bei sich selbst und ihren Mitarbeitenden ausbauen und stärken können, um Gesunderhaltung auf allen Ebenen zu fördern

Dass sie ihre eigenen Grenzen der Verantwortung ernst nehmen sollten und die Selbstverantwortung der Mitarbeitenden bewusst machen können

Wie Jüngere und Ältere in der Gewinnung von Resilienz voneinander profitieren

### Voraussetzungen

keine

### Zielgruppe

Termine

Führungstraining 2: Umgang mit (psychisch) belasteten Mitarbeiterinnen: Handlungskompetenz gewinnen, Resilienz / Widerstandskraft stärken

30.09.2025 - 01.10.2025 Mainz-Wiesbaden

## Com training and services in Mainz / Wiesbaden AWMa GmbH & Co KG

Binger Straße 14 - 16

55122 Mainz

Phone: +49 6131 90705-0

Email: [com@awma.de](mailto:com@awma.de)

