

psychische Belastung verstehen



fotolia #165001872, © syda productions

ein Angebot für Betriebe und Führungskräfte

si **ge** **na**
- coaching®

Die Situation:

In immer mehr Unternehmen ist das Thema Betriebliche Gesundheit ein wichtiger Bestandteil der Unternehmenskultur. Der Umgang mit psychischen Belastungen ist dabei sowohl als Präventionsthema als auch im Betrieblichen Eingliederungsmanagement (BEM) von großer Bedeutung.

Allerdings fokussiert sich die Diskussion sehr stark auf die „Burn-out“ Thematik, obwohl dieser Begriff medizinisch eher schwammig ist. Vollständig übersehen wird, dass eine gewisse Anzahl an psychisch erkrankten Menschen (rein statistisch be-



Fotolia #145548645, ©syda productions

gründet) in jeder etwas größeren Belegschaft vorhanden sein wird. Aktuelle Zahlen gehen davon aus, dass etwa jede/r fünfte Arbeitnehmer/in im Laufe des beruflichen Lebens von einer schweren seelischen Krise oder einer psychischen Erkrankung betroffen ist.

Das Angebot:

Wahlweise als Vortrag oder in Form eines Workshops berichten Betroffene von ihren Erfahrungen im betrieblichen Umgang mit ihren Erkrankungen. Lebensnahe und authentische Schilderungen er-

möglichen es den Teilnehmenden Fragen zu stellen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Die Inhalte:

Neben grundlegenden Fakten rund um Psyche und Betriebliche Gesundheit steht bei dieser Veranstaltung im Vordergrund einen persönlichen Zugang zum Thema zu gewinnen und auch Vorurteile abzubauen.

Im Einzelnen geht es um

- Erkennen von Stereotypen und Vorurteilen
- Umgang mit Ängsten und Befürchtungen
- Kenntnis externer und betrieblicher Hilfsangebote
- Strategien zum Umgang mit Betroffenen im Team
- Entstigmatisierung von psychischen Krankheiten

Der Ablauf:

Um sinnvolle und nachhaltige Ergebnisse zu erreichen, hat es sich bewährt etwa zwei Stunden Zeit anzusetzen.

Das Besondere an diesem Angebot ist, dass hier Menschen mit Erfahrungsexpertise zu Wort und mit Ihnen und Ihren Mitarbeiter/innen ins Gespräch kommen. Die ausgewählten Referenten bzw. Referentinnen haben immer eine Zusatzqualifikation als Dozent/in für psychische Gesundheit. Trotzdem entfällt durch die Betroffenenansicht der Charakter einer Schulung oder Fortbildung komplett. In der Regel führen wir die Veranstaltung mit zwei Genesungsbegleiter/innen

durch, um auf ein breiteres Erfahrungswissen zurück zu greifen.

Zur Person:

Oliver Kustner war mehr als 20 Jahre in der Versicherungsbranche im Vertrieb, Schulungsbereich und als Führungskraft tätig. Seit 2012 begleitet der zertifizierte Business Coach (FH) Einzelpersonen, Teams und Unternehmen. Seine Themen sind neben dem klassischen, systemischen Business – Coaching das Betriebliche Gesundheitsmanagement, Kompetenzentwicklung und interkulturelle Kommunikation. Seit Ende 2017 ist er zusätzlich Prozessberater im Förderprogramm unternehmensWert:Mensch.



Seine Firma sigena - coaching e.K. ist bundesweit mit regionalen Schwerpunkten in Bayern und im Rheinland tätig.

Nach der Veranstaltung kann eine weitere Begleitung von Führungskräften oder BEM-Fachleuten auch als webbasiertes Coaching angeboten werden. Außerdem ist eine individuelle Genesungsbegleitung im Rahmen eines „employee-assistance-program“ möglich.



Oliver Kustner

sigena-coaching e.K.
Südring 21
91230 Happurg

Tel: 09151/865 7572
oliver.kustner@sigena-coaching.de

www.sigena-coaching.de
www.facebook.com/sigenacoaching

Rechtsform: Einzelunternehmen, eingetragener Kaufmann
Handelsregistereintrag Nürnberg HRA 17646 Inhaber: Oliver Kustner
USt-IDNr.: DE307655939