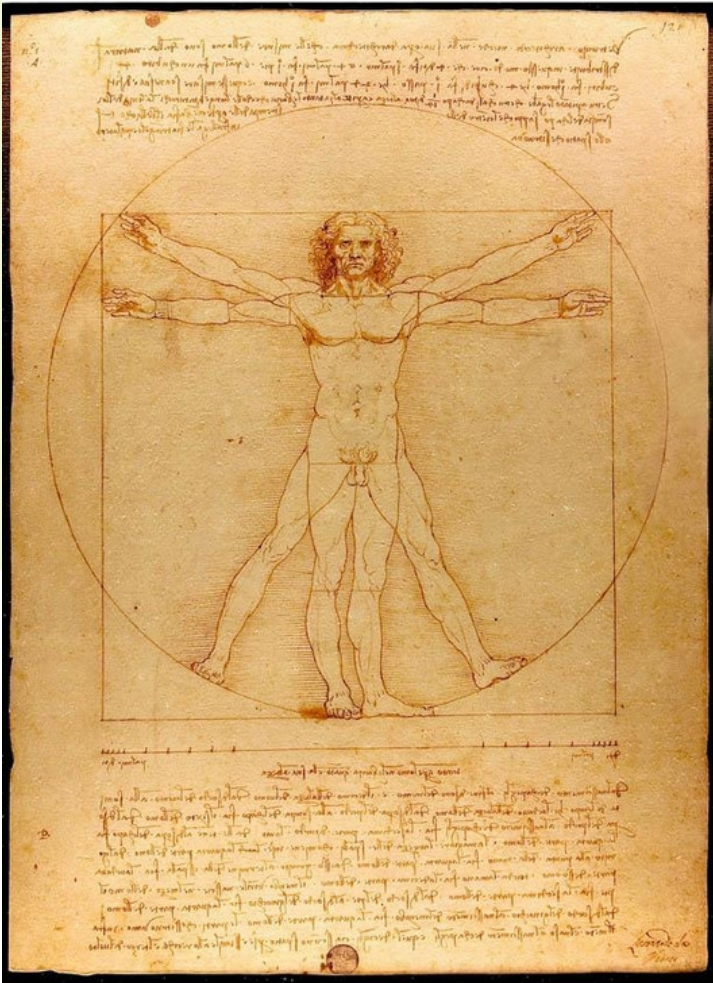


## Psychische Gesundheit - Prävention als Chance

Ein Angebot

Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie in Ihrer Kommune / Ihrer Einheit vor weiteren Herausforderungen stehen, bei deren Bewältigung Sie kompetent unterstützt werden möchten.

Wir beraten Sie gern.



# K, MMA

Kompetenzzentrum für  
Verwaltungs-Management

### STANDORT BORDESHOLM

Heintzestr. 13  
24582 Bordesholm  
T 04322 | 693-0  
F 04322 | 693-531  
fortbildung@komma-sh.de  
www.vab-sh.de

### STANDORT ALTENHOLZ

Rehmkamp 10  
24161 Altenholz  
T 0431 | 3209-130  
F 0431 | 3209-117  
beratung@komma-sh.de  
www.fhvd.de

I N F O

**K, MMA**  
Kompetenzzentrum für  
Verwaltungs-Management

## PSYCHISCHE GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

Der Erhalt der Arbeitsfähigkeit jedes Einzelnen wird immer wichtiger.

Psychische Erkrankungen werden in den nächsten Jahren die Anzahl an Herz-Kreislauf-Erkrankungen ablösen. In den letzten 10 Jahren ist die Anzahl der psychischen Erkrankungen, insb. der depressiven Störungsbilder, um 38% gestiegen. 2008 entstanden durch psychische Erkrankungen 3,3 Mrd. Euro Mehrkosten im Vergleich zum Vorjahr (26,7 Mrd. Euro).

Bei zunehmender Arbeitsverdichtung, steigendem Qualitätsanspruch bei knapper werdenden Ressourcen, stellt sich die Frage, wie dieser Entwicklung durch betriebliche Maßnahmen vor allem präventiv begegnet werden kann.

Gehäuft sind auch in Verwaltung dauerhaft Arbeitsplätze krankheitsbedingt nicht besetzt. Die Arbeit wird auf die Kolleginnen und Kollegen verschoben und es beginnt eine Spirale der Mehrbelastung für alle Beteiligten.

Führungskräfte, Personalverantwortliche und andere Betroffene stehen häufig von einem Tag auf den anderen – sehr unerwartet – vor eben dieser Situation. Zunehmend melden sich Mitarbeitende mit psychisch-somatischen Beschwerden krank.

Psychisch bedingte Erkrankungen lösen Verunsicherung aus. Es erfordert viel Einfühlungsvermögen aber auch Kenntnisse über psychische Erkrankungen und unterstützende und nachhaltige Strategien im Umgang mit den direkt und indirekt Betroffenen.

Unser Angebot unterstützt Sie darin, dieser Entwicklung auf verschiedenen Ebenen präventiv zu begegnen.

## UNSER ANGEBOT

Denkbar sind homogene Führungskräfte- oder Personalverantwortlichengruppen ebenso wie die Einbeziehung hierarchisch gestaffelter Organisationseinheiten.

### Die Schwerpunkte umfassen

- das Darstellen der am häufigsten im beruflichen Kontext auftretenden psychischen Erkrankungen: Typische Symptome, Dauer und Verlauf der Erkrankung etc.
- die Entwicklung alltäglicher Präventionsstrategien zur Reduzierung der Auftretenswahrscheinlichkeit trotz ungünstiger werdender Arbeitsbedingungen
- die Entwicklung von Wiedereingliederung unterstützender Maßnahmen und Verhaltensweisen
- die Stabilisierungsmöglichkeiten zurückkehrender Kolleginnen und Kollegen
- die positiven Generalisierungseffekte von Wiedereingliederungsprozessen: Wie kann eine Abteilung positiv mit der psychischen Erkrankung einer Kollegin oder eines Kollegen umgehen
- die Verbindung von Basisinformationen mit individuellem Beratungsbezug

Die Schwerpunkte werden gemeinsam zwischen Ihnen und unserer Trainerin Andrea Schonegger abgestimmt.



Andrea Schonegger ist Diplom-Psychologin. Durch ihre jahrelange Tätigkeit u.a. in den Themenfeldern Stress und Stressbewältigung, Mobbing, Burnout und Supervision im klinisch-psychologischen Bereich, hat sie fundierte Kenntnisse und Erfahrungen erworben.

## DIE RAHMENBEDINGUNGEN

### Zielgruppe

Unser Angebot richtet sich an Führungskräfte, Personalverantwortliche, Vertreter/innen von Interessengruppen sowie betroffene Kolleginnen und Kollegen. Die Gruppen können homogen oder durchmischt zusammengesetzt sein.

### Ort und Zeit

Die Durchführung findet bei Ihnen vor Ort statt. Der Umfang ist abhängig von Ihren individuellen Bedarfen und wird gemeinsam zwischen Ihnen und der Trainerin festgelegt.

### Kosten

Eine Stunde (60 Min.) kostet 130 Euro zzgl. Reisekosten in Höhe von 0,22 Euro/km. Die Mehrwertsteuer entfällt. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) von KOMMA. Die AGB können auf der Homepage [www.komma-sh.de](http://www.komma-sh.de) nachgelesen werden.

### Kontaktaufnahme

Bevor Sie sich für unser Angebot entscheiden, bieten wir Ihnen ein kostenfreies erstes Treffen zum gegenseitigen Kennenlernen und zur ausführlichen Darstellung der Inhalte sowie des Ablaufs an.

### Für Rückfragen steht Ihnen gerne zur Verfügung

Cordula Kaup  
KOMMA  
Fon: 0431/3209-164  
Fax: 0431/3209-117  
E-mail: [kaup@fhvd.de](mailto:kaup@fhvd.de)