



Es gibt zahlreiche Herausforderungen im beruflichen und privaten Umfeld bei Beschäftigten mit direkten Auswirkungen auf die Arbeit und Leistungsfähigkeit.

Wir unterstützen Betroffene, Vorgesetzte und Personalabteilungen mit individuellen Angeboten.

Es kommt immer häufiger vor, dass Menschen überfordert sind und Hilfe benötigen. Die Auswirkungen sind im betrieblichen Alltag spürbar durch Einschränkungen der Leistungsfähigkeit, Motivation und nicht zuletzt durch zunehmende Fehlzeiten. Dabei liegen oft verschiedene Ursachen aus dem privaten und beruflichen Bereich zugrunde. Wenn Kolleginnen und Kollegen, Führungskräfte und Personalabteilungen die Auffälligkeiten frühzeitig ansprechen und die Betroffenen Unterstützung zulassen können, ist die negative Spirale meist gut zu durchbrechen. Schon 2 – 3 Sitzungen ermöglichen oft eine langfristige Stabilisierung. Typische Beispiele für Belastungssituationen sind:

- Berufliche Über-/Unterforderung
- Konflikte mit Kollegen und/oder Vorgesetzten
- Psychische und/oder körperliche Erkrankungen, incl. Suchtprobleme
- Verminderte Stresstoleranz
- Konflikte in der Partnerschaft
- Verlust oder Trennung von nahen Angehörigen bzw. Freunden
- Pflege von Angehörigen
- Schwierige Vereinbarkeit von Beruf und Freizeit
- Soziale Isolation
- Lange Wartezeiten für Arztkonsultationen
- Wechsel von der Schule in die betriebliche Ausbildung

Wir unterstützen Sie, zum Teil mit Kooperationspartnern:

- ✓ Beratung von Betroffenen, Führungskräften, Personalabteilung, Betriebs-/Personalrat bei psychischen Auffälligkeiten und/oder Belastungssituationen
- ✓ Arbeitspsychologisches Einzel- oder Gruppencoaching
- ✓ Mediation
- ✓ Suchtprävention und -intervention
- ✓ Vermittlung von Hilfseinrichtungen
- ✓ Offene Sprechstunden für allgemeine Gesundheitsthemen
- ✓ Seminare und Workshops, z.B. „Kommunikation mit Mitarbeitenden in schwierigen Situationen“, „Gesundes Führen“, „Von der Schule in den betrieblichen Alltag“

Kommen Sie gerne mit Ihren Fragen auf uns zu. Wir freuen uns auf Ihren Kontakt.

Ihr Team der Praxis für Arbeitsmedizin Dr. Otto