

# Psychische Belastungen am Arbeitsplatz Teil 2

Psychische Belastungen frühzeitig erkennen – als BR präventiv handeln!

Psychische Belastungen am Arbeitsplatz rechtzeitig zu erkennen und wirksam zu reduzieren, ist essenziell für ein gesundes Arbeitsumfeld. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie Gefährdungen systematisch analysieren, präventive Maßnahmen entwickeln und Ihre Mitbestimmungsrechte gezielt nutzen. Handeln Sie proaktiv, bevor Belastungen zu Erkrankungen werden! Jetzt anmelden und zur Entwicklung eines gesünderen Arbeitsumfelds beitragen!

## Die Fakten



**Jetzt unverbindlich reservieren**

[waf-seminar.de/2664](http://waf-seminar.de/2664)



**Hotel:** Courtyard by Marriott  
Hamburg Zentrum  
Adenauerallee 52  
20097 Hamburg



**Von:** 03. Aug. 2026 14:00 Uhr  
**Ende:** 06. Aug. 2026 12:30 Uhr  
*So sparen Sie zwei Übernachtungen!*



**Preise:** 1. Teilnehmer 1.498,00 €  
2. Teilnehmer 1.439,00 €  
3. Teilnehmer 1.394,00 €  
**Jeder weitere Teilnehmer 1.394,00 €**

**Mit Übernachtung** +136,56 €  
Halbpension +113,73 €  
Vollpension +150,71 €

**Ohne Übernachtung**  
Tagesgast inkl. Mittagessen +98,61 €  
Tagesgast inkl. Mittag- und Abendessen +130,54 €

• Parkgebühren pro Tag und Fahrzeug +27,73 €  
• Alle Preise sind zzgl. der gesetzlichen MwSt.  
• Seminar Preis pro Teilnehmer  
• Hotel Preis pro Teilnehmer und Tag



**Dieses Seminar eignet sich für**

Das Seminar eignet sich für alle Betriebsratsmitglieder, die auf eine Verbesserung der belastenden Situation am Arbeitsplatz hinwirken wollen und bereits über Grundkenntnisse verfügen.



**Dieses Thema gibt es auch als Webinar:** [waf-seminar.de/ON392](http://waf-seminar.de/ON392)

## In diesem Seminar lernen Sie:

### Wichtige Grundlagen zur Gefährdungsbeurteilung

- Rechtliche und qualitative Anforderungen an eine praxisorientierte GBU
- Gewusst wie: Ablauf einer Gefährdungsbeurteilung von A bis Z
- Diese Stressoren sollte jede GBU mindestens abfragen
- Betriebsindividuelle GBU vs. Standardfragebögen: Was sind die Vorteile?

### Gefährdungsbeurteilungen betriebsintern richtig kommunizieren

- Den Arbeitgeber mit nutzenorientierter Argumentation für das Thema gewinnen
- Kollegen sensibilisieren, motivieren und von Anfang an einbinden
- So gehen Sie mit Widerständen und Einwänden um

### Geeignete Instrumente zur psychischen Gefährdungsbeurteilung

- Psychische Belastungen mithilfe des IMPULS-Tests feststellen
- Messung psychischer Belastungen mit dem COPSQ-Fragebogen
- Die Risikobeurteilung mittels Health Risk Assessment (HRA)

### Sonstige Indikatoren zur Messung psychischer Belastungen am Arbeitsplatz

- Dauernd im Krankenstand: Absentismus vs. Präsentismus
- Konflikte und Beschwerden zielgerichtet hinterfragen
- Zunahme an Mobbing-Fällen, Sucht-Fällen und Fluktuation richtig deuten

### Praktische Umsetzung von Gefährdungsbeurteilungen

- Abteilungsbezogene Ermittlung betriebsindividueller Stressoren
- Qual der Wahl: Interne oder externe Durchführung von Befragungen?
- Ergebnisse auswerten und anschließende Maßnahmen ableiten
- Praxisbeispiele: Betriebsvereinbarungen zu diesem Thema

### Maßnahmen nach einer abgelaufenen Gefährdungsbeurteilung

- GBU sorgfältig interpretieren und etwaige Führungsdefizite erkennen
- Lösungsorientierte Workshops zur Linderung der festgestellten Stressoren
- Die Möglichkeiten von Coaching und Mediation näher beleuchten
- Erfolgsvalidierung - was haben die Maßnahmen gebracht?

# Psychische Belastungen am Arbeitsplatz Teil 2

## Seminarablauf

|                                    |                      |                                                     |
|------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>03. August</b>                  | <b>13:30 - 14:00</b> | Empfang der Teilnehmer, Begrüßungskaffee und Snacks |
|                                    | <b>14:00 - 15:30</b> | Seminareröffnung, Begrüßung, Vorstellung etc.       |
|                                    | <b>15:30 - 15:50</b> | Kaffee- / Tee-Pause                                 |
|                                    | <b>15:50 - 18:00</b> | Ende des ersten Seminartages                        |
| <b>04. August -<br/>05. August</b> | <b>09:00 - 10:30</b> | Fortsetzung des Seminars                            |
|                                    | <b>10:30 - 10:50</b> | Kaffee- / Tee-Pause                                 |
|                                    | <b>10:50 - 12:30</b> | Fortsetzung des Seminars                            |
|                                    | <b>12:30 - 13:30</b> | Mittagspause                                        |
|                                    | <b>15:00 - 15:20</b> | Kaffee- / Tee-Pause                                 |
|                                    | <b>15:20 - 16:30</b> | Ende des Seminartages / Rahmenprogramm am Abend     |
| <b>06. August</b>                  | <b>09:00 - 10:30</b> | Fortsetzung des Seminars                            |
|                                    | <b>10:30 - 10:50</b> | Kaffee- / Tee-Pause                                 |
|                                    | <b>10:50 - 12:30</b> | Fortsetzung des Seminars                            |
|                                    | <b>12:30</b>         | Mittagspause / Ende des Seminars                    |

*Kurzfristige Änderungen im Ablauf sind möglich.*

### Kostenlos für Sie!

- Arbeitsgesetze
- Terminplaner mit praktischen Arbeitshilfen
- Umfangreiche Seminarunterlagen und
- Rucksack oder Tasche



# Seminaranmeldung

W.A.F. Institut für Betriebsräte-Fortbildung, Blumenstraße 3, 82327 Tutzing

✉ mail@waf-seminar.de    🌐 waf-seminar.de    📠 Fax: 08158 9972111

## Anmeldung zu folgendem Seminar:

Seminar-Nr BR392 – 2664 – 84      03.08.2026      06.08.2026  
von      bis

### Seminarteilnehmer 1:

☐ Frau    ☐ Herr

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Telefonnummer im Betrieb

\_\_\_\_\_  
E-Mail im Betrieb

\_\_\_\_\_  
Ihre Funktion im Betriebsrat/in der SBV

### Seminarteilnehmer 2:

☐ Frau    ☐ Herr

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Telefonnummer im Betrieb

\_\_\_\_\_  
E-Mail im Betrieb

\_\_\_\_\_  
Ihre Funktion im Betriebsrat/in der SBV

### Firmendaten:

\_\_\_\_\_  
Firma

\_\_\_\_\_  
Straße der Firma

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort der Firma

\_\_\_\_\_  
Anzahl der Mitarbeiter

\_\_\_\_\_  
Telefonnummer Betriebsrat/SBV

\_\_\_\_\_  
Faxnummer Betriebsrat/SBV

\_\_\_\_\_  
E-Mail Betriebsrat/SBV

\_\_\_\_\_  
Bestellnummer

### Angaben zur Hotelleistung:

Bitte kreuzen Sie Ihre gewünschte Leistung an.

**Unser W.A.F. Service:** Egal ob Sie Hotelgast oder Tagesgast sind, wir rechnen die Hotel- und/oder Verpflegungskosten direkt mit Ihrem Arbeitgeber ab.

Hotelbuchung **mit** Übernachtung:

- ☐ Vollpension (Frühstück, Mittag- und Abendessen)  
☐ Halbpension (Frühstück und Mittagessen)  
☐ Ich reise einen Tag früher an!

**oder** Tagesgast **ohne** Übernachtung:

- ☐ Tagesgast (Mittagessen)  
☐ Tagesgast (Mittag- und Abendessen)

Mit den Seminarbedingungen der W.A.F. (waf-seminar.de/seminarbedingungen) erkläre ich mich einverstanden.

✗

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

✗

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Betriebsrat/SBV