

Webinar: Psychische Belastungen am Arbeitsplatz Teil 1

Als Betriebsrat psychische Belastungen zum Thema machen

Die Anforderungen an Arbeitnehmer steigen in allen Bereichen. Für Sie als Betriebsratsmitglied ist es deshalb wichtig zu wissen, wie Sie auf eine Verbesserung der oft belastenden Situation am Arbeitsplatz hinwirken können. In diesem Webinar erhalten Sie viele neue Ideen und Tipps, um psychischen Belastungen aktiv vorzubeugen und diese nachhaltig zu reduzieren.

Die Fakten



Jetzt unverbindlich reservieren

waf-seminar.de/6225



Von: 14. Dez. 2026 09:00 Uhr

Ende: 17. Dez. 2026 12:30 Uhr

So sparen Sie zwei Übernachtungen!



Preise:

1. Teilnehmer	1.696,00 €
2. Teilnehmer	1.629,00 €
3. Teilnehmer	1.578,00 €

Jeder weitere Teilnehmer 1.578,00 €

• Alle Preise sind zzgl. der gesetzlichen MwSt.

• Seminar Preis pro Teilnehmer



Dieses Webinar eignet sich für

Das Webinar eignet sich für alle Betriebsratsmitglieder und Schwerbehindertenvertreter, die auf eine Verbesserung der belastenden Situation am Arbeitsplatz hinwirken wollen.



Dieses Thema gibt es auch als

Seminar: waf-seminar.de/BR350

Inhouse: waf-seminar.de/IN350

In diesem Webinar lernen Sie:

Vom Stress zur psychischen Belastung

- Was ist Stress und woher kommt er?
- Ständig unter Spannung: Die Stressfaktoren der neuen Arbeitswelt
- Coping-Strategien: Konstruktiver und destruktiver Umgang mit Stress
- Zu viel Stress: Wie sich Stress auf Psyche und Körper auswirkt

Grundlegende Begrifflichkeiten und Zusammenhänge kennen

- Psychische Belastung, Beanspruchung und Fehlbeanspruchung - was ist das?
- DIN- und ISO-Normen: Psychische Belastungen am Arbeitsplatz messen
- Die Rolle des Betriebsklimas richtig einschätzen
- Wenn alles zu viel ist - Burn-out aus wissenschaftlicher Sicht
- Ursachen von Burn-out: Innere und äußere Risikofaktoren kennen
- Frühkennzeichen des Burn-out-Syndroms sowie Spätfolgen
- Sinnhaftigkeit und Funktionsweise von Burn-out-Tests

Hier können Sie als Betriebsrat ansetzen

- Pflichten des Arbeitgebers im Rahmen der Gesundheitsfürsorge kennen und überwachen
- Maßnahmen nach dem Arbeitssicherheitsgesetz initiieren
- Beteiligungsrechte nach dem Betriebsverfassungsgesetz wahrnehmen

Handlungsmöglichkeiten des Betriebsrats

- Fragebogen zu psychischen Belastungen am Arbeitsplatz erstellen
- Zielführende Gespräche mit Betroffenen und Vorgesetzten führen
- Eckpunkte einer BV zum Abbau psychischer Belastungen am Arbeitsplatz
- Wenn alles nichts hilft: Rechtzeitig Hilfe von außen einholen

Webinar: Psychische Belastungen am Arbeitsplatz Teil 1

Seminarablauf

14. Dezember	09:00 - 12:30	Modul 1: Ursachen von psychischer Überlastung erkennen
15. Dezember	09:00 - 12:30	Modul 2: Burnout-Syndrom und Depressionen am Arbeitsplatz
16. Dezember	09:00 - 12:30	Modul 3: Hier können Sie als Betriebsrat ansetzen
17. Dezember	09:00 - 12:30	Modul 4: Ihre Handlungsmöglichkeiten als Betriebsrat

Kurzfristige Änderungen im Ablauf sind möglich.

Kostenlos für Sie!

- Arbeitsgesetze
- Terminplaner mit praktischen Arbeitshilfen und
- Praktische Tasche



Webinaranmeldung

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

 mail@waf-seminar.de  waf-seminar.de  Fax: 08158 9972111

Anmeldung zu folgendem Webinar:

Webinar-Nr ON350 – 6225 – 84 14.12.2026 17.12.2026
von bis

Webinarteilnehmer 1:

☐ Frau ☐ Herr

Name, Vorname

Telefonnummer im Betrieb

E-Mail im Betrieb

Ihre Funktion im Betriebsrat/in der SBV

Webinarteilnehmer 2:

☐ Frau ☐ Herr

Name, Vorname

Telefonnummer im Betrieb

E-Mail im Betrieb

Ihre Funktion im Betriebsrat/in der SBV

Webinarteilnehmer 1:

☐ Frau ☐ Herr

Name, Vorname

Telefonnummer im Betrieb

E-Mail im Betrieb

Ihre Funktion im Betriebsrat/in der SBV

Webinarteilnehmer 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

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



Ort, Datum



Unterschrift Betriebsrat/SBV