

Psychische Belastungen am Arbeitsplatz Teil 1

Psychische Belastungen erkennen und aktiv vorbeugen als Betriebsrat

Dauerstress, steigende Anforderungen und häufige Krankmeldungen - psychische Belastungen sind real. Als Betriebsrat können Sie viel tun, um betroffene Kollegen zu unterstützen und bessere Arbeitsbedingungen zu schaffen. In diesem Seminar lernen Sie, Ursachen frühzeitig zu erkennen, das Thema offen anzusprechen und präventive Maßnahmen erfolgreich durchzusetzen. Jetzt anmelden und psychische Gesundheit im Betrieb fördern!

Die Fakten



Jetzt unverbindlich reservieren

waf-seminar.de/BR350



Beginn: Erster Tag 14:00 Uhr

Ende: Letzter Tag 12:30 Uhr

So sparen Sie zwei Übernachtungen!



Preise: 1. Teilnehmer 1.798,00 €
2. Teilnehmer 1.727,00 €
3. Teilnehmer 1.673,00 €

Jeder weitere Teilnehmer 1.673,00 €

• Preise (pro TN) zzgl. MwSt.

• Hotelinfos unter waf-seminar.de/hotel

• Seminarbedingungen unter waf-seminar.de/seminarbedingungen



Dieses Seminar eignet sich für

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



Dieses Thema gibt es auch als

Webinar: waf-seminar.de/ON350



Kostenlos für Sie



In diesem Seminar 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

Burn-out-Syndrom als prägnante Form psychischer Fehlbeanspruchung

- 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
- Gefährdungsanalysen nach dem Arbeitsschutzgesetz durchführen
- 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
- Maßnahmen für ein gesünderes Arbeitsumfeld ergreifen
- Eckpunkte einer BV zum Abbau psychischer Belastungen am Arbeitsplatz
- Wenn alles nichts hilft: Rechtzeitig Hilfe von außen einholen

Psychische Belastungen am Arbeitsplatz Teil 1

Termine

Termine	Hotel	Ort	Seminar-Nr.
September			
Mo 22.09 - Do 25.09.2025	NH Hotel München Messe	München	BR350-8710-84
Mo 22.09 - Do 25.09.2025	NH Hotel München Messe	München	BR350-7381-84
Mo 29.09 - Do 02.10.2025	Welcome Hotel Bad Arolsen	Bad Arolsen	BR350-7366-84
Oktober			
Mo 13.10 - Do 16.10.2025	Radisson Blu Hotel Bremen	Bremen	BR350-7195-84
Mo 20.10 - Do 23.10.2025	Best Western Plus Hotel Am Schlossberg	Nürtingen	BR350-7048-84
November			
Mo 03.11 - Do 06.11.2025	NH Hotel Köln Altstadt	Köln	BR350-6870-84
Mo 17.11 - Do 20.11.2025	Sauerland Stern Hotel	Willingen	BR350-6684-84
Dezember			
Di 16.12 - Fr 19.12.2025	Dorint Hotel Dresden	Dresden	BR350-6335-84
Januar			
Mo 05.01 - Do 08.01.2026	Mercure Hotel Düsseldorf City Nord	Düsseldorf	BR350-1034-84
Di 13.01 - Fr 16.01.2026	Leonardo Hotel Munich City South	München	BR350-1076-84

Weitere Termine finden Sie unter www.waf-seminar.de/BR350

Kostenlos für Sie!

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



Psychische Belastungen am Arbeitsplatz Teil 1

Termine

Termine	Hotel	Ort	Seminar-Nr.
Februar			
Mo 02.02 - Do 05.02.2026	Hotel am Vitalpark	Heilbad Heiligenstadt	BR350-1290-84
März			
Mo 02.03 - Do 05.03.2026	ATLANTIC Hotel Galopprennbahn	Bremen	BR350-1550-84
Mo 09.03 - Do 12.03.2026	Webinar	Online	ON350-5684-84
April			
Di 14.04 - Fr 17.04.2026	Pentahotel Wiesbaden	Wiesbaden	BR350-1768-84
Juni			
Mo 08.06 - Do 11.06.2026	Webinar	Online	ON350-5825-84
Mo 15.06 - Do 18.06.2026	Victor's Residenz-Hotel Leipzig	Leipzig	BR350-2110-84
Juli			
Mo 06.07 - Do 09.07.2026	NH Collection Köln Mediapark	Köln	BR350-2325-84
August			
Mo 03.08 - Do 06.08.2026	Leonardo Hotel Munich City East	München	BR350-2653-84
September			
Mo 07.09 - Do 10.09.2026	Webinar	Online	ON350-6010-84
Mo 14.09 - Do 17.09.2026	IntercityHotel Magdeburg	Magdeburg	BR350-3326-84
Mo 21.09 - Do 24.09.2026	Courtyard by Marriott Schwerin	Schwerin	BR350-3560-84
Oktober			
Mo 05.10 - Do 08.10.2026	Vienna House Easy by Wyndham Leipzig	Leipzig	BR350-3818-84
Mo 26.10 - Do 29.10.2026	Mercure Hotel Köln West	Köln	BR350-4321-84
November			
Mo 09.11 - Do 12.11.2026	Allgäu Stern Hotel	Sonthofen	BR350-4595-84
Mo 16.11 - Do 19.11.2026	ARCOTEL Rubin Hamburg	Hamburg	BR350-4778-84
Dezember			
Mo 14.12 - Do 17.12.2026	Webinar	Online	ON350-6225-84
Mo 21.12 - Do 24.12.2026	NH Collection Berlin Mitte	Berlin	BR350-5536-84

Weitere Termine finden Sie unter www.waf-seminar.de/BR350

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 BR350 – _____ – 84 _____
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