Seminar: **Stress, Mobbing, Burnout – was ist in der Arbeitswelt los?**

Wo Menschen sich begegnen, dort treffen natürlicherweise unterschiedliche Sichtweisen, Interessen und Motivationen aufeinander.
Dies kann zu Anspannungen führen oder auch zu einem Konflikt auswachsen. Die Konfliktpotentiale nehmen in heutigen Kontexten ständiger Veränderungen zu.
Mehr unterschiedliche Menschen treffen in interkulturellen Kontexten aufeinander.
Organisationsveränderungen nehmen zu.
Oftmals werden für erlebte Veränderungen andere schuldig gemacht, selbst wenn diese nichts dazu beigetragen haben.
Das Resultat sind Stress Konflikte und Mobbing bis hin zum Burnout.

Wann: 08.-10. November 2027
Wo: Parkhotel Hirschwang
Trautenberg-Straße 1, 2651 Reichenau an der Rax

Inhalte:

- Grundlagen zu Entstehung von Stress, Burnout und Mobbing
- Methoden der Prävention und des Umganges im Betrieb
- Entspannungstechniken kennenlernen
- Hilfestellung für belastete Mitarbeiter:innen

Ziele:

- Sensibilisierung und Vermittlung von Basiswissen für Stress, Burnout Mobbing
- Erkennen von Stressoren und Reflexion des eigenen Stressverhaltens

Methode:

- Theoretische Inputs
- Gruppen- und Einzelarbeiten / -übungen
- Gruppendiskussionen

Trainer:innen: AMZ Mödling Arbeitspsychologie

Arbeits- und sozialmedizinisches Zentrum Mödling, Rathauspl. 3, 2351 Wr. Neudorf, www.amz.at

Betreuung: AK-Niederösterreich, Thomas Staudinger

Beginnzeiten und Dauer: Tag 1 und 2: 9 – 17 Uhr, Tag 3: 9 – 12:00 Uhr
Kontakt: Thomas Staudinger, arbeitnehmerinnenschutz@aknoe.at, 05 7171 22913