

DIE WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGINNEN

LASST UNS ÜBER PSYCHISCHE GESUNDHEIT SPRECHEN

WARUM MUSS JEDES UNTERNEHMEN ÜBER PSYCHISCHE
GESUNDHEIT SPRECHEN?

WIR KLÄREN ES!

MELANIE FALTERMEIER & MELANIE MEYER-TISCHLER

DIE WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGINNEN

**"WIR HABEN EINE PERSÖNLICHE VERANTWORTUNG,
UM EINE POSITIVE AUSWIRKUNG IN DER
GESELLSCHAFT ZU ERZIELEN!"**

DIE WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGINNEN, 2021



FACTS

90 Mio

AU-Tage in Deutschland aufgrund psychischer Erkrankungen

62%

würden im Falle psychischer Probleme wahrscheinlich o. sehr wahrscheinlich zur Arbeit zu gehen, ohne mit Kolleg*innen und/oder Vorgesetzten zu sprechen.

39

durchschnittliche Krankheitstage 2020 - so lang wie noch nie

Psychische Gesundheit im Unternehmenskontext ist ein bisschen mehr als Achtsamkeit und "we are Family - wir gehen alle wertschätzend miteinander um".

Ein offener Dialog über Psychische Gesundheit muss so normal werden, wie die offene Kommunikation über Rückenschmerzen und der tägliche Einkauf.

Wir sprechen viel von wirtschaftlich gesunden Unternehmen...Und dieses Verständnis von Gesundheit beginnt bereits bei der wichtigsten Ressource:

Den Mitarbeiter:innen

PORTFOLIO

Du möchtest das Thema "Psychische Gesundheit" in Deinem Unternehmen platzieren? Kontaktiere uns!
Gemeinsam finden wir heraus, was jetzt gerade das Richtige für Dein Unternehmen ist.

Wir erstellen individuelle
Trainings, Schulungen und Workshops auf Anfrage.

Die Basis unserer Zusammenarbeit wird aus Freiwilligkeit, Bereitschaft zur Veränderung, Wertschätzung,
Vertrauen und Verschwiegenheit gebildet.

Hol Dir nachfolgende Inspiration auf den drei Ebenen in Deinem Unternehmen:

UNTERNEHMENS-
EBENE

MITARBEITER-
EBENE

FÜHRUNGS-
EBENE

**PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM UNTERNEHMENSKONTEXT IST EIN BISSCHEN
MEHR ALS "ACHTSAMKEIT UND WE ARE FAMILY - WIR GEHEN ALLE
WERTSCHÄTZEND MITEINANDER UM"**

Um was es bei psychischer Gesundheit im Unternehmenskontext WIRKLICH geht und welche Chancen sich dahinter verbergen, wenn sich ein Unternehmen EHRlich mit der Thematik auseinandersetzt.

Lasst uns über folgende Inhalte sprechen:

Was ist mentale Gesundheit?



**DIE PSYCHISCHE GEFÄHRDUNGSBEURTEILUNG NACH DEM
ARBEITSSCHUTZGESETZ SCHAFFT EINE UNTERNEHMENSKULTUR,
IN DER ES SICH LOHNT ZU ARBEITEN...**

Alle deutschen Unternehmen sind dazu verpflichtet auch die psychische Belastung während der Arbeit Ihrer Mitarbeiter:innen zu beurteilen und zu dokumentieren (§ 5 ArbSchG).

Wir unterstützen dabei Verbesserungspotenziale aufzudecken und Rahmenbedingungen einzuführen, die das psychische Wohlbefinden Eures Teams nachhaltig stärken und fördern!

**Optimierung und Gestaltung gesunder
Arbeitsplätze**

**Langfristige Verbesserung der Gesundheit
und Wohlbefinden bei der Arbeit**

**Erhöhung der Bindung ans Unternehmen,
Betroffene zu Beteiligte machen**



**Etablierung einer gesunden
Unternehmenskultur**

**Reduzierung der Fehltage durch
psychische Erkrankungen**

Stärkung der Arbeitgebermarke nach außen

"BREAK THE BUSINESS SILENCE"

WARUM DIE AUSEINANDERSETZUNG MIT DER EIGENEN PSYCHISCHEN GESUNDHEIT NICHT AM SCHREIBTISCH STOPPT

Im Rahmen des 6-monatigen Mentoringprogramms schaffen wir für Eure Mitarbeiter:innen einen ganzheitlichen Raum, um in die Auseinandersetzung mit der eigenen Psychischen Gesundheit im Kontext der Arbeit zu gehen.

Das Ziel ist es, dass die Mitarbeiter:innen folgende Fragen für sich klären:
Was bedeutet Psychische Gesundheit und Arbeit für mich? Welche Psychohygiene kann ich an meinem Schreibtisch betreiben? Wie kann ich meine Psychische Gesundheit stärken und kommunizieren?

Arbeiten im Flow-Modus

Subjektive Bedeutsamkeit der Arbeit

Eigenverantwortung

Offensive Problembewältigung

Erfolgserleben im Beruf

Distanzierungsfähigkeit

Remote arbeiten

Perfektionsstreben



Programm kann um weitere 6 Monate verlängert werden

"MAKING LEADER TO SUPPORTER"

WARUM PSYCHISCHE GESUNDHEIT EIN FÜHRUNGSTHEMA IST

Mit unserem 8 Wochen Mentoringprogramm schaffen wir eine Basis für Führungskräfte sich mit dem Thema Psychische Gesundheit im Unternehmenskontext auseinanderzusetzen.

Das Ziel dieses Mentoringprogramms ist es sowohl ein Verständnis von Psychischer Gesundheit auf Führungsebene zu entwickeln als auch mögliche erste Schritte zur Stärkung der persönlichen Psychischen Gesundheit sowie innerhalb des Teams zu etablieren.

Aktuelle Zahlen, Daten & Fakten

Haltung, Kommunikation

Umgang mit betroffenen Mitarbeiter:innen

Positive Psychologie

Digitale (Selbst-)Führung

Vom Leader zum Supporter

Verantwortungspflicht

Psychische Gesundheit als Chance





MELANIE FALTERMEIER

Als studierte Wirtschaftspsychologin B.A. und Individualpsychologische Beraterin & Coach, begleite ich Menschen bei der Auseinandersetzung mit ihrer eigenen Psyche.

Der offene Umgang mit meiner persönlichen Geschichte eröffnet mir eine neue Krisenkraft. Mir ist es wichtiger über meine Burn-Out-Erfahrung zu sprechen und damit aufzuklären, zu warnen und zu helfen, anstatt mich selbst durch mein Schweigen zu schützen - damit anderen mein Erlebtes vielleicht erspart bleibt oder sie sich trauen Hilfe zu holen, zu sprechen.

In den 2,5 Jahren, während und nach meiner Krise, habe ich mehr gelernt und erreicht als in den 10 Jahren Berufserfahrung zuvor. Ich bin überzeugt davon, dass ein offener Dialog über Psychische Gesundheit eine tiefere zwischenmenschliche Beziehung fördert - auch im Arbeitskontext.

DIE WIRTSCHAFTSPSYCHOLOGINNEN



+49 176 62625098



diewirtschaftspsychologinnen@gmail.com



www.diewirtschaftspsychologinnen.de



DieWirtschaftspsychologinnen



Im Rahmen eines 30-minütigen Kennenlerngesprächs besprechen wir gemeinsam den bestmöglichen Ansatz. Wir freuen uns auf einen Austausch und neue Impulse.



MELANIE MEYER-TISCHLER

Ich begleite Unternehmen auf dem Weg zur Optimierung einer nachhaltigen Arbeitsplatz- und Unternehmenskultur und bin spezialisiert auf die Themen emotionale und psychische Belastung im Arbeitskontext.

Ich verfolge die Haltung des lösungsorientierten Denkens und Handelns. Ich bin studierte Wirtschaftspsychologin M.A., Systemischer Coach und Expertin für die Gestaltung, Durchführung und Beurteilung der psychischen Gefährdungen in Unternehmen.

Als freiberufliche Dozentin an der Hochschule Fresenius, für den Schwerpunkt betriebliche Gesundheitsförderung, gebe ich mein Wissen an die nächste Generation weiter.