

Arbeitsfähigkeit trotz Belastung sichern - Berufsbegleitend - Präsenz



Beschreibung

Berufliche Belastungen können die Arbeitsfähigkeit langfristig beeinträchtigen. In diesem Seminar analysieren Teilnehmende typische Stressauslöser im Arbeitsalltag und entwickeln Strategien, um ihre Leistungsfähigkeit trotz hoher Anforderungen zu stabilisieren. Grundlage sind arbeitspsychologische Modelle der Stressentstehung sowie Konzepte der medizinisch-beruflich orientierten Rehabilitation (MBOR).

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte, Beschäftigte mit hoher beruflicher Belastung sowie Mitarbeitende nach längerer Erkrankung oder Rehabilitationsmaßnahme.

Inhalt

- Arbeitsbezogene Stressmodelle und ihre Bedeutung für die Erwerbsfähigkeit
- Stressreaktionen im Arbeitskontext
- Analyse individueller Belastungssituationen am Arbeitsplatz
- Arbeitsbezogene Stressverstärker erkennen und verändern
- Entwicklung persönlicher Strategien zur Stabilisierung der Arbeitsfähigkeit
- Transferplanung für den beruflichen Alltag

Abschluss

- IHK-Bescheinigung

Veranstaltung online ansehen



https://www.ihkademie-sbh.de/weiterbildung/details/arbeitsfaehigkeit-trotz-belastung-sichern-berufsbegleitend-praesenz_120077

Kurs-Nr. PSKATBS-263

Standort und Termin

SA.

12

DEZ. 2026

12. Dezember 2026

Villingen-Schwenningen

Berufsbegleitend - Präsenz

Termin details

8 Unterrichtseinheiten

08:00 - 16:00 Uhr

Investition

€ 376,-

inkl. Unterlagen

Ansprechpartnerin

Aileen Höfner

☎ 07721 922-311

📠 07721 922-9311

✉ hoefner@vs.ihk.de

Veranstaltungsort

IHK Akademie

Schwarzwald-Baar-Heuberg
Albert-Schweitzer-Str. 7
78052 Villingen-Schwenningen

Dozenten

- Sarah Dyba
- Lisa Hausmann

