

Workshop Gesundheitsförderung, Stressbewältigung & Stressprävention



September 2023



Roland Weber
Psychotherapie & Coaching

Der rote Faden



- Stress und Umgang damit – Psychotherapeutischer Blickwinkel
 - Gruppendiskussionen
 - Zusammentragen und Diskussion in der Gesamtgruppe

Stress bei Erwerbstätigen in der Schweiz

ZUSAMMENFASSUNG
DES SECO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für
Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF
Staatssekretariat für Wirtschaft SECO

Tritschler et al. (2022): Potenzielle Ursachen und Entwicklung von arbeitsbedingtem Stress, Befinden und Arbeitsbedingungen von Schweizer Erwerbstätigen zwischen 2005 und 2019.

Interessiert? Betroffen?

- Melden Sie sich bei mir und ich stelle Ihnen ein massgeschneidertes Angebot für Ihr Team zusammen
- Stress lässt sich nicht vermeiden. Es gibt allerdings viele Ansatzpunkte um damit umzugehen. Gerne vermittele ich Ihnen diese
- roland.weber@psychologie.ch