

Xpert Circle - Leadership zwischen Burnout und Depression

Jeder dritte Arbeitnehmende erfährt innerhalb eines Jahres psychische Belastungen. Die Führungskraft spielt für die meisten Betroffenen eine zentrale Rolle in dieser Situation: sie bewegt sich zwischen Fürsorgepflicht und Leistungsvereinbarung. Doch wie erkennt man überhaupt psychische Probleme bei Mitarbeitenden? Und wie geht man damit um?

Preis	CHF 150
Dauer	Halber Tag
Lernort	vor Ort
Inhalt in Kürze	Führungskräfte können durch ihr Führungsverhalten Mitarbeitende mit psychischen Belastungen unterstützen. Doch neben der Fürsorgepflicht der Führungskraft ist auch die Mitwirkungspflicht der Mitarbeitenden entscheidend. Viele Dinge erledigen sich von alleine, wenn man erst mal abwartet. Psychische Probleme gehören nicht dazu. Durch fünf verschiedene interaktive und multimediale Stationen lernen die Teilnehmenden eine Sensibilisierung für psychische Belastungen, eine Einordnung ihres Handlungsspielraums, Ansätze für gesundheitsförderliches Führungsverhalten und Tipps für die Gesprächsführung bei verschiedenen psychischen Belastungen. Die Referentin Julia Widler arbeitet als Unternehmenscoach Prävention bei der SVA Zürich. Sie ist Wirtschaftswissenschaftlerin und Psychologin, hat in der Privatwirtschaft im Projektmanagement und in Führungsfunktionen gearbeitet, sowie in der psychologischen Beratung von Privatpersonen und Führungskräften. Zuletzt hat sie im Rahmen ihrer Promotion in einem Forschungsprojekt Führung in der Digitalisierung in Schweizer Unternehmen untersucht und Führungskräfte dazu beraten. Sie setzt sich für gesundes und gleichzeitig leistungsförderliches und damit nachhaltiges Führungsverhalten ein.
Programm	7.45 Uhr - Türöffnung 8.00 Uhr - Austausch beim Netzwerk-Zmorge 9.00 Uhr - Kurze Einführung durch die KV Business School Zürich, Marcel Rüfenacht (Leiter Firmenkunden) 9.10 Uhr - Referat: Psychische Gesundheit und Arbeit, Julia Widler (SVA Zürich und Trainerin KV Business School Zürich) 10.00 Uhr - Kurzpause 10.20 Uhr - World Café: Erkennen und Umgang mit psychisch belasteten Mitarbeitenden, Julia Widler 11.10 Uhr - Diskussion der Key Learnings im Plenum 11.25 Uhr - FAQs, Take-outs & Abschluss 12.00 Uhr - Ende der Veranstaltung

Anmeldung zu den Varianten dieses Bildungsgangs

Durchführungen

Durchführung garantiert

Donnerstag, 30. Oktober 2025

Zeit 08.00 - 12.00 Uhr



Marcel Rüfenacht

Beratung



Julia Widler

KV Business School Zürich
Bildungszentrum Sihlpost
Sihlpostgasse 2
Postfach
CH-8031 Zürich
T +41 44 974 30 00