

Fachklinikum Stadtroda: Vorträge für gesunde Seelen am Arbeitsplatz!

Asklepios Fachklinikum Stadtroda lädt am 17. Oktober zu Vorträgen über Mobbing und Strategien für mehr seelische Gesundheit ein.

Stadtroda, Deutschland -

Stadtroda. Im Felsenkeller finden Vorträge statt, die sich mit einem brisanten Thema befassen und das Augenmerk auf die seelische Gesundheit am Arbeitsplatz lenken.

Das Asklepios Fachklinikum Stadtroda lädt am Donnerstag, den 17. Oktober, ab 17 Uhr, zu einem wichtigen Event ein, das unter dem Motto „Hand in Hand für Seelische Gesundheit am Arbeitsplatz“ steht. Angesichts der Tatsache, dass viele Menschen einen Großteil ihres Lebens in der Arbeitswelt verbringen, wird es immer entscheidender, ein harmonisches Klima zu fördern. Pflegedirektor Markus Weber weist darauf hin, dass viele sich durch unangemessenes Verhalten von Vorgesetzten oder Kollegen in ihrem Arbeitsumfeld unwohl fühlen. Solche Erfahrungen können von launenhaften Führungspersonen bis hin zu negativen Gerüchten in der Belegschaft reichen.

Mobbing und seine Folgen

Die Veranstaltung wird sich eingehend mit der Frage beschäftigen, wie Mobbing und die damit verbundene Ausgrenzung vermieden werden können. Es ist essentiell, betroffenen Beschäftigten wirksame Strategien zur Verfügung zu

stellen, um sich im Arbeitsalltag besser zurechtzufinden. Ein Thema, das behandelt wird, ist der Stress, den Arbeitnehmer erleben können, sowie mögliche Bewältigungsmechanismen. Ein Weg könnte Yoga und andere Entspannungstechniken sein, die helfen, den Druck zu reduzieren und die mentale Gesundheit zu fördern.

Dr. Udo Polzer, der Ärztliche Direktor des Fachklinikums, wird einen Vortrag mit dem Titel „Mobbing am Arbeitsplatz: Wenn der Job zur Tortur wird“ halten. Seine Ausführungen sind darauf ausgelegt, darauf aufmerksam zu machen, inwieweit Mobbing nicht nur das Arbeitsklima, sondern auch die seelische Gesundheit der Betroffenen beeinträchtigen kann. Anschließend wird Mona Lunte mit einer praktischen Einweisung in „Yoga auf dem Hocker“ einen weiteren Beitrag zur Verbesserung der mentalen Gesundheit leisten.

Die „Aktionswoche der Seelischen Gesundheit“ ist mit dem von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) eingeführten Welttag der Seelischen Gesundheit verknüpft. Diese Initiative wurde 2006 ins Leben gerufen, um ein Bewusstsein für psychische Erkrankungen zu schaffen und über die Herausforderungen zu informieren, denen sich viele Menschen in ihrem Arbeitsumfeld gegenübersehen. Eine weitere Möglichkeit, die Auswirkungen von Stress zu minimieren, wird von Psychologin Kerstin Wildner in ihrem Vortrag „Stress auf Arbeit – Nicht mit mir?“ aufgezeigt.

Das Bewusstsein über Stress und Mobbing am Arbeitsplatz ist nicht nur wichtig, sondern auch notwendig, um die seelische Gesundheit der Beschäftigten zu schützen. Der Druck, unter dem viele stehen, kann tiefgreifende seelische Folgen haben, einschließlich Burnout, Depressionen oder Angsterkrankungen. Wer seine Arbeitsumgebung als belastend wahrnimmt und keinen Wert in der eigenen Leistung erkennt, kann ernsthafte Verletzungen des Selbstwertgefühls erfahren.

Für weitere Informationen zu diesen Themen und der Veranstaltung selbst lohnt es sich, die Berichterstattung

aufmerksam zu verfolgen, beispielsweise bei www.otz.de.

Details	
Ort	Stadtroda, Deutschland
Quellen	• www.otz.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at