

Glücklich mit Mplus

ARBEITS- UND ORGANISATIONSPSYCHOLOGIE

GEFÄHRDUNGSBEURTEILUNG PSYCHISCHER BELASTUNGEN

KLINGT GANZ SCHÖN SPERRIG, ODER?

Wir wissen, dass Begriffe wie „Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen“ manchmal eher abschrecken als motivieren. Deshalb gestalten wir den Prozess so, dass er zu Ihrem Unternehmen passt – klar, praxis-

nah und lösungsorientiert. Und wenn es hilft, geben wir dem Kind auch gerne einen anderen Namen, der besser zu Ihrer Unternehmenskultur passt. Was zählt, ist das Ergebnis: Gesundere, motivierte Mitarbeitende und ein Arbeitsumfeld, das psychische Gesundheit fördert.

Unsere Leistungen im Bereich der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen

Bei Mplus unterstützen wir Sie dabei, psychische Belastungen in Ihrem Unternehmen systematisch zu identifizieren und zu bewerten.

Unser Vorgehen ist praxisorientiert und wissenschaftlich fundiert. Wir bieten Ihnen:



Analyse der Arbeitsbedingungen

Wir erfassen die psychischen Belastungsfaktoren in Ihrem Unternehmen durch Mitarbeiterbefragungen, Workshops oder Beobachtungsinterviews vor Ort.



Individuelle Beratung

Basierend auf den Ergebnissen der Analyse entwickeln wir gemeinsam mit Ihnen konkrete Maßnahmen zur Reduktion von Belastungen und zur Förderung der psychischen Gesundheit.



Schulung und Sensibilisierung

Wir schulen Ihre Führungskräfte oder Mitarbeitenden im Umgang mit psychischen Belastungen und sensibilisieren für ein gesundes Arbeitsklima.



Dokumentation und Evaluation

Wir erstellen eine umfassende Dokumentation der Gefährdungsbeurteilung und unterstützen Sie bei der regelmäßigen Überprüfung der Maßnahmen.

POSITIVE PSYCHOLOGIE UND GLÜCKSFORSCHUNG

Was macht uns Menschen eigentlich glücklich? Mit dieser Frage beschäftigen sich die wissenschaftlichen Disziplinen der Positiven Psychologie und Glücksforschung. Sie befassen sich mit den Faktoren, die das Wohlbefinden und die Lebenszufriedenheit von Menschen fördern. Sie konzentrieren sich darauf, Stärken und Ressourcen zu entwickeln, anstatt nur Probleme zu beheben. Im Arbeitsschutz bedeutet dies, das Arbeitsumfeld so zu gestalten, dass es das psychische Wohlbefinden der Mitarbeitenden unterstützt, Stress reduziert und die Produktivität steigert.

Mögliche Formate:

- Workshops zum Thema Arbeiten im Flow-Zustand
- Seminare zur Förderung von Resilienz und Positiver Psychologie
- Beratung zur Integration von Glücksforschung in die Arbeitswelt
- Coaching zur Identifikation und Förderung individueller Stärken



SYSTEMISCHES COACHING FÜR GEMEINSAMES WACHSTUM

Stellen Sie sich vor, Sie übernehmen eine neue Führungsrolle und stehen vor der Frage, wie Sie Ihr Team effektiv leiten und gleichzeitig Ihre eigene Unsicherheit überwinden können.

Hier setzt systemisches Coaching an: Es betrachtet nicht nur Sie als Einzelperson, sondern das gesamte Zusammenspiel von Mensch, Team und Organisation. Gemeinsam entdecken wir, welche Lösungen zur Person und Ihrem Umfeld passen.

In welchen Fällen ist ein systemisches Coaching sinnvoll?

- Unterstützung bei der Entwicklung eines authentischen Führungsstils
- Finden von Zielen, Stärken und Perspektiven im beruflichen Kontext
- Umgang mit Belastungen und Stressbewältigung
- Umsetzung nachhaltiger Maßnahmen zur Verbesserung des Arbeitsumfelds
- Förderung von Zusammenarbeit, Vertrauen und Teamdynamik
- Klärung von Spannungen und Stärkung eines konstruktiven Miteinanders

Sie sind es leid, standardisierte Lösungen zu erhalten, die nicht zu Ihrem Unternehmen passen?

Fragen Sie uns an – wir entwickeln maßgeschneiderte Konzepte, die perfekt auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt sind.



RUFEN SIE UNS AN
Telefon +49 2241 933 96-0



SCHREIBEN SIE UNS EINE E-MAIL
info@mplus-management.de