

# V-BGM – Betriebliches Gesundheitsmanagement

## Krisen- und Konfliktberatung

Krisen- und  
Konfliktberatung  
als ein Angebot zur  
Stärkung psychischer  
Gesundheit am Arbeitsplatz



Infos und Kontakt: <https://gesund.desy.de>

**Tel.: +49-40-8998-4435**

**E-Mail: [birte.walther@desy.de](mailto:birte.walther@desy.de)**

# V-BGM – Betriebliches Gesundheitsmanagement

## Krisen- und Konfliktberatung



- **Anlässe:** Wenn Umstände, Ereignisse oder Veränderungen eintreten, für deren Bewältigung bisherige Handlungsstrategien und Ressourcen nicht mehr ausreichen, spricht man von einer psychischen **Krisensituation**.
  - Konflikte, Gewalterfahrung
  - Überlast/Überforderung
  - depressive Verstimmung, Ängste, Schlaflosigkeit
  - Trennung, Trauer und Verlust
  - berufliche Veränderungen
  - Sorgen bezüglich des Umgangs mit Suchtmitteln
  - ...

**Eine psychische  
Krise ist nicht  
gleichzusetzen mit  
einer psychischen  
Erkrankung!**

# V-BGM – Betriebliches Gesundheitsmanagement

## Krisen- und Konfliktberatung



- **Ziele und Zielgruppen:**

### Mitarbeitende

- Stabilisierung
- Arbeitsfähigkeit erhalten
- Psychische Gesundheit fördern

### Führungskräfte

- sicherer Umgang mit
  - Beschäftigten in Krisensituationen
  - Auffälligkeiten am Arbeitsplatz
  - (vermeintlich) psych. Erkrankungen von Beschäftigten
- Verbesserung der Arbeitsfähigkeit und Konfliktbewältigung im Team

# V-BGM – Betriebliches Gesundheitsmanagement

## Krisen- und Konfliktberatung



- **Format:** individuelle, ergebnisoffene Kurzberatung (1-2 Sitzungen)
- **Inhalte:**
  - Situation sortieren (Hintergründe/Beteiligte)
  - Ziele formulieren (SMART)
  - Lösungsweg erarbeiten (Strategien, Ressourcen, Unterstützung)
  - Information zu weiteren Hilfsangeboten (z.B. moderiertes Gespräch, Mediation, Therapie)
  - Krisenberatung ist bezogen auf eine konkrete Problemsituation (≠ Therapie)
- **Grundlage:** Vertraulichkeit (Schweigepflicht) und Unverbindlichkeit