

Sie sind hier: [www.psnv.info](http://www.psnv.info) / [Aus& Fortbildung](#) / [eLearning](#)

# eLearning-Tool

Nach der Genehmigung durch die [Projektleitung psyGA](#) bieten wir nun hier auch ein eLearning Tool für Führungskräfte und alle die es interessiert an.

Thema dieses eLearning-Tools ist: "Förderung psychischer Gesundheit als Führungsaufgabe"



Viele Führungskräfte sehen sich Druck von allen Seiten ausgesetzt: Sie müssen Zielvorgaben erfüllen und ihre Ergebnisse gegenüber ihren eigenen Vorgesetzten rechtfertigen. Gleichzeitig sollen sie ihre Mitarbeitenden gesund führen und diese vor Überlastung schützen. Und obendrein wollen sie selber gesund und leistungsfähig bleiben. Keine leichte Aufgabe! Angesichts knapper Personalressourcen und zunehmender Arbeitsverdichtung verlangt es einer Führungskraft viel ab, wenn sie auch im Stress einen ruhigen Kopf bewahren und einen fürsorglichen Blick auf ihre Mitarbeitenden pflegen möchte. [psyGA](#) bietet Unternehmen jeder Größe und Branche praxisnahe Unterstützung mit den verschiedensten Materialien und Tools. Das eLearning-Tool zur Förderung der psychischen Gesundheit ist ein neues Angebot, das gemeinsam mit der RWTH Aachen entwickelt wurde. Es liefert leicht verständliche Vorschläge, wie Führungskräfte ihre Mitarbeitenden vor stressbedingter Überlastung schützen und selber gesund bleiben können. Es sensibilisiert Vorgesetzte für die Wahrnehmung von Stress-Signalen und stärkt ihnen den Rücken für einen angemessenen Umgang mit überlasteten Beschäftigten. Führungskräfte erhalten außerdem Anregungen für einen veränderten Umgang mit den eigenen Stressoren. Das eLearning-Programm zielt ab auf die Förderung psychischer Gesundheit durch gesundheitsgerechtes Führungsverhalten. Denn Stress kann "ansteckend" wirken. Das gilt erst recht für den Stress der Führungskraft: Chefs geben oft ihren Stress an die Mitarbeiter weiter. Stressprävention beginnt folglich immer bei der Führungskraft selbst. Die Bearbeitungszeit des eLearning-Tools beträgt zwischen 45 und 75 Minuten - ohne bzw. mit Bearbeitung von drei Selbst-Checks.



Das Tool steht für Sie in deutscher und englischer Sprache zur Verfügung: Über eine Sprachauswahl am Anfang können Sie die deutsche oder englischer Version für sich nutzen. Alles Wissenswerte zum eLearning-Tool ist in einem Booklet zusammengestellt, die Sie [hier](#) als PDF herunterladen können.

**Das eLearning-Tool läuft in den Internetbrowsern Chrome, Firefox und Internet Explorer (ab Version 7).**

[\*\*eLearning- Tool jetzt starten >>>\*\*](#)

[\*\*eLearning-Tool auf den eigenen PC installieren>>>\*\*](#)

Dieser Artikel wurde bereits 24127 mal angesehen.

---