

Umgang mit psychischen Belastungen bei Auszubildenden

Handlungsmöglichkeiten und Gesprächstechniken

Die gegenwärtige Lebenssituation von Jugendlichen ist stark geprägt durch eine äußerst krisenreiche Zeit. Zugleich zeigen Studien, dass Beschwerden wie Kopf-, Bauch- und Rückenschmerzen, Schlafprobleme und Niedergeschlagenheit bei Schüler:innen massiv zugenommen haben. Hinzu kommen die üblichen Herausforderungen des Jugendalters, wie die Ablösung von den Eltern, die hormonelle und emotionale Achterbahn, das finanziell selbstständige Handeln etc. Dieses Seminar zeigt dir, inwieweit Probleme und Stimmungsschwankungen in dieser Lebensphase noch in Ordnung sind bzw. wie damit im Ausbildungsalltag umgegangen werden kann. Erfahre, wo der Punkt erreicht ist, wo du als Ausbildungsverantwortliche:r tätig werden solltest und wo du Unterstützung bekommen kannst.

Inhalte

Aktuelle Situation und Erkenntnisse

- Gesellschaftliche und globale Rahmenbedingungen und ihre Auswirkungen auf Jugendliche.
- Berichte aus Studien.
- Erfahrungsaustausch.

Psychische Auffälligkeiten als Einzelfälle – oder wie groß ist das Problem wirklich?

- Aktuelle Zahlen aus Gesundheitsreports von Krankenkassen und Versicherungen.
- Wie treten Probleme zutage?
- Erfahrungsberichte und Fallbeispiele.

Hintergründe und Informationen zu Krankheitsbildern

- Depression oder temporäre depressive Verstimmung.
- Anpassungs- und Belastungsstörungen, Burn-out-Syndrom.
- Anzeichen von Suchtverhalten: Onlinesucht, Spielsucht, Drogen.
- ADS (Aufmerksamkeitsdefizitstörung) und ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung).

Handlungsmöglichkeiten anhand konkreter Fallbeispiele

- Wo ist die Grenze, an der ich einschreiten muss?
- Wann ist das Verhalten eine vorübergehende Erscheinung und wann steckt möglicherweise eine ernsthafte Erkrankung dahinter?
- Welche Reaktion passt jeweils?
- Wer kann wie dem:der Auszubildenden helfen?
- Wer kann wie dem Ausbildungspersonal helfen?

Gesprächsführung mit psychisch auffälligen Auszubildenden

- Was besonders wichtig ist: gute Vorbereitung und Unvoreingenommenheit.
- Phasen des Gesprächs und klare Kommunikation.
- Das H-I-L-F-E-Konzept als fünfstufiger Leitfaden für wiederkehrende Gespräche.

Alternative Ansätze kennenlernen

- Präventive Ansätze in der Ausbildung: Belastungssituationen zum Thema machen.
- Das Resilienzmodell: Auszubildende in ihrer Widerstandsfähigkeit unterstützen.
- Angebote zur Unterstützung durch Krankenkassen und weitere Institutionen nutzen.

Best Practices & Tipps

- Fallbeispiele: Wiederkehrende Muster von Verhaltensweisen (auch in Gesprächen) erkennen können.
- Wie man sich auf Gespräche vorbereiten kann.

Lernumgebung

In deiner Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung nützliche Informationen, Downloads und Extra-Services zu dieser Qualifizierungsmaßnahme.

Dein Nutzen

- Du erfährst, welche Rahmenbedingungen Jugendliche aktuell besonders belasten
- Du bist sensibilisiert, welche Auszubildenden davon besonders betroffen sind.
- Du kannst besser einschätzen, wie sich solche Belastungen erkennen lassen und wann der Zeitpunkt gekommen ist, an dem du dir Unterstützung im Umgang mit den entsprechenden Auszubildenden suchen solltest.
- Du kannst Gesprächssituationen besser gestalten.

Methoden

Trainer:in-Input, Fallstudien, Erfahrungsaustausch, Einzel- und Gruppenarbeit, Übungen.

In der Veranstaltung kann folgendes Drittanbieter-Tool eingesetzt werden

Miro

Miro ist ein digitales Whiteboard, auf dem Teilnehmer:innen in Echtzeit zusammenarbeiten können. Ideen, Konzepte und Prozesse können visuell dargestellt und organisiert werden. Auf dem Whiteboard können unter anderem verschiedene Formen, Texte, Bilder, Videos und Dateien hochgeladen werden. Miro ist einfach zu bedienen und erfordert keine zusätzliche Software, da es über den Browser aufgerufen werden kann.

Weitere Informationen sind in der Datenschutzerklärung unter <https://www.haufe-akademie.de/datenschutz> zu finden.

Mehr über Miro:

<https://www.haufe-akademie.de/systemvoraussetzungen/miro>

Teilnehmer:innenkreis

Ausbilder:innen, Ausbildungsverantwortliche, Ausbildungsbeauftragte, Ausbildungsbetreuer:innen, Führungskräfte mit Ausbildungsverantwortung und alle, die Lernbegleiter:innen für Auszubildende sind.

Open Badges - Zeige auch digital, was du kannst.

Open Badges sind anerkannte, digitale Teilnahmezertifikate. Diese verifizierbaren Nachweise sind der aktuelle Standard für die Einbindung in Karrierenetzwerken wie z.B. LinkedIn.

Damit zeigst du digital, über welche Kompetenzen du verfügst.

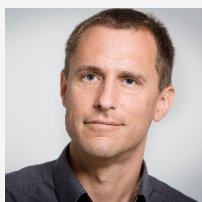
Nach erfolgreichem Abschluss erhältst du von uns ein Open Badge.

Mehr erfahren kannst du unter:

<https://www.haufe-akademie.de/seminare-lehrgaenge/trending-topics/open-badges>



Trainer:in



Michael Zonsius

‘Veränderungen brauchen passende Anstöße!’ - Deshalb ist meine Leidenschaft in digitalen und präsenten Workshops die entsprechenden Inhalte praktisch erlebbar zu machen und einen hohen Übertragbarkeit in die einzelnen Berufsalltage zu ermöglichen. Eine entspannte und erfrischende Zusammenarbeit mit unterschiedlichsten Teilnehmern im Training erleichtert diesen Transfer ungemein.

Denn ich bin überzeugt davon - das ‘Wie’ der Wissensvermittlung ist der Treiber der eigenen Lernbereitschaft!

Details zur Weiterbildung

Seminar | Präsenz

2 Tage

Zahl der Teilnehmenden begrenzt

Termine & Orte

15.-16.09.2026

München

Veranstaltungsort

Adina Apartment Hotel München

Tage & Uhrzeit

Dienstag, 15.09.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Mittwoch, 16.09.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

29.-30.10.2026

Köln

Veranstaltungsort

Best Western Plus Hotel Köln City

Tage & Uhrzeit

Donnerstag, 29.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 30.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

14.-15.12.2026

Hamburg

Veranstaltungsort

Leonardo Hotel Hamburg City Nord

Tage & Uhrzeit

Montag, 14.12.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 15.12.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

04.-05.03.2027

München

Veranstaltungsort

Adina Apartment Hotel München

Tage & Uhrzeit

Donnerstag, 04.03.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 05.03.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

10.-11.06.2027

Frankfurt a. M./Oberursel

Veranstaltungsort

elaya hotel frankfurt oberursel

Tage & Uhrzeit

Donnerstag, 10.06.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 11.06.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du unter www.haufe-akademie.de/41129**Teilnahmegebühr****€ 1.290,- zzgl. MwSt.**

€ 1.535,10 inkl. MwSt.

Die angegebene Teilnahmegebühr beinhaltet

- ein gemeinsames Mittagessen pro vollem Seminartag,
- Pausenverpflegung und
- umfangreiche Arbeitsunterlagen.

Die Übernachtungskosten im Hotel werden von den Teilnehmenden direkt mit dem Hotel abgerechnet. Für die Hotelbuchung findest du in deiner Lernumgebung ein Reservierungsformular.

Deine AnmeldemöglichkeitenOnline: www.haufe-akademie.de/41129E-Mail: anmelden@haufe-akademie.de

Buche deine Weiterbildung einfach und schnell online. Gib sonst bitte unbedingt den Namen des Teilnehmenden und die vollständige Rechnungsanschrift mit Telefonnummer sowie E-Mail-Adresse an.

In unserem Bereich Fragen & Antworten (FAQ) findest du alle Antworten auf die häufigsten Fragen rund um unsere Weiterbildungen:

<https://www.haufe-akademie.de/faqs>

Unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen findest du auch im Internet unter www.haufe-akademie.de/agb oder im Gesamtprogramm.

Die vollständigen Datenschutzbestimmungen findest du unter www.haufe-akademie.de/datenschutz.

Haufe Akademie GmbH & Co. KGMunzinger Straße 9, 79111 Freiburg, www.haufe-akademie.de, Beratung: Tel.: +49 761 595339-00, service@haufe-akademie.de