

# WAS TUN GEGEN „DIGITALEN STRESS“?

Dipl.-Psych. Fleur Glaner

# VORSTELLUNG. Ihre Ansprechpartnerin.



- Beraterin, Trainerin, Moderatorin
- Themenschwerpunkte: Psychische Gesundheit, Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen, BEM, BGM
- Diplom-Psychologin, Systemischer Coach, CDMP und RFK. Fachkraft für psychische Belastungen am Arbeitsplatz (FPG), Gesundheitspilot, Problem- und Konfliktberaterin, Projekt- und Prozessberaterin

## **Fleur Glaner**

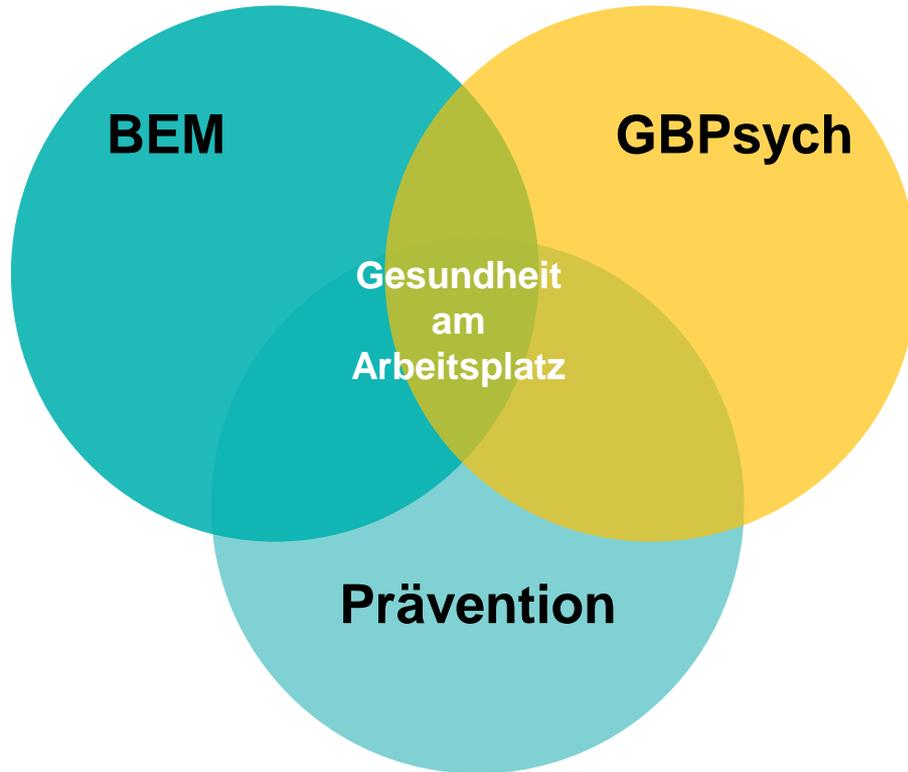
Fortbildungsakademie der Wirtschaft (FAW) gGmbH

Leiterin Betriebliche Gesundheit und Prävention

Phone: 040 2388049 25

E-Mail: fleur.glaner@faw.de

# UNSERE PERSPEKTIVE.



Beratung

Qualifizierung

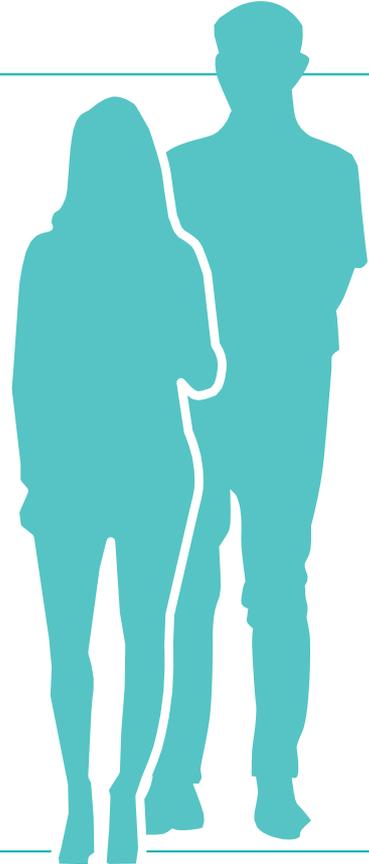
Umsetzung

# STRESSFAKTOREN

Digitale Arbeit. Schlaglichter.



- Unübersichtlichkeit durch Vielzahl an Kanälen
- Unterbrechungen von Arbeitsprozessen
- Omni-/Dauerpräsenz durch mobile Verfügbarkeit
- Gefühl der Überwachung und Kontrolle
- Fehlender persönlicher Kontakt



# WAS KÖNNEN WIR TUN?

Optimierung der Verhältnisse. Flächenwirkung.



Kommunikationskonzept entwickeln



Arbeitsorganisation anpassen



Leitplanken vereinbaren und konsequent leben



Transparenz schaffen



Kontakt & Soziale Unterstützung fördern

# WAS KÖNNEN WIR TUN?

Unterstützung der Beschäftigten. **Individuell.**



Gesundheitscoaching, externe Mitarbeiterberatung, Präventionstrainings

- ▲ Handlungsspielräume suchen und nutzen
- ▲ Individuelle Arbeitsorganisation an neue Arbeitsbedingungen anpassen
- ▲ Qualifizierung zum Umgang mit Systemen frühzeitig umsetzen
- ▲ Persönlich Grenzen setzen
- ▲ Präventionsangebote zum Umgang mit (digitalem) Stress machen



# DIE FAW. Und ihre Partner



- ▲ Bildungs- und Personaldienstleister in den Feldern Gesundheit, Prävention und Rehabilitation
- ▲ Gegründet 1986 durch das Institut der deutschen Wirtschaft (IW) Köln, seit 30 Jahren anerkannter Partner der Wirtschaft
- ▲ Bundesweit über 150 Niederlassungen und über 2.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern unterschiedlichster Professionen
- ▲ Bundesweite Abdeckung in Kooperation mit langjährigen Partnern
- ▲ Intensive Zusammenarbeit mit Arbeitgebern, Rentenversicherungsträgern, Berufsgenossenschaften, Krankenkassen und anderen Partnern



# DIE FAW. Zahlen, Daten, Fakten.



Wir sind als Bildungs- und Personaldienstleister  
**QUALIFIZIERUNGS-EXPERTE**

seit über

# 30

**JAHREN.**

Wir verbinden im BEM und BGM unser Expertenwissen aus Prozessberatung, Fallmanagement und Qualifizierung.

Unsere Erfahrung stammt aus über

# 18.000

**BERATUNGEN.**



Wir verfügen über eine  
**FLÄCHENDECKENDE VERNETZUNG**

mit allen relevanten Akteuren im BGM.

Wir beziehen das Wissen und die Erfahrung unserer Kunden in die Lösungsfindung ein.

**DIE BERATER DER FAW**

sind überregional im Einsatz.



Wir sind wirtschaftsnah, verfügen über Branchen- und Strukturkenntnis durch die Zusammenarbeit mit über

# 400

**KUNDEN-UNTERNEHMEN**

aus verschiedensten Branchen und Größen (10-50.000 MA).

Wir haben den Mut, schwierige Themen anzugehen und unseren Werten treu zu bleiben.



**UNSERE BERATER SIND HERVORRAGEND QUALIFIZIERT.**

Unsere **über 200 Standorte** bieten ein umfassendes, vielfältiges BEM- und BGM-Portfolio.



Wir sind laufend im Austausch mit Praktikern und weiteren Experten. Auch daraus ziehen wir unsere Praxisnähe.

Wir haben seit 2006 bereits über

# 1.000

**DISABILITY MANAGER** ausgebildet – in der von der DGUV zertifizierten Weiterbildung zum

**CDMP.**

Certified Disability Management Professional

Wir verstehen uns im Umgang mit den Interessen aller Beteiligten als unabhängige Lotsen und Berater.



Wir sichern die

**ARBEITSFÄHIGKEIT**

von Menschen und leisten damit einen wichtigen Beitrag zum Erhalt von Fachwissen und Arbeitsplätzen in den Unternehmen.

Wir unterstützen durch BEM und BGM die Fachkräftesicherung und Mitarbeiterbindung.