

## Extremsituationen im Arbeitskontext — wie meistern?

Jeder Mensch erlebt im Laufe seines Lebens Krisen – einige davon treffen uns unvorbereitet und im Arbeitskontext.

Dieses Format richtet sich sowohl an Menschen die selbst von einer Extremsituation betroffen waren/ sind, als auch an jene, die mit diesen Menschen arbeiten.

Oft bringen Ausnahmesituationen viele Fragen mit sich und es kann einem schwer fallen die „richtigen“ Worte zu finden. Wie gewohnt zu „funktionieren“ ist mit massiven Anstrengungen verbunden und dabei ist der Wunsch nach „Normalität“ groß.



### Ziele und Schwerpunkte

Wir unterstützen Sie mit Wissen, Feingefühl, Respekt und Humor bei den folgenden Themen:

- ▶ In der Kommunikation mit Betroffenen.
- ▶ Bei Inputs, zum Thema „Traumatische Stressreaktionen und möglichen Folgen.“ Das ist extrem wichtig! Damit Menschen verstehen was mit ihnen geschieht.
- ▶ Betroffenen stehen wir für ihre Fragen zu Verfügung.
- ▶ Wir stellen erste Hilfe Tools vor und wie man diese nutzen kann, um sich selbst zu regulieren.
- ▶ Wir stehen zur Verfügung, wenn es darum geht zu schauen, ob und wo weiterführende Hilfe zu finden ist.
- ▶ Gerne erarbeiten wir mit Ihnen auch eine Strategie, wie es für Sie und Ihr Team weitergehen kann.

### Inhalte und Ablauf

Im Regelfall begleiten wir Sie einen Tag lang. Die Priorisierung was an dem Tag behandelt wird ist abhängig von der Zielgruppe, handelt es sich um Betroffene oder um Menschen die Betroffene im Arbeitskontext begleiten.

Betroffene brauchen mehr Zeit und Raum das Erlebte zu analysieren und zu verarbeiten. Den erhalten sie im angemessenen Rahmen. Manchmal mögen auch ein weiteres Einzelcoachings sinnvoll sein.

Menschen die Betroffene begleiten, haben häufig mehr Fragen, wollen wissen wie sie unterstützen können und wie sie eigene Grenzen kommunizieren können.

Sprechen Sie uns an. Gerne beraten wir Sie individuell und schauen wie wir Sie lösungsorientiert begleiten können.

Bei Fragen kommen Sie gerne auf uns zu. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen.