

**NEU**

## **Psychisch gesund in Ausbildung und Beruf**

*Psychische Belastungen bei Auszubildenden verstehen,  
erkennen, ansprechen, verhindern und bewältigen*

Junge Menschen sind am häufigsten von psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angst und Suchterkrankungen betroffen. Deshalb werden Ausbilder/-innen in der Berufsausbildung immer wieder psychisch belasteten und erkrankten Jugendlichen und jungen Erwachsenen begegnen: Einerseits treten ca. 25-30% der Auszubildenden die Berufsausbildung bereits psychisch belastet an. Andererseits können Auszubildende und Studierende mit Situationen, Ereignissen oder Erkenntnissen konfrontiert werden, für die sie keine Bewältigungsstrategien haben und die psychischen Krisen auslösen.

Ziele des Workshops sind psychische Belastungen besser verstehen, erkennen, ansprechen und bewältigen zu können; die Rollen- und Handlungssicherheit bei Ausbilder/-innen verbessern und gesundheitsförderliche Prozesse in Ausbildung und Beruf anstoßen.

### **Themen**

Wie können sich Ausbilder/-innen und Ausbildungsstätte darauf besser vorbereiten?

Welche Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung sind nützlich?

Wie können wir mit (eigenen) Ängsten, Vorurteilen, Stress und Stigmatisierungen umgehen?

Was ist die Rolle der Ausbilder/-innen im Krisenfall? Wer kann und was kann helfen?

Welche innere Haltung und welches methodische Handwerkszeug tragen zu guten Gesprächen bei – damit junge Menschen ihre Ausbildung meistern und Ausbilder/-innen zuversichtlich, souverän und mit Freude ihrer so wichtigen Aufgabe nachkommen können.

### **Teilnehmerstruktur**

Ausbilder, Ausbildungsbeauftragte und alle, die psychische Belastungen bei jungen Erwachsenen besser verstehen, erkennen, ansprechen und bewältigen wollen

### **Dozentin**

Dr. Manuela Richter-Werling  
Gründerin und 23 Jahre Geschäftsführerin von Irrsinnig Menschlich e.V., Mental Health Expertin,  
Bundesverdienstkreuzträgerin 2023

### **Seminardaten**

Seminarnummer  
**150.187/26-02**

Termin  
**01.06.2026**

Anmeldeschluss  
**11.05.2026**

Entgelt

Zweckverbandsmitglieder  
**194,00 €**

Nichtmitglieder  
**205,00 €**