

## Krisen-Coaching für Führungskräfte

Führungs- und Leitungskräften sowie Mitgliedern einer betrieblichen Interessenvertretung bieten wir Krisen-Coachings per Videocall oder Telefon an – unbürokratisch, zeitnah, vertraulich und kostenfrei. Der Führungsalltag beinhaltet oft schwierige und herausfordernde Situationen, auf die Sie angemessen und schnell reagieren müssen. Mit dem Krisen-Coaching der BGW stärken Sie Ihre Gesundheit und Ihre Handlungsfähigkeit. Nach einem klärenden Erstgespräch erhalten Sie von uns bis zu drei kostenfreie Coaching-Einheiten mit Coaches, die Ihre Branche kennen.

### Darum geht es im Coaching

In den Coaching-Einheiten bearbeiten Sie Ihre ganz persönlichen Fragen. Das kann der Umgang mit aktuell herausfordernden Situationen sein oder wie Sie professionell handeln, wenn es Streit und Auseinandersetzungen mit Mitarbeitenden oder innerhalb des Teams gibt. Auch wie Sie Ihre Mitarbeitenden unterstützen und motivieren oder anspruchsvollen Erwartungen Ihrer Klientel begegnen, können Themen sein.

Ob es darum geht, woraus Sie in aktuellen Belastungssituationen Kraft schöpfen oder wie Sie in Zeiten von Ungewissheit und hoher Veränderungsdynamik entscheidungs- und handlungsfähig bleiben: Was immer Sie beschäftigt – Sie bringen Ihr Thema in das Coaching ein.



[www.bgw-online.de/  
krisen-coaching](http://www.bgw-online.de/krisen-coaching)



[www.bgw-online.de/fuerstarke-unternehmen](http://www.bgw-online.de/fuerstarke-unternehmen)

Stärken Sie Sicherheit und Gesundheit Ihrer Beschäftigten. Den Weg zum starken Unternehmen begleitet die BGW mit verschiedenen Angeboten.

### Wir sind für Sie da – Ihre BGW

Sie haben Fragen zu diesem Angebot? Wenden Sie sich bitte an die BGW-Bezirksstelle in Ihrer Nähe:

#### Berlin

Tel.: +49 30 89685-3701

#### Karlsruhe

Tel.: +49 721 9720-5555

#### Bochum

Tel.: +49 234 3078-6401

#### Köln

Tel.: +49 221 3772-5356

#### Delmenhorst

Tel.: +49 4221 913-4241

#### Magdeburg

Tel.: +49 391 6090-7920

#### Dresden

Tel.: +49 351 8647-5771

#### Mainz

Tel.: +49 6131 808-3902

#### Hamburg

Tel.: +49 40 4125-2901

#### München

Tel.: +49 89 35096-4600

#### Hannover

Außenstelle von Magdeburg  
Tel.: +49 391 6090-7930

#### Würzburg

Tel.: +49 931 3575-5951

Adressen unter: [www.bgw-online.de/kontakt](http://www.bgw-online.de/kontakt)

## Krisensituationen bewältigen

Umgang mit psychischen Herausforderungen im Beruf



BGW 08-00-002-05/2024 - MGR/BN - Foto: adobe stock, Alexander Rath

# Kein Land in Sicht?

Wir unterstützen Sie

Im Beruf zeigen wir täglich Leistung. Doch manchmal fordert unser professioneller Alltag zu viel von uns, und die psychische Belastung nimmt kontinuierlich zu. Wenn sie beginnt unser Leben zu dominieren, ist es höchste Zeit, etwas zu tun.

## Auswege aus dem Belastungskarussell

Egal in welchem Beruf oder in welcher Position Sie arbeiten, es besteht immer die Möglichkeit, dass eine Situation Sie zu überfordern droht. Es kann ein unerwartetes Ereignis sein, das Ihre Sicht auf das Leben von einem Moment auf den anderen komplett verändert. Ebenso können anhaltende, täglich immer wiederkehrende Belastungen zu einer schleichenden Erschöpfung führen. Um den Versicherten der BGW dann zur Seite zu stehen, haben wir unterschiedliche Unterstützungsangebote.

## Strategietag für Unternehmen

Beim BGW Strategietag „Lernen aus Krisen“ stehen die betrieblichen Erfahrungen während einer Krise im Mittelpunkt. Der kostenfreie, eintägige Workshop unterstützt verantwortliche Führungs- und Fachkräfte bei der Reflexion über den Umgang mit Krisen und bei der Erarbeitung von Maßnahmen für die Krisenbewältigung.

## Hilfe nach Extremerlebnissen

Es kann jederzeit etwas passieren, das uns aus der Bahn wirft: ein schwerer Verkehrsunfall, eine Gewalttat, eine als lebensbedrohlich empfundene Situation oder ein anderes Erlebnis, das vielleicht sogar unsere bisherige Lebensplanung bedroht. Wenn es sich dabei um einen Arbeitsunfall handelt, hilft die BGW, das Erlebte zu verkraften.

### Was ist ein Arbeitsunfall?

Verursacht ein Ereignis während der beruflichen Tätigkeit körperlichen Schaden oder eine seelische Erkrankung, ist es versicherungsrechtlich ein Arbeitsunfall. Deshalb raten wir dazu, auch Gewalt oder Extremereignisse im Unternehmen sofort mit einer Unfallanzeige zu melden. Selbst wenn Betroffene einfach zur Tagesordnung übergehen, kann eine Traumatisierung stattgefunden haben, die schnelle Hilfe erfordert.

### Das können wir für Sie tun

Die BGW vermittelt nach einem Extremerlebnis eine telefonische psychotherapeutische Beratung. Bis zu fünf Telefontermine à 50 Minuten sind möglich. Bei Bedarf vermitteln wir auch bis zu fünf ambulant durchgeführte probatorische Sitzungen bei ärztlichen oder psychologischen Psychotherapeutinnen und -therapeuten in Ihrer Nähe.

Das Angebot richtet sich an unmittelbar betroffene Personen und mittelbar betroffene Zeuginnen und Zeugen, die über ihren Arbeitgeber bei der BGW versichert sind und während ihrer beruflichen Tätigkeit ein Gewalt- oder Extremereignis durchlitten haben.

Unsere Angebote richten sich an alle Versicherten der BGW, die durch die besonderen Bedingungen an ihrem Arbeitsplatz in eine psychische Krisensituation geraten sind. Sie können sich direkt an uns wenden. Bei allen Angeboten gilt das Verschwiegenheitsprinzip. Die Anonymität gegenüber Ihrem Arbeitgeber beziehungsweise Ihrer Arbeitgeberin ist selbstverständlich.



## Telefonische Krisenberatung

Wer beruflich oder ehrenamtlich im Gesundheitsdienst oder in der Wohlfahrtspflege tätig ist, kann im Rahmen der Tätigkeit in lang anhaltende, psychisch sehr belastende Situationen geraten. Manchmal ist es das tägliche Miterleben schwerer Krankheitsverläufe, das erschöpft. Manchmal sind es aktuelle politische Rahmenbedingungen wie Kriegsereignisse und manchmal auch betriebswirtschaftliche wie Insolvenzen.

### Wir helfen Ihnen unkompliziert und zeitnah

Unabhängig davon, wodurch sich ein Mensch psychisch unter Druck gesetzt fühlt, unterstützt die BGW ihre Versicherten mit telefonischer Krisenberatung. Dies ist ein Angebot zur Frühintervention durch erfahrene Psychotherapeutinnen und -therapeuten. Unbürokratisch und kostenlos können Sie bis zu fünf Termine telefonischer Einzelberatung à 50 Minuten erhalten.



[www.bgw-online.de/  
strategietag-krisen](http://www.bgw-online.de/strategietag-krisen)



[www.bgw-online.de/  
beratung-unfallverletzte](http://www.bgw-online.de/beratung-unfallverletzte)



[www.bgw-online.de/  
krisenberatung](http://www.bgw-online.de/krisenberatung)

