

AFI-Kurs

Arbeitsbelastung individuell und strukturell bekämpfen



In deutscher Sprache

09:00 – 16:00 Uhr

Freitag, 24. Januar 2020

Saal 261
Landhaus 12
K.-Michael-Gamper-Straße 1
39100 Bozen

Inhalte

Die Arbeitsbelastung steigt und steigt – stimmt das wirklich? Und wenn ja, was kann man auf individueller und betrieblicher Ebene dagegen unternehmen?

In diesem Kurs lernen Sie, welche Arten von Arbeitsbelastungen es gibt, wie es um die Arbeitsbelastung in Südtirol bestellt ist und was Sie gegen Arbeitsstress tun und anderen raten können.

Für wen?

Südtiroler Gewerkschaften, KVV und ACLI

Programm

- Ihre Erfahrungen mit Arbeitsbelastungen
- Wie entsteht Arbeitsbelastung? Welche Folgen hat chronische Arbeitsbelastung?
- Was erzählt die EWCS-Umfrage zur Arbeitsbelastung in Südtirol?
- Arbeitsbelastung erfolgreich bekämpfen- aber wie? Individueller Ansatz mit dem *Stressometer* und struktureller Ansatz mit dem *Qualitätszirkel*

Mit wem?

Tobias Hölbling, Arbeitspsychologe und AFI-Forscher

Einschreibung

Die Teilnahme ist kostenlos. Fahrt- und Verpflegungskosten werden von den Teilnehmern selbst getragen.

Melden Sie sich bis zum **10.01.2020** unter diesem [Link](#) an.

Kurssprache: **Deutsch**

Mindestanzahl: 8 Teilnehmer

Höchstanzahl: 16 Teilnehmer

Weitere Informationen erteilen

Chiara Venezia

T.: 0471 41 88 37

chiara.venezia@afi-ipl.org

Tobias Hölbling

T: 0471 41 88 31

tobias.hoelbling@afi-ipl.org



Corso IPL

Combattere lo stress lavorativo a livello individuale e strutturale



In italiano

Ore 09:00 – 16:00

Giovedì 23 gennaio 2020

**Sala 153
Palazzo provinciale 12
Via C. Michael Gamper, 1
39100 Bolzano**

Contenuti

I carichi di lavoro diventano sempre più pesanti – è davvero così? E se sì, quali azioni possiamo intraprendere a livello individuale o nel contesto lavorativo per far fronte allo stress da lavoro?

In questo corso impareremo a conoscere i diversi tipi di stress lavorativo, le caratteristiche del fenomeno in Alto Adige e gli strumenti utili non solo per combatterlo ma anche poter consigliare adeguatamente chi ne soffre.

Per chi?

Sindacalisti e collaboratori del KVV e delle ACLI

Programma

- Le vostre esperienze di stress da lavoro
- Come nasce lo stress lavorativo e quali conseguenze può determinare lo stress di tipo cronico?
- Cosa emerge dai dati EWCS sullo stress da lavoro correlato in Alto Adige?
- Come si può combattere efficacemente lo stress lavorativo? Approccio individuale con lo *Stressometro* e strutturale con il *Circolo della qualità*

Con chi?

Tobias Hölbling, Psicologo del lavoro e collaboratore IPL

Iscrizioni

La partecipazione è gratuita. Le spese di viaggio e vitto sono a carico del partecipante.

Iscrizioni entro il **10/01/2020** attraverso questo [link](#)

Lingua del corso: **italiano**.

Min. 8 partecipanti

Max. 16 partecipanti

Per maggiori informazioni

Chiara Venezia

T.: 0471 41 88 37

chiara.venezia@afi-ipl.org

Tobias Hölbling

T: 0471 41 88 31

tobias.hoelbling@afi-ipl.org

IPL | Istituto Promozione Lavoratori

Palazzo Provinciale 12

Via Canonico Michael Gamper, 1

39100 Bolzano

T. +39 0471 41 88 30

info@afi-ipl.org - afi-ipl@pec.it

www.afi-ipl.org