

Factsheet

Unser Mindset, unsere Grundhaltung

Caritas GROW ist mehr als nur ein betriebliches Gesundheitsmanagement. Die Grundlage für unsere Angebote bildet die positive Psychologie. Ein professionelles Trainer-Team ermöglicht es Ihnen, Ihre Entwicklungspotenziale noch besser zu nutzen. Gestalten Sie Ihre persönliche Arbeitswelt aktiv mit – auch Ihrer Gesundheit zuliebe.

Wir bieten hohe Qualität zu vernünftigen Preisen – aus der Praxis für die Praxis. Sie erhalten wissenschaftlich fundierten Input – sympathisch, leicht verdaulich und interessant-inspirierend aufbereitet.

Es erwartet Sie eine modularisierte Angebotspalette. Die Entwicklung von Menschen und Systemen professional zu begleiten und zu unterstützen, ist unser Kernauftrag. Menschen zu den besten ihrer Möglichkeiten verhelfen ist unser Antrieb.



Dr. Stefan Gerhardinger
*Leiter der Stabsstelle
Betriebliches Gesundheitsmanagement*



Janina Riedel
Teamassistentin und Verwaltung

Unsere Zielsetzung

- ✓ Das psychologische gesunde Unternehmen
- ✓ Nachhaltige Investition in die Employability der Mitarbeitenden
- ✓ Verringerung von arbeitsbedingten Fehlbelastungen
- ✓ Verringerung gesundheitlicher Beschwerden und Steigerung des Wohlbefindens und der Kompetenz im Stressmanagement
- ✓ Verbesserung der Beziehung zu Kollegen und Vorgesetzten
- ✓ Entwicklung von Führungskompetenz
- ✓ Verbesserung des Wissens und der praktischen Fähigkeiten zu gesundem Verhalten in den Kontexten Betrieb und Freizeit
- ✓ Stärkung eines positiven Betriebsklimas
- ✓ Praktizierte Wertschätzung
- ✓ Erhöhung der Identifikation und Mitarbeiterbindung
- ✓ positives Arbeitgeberimage, Employer Branding



Unser Service-Paket

Mitarbeiterservice

- ✓ Minutenpsychologie

Verhältnisprävention

- ✓ Gefährdungsbeurteilungen, Arbeitssituationsanalysen
- ✓ Betriebliches Eingliederungsmanagement, Krankheitsrückkehrgespräche
- ✓ Employee Assistance Program

Personalentwicklung - Qualifizierungsmaßnahmen

- ✓ Führungskräfte-Entwicklungsprogramm
- ✓ Workshop „Führungskompetenz-Booster“
- ✓ Weiterbildung betrieblicher Berater Sucht und psychische Gesundheit (Angebot der Caritas Suchthilfe)

Personalentwicklung & Verhaltensprävention

- ✓ Workshop „Konfliktmanagement“
- ✓ Workshop „Wenn die Seele Hilfe braucht“
- ✓ Workshop „Burnout-Prophylaxe“
- ✓ Workshop „Mein besseres Ich – fit bleiben im Dschungel der Arbeitswelt 4.0“
- ✓ Workshop „Schwierige Mitarbeiter führen“
- ✓ Workshop „Psychische Belastungen am Arbeitsplatz“
- ✓ Workshop „Suchthilfe und Suchtprävention im Arbeitsleben“
- ✓ Workshop „Depressions-Check-up“
- ✓ Workshop „Entspannung“
- ✓ Workshop „Stress-Bewältigung“
- ✓ Workshop „Selbstbehauptung und Selbstsicherheitstraining“
- ✓ Workshop „Gesprächsführung“
- ✓ Workshop „Das ist doch Mist – Frustrationsquellen im Arbeitsalltag“
- ✓ Workshop „Mitarbeitergespräch“
- ✓ Workshop „Souverän moderieren und präsentieren“
- ✓ Workshop „Persönlichkeitsbildung – auf dem Weg zu mir“
- ✓ Workshop „Emotionsregulation“
- ✓ Vorträge zu allen Workshopthemen

Individuelle Begleitung, Unterstützung und Hilfe

- ✓ Psychologische Erste Hilfe, psychologische Beratung
- ✓ Coaching
- ✓ Einzelsupervision

Teamentwicklung

- ✓ Teamsupervision
- ✓ Teamtage zu Teambuilding und Teamentwicklung
- ✓ Zukunftswerkstatt

Organisationsentwicklung

- ✓ Beratung und Begleitung bei der Etablierung von betrieblichem Gesundheitsmanagement und betrieblicher Gesundheitsfürsorge



Ihr Feedback zu Inhouse Workshops 2023

Zusätzlich zu interaktiven Feedbackrunden am Ende jeder Veranstaltung bitten wir um anonymes Feedback anhand eines Feedbackbogens, worin die Qualität der Veranstaltung in 13 Fragen gemäß der Schulnoten 1 – 6 eingeschätzt werden soll. Durchschnittliche Bewertung unserer Veranstaltungen: **1,56**



Unser Trainer-Team



Dr. Stefan Gerhardinger, Diplom Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Supervisor, Coach, Dozent am Ausbildungs-Institut für Verhaltenstherapie Regensburg, Selbsterfahrungsleiter für Suchttherapeuten (DGWS & IFT), Lehrauftrag an der OTH Regensburg

Bianca Günther, Dipl.-Psychologin, Psychologische Psychotherapeut, Schwerpunkt: Verhaltenstherapie, Psychoonkologie, Paartherapie, Dozentin am Ausbildungs-Institut für Verhaltenstherapie Regensburg

Christina Hanauer, Dipl.-Psychologin, Betriebswirtin (IWW), Systemische Beraterin (DGSF), Psychologische Psychotherapeutin in Ausbildung, Lehrauftrag an der OTH Regensburg

Veronika Zwerger, Psychologin M.Sc., Psychologische Psychotherapeutin
Schwerpunkt: Verhaltenstherapie, Zusatzqualifikation in Gruppentherapie

Christian Kreuzer, Dipl.-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, langjähriger Leiter der Fachambulanz für Suchtprobleme Regensburg und des Referats Suchthilfe beim Caritasverband für die Diözese Regensburg

Silvia Prey-Weber, Krankenschwester, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Gesundheits-Ökonomin (VWA), Ausbildung zum Systemischen Coach

Jana Schmidt, Psychologische Psychotherapeutin, Psychoonkologin, Zusatzqualifikationen in Gruppentherapie und übende und suggestive Verfahren, Weiterbildung im Training sozialer Kompetenzen sowie ACT

Sebastian Babl, Psychologe M.Sc., Psychologischer Psychotherapeut in Ausbildung



Unsere bisherigen Auftraggeber



Bistum Regensburg
DiCV Regensburg: Fachberatung KiTa
DiCV Regensburg: Ambulante und stationäre Altenhilfe
Caritas Sozialstationen Regensburg
Caritas Krankenhaus St. Josef Regensburg
Caritas Krankenhaus St. Lukas Kelheim
DiCV Augsburg
DiCV Bamberg
Caritasgemeinschaft Sozial- und Pflegeberufe
Klett-Cotta Verlag, Klett-KiTa
Fleet Events: Deutsche KiTa Leitungskongresse
VHS Schwandorf
Agentur für Arbeit Schwandorf
Landratsamt Schwandorf
Jugendamt Cham
Kreisjugendamt Regensburg
Uni-Klinikum Regensburg
Bildungswerk Irsee
Bundeswehrdienstleistungszentrum Bogen
Polizei Oberpfalz
Siemens Regensburg

Wir konnten **2023** insgesamt ca. **600 Nutzer** versorgen

Ihre Entwicklungs-Perspektiven – mehr als nur eine Vision!

Ihr
Dr. Stefan Gerhardinger

Caritasverband für die Diözese Regensburg e.V.
Von-der-Tann-Str. 7 - 93047 Regensburg
Telefon: 0941 5021 225 - Telefax: +49 941 5021 360
Mobil: 0175 3366928

E-Mail: s.gerhardinger@caritas-regensburg.de
Web: www.caritas-grow.de

Publikationen



Gerhardinger, S. (1998). Die emotionale Belastung chirurgischer Patienten. Wirksamkeit psychologischer Operationsvorbereitung. S. Roderer Verlag, Regensburg.

Gerhardinger, S. (2018). Leiten – führen - steuern. Von der Betroffenheit zur Handlungssicherheit. Welt des Kindes, Heft 2, 2018, S. 29 - 31.

Gerhardinger, S. (2018). Von der Betroffenheit zur Handlungssicherheit. Leiten – führen - steuern, Teil 2. Welt des Kindes, Heft 3, 2018, S. 29 - 31.

Gerhardinger, S. (2020). Entwicklung der Therapeutenpersönlichkeit. Orientierungshilfen für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten. Springer.

Gerhardinger, S. (2022). Wachsen und sich entwickeln bei der Caritas. Caritas Jahrbuch 2022, S. 227 – 229. Deutscher Caritasverband (Hrsg.).

Gerhardinger, S. (2023). Führungskraft 4.0. Wie Sie Ihren Führungsstil finden. Praxis Kitaleitung. Kompetenz für Führungskräfte. Klett-Kita GmbH.

Gerhardinger, S. (2023). Ein Apfel am Tag. Wie eine gute Gesundheitsvorsorge aussieht. Praxis Kitaleitung. Kompetenz für Führungskräfte. Klett-Kita GmbH.

Gerhardinger, S. (2024). Punktsieg durch Wohlfühlmanagement. Neue Caritas, Ausgabe 7. Deutscher Caritasverband e.V.

Gerhardinger, S. & Doell, T. (2024). Minutenpsychologie. Entwicklungs-Booster zu ihrem besten Selbst in 52 Inspirationen. SIKa Verlag, Karlstadt. (erscheint in Kürze)

Gerhardinger, S. & Doell, T. (2024). Workbook Seele. Entwicklungsschritte für die Seele. SIKa Verlag, Karlstadt. (erscheint in Kürze)