

# 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  
Diplom Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut,  
Supervisor, Coach*



**Christina Haimerl-Fürbacher**

*Teamassistentin und Verwaltung*

## Unsere Zielsetzung

- ✓ Das psychologisch 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
- ✓ Psychologische Erste Hilfe

### Verhältnisprävention

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

### Personalentwicklung - Qualifizierungsmaßnahmen

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

### Personalentwicklung & Verhaltensprävention

- ✓ Workshop „Mitarbeitergespräche führen“
- ✓ Workshop „Konfliktmanagement“
- ✓ Workshop „Teamentwicklung“
- ✓ Workshop „Burnout-Prophylaxe“
- ✓ Workshop „Gesprächsführung“
- ✓ Workshop „Souverän moderieren/ präsentieren“
- ✓ Workshop „Selbstsicherheit und Selbstbehauptung“
- ✓ Workshop „Persönlichkeitsbildung – Auf dem Weg zu mir“
- ✓ Workshop „Stressmanagement“
- ✓ Workshop „Problembeladene Mitarbeiter führen“
- ✓ Workshop „Emotionsregulation“
- ✓ Workshop „Selbstmanagement“
- ✓ Workshop „Wertschätzung in Unternehmen“
- ✓ Workshop „Onboarding“
- ✓ Workshop „Projekt- und Change-Management“
- ✓ Vorträge zu allen Workshopthemen

Einige Workshops sind anerkannt für Fortbildungspunkte bei der Psychotherapeutenkammer Bayern.

### 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 2025**

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: **1,49**

## **Unser Trainer-Team**



**Dr. Stefan Gerhardinger**

Diplom Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Supervisor, Coach, Dozent am Ausbildungs-Institut für Verhaltenstherapie Regensburg, Selbsterfahrungsleiter für Suchttherapeuten (DGWS & IFT)



**Bianca Günther**

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



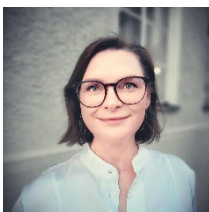
**Dr. Christina Hanauer**

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



**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 AC



**Sebastian Babl**

Psychologe M.Sc., Psychologischer Psychotherapeut in Ausbildung



**Astrid Dengler**

Master of Arts Supervision, Organisationsberatung & Coaching Dipl.-Sozialwirtin (FH) Feelgood Managerin (IHK), Mediatorin spezialisiert auf Kurzzeitcoaching zur Begleitung von Empowerment Prozessen mit PALO ALTO COACHING®



**Dr. Oliver Berger**

Diplom-Psychologe, Anstaltspsychologe der Justizvollzugsanstalt Regensburg, Systemischer Berater, Systemischer Supervisor (SG)

## Unsere bisherigen Auftraggeber



Bischöfliches Ordinariat Regensburg  
DiCV Regensburg: Fachberatung KiTa  
DiCV Regensburg: Ambulante und stationäre Altenhilfe  
Caritas Sozialstationen Regensburg  
Caritas Krankenhaus St. Josef Regensburg  
Caritas Krankenhaus St. Lukas Kelheim  
Caritas Krankenhaus. St. Maria Donaustauf  
DiCV Eichstätt  
DiCV Augsburg  
DiCV Bamberg  
Caritasgemeinschaft Sozial- und Pflegeberufe  
Kolping Bildungswerk  
Klett Kita Verlag  
Fleet Education Events: Deutsche Kitaleitungskongress (DKLK)  
Landratsamt Kelheim  
Jugendamt Cham  
Landratsamt Schwandorf  
Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft Schwandorf  
Kreisjugendamt Regensburg  
Uni-Klinikum Regensburg  
Bayerisches Landesamt für Statistik  
Regens-Wagner-Stiftung  
Bundesanstalt für Immobilienaufgaben  
Gerresheimer Regensburg GmbH  
WG SOL Zeitlarn  
Kinderhaus Max und Moritz  
Bundeswehr-Dienstleistungszentrum Bogen  
VHS Schwandorf  
Agentur für Arbeit Schwandorf  
Agentur für Arbeit Weiden  
Bildungswerke Irsee  
Klinikum St. Marien Amberg

Wir konnten **2025** insgesamt über **3.000 Nutzer** versorgen

**„Wer aufhört, besser werden zu wollen, hört auf, gut zu sein.“**

(Marie von Ebner-Eschenbach)

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](mailto:s.gerhardinger@caritas-regensburg.de)

Web: [www.caritas-grow.de](http://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. Psychische Erkrankungen am Arbeitsplatz. Welt des Kindes, Heft 2, 2018, S. 29 - 31.

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

Gerhardinger, S. (2019). Wie Sie Burnout-Bedrohungen frühzeitig erkennen und eingreifen. KiTa aktuell. Fachzeitschrift für Leitungen, Fachkräfte und Träger der Kindertagesbetreuung. 4.2019, S. 91.

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 1/2023. Kompetenz für Führungskräfte. Klett-Kita GmbH. S. 8 – 11.

Gerhardinger, S. (2023). Ein Apfel am Tag. Wie eine gute Gesundheitsvorsorge aussieht. Praxis Kitaleitung 6/2023. Kompetenz für Führungskräfte. Klett-Kita GmbH. S. 8 – 11.

Gerhardinger, S. (2024). Punktsieg durch Wohlfühlmanagement. Neue Caritas Heft 7 2024. S. 9 – 12.

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

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

Gerhardinger, S. (2025). Methoden der Teamentwicklung in der Kita. Aus der Praxis für die Praxis. Kita aktuell Bayern 1/2025. Wolters Kluwer, Carl Link Verlag. S. 4 – 7.

Gerhardinger, S. (2025). Wir können schlauer sein als manche Krise. Praxis Kitaleitung 4/2025. Kompetenz für Führungskräfte. Klett-Kita GmbH. S. 26 – 29.

Gerhardinger, S. (2025). Emotional führen. Praxis Kitaleitung 5/2025. Kompetenz für Führungskräfte. Klett-Kita GmbH. S. 10 – 13.

Gerhardinger, S. (2025). Entwicklung der Therapeutenpersönlichkeit. Orientierungshilfen für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten. 2. Auflage. Springer.