

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



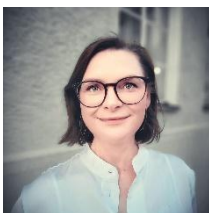
Dr. Christina Hanauer

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 Babi

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 Hauser

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
KBS-Koordinierungsstelle der bayerischen Suchthilfe
Kolping Bildungswerk
Klett-Cotta Verlag, Klett-KiTa
Fleet Events: Deutsche KiTa Leistungskongresse
Landratsamt Kelheim
Jugendamt Cham
Landratsamt Schwandorf
Kreisjugendamt Regensburg
Uni-Klinikum Regensburg
Medbo Regensburg
Bundespolizei
Bayerisches Landesamt für Statistik
Bayerisches Landesamt für Wald und Forstwirtschaft
Regens-Wagner-Stiftung
Bundesanstalt für Immobilienaufgaben
Gerresheimer Regensburg GmbH
WG SOL Zeitlarn
Hospiz St. Felix
Kinderhaus Max und Moritz
Bundeswehrdienstleistungszentrum Bogen
VHS Schwandorf
Agentur für Arbeit Schwandorf
Agentur für Arbeit Weiden
Bildungswerke Irsee
Klinikum 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
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. 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.