

ANJA FELDMANN

ARBEITSPSYCHOLOGIE

Sauerland & Südwestfalen



-  Mitarbeitende stärken.
-  Führungskräfte entlasten.
-  Ausfallzeiten vorbeugen.

FÜR UNTERNEHMEN, KOMMUNEN UND SOZIALE EINRICHTUNGEN



MITARBEITENDEN- BERATUNG

Kurzfristige Einzelgespräche bei beruflichen und privaten Belastungen. Diagnostische Einschätzung und bei Bedarf Weitervermittlung an geeignete Fachstellen.

Menschen stärken - Teams entlasten



FÜHRUNGSKRÄFTE- SPARRING

Sicherheit im Umgang mit belasteten Mitarbeitenden. Fallbesprechungen, Gesprächsvorbereitung und Handlungssicherheit.

Bevor Unsicherheit zum Problem wird



FÜHRUNGSKRÄFTE- COACHING

Innere Ruhe und Selbstvertrauen entwickeln - für eine Führung, die auch unter Druck authentisch und wirksam bleibt. Nachwuchskräfte für neue Rollen stärken.

Die eigenen PS auf die Straße bringen



VORTRÄGE & WORKSHOPS

Themen: Belastete Mitarbeitende erkennen und ansprechen. Selbstfürsorge. Motivation. Resilienz.

Konzentriertes Expertenwissen - anstatt langer Seminare

IHR NUTZEN

- ✓ Frühzeitig handeln - bevor Ausfälle entstehen
- ✓ Fehlzeiten reduzieren - Arbeitsfähigkeit langfristig sichern
- ✓ Führungskräfte entlasten und stärken
- ✓ Mitarbeitende schnell und professionell unterstützen
- ✓ Zusammenarbeit und Teamklima nachhaltig fördern
- ✓ Persönliche Ansprechpartnerin vor Ort
- ✓ Positive Außenwirkung als Arbeitgeber

MEIN PROFIL

- Psychologin M. Sc.
- 6 Jahre klinische Erfahrung
- 2 Jahre Arbeitsmedizinisches Zentrum Siegerland e. V.
- Brückenbauerin zwischen Mitarbeitenden und Führungskräften
- Laufbahnberaterin und Stressmanagementtrainerin
- Industriekauffrau mit Verständnis für Unternehmensrealität

kontakt@anjafeldmann.com
www.anjafeldmann.com

Lennestadt-Elspe: Peter-Soemer-Str.3
Olpe: Schützenstraße 12

Olpe & Lennestadt
Sauerland & Südwestfalen



EXPRESS-WORKSHOPS



für Führungskräfte und Personalverantwortliche

Zeitsparende Workshops mit dem wichtigsten Expertenwissen.

Dauer: 2–4 Stunden.



PSYCHISCHE BELASTUNGEN FRÜH ERKENNEN UND ANSPRECHEN

Wie erkennen Führungskräfte und Personalverantwortliche frühzeitig psychische Belastungen im Team? Konkrete Gesprächsleitfäden und Handlungsstrategien für den Arbeitsalltag.



PSYCHOLOGISCHE SICHERHEIT FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

Was brauchen Führungskräfte, um selbst psychisch stabil zu bleiben? Reflexion eigener Belastungsmuster und Aufbau nachhaltiger Resilienzstrategien - auch für's Team



RESILIENZ UND STRESSKOMPETENZ IM ARBEITSALLTAG

Praktische Methoden zur Stressbewältigung und zum Aufbau innerer Widerstandskraft



EMOTIONALE INTELLIGENZ

Menschen besser verstehen, Gespräche wirksamer führen. Empathie als Führungskompetenz entwickeln und schwierige Gesprächssituationen souverän meistern

VORTRÄGE



Kompakte Impulse – Dauer: ca. 30 Minuten

FÜR ALLE MITARBEITENDEN



Eine Psychologin plaudert aus dem Nähkästchen

Hemmschwellen und Unsicherheiten für eine psychologische Beratung senken

FÜR PERSONALVERANTWORTLICHE



Psychische Belastungen bei Mitarbeitenden erkennen und ansprechen

Den Blick für frühe Warnsignale schärfen und ohne Scheu ansprechen