



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Erfahrungsaustausch für Berufs- und Praxisbildende



Programm

Im direkten Dialog mit Lernenden zum Thema «Psychische Gesundheit»

FRIENDLY
WORK
SPACE | APPRENTICE

10.00 – 10.10 Uhr

Einführung in das Thema und Vorstellung Apprentice

Peter Roos, Geschäftsführender Partner, büro a&o

10.10 – 10.40 Uhr

Panelgespräch mit 5 Lernenden

10.40 – 11.10 Uhr

Breakout Session

Interaktiver Austausch mit den Lernenden

11.10 – 11.20 Uhr

Pause

11.20 – 11.50 Uhr

Austausch und Festhalten der wichtigsten Erkenntnisse im Plenum

Peter Roos, Geschäftsführender Partner, büro a&o

11.50 – 12.00 Uhr

Verabschiedung und Ende der Veranstaltung

«Psychische Gesundheit»

Was ist überhaupt «Psychische Gesundheit»?

«Woran erkennt man eine psychisch gesunde Lernende? Wie ist die? Was tut die? Was hat die?»

→ Die psychische Gesundheit umfasst Aspekte wie

- Wohlbefinden
- Zufriedenheit
- Selbstbewusstsein
- Beziehungsfähigkeit
- Alltagsbewältigung
- Arbeitsfähigkeit
- Exploration und Interaktion mit «Umwelt»



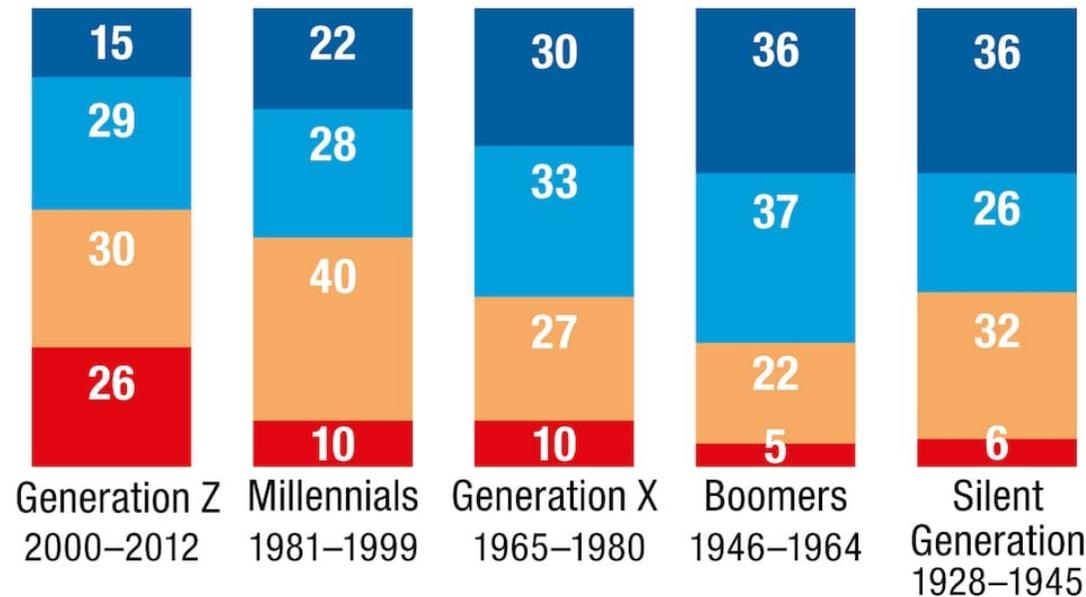
Zusammenspiel von Belastungen und Ressourcen/Bewältigungsstrategien



Wie geht es den jungen Menschen? Befragung GfS 2022

Psychische Gesundheit nach Alter

in Prozent der Einwohner



Quelle: GfS.Bern © Blick Grafik

«Was man so hört und schreibt über die jungen Menschen...»

- Ihnen wird der rote Teppich ausgerollt, alle Schwierigkeiten werden aus dem Weg geräumt...
- Die Eltern erziehen ihre Kinder nicht – wir müssen Basics nachholen...
- Die Jungen sind nicht mehr belastbar...
- «Durchbeissen» ist nicht gerade deren Stärke...
- Die Gen Z denkt anders: «*Arbeiten um zu leben vs. leben um zu arbeiten*»...
- Sie fahren unsere Wirtschaft an die Wand und gefährden unseren Wohlstand...
- ...

