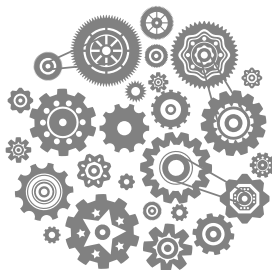


sven steffes-
holländer



FORT- UND WEITERBILDUNG
SUPERVISION
BERATUNG
ORGANISATION
BEGUTACHTUNG



Sven Steffes-Holländer

Facharzt für Psychosomatische Medizin &
Psychotherapie

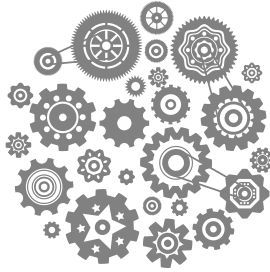
Sozial- und Ernährungsmediziner (KÄB)

Klinischer Supervisor (DGPPN)

Verkehrsmedizinischer Sachverständiger

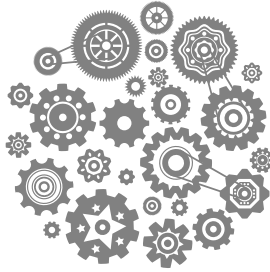
- **Chefarzt** der Heiligenfeld Klinik Berlin, Fach- und Tagesklinik für Psychosomatische Medizin & Psychotherapie
- **Dozent & Gutachter** für Psychosomatische Medizin, Psychotherapie, Sozial- und Verkehrsmedizin in diversen Akademien und Instituten
- **Supervisor & Berater** im Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) für Behörden, Institutionen und Unternehmen **zu Themen** wie: berufliche Traumatisierung, insbesondere bei Einsatzkräften, Lehrer- und Ärztesundheit, psychische Folgen der Digitalisierung
- **Wissenschaftlicher Leiter** des Curriculums Psychosomatische Grundversorgung der Memomed Akademie und des Curriculums Leadership in Gesundheitseinrichtungen der Akademie Heiligenfeld.

Steffes-Holländer bietet seit vielen Jahren Vorträge, Seminare und Workshops zu den Themen Stress, Achtsamkeit, Resilienz, Kommunikation, Motivation, Konfliktbewältigung und Entspannung an.



Vorträge, Workshops, Seminare für Unternehmen & Behörden 2022/23

- **Stress** -
Prävention, Entstehung und Bewältigung
- **Mindful Teacher** -
Mit Achtsamkeit durch den Schulalltag
- **Resilienz im Beruf** -
Wie schütze ich mich trotz Belastung?
- **Selbstfürsorge & Achtsamkeit** -
auch im Arbeitsleben
- **Herausforderung Homeoffice** -
Gesund bleiben in neuen Arbeitswelten
- **Gefühle im Beruf** -
wie kann ich sie steuern?
- **Entspannung im Job** -
Einfache Strategien zum Abschalten
- **Konflikte & Krisen**
im Beruf konstruktiv bewältigen
- **Persönlichkeitsstile besser verstehen** -
Wie wir werden, was wir sind
- **Perfektionismus** im Beruf -
Segen oder Fluch?
- **Resilienz & Stressmanagement**
in herausfordernden Zeiten
- **Umgang mit Gewalterfahrungen**
am Arbeitsplatz (für Einsatzkräfte)
- **(Selbst-) Mitgefühl als Ressource**
am Arbeitsplatz



Vorträge, Workshops, Seminare für Führungskräfte 2022/23

- **Achtsame Führung / Mindful Leadership**
im Unternehmen (in der Behörde)
- Konstruktiver Umgang mit
schwierigen Mitarbeiter:innen
- **Psychische Erkrankungen**
bei Mitarbeiter:innen verstehen
- **Stressmanagement**
für Teams und Arbeitsgruppen
- **Leben & Arbeiten in Balance**
für Führungskräfte
- **Digitale Resilienz**
statt Digitaler Burnout
- **Psychologie für Führungskräfte -**
Mitarbeiter*innen besser verstehen
- **Burnout-Prophylaxe für Führungskräfte -**
Sich vor dem Ausbrennen schützen

Alle Veranstaltungen sind
sowohl online als auch in
Präsenz durchführbar

Nach Absprache sind für Keynotes, Seminare und Workshops
auch weitere verwandte Themenstellungen möglich.

Anfragen bitte schriftlich an sven@steffeshollaender.de

sven steffes-
hollaender

Referenzen

FORT- UND WEITERBILDUNG
SUPERVISION
BERATUNG
ORGANISATION
BESUCHTUNGEN
APM

 **BG Kliniken**

BG Klinikum Unfallkrankenhaus Berlin



axel springer



Behörden Spiegel



DSW21



evolve
MAGAZIN FÜR BEWUSSTSEIN UND KULTUR

