

Employee Assistance Program (EAP)

Psychosoziale Beratung für mentale und psychische Gesundheit im Arbeitsleben

Was ist EAP?



Das EAP ist ein **vertrauliches psychosoziales Beratungsangebot für alle Mitarbeitenden** eines Unternehmens. Es unterstützt bei beruflichen und privaten Belastungen - frühzeitig, professionell und lösungsorientiert.

Typische Themen können sein:

- Stress bei der Arbeit
- Konflikte im Team
- familiäre Probleme
- psychische Beschwerden
- Burnout
- Schlafschwierigkeiten

Die Themen sind so vielfältig wie die Menschen selbst - alles, was belastet, darf angesprochen werden.



Viele Ratsuchende wissen zunächst nicht, wo sie ansetzen sollen oder welche Hilfe sinnvoll ist.



In der Beratung ordnen wir gemeinsam die Situation, geben Orientierung und unterstützen dabei, nächste Schritte zu gehen.

Manche Anliegen können im Rahmen der Beratungsgespräche durch **erlerntes Wissen, Impulse** und **konkrete Verhaltenstipps** gut selbst bewältigt werden. Bei tiefergehendem Unterstützungsbedarf helfen wir gezielt dabei, **geeignete weiterführende Hilfsangebote** zu finden, um längerfristig die Beschwerden zu bewältigen.

Wer kann das EAP nutzen?

Das Angebot kann von allen Mitarbeitenden des Unternehmens in Anspruch genommen werden.

Es richtet sich an:

- ratsuchende Mitarbeitende und Führungskräfte
- Personen, die sich Sorgen um ihre Mitarbeitenden oder Kolleg*innen machen

Wie erfolgt die Kontaktaufnahme?



Ratsuchende Mitarbeitende melden sich persönlich per E-Mail direkt bei uns: **beratung@zida-arbeitsmedizin.de**

Wie läuft die Beratung ab?



zeitnah

Kontaktaufnahme innerhalb von 72 Stunden + Vereinbarung eines zeitnahen Gesprächstermins



vertraulich & diskret

unter Einhaltung der Schweigepflicht, auf Wunsch auch anonym



flexibel

per Telefon, Video, E-Mail oder persönlich in unseren Praxisräumen in Kernen-Rommelshausen



auf Wunsch

auch als Sprechstunde direkt vor Ort in Ihrem Unternehmen

Die Beratung umfasst in der Regel bis zu drei Gespräche à 50 Minuten.

→ Bei Bedarf können nach Rücksprache mit dem Unternehmen weitere Gespräche vereinbart werden.

Das EAP ist keine Psychotherapie und kann eine solche auch nicht ersetzen!

Sollte eine psychotherapeutische Behandlung sinnvoll oder notwendig sein, unterstützen wir aktiv bei der Suche nach einem passenden Therapieplatz.

Ihre Vorteile

mit dem EAP von MindBureau der ZIDA



keine separaten Zusatzkosten

die Abrechnung erfolgt über die bestehende Grundbetreuung bzw. betriebsspezifische Betreuung in der Arbeitsmedizin



bedarfsorientierte Abrechnung

keine monatliche Pauschale - Sie zahlen ausschließlich die tatsächlich in Anspruch genommenen Beratungsstunden



multiprofessioneller Ansatz

enge Zusammenarbeit mit dem arbeitsmedizinischen Team der ZIDA



qualifizierte Fachberatung

durch erfahrene Psycholog*innen, Psychotherapeut*innen und Fachärzt*innen

Interesse? Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

Kontakt: beratung@zida-arbeitsmedizin.de · 07151 820 00 20 · Karlstraße 21/23, 71394 Kernen im Remstal