



## Von Mensch zu Mensch

Von den kleinen Herausforderungen oder Widrigkeiten im Berufs- oder Privatleben bis hin zur akuten Krise, ein lösungsorientiertes Gespräch auf Augenhöhe tut immer gut. Umso mehr, wenn man sich bei seinem Gegenüber auf Empathie, Unabhängigkeit, Professionalität und umfassende Verschwiegenheit verlassen darf.

## Warum darüber reden?

Eine chinesische Weisheit besagt: Sorgen sind wie Gewitterwolken – in der Ferne erscheinen sie schwarz, über uns grau. Durch ein Beratungsgespräch holt man sein Anliegen ins Hier und Jetzt. Oftmals stellt man dann rasch fest, dass da und dort bereits die Sonne hervorblitzt und ein Gewitter ganz ausbleibt. Und sollte es doch zu einem kommen: Ein Gewitter reinigt die Luft und hinterlässt fruchtbaren Boden.

## Das Leben ist bunt ...

... und so sind die Anliegen, die an uns herangetragen werden. Unser großes Beraterteam setzt sich aus verschiedenen Professionen zusammen, sodass wir Ihnen in allen Lebenslagen zur Seite stehen können. Ob seelische, gesundheitliche, soziale oder finanzielle Fragen – gemeinsam versuchen wir, eine für Sie optimale Lösung zu finden.

## Warum kostet dieses Service nichts?

Das EAP-Institut wurde von Ihrem Arbeitgeber beauftragt und wird von diesem auch pauschal bezahlt.

## Erfährt mein Arbeitgeber davon?

Jede Beratung erfolgt zu 100% anonym und vertraulich. Ihr Arbeitgeber erhält keine Information darüber, ob eine Beratung stattgefunden hat. Auch Informationen über Inhalte der geführten Beratungs- und Coachinggespräche werden nicht weitergeleitet. Das Feedback an Ihr Unternehmen erfolgt ausschließlich in Form eines standardisierten Qualitätsberichts.

## Wir sprechen viele Sprachen

Das meinen wir sowohl wörtlich als auch im übertragenen Sinn: Welches Thema Sie auch belastet – nehmen Sie unser kostenloses Angebot der Telefonberatung oder Direktberatung (bis zu 6 Sitzungen pro Beratungsthema) an und wir unterstützen Sie in vielen Sprachen dieser Welt. Sie werden sehen, es lohnt sich.

## Unsere Beratungsthemen im Überblick

### ARBEIT UND BERUF

- Arbeitsstress/Arbeitsbelastung
- Berufliche Krisen
- Konflikte am Arbeitsplatz
- Überforderungssituationen
- Veränderungsdynamik
- Berufliche Neuorientierung
- Burnout
- u.v.m.

### PSYCHISCHE/MENTALE GESUNDHEIT

- Umgang mit Stress und Überforderung
- Mentale Fitness, Stressresistenz
- Alltagssorgen
- Erschöpfung, Burnout
- Depressionen und Ängste
- Notfälle, Krisenintervention
- u.v.m.

### SUCHT UND ABHÄNGIGKEIT

- Individuelle Beratung
- Beratung des Umfelds
- Therapieplanung und Therapievermittlung
- u.v.m.

## PRIVATE THEMEN

Berufliche Schwierigkeiten machen nicht vor dem Privatleben halt und umgekehrt. Unser Beratungs- und Coachingangebot steht daher allen ArbeitnehmerInnen sowie deren engsten Familienangehörigen rund um die Uhr zur Verfügung.

- Familie und Partnerschaft – Konfliktlösung
- Trennung, neue Partnerschaften, Leben in Patchworkfamilien
- Kinder und Jugendliche – Entwicklungskrisen
- Erziehungsprobleme
- Persönliche Entwicklung
- Lebenslagen-Coaching
- Selbstmanagement
- Familiäre Belastungen
- u.v.m.

## FINANZIELLE PROBLEME – ÜBERSCHULDUNG

- Budgetberatung
- Vorbereitung für die Schuldnerberatung
- Vorbereitende Beratung bei Privatinsolvenz
- u.v.m.

## RECHTSBERATUNG UND STEUERBERATUNG

- Kostenlose telefonische Erstberatung zu juristischen Themen durch einen Rechtsanwalt oder Steuerberater des EAP-Instituts, ausgenommen Arbeitsrecht

*We care for employees*