

... und wer
hilft jetzt
weiter?

Daten/Fakten

»Ich arbeite mehr als 60 Stunden die Woche, wie kann ich fit bleiben?«

»Wir erreichen unsere Ziele nicht, was nun?«

»Wir müssen wieder umstrukturieren, wie sag ich das den Mitarbeitern?«

»Ich kann nicht mehr schlafen, was tun?«

Anforderung:

- Arbeitsdichte und Komplexität steigen
- Intensivierung der Arbeit nimmt zu
- Druck wächst

Erwartung:

- Kreativität sowie schnelle und gute Problemlösungen
- soziale und emotionale Kompetenz
- Nachhaltige Entscheidungen
- Belastbarkeit

Negativer Stress führt zu psychischen Belastungen.

Psychische Erkrankungen haben seit 2000 um 20% zugenommen.

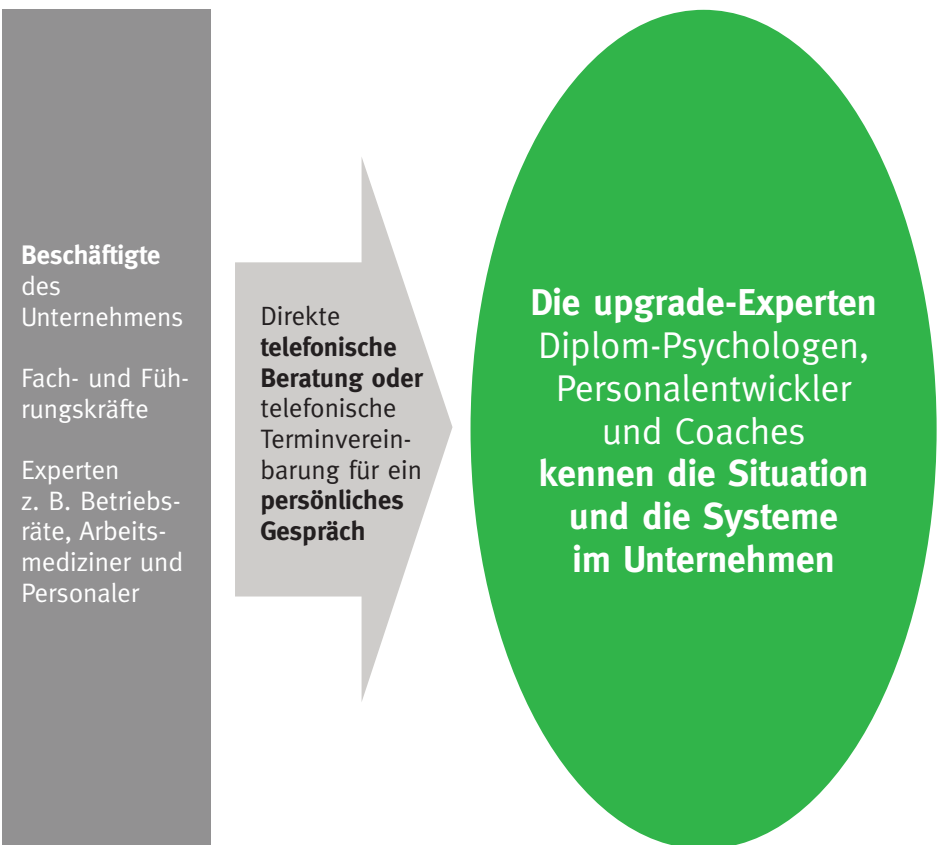
22,7 Krankheitstage im Durchschnitt für eine Person mit psychischer Überlastung (bei sonstigen Erkrankungen nur 7,6 Tage). Ein Burnout kostet mehrere Monate Arbeitsausfall.

Ängste, Konflikte, Sorgen, Sucht – das sind die Beratungsthemen

EAP

Mitarbeiter Beratungs Programm

EAP ist ein Beratungsdienst, der in beruflichen und persönlichen Problemsituationen von jedem Unternehmensangehörigen in Anspruch genommen werden kann.



Für besondere Fragen und weiterführende Hilfe stehen unsere Partner zur Verfügung: kas- senärztlich zugelassene Psychotherapeuten, Fachärzte, Physiotherapeuten und Juristen.

Kosten/Nutzen

Leistungsminderung durch Stress, Konflikte, Frustration oder Burnout kostet Geld. Frühzeitig erkannt und professionell aufgefangen, so profitiert das Unternehmen genauso wie jeder Einzelne. Kostenmäßig, gesund und leistungsstark.

Grundlage für die Passung

- Bestandsaufnahme der unternehmensinternen Strukturen und Prozesse
- Kennenlernen der vorhandenen Managementsysteme, laufender Changeprojekte, Unternehmenswerte und Kultur
- Maßgeschneiderte interne Kommunikation
- Spezifische Koordination

Basisprogramm

- an 5 Tagen 7-21 Uhr erreichbar
- telefonische Beratung
- 5 Stunden pro Jahr und Person persönliche Beratung/Coaching
- E-Mail-Begleitung für Alltags-transfer nach Coaching-Einheit
- Online-Portal Stressprävention
- anonymisierte Evaluation
- Beratung der Betriebsräte, -Ärzte, Personal-, Gesundheitsmanager

Zusatzprogramm

- Erreichbarkeit auch an Wochenenden jeweils von 8-14 Uhr
- zusätzlich für alle im Haushalt jedes Mitarbeiters lebende Personen
- Vorträge im Unternehmen über Stressprävention, Ernährung, mentale Fitness, Burnout

Zusatz-Nutzen

Attraktivität als Arbeitgeber, Imagepflege nach innen und außen

Externe Mitarbeiter Betreuungs Programme reduzieren Ausfallzeiten sowie Leistungsdefizite. Sie erbringen einen messbaren Return on Invest von 7 bis 16 Euro pro eingesetztem Euro.

»Uns und unserem Team liegt sehr am Herzen, dass Ihre Mitarbeitenden und Kollegen aus eigener Kraft schnell wieder einen klaren Kopf haben, leistungsfähig, fit und zufrieden sind. Genau darum kümmern wir uns jeden Tag.«



Dr. Petra Bernatzeder

- Diplom-Psychologin
- Verhaltenstrainerin, Coach
- Stressforschung am Max-Planck-Institut MPIP in München
- Dozentin im Masterstudium Ethical Management KU Eichstätt
- Mentorin an der Bayerischen Eliteakademie
- Assessorin der EFQM European Foundation for Quality Management
- Initiatorin von www.Healthnetworkx.info
- Geschäftsführerin der upgrade human resources für Personal- und Gesundheitsmanagement
- zahlreiche Veröffentlichungen



Reinhard Nagel

- Diplom-Sozialwissenschaftler, Psychologe, Erwachsenenbildung
- Coaching-Praxis und Trainings-Institut
- Entwicklung des MBE Mental Body Energy Systems
- Mentaltrainer, Coach im Leistungssport
- Business- und Management Coach ECA (European Coaching Association)
- Lehrtrainer und Ausbilder (DV NLP) für Neurolinguistisches Programmieren
- Feldenkrais-Pädagoge
- Leiter der upgrade-Akademie

... und unser erfahrenes **Beratungsteam** unter www.upgrade-hr.de/ueber-upgrade/team.html

**Kompetenz macht
den Unterschied**

Premium Employee Assistance Program

Denn überdurchschnittliche Leistung lässt sich nur mit einem überdurchschnittlich engagierten und starken Team erzielen. Jeder muss mental fit sein und den Kopf frei haben – für die Kunden und das Unternehmen.

upgrade human resources GmbH
Jakob-Klar-Straße 14
D-80796 München
fon +49 (0)89 66 59 29-70
fax +49 (0)89 66 59 29-66
www.upgrade-hr.com
mbe@upgrade-hr.com