



IAP
Institut für Angewandte
Psychologie

Förderung der psychischen Gesundheit in Unternehmen



EAP-Programme: Psychologische Beratung
für Mitarbeitende

**Ortsunabhängige,
niederschwellige
Online-Beratung**

Förderung der psychischen Gesundheit

Aus gutem Grund investieren immer mehr Unternehmen in die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeitenden. Denn psychische Belastungen beeinträchtigen die Leistungsfähigkeit der Mitarbeitenden stark. Eine frühzeitig eingeleitete Mitarbeitendenberatung kann sich positiv auf die Motivation auswirken, die Arbeits- und Lebenszufriedenheit erhöhen, aber auch für Unternehmen einen finanziellen Nutzen generieren.

Wenn aufkommende Schwierigkeiten und Belastungen frühzeitig erkannt und aufgefangen werden, lässt sich die psychische und physische Gesundheit der Mitarbeitenden nachhaltig verbessern. Externe Mitarbeitendenberatungen (Employee Assistance Programs, EAP) können einen entscheidenden Beitrag dazu leisten.

Gemäss aktuellem Forschungsstand haben die EAP-Programme einen signifikant positiven Einfluss auf die Motivation der Mitarbeitenden, das Wohlbefinden und erhöhen die Lebens- sowie Arbeitszufriedenheit. Aber auch die Leistungen, Ausfallzeiten, Fluktuation und Absentismus verbessern sich und Arbeitsbeeinträchtigungen werden durch reduzierte psychische Symptome verringert. Psychologische Mitarbeitendenberatung hat aber auch einen finanziellen Nutzen für Unternehmen. Aufgrund von verschiedenen Studien wird geschätzt, dass die investierten Ausgaben um ein Mehrfaches an Kosten eingespart werden können.

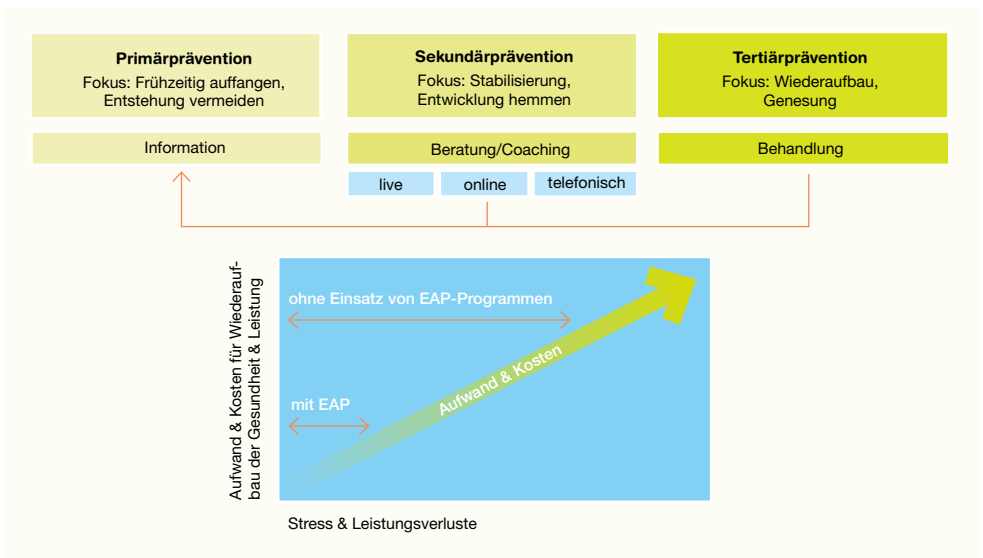


Abb. 1: Adaptierte Grafik von ICAS, www.icas-eap.com

IAP Beratungsangebot

Das IAP unterstützt Ihre Mitarbeitenden als unabhängige, externe Beratungsstelle bei arbeitsbezogenen, persönlichen und gesundheitlichen Anliegen oder psychologischen Fragestellungen. Unsere Psychologen/-innen begleiten sie bei Belastungen am Arbeitsplatz oder im privaten Umfeld, beim Umgang mit Stress und Ängsten oder auch bei Anliegen zur Work-Life-Balance.

Die Kontaktaufnahme ist für Mitarbeitende einfach und unkompliziert. Die Beratungen erfolgen je nach Wunsch in persönlichen Gesprächen, online oder telefonisch.

Angebot für Unternehmen und ihre Mitarbeitenden

- Ressourcen- und lösungsorientierte Coaching- oder Beratungsgespräche
- Anlaufstelle für Führungspersonen und Personalverantwortliche zu Themen wie Burnout-Prävention, Stressmanagement, gesunde Führung oder Umgang mit psychisch belasteten Mitarbeitenden
- Mediation in Konfliktfällen

Was unser Angebot auszeichnet:

- Individuell zugeschnittenes Angebot auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens
- Einfache und unkomplizierte Kontaktaufnahme für die Mitarbeitenden
- Auch Online-Beratungen möglich (und gleich wirksam)
- Ausgewiesene Kompetenzen im psychologischen Bereich

Unser Angebot wird individuell an die Bedürfnisse Ihres Unternehmens und an Ihre Branche angepasst. Auf Anfrage unterbreiten wir Ihnen gerne eine Offerte.

IAP Institut für Angewandte Psychologie

Das IAP ist das führende Weiterbildungs- und Beratungsinstitut für Angewandte Psychologie in der Schweiz. Mit Beratung und Weiterbildung fördert das IAP die Kompetenz von Menschen und Organisationen und unterstützt sie dabei, verantwortungsvoll und erfolgreich zu handeln. Mit dem IAP steht den Unternehmen für die psychologische Beratung der Mitarbeitenden ein kompetenter Ansprechpartner zur Verfügung. Die Beratungen des IAP basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und anerkannten Methoden.

Weitere Informationen unter www.zhaw.ch/iap.

Leitung

Dr. Imke Knafla

Imke Knafla studierte Psychologie an der Universität Trier in Deutschland und doktorierte an der Universität Zürich. Am IAP Institut für Angewandte Psychologie der ZHAW ist sie als Co-Leiterin des Zentrums Klinische Psychologie & Psychotherapie sowie als Beraterin, Psychotherapeutin und Dozentin tätig. Imke Knafla leitet am IAP die EAP-Programme (Mitarbeitendenberatungsstellen), die sie für Hochschulen und Unternehmen anbietet.

Kontakt

ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften
IAP Institut für Angewandte Psychologie
Lagerstrasse 45
8004 Zürich

+41 58 934 83 30

therapie.iap@zhaw.ch

» zhaw.ch/iap/dl-therapie