

# „Wir sind da, wo Menschen arbeiten.“

Professionelle Beratung und Unterstützung  
für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter  
des Landes Brandenburg





## Was wir machen

### Employee Assistance Program

Unser Service für Sie und Ihr Unternehmen:

- + Ansprechpartner:innen und Profis für psychische Belastungen und Erkrankungen
- + Informationen und Kontakte vermitteln bei alltagspraktischen Herausforderungen
- + Prävention und damit Reduktion von Arbeitsunfähigkeit



Wir unterstützen Sie individuell 24/7 bei der Bewältigung von Herausforderungen in den Bereichen Arbeit, privater Alltag und Gesundheit.



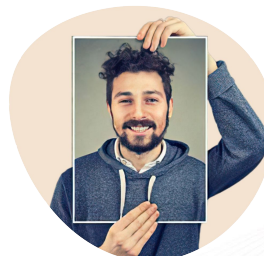
... weil Sie alle mehr zur Arbeit mitbringen als nur Ihr Mittagessen



**Konflikte**



**Depressionen**



**Veränderungen  
am Arbeitsplatz**



**Kinderbetreuung**



**Karriere**



**Pflegefall i.d. Familie**



**Schlafstörungen**



## Wir bringen Themen und Kompetenzen schnell zusammen

### Counseling

berufliche Themen

private Themen

Einzelberatung

Teamberatung

### Life Services

Gesundheitslotse  
inkl. Medical Line

Familienservice

### Coaching

Selbstorganisation

Gesundheit

Führungskräfte





## ○ Professionelle Sofort-Beratung

Gemäß individueller Lebenslage und Lebensphase im Berufs- und Privatleben.

### Am Arbeitsplatz

Stressmanagement

Verbesserung der  
Kommunikationsfähigkeit

Zeitmanagement

Veränderungsprozesse

Mobbing im Team und/ oder unter Kolleg:innen

Überlastung am Arbeitsplatz

### Im privaten Umfeld

Persönliche Motivation

Trauerbegleitung

Klärung von Konflikten

Umgang mit Krankheit,  
z. B. Depression

Umgang mit Ängsten

Übergänge des Lebens

## Umfassende Unterstützung für Sie

Konkrete Themen und Probleme identifizieren und gezielt für Verbesserung sorgen:

### Gesundheitslotse

Fachärzt:innentermine

Psychotherapeut:innensuche

Fachwissen zu Krankheiten

Selbsthilfegruppen

Medical Line

### Familienservice

Kinderbetreuung

Alle Fragen zu ‚Pflege‘

Sozialdienstleistungen

Notfallversorgung

Schulwechsel



## ○ Durch Beratung entlasten, motivieren und stärken.

Hilfe zur Selbsthilfe

jemanden von außen  
mitdenken lassen, mit  
professionellem  
Methodenkoffer



vertraulich & anonym

lösungs- &  
kurzzeitorientiert

unvoreingenommen,  
unparteiisch und  
unabhängig



## ○ Professionelle Sofort-Beratung

Gemäß individueller Lebenslage und Lebensphase im Berufs- und Privatleben.

### Am Arbeitsplatz

Stressmanagement

Verbesserung der  
Kommunikationsfähigkeit

Zeitmanagement

Veränderungsprozesse

Mobbing im Team und/ oder unter Kolleg:innen

Überlastung am Arbeitsplatz

### Im privaten Umfeld

Persönliche Motivation

Trauerbegleitung

Klärung von Konflikten

Umgang mit Krankheit,  
z. B. Depression

Umgang mit Ängsten

Übergänge des Lebens



## ○ Umfassende Unterstützung für Sie

Konkrete Themen und Probleme identifizieren und gezielt für Verbesserung sorgen:

### Gesundheitslotse

Fachärzt:innentermine

Psychotherapeut:innensuche

Fachwissen zu Krankheiten

Selbsthilfegruppen

Medical Line

### Familienservice

Kinderbetreuung



Alle Fragen zu ‚Pflege‘

Sozialdienstleistungen

Notfallversorgung

Schulwechsel

## Unser ganzheitlicher EAP-Service-Ansatz sieht den ganzen Menschen:

- 
- + 24/7 Telefon- und Onlineberatung
  - + Unbegrenzter Zugang zur Dienstleistung (Telefon, Chat- und Mailberatung)
  - + Betreuung der Fälle / Anliegen durch jederzeit erreichbare Berater:innen rund um die Uhr (Ad-hoc-Telefonie/ Ad-hoc-Beratung)
  - + Betreuung im strukturierten Beratungsprozess (STC) bei privaten und beruflichen Anliegen sowie bei gesundheitlichen Fragestellungen
  - + Einzel- und Teamberatung
  - + Führungskräfte-Coaching
- 





## Mit individueller Erreichbarkeit mehr erreichen - 24/7

Rund um die Uhr erreichbar. Keine Wartezeiten. Keine Terminabsprachen.



App



Mail



Telefon



Video



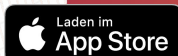
Ad-hoc Beratung und Coachingprozess



## „Frag Elli!“ - die OTHEB App

Für einen schnellen, einfachen Zugang zum EAP in Echtzeit.

- + vereinfachte Kontaktaufnahme durch Chat
- + vielfältige Informationen zum Service
- + Telefonie aus der App heraus
- + Vertraulichkeit durch hohe Datenschutzstandards



- + Ihr Kennwort: **LBR#10.23!**
- + Individuelle vierstellige PIN eingeben



## „Frag Elli!“ - direkt | vertraulich | kostenfrei

### + Vertraulich und anonym:

- Eine Eingabe von personenbezogenen Daten ist nicht notwendig.
- Alias-Zuordnung aus zufällig zugewiesenen Wörtern,
- Das System vergibt einen Benutzernamen, der von uns nicht rückverfolgbar ist und Ihre Anonymität achtet.

### + Kostenfrei: „Frag Elli“ kann kostenfrei aufs Smartphone geladen werden.

### + Benachrichtigungen sollten zugelassen werden für Rückmeldungen



Haben Sie weitere Fragen?

Antworten



## Vertraulichkeit der Beratungen

- + **Ihr Arbeitgeber erhält keine personenbezogenen Daten.**

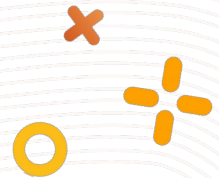
Alle Dienstleistungen können anonym, ohne Namensnennungen, in Anspruch genommen werden.

OTHEB benötigt zum Abgleich der Zugangsberechtigung lediglich den Namen des Arbeitgebers

Ebenfalls ist es Ihnen jederzeit möglich ein Pseudonym zu vereinbaren.

- + **Alle Gespräche und schriftlichen Beratungen bleiben vertraulich.**

Ausnahmen bestehen bei akuter Gefahr für Leib oder Leben.





## In allen Lebenslagen für Sie da



erster Job



Heirat



Bildung



Pflege



Trauer, Verlust



Wachsende Familie



Scheidung



Karriere



Rente

**Sam, 22:**  
sein erster Vollzeitjob

Muss seine Zeit einteilen und mit einer schwierigen Führungskraft zusammenarbeiten.

**Marie 30:**  
gründet ihre eigene Familie

Bekommt bald Nachwuchs und sucht Beratung zu Elternzeit und Elterngeld. Unsicher bei der Kommunikation an den Arbeitgeber.

**Elah, 28:**  
sucht eine Kinderbetreuung

Hat einen zweijährigen Sohn, möchte nach der Elternzeit wieder arbeiten und sucht dazu eine Betreuungshilfe.

**Kim, 40:**  
befindet sich in Scheidung

Benötigt emotionale Unterstützung und möchte ein Wellness-Coaching zum Stressabbau ausprobieren.

**Jan, 47:**  
sucht eine Herausforderung

Möchte sich beruflich umorientieren und weiterbilden. Benötigt dafür eine Karriereberatung.

**Hilke, 62:**  
geht bald in den Ruhestand

Kurz vor Renteneintritt. Auf der Suche nach Tipps zur Gestaltung bevorstehenden Freizeit. Benötigt einen Facharzt für Augenmedizin.

**Klaus, 66:**  
Trauerfall in der Familie

Trauert und benötigt Informationen zur Bestattung und Nachlassverwaltung.



## ○ Beispiel 1 | Pflegebedürftigkeit eines nahen Angehörigen

Echte Rundumhilfe dank klar strukturiertem EAP

### Counseling

Zeitmanagement

richtige  
Wohnform finden

Umgang mit  
eigenen Gefühlen

Kommunikation  
mit dem  
Pflegebedürftigen



### Life Services

Pflegekasse u.  
Krankenkasse

Pflegeplatz  
finden

Finanzierung

Essen auf Rädern





## ○ Beispiel 2 | Berufliche Veränderungsprozesse managen

Echte Rundumhilfe dank klar strukturiertem EAP

### Counseling

Perspektivenberatung  
/ persönliche  
Standortanalyse

Klärung  
individueller  
Motive und Werte

Kommunikation  
mit Vorgesetzten  
und KollegInnen

Stress-/  
Zeitmanagement

Umgang mit eigenen  
Gefühlen

Kommunikation mit  
dem Partner / mit  
den Kindern



### Life Services

(Online) Sport- und  
Entspannungskurse

Krankengeld

Gesundheitslotse

Kinderbetreuung



## Beispiel 3 | Konflikte in der Partnerschaft

Echte Rundumhilfe dank klar strukturiertem EAP

### Counseling

Zeitmanagement

Umgang mit Wut  
und Enttäuschung

Anstreben eines  
respektvollen  
Umgangs

Umgang mit dem  
Kindeswohl

### Life Services

Nachhilfelehrer:in

Eltern- Kind Kur

Fachärzt:innen-  
Suche

Kinderbetreuung





○ So erreichen Sie uns.



per Telefon: 0800 9944500



per App: LBR#10.23!

Push-Nachrichten müssen aktiviert sein




per Mail: [mut@otheb.de](mailto:mut@otheb.de)





Zögern Sie nicht uns zu kontaktieren!  
Wir sind 24/7 für Sie da - telefonisch, via Chat und App



Wir freuen  
uns auf Sie!