

## „Kurs halten in bewegten Zeiten“

... damit das Leben in Balance bleibt. Dies ist das Ziel, bei dem wir Sie begleiten können. Ihr:e Arbeitgeber:in stellt Ihnen hierfür unseren Beratungsservice kostenfrei zur Verfügung.

## Der Beratungsservice

Wir haben langjährige Erfahrung in der Beratung von Menschen in belastenden Situationen, Führungskräften und Unternehmen bei persönlichen, familiären, finanziellen, beruflichen und alltagspraktischen Fragen und Problemen. Wir unterstützen Sie gern dabei, Ihr Leben proaktiv zu gestalten und mit den Herausforderungen des Alltags konstruktiv und sicher umzugehen.

Dank eines multidisziplinären Teams beraten wir ebenso bei allen Herausforderungen im Zusammenhang mit Veränderungsprozessen, Kommunikation, Lebensqualität am Arbeitsplatz, Personalentwicklung und -schulung sowie bei Themen der Unternehmensführung.

„ Die Beratung hat mir geholfen, ein schwerwiegendes Problem zu lösen. Nun kann ich mich wieder auf neues konzentrieren.“

## Vertraulichkeit und Fachkompetenz

Unser professionelles Beratungsteam ist für Sie unter den untenstehenden Telefonnummern erreichbar – im Notfall rund um die Uhr.

**0800 321 23 45**

(aus Deutschland)

**00800 32 123 456**

(aus Österreich)

**+49 431 895 19 32**

(aus allen Ländern/kostenpflichtig)



E-Mail-Beratung



Termin

Auch Personen, die mit Ihnen im Haushalt leben, können unsere Beratung in Anspruch nehmen. Die Beratung kann jederzeit auf Deutsch oder Englisch stattfinden. **Beratung in anderen Sprachen kann organisiert werden.**

Wir gewährleisten absolute Vertraulichkeit und beraten auf Wunsch auch anonym.

Wenn wir Sie beraten, erheben wir personenbezogene Daten. Diese werden von uns vertraulich und nach den Richtlinien der DSGVO behandelt. Näheres zum Datenschutz finden Sie auf unserer Internetseite.

[www.stimulus-consulting.de/datenschutz](http://www.stimulus-consulting.de/datenschutz)

[www.telushealth.com](http://www.telushealth.com)



Beratungsservice  
für Mitarbeitende  
und Führungskräfte.

# Was bietet unser Beratungsservice?

## Folgende Services können Sie in Anspruch nehmen:

- Kostenfreie Beratung bei persönlichen und arbeitsplatzbezogenen Anliegen
- Hilfe bei der Klärung alltagspraktischer Fragen
- Zugang zu psychosozialer Kurzzeitberatung
- Führungskräfteberatung

Die lösungs- und ressourcenorientierte Beratung kann Ihnen dabei helfen, anstehende Fragen und Probleme schnell und effizient anzugehen.

## Kann man sich nur mit großen Problemen an den Beratungsservice wenden?

Es ist nicht sinnvoll, zu warten, bis ein kleines Problem groß geworden ist. Manchmal braucht man nur einen anderen Blickwinkel, einen Denkanstoß, um die Dinge selbst mit neuer Energie anzugehen oder eine neutrale Person, um Ideen im Gespräch durchzuplanen.

Auch dafür sind wir da.

## Und wie kann der Beratungsservice bei komplexen Problemen helfen?

Telefonische Beratung ist oftmals ausreichend, manchmal auch nur der Einstieg. Unser Beratungsteam kümmert sich darum, dass Sie die Hilfe finden, die zu Ihnen und Ihrer Fragestellung passt.

Wenn Sie längerfristig Unterstützung benötigen, beraten wir Sie rund um das Thema Psychotherapie und recherchieren bei Bedarf passende Beratungsstellen, Fachdienste oder Netzwerke für Sie.

## Mit welchen Fragen können Sie sich an uns wenden?

Mit jeder Frage, die Sie beschäftigt.

Beispiele für häufige Themen in der Beratung:

- Veränderungen
- Vorbereitung von wichtigen Gesprächen
- Erziehung
- Stressbewältigung und Resilienz
- Über- oder Unterforderung
- Kommunikationsschwierigkeiten
- Konflikte am Arbeitsplatz
- Gesunder Lebensstil
- Berufliche Perspektiven
- Drohende Arbeitslosigkeit
- Übergang in den Ruhestand
- Rückkehr an den Arbeitsplatz
- Suchtprobleme
- Beziehungsprobleme
- Familiäre Sorgen
- Trennung und Scheidung
- Umgang mit Krankheit
- Trauer
- Depressive Stimmungen
- Ängste
- Lebenskrisen
- Finanzielle Probleme
- Vereinbarkeit von Beruf und Familie
- Einsamkeit



## Vertraulichkeit

Wenn Sie oder Ihre Angehörigen sich an uns wenden, erfährt Ihr:e Arbeitgeber:in nichts davon. Ihre Anliegen werden vertraulich behandelt. Alle Berater:innen unterliegen der Schweigepflicht. Es gibt nur eine Ausnahme: Wenn das Leben der ratsuchenden Person oder das Leben Dritter gefährdet ist, müssen wir Hilfe hinzuziehen.

Ihr Unternehmen oder Ihre Organisation erhält in größeren Abständen eine statistische Auswertung über die Nutzung unserer Dienstleistung. Sie können sicher sein, dass dieses anonymisierte Zahlenmaterial keine Rückschlüsse auf die ratsuchenden Personen zulässt.

Wenn Sie es wünschen, geben Sie zu Beginn der Beratung an, dass Sie anonym bleiben möchten.



Durch die Beratung  
bin ich einen  
entscheidenden Schritt  
weitergekommen und habe  
nun Klarheit.