UNIKLINIK KÖLN | Betriebsärztlicher Dienst

Psychosomatische Sprechstunde im Betrieb
Ein Angebot für alle Beschäftigten der Uniklinik Köln

Grundlage

In der Arbeitswelt wurde die Frage lange vernachlässigt, wie viele Mitarbeiter am Arbeitsplatz unter Stress, Ängsten, Depressionen und anderen psychischen Problemen leiden.

Heute schätzt man, dass innerhalb eines Jahres fast jeder dritte Erwachsene in Deutschland unter irgend-einer Art von psychischen Problemen leidet. Diese zeigen sich sehr unterschiedlich - schließlich fühlt sich jeder ab und zu gestresst, niedergeschlagen oder verunsichert.
Aber wenn diese Gefühle länger als zwei Wochen anhalten, Sie vom Essen, Schlafen oder der Arbeit abhalten, wenn Ihre persönlichen Beziehungen darunter leiden oder Sie sich selbst Schaden zufügen, ist es definitiv Zeit nach Hilfe zu fragen.

Ziele des Angebots

- Frühzeitige Beratung bei psychischen / psychosomatischen Problemen
- Vorbeugen von schweren Krankheitsverläufen („damit Stress nicht zur Krankheit wird“)
- Unterstützung bei der Bewältigung bereits vorhandener Erkrankungen

Inhalte

- Ressourcen- und lösungsorientierte Beratung
- Berücksichtigung der jeweiligen Kontexte
- Bei Bedarf Vermittlung von weiterführender Therapie

Ort: Betriebsärztlicher Dienst, Haus 11, Erdgeschoss

Wann: Terminvereinbarung erbeten, Telefon +49 221 478-6091

Kontakt: Hilde Lindlohr, Betriebsärztin
Fachärztin für Arbeits- und Allgemeinmedizin
Sozialmedizin, Psychotherapie
systemische Therapie und Beratung (SG), Mediation
Telefon +49 221 478-6704
E-Mail hilde.lindlohr@uk-koeln.de

Die Daten bleiben streng vertraulich beim Betriebsarzt und werden dem Arbeitgeber nicht übermittelt.

Stand Mai 2017