

Die 5 Module von psyUP

Unterstützung für Ihre Beschäftigten – nachhaltig & professionell

Stress, Konflikte und persönliche Krisen können das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit Ihrer Beschäftigten erheblich beeinträchtigen. Häufig führt dies zu langfristigen Arbeitsausfällen verbunden mit hohen Ausfallkosten. Wir unterstützen Ihre Beschäftigten bei beruflichem Stress, Konflikten im Team, familiären Problemen und privaten Schwierigkeiten. Unser Ziel ist es, das emotionale Wohlbefinden und die psychische Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden zu fördern und zu erhalten. Bei Bedarf vermitteln wir weiterführende psychotherapeutische Behandlungen, um eine langfristige Stabilisierung sicherzustellen. Ihre Beschäftigten erhalten genau die Unterstützung, die sie benötigen, um gesund und leistungsfähig zu bleiben.

Betriebliche Krisenintervention – stabilisierend & einfühlsam

Unvorhersehbare, traumatische Ereignisse wie Betriebsunfälle oder der plötzliche Verlust von Mitarbeitenden können ein ganzes Unternehmen erschüttern. Solche Schicksalsschläge belasten die emotionale Verfassung der Belegschaft oft erheblich. Unser betriebliches Kriseninterventionsprogramm bietet in akuten Ausnahmesituationen schnelle und professionelle Hilfe. Wir unterstützen Ihre Mitarbeitenden direkt vor Ort und begleiten sie anschließend bei der Bewältigung von Trauer, Schock und Stress sowie beim Wiedereinstieg in den Arbeitsalltag. Durch individuelle Gespräche oder Gruppensitzungen stärken wir gezielt die emotionale Stabilität und Resilienz im Team.



Gesunde Führung entwickeln – reflektierend & vorausschauend

Unser Führungskräfte-Coaching unterstützt Ihre Führungskräfte bei der Entwicklung entscheidender sozialer Kompetenzen, die im modernen Arbeitsumfeld unverzichtbar sind. Es hilft, berufliche Entscheidungen klar zu treffen und Konflikte im Team oder mit einzelnen Mitarbeitenden professionell zu lösen. Zudem vermitteln wir Strategien für den Umgang mit psychisch belasteten Mitarbeitenden, damit Ihre Führungskräfte auch in herausfordernden Situationen empathisch und souverän agieren. Investieren Sie in die Zukunft Ihrer Führungskräfte, für ein starkes und gesundes Team.

Noch Fragen? Interesse geweckt?
Scannen Sie den QR-Code und
nehmen Sie direkt mit uns Kontakt auf!



Prävention und Intervention bei Sucht – diskret & lösungsorientiert

Suchtprobleme sind häufiger, als viele vermuten und beeinträchtigen Arbeitsklima, Sicherheit und Produktivität. In Deutschland gelten rund 1,6 Millionen Menschen als alkoholabhängig, etwa 10 Millionen konsumieren riskant. Auch Medikamente, Drogen, Glücksspiel oder exzessive Mediennutzung spielen eine Rolle. psyUP unterstützt Unternehmen präventiv und im Akutfall: mit vertraulicher Beratung, der Vermittlung externer Hilfsangebote, der Begleitung bei der Wiedereingliederung und auf Wunsch als betrieblicher Suchtbeauftragter. Gemeinsam fördern wir eine nachhaltige Präventionskultur.

Seminare und Workshops – praxisnah & wirkungsvoll

Mit unseren praxisorientierten Workshops und Seminaren fördern wir zentrale Fähigkeiten wie Resilienz, Stress-, Zeit- und Selbstmanagement sowie Achtsamkeit im Berufsleben. Ihre Mitarbeitenden lernen, besser mit Druck umzugehen, ihre Leistungsfähigkeit zu steigern und Arbeitsausfällen vorzubeugen. Für Führungskräfte bieten wir spezielle Trainings, z.B. zur „gesunden Führung“ oder für den Rollenwechsel von der Fachkraft zur Führungskraft, um eine nachhaltige, gesundheitsorientierte Führungskultur zu stärken.