ProPerspektive

Das Coachingprogramm bei Burn-out und Depression

- ✓ *Persönlicher Coach an Ihrer Seite*
- ✓ *Individuelle Beratung und Begleitung*
- ✓ *Kostenfreies Serviceangebot*

Unser Angebot für Sie

ProPerspektive ist unser telefonisches Programm für Menschen, die sich niedergeschlagen fühlen und einen Ausweg aus quälenden Gedankenkreisläufen suchen.

Die Thieme TeleCare GmbH, unser erfahrener Partner im Gesundheitswesen, setzt das Programm für die energie-BKK um. Die Telefonate führt die Thieme TeleCare GmbH vertraulich mit Ihnen. Sie informiert die energie-BKK nicht über die Inhalte der Gespräche.

Bremsen Sie Ihre Gedanken aus

- In den Telefonaten haben Sie die Möglichkeit, sich einer psychologischen Fachkraft anzuvertrauen.
- Sie beobachten und hinterfragen wiederkehrende Gedankengänge.
- Sie erkennen das Muster und den Aufbau Ihrer Gedanken.
- Sie erlernen Methoden, wie Sie Ihre Gedankenkreisläufe durchbrechen.
- Sie stärken Ihre psychische Widerstandskraft und Ihr Vertrauen in sich selbst.

Mehr Informationen zur Thieme TeleCare GmbH finden Sie unter:

www.thieme-telecare.de

So läuft das Programm ab

- Eine psychologische Fachkraft der Thieme TeleCare GmbH kontaktiert Sie regelmäßig telefonisch.
- Das Programm dauert zwölf Monate und endet automatisch.
- Die Gespräche finden montags bis freitags zwischen 8 und 20 Uhr statt. Sie haben eine Länge von etwa 30 Minuten.
- Sie entscheiden, wann Sie telefonieren möchten.
- Zusätzlich erhalten Sie Zugang zur Thieme Coach App, die eine sinnvolle digitale Ergänzung des Telecoachings ist.

So melden Sie sich an

- Füllen Sie bitte die beigefügte Teilnahme- und Datenschutzerklärung aus und unterschreiben Sie an der markierten Stelle.
- Legen Sie die Erklärung in den Freiumschlag und senden Sie die Unterlagen per Post an die energie-BKK.
- Die Kosten für Ihre Teilnahme trägt die energie-BKK.

Sie haben Fragen? Sie erreichen Thieme TeleCare
montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr unter der kostenlosen Rufnummer:
0800 66 444 31
Thieme TeleCare GmbH · Oswald-Hesse-Straße 50 · 70469 Stuttgart

Thieme TeleCare

Ein Service Ihrer

energie·BKK