

# **Externe psychologische und psychotherapeutische Hotline für Mitarbeitende**

anonym & telefonisch

# Die HumanProtect Consulting GmbH



## Form

- GmbH / Tochterunternehmen der R+V
- Sitz in Köln

## Team

- 7 Festangestellte
- 60 freie Diplom-Psychologen, Psychotherapeuten – bundesweit

## Spezialisierung

- Akute Krisenhilfe
- Gesundheitsmanagement (BGM), psychische Gesundheit
- Therapeutische Kurzzeitinterventionen

## Kunden

- R+V Konzern
- Volksbanken, Raiffeisenbanken
- Versicherungsunternehmen (Personen und Komposit)
- Berufsgenossenschaften, Unfallkassen
- Unternehmen diverser Branchen
- Institutionen & öffentliche Einrichtungen

# Unser Team



## Die Ansprechpersonen in Köln



**Karin Clemens**

Geschäftsführerin



**Beate Djaiz**

Innendienstleiterin



**Lisa-Marie Bea**

Psychologische  
Mitarbeiterin



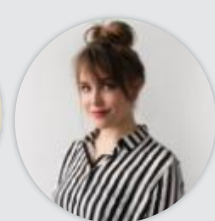
**Amelie Conrad**

Psychologische  
Mitarbeiterin



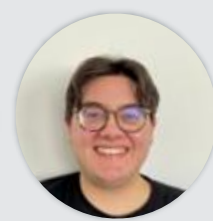
**Sinem Kuyar**

Psychologische  
Mitarbeiterin



**Annalena Stübler**

Bürokräft



**Theodor Grabow**

Bürokräft

HPC-Netzwerk - Freie Psycholog:innen / Therapeut:innen mit Approbation oder Zulassung nach dem HPG



# HPC Leistungsspektrum



## Unsere Kernkompetenz

## Erweitertes Angebot

### Trauma-Akuthilfe

- Psychologische **Akutintervention** nach traumatischen Ereignissen – Arbeitsunfällen, Gewalttaten, Katastrophen
- Lösungsorientierte **Krisenberatung** bei schweren persönlichen Krisensituationen Erkrankungen, Arbeitsplatzproblemen, Verlust von Nahestehenden etc.
- **Ratgeber für Betroffene:** „Psychisches Trauma“ – zum Nachschlagen nach belastenden Ereignissen.

### Gesundheit im Unternehmen

- **Anonyme psychologische und psychotherapeutische Hotline für Mitarbeitende**, Lebenslagenhotline, Ratgeberpolice
- **Gefährdungsbeurteilung** psychischer Belastung (gem. § 5 ArbSchG)
- **Führungskräftecoaching**
- **BurnoutCare** - Basisworkshop
- **Seminare, Workshops, Vorträge – auch online** rund um das Thema der psychischen Gesundheit
- **Handbuch:** „Psychische Gesundheit im Unternehmen“

### Psychotherapie (Präsenz und online)

- **HPC-Zentrum für psychologische Krisenhilfe und therapeutische Präventionsprogramme** heilkundliche Beratung, Diagnostik, kurzzeitige therapeutische Unterstützung Präsenz und Online
- Empfehlungen, Begleitungen bei **Wiedereingliederungen**
- **BurnoutCare** – speziell entwickeltes therapeutisches Präventionsprogramm bei chronischem Stress

### Fachliche Expertisen

- **Prüfung** von Diagnosen, Verläufen, Prognosen
- **Psychotherapie** - Antragsprüfungen
- **Situationsanalysen / Behandlungsmanagement** – psychologisch-psychotherapeutische Unterstützung des Rehabilitationsmanagements

**Unsere Philosophie: Hilfe zur Selbsthilfe**

# Warum psychologische und psychotherapeutische Hotline für Mitarbeitende?



## Bedeutung psychischer Beschwerden

- Bundesweit erfüllt mehr als jeder vierte Erwachsene (27,8%) im Zeitraum eines Jahres die Kriterien einer psychischen Erkrankung (DGPPN, 2025).
- **Globale Krisen, Kriege** und die Nachwirkungen der **Pandemie** beeinflussen das Auftreten psychischer Krankheiten.
- Psychische Erkrankungen zählen in Deutschland zu den vier wichtigsten Ursachen für den **Verlust gesunder Lebensjahre** - Menschen mit psychischen Erkrankungen haben **eine um 10 Jahre verringerte Lebenserwartung**.
- **Jeder 100. Todesfall in Deutschland ist ein Suizid**: 2024 starben rund 10 370 Menschen durch Suizid. Schätzungen zufolge lassen sich zwischen 50% und 90% der Suizide auf eine psychische Erkrankung zurückführen.
- Der Hilfsbedarf wächst: Krankenkassen verweisen auf eine deutliche **Zunahme von Diagnosen und Behandlungen** aufgrund psychischer Erkrankungen in den letzten 20 Jahren.
- Die **Behandlungssituation ist defizitär**: Lange Wartezeiten, unübersichtliches Behandlungsangebot, ineffektive Behandlungen - und es gibt eine hohe Hemmschwelle!
- **Folge**: Beratung und Behandlung setzen häufig zu spät ein. Nur jeder fünfte psychisch Kranke erhält in Deutschland eine adäquate ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung.

# Warum psychologische und psychotherapeutische Hotline für Mitarbeitende?



## Psychische Beschwerden im Arbeitskontext

- Die Zahl der psychischen Erkrankungen und die daraus resultierenden Fehltage steigen seit 2014 um 47%.
- Mehr als ein Viertel (26 Prozent) der Voll- und Teilzeitangestellten war nach eigenen Angaben 2024 mindestens einmal aufgrund von mentalen Problemen krankgeschrieben. Die häufigsten Ursachen für eine Krankschreibung sind Depressionen, gefolgt von Anpassungsstörungen (Reaktionen auf schwere Belastungen).
- Die AU-Fallzahl bei psychischen Erkrankungen ist schon bei jungen Beschäftigten hoch. Mit zunehmendem Alter steigt die Krankschreibungsdauer auf rund 58 Tage an, dahinter stehen vereinzelt sehr lange Krankschreibungen.
- Der häufigste medizinische Grund für Frühverrentungen in Deutschland sind psychische Erkrankungen wie Depressionen, Angst- und Belastungsstörungen. Sie führen am häufigsten zu Erwerbsminderung.

**Psychische Beschwerden am Arbeitsplatz haben eine enorme Bedeutung, da sie direkte Auswirkungen auf die Produktivität, Fehlzeiten und Kosten haben.**

# Professionelle Hilfe wirkt !



## 34% der Deutschen geben an, aktuell unter Depressionen, Angststörungen, Essstörungen, Zwangsstörungen oder anderen psychischen Erkrankungen zu leiden

- Die Mehrheit der aktuell betroffenen Bundesbürger:innen gibt an, dass ihre psychische Erkrankung professionell behandelt wird (53 Prozent). Im Vorjahr lag dieser Wert bei 51 Prozent.
- Die Zahl derjenigen, die ihre mentalen Probleme überhaupt nicht behandeln lassen (20 Prozent) ist gesunken. Im Vorjahr lag dieser Wert noch bei 24 Prozent.
- Die Mehrheit der Menschen, die sich bereits erfolgreich von einer psychischen Erkrankung erholt hat, sagt, dass sie professionelle Hilfe in Anspruch genommen hat, um wieder vollständig gesund zu werden (57 Prozent).
- Lediglich sechs Prozent der Menschen, die bereits eine mentale Erkrankung durchlebt haben und heute wieder gesund sind, geben an, dass sie sich nach einiger Zeit von selbst erholt haben.

*„Mit dem AXA Mental Health Report möchten wir dem Thema seit mittlerweile fünf Jahren mehr Sichtbarkeit verschaffen und damit unseren Beitrag zur Enttabuisierung leisten. Es freut mich daher besonders, dass die Zahl derjenigen, die sich professionell behandeln lassen, immerhin leicht gestiegen ist. Als Versicherer können wir Betroffene nur dazu ermutigen, denn professionelle Hilfe wirkt“, so **Karsten Dietrich**, Vorstand Personenversicherung von AXA Deutschland.*

# Psychologische und psychotherapeutische Hotline

Ein arbeitgeberfinanziertes - für die Mitarbeitenden kostenloses - Angebot, sich psychologisch und psychotherapeutisch unterstützen und begleiten zu lassen

- Leicht zugängliches, kurzfristig abrufbares und professionelles Unterstützungsangebot (heilkundlich qualifizierte Psychologen und Therapeuten)
- Frühzeitige Klärung und Unterstützung in schwierigen Situationen, um Verschlimmerungen, Verhärtungen und Chronifizierungen zu verhindern
- **Bei Bedarf:** Hilfe und Unterstützung bei der Suche und Vermittlung von geeigneten weitergehenden Hilfsangeboten



# Psychologische und psychotherapeutische Hotline



**Psychologische**, heilkundliche Beratung, akute Krisenhilfe, therapeutische Unterstützung und Begleitung bei psychischen Beschwerden und Belastungen

## Anlässe:

- Anhaltende psychische **Beschwerden** (z.B. Ängste, Niedergeschlagenheit/Depression, Grübeln, Zwänge, Sorgen, negative Zukunftsgedanken, innere Unruhe, Schlafstörungen, körperliche Beschwerden ohne organischen Befund, Sucht)
- Chronischer **Stress**, stressbedingte Beschwerden
- **Erschöpfung, Überlastung** und **Burnout-Symptomatik**
- Psychische belastende oder überfordernde **berufliche oder private Lebenssituationen**
- Belastungen in **Partnerschaft, Familie** oder im **sozialen Umfeld**
- Belastende **Konfliktsituationen** im Arbeitsumfeld oder im privaten Bereich
- Nach schwerwiegenden Ereignissen, Schicksalsschlägen, **Traumata**
- Unterstützung bei Klärung und Einschätzung psychischer Beschwerden (psychodiagnostische **Screenings**)
- Bei **Fragen** zu Behandlungen und Behandlungsmöglichkeiten

# Für die Statistik: Aggregierte Anlässe der psychologischen und psychotherapeutischen Hotline



Rangreihe der Anlässe aller heilkundlichen Beratungen	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
➤ Familiäre und Beziehungsprobleme	26%	22%	23%	24%	26%	30%	27%
➤ Klinische Beschwerden	25%	16%	20%	22%	24%	21%	26%
➤ Arbeitsplatzbezogene Überforderung	10%	12%	14%	17%	13%	13%	13%
➤ Arbeitsplatzkonflikte	13%	12%	8%	8%	10%	10%	10%
➤ Traumata / Schicksalsschläge	7%	9%	9%	10%	11%	9%	10%
➤ Probleme von Angehörigen	7%	6%	5%	6%	5%	7%	7%
➤ Berufliche Unzufriedenheit	0%	8%	6%	5%	6%	5%	5%
➤ Fragen zu Behandlungen	7%	3%	3%	2%	3%	2%	3%
➤ Sonstige	1%	1%	1%	3%	2%	3%	1%
➤ Corona	5%	10%	11%	3%	0%	0	0

# Psychologische und psychotherapeutische Hotline

## Was HPC leisten kann...

- **Psychologisch-therapeutische Unterstützung und Begleitung** durch Krisen und belastenden Lebenssituationen
- **Analyse** individueller Belastungsfaktoren und deren Verursachung
- Entwicklung von individuellen Interventions- und Lösungsstrategien sowie **Begleitung** bei deren Umsetzung
- Therapeutische Maßnahmen zur **Rückfallprophylaxe**
- **Fachkundige Informationen** zu gesundheitlichen Fragestellungen, individuellen Behandlungsoptionen und regional verfügbaren Hilfs- und Versorgungsstrukturen
- Unterstützung bei der Einleitung therapeutischer **Behandlung** sowie indikationsgerechte **Vermittlung**
- **Psychodiagnostische Screenings** zur Früherkennung und präventiven Intervention
- Bei Bedarf psychologische Empfehlungen und Begleitung im Rahmen **beruflicher Wiedereingliederung**



# HPC – was macht uns besonders?



1

## **Ausgebildetes Fachpersonal**

Psycholog:innen mit therapeutischer Zusatzqualifikation und heilkundlicher Psychotherapie

2

## **Vielfältige Expertisen im Beraterteam**

für gezielte Zuordnungen – je nach Problemstellung - schnell, flexibel, auf Wunsch anonym

3

## **Bezugs-Psychologen**

immer der gleiche Ansprechpartner

4

## **Niedrige Hemmschwellen**

unverbindlich, einfach, anonym, schnell

5

## **Unterstützung Führungskräfte**

im Umgang mit belasteten Mitarbeitern/- innen

6

## **Mehr als DIN EN ISO 9001 Zertifizierung**

durch fachkundige Krisen- und Kurzinterventionen im Sinne einer heilkundlichen Psychotherapie

# O-Töne der Mitarbeitenden aus der psychologischen und psychotherapeutischen Hotline



„Eine tolle Sache. Das waren ganz wichtige Gespräche. Gut, dass ich sofort mit jemandem gut sprechen konnte. Vielen Dank für die Übungen!“

„Ich habe viel Therapieerfahrung, aber nach den Gesprächen fühle ich mich jedes Mal leichter, gelöster, geerdeter.“

„Die Gespräche waren sehr sehr hilfreich, sehr gute Impulse. Ich hatte unterschätzt, was in fünf Stunden möglich ist“

„Vielen Dank für die Gespräche. Das fühlt sich gut und richtig an.“

„Ich fühle mich befreit und erleichtert, bin froh diesen Schritt gegangen zu sein.“

„Hiermit sage ich vielen, vielen Dank dass es Euch gibt. Eure Arbeit ist sicher nicht leicht und sehr wichtig. Um so mehr ein Grund ein Lob auszusprechen. Die Psychologin hat mir durch die schwere Zeit geholfen zu verstehen, das ich nicht allein bin. Ihre angenehme Stimme und ihre Hilfe gibt mir Kraft und Zuversicht, das alles wieder gut wird.“

„Ich habe wieder mehr zu mir selbst gefunden. Die Gespräche waren super, um durch die Krise zu kommen. Herzlichen Dank, dass Sie mich so unterstützt haben.“

„Vielen Dank, die Gespräche haben mich gerettet!“

„Ein herzliches Dankeschön und ein großes Lob. Die Beratung hat mir sehr geholfen und viele wertvolle Tipps vermittelt. Eine sehr empathische und einfühlsame Ansprechpartnerin mit präzisen Hilfestellungen für die Zukunft.“

„Das erste Gespräch war spitze und ich bin schon traurig, wenn wir wieder aufhören müssen. Auch die Kollegin, die das Telefonat entgegengenommen hat, war sehr zuvorkommend und professionell. Ich habe das auch an meine Vorgesetzten weitergegeben und die sagten, dass das Feedback zu HPC nur positiv sei.“

„Einfach nur DANKE!“

# Psychologische und psychotherapeutische Hotline

## Ablauf

### Kontaktaufnahme:

- telefonischer Kontakt direkt zur HPC-Zentrale Montag bis Freitag von 8 bis 18 Uhr (ausgenommen Feiertage): **0221 - 37 99 93 0**  
Codewort: „XXX“ - Mitarbeitende müssen uns Ihren Namen nicht nennen.
- Kontakt über Email: [kontakt@humanprotect.de](mailto:kontakt@humanprotect.de)
- Terminvereinbarung oder Rückruf von HPC-Psychologen am selben Tag



### Rahmenbedingungen:

- Die Gespräche können flexibel, auch am Wochenende und abends terminiert werden. Der zuständige Psychologe steht für den gesamten Unterstützungszeitraum zur Verfügung (kein Psychologenwechsel, es sei denn es wird gewünscht).
- Die Gespräche sind in Abstimmung auch per Email möglich.
- Gesamtumfang der Gespräche: max. 5 Zeitstunden pro Fall



# Psychologische und psychotherapeutische Hotline

## Vertraulichkeit und Datenschutz

### Die HPC-Psychologen unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht!

Selbstverständlich erfüllt HPC alle gesetzlichen Maßgaben des Datenschutzes.

Personenbezogene Daten werden nicht dauerhaft gespeichert.



- In keinem Fall werden zwischen dem Arbeitgeber und HPC personenbezogene Daten ausgetauscht. (Es sei denn, die betroffene Person entbindet uns von der Schweigepflicht).
- Das Unternehmen erhält quartalsweise einen Nutzungsreport, der nur anonyme Codes enthält (z.B. „MuUnt/4711“), mit einer groben Kategorisierung der Anlässe:

Beispiel (Auszug aus einem Report)

Anlass	Quartal 1	Quartal 2	Quartal 3	Quartal 4	Gesamt
Familiäre und Beziehungsprobleme	17	11	11	14	53
Arbeitsplatzbezogene Überforderung	4	1	6	4	15
Traumata / Schicksalsschläge	1	1	12	4	18
Probleme von Angehörigen	7	3	7	5	22
Sonstige	2	2	0	4	8
Klinische Beschwerden	11	6	10	9	36
Arbeitsplatzkonflikte	3	4	8	4	19
Berufliche Unzufriedenheit	1	1	7	3	12
Corona-Krise	0	0	1	0	1
Fragen zu Behandlungen/Vermittlung	0	0	0	2	2

# Vielen Dank!




**Externe  
psychologische und  
psychotherapeutische  
Hotline  
für Mitarbeitende**


**HUMANPROTECT**


Consulting GmbH  
Worringer Str. 25

50668 Köln

Telefon: 0221 379 99 30

 0221 379993 27

 [kontakt@humanprotect.de](mailto:kontakt@humanprotect.de)

 [humanprotect.de](http://humanprotect.de)