

EAP hilft bei depressiven Symptomen

Unterstützung für Ihre Beschäftigten, genau dann, wenn sie notwendig wird

Der Weltgesundheitstag der WHO stand 2017 unter dem Motto „Depression - let's talk“. Das kommt nicht von ungefähr, denn tatsächlich ist die Depression eine weit verbreitete Krankheit: 10 - 15 % aller Menschen erkranken im Laufe ihres Lebens daran^[1]. Aber auch wer nicht direkt an einer Depression leidet fühlt sich manchmal niedergeschlagen, mutlos und erschöpft. In beiden Fällen kann ein EAP Unterstützung bieten.

**10 - 15 % aller
Menschen erkranken
im Laufe ihres
Lebens an einer
Depression**

Mehr als zwei Drittel aller Klienten, die sich an ein EAP wenden, leiden unter depressiven Symptomen^[2]. Das können negative Gedanken über sich selbst, das Umfeld oder die Zukunft sein, aber auch eine allgemeine Antriebslosigkeit oder Schlafbeschwerden. Diese Personen haben sich an die richtige Stelle gewandt, denn die EAP-Beratung hilft in vielen Fällen das Leid zu mindern, oder sogar vollständig aus dem Leben zu verbannen: 88 % berichten, dass sie "nun Wege gefunden haben, besser mit ihrem Problem umzugehen"^[2].

Auch wenn es sich um mehr als nur eine temporäre Phase der Niedergeschlagenheit, nämlich um eine handfeste Depression handelt, kann ein EAP helfen, wie eine aktuelle Studie des Tufts Medical Centers in Boston zeigt^[3]: Schon acht Stunden Beratung reichten aus, mehr als ein Drittel der Klienten vollständig von ihrer Depression zu heilen. Im Vergleich: nur 10 % der Personen, die keine Unterstützung hatten wurden im gleichen Zeitraum alleine mit ihrer Depression fertig.

Lotsendienste suchen schnell fachgerechte Versorgung

Hilfreich war für die Klienten dabei nicht nur die Beratung durch das EAP, sondern auch die Hilfe bei der Suche nach einem geeigneten Behandlungsplatz (Lotsendienst). Diese Dienstleistung ist fester Bestandteil eines guten EAP und kann in vielen Fällen dafür sorgen, dass Betroffene schneller adäquate Behandlung in Anspruch nehmen können.



Das Ziel:
Schnell eine passende
Therapie finden und
bis dorthin lotsen!

Ob Depression oder ein unbestimmtes Gefühl von Niedergeschlagenheit: Ein EAP hilft und lohnt sich am Ende für Arbeitgeber und Arbeitnehmer gleichermaßen. Denn wer sofort Beratung in Anspruch nehmen kann, und zudem Hilfe bei der Therapieplatzsuche erhält, ist schneller wieder lebensfroh. Auch fällt er in der Folge weniger lange aus und ist während der Arbeitszeit produktiver^[4].

Quellen:

- [1] Bromet, E., Andrade, L. H., Hwang, I., Sampson, N. A., Alonso, J., Girolamo, G. et al. (2011). Cross-national epidemiology of DSM-IV major depressive episode. *BMC Medicine*, 9 (90), 1-16.
- [2] Hargrave, G.E., & Hiatt, D. (2007). The EAP Treatment of Depressed Employees - Implications for Return on Investment. Retrieved from https://www.mhn.com/static/pdfs/The_EAP_Treatment_of_Depressed_Employees.pdf
- [3] Lerner, D., Adler, D. A., Rogers, W. H., Chang, H., Greenhill, A., Cymerman, E., & Azocar, F. (2015). A randomized clinical trial of a telephone depression intervention to reduce employee presenteeism and absenteeism. *Psychiatric Services*, 66(6), 570-577.
- [4] Rost, K., Smith, J. L., & Dickinson, M. (2004). The effect of improving primary care depression management on employee absenteeism and productivity a randomized trial. *Medical Care*, 42(12), 1202-1210.

Sie haben Fragen zum EAP?

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf unter:

office@insite.de
(0 69) 90 555 290



Wir unterbreiten Ihnen gerne ein konkretes Angebot für Ihr Unternehmen - und zeigen Ihnen den Nutzen für Ihre Beschäftigten und Mitarbeiter auf.