

Die Kooperationspartner

Mit dem **Caritasverband Darmstadt e. V.** als erfahrener Leistungserbringer im Bereich soziale Dienstleistungen haben Sie einen verlässlichen Partner an Ihrer Seite – für ein optimales rundum-Beratungsangebot!

Die **Merck BKK** als Betriebskrankenkasse Ihres Vertrauens bietet Ihnen mit FIGA ein innovatives Programm an – selbstverständlich mit dem gewohnten persönlichen Service vor Ort!

Die Forschungsgruppe Arbeits- und Ingenieurpsychologie des Fachbereichs Psychologie der **TU Darmstadt** begleitet das Programm wissenschaftlich – Sie profitieren von einem fundiert entwickelten Programm und einer ständigen Qualitätssicherung!

Merck BKK
BETRIEBSKRANKENKASSE



TECHNISCHE
UNIVERSITÄT
DARMSTADT

Kontaktieren Sie uns:

Caritasverband Darmstadt e.V.

Koordinierungsstelle Integrierte
Versorgung seelische Gesundheit

FIGA: Frühzeitige Intervention psychische Gesundheit

Sturzstraße 9
64285 Darmstadt

Telefon: 06151 – 50 12 36-0

Telefax: 06151 – 50 12 36-50

koordinierungsstelle@caritas-darmstadt.de

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag von 8:30 – 17:00 Uhr

Wir sind für Teilnehmer von FIGA zusätzlich über eine telefonische Notfallhotline 24 Stunden an 365 Tagen im Jahr erreichbar.

Ihr Weg zu uns:



Caritasverband Darmstadt e. V.

FIGA:
Frühzeitige Intervention
psychische Gesundheit
- ein sequentielles
Arbeitsfähigkeitskonzept -



Eine Kooperation des
Caritasverband Darmstadt e.V.,
der **Merck BKK** und der
Technischen Universität Darmstadt

Merck BKK
BETRIEBSKRANKENKASSE



TECHNISCHE
UNIVERSITÄT
DARMSTADT

Not sehen und handeln.
Caritas



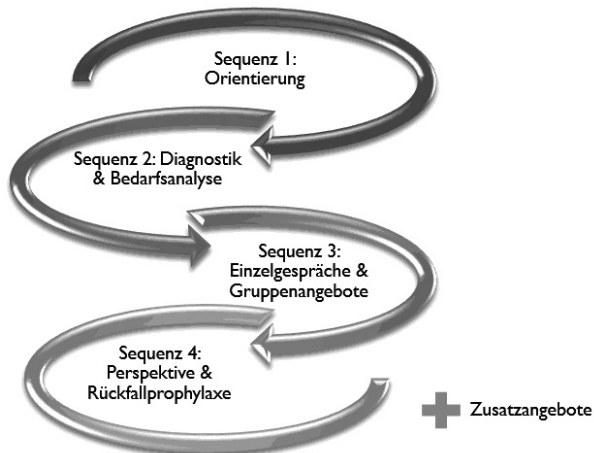


Unser Angebot

Mit FIGA bieten wir Ihnen aktive und professionelle Unterstützung an, wenn

- Sie Unterstützung bei der Überwindung einer Krise z.B. aufgrund von privaten und beruflichen Problemen benötigen,
- Sie bspw. an einem akuten Erschöpfungszustand, sog. „Burnout“ oder depressiven Symptomen leiden,
- aktuelle Probleme im Alltag ihre seelische Gesundheit beeinflussen und ihre Leistungsfähigkeit einschränken.

Ziel des Programms ist es, mit Hilfe Ihrer aktiven Teilnahme und durch unsere Unterstützung aktuelle Herausforderungen zu meistern, neue Wege zu gehen und wieder mehr Lebensqualität zu gewinnen.



Das sequentielle Konzept

FIGA ist ein flexibles und an Ihre Bedürfnisse angepasstes Konzept. Innerhalb aufeinanderfolgender Sequenzen bieten wir Ihnen genau die Art der Unterstützung an, die Sie benötigen. Hierbei steht Ihnen ein psychologischer Ansprechpartner (Psychologe mit entsprechender Weiterbildung, z.B. in systemischer Therapie, Gesprächsführung) von Anfang an zur Seite und begleitet Sie durch das Programm. Dieses umfasst vier Sequenzen:

Sequenz 1: Orientierung

- Persönlicher Erstkontakt mit dem Ansprechpartner des FIGA-Team
- Erlangung eines Verständnisses Ihrer aktuellen Lage über das persönliche Gespräch/ Datenerhebung mittels Fragebogen

Sequenz 2: Diagnostik & Bedarfsanalyse

- Bei Bedarf erhalten Sie eine fundierte Diagnostik zur Einschätzung ihrer aktuellen Lebensqualität sowie ihres seelischen Gesundheitszustands
- Wir klären gemeinsam, was Ihnen jetzt helfen kann, bspw. Einzelgespräche mit dem Ziel, Techniken zur Stressbewältigung zu erlernen, die eigenen Ressourcen wieder sinnvoll einzusetzen, die Selbstfürsorge zu stärken usw. und / oder die Einbindung in etablierte Gruppenangebote (Zusatzangebot)

Sequenz 3:

Einzelgespräche & Gruppenangebote

- In dieser Sequenz findet vertieft das bereits begonnene Beratungsangebot statt u.a. über Einzelgespräche mit ihrem Ansprechpartner
- Sie können Erlerntes im Alltag erproben und gesetzte Ziele erreichen

Sequenz 4:

Perspektive & Rückfallprophylaxe

- Wie geht es nach dem Programm weiter? Wir klären mit Ihnen Aussichten und wie Sie die Erkenntnisse aus dem Programm weiterhin für sich nutzen können – für dauerhafte Ergebnisse!

Sie durchlaufen lediglich die Sequenzen, welche für Sie sinnvoll sind – das Programm wird individuell auf Sie abgestimmt!

Zu den Basisangeboten in den Sequenzen bieten wir nach Absprache Zusatzangebote wie Gruppenangebote, die Nutzung der telefonischen 24-Notfallhotline und den Kontakt zu einem Facharzt für Psychiatrie/ Neurologie an.