

Schneller und einfacher Zugang zu einem/einer Psycholog*in via Telefon, Chat oder Videoberatung. Erhalte praktische Tipps und Einblicke.



Wofür kann ich OpenUp kontaktieren?

Hast du mit etwas Kleinem oder Großem zu kämpfen, privat oder beruflich? Bist du auf der Suche nach einer einmaligen Beratung oder einer präventiven Behandlung? Du kannst dich mit jeder Frage an die Psycholog*innen von OpenUp wenden. OpenUp produziert auch monatliche Inhalte wie Masterclasses und Online-Selbsthilfeprogramme für den Einstieg.



Wann kann ich mich an OpenUp wenden?

Du entscheidest selbst, ob, wann und wo du dich an OpenUp wendest. Das bedeutet auch, dass du deine Beratung nicht erst intern melden musst. Du kannst OpenUp von Montag bis Freitag zwischen 8:30 und 21:00 Uhr und an Samstagen von 13:00 bis 17:00 Uhr nutzen.



Wird mein Arbeitgeber benachrichtigt?

Die Informationen, die du mit deinen Psycholog*innen teilst, sind bei ihnen sicher; sie sind ihrem Berufskodex verpflichtet und dürfen deine persönlichen Daten nicht mit deinem Arbeitgeber oder anderen besprechen.



Wie starte ich ein Gespräch?

Um einen Chat, einen Anruf oder eine Videoberatung zu buchen oder Zugang zu Masterclasses und Selbsthilfeprogrammen zu erhalten, gehe auf <https://openup.de/>. Schnell, einfach und zugänglich.

openup



(+49) 3030808172

team@openup.com