

Psychologische Unterstützung

Was leistet der Psychologische Dienst?

Der Psychologische Dienst wirkt im Rahmen des RehaAssessments mit, um Qualifizierungszugangsvoraussetzungen zu überprüfen und gemeinsam mit den Teilnehmenden Empfehlungen zur beruflichen Rehabilitation zu entwickeln. Außerdem arbeiten die Psychologinnen und Psychologen während einer Qualifizierung eng mit den anderen Reha-Fachdiensten, dem Reha- und Integrationsmanagement und den Ausbildungsbereichen zusammen. Der Psychologische Dienst steht sowohl für kurzfristige Einzelgespräche, z. B. in Krisensituationen, als auch für längerfristige Beratungen zur Verfügung, um so den Integrationserfolg sichern zu helfen.

Welche Angebote gibt es?

Sie können persönliche Beratung oder Gruppenangebote wahrnehmen u. a. zur:

- Bewältigung von psychischen Auswirkungen der gesundheitlichen Beeinträchtigung
- ausbildungsbegleitenden Therapie bei psychischen Erkrankungen
- Überwindung von Ängsten und Unsicherheiten
- Bewältigung von Sucht- und Kontaktproblemen
- Stressbewältigung
- Behebung von Arbeits- und Leistungsstörungen
- Bearbeitung von privaten Schwierigkeiten
- Anwendung von Entspannungstechniken
- Unterstützung der Bewerbung
- Bewältigung von Prüfungsangst
- Raucherentwöhnung
- Erhöhung der Selbstsicherheit
- Verbesserung der sozialen Kompetenzen

Psychologischer Dienst? Da hätte ich noch einige Fragen ...

Wird das, was ich mit dem Psychologen bespreche, anschließend an andere weitergegeben?

Nein, die Inhalte unterliegen der Schweigepflicht und Ihre Privatsphäre bleibt geschützt. Bekannt wird lediglich, dass Sie Gespräche in Anspruch nehmen.

Muss ich automatisch zum Psychologen, wenn ich ins Berufsförderungswerk komme?

Bei der Planung Ihrer weiteren beruflichen Entwicklung (Berufsfindung und Arbeitserprobung oder Erweiterte Berufsfindung und Arbeitserprobung) werden Sie »automatisch« von unseren Psychologinnen und Psychologen beraten. Später ist das Angebot aber grundsätzlich freiwillig. Um erfolgreich im neuen Beruf Fuß zu fassen, können und sollten Sie bei zwischenzeitlich auftretenden Schwierigkeiten, die Ihnen selbst oder anderen auffallen, die Angebote des Psychologischen Dienstes nutzen.

Mit welchen Fragen und Schwierigkeiten könnte ich kommen?

Sie können mit allen Dingen kommen, die Sie beschäftigen oder belasten, z. B.:

- Wie kann ich am besten lernen?
- Was kann ich gegen Panik vor Klausuren und Prüfungen tun?
- Wie kann ich mich besser entspannen?
- Was kann ich gegen den Stress tun?
- Meine privaten Sorgen und Nöte wachsen mir über den Kopf, und nun?
- Ich habe Fragen zur Erziehung ...
- Meine Partnerschaft ist in der Krise ...
- Ich finde keinen ambulanten Psychotherapeuten ...
- Im Moment geht es mir wirklich nicht gut ...
- Mich nerven die Konflikte in der Klasse so langsam usw.

Gibt es denn nur Einzelgespräche?

Nein, es gibt auch Angebote für Gruppen, die ein gemeinsames Ziel verfolgen oder ähnliche Fragen haben, z. B. zu folgenden Themen:

- Lerntechniken
- Stressbewältigung
- Entspannungstechniken
- Prüfungsangst

In unserem Psychologischen Dienst arbeiten Psychologinnen und Psychologen mit therapeutischer Zusatzqualifikation, die Sie gern unterstützen und beraten.