2CHANCE THEMENHEFT

Psychosomatische Erkrankungen

WENN DER KOPF KRANK MACHT

Ursache
Wirkung
Lösung

„ DER KÖRPER SPRICHT AUS, WAS DIE SEELE NICHT SAGEN KANN. “

DIPL.-PSYCH. THOMAS DÜRST

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

dass der Kopf den Körper krank machen kann, hat jeder von uns schon mal erlebt: Zum Beispiel bei Stress, „der uns auf den Magen schlägt“. Meistens verschwinden solche körperlichen Begleiterscheinungen, wenn das ursprüngliche Problem gelöst ist. Aber es gibt auch Menschen, die dauerhaft Beschwerden wie Magen-, Rücken- oder Kopfschmerzen haben, ohne dass es eine konkrete organische Ursache dafür gibt.

Solche psychosomatischen Störungen sind mittlerweile zu echten Volkskrankheiten geworden: Fast jeder vierte Erwachsene hat mindestens einmal in seinem Leben mit Schmerzen zu kämpfen, hinter denen sich seelische Konflikte oder psychische Belastungen verbergen – Frauen übrigens doppelt so oft wie Männer. Und durch Corona ist die Zahl noch einmal gestiegen: Der aktuelle Fehlzeiten-Report der AOK zeigt, dass immer mehr Beschäftigte psychosomatische Beschwerden haben – besonders deutlich war der Anstieg bei Konzentrationsproblemen und Schlafstörungen. Trotzdem haben viele Betroffene jahrelange Leidenswege hinter sich. Aus Angst, in die „Psycho-Ecke“ gedrängt zu werden, zögern viele, sich professionelle Hilfe und Unterstützung zu holen – oft auch, weil sie selbst nicht wahrhaben wollen, dass ihre körperlichen Beschwerden von der Seele verursacht werden.

Dieses Heft zeigt, dass es Wege aus der Krise gibt und wie diese aussehen können: Es kommen Psychologen, Mediziner, betroffene Menschen und Experten aus den Berufsförderungswerken zu Wort. Denn damit psychosomatische Erkrankungen nicht zu Arbeitsunfähigkeit und vorzeitiger Verrentung führen, ist neben der medizinischen auch die berufliche Rehabilitation ein wichtiger Baustein eines ganzheitlichen Genesungsweges.

DIE 2.CHANCE: AUF VIELEN WEGEN ERREICHBAR

Wir sind gerne persönlich für Sie da

0800 222 000 3

service@zweite-chance.info

www.zweite-chance.info

Hier finden Sie uns in den Sozialen Medien

www.instagram.com/2_chance_4_alle/

bit.ly/youtube_2Chance

www.facebook.com/Ihre2Chance

„ Schmerzen haben nicht immer eine körperliche Ursache, auch die Seele kann krank machen: Wenn Gefühle, Stress oder andere psychische Belastungen dauerhaft unterdrückt werden, sucht sich das Innenleben ein anderes Ventil. “

Thomas Dürst, niedergelassener Psychologe und Psychotherapeut

„ Große emotionale Belastungen führen zu unterschiedlichen körperlichen Reaktionen: Muskeln verkrampfen sich, Stresshormone behindern die Entspannung des Körpers, der Stoffwechsel ändert sich, Organe werden nicht mehr ausreichend versorgt. “

Dr. med. Volker Malinowski, Chefarzt MEDIAN Zentrum für Verhaltensmedizin Bad Pyrmont

WIE ENTSTEHEN PSYCHOSOMATISCHE ERKRANKUNGEN?

Damit sich aus normalen Alltagsbeschwerden eine psychosomatische Erkrankung entwickelt, spielt neben der psychischen und der sozialen auch die berufliche Situation eines Menschen eine Rolle. Gesellschaftliche Aspekte und Veranlagung können die Entstehung ebenfalls begünstigen. Oft kommen verschiedene belastende Faktoren zusammen, die körperliche Beschwerden verursachen und verstärken können.

- NEGATIVER BERUFLICHER STRESS
- SPANNUNGEN AM ARBEITSPLATZ
- PROBLEME IM FAMILIÄREN UMFELD
- UNGELÖSTE KONFLIKTE AUS DER KINDHEIT
- ANGST UND SORGEN
- TRAUER
- TRAUMATISCHE ERLEBNISSE
- SCHWIERIGE LEBENSUMSTÄNDE
- DEPRESSION

SO ZEIGEN SICH PSYCHOSOMATISCHE ERKRANKUNGEN

Psychische und körperliche Gesundheit sind eng miteinander verbunden. Und so können durch seelische Probleme die unterschiedlichsten Krankheitsbilder hervorgerufen werden – häufig leiden Betroffene auch nicht nur an einem Symptom, sondern an mehreren Beschwerden gleichzeitig.

Klassische Symptome sind:

- Kopfschmerzen und Migräne
- Rücken-, Nacken- oder Schulterschmerzen
- übermäßige Erschöpfung und Müdigkeit
- Ohrgeräusche (Tinnitus)
- Herzrasen
- Verdauungsbeschwerden, Magenschmerzen, Reizdarm
- Kreislaufstörungen, Schwindelgefühle
- Essstörungen
- Atemwegserkrankungen
- Suchterkrankungen

„Wenn Schmerzen länger anhalten, sollten die Gründe auf jeden Fall ermittelt werden. Der erste Ansprechpartner ist der Hausarzt. Wird eine körperliche Ursache ausgeschlossen, empfiehlt sich die Hinzuziehung eines Psychotherapeuten, um den Verdacht auf einen seelischen Auslöser zu klären."

Dr. med. Volker Malinowski

„Menschen mit psychosomatischen Erkrankungen haben meist einen langen Leidensweg. Weil es für ihre körperlichen Beschwerden keine konkrete Erklärung gibt, werden sie oft als Simulanten abgestempelt. Aber die Schmerzen sind nicht eingebildet, sondern real und für den Betroffenen sehr belastend."

Dipl.-Psych. Thomas Dürst

„BESTIMMTE REGIONEN SIND BESONDERS ANFÄLLIG FÜR EMOTIONALEN STRESS: GUTE BEISPIELE SIND DIE ANGST, DIE IM NACKEN SITZT ODER PROBLEME, DIE AN DIE NIEREN GEHEN."

DIPL.-PSYCH. THOMAS DÜRST

... WENN DER RÜCKEN DRÜCKT

Große Belastungen lösen Muskelverspannungen und Beschwerden im Haltungsapparat aus, wenn der andauernde seelische Druck nicht ausreichend abgebaut wird. Sprichwörtlich: **Eine schwere Last auf den Schultern tragen.**

... WENN DER MAGEN VERRÜCKT SPIELT

Unterdrückte Gefühle, aber auch Stress führen dazu, dass sich der Magen verkrampft und vermehrt Säure produziert – Sodbrennen, Übelkeit und Magengeschwüre sind die Folge. Sprichwörtlich: **Etwas in sich hineinfressen.**

... WENN DER KOPF PLATZT

Bei chronischen Kopfschmerzen sind oft ungelöste emotionale Spannungen die Ursache, die das muskuläre System, den Hormonhaushalt und die Blutversorgung beeinträchtigen. Sprichwörtlich: **Sich den Kopf über etwas zerbrechen.**

... WENN DER GANZE KÖRPER WEH TUT

Schmerzen auf der Haut, in den Muskeln und Gelenken: Die Fibromyalgie ist meist darin begründet, dass sich Menschen körperlich und emotional stark überfordern. Sprichwörtlich: **Weit über seine Grenzen hinaus gehen.**

... WENN DIE NACHT ZUM TAG WIRD

Nächtliche innere Unruhe ist oft eine Folge großer seelischer Tagesbelastungen: Ungelöste Konflikte und Überforderungsgefühle können den Schlaf dauerhaft beeinträchtigen. Sprichwörtlich: **Das raubt mir den Schlaf.**

// PATIENT UND ARZT MÜSSEN SICH AUF DIE DIAGNOSE PSYCHOSOMATISCHE ERKRANKUNG EINLASSEN KÖNNEN – GANZ OHNE ZU STIGMATISIEREN. //

DIPL.-PSYCH. THOMAS DÜRST

WENN DIE SEELE KRANK MACHT

Vor der richtigen Diagnose haben Patienten nicht selten eine lange Odyssee hinter sich. Viele fühlen sich unverstanden und mit ihren Schmerzen nicht ernst genommen. Zunehmend ziehen sie sich aus dem sozialen Leben zurück und leiden im Stillen. Doch ohne eine gezielte Behandlung werden die Beschwerden schlimmer, das belastet die gestresste Seele zunehmend, was wiederum die körperlichen Symptome weiter verstärkt – für die Betroffenen beginnt ein ausweggloser Kreislauf.

- Bei der Diagnostik psychosomatischer Erkrankungen werden zunächst körperliche Ursachen für die Symptome ausgeschlossen.
- Bei der Diagnose steht vor allem die individuelle Krankheits- und Lebensgeschichte im Fokus, um mögliche Auslöser oder belastende Faktoren der Betroffenen zu identifizieren.
- Bei schweren oder lang anhaltenden Beschwerden sollten psychosomatisch spezialisierte Mediziner in die Diagnostik einbezogen werden, um eine entsprechende Therapie einzuleiten.
- Wenn durch ambulante Maßnahmen keine Entlastung erreicht werden kann, was sich zum Beispiel in langen Krankschreibungen zeigt, ist eine stationäre Psychotherapie in einer spezialisierten Kliniken sinnvoll.

// Für den Patienten sowie den behandelnden Arzt ist das psychosomatische Krankheitsbild nicht selten diffus, weil die Symptome sehr verschieden und individuell ausgeprägt sein können. //

Dr. med. Volker Malinowski

// Wenn dem Betroffenen nicht geglaubt wird, dass er real fühlbare Beschwerden hat, da keine körperlichen Ursachen gefunden werden, kann das die psychische Belastung verstärken. //

Anita Rothe, Kompetenztrainerin im Bfw Sachsen-Anhalt

Die Abwärtsspirale durchbrechen: Mit dem Blick auf den gesamten Menschen wird zunächst die seelische Ursache geklärt, um dann die Bewältigung der psychischen Probleme anzugehen, die für die Schmerzen verantwortlich sind.

HEILUNG ALS GESAMTPROZESS

DIE EIGENE WAHRNEHMUNG SCHÄRFEN

Da die Ursache für die Erkrankung im seelischen Bereich liegt, stehen im Mittelpunkt einer Therapie die gezielte Ergründung und die Verminderung der störenden Einflüsse auf die Seele des Patienten. Gemeinsam mit dem Erkrankten werden Lösungen erarbeitet, wie Belastungssituationen reduziert und emotionaler Stress besser verarbeitet werden können.

PSYCHOTHERAPIE

Eine Psychotherapie kann helfen, auslösende Momente und ursächliche Konflikte aufzuarbeiten – und langfristige Strategien zur Bewältigung zu entwickeln. Je nach Beschwerden und Situation des Betroffenen kommen dabei unterschiedliche Verfahren infrage, zum Beispiel die tiefenpsychologisch orientierte Therapie oder die Verhaltenstherapie. Bei einer begleitenden Depression kommen gegebenenfalls auch Antidepressiva zum Einsatz.

Ergänzend sind Entspannungsübungen wie autogenes Training, Ergotherapie, Sozialtherapie oder Bewegungstherapie sinnvoll, um Körper und Seele wieder in Einklang zu bringen.

Gleichzeitig ist es wichtig, körperliche Beschwerden mit gezielter Medikation zu behandeln und mit manueller Therapie oder sportlichen Maßnahmen zu verbessern.

STRESSABBAU

Da dauerhafter Stress eine wesentliche Ursache für die Entstehung und Verstärkung psychosomatischer Erkrankungen sein kann, ist der Abbau belastender Faktoren begleitend zur Therapie wichtig. Hierbei helfen zum Beispiel gezielte Coachings wie:

- ein Stressbewältigungstraining, um zu lernen, mit Überforderungssituationen besser umzugehen.
- ein Emotionstraining, um negative Gefühle und Ängste leichter zu verarbeiten.

Lassen Sie sich helfen: Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland ist für Sie da – kostenfrei.

„DASS PSYCHISCHE BELASTUNGEN DIE URSACHE SIND, WOLLEN PATIENTEN OFT NICHT WAHRHABEN."

DR. MED. VOLKER MALINOWSKI

„Wenn Patienten ihre psychische Verfassung anerkennen und lernen, über ihre emotionalen Konflikte zu sprechen, bekommt die Seele eine Stimme und muss sich nicht mehr durch körperliche Beschwerden Gehör verschaffen."

Dipl.-Psych. Thomas Dürst

„Es war ein großer Schritt für mich, zu akzeptieren, dass meine Magenschmerzen durch die Psyche verursacht werden. Erst in der Therapie habe ich mit der Zeit gelernt, offen über meine Depression zu sprechen und mich nicht mehr dafür zu schämen."

Ulrike Z.* hat mit psychotherapeutischer Hilfe ihr Leben in Balance gebracht

„Der Psychosomatik liegen immer seelische Faktoren zugrunde. Die gilt es zu identifizieren und den Betroffenen unterstützend zur Seite zu stehen, damit sie lernen, psychischen Belastungen gesundheitsbewusster zu begegnen."

Anita Rothe

„Dass meine Psyche die Ursache für den Burn-out sein könnte, auf die Idee bin ich gar nicht gekommen. Im Gegenteil, ich hatte viele gute Argumente, was von außen alles falsch läuft und fühlte mich von allen unverstanden."

Patrick H.* fand mit therapeutischer Hilfe seinen Weg aus der Krankheit

**die Namen wurden auf Wunsch anonymisiert*

LÖSUNGEN FÜR EINE KOMPLEXE AUSGANGSLAGE

Gerade für Menschen mit seelischen Erkrankungen spielt die eigene Arbeit eine große Rolle: Erfolgserlebnisse und Anerkennung tragen wesentlich zu einem ganzheitlichen Genesungsprozess bei. Umso wichtiger ist es, frühzeitig einzugreifen und Rahmenbedingungen zu schaffen, damit Betroffene möglichst nicht aus dem Berufsleben herausfallen.

In der medizinisch-beruflich orientierten Rehabilitation (MBOR) liegt der Schwerpunkt auf medizinischen und therapeutischen Aspekten, um die notwendige Stabilität für die berufliche Rehabilitation zu schaffen. Klassische Themen sind der Umgang mit Arbeitsplatzkonflikten, Mobbing, Abgrenzungsschwierigkeiten, Perfektionismus oder Ängste am Arbeitsplatz. Für die MBOR kommen insbesondere Patienten mit besonderen beruflichen Problemlagen (BBPL) in Betracht. Also Patienten mit langer Arbeitsunfähigkeit, Rentenantrag oder langer Arbeitslosigkeit. Die Prognose hängt sehr stark vom bisherigen Behandlungsverlauf ab, wir sehen leider häufig Patienten, die bereits eine lange Ärzte-Odyssee hinter sich haben und deren Beschwerden oft chronisch geworden sind, wodurch die Behandlung natürlich erschwert ist.

Wir arbeiten mit vielen Unternehmen und Betrieben vor Ort zusammen, um beispielsweise externe Belastungserprobungen zu organisieren und den Rehabilitanden so die Möglichkeit zu geben, wieder positive Kontakte zur Arbeitswelt zu knüpfen. Auch die Berufsförderungswerke (BFW) sind bewährte Kooperationspartner, die uns bei der Berufsorientierung unserer Patienten durch ein Assessment zur Seite stehen oder als Einrichtungen der beruflichen Rehabilitation bei Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA) über den Rehaberater vermittelt werden. Umgekehrt helfen wir mit unserer medizinischen Kompetenz bei Problemen und Krisen während der beruflichen Reha und können auch kurzfristig unsere Hilfe anbieten.

Dr. med. Volker Malinowski, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie – Chefarzt MEDIAN Zentrum für Verhaltensmedizin Bad Pyrmont

„SCHÄTZUNGSWEISE LEIDET EIN VIERTEL DER DEUTSCHEN ERWACHSENEN EINMAL IM LEBEN ODER DAUERHAFT AN PSYCHOSOMATISCHEN BESCHWERDEN."

DIPL.-PSYCH. THOMAS DÜRST

TEILHABE SICHERN

Damit Menschen mit seelischen Erkrankungen ihren Weg zurück in ein gesundes Arbeitsleben finden können, bietet die berufliche Rehabilitation die nötige Hilfe und Unterstützung, die für eine berufliche (Wieder-) Eingliederung erforderlich sind.

- Wer arbeitsunfähig oder akut krankgeschrieben ist, kann ein medizinisches Heilverfahren über die Deutsche Rentenversicherung beantragen. Hier steht neben der Genesung auch im Fokus, ob und wie gesundheitliche Probleme Einfluss auf die Berufsausübung haben. Ist eine Wiederaufnahme des bisherigen Berufes nicht mehr möglich, können Betroffene den Antrag auf Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben stellen.
- Die Angebote zur beruflichen Rehabilitation beinhalten zahlreiche unterschiedliche Leistungen: Das kann eine berufliche Anpassung, eine Weiterqualifikation oder auch eine komplette Neuausrichtung in einem anderen Berufsfeld sein.
- Auch für Arbeitslose, die wegen einer seelischen Erkrankung nicht in ihren alten Beruf zurückkehren können, stehen die Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben zur Verfügung: Hier ist die Agentur für Arbeit der richtige Ansprechpartner.

LEISTUNGEN ZUR TEILHABE AM ARBEITSLEBEN BEANTRAGEN: WWW.ZWEITE-CHANCE.INFO

GERNE SIND WIR AUCH PERSÖNLICH FÜR SIE DA: KOSTENFREIE HOTLINE 0800 222 000 3

„Psychosomatische Beschwerden beeinflussen die Lebensqualität in vielen Bereichen: Oft kommt es zu gesellschaftlichem Rückzug, zu Problemen im Berufsleben bis hin zu einer frühzeitigen Verrentung mit erheblichen Folgen für Betroffene."

Dr. med. Volker Malinowski

RAHMEN FÜR NEUE PERSPEKTIVEN

Rechtlicher Anspruch:
Wenn Ärzte von der Berufsausübung in der bisherigen Form abraten, kann ein Anspruch auf Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA) bestehen. Diese öffnen ein breites Spektrum von Arbeitsplatzanpassungen bis hin zu Umschulungen, um wieder ins Arbeitsleben zu finden.

Starke Partner:
Berufsförderungswerke (BFW) sind Kompetenzzentren der beruflichen Rehabilitation. Seit Jahrzehnten begleiten sie Menschen mit vielfältigen Angeboten auf ihrem Weg zurück in den Arbeitsmarkt.

Finanzielle Unterstützung:
Mit dem Übergangsgeld und weiteren finanziellen Leistungen wird der Lebensunterhalt während einer Maßnahme gesichert.

ZURÜCK IN ARBEIT

In den letzten Jahrzehnten hat sich die gesellschaftliche Akzeptanz seelischer Erkrankungen glücklicherweise deutlich verbessert. Hiermit geht auch ein wachsendes Verständnis für seelische Ursachen von körperlichen Beschwerden einher. Menschen, die einen teilweise langen Weg durch verschiedene körperlich orientierte Untersuchungen und Behandlungen haben, finden zunehmend den Weg zu einer seelisch ausgerichteten fachlichen Betreuung.

Dem tragen auch die Berufsförderungswerke Rechnung, die in Fällen einer notwendigen beruflichen Veränderung die nächste Station innerhalb des Rehabilitationsprozesses sind: Maßnahmen zur Ermittlung eines geeigneten neuen Berufes beinhalten eine gleichermaßen ärztliche wie auch psychologische Betreuung.

Dr. med. Heinrich Wilken, Leiter Medizinischer Dienst im BFW Hamm

„Als klar war, dass die Rückkehr in alte berufliche Routinen der falsche Weg ist, habe ich auf Anraten meiner Therapeutin einen Antrag auf Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben gestellt.“

Ulrike Z.,
wagte im BFW Stralsund einen Neustart und hat so ihren Weg in einen neuen Beruf gefunden.

„Ich wurde ernstgenommen mit meiner komplexen Problematik und es wurde individuell geschaut, was ich für die Rückkehr ins Arbeitsleben und für meinen Genesungsprozess benötige.“

Patrick H.,
erarbeitete sich im INN-tegrativ BFW Goslar eine ganz neue berufliche Perspektive.

„ZIEL IST EIN BERUFSBILD, DAS DEM MENSCHEN SOWOHL IN KÖRPERLICHER ALS AUCH SEELISCHER HINSICHT GERECHT WIRD.“

DR. MED. HEINRICH WILKEN

LESEN SIE DIE ERFOLGSGESCHICHTEN VON ULRIKE UND PATRICK: WWW.ZWEITE-CHANCE.INFO/PSYCHOSOMATIK

DER WEG DER BERUFLICHEN REHABILITATION

Am Anfang steht oft ein Schicksalsschlag – am Ende die Rückkehr in Beschäftigung: Die berufliche Rehabilitation gibt Menschen, die aus gesundheitlichen Gründen berufsunfähig geworden sind, ihre zweite Chance.

KRANKHEIT/UNFALL

„Für Menschen, die **krank oder von Behinderung bedroht** sind, hat der Gesetzgeber rechtliche Möglichkeiten geschaffen, **damit sie im Arbeitsleben bleiben** können.“ Verena Bentele, Präsidentin VdK

NICHT MEHR IN DER LAGE, DEN ALTEN BERUF AUSZUÜBEN

Habe ich Chancen auf eine berufliche Reha? Was muss ich dafür tun? Diese Fragen beantworten wir Ihnen im Selbstcheck: **www.zweite-chance.info/selbstcheck**

ANTRAGSTELLUNG AUF LEISTUNGEN ZUR TEILHABE AM ARBEITSLEBEN

Sie wollen **berufliche Reha beantragen?** Auf unserer Website finden Sie eine Vorlage für den **Antrag auf Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben** – folgen Sie dem QR-Code.

NICHT BEWILLIGT

ANTRAG BEWILLIGT

WIDERSPRUCH EINLEGEN

„Wenn Sie mit dem Bescheid Ihres Reharträgers nicht einverstanden sind, können Sie **innerhalb eines Monats Widerspruch einlegen**.“ Karsten Dusse, Rechtsanwalt

BERUFLICHE REHABILITATION, Z. B. IN EINEM BERUFSFÖRDERUNGSWERK

Berufliche Reha ganz in Ihrer Nähe: Das nächstgelegene BFW und die verschiedenen Außenstellen **finden Sie in einer Standortkarte** unten auf unserer Website oder Sie rufen uns an unter der **0800 222 000.**

Lesen Sie, wie Menschen in den Berufsförderungswerken ihren **Weg zurück in den Job** gefunden haben: **www.zweite-chance.info/erfahrungsberichte**

NEUSTART IM BFW

Die Berufsförderungswerke unterstützen Menschen, die wegen einer psychischen Erkrankung einen beruflichen Neuanfang benötigen: Gemeinsam werden die Weichen für einen geeigneten und schaffbaren Weg zur Rückkehr in Arbeit gestellt.

- Wo kann es hingehen: Gezielte Hilfe und Beratung bei der Neuorientierung, um eine realistische Berufsperspektive zu entwickeln.
- Was kann ich und was nicht: Erprobung verschiedener Tätigkeiten, um die individuelle Eignung und die körperliche Belastbarkeit für konkrete Berufsbilder zu ermitteln.
- Was brauche ich für die Ausbildung: Bedarfsgerechte Förderung und Vorbereitung, um den Anlauf in den neuen Beruf zu meistern.

Bei psychosomatischen Erkrankungen werden während der Ausbildung und Qualifizierung in den Berufsförderungswerken folgende Aspekte besonders berücksichtigt:

- Stärkung des Selbstwertgefühls, indem erreichte Lernziele aufmerksam und achtsam reflektiert werden
- fortwährende Anschaulichkeit der gesetzten, aufeinander aufbauenden Lernziele
- gemeinsames und dynamisches Ausloten eines gesunden Anspruchsniveaus des Lernenden an sich selbst

Uwe Althoff, Lernbegleiter in der Qualifizierung des Bfw Sachsen-Anhalt

„GEMEINSAM SCHRITT FÜR SCHRITT MIT ANGEMESSENER HILFE ZUR SELBSTHILFE."

UWE ALTHOFF

EIN GANZHEITLICHER WEG: DIE BEGLEITENDEN DIENSTE IN DER BERUFLICHEN REHA

Um den Umschulungserfolg abzusichern, bieten die Berufsförderungswerke ihren Teilnehmern eine interdisziplinäre Begleitung an, um die Herausforderung der Ausbildung gemeinsam zu bewältigen.

Fall-Manager
- Lotsenfunktion: Erster Ansprechpartner für Fragen
- Koordinator aller am Prozess Beteiligten
- Organisator externer Beratung

Mediziner
- Physiotherapie
- Ernährungsberatung, zum Beispiel bei Unverträglichkeiten oder Adipositas
- Diagnostik, ggf. Überweisung zum Therapeuten

Psychologen
- Einzelgespräche bei persönlicher Belastung (zum Beispiel Rückfallprävention, Einsamkeit)
- Gruppenworkshops zu Stressbewältigung, Prüfungsangst o. ä.

Ausbilder
- Organisation von Förderunterricht
- Hilfe bei der Prüfungsvorbereitung
- Bewerbungstraining
- Jobcoaching

HIER FINDEN SIE INFORMATIONEN FÜR IHREN BERUFLICHEN NEUANFANG: WWW.ZWEITE-CHANCE.INFO

GERNE SIND WIR AUCH PERSÖNLICH FÜR SIE DA: KOSTENFREIE HOTLINE 0800 222 000 3

„Das Wissen, dass ich nicht alleine da durch muss, hat mir die Kraft und die Sicherheit gegeben, die Ausbildung durchzustehen und erfolgreich zu beenden."

Ulrike Z.

„Ich habe mit professioneller Rückendeckung im BFW genau den richtigen Weg für mich gefunden. Direkt nach dem Abschluss habe ich einen Job gefunden und bin als Fachkraft jetzt so begehrt, dass ich gerade sogar abgeworben wurde."

Patrick H.

Wir machen berufliche Reha.

Kompetenzzentrum Mecklenburg-Vorpommern

BFW BERUFS-FÖRDERUNGSWERK STRALSUND

Wir bieten JOB.HORIZONTE!
Das BFW Stralsund steht seit 1991 für Kompetenz in der beruflichen Rehabilitation Erwachsener. Neugierig?

Besuchen Sie unsere regelmäßigen Info-Veranstaltungen, u. a. zu folgenden Themen:

- Antrag auf Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA)
- Berufliche Orientierung | Arbeitserprobung
- Qualifizierungs- und Integrationsangebote
- Wohnmöglichkeiten nach Bedarf

Koordinator
Kundenzentrum (Stralsund)

Kai Heilfurth
03831 23-2417
kai.heilfurth@bfw-stralsund.de

Team-Koordinator
Außenstelle Rostock

Wolfgang Hoche
0381 453652-104
wolfgang.hoche@bfw-stralsund.de

Team-Koordinatorin
Außenstelle Waren

Daniela Gutsch
03991 63286-132
daniela.gutsch@bfw-stralsund.de

Team-Koordinator
Außenstelle Schwerin

Michael Müller
0385 202275-78
michael.mueller@bfw-stralsund.de

Informationsveranstaltungen 2022 in Stralsund , Rostock, Waren und Schwerin, Beginn: 9:30 Uhr

04.01. | 18.01. | 01.02. | 22.02. | 08.03. | 22.03. | 05.04. | 26.04. | 10.05. | 24.05. | 14.06. | 28.06.

Wir bitten Sie um telefonische Anmeldung! Alle Termine stehen unter Vorbehalt. Informieren Sie sich vorab auf unserer Internetseite.

Fallmanager
Fachberater für psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Volker Bunge
03831 23-2619
volker.bunge@bfw-stralsund.de

Das BFW Stralsund unterstützt das Präventions-Angebot „fit for work" für die Krankenkassen. Versicherte, die im Arbeitsverhältnis stehen, arbeitslos oder arbeitsunfähig sind, deren berufliche Leistungsfähigkeit gefährdet oder eingeschränkt ist oder die in den letzten Monaten arbeitsunfähig waren, haben Anspruch auf Hilfe.

Lösungsweg:
Im persönlichen Beratungsgespräch wird die berufliche/gesundheitliche Situation besprochen und es werden Wege zurück in den Arbeitsprozess entwickelt.

Das BFW Stralsund beteiligt sich an zwei Modellvorhaben des BMAS-geförderten Programms rehapro: AktiFAME & IPS-Coaching.

Zielstellung: Menschen mit psychischen Erkrankungen den Arbeitsplatz zu erhalten bzw. die Arbeitsfähigkeit wiederherzustellen.

Lösungswege: Individuelles Fallmanagement mit alltagsstabilisierenden und arbeitsplatzerhaltenden Maßnahmen.

Kontakt: Adriana Sodemann • Projektkoordinatorin
03831 23-2645 • adriana.sodemann@bfw-stralsund.de
WWW.MODELLVORHABEN-REHAPRO.DE

In Kooperation mit: Deutsche Rentenversicherung Nord

Gefördert durch: Bundesministerium für Arbeit und Soziales aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages; rehapro

info@bfw-stralsund.de | www.bfw-stralsund.de

IMPRESSUM

Redaktion:
Tobias Bachhausen, Tim Buse, Jannine Fermumm, Barbara Imbusch, Thorsten Schenk, Melanie Schmechel, Josephine Schröter, Mike Roller, Tamara Schumann, Sascha Nieroba

Schriftleitung: Vanessa Leßner (v.i.S.d.P.)

Verlag:
TNP · Agentur für Kommunikation
Telefon: 0203/800 79 0
Fax: 0203/800 79 99
Vinckeweg 15
47119 Duisburg
2-chance@tnp-gmbh.de

Bildnachweise:
Titel: Photocase
Hintergrundbilder: www.Pixabay.com
Grafiken: TNP · Agentur für Kommunikation
Auflage: 90.000 Exemplare

www.zweite-chance.info

Genderhinweis: Im Sinne der Lesbarkeit verzichten wir auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen, entsprechende personenbezogene Bezeichnungen gelten im Sinne der Gleichbehandlung für alle Geschlechter. Diese verkürzte Sprachform hat ausschließlich redaktionelle Gründe und beinhaltet keinerlei Wertung.