

Coaching im Rehaprozess in der Abteilung für Psychotherapeutische und Psychosomatische Medizin (PTH)

Neben den therapeutischen Angeboten besteht für einige Versicherte die Möglichkeit, ein Coaching in Anspruch zu nehmen. Dies wird von einem ausgebildeten, IHK-zertifizierten Coach durchgeführt.

Coaching ist ein interaktiver, personenzentrierter Beratungsprozess, der berufliche und private Inhalte umfassen kann. Es strebt eine Förderung von Selbstreflexion und Selbstwahrnehmung, Bewusstsein und (Eigen-)Verantwortung an, um so Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Ziel ist immer die Verbesserung des Selbstmanagements und der Selbststeuerungsfähigkeiten des Klienten. Ein Coaching zeigt sich daher lösungs- und zukunftsorientiert. Dabei geht es weniger um die genaue, konkrete berufliche Zukunft nach der Entlassung – hierfür ist die Sozialarbeit zuständig -, sondern um die Stärkung eigener Fähigkeiten und die Bewusstmachung der eigenen Werteorientierung.

Zum einen empfiehlt sich Coaching bei Versicherten, deren Beruf durch äußere Stressoren beeinflusst wird oder/und die in ihrem momentanen Beruf keinen „Sinn“ mehr sehen.

Zum anderen können auch Klienten, die Probleme im privaten Bereich haben, vom Coaching profitieren. Es bietet sich zudem an, um soziale Kompetenzen zu (ver-)bessern. Hemmende Verhaltens-, Wahrnehmungs- und Beurteilungstendenzen können deutlicher wahrgenommen und einer Veränderung/Entwicklung zugänglich gemacht werden.

In Zusammenarbeit mit dem Versicherten werden für herausfordernde Situationen Handlungsoptionen entwickelt. Dabei werden die Folgen und weiterführenden Auswirkungen des möglichen Handelns immer in den Blick genommen.

Nach Bedarf wird auch psychoedukativ gearbeitet.

Diese Form des Coachings stützt sich auf Elemente aus der Logotherapie und Existenzanalyse, der Verhaltenstherapie, der Kommunikationswissenschaft sowie der Kunsttherapie. Es ist ein ganzheitlicher Ansatz, der eine individuelle, flexible Begleitung ermöglicht.

Nach Verordnung durch den Bezugstherapeuten und den zeitlichen Möglichkeiten findet das Coaching entweder in einer Kleingruppe oder im Einzelsetting statt. Zudem gibt es für alle Versicherten die Möglichkeit, nach Vereinbarung zu Kurzkontakten zu kommen. Dies bietet eine engmaschigere Betreuung der Themen innerhalb des Coaching-Prozesses.

Das Coaching nach diesem Ansatz wird von Janina Freiburg (Dipl.-Kunsttherapeutin (FH), Coach der Wirtschaft (IHK-Zertifiziert)) durchgeführt.