

Dienstleistungsangebot

Psychologische Beratung & Psychologische Online-Beratung

- Kompetente und empathische Beratung bei Schulproblemen
- Konstruktive und einfühlsame Beratung bei Familienproblemen
- Vermittlung neuer Denkanstöße für die eigene Lebensplanung
- Unterstützung bei Motivationsproblemen

Coaching ist ein Beratungsprozess außerhalb der Heilkunde, der sowohl private wie auch berufliche Aspekte zum Ziel haben kann.

Entscheidende Voraussetzungen für einen Erfolg sind vor allem:

Freiwilligkeit - Gegenseitige Akzeptanz - Vertrauen

Coaching möchte Ihre Selbstwahrnehmung und Ihre Reflexionsfähigkeit fördern, um Ihnen perspektivisch Hilfe zur Selbsthilfe zu geben.

Welche Beratungsverfahren werden angeboten?

Je nach Art und Komplexität Ihres Anliegen, biete ich Ihnen u. a. folgende Tools (Werkzeuge) an, die Ihnen dabei helfen können, Klarheit und Struktur in das (die) von Ihnen geschilderte(n) Anliegen, zu bringen:

„Kochtopf“-Modell

Hierbei versuchen wir auf der Grundlage Ihrer individuellen Ressourcen, zwischen dem von Ihnen geschilderten Anliegen einerseits sowie Ihren Zielvorstellungen, eine möglichst ausgewogene und optimale Mischung zu finden.

Zirkuläre Fragetechniken

Diese Technik stammt ursprünglich aus der Systemischen Familientherapie. Wesentliches Ziel hierbei ist, den Klienten in die „Haut eines anderen Menschen zu versetzen“, um von dort aus Beobachtungen aus einer so genannten Metaposition zu ermöglichen, die oftmals zu neuen und hilfreichen Sichtweisen führen können.

Disney-Strategie

Sinn und Zweck dieser Strategie besteht vor allem darin, Klienten zu neuen Denkanstößen zu verhelfen. Zu diesem Zweck nehmen die Klienten verschiedene Positionen ein wie z.B. die eines Visionärs, die eines Kritikers und die eines Realisten. Durch eine sinnvolle Verschmelzung verschiedener Blickwinkel soll der Klient zu neuen Ideen geführt werden, die er bis dahin so nicht hat wahrnehmen können.

Kognitives Umstrukturieren

Diese Technik (ABC-Schema) wurde von Ellis in die Psychotherapie eingeführt. Im Rahmen einer Psychologischen Beratung lassen sich diverse Abwandlungen der RET (Rational-Emotive-Therapy) nutzen. Sinn und Zweck dieser Technik ist es z. B. , dem Klienten zu verdeutlichen, wie „Störungen“ zu belastenden Emotionen führen können, ob bzw. welche dysfunktionalen Kognitionen ggf. existieren, wie sich eine funktionale Kognition erreichen lässt u.v.m.

Systemische Beratung

Wesentliche Elemente dieser Beratungsform stammen aus der Kybernetik sowie aus der Informations- und Kommunikationswissenschaft. Entscheidende Bausteine einer systemischen Beratung sind Konzepte, die sich mit sich selbst erhaltenden Prozessen und mit Störungen solcher zirkulären Prozesse beschäftigen. Sinn und Zweck dieser Beratungsform ist es, dem Klienten die Möglichkeit zu geben, zu erkennen, welche Wechselwirkungen zwischen den am Prozess eines Systems (z.B. Partnerschaft, Familie, Beruf usw.) beteiligten Personen bestehen, und welche Auswirkungen dies haben kann. Ziel dieser Beratungsform ist, dem Klienten Mittel und Wege zu zeigen, wie z. B. systemimmanente Kommunikationsstörungen verhindert bzw. behoben werden können.

Soziales Atom

Diese Beratungstechnik, die auf Jakob Moreno zurückgeht, geht davon aus, dass Menschen ein subjektiv erlebtes und gedeutetes Beziehungsgeflecht in sich tragen, das das Individuum in diese Welt einbettet. Mittels einfacher grafischer Symbole zeichnen die Klienten ihr eigenes Beziehungsgeflecht (soziales Atom). Die so entstehende Grafik wird anschließend als Gesprächsgrundlage mit dem Psychologischen Berater genutzt, der seinerseits versucht, wesentliche Beziehungselemente zu erkennen, die im weiteren Verlauf für den Klienten hilfreich sein könnten.

Trancearbeit

Diese Beratungstechnik distanziert sich ausdrücklich von sog. Show-Hypnosen, bei der Menschen dazu gebracht werden (werden sollen), unter Kontrollverlust Dinge zu tun, die sie im Wachleben so niemals täten. Die Trancearbeit, die hier im Rahmen einer Psychologischen Beratung zum Einsatz kommen kann, nutzt vielmehr hypnotische Sprachmuster, die dem Klienten dabei helfen sollen, in einer vertrauensvollen und angstfreien Atmosphäre, Denkanstöße zu gewinnen, die im Wachleben so meist nicht zugänglich sind. Zu diesem Zweck versetzt der Psychologische Berater seine Klienten in einen leichten Trancezustand, wobei die Kontrolle stets beim Klienten verbleibt. Nachdem der Klient aus dem Trancezustand „zurück geholt“ worden ist, nutzen Klient und Berater gemeinsam die gewonnenen Eindrücke, um diese dann im weiteren Gespräch im Sinne einer Problemlösung zu verarbeiten.

Monodrama

Diese Beratungstechnik möchte den Klienten dabei helfen neue Einsichten zu gewinnen, indem z.B. durch einen mehrfachen Rollentausch „kritische Personen“ sowie deren Verhaltensweisen, aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachtet werden. Durch dieses „Sich-Einfühlen-in-andere-Menschen“ kann der Klient hilfreiche Erkenntnisse für sich und sein Verhalten gewinnen.

Wie läuft eine Psychologische Beratung ab?

1. Zunächst nehmen Sie bitte schriftlich Kontakt auf. Entweder per E-Mail, Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de oder per „gelber Post“ oder per Fax, 03212-1048942. Bei dieser ersten Kontaktaufnahme schildern Sie bitte kurz den Grund Ihres Beratungswunschs.
2. Sie erhalten dann schnellstmöglich eine schriftliche Rückmeldung, in deren Rahmen Sie zunächst einen Standard-Klienten-Fragebogen zugeschiedt bekommen.
3. Sie füllen den Klienten-Fragebogen bitte vollständig und möglichst detailliert aus, und senden Ihnen dann bitte per E-Mail zurück an Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de.
4. Ihr ausgefüllter Klienten-Fragebogen wird dann schnellstmöglich analysiert, und Sie erhalten eine schriftliche Rückmeldung, ob Ihr Beratungswunsch angenommen werden kann. Die Auswertung Ihres Klienten-Fragebogens ist für Sie kostenlos.
5. Falls Ihrem Beratungswunsch entsprochen werden kann, erhalten Sie dann schnellstmöglich einen Erstberatungstermin sowie einen Beratungsvertrag (in doppelter Ausfertigung), der alle relevanten Details unserer Zusammenarbeit enthält.
6. Die Anzahl der dann zu vereinbarenden Beratungstermine wird grundsätzlich einvernehmlich mit Ihnen abgesprochen, so dass Sie flexibel planen können.
7. Ob, bzw. unter welchen Umständen ggf. auch eine Psychologische-Online-Beratung möglich ist, teile ich Ihnen gern mit, nachdem Sie Ihr konkretes Anliegen detailliert geschildert haben.

Ihr Ansprechpartner:

Psychologischer Berater (SGD-Dipl.)
Aribert Böhme

DV-Kfm. & EDV-Dozent & Autor

Mitglied im Who-is-Who-Deutschland & Europa

E-Mail: Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de

Fax: 03212 – 104 89 42



Implementierung von Sachtexten für Zeitungsartikel, Bücher usw.

Als bis dato 16facher Autor implementiere ich für Sie kompetent und zuverlässig Sachtexte aus den Themenbereichen:

- Lernpsychologie
- Gedächtnistraining
- Schulpsychologie
- Lerntechniken
- Motivationstechniken

für Zeitungsartikel, Blogs, Internetseiten, Sachbücher usw.

Nachhilfeunterricht (alle Schulformen, bis inkl. 7. Klasse)

Sie suchen einen kompetenten, zuverlässigen und freundlichen Ansprechpartner für schulische Probleme Ihres Kindes?

Dann nehmen Sie bitte schriftlich Kontakt zu mir auf unter: Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de.

Gemeinsam mit Ihnen und Ihrem Kind besprechen wir in einem ausführlichen Erstberatungsgespräch einen für Ihr Kind optimalen Weg, der zur Verbesserung der schulischen Rahmenbedingungen führen kann.

Voraussetzung für eine Annahme neuer SchülerInnen ist, dass zuvor ein Erstberatungsgespräch (inkl. Leistungstest) stattfindet. Das Erstberatungsgespräch (Dauer insgesamt ca. vier Stunden) dient vor allem dazu die individuellen Rahmenbedingungen zu überprüfen, unter denen Ihr Kind lernt. Der durchzuführende Leistungstest dient primär dazu, festzustellen, wie sich das aktuelle Lernprofil Ihres Kindes, darstellt. Der Leistungstest (Dauer ca. 90 – 120 Minuten) wird ohne das Beisein eines Elternteils durchgeführt. Bei dem Erstberatungsgespräch wird Ihnen ein detaillierter Fragebogen ausgehändigt, den Sie bitte während der Durchführung des Leistungstests (außerhalb unserer Räumlichkeiten) vollständig und differenziert ausfüllen. Parallel dazu wird dieser Fragebogen in gemeinsamer Absprache mit Ihrem Kind ausgefüllt. Bei einem gemeinsamen Gespräch zum Ende des Erstberatungstermin hin erfolgt dann eine erste Auswertung der Fragebögen, so dass sich erfahrungsgemäß oftmals schon daraus erste Empfehlungen für eine konstruktive Strategie ableiten lassen.

Binnen ca. 14 Tagen erhalten Sie dann eine schriftliche Analyse, der Sie dann konkrete Empfehlungen entnehmen können, wie sich eine mögliche Zusammenarbeit zwischen Ihnen, Ihrem Kind und mir, gestalten könnte. Wesentliche Idee zur Planung einer optimalen Lernstrategie ist, dass bewusst auch das familiäre und schulische Umfeld in den Analyseprozess eingebunden wird.

Nachhilfeunterricht wird angeboten für alle Schulformen (bis inkl. 7. Klasse), wobei ein Schwerpunkt auf dem Grundschulbereich (zweite, dritte, vierte Klasse) liegt. Insbesondere ein gezieltes Vorbereiten auf den Wechsel zu einer weiterführenden Schule (Realschule, Gymnasium) bildet eine Kernkompetenz, die entscheidend auf einer interdisziplinären Strategie aufbaut.

Zu den Besonderheiten meines Dienstleistungsangebots gehört u. a., dass ich – falls dies seitens der Eltern gewünscht wird – gern auch Gespräche mit beteiligten Lehrkräften, Nachhilfelehrern sowie begleitenden Anbietern (z. B. Ergotherapeuten usw.) führe, so dass eine optimale Kommunikationsbasis gewährleistet werden kann.

EDV-Schulungen

Sie suchen einen kompetenten und freundlichen Ansprechpartner für Ihren privaten EDV-Unterricht, der Sie an Ihrem eigenen PC geduldig und zeitlich flexibel unterrichtet? Dann nehmen Sie bitte schriftlich Kontakt auf unter:

Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de.

Ihr persönlicher EDV-Dozent hat bis dato ca. 8000 – 9000 SeminarteilnehmerInnen erfolgreich in den Fachbereichen EDV-Theorie, Windows, Word, Excel sowie Internet-Grundlagen, unterrichtet. Details dazu entnehmen Sie bitte der Rubrik „Persönliches“.