

## Dienstleistungsangebot

### Psychologische Beratung & Psychologische Online-Beratung

**Bitte beachten Sie, dass eine Online-Beratung aus datenschutzrechtlichen Gründen grundsätzlich nur per verschlüsselter Kommunikation stattfindet. Nähere Infos dazu erteile ich Ihnen gern nach Ihrer schriftlichen Anfrage per E-Mail: [Psychologische\\_Beratung\\_Boehme@gmx.de](mailto:Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de)**

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

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.

(Quelle: Auszug aus Wikipedia)

Gegenstand der psychologischen Beratung sind Aufarbeitung und Überwindung persönlicher sowie sozialer **Konflikte** oder sonstige Zwecke außerhalb der **Heilkunde**. Hierbei kommen in der Regel psychologische und psychotherapeutische Techniken zum Einsatz, die zum Teil auch aus der Psychotherapie bekannt sind. Während **Psychotherapie** jedoch eine Tätigkeit zur Feststellung, Heilung oder Linderung von Störungen mit **Krankheitswert** ist, geht es bei der psychologischen Beratung um Hilfestellungen für psychisch gesunde Menschen mit konkreten Lebensproblemen.

Die psychologische Beratung als *nichtheilkundliche* Interventionsmethode fällt unter den psychologischen Arbeitsbereich der beratenden Psychologie. In Deutschland definiert das **Psychotherapeutengesetz in §1** die beratende Psychologie als "psychologische Tätigkeiten, die die Aufarbeitung und Überwindung sozialer Konflikte oder sonstige Zwecke außerhalb der Heilkunde zum Gegenstand haben."

Psychologische Beratung kann überall dort zum Einsatz kommen, wo es um die Lösung und Überwindung von persönlichen und sozialen Konflikten geht. Methoden der psychologischen Beratung finden daher - selbstständig oder eingebunden in andere Maßnahmen - Verwendung in den verschiedensten Bereichen der sozialen und psychologischen Arbeit. Zu nennen sind unter anderem **Lebensberatung**, Berufs- und Studienberatung, Bildungsberatung, Ehe- und Partnerschaftsberatung, **Erziehungsberatung**, **Familienberatung**, Jugendberatung und **Drogenberatung**, genetische Beratung, Beratung zur Bewältigung spezieller Erkrankungen sowie Beratung für Menschen mit **Behinderung**, Personal- und Führungskräfteberatung, Konfliktberatung, Entscheidungsberatung, Mobbingberatung, Opferberatung und im Bedarfsfall auch Beratung in Bezug auf Möglichkeiten und Planung einer Psychotherapie.

Psychologische Beratungstechniken sind im Wesentlichen Konflikte lösende, Lösungen suchende, klärende und unterstützende Interventionsformen, die sich vorwiegend sprachlicher Ausdrucksmittel (**Interaktion** und **Kooperation**) bedienen. Im Zentrum steht in der Regel das psychologische Gespräch. Dessen Ausgestaltung (z. B. eher lösungsorientiert oder eher klärend) hängt vom Bedarf des Klienten und von der zu bearbeitenden Situation ab.

Generelles, übergeordnetes Ziel der psychologischen Beratung ist die Verbesserung der subjektiven Zufriedenheit und der **Lebensqualität**. Mögliche Beratungsziele sind die Lösung von Konflikten, die Klärung von unklaren persönlichen oder sozialen Situationen sowie das Erlernen von Präventionsmaßnahmen. Entscheidungsschwierigkeiten, von als ethisch oder moralisch unklar empfundenen Problemlagen, von Fragen zur Lebensänderung, solchen zur allgemeinen, beruflichen oder familiären Neuorientierung, zu Bildungsmöglichkeiten und -eignungen, zur Karriereplanung, bei allgemeinen beruflichen Fragen, bei Problemen am oder mit dem Arbeitsplatz, zur Verbesserung des Arbeitens und Lernens, zur Verbesserung der Kommunikation und zur Optimierung des Führungsverhaltens können ebenso Gegenstand psychologischer Beratungsmaßnahmen sein. Zunehmend wird die psychologische Beratung auch zur Klärung und Aufarbeitung existenzieller (Sinn-)Fragen aufgesucht. In diesem Zusammenhang kann inzwischen auch auf fundierte Forschungsergebnisse zur Psychologie des Glücks zurückgegriffen werden.

Da psychologische Beratung nicht der Behandlung von Krankheiten dient (und von Gesetzes wegen auch nicht dienen darf), werden ihre Kosten in den deutschsprachigen Ländern von den Krankenversicherungen in der Regel nicht übernommen.

Das Geschehen während einer psychologischen Beratung hängt von der konkret angewandten Methode ab. Hierbei kommen, ebenso wie bei der Psychotherapie, **verhaltenstherapeutische** und **tiefenpsychologische**, aber auch kommunikationspsychologische und andere Techniken zum Einsatz. In der Regel ist das Vorgehen kooperativ und auf Augenhöhe mit dem Klienten. Psychologe bzw. Berater und Klient sind gleichwertige Persönlichkeiten und suchen gemeinsam nach Klärung und Lösungsmöglichkeiten für bestehende Probleme und Konflikte.

Eine förderliche psychologische Beratung führt den unterbrochenen Entwicklungsprozess im Sinne des **lebenslangen Lernens**. Auch auf den prophylaktischen Wert frühzeitig wahrgenommener psychologischer Beratung wird bisweilen hingewiesen. Aus empirischen Studien kann abgeleitet werden, dass Probleme und Krisen die Entstehung von psychischen Störungen und körperlichen Erkrankungen begünstigen können (vgl. z. B. Forschungen zum **Diathese-Stress-Modell**). Psychologische Beratung ersetzt jedoch weder eine ärztliche Behandlung noch psychotherapeutisch indizierte Hilfeleistung. Sie reiht sich als mildeste, niedrigschwellige Form in den Bereich der psychosozialen Versorgung ein, greift aber dafür auch wesentlich breiter. Weiteres Merkmal ist die ambulante Durchführbarkeit wie etwa in örtlichen Beratungsstellen oder in psychologischen Praxen. Psychologische Telefonberatung ermöglicht indessen eine anonyme Beratung, wodurch eine beim Ratsuchenden etwa vorhandene Hemmschwelle verringert wird, sich einer fremden Person gegenüber zu öffnen.

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](mailto: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 sowie eine von Ihnen zu unterzeichnende Datenschutzerklärung (gem. DSGVO vom 25.05.2018) zugeschickt bekommen.
3. Sie füllen den Klienten-Fragebogen bitte vollständig und möglichst detailliert aus, und senden ihn dann bitte per verschlüsselter E-Mail zurück an [Psychologische\\_Beratung\\_Boehme@gmx.de](mailto: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.) & Lerncoach  
Aribert Böhme

DV-Kfm. & EDV-Dozent & Autor

Mitglied im Who-is-Who Deutschland & Europa

E-Mail: [Psychologische\\_Beratung\\_Boehme@gmx.de](mailto:Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de)

Fax: 03212 – 104 89 42



Psychologischer Berater (SGD-Dipl.) & DV-Kfm. & EDV-Dozent & Autor, Aribert Böhme  
Kontaktaufnahme bitte unter: [Psychologische\\_Beratung\\_Boehme@gmx.de](mailto:Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de)

## Lesementor für GrundschülerInnen

Kaum eine andere Kompetenz ist für den Erfolg in Schule, Beruf, Studium und im Leben generell so entscheidend, wie eine ausgeprägte Lesekompetenz.

In meiner Funktion als Lesementor biete ich Ihrem Kind schon in einer frühen Lebensphase die Möglichkeit, Freude am Lesen zu wecken.

Altersgerecht wähle ich – gern in Absprache mit Eltern und Lehrkräften – geeignete Bücher aus, die ich Ihren Kindern dann vorlese.

Dadurch wird die Phantasie Ihres Kindes angeregt, und es lernt auf spielerische Art und Weise in ungezwungener Atmosphäre dazu.

Immer wieder hat sich gezeigt, dass sich infolge einer verbesserten Lesekompetenz auch positive Auswirkungen auf andere schulische Bereiche ergeben.

Vorlesetermine dauern jeweils ca. 30 – 45 Minuten. Konkrete Termine sprechen Sie bitte direkt mit meinem Beratungsbüro ab; idealerweise bitte per E-Mail, da ich infolge meiner regelmäßigen Kliententermine oftmals nicht direkt telefonisch erreichbar bin.

Veranstaltungsort: Privat, bei Ihnen zuhause, oder in der Schule.

	<p><b>Aribert Böhme</b> Psychologischer Berater (SGD-Dipl.) DV-Kfm. &amp; EDV-Dozent &amp; Autor</p> <p>Infomail@gmx.biz www.aribertboehme.de</p> <p>Lichtenbroicher Weg 31 40472 Düsseldorf <i>Komme ins Haus Privat &amp; Schulen</i></p>
--	---

## Implementierung von Sachtexten für Zeitungsartikel, Bücher usw.

Als bis dato 25-facher 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: [Nachhilfedienst\\_Boehme@gmx.de](mailto:Nachhilfedienst_Boehme@gmx.de)

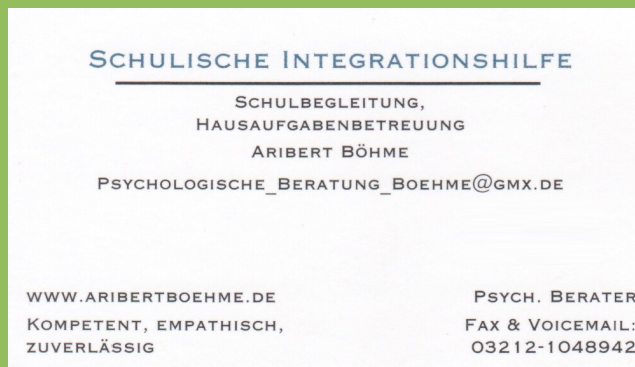
Gemeinsam mit Ihnen und Ihrem Kind besprechen wir in einem ausführlichen Erstberatungsgespräch einen für Ihr Kind optimalen Weg, der zur Verbesserung der schulischen Rahmenbedingungen führen kann.

**Voraussetzung für eine Annahme neuer SchülerInnen** ist, dass zuvor ein **Erstberatungsgespräch (Dauer ca. 1 Stunde, Pauschalpreis: 30 €)** stattfindet. Das Erstberatungsgespräch dient vor allem dazu die individuellen Rahmenbedingungen zu überprüfen, unter denen Ihr Kind lernt. Zudem erhalten Sie und Ihr Kind somit die Möglichkeit zu prüfen, ob Sie mit mir als Nachhilfeler eine vertrauensvolle Zusammenarbeit wünschen?

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, Nachhilfeler sowie begleitenden Anbietern (z. B. Ergotherapeuten usw.) führe, so dass eine optimale Kommunikationsbasis gewährleistet werden kann.



## Schulbegleitende Integrationshilfe

- Persönliche Begleitung und Betreuung beim täglichen Schulbesuch
- Integrationshilfe für behinderte Kinder während des täglichen Schulbesuchs
- Hausaufgabenhilfe
- Lernpsychologische Begleitung für Kinder und Eltern
- Ansprechpartner für Kinder, Eltern, Lehrkräfte, externe Hilfen

In meiner Funktion als kompetenter, empathischer und zuverlässiger Ansprechpartner für schulische Fragen stehe ich Ihrem Kind, Ihnen als Eltern, den unterrichtenden Lehrkräften sowie begleitenden Hilfsorganisationen zur Verfügung.

Zur Klärung spezifischer Details, ob bzw. zu welchen Konditionen Sie meine Dienstleistungen in Anspruch nehmen möchten, nehmen Sie bitte vorab Kontakt per E-Mail mit meinem Beratungsbüro auf unter der Adresse:

[Schulhilfe\\_Boehme@gmx.de](mailto:Schulhilfe_Boehme@gmx.de)



## 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:

[EDV-Service@gmx.org](mailto:EDV-Service@gmx.org)

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“.

Psychologischer Berater (SGD-Dipl.) & DV-Kfm. & EDV-Dozent & Autor, Aribert Böhme  
Kontaktaufnahme bitte unter: [Psychologische\\_Beratung\\_Boehme@gmx.de](mailto:Psychologische_Beratung_Boehme@gmx.de)