

Verhaltenstherapie über die Beihilfe laufen lassen?

Beitrag von „Jupelidu“ vom 14. Oktober 2023 13:30

Hallo zusammen,

ich gehe circa 1x im Monat für die Lehrer-Stress-Gesundheit zur Gesprächstherapie. Ich habe die Leistung des Psychologen bis jetzt nur über meine PKV laufen lassen, da ich bei der Beihilfe etwas Sorge hatte, ob es vielleicht irgendwann für mich mal Konsequenzen (egal in welcher Form) haben könnte. Es ist aber trotzdem hochgerechnet ein Batzen Geld. Wie geht ihr denn damit um bzw. kann ich solche Rechnungen auch ohne Sorgen bei der Beihilfe einreichen? Danke!

Beitrag von „s3g4“ vom 14. Oktober 2023 13:33

Zitat von Jupelidu

Ich habe die Leistung des Psychologen bis jetzt nur über meine PKV laufen lassen, da ich bei der Beihilfe etwas Sorge hatte, ob es vielleicht irgendwann für mich mal Konsequenzen (egal in welcher Form) haben könnte.

Die Beihilfestelle darf deine Rechnung nicht an andere Behörden weiter geben.

Beitrag von „Tom123“ vom 14. Oktober 2023 13:41

Es sollte auch keine Konsequenzen haben sofern Du schon verbeamtet bist und nirgendswo Falschangaben gemacht hast.

Beitrag von „s3g4“ vom 14. Oktober 2023 13:45

Zitat von Tom123

Es sollte auch keine Konsequenzen haben sofern Du schon verbeamtet bist und nirgendswo Falschangaben gemacht hast.

Wenn man die Rechnungen vor der Beihilfestelle "geheim" hält, damit die Falschangaben nicht heraus kommen, tut man sich damit auch keinen Gefallen. Denn egal wie man's dreht, das ist alles gefährlich.

Beitrag von „Bolzbold“ vom 14. Oktober 2023 13:57

Zu dieser Frage haben wir hier in diesem Forum eine Vielzahl an Threads, ebenso gibt es im Netz eine ähnliche Vielzahl an validen Hinweisen.

Ich wüsste nicht, was wir da noch zusätzlich zu beitragen können.

Beitrag von „Miss Othmar“ vom 14. Oktober 2023 14:09

Du kannst die Rechnungen normalerweise nicht einfach bei der Beihilfe einreichen. Eine Psychotherapie muss außer in einigen Ausnahmefällen vorher genehmigt werden. Dazu muss deine Psychotherapeutin ein Gutachten erstellen, warum die Therapie notwendig ist. Die Beihilfe genehmigt dann eine entsprechende Anzahl von Sitzungen. Am besten sprichst du vorher mit deiner Sachbearbeiterin.

<https://www.brd.nrw.de/themen/gesundheit/psychotherapien>

Beitrag von „German“ vom 15. Oktober 2023 23:09

Eigentlich sollten wir alle verbindlich im Sinne einer Supervision einen Coach besuchen müssen, um die Lehrergesundheit zu erhalten.

Fürsorgepflicht!

Und die Rechnung natürlich ganz normal einreichen.

Beitrag von „CDL“ vom 16. Oktober 2023 10:36

Zitat von German

Eigentlich sollten wir alle verbindlich im Sinne einer Supervision einen Coach besuchen müssen, um die Lehrergesundheit zu erhalten.

Fürsorgepflicht!

Und die Rechnung natürlich ganz normal einreichen.

Wer hält dich davon ab, das zu machen?

Beitrag von „s3g4“ vom 16. Oktober 2023 10:38

Zitat von German

Eigentlich sollten wir alle verbindlich im Sinne einer Supervision einen Coach besuchen müssen, um die Lehrergesundheit zu erhalten.

Fürsorgepflicht!

Und die Rechnung natürlich ganz normal einreichen.

Ich will das aber nicht. Ich nutze meine freie Zeit lieber anders.

Beitrag von „Schmidt“ vom 16. Oktober 2023 10:43

Zitat von German

Eigentlich sollten wir alle verbindlich im Sinne einer Supervision einen Coach besuchen müssen, um die Lehrergesundheit zu erhalten.

Fürsorgepflicht!

Und die Rechnung natürlich ganz normal einreichen.

Daran habe ich kein Interesse. Ich habe Freunde und meine Familie. Mit denen rede ich offen über Probleme und Stress. Mit einer fremden Person "sozial angemessen" über meine Arbeit sprechen zu müssen, wäre zusätzlicher Stress.

Beitrag von „German“ vom 16. Oktober 2023 12:24

Ich habe leider schon einige Kollegen erlebt, die angeblich nie Probleme hatten und dann im Burnout landeten.

Ich habe einen Coach, muss diesen aber selbst zahlen, da ich diesen nur vorsorglich für mich habe und (zum Glück) keine Diagnose.

In vielen Firmen mit psychischen Belastungsberufen bekommt man Supervision aber bezahlt oder als internes Angebot.

Beitrag von „Schmidt“ vom 16. Oktober 2023 12:46

Zitat von German

Ich habe leider schon einige Kollegen erlebt, die angeblich nie Probleme hatten und dann im Burnout landeten.

Ich habe einen Coach, muss diesen aber selbst zahlen, da ich diesen nur vorsorglich für mich habe und (zum Glück) keine Diagnose.

In vielen Firmen mit psychischen Belastungsberufen bekommt man Supervision aber bezahlt oder als internes Angebot.

Doch, doch, ich habe auch Probleme und Stress. Nur will ich das nicht mit Fremden besprechen.

Dass es solche Leistungen als Angebot und normaler Teil der des Berufs geben sollte, sehe ich aber auch so.

Beitrag von „CDL“ vom 16. Oktober 2023 14:30

Zitat von German

Ich habe leider schon einige Kollegen erlebt, die angeblich nie Probleme hatten und dann im Burnout landeten.

Ich habe einen Coach, muss diesen aber selbst zahlen, da ich diesen nur vorsorglich für mich habe und (zum Glück) keine Diagnose.

In vielen Firmen mit psychischen Belastungsberufen bekommt man Supervision aber bezahlt oder als internes Angebot.

Nachdem du wie ich in BW tätig bist: Gerade hierzulande gibt es im Sinne der Fürsorgepflicht ein komplett kostenfreies Supervisionsangebot unseres Dienstherrn im Form der Pädagogischen Fallbesprechungsgruppen. Die kann ich nur jedem und jeder ans Herz legen, der/ die eine Supervision freiwillig, kostenfrei und durch Fachpersonal begleitet durchführen möchte in BW. Nachdem ich von den Leiterinnen der Gruppe, in der ich im letzten Jahr war weiß, dass es ein solches Angebot längst nicht in allen Bundesländern gibt, halte ich es für umso wichtiger, dies wenn man hier in BW als Lehrkraft tätig ist und Interesse an derartigen Angeboten hat auch aktiv zu nutzen. Was das angeht lässt unser Dienstherr uns nämlich erfreulicherweise nicht komplett im Stich, sondern Unterstützung kostenfrei, unkompliziert und qualitativ hochwertig- so wir das wollen. Niemand „muss“ das also hier in BW privat bezahlen.

Beitrag von „CDL“ vom 16. Oktober 2023 14:32

Zitat von Schmidt

Doch, doch, ich habe auch Probleme und Stress. Nur will ich das nicht mit Fremden besprechen.

Dass es solche Leistungen als Angebot und normaler Teil der des Berufs geben sollte, sehe ich aber auch so.

Bist du denn sicher, dass es in Hessen nicht auch wie in BW derartige Angebote seitens des Dienstherrn gibt? Wie man an Germans Aussagen erkennt, sind derartige Angebote, nur weil es sie gibt, ja längst nicht allen Lehrkräften bekannt, egal wie lange diese bereits im Schuldienst tätig sind.

Beitrag von „s3g4“ vom 16. Oktober 2023 14:41

Zitat von Schmidt

Dass es solche Leistungen als Angebot und normaler Teil der des Berufs geben sollte, sehe ich aber auch so.

Natürlich, als freiwilliges Angebot

Beitrag von „CDL“ vom 16. Oktober 2023 14:44

Zitat von s3g4

Natürlich, als freiwilliges Angebot

Alles andere wäre doch auch völlig absurd. Therapie, Supervision, Coaching- all das kann nur funktionieren auf freiwilliger Basis. Pflichtveranstaltungen sitzt man im Zweifelsfall doch sonst nur ab, aber ist im Zweifelsfall nicht dazu bereit tatsächlich kritisch auf sich selbst zu blicken und an sich selbst zu arbeiten.

Beitrag von „kleiner gruener frosch“ vom 16. Oktober 2023 15:00

Zitat von German

Eigentlich sollten wir alle verbindlich im Sinne einer Supervision einen Coach besuchen müssen, um die Lehrergesundheit zu erhalten.

Fürsorgepflicht!

Tun wir doch. Eine Rechnung brauchen wir aber nicht einreichen. [lehrerforen.de](https://www.lehrerforen.de) ist kostenlos.



Beitrag von „fossi74“ vom 16. Oktober 2023 15:13

[Zitat von CDL](#)

lässt unser Dienstherr uns nämlich erfreulicherweise nicht komplett im Stich

Eigentlich traurig, wenn es ein Grund zur Freude ist, zumindest nicht "komplett" im Stich gelassen zu werden...

Beitrag von „CDL“ vom 16. Oktober 2023 18:23

[Zitat von fossi74](#)

Eigentlich traurig, wenn es ein Grund zur Freude ist, zumindest nicht "komplett" im Stich gelassen zu werden...

Jupp.

Beitrag von „German“ vom 16. Oktober 2023 23:05

[Zitat von CDL](#)

Nachdem du wie ich in BW tätig bist: Gerade hierzulande gibt es im Sinne der Fürsorgepflicht ein komplett kostenfreies Supervisionsangebot unseres Dienstherrn im Form der Pädagogischen Fallbesprechungsgruppen. Die kann ich nur jedem und jeder ans Herz legen, der/ die eine Supervision freiwillig, kostenfrei und durch Fachpersonal begleitet durchführen möchte in BW. Nachdem ich von den Leiterinnen der Gruppe, in die Rich im letzten Jahr war weiß, dass es ein solches Angebot längst nicht in allen Bundesländern gibt, halte ich es für umso wichtiger, dies wenn man hier in BW als Lehrkraft tätig ist und Interesse an derartigen Angeboten hat auch aktiv zu nutzen. Was das angeht lässt unser Dienstherr uns nämlich erfreulicherweise nicht komplett im Stich, sondern Unterstützung kostenfrei, unkompliziert und qualitativ hochwertig- so wir das wollen. Niemand „muss“ das also hier in BW privat bezahlen.

Wo ist das ausgeschrieben?

Kenne ich nicht und habe Interesse.

Beitrag von „CDL“ vom 17. Oktober 2023 10:14

Zitat von German

Wo ist das ausgeschrieben?

Kenne ich nicht und habe Interesse.

Oh, gute Frage, das kann ich dir spontan nicht sagen, weil ich selbst über mein Kollegium von den Fallbesprechungsgruppen erfahren habe und mich angemeldet habe.

Ich mach mich mal schlau, wo das steht und würde dir im Zweifelsfall die Kontaktdaten der Leiterin der Gruppe schicken, in der ich war, damit diese dir die Ansprechpartner für Gruppen in deiner Region einfach direkt zusenden kann.

EDIT: Wie von mir vermutet findet man das auf den Seiten des ZSL, unter „Unterstützungsangebote für Schulen und Lehrkräfte“ (sehe gerade nur die Adresse der Startseite und kann insofern nicht direkt verlinken). Auf Anfrage bei der für dich zuständigen Regionalstelle des ZSL bekommst du Kontaktdaten für regionale Gruppen, die offen sind, also die nicht spezifisch für eine Schule sind.

Beitrag von „ISD“ vom 24. Oktober 2023 20:45

Ich hatte die letzten 15 Jahre regelmäßig Supervision durch den Arbeitgeber und werde es im Ref sicher schmerzlich vermissen. (Überlege schon mir privat jemand zu suchen.)

Ich finde es fast erschreckend, wie abwehrend viele dem Thema gegenüberstehen. Es macht einen Unterschied, ob man sich im Forum oder bei Freunden/ Familie auskommt oder eine*n fachkundige*n Supervisor* in hat.

Selbstverständlich sollte es Arbeitszeit sein. Diese 2 Stunden im Monat wird man sicher irgendwo abknappen können. Bin sogar überzeugt davon, dass man durch geklärte Themen viel mehr Energie spart, als durch 2 Stunden weniger arbeiten.

Beitrag von „s3g4“ vom 24. Oktober 2023 21:16

Zitat von ISD

Bin sogar überzeugt davon, dass man durch geklärte Themen viel mehr Energie spart, als durch 2 Stunden weniger arbeiten

Welche ungeklärten Themen soll man denn mit so jemand klären? Ich wüsste echt nicht was mit so jemand anfangen sollte.

Beitrag von „ISD“ vom 24. Oktober 2023 22:23

Zitat von s3g4

Welche ungeklärten Themen soll man denn mit so jemand klären? Ich wüsste echt nicht was mit so jemand anfangen sollte.

"So jemand" ist eine sehr gut geschulte Fachkraft, die außenstehend, neutral und nicht wertend ist. Ich kenne jedoch die Vorbehalte von Lehrkräften gegenüber "Externen" sehr gut. Es gibt immer die unterschwellige Angst vor Kontrolle und Bewertung. Könnte ein Trauma aus dem Ref sein... Eigentlich paradox, wenn man bedenkt, dass Lehrkräfte täglich kontrollieren und

bewerten. Aber das ist jetzt off topic...

Viele wollen einfach ihr Süppchen kochen und es "irgendwie" überleben und auf "Die da oben" schimpfen. Klar gibt es blöde Rahmenbedingungen, die auch geändert werden müssen, aber Einiges ist auch hausgemacht und daran kann man arbeiten.

Zu deiner Frage was man klären könnte:

In Einzelsitzungen:

-Stress-/Zeitmanagement (was stresst mich? Kann ich den Stressor ändern oder zumindest meine Sicht auf die Dinge? Ist das was mich stresst objektiv oder subjektiv?...)

-Schüler*innenverhalten, das einen triggert (Was genau stört mich? Warum? Wie kann ich damit umgehen?)

-Umgang mit schwierigen Eltern/ Kolleg*innen/Vorgesetzten (siehe Ausführungen oben)

-andere belastende Situationen im Alltag klären

-Entscheidungsunterstützung

...

Im Gruppenkontext:

u.a.

-Klärtion zum Einheitlichen Vorgehen im Umgang mit einzelnen Schüler*innen/Eltern/Situationen

-Konflikte/Missverständnisse im Kollegium klären

-gemeinsame Entlastungsstrategien entwickeln

...

Wenn man es noch nie gemacht hat, kann man es einfach nicht beurteilen.

In meinen letzten 15 Jahren Supervision hab ich noch keine Kolleg*innen getroffen, die es schlecht/überflüssig fanden.

Anbei zwei Links von der GEW und einer Schule:

<https://www.gew.de/aktuelles/deta...zur-selbsthilfe>

<https://www.bsg-bn.de/supervision-le...esser%20genutzt.>

Beitrag von „ISD“ vom 24. Oktober 2023 22:26

Zitat von Jupelidu

Hallo zusammen,

ich gehe circa 1x im Monat für die Lehrer-Stress-Gesundheit zur Gesprächstherapie. Ich habe die Leistung des Psychologen bis jetzt nur über meine PKV laufen lassen, da ich bei der Beihilfe etwas Sorge hatte, ob es vielleicht irgendwann für mich mal Konsequenzen (egal in welcher Form) haben könnte. Es ist aber trotzdem hochgerechnet ein Batzen Geld. Wie geht ihr denn damit um bzw. kann ich solche Rechnungen auch ohne Sorgen bei der Beihilfe einreichen? Danke!

Ist zwar nicht bdeine Frage, aber dieser Gedanke drängte sich mir direkt auf: Warum steht Therapie und nicht berufliches Coaching auf der Rechnung? Dann wäre es evtl. über die Steuererklärung absetzbar.

Beitrag von „fossi74“ vom 24. Oktober 2023 22:44

Zitat von ISD

Ich finde es fast erschreckend, wie abwehrend viele dem Thema gegenüberstehen. Es macht einen Unterschied, ob man sich im Forum oder bei Freunden/ Familie auskommt oder eine*n fachkundige*n Supervisor* in hat.

Mach dir nichts draus. Sind halt Lehrer. Völlig unspaßig gemeint und gesagt.

Beitrag von „s3g4“ vom 24. Oktober 2023 22:44

Zitat von ISD

In meinen letzten 15 Jahren Supervision hab ich noch keine Kolleg*innen getroffen, die es schlecht/überflüssig fanden

Du kommst aus der sozialpädagogik gelle?

I rest my case.

Beitrag von „fossi74“ vom 24. Oktober 2023 23:11

[Zitat von s3g4](#)

Du kommst aus der sozialpädagogik gelle?

Und: [ISD](#) ist mutmaßlich eine Frau. Wird man doch noch sagen dürfen!

Beitrag von „Quittengelee“ vom 25. Oktober 2023 02:37

[Zitat von Jupelidu](#)

Hallo zusammen,

ich gehe circa 1x im Monat für die Lehrer-Stress-Gesundheit zur Gesprächstherapie. Ich habe die Leistung des Psychologen bis jetzt nur über meine PKV laufen lassen, da ich bei der Beihilfe etwas Sorge hatte, ob es vielleicht irgendwann für mich mal Konsequenzen (egal in welcher Form) haben könnte. Es ist aber trotzdem hochgerechnet ein Batzen Geld. Wie geht ihr denn damit um bzw. kann ich solche Rechnungen auch ohne Sorgen bei der Beihilfe einreichen? Danke!

Ich verstehe die Frage nicht. Wenn die Kasse ihren Teil übernimmt, hast du die Therapie doch verschrieben bekommen, dann kannst du die Rechnung natürlich auch bei der Beihilfe einreichen. Welche Sorgen hast du?

Beitrag von „fossi74“ vom 25. Oktober 2023 08:13

Na, dass eines Tages der Schäff zum Gespräch vorlädt, und dann liegen die Abrechnungen der Beihilfe auf dem Tisch, zusammen mit der Entlassung in den vorzeitigen Ruhestand.

Beitrag von „CDL“ vom 25. Oktober 2023 12:27

Zitat von fossi74

Na, dass eines Tages der Schäff zum Gespräch vorlädt, und dann liegen die Abrechnungen der Beihilfe auf dem Tisch, zusammen mit der Entlassung in den vorzeitigen Ruhestand.

Du meinst, el jefe entlässt sich selbst, wegen des schwerwiegenden Datenschutzverstoßes zusammen mit dem für diesen mitverantwortlichen LBV- Verantwortlichen? Unwahrscheinlich, aber letztlich rechtlich konsequent würde ich sagen.

Beitrag von „Leo13“ vom 25. Oktober 2023 14:23

Zitat von ISD

Ich finde es fast erschreckend, wie abwehrend viele dem Thema gegenüberstehen. Es macht einen Unterschied, ob man sich im Forum oder bei Freunden/ Familie auskommt oder eine*n fachkundige*n Supervisor* in hat.

Das ist doch ein bekanntes Phänomen. Bekannt in der Psychologie als Abwehr und Verdrängung.

Beitrag von „s3g4“ vom 25. Oktober 2023 22:15

Ich weiß schon wieso ich mit dem meisten pädagogischen Fachpersonal nicht zurecht komme. In jeden scheiß wird etwas rein interpretiert und eine abweichende Meinung wird nicht akzeptiert (zumindest nicht ohne diese zu bewerten).

Beitrag von „fossi74“ vom 25. Oktober 2023 22:23

Zitat von CDL

Du meinst, el jefe entlässt sich selbst, wegen des schwerwiegenden Datenschutzverstoßes zusammen mit dem für diesen mitverantwortlichen LBV-Verantwortlichen? Unwahrscheinlich, aber letztlich rechtlich konsequent würde ich sagen.

"Bitte verlassen Sie den Raum. Ich werde mich nun erschießen."

Beitrag von „Schmidt“ vom 26. Oktober 2023 02:11

Zitat von ISD

Ich finde es fast erschreckend, wie abwehrend viele dem Thema gegenüberstehen. Es macht einen Unterschied, ob man sich im Forum oder bei Freunden/ Familie auskommmt oder eine*n fachkundige*n Supervisor* in hat.

Ja, macht es. Freunde und Familie verstehen, was ich sage, wie es einzuordnen ist und was mir hilft und nicht hilft. Eine fremde Person gibt ihre gelernten Phrasen wider, ich muss mit ihr "wertschätzend" kommunizieren oder zumindest darauf achten, was ich wie sage und Dinge erklären, die ich nicht erklären will bzw. bei Freunden nicht erklären muss. Es ist gut, wenn dir die Kommunikation mit Fremden weiter hilft. Mir macht das vollkommen unnötigen Stress.

Beitrag von „Schmidt“ vom 26. Oktober 2023 02:21

Zitat von Eliza100

Das ist doch ein bekanntes Phänomen. Bekannt in der Psychologie als Abwehr und Verdrängung.

Verdrängung von was?

Abwehr von was? Von dem, was Du für richtig hältst, aber nicht für jeden gut ist?

Beitrag von „ISD“ vom 26. Oktober 2023 09:04

Zitat von s3g4

Du kommst aus der sozialpädagogik gelle?

I rest my case.

Ja. Daher kannst du davon ausgehen, dass meine Ausführungen auch fachlichen Kriterien unterliegen und kein leeres Geblubber sind. □

Beitrag von „SwinginPhone“ vom 26. Oktober 2023 10:38

Zitat von Schmidt

Eine fremde Person gibt ihre gelernten Phrasen wider, ich muss mit ihr "wertschätzend" kommunizieren oder zumindest darauf achten, was ich sage und Dinge erklären, die ich nicht erklären will bzw. bei Freunden nicht erklären muss.

Ich bin auch nicht dafür, Supervision zur Pflicht zu machen, habe aber schon gute Supervisionen erlebt. Und da war das, was Du beschreibst, nicht so. wir konnten völlig frei sprechen. Und falls die Person etwas nicht verstanden hat, haben wir es halt erklärt. Das sorgte auf beiden Seiten für mehr Klarheit.

Beitrag von „chemikus08“ vom 26. Oktober 2023 10:44

Wenn ich krank bin, bin ich krank und lasse mich therapieren. Die Rechnungen lasse ich mir natürlich von den zuständigen Stellen erstatten. Nach dieser Maxime solltet Ihr Euch richten.

Ansonsten folgt das ganze strikt dem Beamtenrecht. Wenn Du innerhalb eines Zeitraums von sechs Monaten zusammengerechnet drei Monate krank warst, hat der Dienstherr das Recht Dich zum Amtsarzt zu schicken um Dich auf Dienstfähigkeit untersuchen zu lassen. Ansonsten wird man sich hüten, wegen inoffizieller Mitteilungen der Beihilfestelle irgendetwas zu initiieren. Warum sollte ein Beamter des Landes auch so etwas tun? Wenn Du dem Staat teuer zu stehen kommst, zahlt das doch nicht der Sachbearbeiter, der Dich nicht zum Amtsarzt schickt. Wenn so ein Schmu aber auffliegt, ist der seinen Job los.

Also macht Euch da keine unnötzen Sorgen.

Beitrag von „Friesin“ vom 26. Oktober 2023 15:14

Zitat von Schmidt

Eine fremde Person gibt ihre gelernten Phrasen wider, ich muss mit ihr "wertschätzend" kommunizieren oder zumindest darauf achten, was ich wie sage und Dinge erklären, die ich nicht erklären will bzw. bei Freunden nicht erklären muss.

woher weißt du das?

Beitrag von „Friesin“ vom 26. Oktober 2023 15:17

Freunde, Familie und Bekannte wissen nicht immer automatisch, was du denkst. Das jemand Neutralen zu berichten, hilft, die Gedanken in eine Struktur zu bekommen. Ja, die Fragen eines Therapeuten mögen manchmal unangenehm zu beantworten sein, aber nur so kommt man Dingen auf die Spur;
nicht mit "Du weißt schon, was ich meine"

Beitrag von „NRW-Lehrerin“ vom 26. Oktober 2023 15:56

Es braucht doch nicht jeder Lehrer eine Therapie...

Halleluja, als ob man ohne Therapeut völlig neben der Spur wäre .. jaja Verdrängung und Verleugnung

So dramatisch finde ich meine Arbeit jetzt nicht, dass ich dazu ein regelmäßiges Gespräch mit einem Externen bräuchte.

Ich tausche mich doch mit Freunden und Familie aus und damit kann ich prima leben.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 26. Oktober 2023 16:23

Zitat von Schmidt

Eine fremde Person gibt ihre gelernten Phrasen wider, ich muss mit ihr "wertschätzend" kommunizieren oder zumindest darauf achten, was ich sage und Dinge erklären, die ich nicht erklären will bzw. bei Freunden nicht erklären muss.

Das stimmt so pauschal doch gar nicht. Ein Therapeut oder andere Fachperson lernt ne ganze Menge an Gesprächstechniken und man geht gerade deswegen dorthin, WEIL man Sachen aussprechen kann, mit denen man seine Verwandten a) nicht ständig belasten will und b) diese einem an einem bestimmten Punkt nicht mehr weiterhelfen können. Da geht's natürlich um mehr als ein "hui, das war ja aufregend heute, als die Kreide leer war. " Wobei, in Summe kann der Mangel an Ressourcen und das ständige Treffen von Entscheidungen durchaus an einem nagen. Der ständige Stress durch Lautstärke, schwierige SuS, fordernde Eltern und an bestimmten Schulformen auch täglicher Umgang mit Kindern, die Gewalt, Vernachlässigung und Missbrauch erleben, was nicht einfach abgeschaltet werden kann.

Lehrkräfte sind verhältnismäßig oft psychisch krank und ich würde Anspruch auf Supervision total begrüßen. Dass es keinen Sinn macht, selbige verpflichtend anzurufen, ist dabei hoffentlich klar.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 26. Oktober 2023 17:02

Ich finde es erschreckend, wie wenig hier zwischen Supervision und Therapie unterschieden wird und wie schnell Supervision (oder gar vermutlich Beratung?) mit psychischer Krankheit in Verbindung gebracht wird.

Beitrag von „NRW-Lehrerin“ vom 26. Oktober 2023 17:37

Ich hatte bisher tatsächlich noch nicht das Gefühl, dass ich eine externe Hilfe benötige.

Grundsätzlich kann ich gut abschalten und nehme wenig gefühlsmäßig „mit nach Hause“.

Ich hatte tatsächlich auch schon einschneidende Vorfälle in meiner Laufbahn als Lehrerin.

Ein Vater der sein Kind ermordet hat in den Ferien, ein Kind das nach einer fehlerhaften OP ein Bein amputiert bekam und dann im Koma lag, ein Kind was an Muskelathropie starb.

Missbrauchte Kinder gab es an meiner „Startschule“ auch einige.

Aber das ist tatsächlich alles schon lange her, so dass ich mich tatsächlich nur noch bruchstückhaft erinnern kann.

Darüber habe ich dann tatsächlich öfter mit meinen Eltern und meinem Mann gesprochen.

Aber auch damals hatte ich nicht das Gefühl das besonders besprechen zu müssen. Es stimmt aber, dass da jeder anders ist.

Vor ein paar Monaten warf ein Kind mit Stühlen und verwüstete den Raum . Er weinte bitterlich und auch die Mutter konnte ihn nicht beruhigen .

Letztendlich kamen der Krankenwagen und die Polizei..

Das hat ein paar Kollegen tatsächlich mitgenommen, so dass wir erfuhren, dass wir nach „traumatischen „ Erfahrungen die Hilfe der Beratungsstelle in Anspruch nehmen können .

Angestellte müssten sich an die Unfallkasse wenden.

Beitrag von „Meer“ vom 26. Oktober 2023 17:52

Es muss ja nichtmal immer was dramatisches sein.

Ich finde Supervision oder Fallbesprechungen können auch bei ganz alltäglichen Situationen helfen. Und wenn es nur darum geht, wie man SuS mit bestimmten Auffälligkeiten vielleicht besser unterstützen kann oder mit externen Menschen über Grenzen und Grenzsetzungen (sowohl gegenüber SuS als auch KuK etc.) zu sprechen um sich selbst zu reflektieren und auf diesem Weg weiter zu entwickeln.

Für mich ist das auf jeden Fall etwas anderes als eine Psychotherapie.

Beitrag von „fossi74“ vom 26. Oktober 2023 18:02

Zitat von NRW-Lehrerin

„ traumatischen „

Die Anführungszeichen sind hier überflüssig. Solche Erfahrungen sind durchaus potentiell traumatisch. Das Fiese ist, dass solche Traumata sich meist erst dann in psychischen Problemen manifestieren, wenn die Betreffenden gar keinen Zusammenhang mehr zwischen dem belastenden Ereignis und den Folgen herstellen.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 26. Oktober 2023 18:39

Zitat von Meer

... Und wenn es nur darum geht, wie man SuS mit bestimmten Auffälligkeiten vielleicht besser unterstützen kann oder mit externen Menschen über Grenzen und Grenzsetzungen (sowohl gegenüber SuS als auch KuK etc.) zu sprechen um sich selbst zu reflektieren und auf diesem Weg weiter zu entwickeln.

Genau solche Dinge, allerdings können diese, gehäuft und über lange Zeit andauernd, psychische Probleme verursachen oder verstärken zu solchen mit Krankheitswert. Sonst würden nicht so viele Kolleg*innen aufgrund psychischer Erkrankungen früher aus dem Dienst ausscheiden. (huch, warum geht das Kursive nicht mehr weg?)

Es stimmt natürlich, dass es verschiedene Psychotherapieverfahren gibt und Beratung davon nochmal abzugrenzen ist. Allerdings gibt es auch Gemeinsamkeiten und ich finde es vor allem wichtig, dass hier nicht stehen bleibt, Gespräche im Kontext von Beratung seien dasselbe wie im Freundeskreis.

Beitrag von „NRW-Lehrerin“ vom 26. Oktober 2023 18:46

Ich denke einfach, dass man das einfach nicht verallgemeinern kann.

Ich glaube jeder geht mit seinen gemachten Erfahrungen anders um.

Menschen sind verschieden und darum finde ich es super, wenn es Angebote gibt.

Schlecht finde ich, wenn man dazu verpflichtet würde.

Ich glaube aber, dass es mehr Hilfen gibt als manche Kuk's denken.

Wir selbst waren überrascht, dass diese Angebote überhaupt da sind, da sie m.E. nach nicht groß beworben werden.

Beitrag von „Meer“ vom 26. Oktober 2023 18:51

Zitat von Quittengelee

s stimmt natürlich, dass es verschiedene Psychotherapieverfahren gibt und Beratung davon nochmal abzugrenzen ist. Allerdings gibt es auch Gemeinsamkeiten und ich finde es vor allem wichtig, dass hier nicht stehen bleibt, Gespräche im Kontext von Beratung seien dasselbe wie im Freundeskreis.

Ja, natürlich ist es etwas anderes, als wenn man mit Freunden und Familie darüber redet.

Beitrag von „s3g4“ vom 27. Oktober 2023 18:16

Zitat von NRW-Lehrerin

Es braucht doch nicht jeder Lehrer eine Therapie...

Halleluja, als ob man ohne Therapeut völlig neben der Spur wäre .. jaja Verdrängung und Verleugnung

So dramatisch finde ich meine Arbeit jetzt nicht, dass ich dazu ein regelmäßiges

Gespräch mit einem Externen bräuchte.

Danke.

Zitat von NRW-Lehrerin

Ich tausche mich doch mit Freunden und Familie aus und damit kann ich prima leben.

Nichtmal das mache ich besonders häufig. Wenn ich das Bedürfnis habe, dann tausche ich mich im Kollegium aus.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 27. Oktober 2023 18:29

Glückwunsch an alle, denen es im Beruf gut geht. Was genau können sich die in den Burnoutkliniken davon kaufen?

Beitrag von „s3g4“ vom 27. Oktober 2023 18:34

Zitat von Quittengelee

Glückwunsch an alle, denen es im Beruf gut geht. Was genau können sich die in den Burnoutkliniken davon kaufen?

Hä?

Beitrag von „Schmidt“ vom 27. Oktober 2023 21:14

Zitat von SwinginPhone

Und falls die Person etwas nicht verstanden hat, haben wir es halt erklärt. Das sorgte auf beiden Seiten für mehr Klarheit.

Ich habe kein Interesse daran, Fremden etwas über mich zu erklären.

Zitat von Friesin

woher weißt du das?

Erfahrung

Ich habe sowohl Supervision als auch Psychotherapeuten ausprobiert. Sonst wüsste ich ja nicht, wie ich mit Stress und Problemen am besten umgehe.

Es irritiert mich irgendwie, dass hier so sektenartig ein einziger richtiger Weg des Umgangs mit Stress und Problemen verteidigt wird. Menschen sind unterschiedlich.

Beitrag von „Schmidt“ vom 27. Oktober 2023 21:21

Zitat von Friesin

Freunde, Familie und Bekannte wissen nicht immer automatisch, was du denkst. Das jemand Neutralen zu berichten, hilft, die Gedanken in eine Struktur zu bekommen.

Freunden zu berichten, die mit der konkreten Situation nichts zu tun haben, sind der Situation gegenüber auch neutral. Meine Freunde sagen mir auch, wenn ich irgendetwas übertreibe, mich anstelle, etwas zu einseitig einordne etc. Meistens bin ich aber reflektiert genug, um da selbst drauf zu kommen.

Zitat

, die Fragen eines Therapeuten mögen manchmal unangenehm zu beantworten sein, aber nur so kommt man Dingen auf die Spur;

nicht mit "Du weißt schon, was ich meine"

Welchen Dingen soll man da "auf die Spur" kommen?

Beitrag von „Schmidt“ vom 27. Oktober 2023 21:30

Zitat von Quittengelee

Ein Therapeut oder andere Fachperson lernt ne ganze Menge an Gesprächstechniken und man geht gerade deswegen dorthin, WEIL man Sachen aussprechen kann, mit denen man seine Verwandten a) nicht ständig belasten will und b) diese einem an einem bestimmten Punkt nicht mehr weiterhelfen können.

Sag ich ja, die leiern irhe auswendig gelernten Sätze runter. Gesprächstechniken sind so gut wie immer als solche zu erkennen. Auf so einen konstruierten Austausch habe ich keine Lust. Ich wüsste jetzt nicht, was so belastend wäre, dass ich darüber, bei Bedarf, nicht wenigstens mit meiner Frau oder meinen engsten Freunden sprechen könnte.

Zitat

Da geht's natürlich um mehr als ein "hui, das war ja aufregend heute, als die Kreide leer war. " Wobei, in Summe kann der Mangel an Ressourcen und das ständige Treffen von Entscheidungen durchaus an einem nagen.

Es hält sich in Grenzen.

Zitat

Der ständige Stress durch Lautstärke, schwierige SuS, fordernde Eltern und an bestimmten Schulformen auch täglicher Umgang mit Kindern, die Gewalt, Vernachlässigung und Missbrauch erleben, was nicht einfach abgeschaltet werden kann.

Stress "abschalten" und verarbeiten ist nicht dasselbe. Wenn ich Abends bei meiner Frau einen 15 minütigen Monolog darüber halte, was gerade alles schlecht oder schlimm ist, dann ist das ein gelungener Stressabbau. Ich verstehe nicht, warum ich darüber mit einem Fremden sprechen soll. Besonders oft kommt das so oder so nicht vor.

Zitat

Lehrkräfte sind verhältnismäßig oft psychisch krank und ich würde Anspruch auf Supervision total begrüßen. Dass es keinen Sinn macht, selbige verpflichtend anzurufen, ist dabei hoffentlich klar.

Ja klar, ein Anspruch darauf wäre gut.

Beitrag von „Schmidt“ vom 27. Oktober 2023 21:34

Zitat von Quittengelee

Glückwunsch an alle, denen es im Beruf gut geht. Was genau können sich die in den Burnoutkliniken davon kaufen?

Du verwechselst da etwas. Wer wenig Stress/belastende Situationen im Job hat und/oder für sich wirksame Möglichkeiten gefunden hat, mit diesen umzugehen, ist nicht automatisch der Ansicht, dass es keine Angebote für Menschen geben sollte, die in dieser Hinsicht nicht soviel Glück haben.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 27. Oktober 2023 22:02

Zitat von s3g4

Hä?

Es wurde jetzt mehrfach geschrieben, wie wenig belastend der Beruf für manche ist und dass es ihnen reicht, mit Kollegen oder der Freundin zu reden. Das ist toll und ich beglückwünsche alle dafür, denen es so geht. Es geht aber nicht allen so, deswegen wären professionelle, bezahlte Gesprächsangebote sinnvoll. Jetzt klarer geworden?

In vielen anderen Berufsgruppen gibt es diese Möglichkeit auch. Selbst wenn es Feuerwehrleute oder Sozialarbeiter*innen gibt, die das Erlebte dem Freund oder der Kollegin berichten wollen und dann entspannt abschalten können, trifft das nicht auf alle Feuerwehrleute und Sozialarbeiter*innen zu.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 27. Oktober 2023 22:04

Zitat von Schmidt

Ja klar, ein Anspruch darauf wäre gut.

Dann sind wir ja alle einer Meinung.

Beitrag von „s3g4“ vom 27. Oktober 2023 22:20

Zitat von Quittengelee

Es geht aber nicht allen so, deswegen wären professionelle, bezahlte Gesprächsangebote sinnvoll. Jetzt klarer geworden?

Da bin ich auch bei dir. Sicherlich kann sowas für einige sinnvoll sein. Darum geht es doch gar nicht. Schmidt und ich regen uns nur über den Absolutismus auf, dass solche Angebote das Nonplusultra sind und von jedem genutzt werden sollten.

Ich hatte schon viele Situationen, in denen andere in Therapie gegangen wären. Habe ich nie gemacht, weil ich darin keinen Mehrwert für mich sehe. Ja ich weiß wie sowas abläuft und dass ich es als Kind furchtbar unangenehm fand (nicht nur ein Therapeut).

Beitrag von „Quittengelee“ vom 28. Oktober 2023 06:54

Zitat von s3g4

Schmidt[/user] und ich regen uns nur über den Absolutismus auf, dass solche Angebote das Nonplusultra sind und von jedem genutzt werden sollten.

Das muss ich überlesen haben, wo steht das?

Mir hingegen ging es um die Falschdarstellung, was therapeutische Gespräche seien und generell (nicht) leisten können. Bei dem Satz "mir persönlich hat es nicht gut getan" oder "mein Therapeut war meiner Ansicht nach unfähig" könnte man aufhören zu berichten, damit nicht zum Beispiel die TE den Eindruck bekommen muss, dass sie wohl ein bisschen bekloppt wäre, wenn sie Hilfe braucht, obwohl der Beruf doch so super easy und entspannt ist.

Beitrag von „Westfale599“ vom 6. Mai 2024 20:51

Jetzt hole ich den Thread einmal heraus:

Wenn ich eine Verhaltenstherapie über die Beihilfestelle nach 5 Sitzungen weiter machen will (bei mir ist es aus privaten und eben nicht beruflichen Gründen angezeigt), dann würde ich selbst zahlen. Das wollen aber die Psychotherapiepraxen oft nicht, sondern über die Beihilfe abrechnen. Dazu wird ein Gutachten geschrieben.

Angeblich, so war meine Info, würde das Gutachten der Beihilfestelle nicht (!) mit der Personalstelle ausgetauscht. Das wurde auch schon vielfach gesagt. Viel Grübeln über berufliche Nachteile bleibt aber hier sicher auch nicht aus.

Beitrag von „fossi74“ vom 6. Mai 2024 20:57

Zitat von Westfale599

Angeblich, so war meine Info, würde das Gutachten der Beihilfestelle nicht (!) mit der Personalstelle ausgetauscht

Die Beihilfestelle unterliegt selbstverständlich der Schweigepflicht.

Beitrag von „ISD“ vom 8. Mai 2024 13:04

Zitat von Westfale599

Das wollen aber die Psychotherapiepraxen oft nicht

Hast du nachgefragt? Ich habe beruflich die Erfahrung gemacht, dass Selbstzahler gebau so gern gesehen sind wie Privatversicherte (unabhängig ob mit oder ohne Beihilfe).

Beitrag von „chilipaprika“ vom 8. Mai 2024 13:13

Zitat von Westfale599

Angeblich, so war meine Info, würde das Gutachten der Beihilfestelle nicht (!) mit der Personalstelle ausgetauscht. Das wurde auch schon vielfach gesagt. Viel Grübeln über berufliche Nachteile bleibt aber hier sicher auch nicht aus.

Ist auch so.

Und selbst, wenn die Personalstelle es erfahren würde (weil du es ihnen sagst oder länger fehlen würdest): bist du nicht schon längst im System?

Zitat von ISD

Hast du nachgefragt? Ich habe beruflich die Erfahrung gemacht, dass Selbstzahler gebau so gern gesehen sind wie Privatversicherte (unabhängig ob mit oder ohne Beihilfe).

Ebenfalls ähnliche Erfahrungen.

Abgesehen davon: Die Praxis weiß doch nichts davon, OB du danach die Rechnungen einreichst. Und wenn du nach den probatorischen Sitzungen sagst, dass du weiterhin selbst brav bezahlst (wie vorher, wo du keine "Genehmigung" brauchtest), wird auch kein Gutachten erstellt (was eh egal wäre, siehe Antwort davor).

Beitrag von „Westfale599“ vom 2. Juni 2024 12:43

Bei Eintritt in das Beamtenverhältnis beginnt eine Probezeit.

Eine Probezeit beginnt auch bei Eintritt in Beförderungssämter.

In beiden Fällen wird auch eine gesundheitliche Eignung attestiert.

Wenn nun ein Beamter 20 oder 25 Stunden in der ambulanten Verhaltenstherapie macht, um etwas zu verarbeiten, dann könnte entsprechend die gesundheitliche Eignung des Beamten infrage gestellt werden.

Aber, wenn der Beamte nicht krank war, sondern entsprechend obige Stunden eingereicht hat, dann versteh ich es richtig:

1. Gibt es keine Konsequenzen hinsichtlich der Personaldienststelle, da keinen Zugriff auf die Daten der Beihilfestelle. Insofern hierdurch bedingt kein Nichtbestehen der Probezeit.

2. Könnte aber die PKV versuchen, hieraus eine "Falschangabe" zu stricken, demnach ein Erkrankung latent schon vor Abschluss des Vertrages vorlag, um sich aus dem Vertrag herauszuwinden.

Beitrag von „k_19“ vom 2. Juni 2024 13:59

In einigen Bundesländern muss man bei bestimmten Voraussetzungen am Ende der Probezeit noch einmal beim Amtsarzt vorstellig werden. Wenn das nicht der Fall ist und du nicht langfristig erkrankst, solltest du auch keine Schwierigkeiten haben. Selbst, wenn du erneut vorstellig werden müsstest, ist es mitnichten so, dass man dann die Probezeit einfach verlängert - insbesondere, wenn du nicht langfristig krank geworden bist.

Die Beihilfestelle gibt keine Daten weiter, wie hier schon mehrfach betont wurde.

Die PKV wird - insbesondere innerhalb der ersten 3 Jahre nach Vertragsabschluss, ggf. aber auch später - bei bestimmten Diagnosen eine Prüfung der vorvertraglichen Anzeigepflicht vornehmen. Das ist bei einer Psychotherapie tatsächlich wahrscheinlich. Jede Versicherung handelt hier anders. Zunächst schicken dir fast alle Versicherer ein Schreiben zu mit der Bitte um Schweigepflichtentbindung zu. In dem Schreiben steht idR. auch, dass du die Unterlagen selbst beschaffen kannst und hierzu Kontakt aufnehmen sollst. Es wird stets davon abgeraten, diese zu unterschreiben, weil du dann die Unterlagen nicht mehr vorher sichten und prüfen kannst.

Die PKV schickt dir dann einen Fragebogen zu für den behandelnden Arzt bzw. alle Ärzte, die von der Erkrankung wissen. Diesen lässt du vor Ort beim Arzt ausfüllen und schickst ihn zurück.

Einige PKV möchten evtl. auch die Daten der gesetzlichen Krankenversicherung haben. Diese kann man anfordern und sollte genau auf die Diagnosen schauen. Am besten hat man aber genau das schon vor Vertragsabschluss gemacht. Das machen aber längst nicht alle. Es ist durchaus möglich, dass hier falsche Diagnosen vorzufinden sind. Hierbei muss es sich nicht um falsche Diagnosen handeln, die Bezug zu der Erkrankung haben, für die du dich behandeln lassen willst/behandeln lässt. Sollten hier falsche Diagnosen vorzufinden sein, wird es kompliziert.

Beitrag von „Westfale599“ vom 2. Juni 2024 14:46

Gerade die PKV sehe ich hier als größte Problematik. Wobei es hier ja nur um vorvertragliche Verletzungen geht, nicht um nachvertragliche. Da ist die Beweisführung in dem Fall über die GKV aber nicht mehr möglich, wenn der Wechsel von GKV in PKV vor mehr als 10 Jahren erfolgt ist (Aufbewahrungsfristen...)

Beitrag von „k_19“ vom 2. Juni 2024 14:58

Also kann es gar keine Probleme geben. Wieso machst du dir so viele Gedanken?

Beitrag von „chilipaprika“ vom 2. Juni 2024 15:28

Ich verstehe das nicht...

Habe ich einen Knick im Denken, aber was hat die PKV damit zu tun? Du bist doch da schon längst Kunde? Und auch die Probezeit bei Beförderungssämlern: Seit wann muss man in NRW wieder zum Amtsarzt bei einer Beförderung? (Nicht, dass ich es 100% wüsste, aber ich habe es nie gehört und ehrlicherweise bin ich sicher, man würde dann viel öfters davon lesen, wenn man sieht, wie viele sich in der Probezeit der Verbeamtung verrückt machen.

Zum Rest: Man darf auch im Laufe des Lebens krank werden. Sich ein Bein brechen oder Probleme bekommen. Da wird nicht geguckt, ob man früher nicht genug Calcium zu sich genommen hat und die Knochen porös sind...

Und bei den aktuellen Wartezeiten im psychischen Bereich, den Folgen der Pandemie, allen Problemen auf dieser Welt, habe ich Schwierigkeiten mir vorzustellen, dass unter allen Patient*innen nur Angestellte und selbstzahlende Beamte*innen sind.

Beitrag von „chemikus08“ vom 2. Juni 2024 19:01

Ich denke der Kollege unterliegt einem Denkfehler. Wer noch keine Lebenszeit Verbeamtung hat, kann in der Zeit wo er Beamter auf Probe ist, noch aus gesundheitlichen Gründen entlassen werden. Das hat aber nichts mit der erneuten Probezeit nach Erwerb eines

Beförderungsamtes zu tun. Diese bezieht sich nur auf die Bewährung für das Beförderungsamt. Hier erfolgt aber keine erneute gesundheitliche Prüfung, denn man ist ja schon auf Lebenszeit verbeamtet.

Beitrag von „s3g4“ vom 4. Juni 2024 11:26

Zitat von k_19

In einigen Bundesländern muss man bei bestimmten Voraussetzungen am Ende der Probezeit noch einmal beim Amtsarzt vorstellig werden

In Hessen müssen alle am Ende der Probezeit zum Gesundheitsamt.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 4. Juni 2024 11:30

aber doch nicht am Ende der Probezeit eines Beförderungsamtes, oder?

Beitrag von „s3g4“ vom 4. Juni 2024 11:33

Zitat von chilipaprika

aber doch nicht am Ende der Probezeit eines Beförderungsamtes, oder?

Nein, auch zu Beginn der Bewährungszeit für ein Beförderungsamt nicht. Wir müssen nur bei der Einstellung in den Schuldienst dahin.

Beitrag von „chemikus08“ vom 4. Juni 2024 11:45

Zitat von chilipaprika

aber doch nicht am Ende der Probezeit eines Beförderungsamtes, oder?

Das würde ja eine zweite gesundheitliche Anforderung für eine Beförderungsamt darstellen. Und so etwa ist im Beamtenrecht nicht vorgesehen.