

DER BEGINN

START

individuell nach Absprache,
ein Einstieg ist jederzeit möglich.

DAUER

13,5 Wochen / 54 UE insgesamt /
durchschnittlich 4 UE pro Woche

TERMINE

Individuell vereinbar

KONTAKT

PLAN B gGmbH
Wendenstraße 493
20537 Hamburg
Tel. 040-211 12-491
Fax 040-211 12-363
www.gesundheit-planb.de



ANSPRECHPARTNERIN

Markus Bothur
Tel. 040-211 12-278
Mobil 0160-50 20 171
markus.bothur@gesundheit-planb.de

OFFENE SPRECHSTUNDE

jeden Mittwoch 9.00 – 13.00 Uhr
Raum 67 im Erdgeschoss
ohne Terminvereinbarung möglich

ANFAHRT

U4 und U2 bis Hammer Kirche
Bus 130 bis Diagonalstraße,
Bus 112 bis Osterbrookplatz



GESUNDHEIT UND BERUF

LEBENSLOTSSEN

Fotos: istock.com, 07_2025



PSYCHOLOGISCHE BERATUNG FÜR
MENSCHEN MIT GESUNDHEITLICHEN
EINSCHRÄNKUNGEN

DAS ANGEBOT

Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die eine Unterstützung und Orientierung im Rahmen einer individuellen psychologischen Beratung suchen.



ZIELGRUPPE

Lebenslotsen ist eine Einzelmaßnahme. Die Zielgruppe umfasst Menschen aus dem Rechtskreis des SGB II oder III.

Wir erwarten Menschen mit erhöhtem psycho-sozialen Beratungsbedarf zur persönlichen und beruflichen Perspektiventwicklung, die folgenden Personengruppen angehören:

- Arbeitslose und von Arbeitslosigkeit bedrohte Menschen
- Erwerbsfähige arbeitssuchende Menschen
- Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen
- Erziehende
- Menschen, die den Weg in das Arbeitsleben zurückfinden möchten, aber ohne Hilfestellung diesen Weg nicht beschreiten können.

Die Maßnahme richtet sich an i.d.R. sozial benachteiligte erwachsene Menschen mit u.a. psycho-sozialen Vermittlungshemmnissen. Der gewählte Zugang soll Menschen ermöglichen eine erfolgreiche und gelingende Lebens- und Berufsperspektive zu gestalten, die bisher eher unzureichend gefördert werden konnten und einen erhöhten Unterstützungsbedarf aufweisen.

In Abgrenzung dazu sehen wir den medizinischen Bereich sowie den der psychiatrischen, klinischen Krankheitsbilder der komplexen, schweren psychischen Störungen. Für diesen Personenkreis ist eine Teilnahme nicht sinnvoll, da sie einer weitreichenderen Betreuung bedürfen.

INHALTE DER INDIVIDUELLEN BERATUNG

Die Beratung wird ausschließlich von Psycholog*innen durchgeführt und umfasst:

- Eingangsphase (Erstgespräch, Abholen der Teilnehmer*innen unter Einbeziehung der individuellen Situation, Beziehungsaufbau, Herausarbeiten der Lebenslage, Erhebung biografischer Daten und einzelner Anliegen, Erarbeitung des Beratungsauftrags)
- Ganzheitliche Beratungsphase (z. B. Gesundheit, Beruf, persönliche und soziale Beziehungen, Kommunikation, Ressourcen, Werte, Lebensabschnitt, Netzwerk und Verweisberatung)
- Abschlussphase (Abschlussgespräch, Zusammenfassende Bestärkung, Anschlussplanung)



FINANZIERUNG

§ 45 Abs. 1 Satz 1 Nr. 1 SGB III
Heranführung an den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt sowie Feststellung, Verringerung oder Beseitigung von Vermittlungshemmnissen