

DIE MEDIZINISCH-BERUFLICH ORIENTIERTE REHABILITATION (MBOR) – WAS IST DAS?

Die Medizinisch-Beruflich Orientierte Rehabilitation (MBOR) ist ein zusätzliches Angebot der gesetzlichen Rentenversicherung und bezeichnet eine Rehabilitation, die in Diagnostik und Therapie schwerpunktmäßig beruflich orientiert ist.

Sie ist wichtig für Rehabilitandinnen und Rehabilitanden mit spezifischen beruflichen Belastungen am bisherigen oder angestrebten Arbeitsplatz.

Typische Belastungen sind:

- Noch nicht erfolgreiche Arbeitssuche
- Arbeitsplatzkonflikte
- „Burnout-Syndrom“
- Fehlende Motivation oder Energie auf dem Arbeitsplatz

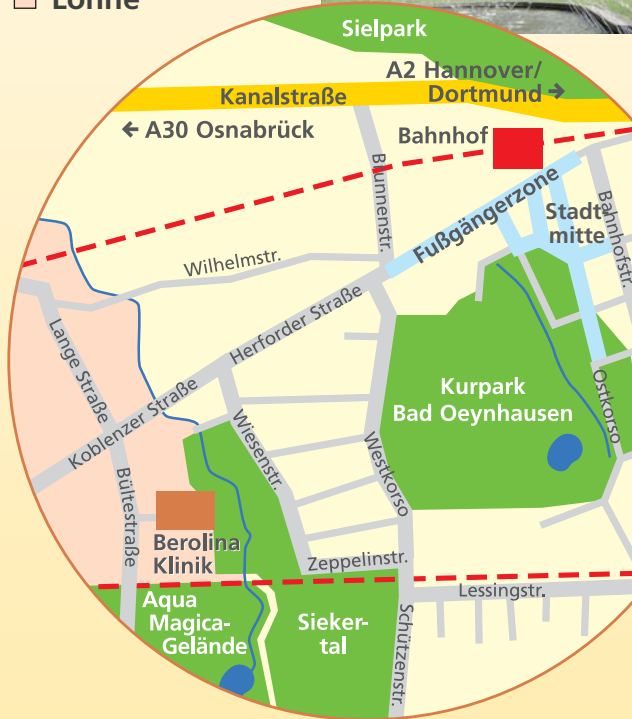
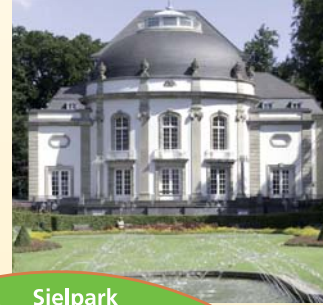
Während Ihrer Rehabilitation erarbeiten wir mit Ihnen Strategien zur Bewältigung dieser Probleme und besprechen deren praktische Umsetzung nach der Rehabilitation.



LAGE DER KLINIK

5 Min. zu Fuß

- Bad Oeynhausen
- Löhne



Berolina Klinik
 Fachklinik für Psychosomatik,
 Psychotherapie, Verhaltensmedi-
 zinische Orthopädie u. Neurologie

Bültestraße 21
 32584 Löhne/Bad Oeynhausen
 T.: 05731 782-0

Kostenloses Servicetelefon:
 0800 587265243
 0800 KURANLAGE

www.berolinaklinik.de
www.rehaklinik.de



STAND: 12/2015

BEROLINA KLINIK



Die Medizinisch-Beruflich Orientierte Rehabilitation (MBOR)

Abt. Psychosomatik

Das besondere Reha-Angebot der gesetzlichen Rentenversicherung



DIAGNOSTIK

Wenn Sie arbeitsplatzbezogene Belastungen haben, wollen wir es wissen! Wir stellen für Sie dann ein passendes Angebot zusammen.

Kurz nach der Aufnahme erhalten Sie einen Fragebogen mit Fragen zu Ihrer beruflichen Situation, z. B.:

- Glauben Sie, dass Sie nach der Rehabilitationsmaßnahme wieder an Ihrem bisherigen Arbeitsplatz tätig sein können?
- Wie stark ist Ihr berufliches Leistungsvermögen eingeschränkt?
- Tragen Belastungen am Arbeitsplatz zu Ihren gesundheitlichen Beschwerden bei?
- Wie stark fühlen Sie sich durch Ihre berufliche Tätigkeit belastet?
- Haben Sie Interesse, berufliche Probleme im Rahmen der Rehabilitationsmaßnahme zu bearbeiten?

Wenn Sie eine oder sogar mehrere dieser Fragen mit „Ja“ beantworten oder während des Aufnahmegesprächs mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt berufliche Belastungen deutlich werden, erhalten Sie von uns die Möglichkeit, diese während Ihres Aufenthaltes therapeutisch anzugehen.

THERAPIEANGEBOTE

Zur Bearbeitung Ihrer arbeitsplatzbezogenen Belastungen in der Rehabilitation wird Ihnen Ihre Ärztin/Ihr Arzt aus folgenden Angeboten eine passende Kombination empfehlen:

Burnout-Syndrom-Gruppe MBOR

zur Erhöhung der körperlichen und psychischen Belastbarkeit bei der Arbeit und die Wiedererlangung des Vertrauens in die eigene körperliche, psychische und soziale Funktionstüchtigkeit.

Mobbing-Gruppe MBOR

für den Einblick der Zusammenhänge von Arbeitsplatzkonflikten aus der Vogelperspektive und den Erwerb von Problemlösestrategien inkl. Modifikation von alten Handlungsmustern.

Selbstsicherheits-Training MBOR

für die verbesserte Umsetzung eigener Bedürfnisse in sozialen Interaktionen.

Work-Balance-Gruppe MBOR

für den Einblick in die individuellen arbeits- und berufsbezogenen Problemlagen unter den Bedingungen der eingeschränkten Gesundheit.

Arbeitsplatztraining

für das Erlernen von Strategien, mit der motorischen und psychischen Beanspruchung am Büroarbeitsplatz gesundheitserhaltend und ergonomisch umzugehen.

Sozialberatung

zur Förderung der Arbeitsmotivation sowie zur Klärung und Beseitigung praktischer Schwierigkeiten und Hindernisse.

Im Therapieprogramm der Abteilung Psychosomatik gibt es folgende weitere Maßnahmen, die berufsrelevante Inhalte einschließen, ohne einen ausschließlichen berufsbezogenen Charakter zu haben:

- Balance-Kopfschmerz-Gruppe,
- Depressionsgruppe,
- Schmerzgruppe,
- „Strong women“-Gruppe (altersgemischt sowie für Frauen ab 50 Jahre),
- Hirnleistungstraining,
- Einzelergotherapie.

WIE ES NACH DER REHABILITATION WEITERGEHT

Während Ihres Aufenthaltes in der Berolina Klinik werden Sie mit unseren Therapeutinnen und Therapeuten – Ärzten, psychologischen Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Diätassistenten und weiteren Mitarbeitern – Fähigkeiten und Strategien entwickeln, die Ihnen bei beruflichen Belastungen weiterhelfen.

Manche Rehabilitandinnen und Rehabilitanden benötigen auch nach der Rehabilitation Unterstützung. Dafür stehen folgende Angebote für Sie bereit:

- In einer intensivierten Rehabilitationsnachsorge-Gruppe (IRENA) können Sie Ihre begonnene Gruppen-Psychotherapie in einer wohnortsnahen Klinik vertiefen.
- Die stufenweise Wiedereingliederung kommt für Sie in Frage, wenn Sie nach Abschluss der Rehabilitation an Ihren bisherigen Arbeitsplatz zurückkehren können, aber zunächst bzw. noch nicht in vollem zeitlichen Umfang. Mit Ihrem Arbeitgeber kann z. B. ein stufenweiser/stundenweiser Start vereinbart werden.
- Falls Sie die Aufgaben an Ihrem bisherigen Arbeitsplatz nicht mehr ausführen, aber trotzdem beruflich weiterhin etwas leisten können, werden Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA) vorgeschlagen, z. B.: Mobilitätshilfe, Gründerzuschuss, Leistungen an Arbeitgeber und Leistungen zur beruflichen Bildung.

Das Sozialberatungsteam der Berolina Klinik hilft Ihnen, das passende Angebot zu finden.

WELCHE BEDEUTUNG HAT ARBEIT FÜR MEINE GESUNDHEIT?

Gesundheit und Arbeit stehen in einem engen Zusammenhang. Einerseits weist das Erwerbsleben gesundheitsfördernde Ressourcen auf: materielle und soziale Sicherheit, Identitätsbildung, soziale Anerkennung, Sinnstiftung und ein soziales Zugehörigkeitsgefühl.

Andererseits unterliegen Arbeit und Beruf einem Prozess ständigen Wandels, der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer vor erhebliche Anforderungen sowie physische und psychische Belastungen stellt. Viele Berufstätige erleben dadurch gesundheitsrelevante Stresssituationen in ihrer Arbeit. Das wirkt sich sowohl auf Körperfunktionen und auf die psychische Belastbarkeit, als auch auf allgemeine Kontextfaktoren – die für die Aufrechterhaltung der Gesundheit wichtig sind – aus.

In der Medizinisch-Beruflich Orientierten Rehabilitation (MBOR) werden berufsrelevante, positive persönliche Fähigkeiten ins Zentrum der Aufmerksamkeit gerückt:

- Fähigkeit zur eigenständigen Selbststrukturierung, auch in Anpassung an neue Kontextbedingungen
- Positive subjektive Einstellung zur beruflichen Zukunft
- Selbstwirksamkeit im Gesundheitsverhalten
- Erlebte positive berufsbezogene Emotionen wie Arbeitszufriedenheit und Erfolg
- Gesunder Umgang mit psychischen Belastungen
- Belastbarkeit
- Flexibilität
- Abgrenzungsfähigkeit
- Fähigkeiten zu Stressbewältigung und Konfliktmanagement

sowie

- Psychische Resilienz und Resistenz

