

# Berufliche Orientierung und Belastungssteigerung (BOB)

## INFO UND BERATUNG

Michaela Lormis

Tel. 0371 90998-10  
info@btz-chemnitz.de

**BTZ – Berufliches  
Trainingszentrum**  
Berufsförderungswerk Leipzig  
gemeinnützige GmbH  
Schulstraße 38  
09125 Chemnitz  
Telefon 0371 90998-10  
Telefax 0371 90998-50  
www.btz-chemnitz.de

## ZIELGRUPPE UND ZIELSTELLUNG

Die Maßnahme Berufliche Orientierung und Belastungssteigerung (BOB) ist ein Angebot zur Teilhabe am Arbeitsleben (berufliche Rehabilitation). Sie ist für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen und umfangreichen Förderbedarfen konzipiert, die nach einer medizinischen Rehabilitation im Rahmen der Teilhabe am Arbeitsleben auf eine weiterführende Reha-Maßnahme (i.d.R. eine Integrationsmaßnahme) vorbereitet werden sollen. Ein Fokus liegt dabei auf der Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, der Arbeitsmarktfähigkeit, im sozialen Umgang und in der Arbeitsmarktbelastbarkeit.

## INHALTE

- Erhebung individueller Förderbedarfe und Einschätzung sozialer sowie kognitiver Kompetenzen
- Erprobung berufsbezogener Fertigkeiten an Trainingsplätzen des BTZ
- potentialorientierte Berufsorientierung
- Förderung von Kulturtechniken und Schulwissen
- Training zur Stärkung psychosozialer Kompetenz und Erlernen von grundlegenden Skills zur Steigerung der Belastbarkeit (Stressbewältigung, Kommunikation, Selbstsicherheit, Entspannung)
- Zeitmanagement und Zeitstrukturierung, Lerntechniken
- Erarbeitung eines realistischen beruflichen Qualifikations- und Integrationsziels
- Arbeitstraining berufsübergreifender kaufmännischer Grundlagen einschließlich EDV sowie gewerblicher Grundlagen an Trainingsplätzen des BTZ
- Sport- und Bewegungsangebote, Stärkung der Gesundheitskompetenz
- Ergotherapie zur Entwicklung notwendiger Arbeitsfähigkeiten (Konzentration, Ausdauer, Genauigkeit)
- psychologische und sozialpädagogische Bearbeitung integrationshemmender Themen

Im Verlauf der Maßnahme erfolgt eine Steigerung der zeitlichen Belastbarkeit innerhalb der Präsenzzeit in Vorbereitung auf eine nachfolgende Reha-Maßnahme. Die Teilnehmer werden von Psychologen, Sozialpädagogen, Ausbildern und Trainern, Ärzten und Ergotherapeuten betreut.

## DAUER

Das Berufliche Orientierung und Belastungssteigerung (BOB) umfasst 3 Monate.

## ABSCHLUSS

Die Teilnehmer erhalten am Ende der Maßnahme ein aussagefähiges Zertifikat.

Alle aufgeführten Bezeichnungen gelten für alle Geschlechter. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde nur jeweils eine Berufsbezeichnung gewählt.

