

Hier wird mir geholfen

Was müssen Therapeuten können? Hohe Kompetenz für die geplagte Tempogesellschaft gefragt.

THERAPEUTENKOMPETENZ Ich halte das nicht mehr aus! Heute leiden viele Menschen an Überforderungen, die sich auf den Körper übertragen können. Hinter psychosomatischen Beschwerden können zukunftsbezogene Ängste stecken, vergangenheitsorientierte Sorgen oder vernachlässigte Achtsamkeit in der Gegenwart.

Engagierte Therapeuten, energetische Begleitung und Coaching-Möglichkeiten zur Unterstützung gibt es viele. Wie findet jeder für sich die ideale Hilfestellung?

Körpersprache

„Ein erfolgreicher Therapeut verfügt über Schlüsselfaktoren wie soziale, persönliche und fachliche Kompetenzen“, sagt Doris Jäger, Gesundheitspädagogin und Resilienztrainerin. In ihrer Praxis in Wolfurt hat sie täglich mit Menschen zu tun, die aus dem Patientenalltag Beispiele erzählen: Wenn der Blutdruck steigt, weil der Chef Ärger macht. Wie sich Magengeschwüre entwickeln, weil man sich Angriffen schutzlos ausgeliefert fühlt. Der Tinnitus pfeift in höchsten Tönen, weil man viel um die Ohren hat, oder Darmprobleme aufzeigen, dass Loslassen und Vergeben das Thema wäre.

Dann stellt sich die Frage: Wo werde ich verstanden, wer kann



Doris Jäger: „Personen mit einem starken Glauben an die eigene Kompetenz weisen eine größere Ausdauer bei der Aufgabenbewältigung auf.“

mich kompetent unterstützen, zu wem habe ich Vertrauen?

Da geh ich hin

Was muss ein erfolgreicher Therapeut können, über welche Talente und Stärken verfügen? „Im Wesentlichen handelt es sich um die Bereiche der sozialen, persönlichen und fachlichen Kompetenzen. Idealerweise sind alle drei gut entwickelt“, erklärt Doris Jäger.

Die zentrale Aufgabe eines Therapeuten beinhaltet einen Rapport zwischen Patient und Behandler herzustellen, sagt sie. Gemeint ist, dass er entsprechende Interventionen den Bedürfnissen, dem Verständnis und den Möglichkeiten des Hilfesuchenden anpasst. Der Patient soll das Gefühl haben, dass er und sein Anliegen im Mittelpunkt stehen – ohne Bewertung seiner selbst und seiner Thematiken. Die Bereitschaft zur Zusammenarbeit und die Motivation zur Verhaltensänderung werden dann geweckt, wenn der Patient merkt, dass die vom Therapeuten vorgeschlagenen Behandlungsvorschläge zu ihm passen.

Selbsterkenntnis als Initialzündung

Zu den sozialen Kompetenzen gehört eine für den Patienten verständliche Gesprächsführung. Es geht darum, achtsam zuzuhören

und so wahrzunehmen, was ist und was fehlt. Es gilt, gezielt nachzufragen anstatt Hypothesen aufzustellen und so dem Gespräch eine Struktur zu geben. Der Therapeut leitet den Patienten an, seine Handlungen und „Das-was-ihn-in-die-Krankheit-geführt-hat“ zu reflektieren, damit er selbst zu einem Lösungsansatz kommt. Selbsterkenntnis ist die umsetzungsträchtigste Initialzündung einer Verhaltensänderung. Doris Jäger: „Ziel eines jeden Therapeuten sollte sein, seinen Methodenkoffer mit Coaching-Tools für den Praxisalltag zu füllen: Entscheidungsfindung, Konfliktlösung, Zielerreichung, Veränderungen ansteuern und Potenzialerkennung.“

In der Energie bleiben

Wie schafft es ein Therapeut, auch nach dem achten Patienten noch dasselbe Engagement an den Tag zu legen? Jäger: „Persönliche Kompetenzen zielen darauf ab, dass sich der Therapeut abgrenzen und in seiner Energie bleiben kann. Dazu gehört auch das gelegentliche Nein-Sagen.“ Das Wissen, in humorvolle Geschichten und Metaphern verpackt, gibt dem Gespräch einen heilsamen Unterhaltungsfaktor und allein dadurch kann der Selbstheilungsprozess angestoßen werden. **MEC**

JEDE MENGE JOBS – VERSTÄRKE UNSER TEAM BEI KLIPP IN VORARLBERG!

• FriseurInnen • SalonleiterInnen • Lehrlinge

Brancheninsider und Wiedereinsteiger, Vollzeit, Teilzeit oder geringfügige Beschäftigung – KLIPP Frisör bietet vielfältige Jobmöglichkeiten!

BEWIRB DICH JETZT!

elisabeth.haas@klipp.at
Tel. 0664/4210965
Mehr Infos auf frisörjob.at

KLIPP UNSER FRISÖR

GREAT PLACE TO WORK
Beste Arbeitgeber 2016 Österreich

DIE GELBEN ENGEL.

Gesucht: Engel, die einen direkten Draht zu unseren Mitgliedern haben.

Rund 3.500 zuverlässige und serviceorientierte Mitarbeiter sorgen für die Sicherstellung der Mobilität der über zwei Millionen ÖAMTC Mitglieder. Für die **Zentrale in Dornbirn** suchen wir im Rahmen einer Karenzvertretung ab sofort:

MITARBEITER MITGLIEDERVERWALTUNG (w/m)
Teilzeit 50%

Ihre Verantwortung

- Verwaltung und Pflege des Mitgliederdatenbestands
- Erfassung von Änderungen bei Personen- und Vertragsdaten
- Bindglied zu internen und externen Partnern
- Datenbereinigungen, Konsistenzprüfungen und Listenbearbeitungen
- Sicherstellung der Betreuungsstandards in der Mitgliederverwaltung

Ihr Profil

Sie verfügen über eine wirtschaftliche Ausbildung und mehrjährige Berufserfahrung im Bereich Verwaltung bzw. Backoffice – WiedereinsteigerInnen sind herzlich willkommen. Sie sind genaues, zuverlässiges und gewissenhaftes Arbeiten gewohnt, haben gute EDV-Anwenderkenntnisse und sind zudem kommunikativ, offen und organisationsstark.

Ihre Perspektiven

- Eine spannende und vielseitige Tätigkeit in einem professionellen Umfeld
- Die Sicherheit eines der größten Dienstleistungsunternehmen Österreichs

Interessiert? Dann bewerben Sie sich noch heute.
Matthias Böhrer | 05572 23232-77675
vatc.hrm@oamtc.at | www.gelbeengel.at

Einstiegsgehalt ab EUR 12.600 brutto/Jahr.
Überzahlung abhängig von Qualifikation und Erfahrung.

TOP 5 BESTER ARBEITGEBER VORARLBERGS 2017

ÖAMTC

DORNBIRN

Dornbirn ist mit beinahe 50.000 Einwohnern die größte Stadt in Vorarlberg. Hier leben Menschen aus mehr als 100 Nationen. Die Abteilung Hochbau und Gebäudemanagement trägt durch ihre vielfältigen Aufgabenerledigungen in hohem Maße zum äußeren Erscheinungsbild unserer Stadt bei. Das Tätigkeitsfeld reicht von der Vorbereitung von städtischen Hochbauprojekten über Neu-, Zu- und Umbauten städtischer Gebäude bis zur Instandhaltung von rund 200 Objekten in Dornbirn.

Leitung der Abteilung Hochbau und Gebäudemanagement

Die Abteilung Hochbau und Gebäudemanagement ist Teil der Gruppe Stadtentwicklung, Bau und Umwelt die zudem die Abteilungen Stadtentwicklung, Stadt- und Verkehrsplanung, Tiefbau sowie Umwelt, Land- und Forstwirtschaft umfasst.

Auf Grund einer anstehenden Pensionierung gelangt die Leitung dieser Abteilung zur Nachbesetzung. Die Stadt Dornbirn sucht daher zum ehest möglichen Eintrittszeitpunkt eine **Persönlichkeit mit abgeschlossenem Architekturstudium und mehrjähriger Berufserfahrung.**

Zu den vielfältigen **Aufgaben** zählen insbesondere folgende Schwerpunkte:

- Führung der Hochbauabteilung
- Leitung von Hochbauprojekten über alle Projektphasen (Bedarfsklärung, Bedarfsplanung, Architekturwettbewerb, Vorentwurf, Entwurf, Planung, Ausführungsplanung, Realisierung, Betrieb des Gebäudes)
- Verfolgung und Kontrolle der Projektziele (Kosten, Termine, Qualität, Funktionalität)
- umfassendes Berichtswesen unter Verwendung von Projektmanagementwerkzeugen
- Abstimmung mit den politischen Gremien der Stadt Dornbirn
- Leitung von Instandhaltung und Gebäudemanagement der städtischen Gebäude

Persönliche und fachliche Anforderungen:

- abgeschlossenes Architekturstudium
- mehrjährige Tätigkeit in leitender Funktion bei der Umsetzung von Hochbauprojekten (Projektsteuerung)
- Kenntnisse der relevanten Normen und Gesetze
- prozessorientierte und wirtschaftliche Denkweise
- Kenntnisse bzw. Anwendungserfahrung einschlägiger Software (Ausschreibung, Kosten etc.)
- gutes Auftreten sowie hohe Präsentationsfähigkeit in Wort und Schrift
- Verantwortungsbewusstsein und Einsatzbereitschaft
- Führungserfahrung
- Loyalität gegenüber dem Dienstgeber

Gehaltsinformation: Die Dotierung erfolgt auf Basis des Einstufungsschemas für Gemeindebedienstete, unter Anrechnung von berufsspezifischen Vordienstzeiten. Der Gehaltsrahmen (Basis 40 Wochenstunden) liegt je nach Erfahrung zwischen € 59.500,- und € 82.300,- brutto jährlich.

Gerne erwarten wir Ihre schriftliche Bewerbung mit Lebenslauf, einem Motivationsschreiben sowie Zeugnisunterlagen in Kopie. Ende der Bewerbungsfrist ist der **13. April 2018.**

Nähere Auskünfte erhalten Sie bei Herrn Andreas Schrofnegger im Rathaus Dornbirn, Rathausplatz 2, Tel. 05572 306 DW 1300 oder Mail: andreas.schrofnegger@dornbirn.at.

Die Bewerbung kann online an personal@dornbirn.at oder im Postweg an die Personalabteilung im Rathaus eingereicht werden. Dieses Stellenangebot richtet sich an Frauen und Männer.

Bürgermeisterin Dipl.-Vw. Andrea Kaufmann

SOS KINDERDORF
Jedem Kind ein liebevolles Zuhause

SOS-Kinderdorf sucht für Vorarlberg eine/n **HAUSMEISTER/IN** (8h/Woche)

Ihre **Hauptaufgabe** ist die Koordination der Instandhaltung von Gebäuden. Weitere Informationen zu Aufgaben und Anforderungen sowie die Möglichkeit zur Online-Bewerbung finden Sie unter: www.sos-kinderdorf.at/jobs

Kontakt: Gerd Konklewski, Quellengasse 3, 6850 Dornbirn
Bruttogehalt laut KV mind. 7.303 Euro

Hotel Weisses Kreuz
friendly and more...

Unser Hotel ist seit vielen Jahrzehnten sehr erfolgreich im Gruppenbereich und mit Geschäftsreisenden. Wir suchen tatkräftige Unterstützung für unser Team.

Rezeptionist/in
Voll- oder Teilzeit

Als Aushängeschild unseres Hauses am Telefon und als erster und letzter Kontakt im Haus ist uns Ihre **Freundlichkeit** besonders wichtig. Sie arbeiten **selbständig**, sprechen am besten **Englisch und Französisch**. Vielleicht haben Sie ja auch schon Erfahrung an der Rezeption? Arbeitszeit an 5 Tagen von 06.30 bis 14.30 bzw 14.00 bis 22.00 Uhr. Oder in Teilzeit – vielleicht an 3 oder 4 Tagen als Wiedereinsteiger? VB EUR 1.850,-

Gerne erwarten wir Ihre schriftliche Bewerbung an Frau Hummer. Und die vielen Vorteile, wenn Sie bei uns arbeiten, sagen wir Ihnen gerne bei einem Gespräch.

Hotel Weisses Kreuz
6800 Feldkirch Königshofstraße 2 T 05522/3456
mh@weisses-kreuz.at www.weisses-kreuz.at

Wir suchen noch eine(n)
Zeitungsausträger(in)

für die Frühzustellung von Montag bis Samstag in **Alberschwende**

Ihr Profil: Sie sind zuverlässig und verfügen über ein eigenes Fahrzeug.

Unser Angebot: Entlohnung mit einem stückzahlenabhängigen Entgelt auf Werkvertragsbasis.

Interessiert? Dann kontaktieren Sie Herrn Juka Nakic, Telefon 05572 501-640, E-Mail juka.nakic@russmedia.com

Gutenbergstraße 1 _ A-6858 Schwarzach

russmedia
new. every day.

Unsere Leidenschaft ist, täglich mehr zu erreichen.

Russmedia: 2 Tageszeitungen, 6 Wochenzeitungen, 40 Apps und Portale, 50 Millionen Visits im Monat und 320 Millionen Page Impressions.