

# Belastbarkeitstraining

## Integrationsmassnahme

### Leistungen

Das Belastbarkeitstraining kann mit 4 x 2 Stunden Anwesenheit pro Woche begonnen werden. Diese Integrationsmassnahme dauert drei Monate und bietet einen niederschweligen Einstieg in den Arbeitsprozess, zum Beispiel als direkte Anschlusslösung nach einem Klinikaufenthalt oder allenfalls mit gleichzeitigem Besuch der Tagesklinik. Belastbarkeitstrainings führen folgende Bereiche der IG Arbeit durch: Büro, Handwerk und Hauswirtschaft. Die Anmeldung erfolgt über unsere zentrale Anlauf- und Auskunftsstelle „Intake + Triage“ (Anmeldeformular auf der Webseite).

Die Massnahmen sind zeitlich und organisatorisch so gestaltet, dass die gesundheitlichen Schwankungen der Teilnehmenden angemessen Berücksichtigung finden. Die Teilnehmenden können jederzeit in einen anderen Betrieb oder eine andere Eingliederungsmassnahme wechseln. Dazu berücksichtigen wir laufend alle Aspekte (medizinische, berufliche, soziale etc.). Bei Bedarf stehen Rückzugsmöglichkeiten zur Verfügung, um an einem ruhigen Platz mit einzelnen Arbeitsstationen zu arbeiten.

Am Schluss der Massnahme informieren wir schriftlich und mündlich über die Ergebnisse und geben eine Empfehlung für das weitere Vorgehen ab. Die IG Arbeit bietet verschiedene Anschlussmöglichkeiten im ersten oder zweiten Arbeitsmarkt an.

### Zielgruppe

Menschen mit psychischen Schwierigkeiten, bei denen Einschränkungen in der Arbeitsfähigkeit vorliegen. Die Personen arbeiten zu Beginn der Massnahme mindestens 2 Stunden an mindestens 4 Tagen pro Woche (20 % Pensum). Eine externe therapeutische Begleitung der Personen ist erwünscht.

Das Stufenmodell der Integrationsmassnahmen eignet sich insbesondere für Personen, für die zu diesem Zeitpunkt berufliche Massnahmen eine zu hohe Anforderung an die Belastbarkeit und Konstanz stellen.

### Wirkungsziele

Das Ziel der Massnahme ist ein schrittweiser Aufbau der Präsenzzeit, Belastbarkeit und Stabilität. Das Arbeitspensum soll innert 3 Monaten auf mindestens 4 Stunden pro Tag an mindestens 4 Tagen pro Woche erhöht werden (40 % Pensum). Weitere individuelle Ziele besprechen wir gemeinsam mit den involvierten Personen. Die Zielvereinbarung wird regelmässig mit allen Akteuren evaluiert und bei Bedarf angepasst.

Durch den aktiven Einbezug der therapeutischen Sichtweise verbinden sich Rehabilitation und Therapie erfolgreich. Die Abzuklärenden gewinnen an Selbstvertrauen, steigern das Selbstwertgefühl und fördern die Selbstwirksamkeit.

Weitere Ziele sind:

- Sozioberufliche Rehabilitation: Gewöhnung an den Arbeitsprozess, Persönlichkeitsentwicklung, Aufbau der Arbeitsmotivation, Einüben sozialer Grundfähigkeiten, Aufbau und Erhalt einer Tagesstruktur, Erarbeiten von Coping-Strategien in Bezug auf die Krankheitssituation
- Eine den Ressourcen entsprechende Anschlusslösung, respektive eine möglichst schnelle Integration in die Arbeitswelt

### Mittel zur Zielerreichung

Die Massnahme erfolgt in enger Zusammenarbeit mit der eingliederungsverantwortlichen Person (EvP) der IV. Die trainierenden Personen erhalten eine Begleitung durch eine Fachperson Eingliederungsmassnahmen intern (EMi), welche auch Ansprechperson für die EvP der IV, für den Betrieb und für weitere Bezugspersonen ist.

Die Grundsätze der Förderung und Betreuung, der Prozessablauf der Eingliederungsmassnahmen sowie die verwendeten Dokumente sind im Qualitätsmanagement-System der IG Arbeit Luzern detailliert festgehalten.

Die Qualitätssicherung erfolgt ebenfalls nach den Vorgaben des Qualitätsmanagement-Systems der IG Arbeit Luzern.

#### **Kontakt**

IG Arbeit  
Intake + Triage  
Unterlachenstrasse 9  
6002 Luzern

T 041 369 68 68  
intake@igarbeit.ch