

## Wer bin ich:



Klinischer Psychologe, M. Sc.  
Christian Czubacki

## Kontaktdaten:

E-Mail: [Christian.Czubacki@rbz-steinburg.de](mailto:Christian.Czubacki@rbz-steinburg.de)

Mobil: 0151 - 100 33 858

## Sprechzeiten:

Nach Vereinbarung  
(auch nachmittags)

(Stand: 10.08.2020)

## Was möglich ist:

### Beratungsarten

- Einzelfallberatung, -unterstützung und auch -begleitung
- Krisenintervention & -beratung
- Lotsenfunktion (Unterstützung bei der Vermittlung an externe Fachstellen)

### Beratungsformat

- Per Telefon
- Per E-Mail
- Per Video-Chat
- Per Direkt-Kontakt

### Was passiert in einem Gespräch?

- Grundsätzlich unter Verschwiegenheit
- („Problem“-) Situation erarbeiten
- Gemeinsam einen Weg bilden
- Erste Schritte vereinbaren
- Schritte mit der „Schule“ erarbeiten und umsetzen
- Folgetermine bei Bedarf möglich

## Was ich biete:

### Das offene Ohr

- Zuhören ohne zu (ver-) urteilen

### Kompetenzerwerb

- Stresskompetenzen
- Arbeits- und Lerntechniken
- Home-Schooling-Techniken
- (Eigen-) Motivationstechniken

### Schulkompetenzen

- Konfliktlösungsstrategien
- Mobbing / Bossing

### Orientierung

- Lebensperspektive
- Übergang vom Schulleben ins Berufsleben

### Kooperation mit Lehrkräften

- *Beispiel:* Nachteilsausgleich
- *Beispiel:* Konfliktmoderation

### Externe / Dritte

- Unterstützung bei der Vermittlung zu Fachstellen



**Wir können die Windrichtung  
nicht bestimmen,  
aber wir können die Segel  
richtig setzen!**



Suizidsorgen und/oder Suizidhandlungen...

Angst...

Selbstverletzendes  
Verhalten...

Kummer und  
Sorgen...

Stress zu Hause...

Wenn es mal nicht so  
rund läuft...

Stress in der  
Schule...

Süchte und  
Abhängigkeiten...

Lern-  
schwierigkeiten...

Soziale Phobie...

Psychische Diagnose und Schule...

**Melden Sie sich bei mir unter**

Christian.Czubacki@rbz-  
steinburg.de

**Oder rufen Sie mich einfach an**



#rbz\_iz-  
psych

