

Öffentliche psychologische Beratungsstellen

Die folgenden Seiten enthalten eine Zusammenstellung öffentlicher psychologischer Beratungsstellen:

- ⇒ Beratungsstelle für Lehrpersonen
- ⇒ Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung
- ⇒ Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung der IV Stelle Bern
- ⇒ Beratungsstelle der Berner Hochschulen
- ⇒ Kantonale Erziehungsberatungsstellen
- ⇒ Psychotherapeutische Praxisstelle der Universität Bern

Psychologische Dienste innerhalb psychiatrischer Kliniken finden Sie unter **Psychiatrische Dienste und Kliniken (siehe Kapitel „Die Psychiatrischen Dienste und Kliniken“)**.

Beratungsstelle für Lehrpersonen

Adresse Urs Gfeller, Leiter der Beratungsangebote,
IWB, Weltstrasse 40, 3006 Bern, 079 644 44 31

Beratungsstellen gibt es in Bern, Biel, Burgdorf
und Spiez

Website www.phbern.ch/weiterbildung/beratung

Kosten Die ersten 6 Beratungsstunden sind kostenlos

**Adressatinnen
und Adressaten** Alle Lehrpersonen und Speziallehrkräfte von
Kindergarten bis Sekundarstufe II

**Erreichbarkeit und
Information** Urs Gfeller, urs.gfeller@phbern.ch
079 644 44 31

Angebot

- ⇒ Gesundheit und Prävention: Burnout-Prävention, Selbst- und Zeitmanagement, Work-Life-Balance, Klassenführung, Zusammenarbeit, Elternarbeit, Beziehungsgestaltung
- ⇒ Berufsbiografie: Berufseinstieg/Wiedereinstieg, Standortbestimmung, die eigenen Laufbahn gestalten, Themen der Lebensmitte, Älter werden im Beruf, die letzten Jahre im Beruf
- ⇒ Konflikte: Konfliktberatung, Mediation
- ⇒ Krisen: Krisenberatung, Case Management

Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung

Adresse	siehe unten „Adressen regionaler Berufsberatungs- und Informationszentren (BIZ)“
E-Mail	berufsberatung@erz.be.ch
Website	www.be.ch/berufsberatung
Kosten	Information und Kurzgespräch unentgeltlich, Kurse kostenpflichtig
Träger	Kanton Bern
Erreichbarkeit	Beratungen nach Voranmeldung bei den Berufsberatungs- und Informationszentren (BIZ). Informationen und Kurzgespräch im BIZ ohne Anmeldung während der Öffnungszeiten der Infotheken.

Adressatinnen und Adressaten

- ⇒ Jugendliche und deren Eltern vor der ersten Berufs- oder Studienwahl und während der Ausbildung
- ⇒ Mittelschülerinnen und Mittelschüler und Studierende während der Ausbildung, in der Berufs- und Studienwahl
- ⇒ Hochschulabsolventinnen und -absolventen bezüglich Weiterbildung und Laufbahngestaltung
- ⇒ Junge Erwachsene bei Fragen der Laufbahnplanung nach Abschluss der beruflichen Grundbildung, der Weiterbildung und der Neuorientierung
- ⇒ Erwachsene bezüglich Fragen der Laufbahnplanung und des Wiedereinstiegs
- ⇒ Schulen zur Unterstützung bei der Durchführung der Berufswahlvorbereitung
- ⇒ Ausgesteuerte bei Fragen der Neuorientierung

Anlaufstellen für

- ⇒ Gymnasiastinnen und Gymnasiasten sowie für Hochschulabsolventinnen und -absolventen: BIZ Bern-Mittelland und BIZ Biel
- ⇒ Studierende der Universität und Fachhochschulen: Beratungsstelle der Berner Hochschulen

Angebote der Regionalstellen

Die regionalen Berufsberatungs- und Informationszentren (BIZ) bieten ein bedarfsgerechtes und kundenfreundliches regionales Angebot an Beratung und Information. Sie pflegen Kontakt zu Schulen, Eltern, Lehrbetrieben, Berufsverbänden und anderen an der Berufs- und Laufbahnberatung interessierten Kreisen.

Beratung

Bei Fragen zur Ausbildung, zur Berufs- und Studienwahl, zur Weiterbildung und zur Laufbahngestaltung, zur beruflichen und persönlichen Standortbestimmung.

Kurse, Testabklärungen

Kostenpflichtige Angebote wie Potenzialanalyse, Portfoliokurse, Workshops zur beruflichen Veränderung etc.

Berufsinformation

Information und Kurzgespräche zu Berufs-, Studien- und Laufbahnwahlfragen sowie Ausleihe von Informationsmedien in den einzelnen Infotheken der BIZ.

Integration und Begleitung

Unterstützung bei der Umsetzung einer Lösung für schwächere Schülerinnen und Schüler, ausländische Jugendliche sowie andere Ratsuchende, die aufgrund ihrer erschwerten Berufswahlbedingungen einen speziellen Beratungsaufwand erfordern.

Zusammenarbeit / Expertentätigkeit

- ⇒ Berufswahlvorbereitung mit den verantwortlichen Schulen und Lehrkräften
- ⇒ Informationsveranstaltungen in Zusammenarbeit mit Betrieben und zuständigen Berufs- und Fachverbänden
- ⇒ Mitarbeit in Fachgruppen und Kommissionen (Lehraufsichtskommission, Schulen usw.)
- ⇒ Zusammenarbeit mit den Bildungsinstitutionen aller Stufen (Sek.I, Sek.II, Tertiärstufe, Erwachsenenbildung)

Adressen regionaler Berufsberatungs- und Informationszentren (BIZ)

Die Öffnungszeiten der jeweiligen Infothek können direkt bei den Stellen nachfragt werden (siehe auch www.be.ch/berufsberatung > BIZ-Standorte).

Bern – Mittelland

Bremgartenstrasse 37, Postfach, 3001 Bern

Tel. 031 633 80 00, biz-bern-mittelland@erz.be.ch

Biel – Seeland

Zentralstrasse 64, 2503 Biel-Bienne

Tel. 031 635 38 38, biz-biel-seeland@erz.be.ch

Emmental/Oberaargau

Burgdorf

Dunantstrasse 7a, 3400 Burgdorf

Tel. 031 635 52 00, blb-burgdorf@erz.be.ch

Langenthal

Weststrasse 26, 4900 Langenthal

Tel. 062 916 60 30, blb-langenthal@erz.be.ch

Langnau

Burgdorfstrasse 25, 3550 Langnau

Tel. 031 635 34 34, blb-langnau@erz.be.ch

OP francophone

Bienne

Rue Centrale 64, 2503 Bienne

Tel. 031 635 38 38, op-bienne@erz.be.ch

Tavannes

Rue de Pierre-Pertuis 16, 2710 Tavannes

Tel. 031 635 38 99, opp-tavannes@erz.be.ch

Oberland

Interlaken

Rosenstrasse 27, 3800 Interlaken

Tel. 031 635 36 30, blb-interlaken@erz.be.ch

Thun

Scheibenstrasse 11 C, 3600 Thun,

Tel. 031 635 59 00, blb-thun@erz.be.ch

Weitere Adresse:

Zentralstelle für Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung (ZBSL)

Bremgartenstrasse 37, Postfach, 3001 Bern

Tel. 031 633 81 00, zbsl@erz.be.ch

IV-Stelle Kanton Bern

Adresse Abteilung Eingliederungsmanagement
Scheibenstrasse 70, Postfach
3001 Bern
Tel. 058 219 71 11
Fax 058 219 72 72
mit Zweigstellen in Biel, Burgdorf, Thun

E-Mail / Website info@ivbe.ch / www.ivbe.ch

Träger Eidgenössische Invalidenversicherung

Erreichbarkeit Beratungen nach Voranmeldung

Grundsätze der IV-Stelle Kanton Bern

- ⇒ Wir sind das Kompetenzzentrum im Kanton Bern, das Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen Chancen für ein eigenverantwortliches Leben eröffnet. Wir beraten sie, unterstützen sie bei der Eingliederung in den Arbeitsprozess und sorgen dafür, dass sie die ihnen gesetzlich zustehenden Leistungen erhalten.

Die Angebote der IV-Stelle Kanton Bern

- ⇒ Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung für Jugendliche und Erwachsene
- ⇒ Berufswahlvorbereitung an den Sonderschulen
- ⇒ Beratung und Begleitung während der erstmaligen beruflichen Ausbildung und Umschulung
- ⇒ Beratung und Begleitung bei der Stellensuche
- ⇒ Beratung von Arbeitgebern
- ⇒ Abklärungen am Arbeitsplatz inkl. Arbeitsplatzgestaltung

Adressatinnen und Adressaten

- ⇒ Jugendliche mit einer körperlichen, psychischen oder intellektuellen Einschränkung
- ⇒ Erwachsene, die aus gesundheitlichen Gründen den Beruf wechseln müssen

Zusammenarbeit / Expertentätigkeit

- ⇒ Berufswahlvorbereitung mit den verantwortlichen Schulen und Lehrkräften
- ⇒ Informationsveranstaltungen in Zusammenarbeit mit anderen Institutionen und Verbänden
- ⇒ Mitarbeit in Fachgruppen und Kommissionen
- ⇒ Zusammenarbeit mit den Ausbildungs- und Bildungsinstitutionen aller Stufen

Adressen der Zweigstellen:

Seeland / Berner Jura

Zentralstrasse 66, 2503 Biel

Tel. 058 219 74 54, Fax 058 219 74 45

Emmental / Oberaargau

Poststrasse 6, Postfach, 3401 Burgdorf

Tel. 058 219 75 90, Fax 058 219 75 99

Oberland

Malerweg 4, Postfach, 3600 Thun

Tel. 058 219 76 11, Fax 058 219 76 35

Beratungsstelle der Berner Hochschulen

Adresse	Erlachstrasse 17 3012 Bern Tel. 031 635 24 35
E-Mail / Website	bstsecre@bst.bernerhochschulen.ch / www.beratungsstelle.bernerhochschulen.ch
Öffnungszeiten	Montag bis Freitag 8.00 - 12.00/13.30 - 17.00 Uhr, Freitag bis 16.30 Uhr (auch während der Semesterferien) Die Bibliothek ist am Mittwochvormittag ge- schlossen.
Kosten	unentgeltlich
Träger	Kanton Bern

Das Angebot richtet sich an Studierende und Lehrende der Universität Bern, der Berner Fachhochschule und der Pädagogischen Hochschule PHBern und umfasst:

Beratung / Coaching

Für Studierende

- zur Studiengestaltung: Studienplanung, Studienfachwechsel und Fächerkombination, Alternativen zum Studium, Koordination von Studium und Erwerbsarbeit, Studium und Familie, Studienfinanzierung
- zu Arbeits- und Lerntechniken und zur Bewältigung von Prüfungen
- zur Laufbahnplanung und zum Berufseinstieg
- bei Konflikten in persönlichen und studienbezogenen Beziehungen
- bei Schwierigkeiten, Krisen und zur persönlichen Entwicklung

Für Lehrende

- zur Betreuung von Studierenden
- bei Fragen zu Führung und Teamentwicklung
- bei Laufbahnfragen
- bei Konflikten in persönlichen und beruflichen Beziehungen
- bei Schwierigkeiten, Krisen und zur persönlichen Entwicklung

Mailberatung für Studierende: www.beratungsstelle.bernerhochschulen.ch

- bei Informationsfragen
- bei persönlichen Anliegen

Information

Online-Angebot: www.beratungsstelle.bernerhochschulen.ch

- zu den Übergängen in neue Studien- und Lebensphasen: Studienbeginn, Übergang Bachelor-Master, Doktorat und Berufseinstieg
- zu studienorganisatorischen Fragen
- für den Erwerb und das Festigen von Lern- und Studienkompetenzen: kompetent referieren, erfolgreich lernen, Prüfungen bewältigen, Arbeiten schreiben, Zeit einteilen und Stress reduzieren
- Wegweiser Studienfinanzierung
- Empfehlungen von ausgewählten Links und Fachliteratur

Bibliothek

- Informationen über die Fachrichtungen, die an den Schweizer Hochschulen studiert werden können, sowie zu Bewerbungen, Berufsfeldern und zur Laufbahnplanung
- Medien zur Planung und Strukturierung des Studiums, zu Lern- und Studienkompetenzen, zu Stressbewältigung und Motivation

Workshops

- Die Beratungsstelle der Berner Hochschulen leitet Workshops zu Themen wie: Lern- und Arbeitstechnik, Referatskompetenz, wissenschaftliches Schreiben, Prüfungssituation, Stressbewältigung, Laufbahnplanung, Berufseinstieg, persönliche Entwicklung und Sozialkompetenz, Mentoring, Betreuung von Studierenden, Führung, Teamentwicklung

Kantonale Erziehungsberatungsstellen

Adresse	Siehe unten, „Adressen regionaler Erziehungsberatungsstellen“
Website	www.erz.be.ch/erziehungsberatung
Adressatinnen und Adressaten	Eltern, Kinder und Jugendliche, Lehrerinnen und Lehrer, Vertreterinnen und Vertreter von Institutionen, Diensten und Behörden
Kosten	unentgeltlich

Angebot

- ⇒ Psychologische Abklärungen und Beurteilungen:
Abklärungen von Entwicklungs-, Lern- und Verhaltensschwierigkeiten bei Kindern und Jugendlichen, Abklärungen bei Problemen in der Familie. Begutachtung und Erstellung von fachpsychologischen Expertisen für Gerichte, Statthalterämter und Vormundschaftsbehörden
- ⇒ Psychologische / pädagogische Beratung und Psychotherapie:
Beratung von Einzelpersonen, Familien, Erziehungs- und Lehrpersonen; Hilfe und Unterstützung für Behörden bei Fachentscheiden. Psychotherapeutische Behandlung von Kindern, Jugendlichen und Familien mit unterschiedlichen Methoden. Diverse EB-Stellen führen Gruppenpsychotherapien für Kinder und Jugendliche durch
- ⇒ Kriseninterventionen und psychologische Nothilfe:
Soforteinsätze bei Krisen in Schulklassen oder pädagogischen Institutionen, Nothilfe beim Bewältigen von ausserordentlichen Ereignissen, Unfällen und Katastrophen
- ⇒ Ausbildung / Weiterbildung:
Ausbildung von Berufsnachwuchs (Assistenzen). Vortragstätigkeit zur Elternbildung und Fortbildung von Lehrpersonen

Qualifikation der Beratungspersonen

Universitätsabschluss in Kinder- und Jugendpsychologie und staatliches Diplom in Erziehungsberatung/Schulpsychologie. Psychotherapeutische und/oder pädagogische Zusatzausbildung. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterstehen dem Amtsgeheimnis.

Erreichbarkeit und Information

Ganztags zu den Bürozeiten. Alle Stellen betreiben einen telefonischen Auskunftsdienst und Kurzsprechstunden ohne längere Wartezeit. E-Mail-Beratung: www.frageinfach.ch

Anmeldung

Eltern oder andere gesetzliche Vertreterinnen und Vertreter sowie Kinder und Jugendliche telefonisch oder schriftlich; Lehrkräfte der Volksschule sowie der Sekundarstufe II, andere Erziehungs- und Fachpersonen sowie Behörden mit einem schriftlichen Bericht. Voraussetzung ist das Einverständnis des oder der Erziehungsberechtigten. Für **Notfälle** besteht keine Wartezeit, bei den übrigen Anmeldungen muss je nach Saison mit kürzeren oder längeren Wartezeiten gerechnet werden.

Weiterführende Informationen

Informationsschrift über die Erziehungsberatung des Kantons Bern (Portrait) kann bei jeder EB-Stelle bestellt werden.

Adressen regionaler Erziehungsberatungen**Bern**

Effingerstrasse 12, 3011 Bern
Tel. 031 633 41 41, eb.bern@erz.be.ch

Biel

Bahnhofstrasse 50, 2502 Biel
Tel. 031 636 15 20, eb.biel@erz.be.ch

Burgdorf

Dunantstrasse 7b, 3400 Burgdorf
Tel. 031 635 52 52, eb.burgdorf@erz.be.ch

Interlaken

Höheweg 27, 3800 Interlaken
Tel. 031 635 36 50, eb.interlaken@erz.be.ch

Ittigen

Im Gerbelacker 1, 3063 Ittigen
Tel. 031 635 99 25, eb.ittigen@erz.be.ch

Köniz

Waldeggweg 37, 3097 Liebefeld
Tel. 031 635 24 50, eb.koeniz@erz.be.ch

Langenthal

Jurastrasse 46, 4900 Langenthal
Tel. 031 636 15 70, eb.langenthal@erz.be.ch

Langnau

Oberstrasse 20, 3550 Langnau
Tel. 031 636 15 60, eb.langnau@erz.be.ch

Spiez

Seestrasse 34, 3700 Spiez
Tel. 031 635 99 00, eb.spiez@erz.be.ch

Thun

Scheibenstrasse 11C, 3600 Thun
Tel. 031 635 58 58, eb.thun@erz.be.ch

Französischsprachige Stellen:**Bienne**

Service psychologique pour enfants et adolescents
Rue du Contrôle 6, 2501 Bienne
Tel. 031 635 95 95, spe.bienne@erz.be.ch

Moutier

Service psychologique pour enfants et adolescents
Rue du Moulin 2, 2740 Moutier
Tel. 032 493 27 78, spe.moutier@erz.be.ch

St. Imier

Service psychologique pour enfants et adolescents
Rue du Vallon 26a, 2610 St.-Imier
Tel. 031 636 18 86, spe.tavannes@erz.be.ch

Tavannes

Service psychologique pour enfants et adolescents
Grand Rue 4, 2710 Tavannes
Tel. 031 636 16 86, spe.tavannes@erz.be.ch

Psychotherapeutische Praxisstelle der Universität Bern

Adresse	Gesellschaftsstrasse 49, 3012 Bern
Telefon	031 631 45 81, 8.30 – 12.00 Uhr
Fax	031 631 41 55
E-Mail	ptp@ptp.unibe.ch
Anmeldung	Telefonisch, Termin nach Vereinbarung
Kosten	Fr. 140.-- pro Sitzung oder nach Vereinbarung
Vorabklärung	Erstgespräch unverbindlich und kostenlos, gesamte Abklärungsphase pauschal Fr. 360.--
Träger	Kanton Bern

Die Psychotherapeutische Praxisstelle ist eine ambulante therapeutische Einrichtung für Erwachsene und Jugendliche (ab 16 Jahren). Das Angebot richtet sich an Patienten und Patientinnen mit Depressionen, Angst- und Zwangserkrankungen, Essstörungen, Paar- und Familienproblemen, psychosomatischen Erkrankungen, psychologischen Problemen nach traumatischen Erlebnissen oder bei chronischen Erkrankungen, Schlafstörungen, sexuellen Störungen, Spielsucht, sozialen Ängsten sowie Kontaktproblemen und Beziehungsschwierigkeiten.

Durch Psychologen und Psychologinnen werden Psychotherapien nach dem neuesten Erkenntnisstand der Psychologie und Psychotherapieforschung durchgeführt. Das Therapieangebot ist auf die jeweilige Lebenssituation und Problemlage abgestimmt. Im Rahmen der Abklärung wird ein individuelles Therapieangebot erarbeitet. Oft werden wichtige Bezugspersonen ebenfalls in die Abklärung und Psychotherapie einbezogen. Das Angebot ist nicht auf eine Therapieschule festgelegt, sondern es kommen die jeweils wirksamsten Methoden zum Einsatz, u. a. aus der Verhaltenstherapie, der systemischen Therapie und der Gesprächspsychotherapie. Angeboten werden Therapien im Einzel-, im Paar-, im Familien- und im Gruppensetting. Die Qualität der Therapien wird regelmässig ausgewertet und die Therapien werden ständig supervidiert.