



Startseite > Beratung & Fortbildung > CARE > Informationen für Ratsuchende

## Informationen für Ratsuchende

---

Wann kann ich mich an CARE wenden?

Erfahrungsbericht aus Sicht der CARE Beraterinnen

**-Psychische Erkrankung bei Tinnitus-** Fr. M. ist engagierte Oberschullehrerin und Mutter zweier Kleinkinder. Bereits vor 9 Jahren erlitt sie ihren ersten Hörsturz. Mittlerweile hat sie 5 Hörstürze erlitten. Jedes Mal versuchte sie ihre alltäglichen Belastungsfaktoren zu reduzieren und zu verändern – mit mäßigem Erfolg. Auch wenn eine besondere Belastung reduziert wurde, entstand über kurz oder lang eine andere. Nun hat Fr. M. vor fünf Wochen erneut einen Hörsturz gehabt und leidet unter dauerhaften Schmerzen, Druckempfinden im Ohr, Tinnitus und einem 50%igen Hörverlust. Verschiedene Behandlungsversuche waren kaum erfolgreich. Zunehmend fühlt sich Fr. M. auch durch die Krankschreibung belastet. Sie fühlt sich unnützlich und fürchtet nicht wieder auf die Beine zu kommen, aber auch dass die Kollegen sich im Stich gelassen fühlen könnten und dass man denke, sie mache sich eine schöne Auszeit bis zu den Sommerferien. Dabei traue sie sich den Alltag kaum zu, erkenne sich nicht wieder. Die Schmerzen sind anstrengend, das Hören gelingt nicht, so dass sie Treffen mit Freunden und Ausflüge in die Stadt vermeidet. Der Druck wieder gesund zu werden, wiegt schwer. Sich um die eigenen Kinder und den Haushalt zu kümmern schafft sie noch – aber in die Schule zu gehen ist nicht denkbar. Immer wieder beobachtet sie, dass sie plötzlich weinen muss. Wenn das in der Schule passierte...

Lesen Sie mehr...

## Test zur Selbsteinschätzung des persönlichen Anforderungserlebens

---



Wie gut gelingt es Ihnen, Ihre beruflichen und privaten Anforderungen zu bewältigen?

Dieser **Test zur Selbsteinschätzung** liefert Anhaltspunkte, wie Sie in den letzten 7-14 Tagen mit Ihren individuellen Anforderungen umgegangen sind.

Im Anschluss an die Beantwortung der Fragen erhalten Sie eine computergestützte Auswertung Ihrer Ergebnisse als PDF-Bericht. Zusätzlich erfahren Sie, welche Beratungs- und Unterstützungsangebote Sie bei Bedarf in Anspruch nehmen können.

Die Angaben zur beruflichen Situation sowie die allgemeinen Angaben sind keine Pflichtfelder und werden in der wissenschaftlichen Gesamtauswertung verwendet.

**Die Auswertung ist anonym und kostenlos.**

### Einwilligungserklärung

Der Test richtet sich an Personen ab 16 Jahren. Die Verarbeitung der Personen- und Gesundheitsdaten erfolgt ausschließlich zur Durchführung des Tests zur Selbsteinschätzung sowie zur anonymen Speicherung und Auswertung der Daten zu Forschungszwecken.

Um Ihre Anonymität zu sichern wird Ihre IP-Adresse getrennt von den Testdaten gespeichert, es ist daher nicht möglich Ihre Teilnahme zurückzuverfolgen. Die Speicherung und Verarbeitung der Daten zu Forschungszwecken erfolgt anonymisiert. Somit unterliegen diese Daten nicht mehr der DSGVO.

Sie können Ihre Einwilligung jederzeit widerrufen, ohne dass die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung berührt wird, indem Sie den Test abbrechen oder nicht nutzen.

Vollständige Datenschutzerklärung

Ja, ich stimme der Verarbeitung meiner Daten zu.

**Test zur Selbsteinschätzung starten**



### Erfahrungsbericht aus Sicht eines Ratsuchenden

Herr M. erzählt von der konkreten Hilfestellung der CARE Beratung.  
Lesen Sie mehr...

---

### Erfahrungsbericht aus Sicht einer Betroffenen

Sagt die Seele zum Körper: „Tu ihm etwas an! Auf mich hört er nicht mehr!“  
Lesen Sie mehr...

### Externe Informationen

---

<http://www.care.niedersachsen.de>

### Artikel-Informationen

---

16.07.2018

**Kurzlink:**

[www.aug-nds.de/?id=1197](http://www.aug-nds.de/?id=1197)

**Bildrechte (v.o.n.u):**

MK

Reiner Adler