



Kurzzeitberatung

Die Kurzzeitberatung ist ein Angebot von bis zu fünf Beratungsterminen und für viele Betroffene der zweite Schritt nach einer Orientierungsberatung.

Auch diese Beratungen finden in unserem Beratungsraum statt.

Unser Angebot der Kurzzeitberatung richtet sich an Menschen mit einer Traumafolgestörung, die...

- durch ein kurz zurückliegendes Ereignis oder die Wiederbelebung früherer Traumata akut belastet sind.
- sich psychisch instabil fühlen.
- wiederkehrend in krisenhafter Verfassung sind.
- einen komplexen Hilfsbedarf haben:
 - deren Lebensrahmen und Existenzsicherung in Folge der Traumastörung erheblich gefährdet sind
 - durch klärende Orientierungsberatung oder im Rahmen von Stabilisierungsgruppen allein nicht mehr ausreichend Balance halten können

Hier bieten wir in der Kurzzeitberatung einen größeren Zeitrahmen, um zu klären, was getan werden kann, und um unnötige Wege zu vermeiden.

Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die...

- ein relativ schnell zur Verfügung stehendes, niedrighschwelliges Hilfsangebot benötigen, und bei denen Vermittlung in eine Therapie nicht primär im Vordergrund steht.
- von Betreuungseinrichtungen zu uns vermittelt werden und für die die Kurzzeitberatung ein begleitendes, unterstützendes Angebot sein kann.

Was wir in der Kurzzeitberatung für Betroffene tun können

Nach einer Erstberatung (= Orientierungsberatung) besteht das Angebot für bis zu 5 weitere Einzelberatungen mit der Dauer von 60 Minuten, um...

- den aktuellen Hilfsbedarf differenziert abzuklären und an geeignete Stellen oder Institutionen zu vermitteln, auch um unnötige Wege zu vermeiden
- akute Belastung und psychische Instabilität abzufangen und damit eine Vertiefung der Krise zu verhindern.
- vorhandene Problemlösungsstrategien wieder zu entdecken oder neue Ressourcen zu entwickeln.
- ein innerpsychisches Gleichgewicht wieder herzustellen und Stabilität zu fördern,
- einen „geschützten“ Rahmen anzubieten.



- mit den Ratsuchenden „sichere Räume“ zu entwickeln, in welchen „Beruhigung“ und „Erdung“ auch unabhängig von der Beratungssituation stattfinden kann.
- den Übergang in längerfristige Hilfen stabilisierend zu begleiten.

Wir können keine Kurzzeitberatung anbieten, wenn die Betroffenen...

- akut suizidal sind, sich die Gedanken an einen Suizid aufdrängen.
- derzeit so mit ihrer Suchterkrankung kämpfen, dass ihnen der Besuch einer Beratung bei uns nur unter massivem Suchtmittelgebrauch möglich wäre.
Wir bitten in einem solchen Fall darum, Kontakt mit einer entsprechenden Suchtberatungsstelle aufzunehmen

Ort, Kosten und Termine der Kurzzeitberatung

Nach der Vereinbarung eines Termines finden die Kurzzeitberatungen im THZN statt. Eine Beratung dauert 60 Minuten. Es sind bis zu 5 Termine möglich.

Derzeit erheben wir eine Gebühr von 40 Euro pro Kurzzeitberatungstermin. Bei dem Nachweis der Bedürftigkeit besteht die Möglichkeit der Ermäßigung dieser Gebühr auf 20 Euro.