

Stand: Februar 2022

Forum Inklusion: Anlaufstellen bei Stressbelastung, psychischer Beeinträchtigung oder Erkrankung

Medizinische Anlaufstellen:

- Hausarzt/-ärztin** Untersucht Beschwerden und prüft, ob diese eine organische Ursache haben. Verweist bei Hinweisen auf eine psychische Ursache an Fachleute für psychische Erkrankungen.
- Psychotherapeut/-in** Unterscheidung zwischen ärztlichen und psychologischen Psychotherapeuten/-innen. Für Jugendliche gibt es speziell ausgebildete Psychotherapeuten/-innen. Verschiedene Behandlungs- und Therapieformen. Kostenübernahme durch die gesetzlichen Krankenkassen nur bei Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie und Psychoanalyse. Therapeutensuche unter www.psych-info.de
- Psychiater/-in**
Psychosomatiker/-in
Nervenarzt/-ärztin
Neurologe/-in Ärztinnen und Ärzte verschiedener Fachrichtungen, die sich mit der medizinischen Seite psychischer Störungen befassen. Dürfen Psychotherapie anbieten, wenn sie über eine psychotherapeutische Zusatzqualifikation verfügen. Arztsuche in Hamburg unter www.arzt-auskunft.de
- Sozialpsychiatrischer Dienst** Hilfe und Beratung bei psychischen Erkrankungen und in akuten Krisensituationen. Angehörige, Freunde, Kollegen/-innen, Nachbarn, die sich Sorgen um Menschen mit psychischen Problemen machen, können sich in schwierigen Situationen an den Sozialpsychiatrischen Dienst wenden.

Psychosoziale Anlaufstellen:

- Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstellen Hamburg** Im Stadtteil eingebunden. Muttersprachliche Angebote, Suchtberatung, Angebote zum Thema psychische Erkrankung und Sucht oder psychisch kranke Eltern und ihre Kinder. Niedrigschwelliger, unkomplizierter Zugang. Kontakt unter www.psk-hamburg.de/standorte
- Telefonseelsorge der Diakonie Hamburg** Niedrigschwelliges Angebot rund um die Uhr. Ehrenamtliche Mitarbeitende, die zu allen Problemlagen des Lebens beratend zur Seite stehen. Telefonischer Kontakt unter 0800 111 0 11.

Haveno Therapieangebote für Menschen unterschiedlichster Herkunft, die muttersprachliche psychotherapeutische Hilfe und Antworten auf interkulturelle Fragen suchen. Telefonischer Kontakt unter 040/31793535.

Segemi Arbeitsgemeinschaft zur Förderung der seelischen Gesundheit von Menschen mit Migrations- und Fluchtgeschichte in der Metropolregion Hamburg. Diagnostische, traumaspezifische, psychologische, stabilisierende und ressourcenfördernde Beratungsgespräche für Menschen aller Altersstufen. Der Weg in das ambulante psychiatrisch-psychotherapeutische Regelsystem soll geebnet oder Hilfen im medizinischen, sozialen und rechtlichen Bereich organisiert werden. Kontakt unter www.segemi.org/kontakt.html

Anlaufstellen im Kontext Arbeit:

Perspektive Arbeit & Gesundheit (PAG) Berät Beschäftigte in belastenden Arbeitssituationen und unterstützt betriebliche Akteure/-innen, die für gesundheitsgerechte Bedingungen (mit)verantwortlich sind. Psychologische und sozialwissenschaftliche Fachkräfte helfen, die persönliche oder betriebliche Situation zu klären, geben Orientierung für kommende Schritte und vermitteln bei Bedarf an geeignete Stellen. Telefonischer Kontakt unter 040/439 28 07

Integrationsfachdienst Hamburg (IFD) Zentrale Anlaufstelle für Beschäftigte und Betriebe bei allen Fragestellungen rund um das Thema Behinderung und Arbeitsplatz. Unterstützt Beschäftigte mit Schwerbehinderung oder Gleichstellung u.a. bei Rückkehr an den Arbeitsplatz nach längerer Erkrankung, Konflikten mit Kollegen/-innen oder Vorgesetzten, Konzentrationsschwierigkeiten oder Über- bzw. Unterforderung. Kontakt unter 040/389045-20 oder info@ifd-hamburg.de

Haus für Gesundheit und Arbeit (HGUA) Gesundheits- und Arbeitscoaches arbeiten unter einem Dach mit Mitarbeitenden der Rentenversicherung, Arbeitsagentur, Jobcenter, des Integrationsamtes zusammen. Individuelles Gesundheits- und Arbeitscoaching, Beratung und Begleitung bis zu einem Jahr. Psychologische Diagnostik, Psychologische Beratung, Gesundheits- und Sozialberatung, Beratung zu betrieblichen Themen, z.B. BEM, Wiedereingliederung, Beratung zu Reha-Leistungen, zu Schwerbehinderung und zu Leistungen des Integrationsamtes. Kontakt unter 040/254996-414 oder kontakt@hgua-hamburg.de