

Stand: September 2021

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	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 https://www.arzt-auskunft.de/
Neurologe/-in	
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 der Hamburger Bezirke 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 https://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 e.V. Der gemeinnützige Verein hilft Menschen mit Migrations- oder Fluchthintergrund, den Weg in das ambulante psychiatrisch-psychotherapeutische Regelsystem zu ebnen oder Hilfen im medizinischen, sozialen und rechtlichen Bereich zu organisieren. Kontakt unter <https://www.segemi.org/kontakt.html>

Anlaufstellen im Kontext Arbeit:

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 Beratung und individuelle Begleitung von Menschen mit gesundheitlichen (insbesondere psychischen) Beeinträchtigungen zur psychischen Gesundheit im Arbeitsleben sowie beim beruflichen Neu- oder Wiedereinstieg. Ziel ist es, eine drohende Erwerbsunfähigkeit frühzeitig zu erkennen und vermeiden zu helfen. Berufliche Orientierung, Gesundheitsberatung, Begleitung am Arbeitsplatz, Ressourcenstärkung, psychologische Beratung und mehr sind mögliche Bausteine des angebotenen Gesundheits- und Arbeitscoachings. Kontakt unter 040 254996-414 oder kontakt@hgua-hamburg.de

Perspektive Arbeit & Gesundheit (PAG) - Anlaufstelle für Beschäftigte und Betriebe Berät Beschäftigte in belastenden Arbeitssituationen und unterstützt betriebliche Akteure/-innen bei der Gestaltung gesundheitsgerechter Arbeitsbedingungen. 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 4392807