

Türkçe Psikolojik Danışmanlık

Her insan hayatında zor dönemler ve psikolojik sorunlar yaşayabilir. Böyle zamanlarda bir uzmana danışmak ve destek almak faydalı olabilir.

Eğer,

- ruhsal bir kriz yaşıyorsanız
- depresyon, korku ve takıntılardan şikayetçiyseniz
- aşırı stresliyseniz
- iş yerindeki sorunlar sizi bunaltıyorsa
- eşinizle ve ailenizle olan sorunlarınızdan dolayı yardım arıyorsanız
- veya başka bir psikolojik rahatsızlıktan dolayı danışmanlığa
- klinik tedavi öncesi ve/veya sonrası desteğe ihtiyacınız varsa

Türkçe psikolojik danışmanlık hizmetimizden yararlanabilir ve bize başvurabilirsiniz.

Türkçe psikolojik danışmanlık hizmetimizden yararlanabileceğiniz gün ve saatler aşağıdaki gibidir:

Salı 16-17
Cuma 11-12

Belirtilen gün ve saatlerde merkezimizi ziyaret ederek veya telefonla arayarak kayıt olabilirsiniz.

Telefon: 040-5247729-2251
Adres: Fährstraße 70, 21107 Hamburg



LOTSE Beratung

Fährstraße 70
21107 Hamburg
Telefon 040-5247729-220
Telefax 040-5247729-2299
lotse@der-hafen-vph.de

www.der-hafen-vph.de

EINE EINRICHTUNG VON

 **DER HAFEN**
Verein für psychosoziale Hilfe Harburg e.V.

**Der erste Schritt:
Darüber sprechen!**

Beratung und entlastende Gespräche

Seit 1977 berät die Beratungsstelle LOTSE Menschen in schwierigen Lebenslagen.

Wir hören Ihnen zu und nehmen uns Zeit für Sie.

Wir bieten Ihnen persönliche Unterstützung oder leiten Sie gegebenenfalls an andere spezialisierte Stellen weiter.

Wir unterliegen der Schweigepflicht.

Sprechzeiten

Montag	10–12 Uhr
Dienstag	15–17 Uhr
Mittwoch	15–17 Uhr
Donnerstag	10–12 Uhr
Freitag	10–12 Uhr

Beratung in türkischer Sprache

Dienstag	16–17 Uhr
Freitag	11–12 Uhr

Persönliche Gespräche – zeitnah, vertraulich und kostenlos

- wenn Sie sich in einer seelischen Krise befinden
- wenn Ihnen die Probleme „auf den Magen schlagen“ oder „im Nacken sitzen“
- wenn Sie Probleme in Ihrer Partnerschaft oder in Ihrer Familie haben
- wenn Sie Sorge haben, psychisch zu erkranken oder bereits erkrankt sind
- wenn Sie Konflikte am Arbeitsplatz haben
- wenn Sie nach einem Klinikaufenthalt weitere Unterstützung brauchen
- wenn Sie auf der Suche nach einem Therapieplatz sind und überbrückend Gespräche brauchen
- wenn Ihnen Probleme wie Arbeitslosigkeit und Geldsorgen „über den Kopf wachsen“



Weitere Angebote

- Offenes Begegnungsangebot
- Kreative, gestalterische Gruppen
- Wechselnde Gruppenangebote und Informationsveranstaltungen
- Sollten Sie nicht in der Lage sein, unsere Beratungsstelle aufzusuchen, sprechen Sie uns gerne an, wir finden eine Lösung.

Wir sind

SozialpädagogInnen und PsychologInnen

mit psychotherapeutischen bzw. systemischen Zusatzqualifikationen.