

ANSPRECHPARTNERINNEN

Angela Lütke Deckenbrock
Traumafachberaterin (DeGPT)

Daniela Kummer
Traumafachberaterin (DeGPT)

Sie haben Interesse an einem Erstgespräch?
Dann schreiben Sie uns gern eine E-Mail.
Wir melden uns zeitnah bei Ihnen zurück.

Sie können uns auch zu unseren
Telefonsprechzeiten anrufen:

Montag: 13-14 Uhr
Dienstag: 12-13 Uhr

Bei Bedarf ist auch Onlineberatung möglich.



Grafik: AdobeStock_Jorm Sangsom

KONTAKT

Diakonisches Werk Innere Mission Leipzig e.V.
Psychosoziales Gemeindezentrum Blickwechsel

Traumafachberatung

Eisenacher Straße 44 | 04155 Leipzig
Tel.: 0176 30 88 30 43

E-Mail: traumafachberatung@diakonie-leipzig.de

Besuchen Sie gern unsere Webseite



www.diakonie-leipzig.de/traumafachberatung

SPENDENKONTO

Diakonie Leipzig
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE28 3702 0500 0003 4650 50
BIC: BFSWDE33XXX
Betreff: TFB Blickwechsel+Adresse des Absenders

Sie können uns auf www.spenden.diakonie-leipzig.de
durch eine Onlinespende unterstützen.

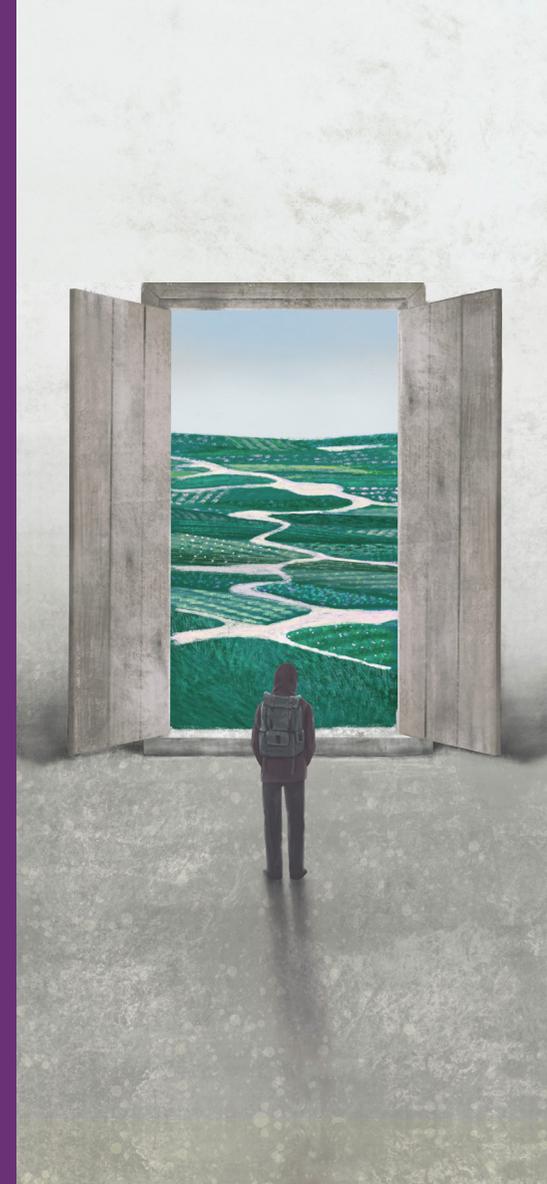
Diakonie 
Leipzig

Gefördert durch die
Aktion
MENSCH

Traumafachberatung

Diakonie 
Leipzig

Psychosoziales
Gemeindezentrum
Blickwechsel



WAS IST EIN TRAUMA?

Unter einem psychischen Trauma versteht man eine seelische Verletzung oder eine starke psychische Erschütterung. Dieses kann durch extrem belastende Situationen hervorgerufen werden, z.B. durch:

- Unfälle
- Naturkatastrophen
- sexuelle, körperliche oder psychische Gewalt
- anhaltende emotionale und körperliche Vernachlässigung in der Kindheit

Auch das Beobachten solcher Ereignisse kann ein Trauma auslösen.

Traumatische Ereignisse gehen mit enormem Stressempfinden und Gefühlen der Hilflosigkeit einher. Werden diese Ereignisse nicht verarbeitet, können auch nach Jahren erstmals verschiedene Symptome auftreten. Dies kann zu anhaltenden Belastungsgefühlen führen.

Manchmal gibt es keine klaren Erinnerungen, sondern nur ein Gefühl, dass etwas nicht stimmt.

WAS BIETEN WIR AN?

Traumafachberatung (TFB) ist ein besonderes Beratungsangebot im Psychosozialen Gemeindezentrum Blickwechsel. Speziell ausgebildete Beraterinnen unterstützen Betroffene, ihren Alltag trotz traumatischer Erfahrungen besser zu bewältigen. Dafür werden in der Regel 8-12 Beratungseinheiten eingeplant.

Traumafachberatung ermöglicht:

- einen sicheren Ort für das Gespräch
- Wissensvermittlung über Traumata und Traumafolgestörungen
- entlastende Gespräche
- das Erkunden eigener Stärken
- Stabilisierung der psychischen Gesamtsituation

Traumafachberatung ersetzt keine Traumatherapie und hat keinen aufdeckenden Ansatz. Sie ist geeignet, um eine Wartezeit auf eine Traumatherapie zu überbrücken.

WER KANN KOMMEN?

Die Beratung richtet sich an:

- erwachsene Betroffene, die Lösungsansätze suchen, um die eigene Belastung zu mildern
- Menschen, die verschiedene körperliche und/oder psychische Symptome haben, hinter denen Traumatisierungen stecken könnten
- Angehörige und Fachpersonen, die mit traumatisierten Menschen in Kontakt sind und deswegen u. a. Entlastung und hilfreiches Wissen suchen

WAS KOSTET DAS?

Das Projekt wird von AKTION MENSCH gefördert. Die Beratung ist kostenfrei für Menschen, die wenig Geld haben oder Leistungen vom Staat beziehen.

