



Trauma-Netzwerk Niedersachsen – Mreža Donje Saksonije za pomoć kod trauma

Brza pomoć kod psihičkih trauma

Žrtve nasilja pretrpjele su, u mnogim slučajevima, psihičku traumu, dakle zadobile su ranu na duši. Duševna rana može se u potpunosti porediti za fizičkim/tjelesnim povređivanjem, jer je i ovdje za ozdravljenje potrebna njega rane i vrijeme. Kao i kod fizičkih/tjelesnih rana, potrebno je spriječiti da se posljedice ranjavanja učvrste kao trajna oštećenja.

Doživljavanje psihičke traume putem nasilja jeste doživljaj koji obuzima do te mjere da duša aktivira zaštitne reakcije. Osobe koje su to doživjele, doživljavaju sebe često potpuno drugačijim nego što zaista jesu. Ta situacija se doživljava nestvarnom, „kao u nekom filmu“, u početku se osoba toga i ne sjeća. Te osobe mogu biti zbunjene, ne znaju više šta/što se dogodilo, ne mogu se više snaći i ponašaju se na način koji nije uobičajen za njih. Ugroženo je njihovo duševno zdravlje.

Potpuno je normalno potražiti pomoć kod duševnih rana. Kod fizičkih/tjelesnih rana obratili biste se i ljekaru/liječniku.

Ovim informatorom obraćamo se zato svim osobama koje su pretrpjele nasilje. Rado vam nudimo profesionalnu pomoć. Ako se ti, Vi odn. Vaše dijete još uvijek osjećate jako loše, molimo vas nemojte se ustručavati da nas nazovete. U bolnicama koje su navedene na poleđini ovog informatora, uredili smo specijalizovane/specijalizirane punktove za podršku, u kojima žrtve nasilja dobijaju savjete i pomoć psihijataru i psihologa. Tako se može brzo utvrditi da li postoji rizik za razvoj dugotrajnih posljedica, i koje mjere su potrebne. Pružamo i pomoć kod poteškoća u svakodnevnom životu, pomoć u postupanju kod neuobičajenih životnih situacija i osjećanjima koja su povezana s tim situacijama i koja su često isuviše jaka. Na dole navedene brojeve telefona dobićete/dobit ćete termine za savjetovanje u roku od nekoliko dana. Troškove savjetovanja snosi Pokrajinska/zemaljska služba za socijalna pitanja, omladinu/mladež i porodicu/obitelj. Putni troškovi se, na zahtjev, vraćaju.

Za savjetovanje i pitanja možete se obratiti našoj službi za koordinaciju u našoj glavnoj službi u Hildesheimu, na brojeve 05121/304-741.

Mreža Donje Saksonije za pomoć kod trauma još uvijek je u formiranju. Ako na području Vašeg / tvog prebivališta još uvijek nema punkta za podršku, posebno savjetovanje možete dobiti i od naše službe za koordinaciju, na gore navedene brojeve telefona.



Pomoć za žrtve nasilja u odrasloj dobi

AWO Psychiatriezentrum **Königsutter** (Gründungspartner des Trauma-Netzwerks Niedersachsen)
Vor dem Kaiserdom 10, 38154 Königsutter
Tel. 05353/90-2000

Psychotherapieambulanz der Technischen Universität **Braunschweig**
Humboldtstr. 33, 38106 Braunschweig
Tel.: 0531/391-2865 (Telefonzeiten: Montag, Mittwoch, Freitag von 09:00-12:00 Uhr, Dienstag 15:00-17:00 Uhr)
Tel.: 0531/391-38999 (Telefonzeiten: Dienstag von 10:00-12:00 Uhr, Donnerstag von 15:00-17:00 Uhr)
Außerhalb der Telefonzeiten steht ein Anrufbeantworter zur Verfügung, bitte Rufnummer für Rückruf hinterlassen!

Asklepios Fachklinikum **Göttingen**, Psychiatrische Institutsambulanz
Rosdorfer Weg 70, 37081 Göttingen
Tel. 0551/402-1650 (bei Anruf bitte Hinweis geben, dass Termin für die OEG-Sprechstunde gewünscht wird)

Klinikum **Emden**, Hans-Susemihl-Krankenhaus gGmbH,
Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik,
Bolardusstr. 20, 26721 Emden,
Tel: 04921/98-1475 (bei Anruf bitte Hinweis geben, dass Termin für die OEG-Sprechstunde gewünscht wird)

Klinikum Wahrenndorff, Trauma-Ambulanz **Hannover**
Gartenstr. 19, 30175 Hannover
Tel.: 0511/16933123, E-Mail: Traumaambulanz@wahrenndorff.de

Psychiatrische Klinik **Lüneburg**, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie I
Am Wienebütteler Weg 1, 21339 Lüneburg
Tel. 04131/60-2000

Ubbo-Emmius-Klinik gGmbH, Abteilung Psychiatrie
Osterstr. 110, 28506 **Norden**
Tel. 04931/181358

Euregio-Klinik Hannoverstraße GmbH, Trauma-Ambulanz der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Alberst-Schweitzer-Str. 10, 48527 **Nordhorn**
Tel: 05921/84-1716, Fax.: 05921/84-1725

AMEOS Klinikum **Osnabrück**, Psychiatrische Institutsambulanz
Knollstr. 31, 49088 Osnabrück
Tel.: 0541/131-136

Burghof Klinik **Rinteln**, Fachkrankenhaus für Psychiatrie und Psychotherapie
Virchowstr. 5, 31737 Rinteln
Tel. 05751/940-128 oder **05751/940-178**

Elbe Klinikum **Stade**, Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
Bremervörder Str. 111, 21682 Stade
Tel. 04141/97-1732



Pomoć za Źrtve nasilja u dječjem i adolescentskom uzrastu

AWO Psychiatriezentrum **Königsutter** (Gründungspartner des Trauma-Netzwerks Niedersachsen)
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Vor dem Kaiserdom 10, 38154 Königsutter
Tel. 05353/90-2000

Psychotherapieambulanz der Technischen Universität **Braunschweig**
Humboldtstr. 33, 38106 Braunschweig
Tel. 0531/391-2865 (Telefonzeiten: Montag, Mittwoch, Freitag von 09:00-12:00 Uhr, Dienstag 15:00-17:00 Uhr)
Tel. 0531/391-38999 (Telefonzeiten: Dienstag von 10:00-12:00 Uhr, Donnerstag von 15:00-17:00 Uhr)
Außerhalb der Telefonzeiten steht ein Anrufbeantworter zur Verfügung, bitte Rufnummer für Rückruf hinterlassen!

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, Psychiatrische Klinik **Lüneburg**
Am Wienebütteler Weg 1, 21339 Lüneburg
Tel. 04131/60-1740

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie
Klinikum **Oldenburg** gGmbH, Rahel-Straus-Straße 10, 26133 Oldenburg
Tel.: 0441/403-10061, Fax: 0441/403-10063
E-Mail: k-j-psychiatrie@klinikum-oldenburg.de

Kinderhospital **Osnabrück** am Schölerberg, Zentrum für Entwicklung und seelische Gesundheit
Fachklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
Iburger Str. 187, 49082 Osnabrück
Tel.: 0541/5602-167, Fax: 0541/5602-179
E-Mail: info@kinderhospital.de

Asklepios Fachklinikum Tiefenbrunn
Psychotherapeutisch-psychiatrische Institutsambulanz für Kinder, Jugendliche und Familien
37124 **Rosdorf**
Tel.: 0551/5005-180 oder **0551/5005-330**

KJPP-Tagesklinik **Stade** im Elbe Klinikum,
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Psychiatrischen Klinik Lüneburg,
OEG-Sprechstunde
Bremervörder Str. 107, 21682 Stade
Tel. 04141/529-9070