Trauma-Netzwerk Niedersachsen – Trauma - Sieć w Dolnej Saksonii

Szybka pomoc w przypadku psychicznej traumy

Ofiary przemocy doświadczają w wielu przypadkach traumy psychicznej, a zatem cierpią z powodu psychicznego urazu. Uraz psychiczny jak najbardziej może być porównany z raną fizyczną; także i tu konieczna jest pielęgnacja rany i czas na jej gojenie. Jak i przy ranach fizycznych ważne jest, aby zapobiec temu, że konsekwencje zranienia umocnią się jako trwały uszczerbek na zdrowiu.

Doświadczenie traumy psychicznej z powodu przemocy jest tak obezwładniającym przeżyciem, że psychika stosuje reakcje obronne. Osoba tym dotknięta często odbiera siebie jako całkiem inną, niż zwykle. Przeżywa tę sytuację jako nierzeczywistą, „jak w filmie“, a najpierw może brakować wspomnienia o niej. Osoby dotknięte mogą być zdezorientowane, nie wiedzą, co się wydarzyło, nie mogą dojść do siebie i zachowują się w sposób, który jest dla nich niezwykły. Zdrowie psychiczne doznało szkody.

Jest całkowicie normalne, aby w przypadku urazu psychicznego skorzystać z pomocy. Rany fizyczne poddałoby się przecież leczeniu przez lekarza.

Dlatego też tą ulotką informacyjną zwracamy się do osób dotkniętych doświadczeniem przemocy. Oferujemy profesjonalną pomoc. Także, gdy Tobie, Wam, bądź też Waszemu dziecku jeszcze bardzo źle się powodzi, proszę nie miej/nie miejcie żadnych oporów, aby do nas zadzwonić. W wymienionych na odwrocie szpitalach urządziliśmy wyspecjalizowane placówki wsparcia, w których ofiary przemocy otrzymają fachową lekarską i psychologiczną poradę i pomoc. Dzięki temu będzie szybko stwierdzone, czy istnieje ryzyko rozwoju trwałych następstw oraz jakie są konieczne środki zaradcze. Udzielamy pomocy w trudnościach życia codziennego, pomocy w obchodzeniu się z Waszymi niecodziennymi sytuacjami życiowymi i związanymi z tym często głęboko poruszającymi emocjami. Pod podanymi niżej numerami telefonów otrzymacie terminy porady w ciągu kilku dni. Koszty poradnictwa przejmuje Krajowy Urząd do Spraw Społecznych, Młodzieży i Rodziny (Landesamt für Soziales, Jugend und Familie). Koszty przejazdu mogą być zwrócone po złożeniu wniosku.

Dla porad i pytań stoi do dyspozycji nasza placówka koordynacyjna w naszej głównej siedzibie w Hildesheim pod numerami telefonów: 05121/304-741.

Trauma-Netzwerk Niedersachsen obecnie znajduje się jeszcze w fazie organizacji. Jeśli w rejonie Waszego/Twojego miejsca zamieszkania nie znajduje się jeszcze żaden punkt wsparcia, to może być udzielona oddzielna porada także przez naszą placówkę koordynacyjną pod niżej podanymi numerami telefonów.

Trauma-Netzwerk@ls.niedersachsen.de