



LANDKREIS **HARZ**



PSYCHISCH KRANK

Rat und Hilfe für erkrankte Eltern



Allgemeine Informationen finden Sie unter

www.netz-und-boden.de

www.seelennot-ev.de

www.eltern-sein-mit-borderline.de

www.kipsy.net



Inhalt

Vorwort	5
Was sind psychische Erkrankungen?	6
Die Erkrankung besteht – was können Eltern tun?	7
Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es für mich?	7
Über psychische Erkrankungen mit den Kindern sprechen	8
Kinder möchten mitunter folgende Dinge wissen:	8
Klären Sie Ihre Kinder altersgerecht über Ihre Krankheit auf!	8
Notfallbrief	9
Hilfen und Vorkehrungen bei Krisen.	9
Verantwortung als Eltern übernehmen	10
In guten Zeiten planen	10
Die psychische Erkrankung der Eltern belastet auch die Kinder	11
Wer kann mich im Alltag mit meinen Kindern unterstützen?	11
Wo kann ich mich erkundigen?	13
Allgemeiner Sozialer Dienst des Jugendamtes	13
Kinder und ihre Eltern haben ein Recht auf Unterstützung, wenn es Schwierigkeiten in der Familie gibt.	13
Zulassen von Hilfen für mich und meine Kinder	14
Diese Hilfen sind beim zuständigen Jugendamt zu beantragen!	14
Krisen-Checkliste	15
Diese Krisen-Checkliste wurde abgefasst mit:	16
Ich habe Kinder.	16
In akuten Krisen hilft mir besonders:	17
In akuten Krisen hilft mir nicht bzw. ist sogar schädlich:	17
Im Falle einer Krise betreuen folgende Personen meine Kinder:	18
Während des Krankenhausaufenthaltes.	18
Gute Eltern – trotz Erkrankung – sein	19
Kontakte – Inanspruchnahme von Hilfen für mich	20
Psychiatrische Versorgung im Landkreis Harz.	22
Jugendamt des Landkreises Harz	26
Sozialpädagogischer Fachdienst	26
Netzwerk Frühe Hilfen	27
Selbsthilfekontaktstelle	28

Akzeptanz der
Erkrankung

Verantwortung für die
Erkrankung übernehmen

Krisenplan

Beratung
Therapie
ambulante Hilfen

altersentsprechende
Aufklärung der Kinder
über die Erkrankung

Verantwortung als Eltern übernehmen

Inanspruchnahme von Hilfen
für meine Kinder

Zulassen von Hilfen für mich
und meine Kinder

Inanspruchnahme von Hilfen
für mich

Gute Eltern – trotz Erkrankung – sein

Vorwort

Im Laufe eines Jahres leidet etwa jeder dritte Deutsche zumindest zeitweise an einer psychischen Erkrankung – wie etwa einer Angststörung, Depression oder Psychose.

Psychisch kranke Menschen haben im Durchschnitt genauso häufig Kinder wie psychisch Gesunde.

Familien mit psychisch kranken Eltern sind nicht anders als andere Familien: Eltern und Kinder sind umeinander bemüht und besorgt und tun ihr Bestes dafür, dass es allen gut geht.

Die Situation der psychisch erkrankten Eltern ist nicht selten dadurch geprägt, dass sie sich – zumindest phasenweise – mit der Erziehung überfordert fühlen (und es oft auch sind), Angst haben zu versagen und ihrer Verantwortung gegenüber den

Kindern nicht gerecht zu werden. Sie versuchen mit aller Kraft, ihre Symptome in den Griff zu bekommen und den Kontakt zu ihren Kindern zu halten.

Kommt es zu einer erneuten krisenhaften Entwicklung im Verlauf der psychischen Erkrankung, verhindern oft Scham- und Schuldgefühle die Inanspruchnahme von Hilfen.

Scham über die eigene Bedürftigkeit und Unzulänglichkeit bzw. die Verleugnung der Krankheitssymptome erschweren den Zugang zu medizinischen, therapeutischen Hilfen.

Angst vor dem Jugendamt aus Furcht, dass das Sorgerecht entzogen wird, erschwert die Annahme von Hilfen für ihre Kinder.

Ihre Erkrankung konnten Sie nicht auswählen...



- aber Sie haben die Wahl, wie Sie damit umgehen
- und welche Unterstützung/Hilfen Sie in Anspruch nehmen wollen...

... zum Wohl aller Familienmitglieder.



Was sind psychische Erkrankungen?

Psychische Erkrankungen sind schwerwiegende seelische Störungen, die das Erleben und Verhalten eines Menschen bestimmen.

In akuten Krankheitsphasen ist die Wahrnehmung der Eltern für die Außenwelt und damit auch für die Kinder stark eingeschränkt.

Die Auseinandersetzung mit den Krankheitssymptomen erfordert den Einsatz der letzten Kräfte. Das kann die Fähigkeiten

zur Wahrnehmung der Erziehungsverantwortung für die Kinder stark einschränken. Psychisch erkrankte Eltern brauchen dementsprechend eine Entlastung in der Erziehungsverantwortung.

Kinder brauchen zusätzliche Bezugspersonen, die entsprechend die Einschränkungen des erkrankten Elternteils übernehmen.

Es gibt Hilfen und Unterstützung für Sie als Eltern und für Ihre Kinder!

Ihre Erkrankung ist behandelbar.

Sie als Eltern haben es in der Hand. Greifen Sie zu!



Die Erkrankung besteht – was können Eltern tun?

- **Verantwortungsbewusst mit der eigenen Erkrankung umgehen**
- Nutzung aller therapeutischen Möglichkeiten für sich, um stabil zu bleiben
- **Altersentsprechende Aufklärung**
- Offenes Gespräch mit dem Kind über die Erkrankung und damit verbundene Erlebnisse und Gefühle
- **Inanspruchnahme von Hilfen, wenn die eigenen Möglichkeiten erschöpft sind**
- Unterstützung im Interesse des Kindes einfordern, um Einschränkungen auszugleichen

Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es für mich?

Medizinische und therapeutische Hilfe

- Fachärzte
- Tagesklinik
- Krankenhaus

Psychologische Hilfe

- Psychologen
- Psychotherapeuten
- stationäre Psychotherapie

Beratung, Unterstützung, Hilfe in Krisensituationen

- Sozialpsychiatrischer Dienst

Psychosoziale Hilfen

- Ambulant betreutes Wohnen
- Tagesstätte
- Soziotherapie
- Selbsthilfegruppen
- Ergotherapie
- ambulante Gruppenmaßnahmen



Über psychische Erkrankungen mit den Kindern sprechen

Auch wenn die Kinder nichts sagen, so merken sie in der Regel recht schnell, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Ihnen gehen viele Fragen im Kopf herum, auf die sie eine Antwort suchen, diese aber allein nicht finden. Die erkrankten Eltern anzusprechen, trauen sie sich häufig nicht.

Kinder möchten mitunter folgende Dinge wissen:

- Was ist mit Mama/Papa los?
- Was bedeutet es, psychisch krank zu sein?
- Benehmen sich psychisch Kranke immer so merkwürdig?
- Was sollen sie ihren Freunden erzählen, wenn sie sich nach der Erkrankung der Eltern erkundigen?
- Warum reden die Eltern nicht mit ihnen über die Situation?
- Wird Mama/Papa wieder gesund?

Klären Sie Ihre Kinder altersgerecht über Ihre Krankheit auf!

- Beschreiben Sie Ihre Symptome, Ihre Ängste und Sorgen.
- Erklären Sie, welche Auswirkungen Ihre Erkrankung auf das Familienleben hat.
- Zeigen Sie auf, was Sie zur Verbesserung der Situation bereits getan haben.
- Sagen Sie Ihrem Kind, dass Sie sie trotz der Erkrankung lieben.
- Erlauben Sie, dass Ihr Kind mit Freunden

und anderen Bezugspersonen über Ihre Erkrankung reden dürfen.

- Vermitteln Sie, dass nicht das Verhalten Ihres Kindes Schuld an der Erkrankung ist/sind.
- Erklären Sie, dass Ihr Kind die Situation nicht verbessern kann und dass es in Ordnung ist, sich weiterhin mit Freunden zu treffen und Dinge zu machen, die andere Kinder in diesem Alter tun.

Für einige psychisch kranke Eltern ist es schwierig, mit Ihrem Kind über ihre Erfahrungen und Erlebnisse mit der Erkrankung zu reden. Es kann helfen, sich Hilfe bei Fachpersonen (z. B. behandelnde Ärzte, Sozialpsychiatrischer Dienst...), Familienmitgliedern, Freunde und Bekannte zu suchen, um mit Ihrem Kind ins Gespräch zu kommen.

Gelingt es Ihnen aus Scham und Angst nicht, mit Ihrem Kind ins Gespräch zu kommen, besteht auch die Möglichkeit an Ihr Kind einen Brief zu schreiben.



Notfallbrief

Schreiben Sie eine Art „Notfallbrief“ für Ihr Kind, den es lesen soll bzw. vorgelesen bekommt, sollten Sie erneut in eine psychische Krise geraten. Schreiben Sie Ihrem Kind das, was Sie ihm in diesem Moment gern sagen würden, aber es wahrscheinlich krankheitsbedingt leider nicht selbst sagen können. Mit Hilfe des Briefes können Sie Ihrem Kind in dieser schwierigen Situation beistehen. Wenn Sie den Brief schreiben, kann Sie das unterstützen, sich in die Situation Ihres Kindes einzufühlen und sich gleichzeitig nicht völlig hilflos zu fühlen. Selbst wenn das Schreiben des Briefes die Eltern oft sehr aufwühlt, gibt der fertige Brief Ihnen ein gutes Gefühl.

Der Brief sollte altersgemäß formuliert und auf Ihre individuelle familiäre Situation abgestimmt sein.

Wichtig ist, dass Sie Ihre eigenen, zu Ihnen passenden Worte finden. Ihr Kind merkt, ob die Worte von Ihnen stammen und von Herzen kommen.

Vielleicht hilft es Ihnen beim Formulieren, sich vorzustellen, Sie würden in einer solchen schwierigen Situation neben Ihrem Kind stehen und es begleiten. Was möchten Sie Ihrem Kind gern sagen?

Wenn der Brief fertig ist, überlegen Sie, ob Sie ihn direkt Ihrem Kind selbst zur Aufbewahrung geben oder lieber einem älteren Geschwisterkind, dem gesunden Elternteil des Kindes, den Großeltern oder einer anderen Bezugsperson des Kindes. Wichtig ist, dass Ihr Kind ihn im Krisenfall zeitnah erhält.

Bei mehreren Kindern sollten Sie für jedes Kind einen eigenen Brief verfassen.

Beispiele für Notfallbriefe finden Sie unter www.netz-und-boden.de.

Hilfen und Vorkehrungen bei Krisen

Planen Sie in guten Zeiten Maßnahmen für Notfälle und Krisen mit der Unterstützung von

- Ihrem Familien-, Verwandten- und Bekanntenkreis
- Ihrem behandelnden Arzt/Therapeuten
- Mitarbeitern des Sozialpsychiatrischen Dienstes
- Mitarbeitern des Jugendamtes.

Es wird voraussichtlich Momente geben, in welchen Sie die alltäglichen Arbeiten nicht bewältigen können und wo Sie Unterstützung und Hilfe mit den Kindern benötigen. Vielleicht müssen Sie einen Aufenthalt in einer Klinik in Betracht ziehen und brauchen dafür Hilfe.

Informieren Sie sich über mögliche Hilfs- und Unterstützungsangebote.

Ansprechpartner können sein die Mitarbeiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes und die Mitarbeiter des Jugendamtes.



Verantwortung als Eltern übernehmen

In guten Zeiten planen

Setzen Sie sich unter anderem mit den folgenden Fragen auseinander:

- Was ist zu tun, wenn es mir plötzlich schlechter geht? An wen kann ich mich wenden?
- Gibt es Familienmitglieder, Freunde, Bekannte, bei welchen die Kinder den

Nachmittag oder Abend verbringen können, wenn ich etwas Ruhe brauche?

- An wen können sich meine Kinder wenden, wenn ich nicht genügend für sie da sein kann?
- Wer betreut meine Kinder während ich im Krankenhaus bin?

Erstellen Sie eine mögliche Krisen-Checkliste gemeinsam mit Ihrer Familie.

**Eine Krisen-Checkliste zum Herausnehmen
und Aufbewahren finden Sie auf den Seiten 15-18.**



EINSAM

Und wer kümmert sich um mich?



Die psychische Erkrankung der Eltern belastet auch die Kinder,

- weil sie die Krankheit nicht verstehen.
- weil sie Angst haben, dass Mama/Papa sterben muss, nie wieder nach Hause kommt (z. B. nach Klinikaufenthalt).
- weil sie sich abgeschoben fühlen.
- weil sie schuldig am „Schlechtfühlen“ von Mama/Papa sind, da sie nicht artig genug waren.
- weil Vertrautes verloren geht, Versprechungen nicht eingehalten werden.
- weil sie mehr auf sich allein gestellt sind.
- weil sie zu viel Verantwortung übernehmen.
- weil sie glauben, durch die Übernahme von elterlichen Pflichten wird alles gut.

Wie Sie dem entgegenwirken können:

- Nehmen Sie Hilfsangebote von Freunden und Familienmitgliedern an!

- Unterstützen und fördern Sie soziale Kontakte Ihres Kindes!
- Behalten Sie Rituale bei (z. B. Gute-Nacht-Geschichten vorlesen)!
- Nutzen Sie Beratungsangebote bei Fragen zur Erziehung!

Wer kann mich im Alltag mit meinen Kindern unterstützen? Wo kann ich mich erkundigen?

Trotz vieler Vorurteile ist es oft lohnend, sich vom **Jugendamt** über Hilfsangebote informieren zu lassen. Diese reichen von Beratung bis hin zur Realisierung konkreter Hilfsmaßnahmen in Ihrer Familie.

**Überwinden Sie Ihre Sorge, Scham,
Selbstvorwürfe und Schuldgefühle.**

**Es gibt Hilfe und Unterstützung
für Ihre Kinder und für Sie als Eltern.**

Sie als Eltern haben es in der Hand.

Greifen Sie zu!



Verantwortung als Eltern übernehmen

„... da ging es mir psychisch ganz, ganz schlecht..., ich konnte meine Kinder nicht mehr richtig versorgen.“

„... ich habe immer so ein Gefühl gehabt, ich versage als Mutter durch meine Krankheit...“

„Manchmal habe ich Angst, dass mir meine Kinder weggenommen werden. Weil ich psychische Probleme habe und nicht genug für sie sorgen kann, wenn es mir schlecht geht.“

„...und meine größte Sorge war eigentlich, dass ich in die Klinik muss und ich habe keinen für die Kinder. Das war eine große Sorge von mir und das hat mich dann natürlich in meiner psychischen Verfassung, in der schlechten, in der ich mich befand noch viel, viel mehr gestresst.“

„...und jetzt kommt das Jugendamt, will mir auch noch vielleicht mein Kind wegnehmen und das ist nur der Anfang.“

„...und da habe ich mich zuerst ein bisschen schwer mit getan, dass man so ein Stück weit sein Kind in andere Hände gibt...“

Allgemeiner Sozialer Dienst des Jugendamtes

- Der Allgemeine Soziale Dienst berät Sie bei Problemen mit der Versorgung, Betreuung und Erziehung Ihrer Kinder.
- Je nach Wohnadresse steht Ihnen ein/e bestimmte/r Sozialarbeiter/in als Ansprechpartner/in zur Verfügung.
- Gemeinsam erarbeiten Sie, welche Art der Unterstützung in Ihrer besonderen Situation notwendig ist.

Wenn Sie eine der angebotenen Hilfen in Anspruch nehmen wollen, beantragen Sie diese schriftlich beim Jugendamt. Ohne Entscheidung des Jugendamtes ist kein Einsatz dieser Hilfen möglich!

Viele Eltern scheuen sich davor, Hilfen im Jugendamt zu beantragen aus Angst, dass ihnen die Kinder weggenommen werden..

Kinder werden nicht so einfach weggenommen. Dafür muss das Wohlergehen des Kindes ernsthaft gefährdet sein.

Kinder und ihre Eltern haben ein Recht auf Unterstützung, wenn es Schwierigkeiten in der Familie gibt

Das Jugendamt stellt unterschiedliche Beratungs- und Unterstützungsangebote bereit, wie z. B.:

- **Sozialpädagogische Familienhilfe**
 - unterstützt bei der Bewältigung von Alltagsproblemen und Angelegen-

- heiten mit Ämtern und Behörden,
- unterstützt bei der Lösung von Konflikten und Krisen,
- berät bei der Kindererziehung.

- **Erziehungsbeistand**

- unterstützt Kinder und Jugendliche individuell bei der Bewältigung von Entwicklungsproblemen,
- fördert das Verständnis der Eltern, welches sie für die alterstypischen Bedürfnisse ihrer Kinder benötigen.

- **Kindertagesbetreuung**

- Ganztagsbetreuung in einer Tageseinrichtung
- Ganztagsbetreuung bedeutet, dass Ihr Kind pro Tag bis zu 10 Stunden betreut werden kann

- **Betreuung und Versorgung
des Kindes in Notsituationen**

- Versorgung und Betreuung ihrer Kinder zu Hause, wenn der erziehende Elternteil aus gesundheitlichen Gründen ausfällt

- **Allgemeine Förderung der Erziehung
in der Familie**

- Beratung zu allgemeinen Erziehungsfragen
- Angebote der Familienfreizeit, die bei Bedarf die erzieherische Betreuung der Kinder einschließt

- **Frühe Hilfen**

- Angebot für Schwangere und Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren

**Diese Hilfen sind beim zuständigen
Jugendamt zu beantragen!**





Zulassen von Hilfen für mich und meine Kinder

Erziehungsberatungsstellen

- beraten Sie kostenlos und vertraulich
- bei Fragen zur Erziehung, wie z. B. „Wie setze ich Grenzen? Was ist zu streng?“
- bei Problemen, die im Kindergarten, in der Schule oder in der Freizeit auftreten
- bei auffälligen Verhaltensweisen Ihres Kindes, z. B. aggressives oder ängstliches Verhalten, Schlafstörungen, Bettnässen...
- bei Beziehungsproblemen in der Familie

Psychosoziale Beratungsstellen

- beraten Sie kostenlos und vertraulich
- vermitteln in weiterführende Hilfen
- unterstützen bei der Antragstellung

Selbsthilfegruppen

- bieten die Möglichkeit, mit gleichermaßen Betroffenen Erfahrungen auszutauschen
- können Hinweise geben auf hilfreiche Unterstützungsmaßnahmen

Kinder- und Jugendpsychotherapie

- behandelt psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen
- bietet Unterstützung zur Klärung von familiären Konflikten





Krisen-Checkliste

Zum Herausnehmen und Aufbewahren

Name: _____

Anschrift: _____

Geburtsdatum: _____

Telefon: _____

Datum/Unterschrift: _____



Diese Krisen-Checkliste wurde abgefasst mit:

	Name/Telefonnummer
<input type="checkbox"/> Arzt/Ärztin	
<input type="checkbox"/> Psychotherapeut/in	
<input type="checkbox"/> (Ehe-) Partner/in	
<input type="checkbox"/> Mutter/Vater	
<input type="checkbox"/> Jugendamt	
<input type="checkbox"/> Gesundheitsamt	
<input type="checkbox"/> Person meines Vertrauens	

Ich habe Kinder

Name:	geb.:

In akuten Krisen hilft mir besonders:

<input type="checkbox"/>	ruhige Atmosphäre
<input type="checkbox"/>	Gespräche
<input type="checkbox"/>	nicht allein gelassen zu werden
<input type="checkbox"/>	in Ruhe gelassen zu werden
<input type="checkbox"/>	rauchen dürfen
<input type="checkbox"/>	meine Kinder um mich zu haben
<input type="checkbox"/>	mich nicht um meine Kinder kümmern zu müssen
<input type="checkbox"/>	...

In akuten Krisen **hilft mir nicht** bzw. ist sogar **schädlich**:

<input type="checkbox"/>	lautes Sprechen
<input type="checkbox"/>	Drohen mit PsychKG/Wegsperren
<input type="checkbox"/>	Einschüchterungsversuche (aggressive Gebärden etc.)
<input type="checkbox"/>	Drohen mit Kinder wegnehmen
<input type="checkbox"/>	...

Im Falle einer Krise betreuen folgende Personen meine Kinder:

	Name	Telefonnummer
<input type="checkbox"/> (Ehe-) Partner/in		
<input type="checkbox"/> Mutter/Vater des Kindes		
<input type="checkbox"/> Person meines Vertrauens		
<input type="checkbox"/> Großeltern		
<input type="checkbox"/> Pflegefamilie		
<input type="checkbox"/> ...		

Während des Krankenhausaufenthaltes...

<input type="checkbox"/> möchte ich, dass meine Kinder mich besuchen dürfen.
<input type="checkbox"/> will ich keinen Kontakt zu meinen Kindern.
<input type="checkbox"/> möchte ich telefonischen/E-Mail-Kontakt zu meinen Kindern.

Bemerkungen:
<hr/>



Gute Eltern – trotz Erkrankung – sein

Trotz psychischer Belastungen oder Erkrankung können Sie eine gute Mutter oder guter Vater sein

Wie Sie sicherlich wissen, braucht es Kraft und Stabilität, um die Rolle einer Mutter oder Vaters vollständig ausfüllen zu können.

Während einer Krankheitsphase brauchen Sie Kraft, um die Stabilität Ihrer Gesundheit wieder herzustellen.

Investieren Sie die Zeit, die Sie brauchen, um Ihre Kräfte wieder zu erlangen.

Nehmen Sie während dieser Zeit Hilfen in Anspruch.

Wie die Hilfe aussehen kann, ist so individuell wie die Ausprägung und der Schweregrad der unterschiedlichen Krankheitsbilder.



Wir beraten Sie gerne!



Inanspruchnahme von Hilfen für mich

Der **Sozialpsychiatrische Dienst des Gesundheitsamtes** ist ein Fachdienst für Menschen, die an psychischen Krankheiten, Suchterkrankungen, einer krankhaften seelischen oder geistigen Behinderung leiden.

Ziel der Beratung des Sozialpsychiatrischen Dienstes ist es, kranken Menschen mit psychischen Problemen und deren Angehörigen Unterstützung anzubieten, ihnen in Konflikt- und Krisensituationen zur Seite zu stehen und gemeinsame Lösungen zu erarbeiten.



Im Landkreis Harz erreichen Sie den Sozialpsychiatrischen Dienst in

38820 Halberstadt

Schwanebecker Straße 14
Tel. 03941/59 70 44 84, -44 92, -44 91
Fax: 03941/59 70 23 00

38889 Blankenburg

Harzstraße 3
Tel. 03941/59 70 29 31, -29 32
Fax: 03941/59 70 29 33

06484 Quedlinburg

Bahnhofsstraße 15
Tel. 03941/59 70 66 28, -66 23, -66 01
Fax: 03941/59 70 61 93

38855 Wernigerode

Kurtsstraße 13
Tel. 03941/5970 23 29, -23 27
Fax: 03941/59 70 23 00

38835 Osterwieck

(Die Sprechstunde ist jeden letzten Montag im Monat)
Stephanikirchhof 11 (Stephanischule)
Tel. 03941/59 70 44 84, -44 92, -44 91

Sprechzeiten:

Montag: 08.30 - 12.00 Uhr
Dienstag: 08.30 - 12.00 Uhr und
13.00 - 16.00 Uhr
Mittwoch: geschlossen
Donnerstag: 08.30 - 12.00 Uhr und
14.00 - 18.00 Uhr
Freitag: 08.30 - 12.00 Uhr

Nach Absprache können auch außerhalb dieser Sprechzeiten Termine vereinbart werden!



Psychiatrische Versorgung im Landkreis Harz

Fachärzte/-innen für Psychiatrie		
Blankenburg (Harz)		
MVZ Blankenburg Dipl.-Med. Amse, Kerstin	Thiestraße 7 – 10 38889 Blankenburg (Harz)	Tel.: 03944/96 0
MVZ Blankenburg Dr. med. Krause, Wolf-Rainer	Thiestraße 7 – 10 38889 Blankenburg (Harz)	Tel.: 03944/96 26 01
MVZ Blankenburg Associate Professor/ Univ. Vilnius Dr. med. habil. Wetzel, Wolfgang	Thiestraße 7 – 10 38889 Blankenburg (Harz)	Tel.: 03944/96 0
Halberstadt		
Dr. med. Graf, Undine	Richard-Wagner-Str. 24 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/44 12 58
MVZ Harz Heise, Stefanie	Bismarckstraße 63 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/44 21 52
Jahn, Ulf	Düsterngraben 14 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/56 97 59
Dr. med. Witthuhn, Ute-Andrea	Friedenstraße 43 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/58 82 58 7
Quedlinburg		
Dr. med. Czerwenka, Christian	Kaiser-Otto-Str. 6 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/52 69 82
Dr. med. Heinemann, Christine	Kornmarkt 8 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/52 86 60
Hinze, Thomas	Harzweg 6 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/90 72 82
Hoffmann, Birgit	Bahnhofstraße 4 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/20 98
Stadt Oberharz am Brocken		
MVZ Harz Dr. med. Heine-Bartels, Oliver	Brockenstraße 1 38875 Stadt Oberharz am Brocken OT Elbingerode	Tel.: 039454/82 51 2 E-Mail: info@mvz-harz.de

Thale		
MVZ Quedlinburg Dipl.-Med. Schwarz, Heike	Musestieg 28 06502 Thale	Tel.: 03947/77 91 89 7 E-Mail: psychiatrie.thale@mvz-quedlinburg.de
Wernigerode		
Dr. med. Eckert, Thomas	Grubestraße 8 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/60 17 17
MVZ Harz Dr. med. Köhler, Christine	Albert-Bartels-Str. 10 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/63 23 72 E-Mail: nervenaerztliche.ambulanz@mvz-harz.de

Ambulante Versorgung – Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)		
Harzkrankenhaus Dorothea Christiane Erleben GmbH	Thiestraße 7-10 38889 Blankenburg	Tel.: 03946/90 93 03 6 www.harzkrankenhaus.com
Diakonie-Krankenhaus Harz GmbH	Brockenstraße 1 38875 Oberharz am Brocken OT Elbingerode (Harz)	Tel.: 039454/82 10 0 www.diako-harz.de
Evangelische Stiftung Neinstedt Evangelisches Fachkrankenhaus für Psychiatrie	Osterberg 19 06502 Thale OT Neinstedt	Tel.: 03947/99 35 0 www.neinstedt.de

Teilstationäre Versorgung – Tageskliniken		
Harzkrankenhaus Dorothea Christiane Erleben GmbH	Am Roh 4 38889 Blankenburg	Tel.: 03944/95 47 36 5 www.harzkrankenhaus.com
Diakonie-Krankenhaus Harz GmbH	Brockenstraße 1 38875 Oberharz am Brocken OT Elbingerode (Harz)	Tel.: 039454/82 60 1 E-Mail: Ilona.Drews@diako-harz.de www.diako-harz.de
Harzkrankenhaus Dorothea Christiane Erleben GmbH	Ditfurter Weg 22 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/90 91 68 2 E-Mail: tk-psychiatrie@ harzkrankenhaus.com www.harzkrankenhaus.com
Evangelische Stiftung Neinstedt Evangelisches Fachkrankenhaus für Psychiatrie	Osterberg 19 06502 Thale OT Neinstedt	Tel.: 03947/99 30 8 www.neinstedt.de

Stationäre Versorgung – Psychiatrische Fachkrankenhäuser

Harzkllinikum Dorothea Christiane Erleben	Thiestraße 7-10 38889 Blankenburg	Tel.: 03944/96 21 86 www.harzkllinikum.com
Diakonie- Krankenhaus Harz GmbH	Brockenstraße 1 38875 Oberharz am Brocken OT Elbingerode (Harz)	Tel.: 039454/82 50 2 www.diako-harz.de
Evangelische Stiftung Neinstedt Evangelisches Fachkrankenhaus für Psychiatrie	Suderöder Str. 11 06502 Thale OT Neinstedt	Tel.: 03947/99 30 9 www.neinstedt.de

Ambulante psychotherapeutische Versorgung im Landkreis Harz

Psychologische Psychotherapeuten/-innen

Ballenstedt

Dipl.-Psych. Diebler, Anja-Susanne Verhaltenstherapie	Lindenallee 23 06493 Ballenstedt	Tel.: 039483/95 77 5
Dipl.-Psych. Golla, Nicol Verhaltenstherapie	Robert-Koch-Str. 26-27 06493 Ballenstedt	Tel.: 03943/60 80 36 0
Dr. phil. Meyer, Maria Verhaltenstherapie	Lindenallee 23 06493 Ballenstedt	Tel.: 039483/95 77 5

Blankenburg (Harz)

Dipl.-Psych. Gebhardt, Evelyn Verhaltenstherapie	Markt 3 38889 Blankenburg	Tel.: 03944/36 94 47 2 Mobil: 0151/10 32 33 56
Dipl.-Psych. Geske, Christine Verhaltenstherapie	Ludwig-Rudolf-Straße 4 38889 Blankenburg (Harz)	Tel.: 03944/36 78 67
Dipl.-Psych. Schmidt, Daniela Verhaltenstherapie	Herwegstr. 4 38889 Blankenburg (Harz)	Mobil: 0152/24 93 63 79
Dipl.-Psych. Schmidt, Torsten Verhaltenstherapie	Herwegstr. 4 38889 Blankenburg (Harz)	Mobil: 0152/24 93 63 79

Halberstadt

Dr. rer. nat. Dipl. Psych. Borrmann, Carolin Verhaltenstherapie	Voigtei 39 38820 Halberstadt	Mobil: 0176/41 79 80 40
Dipl.-Psych. Dannehl, Anja Verhaltenstherapie	Joh.-Seb.-Bach-Str. 24 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/56 70 14 4
Dipl.-Psych. Herrmann, Jeanette Verhaltenstherapie	Spiegelsbergenweg 12 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/62 14 74
Dipl.-Psych. Hudlet, Karl-Heinrich Verhaltenstherapie	Domplatz 48 b 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/62 15 80
Jahn, Ulf Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Düsterngraben 14 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/56 97 59
Dipl.-Psych. Sonnen, Birgit Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Mozartstr. 4 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/67 80 64 2
Dipl.-Med. Witschaß, Gabriele Verhaltenstherapie	Domplatz 48 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/58 83 44 3
Dr. med. Witthuhn, Ute-Andrea Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Friedenstr. 43 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/58 82 58 7
Quedlinburg		
Dr. med. Czerwenka, Christian Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Kaiser-Otto-Str. 6 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/52 69 82
Dr. med. Heinemann, Christine Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Kornmarkt 8 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/52 86 60
Hinze, Thomas Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Harzweg 6 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/90 72 82
Dipl.-Psych. Hoffmeister, Elisabeth Verhaltenstherapie	Blankenburger Str. 48 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/70 64 44

Dipl.-Psych. Kobs, Julia Verhaltenstherapie	Westerhäuser Str. 45 06484 Quedlinburg	
Dipl.-Psych. Nötzold, Janine Verhaltenstherapie	Steinbrücke 10 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/81 13 78 7 E-Mail: info@psychotherapie-noetzold.de
Dipl.-Psych. Schirmak, Harold Verhaltenstherapie	Lange Gasse 3/5 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/81 08 18
Dipl.-Psych. Schubert, Karen Verhaltenstherapie	Am Schiffbleek 9 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/81 07 66 2
Stadt Oberharz am Brocken		
Dr. rer. nat. Jamrozinski, Katja Verhaltenstherapie	Am Waldbad 1 a 38875 Stadt Oberharz am Brocken/ OT Elend	Mobil: 0151/10 23 68 89
Dipl.-Psych. Schaub, Monika Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Waldhofstr. 11 38875 Stadt Oberharz am Brocken/ OT Elbingerode	Tel. 039454/89 44 1
Stadt Osterwieck		
Dipl.-Psych. Gösche, Bianca Verhaltenstherapie	Kapellenstr. 10 38835 Stadt Osterwieck	Tel.: 039421/61 53 49
Dipl.-Psych. Herrmann, Norbert Verhaltenstherapie	Kapellenstr. 45 38835 Stadt Osterwieck	Tel.: 039421/68 32 37
Oppermann, Grit Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Kapellenstr. 29 38835 Stadt Osterwieck	Tel.: 039421/61 53 32
Wegeleben		
Dipl.-Psych. Hecht, Doreen Verhaltenstherapie	Kuhley 9 38828 Wegeleben	Tel.: 039423/39 98 56 E-Mail: kontakt@psychotherapie-hecht.de
Wernigerode		
Dipl.-Psych. Böhm, Amadeus Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Bollhasental 5 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/60 86 32 1 E-Mail: dipl.psych.boehm@gmx.de
Dipl.-Psych. Buttenmüller, Valentin Verhaltenstherapie	Grüne Str. 27 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/63 63 83

Dipl.-Psych. Fröhner, Juliane Verhaltenstherapie	Mühlental 108 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/24 97 03 0
Dipl.-Psych. Golla, Nicol Verhaltenstherapie	Grüne Str. 27 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/60 80 36 0
Dipl.-Psych. Guse, Ute Verhaltenstherapie	Breite Straße 89 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/26 79 26 Mobil: 0163/65 08 64 2
Dipl.-Psych. Rosenbaum, Eva Verhaltenstherapie	Mühlental 25 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/63 02 50 Mobil: 0170/28 44 63 5 E-Mail: eva.rosenbaum@psypraxis-wr.de
Dipl.-Psych. Rosenbaum, Horst Verhaltenstherapie	Mühlental 25 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/63 00 50 Mobil: 0170/28 44 63 5 E-Mail: horst.rosenbaum@psypraxis-wr.de

Jugendamt des Landkreises Harz

Das Jugendamt unterstützt Eltern und Erziehungsberechtigte bei der Erziehung, Betreuung und Bildung von Kindern und Jugendlichen.

An das Jugendamt können sich Eltern aber auch Kinder und Jugendliche wenden, wenn sie Probleme haben oder in Notsituationen sind.



Im Landkreis Harz erreichen Sie den Sozialpädagogischen Fachdienst des Jugendamtes in

38820 **Halberstadt**
Schwanebecker Straße 14
Tel. 03941/59 70 59 72

06484 **Quedlinburg**
Heiligegeiststraße 7
Tel. 03941/59 70 64 32

38855 **Wernigerode**
Kurtsstraße 13
Tel. 03941/59 70 57 55

Sprechzeiten:

Montag: 08.30 - 12.00 Uhr
 Dienstag: 08.30 - 12.00 Uhr und
 13.00 - 16.00 Uhr
 Mittwoch: geschlossen
 Donnerstag: 08.30 - 12.00 Uhr und
 14.00 - 18.00 Uhr
 Freitag: 08.30 - 12.00 Uhr

Netzwerk Frühe Hilfen

Frühe Hilfen umfassen vielfältige Hilfsangebote für Eltern ab Beginn der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren.

Das Netzwerk Frühe Hilfen bietet eine einfache Möglichkeit, sich über Unterstützungsangebote im Landkreis Harz zu informieren.

Diese Angebote richten sich unter anderem an Eltern in besonders belastenden Lebenssituationen, wie zum Beispiel psychische Belastungen und Erkrankungen.

Alle Leistungen und Betreuungsangebote erfolgen anonym und kostenlos.

Im Landkreis Harz erreichen Sie die Koordinierungsstelle des Netzwerkes und der Fachkräfte Frühe Hilfen im

Landkreis Harz
Jugendamt
Netzwerk Frühe Hilfen
Schwanebecker Straße 14
Tel. 03941 59 70 21 69
E-Mail: fruehe.hilfen@kreis-hz.de

Sprechzeiten:

Montag: 08.30 - 12.00 Uhr
Dienstag: 08.30 - 12.00 Uhr und
13.00 - 16.00 Uhr
Mittwoch: geschlossen
Donnerstag: 08.30 - 12.00 Uhr und
14.00 - 18.00 Uhr
Freitag: 08.30 - 12.00 Uhr

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten/-innen		
Blankenburg (Harz)		
Dipl.-Sozialarb./ Sozialpäd.(FH) Jaensch, Ute Verhaltenstherapie	Friedrich-August-Str. 1 38889 Blankenburg (Harz)	Tel.: 03943/25 92 10
Dipl.-Soz.-Päd. (FH) Mücke, André Verhaltenstherapie	Friedrich-August-Str. 1 38889 Blankenburg (Harz)	Tel.: 03943/25 92 10
Halberstadt		
Dipl.-Sozialth. Thöns, Thomas Verhaltenstherapie	Martiniplan 6 38820 Halberstadt	Tel.: 03941/62 51 47 0
Quedlinburg		
Dipl.-Soz.-Päd. Garcia-Greno, Daniela Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Pölkstraße 7 06484 Quedlinburg	Mobil: 0151/27 54 58 13
Dipl.-Psych. Herden, Antje Verhaltenstherapie	Hohe Str. 27 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/52 42 59

Dr. rer. nat., Dipl.-Psych. Schreier, Sina-Simone Verhaltenstherapie	Steinbrücke 10 06484 Quedlinburg	Tel.: 03946/90 19 21 3
Stadt Osterwieck		
Dipl.-Psych. Denecke-Höltje, Claudia Verhaltenstherapie	Kapellenstr. 10 38835 Stadt Osterwieck	Tel.: 039421/65 94 96
Dipl.-Sozialarb./ Sozialpäd.(FH) Hensel, Martina Verhaltenstherapie	Kapellenstr. 10 38835 Stadt Osterwieck	Tel.: 039421/65 93 88
Wernigerode		
Dipl.-Sozialarb./ Sozialpäd.(FH) Jaensch, Ute Verhaltenstherapie	Brockenweg 9 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/23 85 08
Dipl.-Soz.-Päd. (FH) Mücke, André Verhaltenstherapie	Brockenweg 9 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/23 85 08
Dipl.-Soz.-Päd. (FH) Pinke, Dorothee Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Breite Str. 19 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/69 56 76 7
Dipl.-Soz.-Päd. (FH) Regulsky, Thomas Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	Oberpfarrkirchhof 6 38855 Wernigerode	Tel.: 03943/69 57 29 0

Beratung und Auskunft zu den auf Seite 7 genannten psychosozialen Hilfen erhalten Sie im

Selbsthilfekontaktstelle

Gröperstraße 40/41
38820 Halberstadt
Tel. 03941/58 19 82 3

Sozialpsychiatrischen Dienst im Gesundheitsamt des Landkreises Harz

Ansprechpartner:
Maike Offel
moffel@paritaet-lsa.de

Informationen über Selbsthilfegruppen im Landkreis Harz erhalten Sie in der

Anke Rautenberg
arautenberg@paritaet-lsa.de

**Ich bin
psychisch krank!**

**Ich bin verantwortlich
für den Umgang mit
meiner Erkrankung!**

**Ich erstelle einen
Krisenplan!**

**Ich nutze alle
therapeutischen
Möglichkeiten!**

**Ich kläre meine Kinder über
meine Krankheit auf!**

Ich bin verantwortlich für meine Kinder!

**Ich nutze alle Hilfen
für meine Kinder!**

**Ich lasse Hilfen für mich
und meine Kinder zu!**

Ich nutze alle Hilfen für mich!

Ich bin – trotz Erkrankung – eine gute Mutter/ein guter Vater.

Impressum

HERAUSGEBER

Landkreis Harz – Der Landrat –
Friedrich-Ebert-Straße 42 · 38820 Halberstadt

REDAKTION

Gesundheitsamt – Sozialpsychiatrischer Dienst
Schwanebecker Straße 14, 38820 Halberstadt

FOTONACHWEIS

www.fotolia.de

GESAMTHERSTELLUNG

KOCH-DRUCK GmbH & Co. KG · Am Sülzegraben 28 · 38820 Halberstadt
Telefon 03941/69000 · info@koch-druck.de · www.koch-druck.de

HINWEIS

Der Landkreis Harz legt großen Wert auf Gleichberechtigung. Im Sinne einer leichten Lesbarkeit wurde jedoch in dieser Broschüre auf die Unterscheidung in weibliche und männliche Schreibweise verzichtet und jeweils die männliche Form verwendet. Die betreffende Bezeichnung schließt selbstverständlich alle Geschlechter mit ein.



