
Psychosoziales Zentrum Hartberg

Grünfeldgasse 9
8230 Hartberg

Telefon: 03332 / 66 2 66
Fax: 03332 / 66 2 66 - 909

Mail: psz.hartberg@gfsg.at
Homepage: www.gfsg.at

Psychosoziale Beratungsstelle Hartberg (BS)

Die Dienstleistungsangebote der Psychosozialen Beratungsstelle Hartberg richten sich seit 1995 an Menschen mit psychischen und sozialen Fragestellungen und an deren Angehörige. Als zentrale Zielklientel werden Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen und schweren persönlichen Krisen betreut.

Um den Anforderungen der jeweiligen Problemstellung gerecht zu werden, arbeiten wir interdisziplinär zusammen. Die Dienstleistungen umfassen fachspezifische Beratung, Behandlung und Betreuung im Rahmen von Einzelsettings sowie vorgelagerte Serviceangebote, wie den Verbindungsdienst zu den Krankenhäusern, den Journdienst und die Krisenintervention.

Zum Versorgungsspektrum zählen auch verschiedene Gruppenangebote, die individuelle und soziale Kompetenzen fördern, edukative Inhalte vermitteln und so zur Kommunikationsförderung beitragen und sozialer Isolation vorbeugen.

Die mobilen Versorgungsleistungen sind vor allem in einer ländlichen Region, wo teilweise individuelle und infrastrukturelle Mobilitätsbeschränkungen vorhanden sind, ein absolut unverzichtbarer Schwerpunkt.

Durch die Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit werden sowohl gesundheitsfördernde Impulse gesetzt, als auch der Stigmatisierung von Menschen mit psychischen und sozialen Problemen entgegen gewirkt. Besonderer Wert wird auf die Zusammenarbeit mit anderen sozialen und öffentlich rechtlichen Einrichtungen vor Ort wie überregional gelegt.

Die Angebote sind grundsätzlich kostenlos und beruhen auf Vertraulichkeit sowie Freiwilligkeit und werden gemeindenah und niederschwellig angeboten.

1. Unser Angebot

Beratung und Abklärung für Betroffene und Angehörige

Wir bieten umfassende Beratung zu sozialen, psychischen und psychiatrischen Problemstellungen für Betroffene und Angehörige. Das heißt: Betroffene können sich über ihre Erkrankung, die Behandlungsmöglichkeiten, hilfreiche Strategien im Umgang mit der Erkrankung und über Institutionen, die diese Leistung erbringen, informieren.

Für Angehörige von Betroffenen gibt es ebenso Information zu psychischen und psychiatrischen Fragestellungen, Umgangsmöglichkeiten damit und zusätzlichen Hilfestellungsmöglichkeiten bzw. Angeboten seitens der Angehörigenorganisationen. Telefonische Beratung ist ebenfalls eine Möglichkeit, sich über die Angebote des

Psychosozialen Dienstes zu informieren. Sie bekommen in einem Gespräch mit einer BeraterIn Auskunft darüber, welche Art der Hilfestellung passend sein kann. Dies ist innerhalb der Journdienstzeiten möglich.

(Nach-) Betreuung bei psychiatrischen und psychischen Problemen

Die (Nach-)Betreuung von Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen oder mit psychosozialen Problemen bildet den wesentlichen Schwerpunkt unserer Arbeit. Durch ein multiprofessionelles Team wird eine bestmögliche Betreuung und Behandlung der KlientInnen gewährleistet.

Um die Lebensqualität der KlientInnen zu verbessern werden jeweils spezifische Bewältigungsmöglichkeiten und krisenprophylaktische Strategien erarbeitet, die KlientInnen in ihrer Eigenverantwortung und in ihrem Selbstwertgefühl gestärkt, sowie eigene Ressourcen aktiviert. Wichtig hierfür ist eine vertrauensvolle Beziehung zwischen KlientIn und BetreuerIn.

Durch das gemeinsame Erarbeiten von lebensgeschichtlichen Zusammenhängen und persönlichen Verarbeitungsstrategien kann es gelingen, psychiatrische Störungen deutlich zu verbessern und psychosoziale Probleme zu lösen oder den Umgang damit zu verbessern.

Krisenintervention

Probleme und Krisen sind Bestandteile unseres Lebens. Es gibt jedoch Zeiten, in denen sie Überhand nehmen und alleine nicht mehr zu bewältigen sind. Unter Krisenintervention sind alle Hilfsmaßnahmen zu verstehen, die den Betroffenen bei der Bewältigung akuter Schwierigkeiten helfen und die krisenbedingte Leidenszustände lindern. Menschen in einer akuten Krisensituation können sich persönlich oder telefonisch an unseren Journdienst wenden.

Medizinische Betreuung und Information

Im Rahmen der BS Hartberg besteht die Möglichkeit, FachärztInnen für Psychiatrie zu konsultieren und Information und Aufklärung bezüglich psychiatrischer Erkrankungen, deren Verlauf und Behandlungsformen zu erhalten. Zusätzlich erfolgt Beratung über Medikamente, deren Wirkungen und Nebenwirkungen. Bei komplexen Problemstellungen werden auch längerfristige Betreuungen angeboten.

Psychotherapie

Psychotherapie ist neben der medikamentösen Behandlung in vielen Fällen eine Grundvoraussetzung für eine langfristige Verbesserung von psychischen Erkrankungen. Nur wer in seinem Leben etwas verändert und die Ursachen des Auftretens seiner Symptome verstehen lernt, wird auch einen besseren Umgang mit seiner Erkrankung finden. Psychotherapie ist unter anderem sinnvoll bei:

- Depressionen
- Angststörungen
- Sucht
- Psychotischen Erkrankungen
- Psychosomatischen Erkrankungen
- Traumatisierenden Lebenssituationen
- Lebenskrisen
- Problemen in Partnerschaft, Familie oder am Arbeitsplatz

Ziel einer Psychotherapie ist es, seelisches Leid zu lindern oder zu heilen, innere und

zwischenmenschliche Konflikte zu bewältigen und die persönliche Entwicklung und Gesundheit von KlientInnen zu fördern. Der Ablauf einer Psychotherapie unterliegt keinem festgelegten Schema. In der Regel geben PsychotherapeutInnen keine Lösungen vor, sondern begleiten bei der Suche nach einer für die jeweiligen KlientInnen passenden Problemlösung und Veränderung. Die Behandlungen finden in Form von Einzel-, Paar- oder Familiensettings statt und dauern für gewöhnlich 50 Minuten. Es werden 10 Sitzungen geplant und abhängig von den Themen der KlientInnen und ihrem Fortschritt in der Therapie weitere Termine, wenn notwendig, vereinbart. Maximal können 50 Einheiten in Anspruch genommen werden.

Psychotherapie ist für KlientInnen des PSD Hartberg kostenfrei. Eine teilweise Rückverrechnung erfolgt bei Erwachsenen über Krankenschein, bei Kindern und Jugendlichen gemäß Jugendwohlfahrtsgesetz. Die in der BS Hartberg tätigen PsychotherapeutInnen sind VertreterInnen der verhaltenstherapeutischen, existenzanalytischen, katathym-imaginativen, personenzentrierten, gruppendynamischen, systemischen und transaktionsanalytischen Richtungen.

Klinisch-psychologische Behandlung

Anhand verschiedener wissenschaftlich fundierter psychologischer Techniken und Methoden befassen sich unsere Klinische PsychologInnen mit Menschen, die sich psychisch belastet fühlen bzw. psychiatrische Diagnosen aufweisen. Die Bandbreite der Interventionen reicht von der Behandlung einzelner Symptome bis hin zu komplexen Behandlungsprozessen, bei denen kognitive, emotionale, verhaltensbezogene und soziale Aspekte einer psychiatrischen Problemstellung erfasst werden. Als Voraussetzung wird immer eine vertrauensvolle Beziehung zu den KlientInnen erarbeitet, um darauf aufbauend leidvolle Verhaltensweisen oder Haltungen reflektieren und bearbeiten zu können. Ziel ist es, die psychische Entwicklung sowie die Gesundheit der KlientInnen zu fördern.

Sozialarbeiterische Beratung und Betreuung

In Zusammenhang mit psychischen und psychiatrischen Problemstellungen können oftmals auch Einschränkungen in den oben genannten Bereichen auftreten. Wir unterstützen Betroffene dabei, indem wir Beratung in den Bereichen Arbeit, Wohnen und Finanzen anbieten. Es geht neben einmaliger Unterstützung und Beratung vor allem auch darum, die sozialen Problemstellungen als Teil einer Lebensgeschichte zu verstehen und dementsprechend durch längerfristige psychosoziale Begleitung Handlungsmöglichkeiten auszuweiten. Konkret kann es um Fragestellungen bezüglich der Gestaltung und Strukturierung des Alltags, um Hilfestellung im Bereich der Möglichkeiten finanzieller Unterstützungsleistungen oder auch Fragen, die sich aus Arbeitslosigkeit, Arbeitsrehabilitation oder Pension ergeben, gehen. Es besteht auch die Möglichkeit der Begleitung zu Ämtern und Behörden. Wir kooperieren mit Einverständnis der Betroffenen mit anderen Einrichtungen und vermitteln sie bei Bedarf zu Institutionen, die sich auf bestimmte Problemstellungen spezialisiert haben.

Wichtig ist uns, KlientInnen dahingehend zu unterstützen, dass vorhandene Fähigkeiten erhalten und erweitert werden, sodass eine autonome Lebensbewältigung möglich bleibt bzw. wieder möglich wird.

Hausbesuche

Hausbesuche werden angeboten, wenn Beratung und Begleitung im häuslichen Lebensumfeld angezeigt sind. Sie werden individuell je nach Bedarf angeboten und ermöglichen es dem/der HelferIn, die Alltagsstrukturen der Betroffenen kennen zu lernen und Entwicklungsmöglichkeiten im alltäglichen Kontext wahr zu nehmen. Hausbesuche werden in

geringerer Frequenz und Regelmäßigkeit im Vergleich zur Mobilien Sozialpsychiatrischen Betreuung angeboten.

Gruppenangebote

Neben Einzelgesprächen werden auch gruppentherapeutische Settings angeboten. Aktuelle Gruppenangebote können dem Gruppenfolder entnommen werden.

Verbindungsdienst zu den Krankenhäusern

Um Betroffenen den Übergang zwischen stationärem Aufenthalt und Betreuung durch die BS Hartberg zu erleichtern, wurde der Verbindungsdienst eingerichtet. Mit Einverständnis und unter Miteinbeziehung der Betroffenen kann einerseits eine weiterführende Betreuung nach stationärem Aufenthalt besprochen und geplant werden, andererseits können durch die Zusammenarbeit von zuständigen BezugsbetreuerInnen und behandelndem Personal im Krankenhaus das Behandlungsergebnis optimiert und die Dauer des stationären Aufenthalts verkürzt werden.

Ein regelmäßiger 14-tägiger Verbindungsdienst besteht zum LKH Graz Süd-West, Standort Süd. Darüber hinaus gibt es bei Bedarf einen Verbindungsdienst zu den regionalen Krankenhäusern sowie zur Univ. Klinik für Psychiatrie in Graz. Durch den Verbindungsdienst wird sowohl Kontakt zu den Betroffenen direkt, als auch zu den behandelnden ÄrztInnen und anderen ProfessionistInnen aufgenommen und gepflegt.

(Sozial-) Rechtliche Beratung

Im Rahmen der rechtlichen Beratung werden KlientInnen über diverse rechtliche Themen (wie Scheidungsrecht, Erbrecht usw.) in verständlicher Weise informiert.

Interkulturelle Psychotherapie

Sozialpsychiatrische Betreuung von Menschen mit Migrationshintergrund ist eine Herausforderung in der Arbeit sowohl im stationären wie auch im ambulanten Setting. Die Herausforderung in der Arbeit mit dieser Zielgruppe beginnt schon bei der Notwendigkeit einige kulturspezifische Besonderheiten zu kennen, aber vor allem ist man mit Sprach- und Verständigungsproblemen konfrontiert.

Durch die Zusammenarbeit mit dem Verein Zebra und mit diversen DolmetscherInnen sowie durch die Schulung der MitarbeiterInnen für interkulturelle Therapieangebote gehört die Arbeit mit Menschen mit Migrationshintergrund zur täglichen Praxis der BS Hartberg.

Kooperation mit Selbsthilfegruppen

Die Psychosoziale Beratungsstelle ist gerne bereit Betroffene, die Interesse an der Organisation einer Selbsthilfegruppe haben, in der Startphase zu unterstützen und ihnen die dementsprechende Infrastruktur (z.B. Räumlichkeiten) zur Verfügung zu stellen, wie dies zum Beispiel in Kooperation mit dem Verein „Achterbahn“ gelebt wird.

Öffentlichkeitsarbeit und Prävention

Die Aufgaben der BS bestehen nicht nur in der Nachbegleitung nach Krankenhausaufenthalten und in der Betreuung und Therapie von bestehenden Störungen und Krisen. Einen ebenso wichtigen Teil stellt die Prävention dar.

Gerade weil diese Einrichtungen in der Bevölkerung aufgrund ihrer niedrigen Zugangsschwelle akzeptiert sind, können sie der Kristallisationspunkt für Projekte sein. Ziel ist es, über den Bereich der bereits Betroffenen hinaus Information, antistigmatisierendes

Denken und gesundheitsförderndes Verhalten mit dem speziellen Blickwinkel der psychischen Gesundheit der Allgemeinbevölkerung näher zu bringen. Dazu gibt es in der Bewegung des Empowerment und in der Salutogenese mit dem Konzept des Kohärenzgefühls sowohl theoretische als auch praktische Grundlagen. Dieser Zugang, durch entsprechenden Umgang mit sich selbst und der Umwelt eine innere Einstellung zu gewinnen, die psychisch stabilisiert und in diesem Bereich weniger anfällig macht, ist ein zentrales Anliegen. Ihn allgemein bekannt zu machen ist integraler Bestandteil eines umfassenden Konzeptes der psychosozialen Versorgung der Bevölkerung. Innerhalb der Einrichtungen kann das vorerst ein erster Schritt sein: für jedes umfassende Konzept ist das Hinausgehen in den allgemeinen Bereich der Erwachsenenbildung und Medien notwendig. Neben dem Bekanntmachen des betreuenden, begleitenden, therapierenden Teils der Arbeit, sind im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit besonders zwei Ziele von besonderer Bedeutung:

- die oben erwähnten Ziele der Prävention und antistigmatisierenden Arbeit über breite Medienpräsenz im Bewusstsein der Bevölkerung zu verankern
- zu Fragen in der allgemeinen Diskussion über Werte, gesellschaftspolitische Aspekte, Planungen und Zielsetzungen, die diesen Bereich betreffen, Stellung zu beziehen, und die Interessen der Betroffenen und potentiell Betroffenen deutlich hörbar in den Medien zu vertreten

Ein Teil der Arbeit besteht darin, genau diese Gruppe in ihrem Selbstbewusstsein so weit zu stärken, dass sie diese Aufgabe in Zukunft auch zunehmend selbst übernehmen kann. Faktum ist, dass im derzeit völlig ungenügenden Ausbauzustand der Versorgung gerade diese wichtigen Aspekte, aufgrund der langen Wartezeiten für die direkte Hilfe, immer wieder deutlich zu kurz kommen.

Außenstellen

Neben den Angeboten der Psychosozialen Beratungsstelle Hartberg gibt es Außenstellen in vier Gemeinden des Bezirks:

- Seit 1997 werden regelmäßige Sprechstunden in Vorau (seit 2018 im Gesundheitszentrum Joglland) sowie im Sozialzentrum Pöllau angeboten.
- Seit Februar 2000 werden auch in den Sozialzentren Friedberg und Neudau Sprechstunden angeboten.

Die Außenstellen dienen dazu, das Angebot noch gemeindenäher zu gestalten. Dort werden Erst-, Informations- und Beratungsgespräche angeboten sowie die Einbindung in weitere Angebote der BS Hartberg besprochen. Bei Bedarf erfolgt die Weitervermittlung an andere Institutionen.

Terminvereinbarungen für die Außenstellen erfolgen über die Psychosoziale Beratungsstelle Hartberg. Die genauen Kontaktdaten der Außenstellen sind am Ende des Dokuments zu finden.

Familienberatung

Seit 2002 ist die Psychosoziale Beratungsstelle Hartberg auch eine anerkannte Familienberatungsstelle. Sie wird aus dem Budget des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz gefördert. Auch in der Familienberatungsstelle arbeiten wir im multiprofessionellen Team, da die Fragestellungen breit gefächert sind.

Themenbereiche der Familienberatungsstelle:

- Psychische Erkrankung

- Familien- und Partnerschaftsprobleme
- Erziehungsfragen
- Fragen zu Sexualität und Partnerschaft
- Generationskonflikte
- Rechtliche und soziale Fragen, die eine Familie betreffen
- Familienplanung
- Fragen von alleinstehenden Müttern bzw. Vätern

Termine für Beratungen können während der Journaldienstzeiten vereinbart werden.

2. Zielgruppe

Unser Angebot richtet sich an Betroffene aller Altersgruppen, die psychosoziale Probleme haben, sich in einer Krise befinden oder an einer psychiatrischen Erkrankung leiden. Unser Team bietet sofortige Unterstützung in Krisensituationen während des Journaldienstes oder nach Vereinbarung im Abklärungsgespräch bzw. bei Hausbesuchen in der BS Hartberg und in den Beratungsräumen der Außenstellen an.

Wir bieten zusätzlich Unterstützung und Information für Angehörige von Menschen mit psychischen Problemen an. Häufig ergeben sich im Alltagsleben mit Menschen, die von psychischen Beeinträchtigungen betroffen sind, Überforderungssituationen. Mittels Beratung und unterstützender Gespräche kann schnell und effektiv eine Entlastung der gesamten Familie erreicht werden.

Im Sinne der Öffentlichkeitsarbeit stehen wir für psychosoziale Fragestellungen bei Vorträgen, Seminaren sowie Vernetzungstreffen gerne zur Verfügung.

3. Kontakt

Grünfeldgasse 9 8230 Hartberg Telefon: 03332 / 66 2 66 Fax: 03332 / 66 2 66-909 Mail: psz.hartberg@gfsg.at	Journaldienstzeiten MO bis FR: 09.00 bis 12.00 Uhr DI: 17.00 bis 19.00 Uhr MO, MI, DO: 13.00 bis 15.00 Uhr
--	--

Außenstellen

Sozialzentrum Neudau 8292 Neudau 102 Außenstelle Pöllau	Sozialzentrum Friedberg Hütterstraße 105 8240 Friedberg
Sozialzentrum Pöllau Froschauergasse 569 8225 Pöllau	Gesundheitszentrum Joglland Riegersbach 200 8250 Voralpe

Terminvereinbarungen für die Außenstellen erfolgen ebenso über den Journaldienst.

Zuständigkeitsbereich

Bezirk Hartberg-Fürstenfeld