

Die Suche nach Adressen

Teil III - Kriterien und Adress-Quellen im Einzelnen

9. Dringlichkeit, freie Therapieplätze, Notfälle

Vorbemerkung:

Diese Adressen- und Linksammlung befindet sich in ständigem Ausbau, bitte haben Sie Verständnis, wenn die Information, die Sie suchen, womöglich noch nicht enthalten ist. Fragen Sie gegebenenfalls in unserem Informationsbüro nach - möglicherweise liegen hier bereits entsprechende Informationen vor.

Frage: **Wie dringlich ist Ihre Suche?**

Die Wartezeiten auf einen freien Therapieplatz können von ein paar Wochen über viele Monate bis zu einem Jahr und mehr reichen und Suchende nahezu in die Verzweiflung treiben.

Die Frage ist: wie *dringlich* ist Ihre Suche und wieviel Wert legen Sie auf die *anderen* Kriterien?

Wenn sich Hilfesuchende erst auf eine AnbieterIn »kapriziert« haben, sind sie oft auch bereit, lange Wartezeiten in Kauf zu nehmen. Dies ist sicher zum Teil nachvollziehbar. *Sie* sollten sich aber bei Ihrer Suche unbedingt die Frage stellen, wie »gut« eine TherapeutIn in der späteren Therapie sein soll, um ein halbes Jahr Wartezeit oder mehr zu »rechtfertigen«. Die eigenen Ansprüche und Phantasien wachsen in dieser Zeit womöglich dermaßen in den Himmel, daß die Realität nur noch »bitter« und enttäuschend sein kann.

Die Alternative besteht darin, auch andere AnbieterInnen in Erwägung zu ziehen. Dazu müßten Sie eigentlich Informationen haben über die *Wartezeiten möglichst aller AnbieterInnen*, die in Frage kommen. Entsprechende Auflistungen gibt es aber unseres Wissens nicht.

Was es aber als nächstbeste Lösung in einigen Regionen von Seiten der Kassenärztlichen Vereinigungen gibt, sind die »Zentralen Informationsbörsen für Psychotherapie (ZIP)« (teils unter anderem Namen firmierend). Hier wird versucht, die AnbieterInnen dazu zu bringen, alle *im Augenblick freien* Therapieplätze zu melden. Das klappt unseres Wissens nur bedingt, ist aber auf jeden Fall hilfreich, um kurzfristig einen Therapieplatz zu finden. Allerdings ist die Auswahl hinsichtlich der AnbieterInnen natürlich ziemlich beschränkt.

Darüber hinaus gibt es teilweise die Möglichkeit, sich an die *Ambulanzen* von Therapieverbänden oder Ausbildungsinstituten zu wenden (meist in Großstädten). Hier finden Sie oft die Möglichkeit, schnell einen Therapieplatz zu »ergattern« - allerdings meist bei AnbieterInnen, die sich noch in Ausbildung befinden (was kein Nachteil sein muß), und die natürlich nur die Therapierichtung anwenden, für die sie ausgebildet werden.

Schließlich gibt es in *Notfällen* die Möglichkeit, sich an verschiedene Einrichtungen, wie zum Beispiel die Telefonseelsorge, die Sucht-Notrufe, die sozialpsychiatrischen Zentren, Psychiatrische Einrichtungen, Kliniken, Notärzte, Selbsthilfegruppen und, nicht zu vergessen, Freunde und Bekannte zu wenden. Das mag in vielen Fällen kein Ersatz für Psychotherapie sein, hilft aber womöglich (zumindest vorübergehend) über die schlimmsten Zeiten hinweg.

Hier finden Sie möglicherweise Informationen über freie Therapieplätze:

Die den Einrichtungen vorangestellten Nummern haben für Sie keine Bedeutung. Sie beziehen sich auf unsere Datenbank. Stand der Informationen: Mitte 2003

5820: Zentrale Informationsbörse Psychotherapie - KV-Nordrhein, Bezirksstelle Ruhr (ZIP-Ruhr)
Adr: Weiglestr.11, D-45128 Essen - Tel: (0201) -242.41.64 - Fax: (0201) 24.24-170 KV
->Keine Adressdatenbank; Adressen, regional, per Fax/Telefon/Brief

5816: Zentrale Informationsbörse Psychotherapie - KV-Nordrhein Bezirksstelle Köln (ZIP)
Adr: Sedanstr.10-16, D-50668 Köln - Tel: (0221) -776.32.17 - Fax: (0221) 77.63-175 - Mail:
Web: <http://www.kvno/texte/gesund/kontakt/zip.htm> ->Keine Adressdatenbank; Adressen, regional, per Fax/Telefon/Brief

5819: Zentrale Informationsbörse Psychotherapie - KV Nordrhein, Aachen,Düren,Heinsberg (ZIP)
Adr: Habsburger Allee 13, D-52064 Aachen - Tel: (0241) -750.91.82 - Fax: (0241) 75.09-190 - Mail:
Web: ->Keine Adressdatenbank; Adressen, regional, per Fax/Telefon/Brief

5908: Kassenärztliche Vereinigung Koblenz Gesundheits-Informations-Service (GIS)
Adr: Emil-Schüller-Str.14-16, -56073 Koblenz - Tel: (0261) 3900.22.17 - Fax: () - Mail:
Web: ->Keine Adressdatenbank; Adressen, regional, per Fax/Telefon/Brief

Möglicherweise haben andere Kassenärztliche Vereinigungen inzwischen ähnliche Dienste aufgebaut, bitte fragen Sie bei Ihrer zuständigen Kassenärztlichen Vereinigung nach (siehe 3. Kassenzulassung).

Hier finden Sie Hilfe in seelischen Notfällen und Ausnahmesituationen:

Die den Einrichtungen vorangestellten Nummern haben für Sie keine Bedeutung. Sie beziehen sich auf unsere Datenbank. Stand der Informationen: Mitte 2003

Bundesweit:

5294: Telefonseelsorge Evangelisch
Tel: (0800) 111.01.11

5347: Telefonseelsorge Katholisch
Tel: (0800) 111.02.22

5574: Deutscher Kinderschutzbund e.V Sorgentelefon für Kinder und Jugendliche
Tel: (0800) 111.03.33

5825: Weißer Ring, Hilfe für Kriminalitätsoffer bundesweiter Opfer-Notruf
Tel: (01803) 34.34.34
Web: <http://www.weisser-ring.de>

Regional:

Sie können sich bei schweren seelischen Problemen an die sozialpsychiatrischen Einrichtungen der Städte und Gemeinden wenden oder an die lokalen Psychiatrischen Abteilungen oder Kliniken. Bitte schlagen Sie in Ihrem örtlichen Telefonbuch nach.

Bisher nur unter regionalen Telefonnummern erreichbar sind u. W. die *Suchtnotrufe*, bitte schlagen Sie in Ihrem örtlichen Telefonbuch nach (Infoseiten). Hier nur als Beispiel:

5370: Suchtnotruf Köln e.V.
Tel: (0221) 1.97.00

AutorIn: Elke Pfeifer und Heiko Deters - **Text:** *Adr_Dringl_a.sdw* - **Datum der letzten Aktualisierung:** 30.10.03