

Hier beginnt Heilung: psychologische Hilfe nach Gewalterfahrung

Gewalt im beruflichen Kontext ist eine ernste Belastung, die Betroffene tief prägen kann. Oft ist unmittelbar nach einem solchen Ereignis die Frage, wer die richtige Person ist, an die man sich wenden kann, um mit den psychischen Folgen umzugehen. Hier kommen beispielsweise betriebliche psychologische Ersthelfende ins Spiel: speziell geschulte Kolleginnen und Kollegen, die bereitstehen, um seelisch **zu unterstützen**. Sie bieten einfühlsame Gespräche, helfen bei der Stabilisierung und unterstützen beim Übergang an andere Hilfestellen. Ihr Ziel ist es, Betroffene nicht allein zu lassen und sie auf dem Weg der Verarbeitung zu begleiten. Ist eine langfristige Behandlung erforderlich, kann außerdem das **Psychotherapeutenverfahren** der gesetzlichen Unfallversicherung sinnvoll sein, dessen Kosten von den Unfallversicherungsträgern übernommen werden (siehe <https://kurzlinks.de/i8k1>). Das Verfahren wird von ärztlichen und psychologischen Fachleuten durchgeführt, damit einer Entstehung und Chronifizierung von psychischen Gesundheitsschäden frühzeitig entgegengewirkt wird.

Einige Unfallversicherungsträger bieten darüber hinaus umfangreiche Unterstützung in Sachen psychosoziale Notfallversorgung, also psychologische Stabilisierung zwischen Krisenintervention und Psychotherapie an. Dazu gehören beispielsweise Rufnummern zu geschultem Fachpersonal oder die Betreuung durch psychologische Fachleute vor Ort. Darüber hinaus gibt es externe Beratungsstellen oder Hilfsorganisationen, an die man sich wenden kann. Das ist auch anonym möglich.

Weitere Infos zu möglichen Anlaufstellen gibt es auf www.jwsl.de/gewalt/infothek