

Das sind wir

Psychologische Ehe-, Familien- und Lebensberatung ist ein fachlich qualifiziertes Beratungsangebot der Katholischen und der Evangelischen Kirche in Freiburg. Zugleich ist es Teil eines Netzwerks klinischer, sozialer und weiterer Hilfsangebote.

Wir beraten Erwachsene unabhängig von Geschlecht, Nationalität oder Religionszugehörigkeit.

Psychologische Beratungsstellen verfügen über besondere fachliche Kompetenzen im Bereich Partnerschaft und Familie. Sie unterstützen Ratsuchende darin, die Auswirkungen von Depressionen auf die familiären Beziehungen im Blick zu behalten.

Die Berater*innen arbeiten in einem multiprofessionellen Team und sind alle durch mehrjährige Zusatzausbildungen qualifiziert.

Wir behandeln nicht den SCHWARZEN HUND; aber wir unterstützen die Menschen, die gemeinsam mit ihm leben.



Partnerschaft und Depression

So erreichen Sie uns

Psychologische Beratungsstellen

der **Evangelischen Kirche**

Bernhardstr. 2
79098 Freiburg

Tel. 0761/38 90 890

Mail (für Terminanfragen):
info@beratungsstelle-freiburg.de
www.beratungsstelle-freiburg.de

der **Katholischen Kirche**

Landsknechtstraße 4
79102 Freiburg

Tel. 0761/70 43 83

Mail (für Terminanfragen):
beratung@efl-fr.de
www.efl-fr.de

Gemeinsam leben – mit dem Schwarzen Hund

Psychologische Beratung für betroffene Paare und Familien



Für Sie sind wir da

Wenn der SCHWARZE HUND (ein Bild für die Depression) im Leben eines Menschen auftaucht, sind Partnerschaft und Familienleben mit betroffen.

Eine Depression verändert nicht nur das Leben der Betroffenen selbst; auch die Angehörigen sind herausgefordert, auf ihre Weise mit der Situation umzugehen. Sich darüber zu verständigen ist wichtig, um sich auf den unterschiedlichen Lösungswegen nicht aus den Augen zu verlieren. Wie bei einem Mobile bringen die „Aufs und Abs“ eines Teils das Ganze in Bewegung. Alle Beteiligten müssen daran arbeiten, ein neues Gleichgewicht zu finden, mit dem alle gut leben können.



Das können wir tun



Ist eine Depression diagnostiziert, muss sie klinisch/therapeutisch behandelt werden. Wir beraten ergänzend (nicht alternativ) Paare und Familien, die gemeinsam mit den Folgen dieser Situation umgehen und leben müssen.

Gemeinsame Gespräche

- vermitteln Verständnis für die Dynamik depressiver Erkrankungen
- ermöglichen Grenzen zu erkennen und Verantwortlichkeiten abzusprechen
- geben Raum, sich über unterschiedliche Entwicklungen und Bedürfnisse auszutauschen
- helfen destruktive Kommunikation zu unterbrechen und ein wertschätzendes Miteinander einzuüben
- **klären den gemeinsamen Umgang mit dem SCHWARZEN HUND**

So gehen wir vor

Ratsuchende wenden sich selbst an die Beratungsstellen (*keine Überweisung*).

Ziele und Rahmenbedingungen werden in einem ersten Beratungstermin gemeinsam mit den Berater*innen vereinbart.

Ratsuchende beteiligen sich mit einem einkommensabhängigen Eigenbeitrag an den Beratungskosten (*keine Krankenkassenleistung*).

SCHWARZE HUNDE sind mit eingeladen, aber an der Leine zu führen...

