

Kirche im Dienst am Menschen:

Besuch in der Psychologischen Beratungsstelle der Diakonie Regensburg

Die Religionsklasse 8b/d von Frau Thanner besuchte am 24.4. und 4.5.23 die Psychologische Beratungsstelle der Diakonie Regensburg in der Prüfeninger Straße 53. Bei diesen Besuchen klärte uns Frau Bock, Diplompsychologin und Einrichtungsleiterin, über viele Themenfelder der Beratung auf und gab uns einen Einblick in ihre Arbeit.

Die Beratungsstelle ist spezialisiert auf Lebensberatung (auch für Kinder und Jugendliche), Erziehungs- und Familienberatungen, Ehe- und Partnerschaftsberatung sowie Beratung bei Trennung und Scheidung.

Zuerst einmal erklärte uns die Leiterin, wie eine Beratung bei ihr aussieht. Wichtig ist, dass man frei entscheiden kann, ob man das Beratungsangebot nutzen will oder nicht. Es ist zunächst ein reines Gesprächsangebot, bei dem Frau Bock mit den Jugendlichen auch ganz zwanglos über alltägliche Dinge wie z.B. über die Schule, das Wetter oder die Freunde spricht. Niemand wird gezwungen, über seine Probleme zu sprechen. Wenn man es aber dann doch möchte, behandeln Frau Bock und ihre Mitarbeiter alles, was besprochen wurde, vertraulich. Das Praktische ist, dass du auch ohne Wissen der Eltern und ohne Termin die Beratungsstelle besuchen kannst. Die Beratungsstelle müssten nur in besonderen Ausnahmefällen die Eltern informieren - und das würde mit den Jugendlichen vorher besprochen.

Ein Unterschied zwischen der Psychologischen Beratungsstelle und einer Gesprächstherapie ist, dass eine Therapie erst einmal durch Eltern/Arzt beantragt werden muss, damit die Krankenkasse die Kosten übernimmt. Wenn man dann einen Therapieplatz gefunden hat, geht man in regelmäßigen Abständen in die psychologische Praxis. Anders bei der Beratungsstelle: Die Beratung hier ist kostenfrei und es gibt keine langen Wartezeiten. Man kann nach dem Erstgespräch weitere Termine vereinbaren (aber keine Langzeittherapie) oder auch nicht.

Der letzte und unserer Meinung nach auch sehr interessante Punkt ist, dass Jugendliche genauso häufig wie Erwachsene an seelischen Beeinträchtigungen leiden. Insgesamt ist ca. jeder vierte Mensch in Deutschland irgendwann mal in seinem Leben betroffen. Wichtig: Psychische „Krisen“ sind überwindbar. Natürlich wird man diese schlimme Zeit im





Hinterkopf behalten, aber das heißt nicht, dass man nie mehr Freude am Leben hat oder für immer damit zu kämpfen hat. Im Gegenteil: Oft tragen die Erfahrungen zur Weiterentwicklung der Persönlichkeit bei. Besonders die professionelle Hilfe, z.B. bei der Diakonie, kann hierbei helfen.

Die Diakonie-Beratungsstelle ist eine Einrichtung der evangelischen Kirche. Den gleichen Service bietet auch die katholische Kirche: Caritas-Beratungsstelle Horizont, Hemauer Straße 8 (Nähe Hauptbahnhof), Tel. 0941/58181

Unsere Besuche in der Psychologischen Beratungsstelle Diakonie Regensburg waren sehr interessant und aufschlussreich. Besonders bedanken möchten wir uns bei den Mitarbeiterinnen, die sich für unsere Klasse Zeit nahmen und unsere Fragen so ausführlich beantworteten.

Tipp: Wenn du ein Problem hast, mit dem du zu kämpfen hast, wende dich schnell an eine Person, der du vertraust, oder an eine Beratungsstelle. Auch online, z.B. hier: <https://www.ich-bin-alles.de/>, <https://www.caritas-regensburg.de/beratungsstelle/>, <https://www.diakonie-regensburg.de/beratung-hilfe/soziale-dienste-und-beratungen/psychologische-beratungsstelle/erziehungsberatung>

(Annika Bruischütz und Julia Krämer, 8b)

