

SVV- Selbst- Verletzendes- Verhalten

Du bist nicht allein!

Nach Schätzungen verletzen sich zwischen 568.000 und 1.200.000 Menschen in Deutschland selbst. Von den Betroffenen haben 90 % vor Ihrem 18. Lebensjahr damit begonnen.

„Dann fing auch noch meine beste Freundin mit dem Scheiß an... und ich wollte irgendwie versuchen, sie zu verstehen... und begann auch ich mit diesem Kram...“

Quelle: Internetkommentar zu „Warum sich Jugendliche Schmerzen zufügen“ auf www.welt.de/wissenschaft/article1016903

Bin ich oder ein anderer in meiner Umgebung betroffen?

Anzeichen dafür sind:

- Schlafstörungen
- Rückzug
- Vernachlässigen von Freunden und anderen Interessen, die sonst immer wichtig waren
- tragen von meist langer Kleidung, auch beim Sport und an warmen Sommertagen
- Stimmungsveränderungen
- vermehrte Verletzungen an Armen und Beinen oder am Brust- und Bauchbereich

Wie kann ich mir oder einer Freundin oder einem Freund helfen & was sollte ich lieber vermeiden?

Damit kann ich mir selbst helfen

- rede offen darüber mit einer vertrauenswürdigen Person
- vernetze dich & lass dich beraten
- such dir ein Alternativverhalten, z.B. schreibe Tagebuch oder schrei dir den Druck von deiner Seele

Damit kann ich einer Freundin oder einem Freund helfen

- sprich offen und unter vier Augen mit ihm darüber
- halte weiter Kontakt zu ihm
- unterstütze ihn weiter & gib ihm Rückhalt
- verbinde die Wunden, mach allerdings auch deutlich das du ihm auch anders Zuwendung geben kannst

Das hilft nicht:

- Ignorieren und Leugnen
- ängstliche Vermeidung des Themas
- Wegnehmen oder Verstecken von scharfen Gegenständen
- Vorwürfe
- das Stellen eines Ultimatums
- Versprechen machen, die man nicht einhalten kann
- eigene Grenzen missachten

Beratung und medizinische Hilfen bieten mehrere Beratungsstellen, Ärzte und Therapeuten im Saalekreis an. Hast du Vertrauen zu deinem behandelnden Kinderarzt oder Hausarzt, dann rede mit ihm darüber.

Beratungsstellen

Hier erhalten Sie anonym und kostenfrei Beratung!

Caritas Regionalverband Halle e.V.

An der Hoffischerei 8, **06217 Merseburg**

Tel.: 03461 333900

E-Mail: familienberatung.sk@caritas-halle.de

Mauerstraße 12, **06110 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 44505158

E-Mail: familienberatung@caritas-halle.de

Paritätisches Sozialwerk Kinder- und Jugendhilfe, Erziehungshilfeverbund Saale

Merseburger Straße 65a, **06268 Querfurt**

Tel.: 034771 22922

E-Mail: uohme@paritaet-lsa.de

Teichstraße 9, **06217 Merseburg**

Tel.: 03461 336216

E-Mail: eb-saalekreis@paritaet-lsa.de

pro familia Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.

Beratungsstelle Halle

Wilhelm-von-Klewiz-Straße 11, **06132 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 7748242

E-Mail: halle@profamilia.de

AWO Erziehungshilfe Halle (Saale) gGmbH

Erziehungsberatung

Zerbster Straße 14, **06124 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 503960

E-Mail: eb@awo-halle-merseburg.de

IRIS e.V. für Frauen und Familie

IRIS-Regenbogenzentrum

Schleiermacherstraße 39, **06114 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 5211232

E-Mail: beratung@irisfamilienzentrum.de

Evangelische Beratungsstelle in Trägerschaft des Zweckverbandes familienunterstützender Einrichtungen im Ev. Kirchenkreis Halle-Saalkreis

Kleine Märkerstraße 1, **06108 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 2031016

Email: beratungsstelle@zweckverband.org

Jugendamt Landkreis Saalekreis

Allgemeiner Sozialer Dienst

Kloster 4, **06217 Merseburg**, Tel.: 03461 401520

Nebenstellen:

Hansering 19, 06108 Halle (Saale), Tel.: 0345 2043251

Kirchplan 1, 06268 Querfurt, Tel.: 034771 7379731

E-Mail: jugendamt-hze@saalekreis.de

Gesundheitsamt Landkreis Saalekreis

Kinder- & Jugendpsychiatrischer Dienst (Beratung bis 18 Jahre)

Oberaltenburg 4b, **06217 Merseburg**

Tel.: 03461 401761/60

E-Mail: kjpd.gesundheitsamt@saalekreis.de

Sozialpsychiatrischer Dienst (Beratung ab 18 Jahren)

Oberaltenburg 4b, **06217 Merseburg**, Tel.: 03461 401707

Nebenstellen:

Hansering 19, **06108 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 2043349 oder 2043407

Kirchplan 1, **06268 Querfurt**, Tel.: 034771 7379734

E-Mail: spdi.gesundheitsamt@saalekreis.de

Medizinische Hilfen

Kliniken für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

Carl-von-Basedow - Klinikum Saalekreis GmbH

Weinberg 8, **06217 Merseburg**

Tel.: 03461 274810

E-Mail: kinderpsychiatrie@klinikum-saalekreis.de

Krankenhaus St. Elisabeth & St. Barbara

Barbarastr. 4, **06110 Halle (Saale)**

Tel. Ambulant: 0345 2135800

Tel. Stationär: 0345 2135902

E-Mail: sekretariat.kjpp@krankenhaus-halle-saale.de

Niedergelassene Ärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie

Dipl.-Med. Konrad Brandt

(FA für Kinder- u. Jugendpsychiatrie u. Neurologie)

Händelstraße 38, **06114 Halle (Saale)**, Tel.: 0345 5250810

Dr. med. Annegret Brauer

(FA für Kinder- u. Jugendpsychiatrie, Neurologie und Psychiatrie/Psychotherapie)

Ludwig-Wucherer-Straße 80, **06108 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 5125129

Dr. med. Gabriele Schäfer

Ludwig-Wucherer-Straße 80, **06108 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 2093185

Dipl.-Med. Michael Voigt

(FA für Kinder- u. Jugendpsychiatrie und Nervenarzt)

Wilhelm-Busch-Straße 39, **06118 Halle (Saale)**

Tel.: 0345 5227536 oder 0172 3660306

Dipl.-Med. Dagmar Scherling

(MVZ) Basedow Klinikum

Weißer Mauer 52, **06217 Merseburg**

Tel.: 03461 274760

Niedergelassenen Kinder- und Jugendpsychotherapeuten

Dipl.-Päd. Ronald Hametner

Weißer Mauer 41, **06217 Merseburg**

Tel.: 03461 3700648

Dipl.-Päd. Christian Uhrheimer

Bahnhofstraße 35, **06188 Landsberg**

Tel.: 0178 1863018

Dipl.-Soz.-Päd. (FH) Birte Beyer

Hallesche Straße 36b, **06217 Merseburg**

Tel.: 03461 2897767

Julia-Franziska Hahn

(MVZ) Basedow Klinikum

Weißer Mauer 52, **06217 Merseburg**, Tel.: 03461 274700

Merseburger Str. 57, **06268 Querfurt**, Tel.: 034771 718797

Dipl.-Päd. Ina Poschmann

Hallesche Straße 36b, **06217 Merseburg**

Tel.: 0177 3308761