

Übersicht psychosoziale Hilfsangebote bei Krisen in Berlin

(Die hier aufgeführten Angebote stellen nur eine begrenzte Auswahl dar und sind nicht vollständig)

Allgemein

- **Berliner Krisendienst**
Krisenberatung und Krisenintervention, telefonisch oder persönlich ohne Voranmeldung · mehrsprachig · in dringenden Fällen Hausbesuch, Arzt/Ärztin in Rufbereitschaft. Alle Standorte täglich 16.00-24.00 Uhr geöffnet. Überregionaler Bereitschaftsdienst (030 39063-00) täglich von 24.00-08.00 Uhr und am Wochenende und Feiertagen zusätzlich von 08.00-16.00 Uhr.
www.berliner-krisendienst.de
- **Sozialpsychiatrische Dienste der Berliner Bezirksämter**
Beratung · Hilfevermittlung · Krisenintervention · gegebenenfalls auch aufsuchend, d.h. bei Hausbesuchen oder im sozialen Umfeld. Montag bis Freitag: 8.00-16.00 Uhr: 115
(Die Vermittlung erfolgt zu dem Dienst in dem jeweils zuständigen Bezirk)
www.berlin.de/lb/psychiatrie/hilfe-in-krisen/sozialpsychiatrische-dienste-der-bezirke/
- **BeSu Berlin**
Beratungsstelle für Suizidbetroffene und Angehörige. Nansenstraße 27, 12047 Berlin
Telefon 030 62 73 27 34; mail@besu-berlin.de; www.besu-berlin.de
- **ApK Berlin**
Angehörige psychisch erkrankter Menschen, Landesverband Berlin e.V. Mannheimer Str. 32, 10713 Berlin;
Telefon 030 86395701; info@apk-berlin.de; www.apk-berlin.de

Frauen und Gewalt

- **Gewaltschutzambulanz Charité**
Telefonische Terminvereinbarung unter 030 450 570 270 zur rechtsmedizinische Dokumentation der Gewalttat und Aufbewahrung bis zur eventuellen Strafverfolgung
www.gewaltschutzambulanz.charite.de/fileadmin/user_upload/microsites/ohne_AZ/sonstige/gewaltschutzambulanz/2017_GSA_Flyer.pdf
- **Opferhilfe Berlin e.V.**
Hilfe für Opfer und Zeugen*innen von Straftaten
030 3952867 <https://www.opferhilfe-berlin.de/>
- **Lara**
Krisen- und Beratungszentrum für vergewaltigte und sexuell belästigte Frauen.
Montag bis Freitag: 9.00-18.00 Uhr 030 216 88 88 www.lara-berlin.de
- **Mädchennotdienst**
Für Mädchen und jungen Frauen von 12 - 20 Jahren, die sich physisch oder psychisch bedroht fühlen, die sexuellen Übergriffen oder Zwangssystemen ausgesetzt sind
030 61 00 63 www.berlin.de/notdienst-kinderschutz/maedchennotdienst/
- **BIG Hotline**
Bei häuslicher Gewalt – Hilfe für Frauen und ihre Kinder. Sprachmittlung bei Bedarf
Täglich von 8.00-23.00 Uhr 030 611 03 00 www.big-hotline.de

Kinder, Jugendliche, Eltern

- **Kinder- und jugendpsychiatrische Dienste der Berliner Bezirksämter**
Beratung und Hilfevermittlung in Krisensituationen · ärztliche, psychologische und sozialpädagogische Untersuchung. Mo-Do: 9.00-15.00, Fr: 9.00-13.00 Uhr: 115
(Die Vermittlung erfolgt zu dem Dienst in dem jeweils zuständigen Bezirk)
www.berlin.de/lb/psychiatrie/hilfe-in-krisen/hilfen-fuer-kinder-und-jugendliche/
- **Erziehungs- und Familienberatung**
Neben Eltern und Kinder auch für zum Beispiel Großeltern, Erzieher*innen, Lehrer*innen. Kinder und Jugendliche können sich auch ohne ihre Eltern melden. Bezirklich geregelt.
www.efb-berlin.de
- **Elterntelefon**
Beratung bei Sorgen um ihr Kind. Anonym, kostenfrei, vertraulich.
Mo-Fr: 9.00-17.00 Uhr, Di u. Do: 9.00-19.00 Uhr 0800-111 0 550
www.nummergegenkummer.de

- **neuhland**
Beratung für Kinder, Jugendliche u. Eltern bei psychischen Krisen, Suizidgefährdung.
Montag bis Freitag: 9.00-18.00 Uhr 030 87 30 111 www.neuhland.net
- **Hotline Kinderschutz**
Wenn Sie sich um ein Kind Sorgen machen, rufen Sie uns bitte an.
030 61 00 66 <https://www.berlin.de/notdienst-kinderschutz/hotline/>
- **Krisenchat**
24/7 professioneller Beratungs-Chat, kostenlos für unter 25 jährige Menschen www.krisenchat.de
- **U25**
Online-Suizidprävention, kostenlose und vertrauliche Mailberatung für unter 25-Jährige in (suizidalen) Krise
www.u25-deutschland.de

Pflege, Substanzen, Selbsthilfegruppen, Migration

- **Pflege in Not**
Beratungs- u. Beschwerdestelle bei Konflikt und Gewalt in der Pflege älterer Menschen.
Mo, Mi, Fr: 10.00-12.00 Uhr; Di: 14.00-16.00 Uhr; Do: 16.00-18.00 Uhr
030 69 59 89 89 www.pflege-in-not.de/
- **Suchtberatungsstellen**
 - **Drogennotdienst** www.drogennotdienst.de
 - **Caritas** www.caritas-berlin.de/beratungundhilfe/berlin/sucht/suchthilfe
 - **VISTA** www.vistaberlin.de/angebotsspektrum/suchtberatung/
- **Selbsthilfekontaktstellen SEKIS Berlin**
Zentrale Übersicht zu der Fülle an Selbsthilfegruppen in Berlin
Mo-Fr: 10.00-16.00 Uhr 030-8926602 www.sekis.de
- **Zentrum Überleben**
Überlebende von Gewalt und Flucht sowie Menschen mit unterschiedlichen Migrationserfahrungen finden hier medizinische, psychotherapeutische, sozialarbeiterische und Integrative Unterstützung. 030 30 39 06 0
www.ueberleben.org/

Seelsorge

- **TelefonSeelsorge**
24-Stunden-Notruf für die Seele. Anonym. Kompetent. Bei psychosozialen Krisen und Suizidgefahr. 0800-111 0 222 www.ktsbb.de 0800-111 0 111 www.telefonseelsorge-berlin.de
- **Muslimisches SeelsorgeTelefon**
24/7.-Dienst · Anonym. 030 443 509 821 www.mutes.de
- **Telefon Doweria (Russischsprachige TelefonSeelsorge)**
24/7 · Anonym. 030 440 308 454 Chat Doweria. Di u. Do: 20.00-22.00 Uhr www.doweria-chat.de
- **Helpline Ukraine** kostenlose Telefonberatung auf russisch und ukrainisch bei allen Sorgen, Problemen und Themen, die sie bewegen. Mo – Fr: 14.00-17.00 Uhr 0800 500 225 0

Psychotherapie

- **Information rund um Psychotherapie und die Wege dort hin**
 - www.psychotherapeutenkammer-berlin.de/ratsuchende/psychotherapie
 - www.api.bptk.de/uploads/bptk_patientenbroschuere_2021_4b62a0d05f.pdf
 - www.wege-zur-psychotherapie.org
- **Wo finde ich ein*e Psychotherapeut*in?**
 - Servicetelefon der Psychotherapeutenkammer Berlin. Di: 14.00-17.00 Uhr; Do: 10.00-13.00 Uhr unter 030 887140-20
 - www.psych-info.de
 - www.kvberlin.de/fuer-patienten/arzt-und-psychotherapeutensuche
 - www.dptv.de/psychotherapie/psychotherapeutensuche/
 - Ebenso gibt es so genannte „Institutsambulanzen“ www.fu-berlin.de/sites/studienberatung/psychologische_beratung/Psychologische-Ausbildungs-Institutsambulanzen-in-Berlin.pdf
 - Tamly App: <https://tamly.de/> Für die Suche nach kassenärztlichen Therapeut*innen, verfügbar in Berlin, Hamburg, Baden-Württemberg, Rheinland Pfalz und Saarland.