

Ihre BGW – wir sind für Sie da

Die BGW hilft nach Extremerlebnissen sofort und unbürokratisch. Betroffene, Angehörige oder Kolleginnen und Kollegen können sich direkt an die BGW-Bezirksverwaltung in ihrer Nähe wenden.

Bezirksverwaltung Berlin
Tel.: (030) 896 85 - 0

Bezirksverwaltung Köln
Tel.: (0221) 37 72 - 0

Bezirksverwaltung Bochum
Tel.: (0234) 30 78 - 0

Bezirksverwaltung
Magdeburg
Tel.: (0391) 60 90 - 5

Bezirksverwaltung
Delmenhorst
Tel.: (04221) 913 - 0

Bezirksverwaltung Mainz
Tel.: (06131) 808 - 0

Bezirksverwaltung Dresden
Tel.: (0351) 86 47 - 0

Bezirksverwaltung München
Tel.: (089) 350 96 - 0

Bezirksverwaltung Hamburg
Tel.: (040) 41 25 - 0

Bezirksverwaltung Würzburg
Tel.: (0931) 35 75 - 0

Bezirksverwaltung Karlsruhe
Tel.: (0721) 97 20 - 0

Damit psychische Belastung bei Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen nicht zu Erschöpfung, Burn-out oder gar körperlichen oder seelischen Erkrankungen führt, unterstützt die BGW Betriebe dabei, die psychische Gesundheit ihrer Beschäftigten zu erhalten.



Informieren Sie sich unter
www.bgw-online.de/psyche



Extremerlebnisse bewältigen

Hilfen der BGW



Bestell-Nr.: BGW 08-00-002 - 01/2020 - AW/MIHu - Foto: WavebreakMediaMicro/stock.adobe.com

Wenn die Psyche einen Schock erlitten hat

Ein schwerer Verkehrsunfall, ein Gewaltereignis, eine als lebensbedrohlich empfundene Situation – jederzeit kann etwas passieren, das uns aus der Bahn wirft. Das seelische Gleichgewicht nach solchen Extremereignissen wiederzuerlangen ist schwer. Selbst wenn wir von außen betrachtet unser normales Leben wieder aufnehmen, können uns Selbstzweifel, Scham, Wut und Resignation zu schaffen machen. Oder wir leiden an körperlichen Symptomen wie Schlaflosigkeit und Bluthochdruck durch ständige Wachsamkeit. Manche Menschen durchleben das Ereignis wie in Zeitlupe immer wieder, andere meiden möglichst alles, was schlimme Erinnerungen weckt, und schränken sich dadurch sehr ein.

Wir helfen Ihnen nach extremen Erlebnissen

Betroffene brauchen Menschen, die sie auffangen. Menschen, die ihnen zuhören und zur Seite stehen. Freundeskreis und Familie, verständnisvolle Kolleginnen und Kollegen sowie Vorgesetzte, deren Tür offen steht, sind eine wichtige Anlaufstelle. Doch manchmal reicht das Netz vertrauter Menschen nicht aus und professionelle Hilfe ist nötig.

Versicherte genießen bei ihrer gesetzlichen Unfallversicherung einen umfassenden Schutz: Sie haben nach einem Arbeitsunfall Anspruch auf Leistungen, die dazu beitragen, körperliche Leistungsfähigkeit und seelisches Gleichgewicht so gut wie möglich wiederherzustellen. Die BGW bietet Betroffenen bei Verdacht auf eine Traumatisierung eine unverbindliche, kostenlose und selbstverständlich vertrauliche Beratung an.

Soforthilfe durch die BGW

Telefonisch-psychologische Beratung

Allen, die zeitnah und ortsunabhängig professionelle Hilfe möchten, bietet die BGW eine telefonisch-psychologische Beratung an. Bis zu fünf Telefontermine à 50 Minuten mit geschulten Psychotherapeutinnen und -therapeuten sind möglich.

Therapiesitzungen ohne lange Wartezeit

Bei Bedarf vermitteln wir Betroffene kurzfristig an ärztliche oder psychologische Psychotherapeutinnen und -therapeuten. Ohne weitere Prüfung oder Genehmigung sind fünf ambulant durchgeführte probatorische Sitzungen möglich, um die psychische Stabilisierung zu unterstützen. Wenn anschließend aufgrund des erlittenen oder miterlebten Vorfalls eine psychotherapeutische Weiterbehandlung erforderlich ist, wird diese ebenfalls gewährt.

Ein Extremereignis ist ein Arbeitsunfall

Verursacht ein äußeres Ereignis während der beruflichen Tätigkeit einen körperlichen Schaden oder eine seelische Erkrankung, ist es versicherungsrechtlich ein Arbeitsunfall. Deshalb rät die BGW dazu, auch Gewalt- oder Extremereignisse im Unternehmen sofort mit einer Unfallanzeige bei der zuständigen gesetzlichen Unfallversicherung zu melden. Selbst wenn Betroffene einfach zur Tagesordnung übergehen, kann eine Traumatisierung stattgefunden haben, die schnelle Hilfe erfordert. Zur Pflicht wird die Unfallanzeige, wenn ein Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin länger als drei Tage nach dem Ereignis arbeitsunfähig ist.