Vor Ort - Beratung

Eine HIV-Infektion bringt eine Vielzahl von Problemen und Fragen mit sich. Hier braucht man als Betroffener das richtige Hilfsangebot.
Das können Einzelgespräche mit professionellen Beratern sein. In der Beratung stellen sie sich akzeptierend auf die jeweilige Lebenssituation, die sexuellen Bedürfnisse und deinen Lebensstil der Betroffenen ein. Das heißt, dein bisheriger Lebensstil wird nicht bewertet, oder infrage gestellt. Wichtig ist, mit dem Berater oder der Beraterin Offenheit im Gespräch zu vereinbaren, ohne dass die Gesprächsinhalte nach außen dringen.

Es gibt in Brandenburg, neben den Gesundheitsämtern auch freie Träger für Aidshilfe und Positivenberatung:

Rat & Tat - Zentrum Potsdam
Es stehen dir schwule Berater zur Seite, die sich in der Schwulenszene auskennen und dir diverse weitergehende Hilfsangebote unterbreiten können.
Rat & Tat - Zentrum Cottbus
Es stehen dir schwule Berater zur Seite, die sich in der Schwulenszene auskennen und dir diverse weitergehende Hilfsangebote unterbreiten können.
Aidshilfe Potsdam
Es stehen dir Beraterinnen zur Seite.

Wenn du schwul bist oder Sex mit einem Mann hattest, steht dir die Onlineberatung auf dem Dating-Portal www.gayromeo.com unter dem Profil LOVE SEX SAFE und der Aidshilfe Potsdam zur Verfügung. Diese Beratung erreichst du auch telefonisch unter 0700 000 19 411. Diese Angebote werden von den Mitarbeitern des Vereins Katte e.V. federführend organisiert. Wenn du heterosexuell bist, stehen dir die Mitarbeiterinnen der Potsdamer Aidshilfe zur Verfügung. Diese erreichst du telefonisch unter 0331 951 30 851 und per E-Mail unter beratung@aidshilfe-potsdam.de
oder
beratung@love-sex-safe.de
.

Mit der HIV-Infektion stellen sich viele Fragen. Welche zusätzlichen Ansprüche durch Leistungsträger (Krankenkassen, Rentenkassen oder ARGEn) aufgrund des Mehrbedarfs für medizinische Betreuung, hast du? Ist die Berufsfähigkeit gefährdet? Wie reagiert man auf Diskriminierung durch Kollegen oder Arbeitgeber? Wie beantragt man notwendige Rehabilitierungsmaßnahmen beim Rentenversicherer oder der Krankenkasse? Beide Beratungsstellen vermitteln Euch an kompetente Ansprechpartner weiter. Sie begleiten Euch zu Behörden oder Ärzten.
In der HIV – Schwerpunktpraxis des Klinikum „Ernst von Bergmann“ in Potsdam steht ein Team von versierten und speziell ausgebildeten Ärzten für HIV – Positive zur Behandlung der Infektion oder der ausgebrochenen Krankheit zur Verfügung.

WAS KANN ICH TUN, WENN ES MIR PSYCHISCH NICHT GUT GEHT?

Als Folge des Testergebnisses beginnen viele Positive, ihr Leben genauer zu betrachten und Bilanz zu ziehen. Viele Betroffene sind dann unzufrieden oder unglücklich.
Das kann die langjährige Beziehung sein. Oder das Gegenteil, die vermeintlich vergebliche Suche nach einem Partner oder einer Partnerin. Auch die Arbeitssituation wird infrage gestellt. Hält der Freundeskreis auch in dieser schwierigen Situation zu mir? Ist der jetzige Wohnort der richtige? Auch das eigene Bild, das du von dir selbst hast, wird einer Prüfung unterzogen. Häufig ist HIV der Grund für diese Unzufriedenheit, oft aber auch nur der Auslöser, über Dinge nachzudenken, die die Betroffenen ohnehin schon länger beschäftigen. Es ist wichtig, dass du Probleme in Angriff nimmst und zu lösen versuchst. Das geht leichter, wenn dir jemand dabei hilft, z. B. ein Freund, ein Berater oder eine Beraterin. Ein Beratungsgespräch mit einer Person „von außen“ bedeutet nicht, dass du deine Probleme nicht selbst lösen könntest. Aber die Erfahrungen zeigen, dass ein Gespräch sehr entlastend sein kann.

PROBLEME IN DER BEZIEHUNG

Eine HIV-Infektion führt häufig zu Spannungen in der Beziehung. Nicht selten gab es bereits vorher Schwierigkeiten, die aber erst jetzt deutlich zutage treten. Viele Paare tun sich schwer, über Probleme zu sprechen und sie anzugehen. Krisen sind jedoch etwas Normales und Notwendiges. Die meisten lassen sich so lösen, dass das Paar am Ende gestärkt daraus hervorgeht. Die Qualität einer Partnerschaft misst sich nicht unbedingt daran, wie harmonisch sie im Alltag ist, sondern wie gut ein Paar mit Krisen umgehen kann. Auch hier kann ein Gespräch mit einer dritten Person hilfreich sein.

WIE FINDE ICH EINEN GEEIGNETEN BERATER ODER THERAPEUTEN?

Wenn du dich entschließt, deine Probleme mit Hilfe einer anderen Person anzugehen, dann sollte das jemand sein, dem du Vertrauen entgegenbringst und dem gegenüber du vollkommen offen und ehrlich sein kannst und willst. Zunächst musst du überlegen, ob du lieber zu einem Mann oder zu einer Frau gehen möchtest und was dir sonst noch im Zusammenhang mit dem Therapeuten oder der Therapeutin wichtig ist. Es kann sinnvoll sein, zuallererst ein Beratungsgespräch zu führen, in dem du dich über das Thema Psychotherapie informierst und deine Wünsche und Vorstellungen klärst. Die oben genannten Vereine helfen dir, gemeinsam geeignete Therapeuten zu finden.

WO FINDE ICH HILFE IN EINER KRISENSITUATION?

Es kann Situationen geben, in denen du wegen deiner HIV-Infektion verzweifelt bist und keinen Ausweg mehr weißt. In solchen Fällen kannst du dich an Einrichtungen wenden, die rund um die Uhr erreichbar sind. Psychologische oder psychiatrische Einrichtungen haben oft einen eigentümlichen Ruf – völlig zu Unrecht, denn dort sind qualifizierte Fachleute tätig, die das Wohl ihrer Patienten im Auge haben.
Eine schnelle und sofort verfügbare Hilfe ist die Telefonseelsorge. Diese ist rund um die Uhr erreichbar. In absoluten Krisensituationen hilft sie dir weiter.

PIA Potsdam

Zentrums für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik am Klinikum Ernst von Bergmann

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Chefarzt Dr. med. Ch. Kieser Oder Oberärztin C. Wanke
In der Aue 59/61 und Standort Charlottenstraße 72
14480 Potsdam
0331 241 75 25 (In der Aue 59/61) und 0331 241 75 86 (Charlottenstraße 72)
ckieser@klinikumevb.de

PIA Cottbus

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
Carl-Thiem-Klinikum Cottbus gGmbH
Thiemstr. 111
03048 Cottbus
Ansprechpartner: OA Dipl.-Med. U. Heidergott
Frau A.Kaatz, Frau A. Roschka
0355 462 471
0355 462 810
D.Sikorski@ctk.de