

### Zum Angebot gehören:

- *Wissenschaftliche Begleitung, Evaluierung und konzeptionelle Weiterentwicklung der Begleitungs- und Betreuungsmaßnahmen*
- *Aufbau einer Kartei qualifizierter BeraterInnen, Therapeut/inn/en und Supervisor/inn/en*
- *Aufbau einer Kartei qualifizierter Psychotherapeut/inn/en und therapeutischer Einrichtungen in Deutschland*

### Mein Angebot richtet sich an:

Menschen mit posttraumatischen Belastungsstörungen, Rettungs- und Fachdienste und Organisationen der Krisenintervention sowie Hilfswerke, Wohlfahrtsverbände und Stiftungen, die Fachkräfte zu kurz- oder langfristigen Einsätzen in Krisensituationen entsenden.

**Gert Levy**, Diplom-Sozialpädagoge, Gestalttherapeut, Heilpraktiker Psychotherapie, seit über 20 Jahren tätig in verschiedenen Arbeitsbereichen der Krisenintervention, Beratung und Therapie von Psychisch- und Suchtkranken, insgesamt dreizehn Jahre davon im Ausland; Belgien, Frankreich, Italien, Iran und Madagaskar  
Sprachen: Deutsch, Französisch, Englisch, Italienisch, Spanisch

Praxis: Merowinger Str. 23  
D-50677 Köln  
Tel.:0221-1706622  
Fax : 724474  
Mail: gert.levy.gestalttherapie@t-online  
www.gert-levy.de

### ***BERATUNG für Menschen in besonderen BELASTUNGEN***

Counselling für Menschen in Stress und Krise.

Bestehende Kooperationsvereinbarungen mit Co-Therapeutinnen ermöglichen genderspezifische Interventionen

### **Beratung, Begleitung und Behandlung**

- Bei posttraumatischen Belastungsstörungen
- vor, während und nach Krisensituationen
- vor, während und nach belastenden Lebenssituationen

## The costs of caring:

Leben und Arbeiten in schwierigen Arbeitsfeldern hinterlässt Spuren: Es kann erfüllen, befriedigen und weiser machen, es kann aber auch erschöpfen und beschädigen. Vielen kommen wichtige Ressourcen wie das erprobte und stabile soziale Netz, die vertraute und schützende Umgebung abhanden., Dies macht sie gegenüber der hohen Beanspruchung ihrer Tätigkeit oft noch verwundbarer.

Angesichts des Ausmaßes an Elend und existentieller Bedürftigkeit, mit dem sie oft konfrontiert sind, besteht die Gefahr, die eigenen Bedürfnisse nicht mehr ernst zu nehmen und sich selbst nicht ausreichend zu schützen. Psychische Erschöpfung und Ausbrennen (Burn out) können die Folgen sein.

Sie erleben die Ohnmacht angesichts der Zerstörungskraft der Natur und die menschliche Fähigkeit zum Bösen. Dies lässt Weltbilder ins Wanken geraten und angesichts des wenigen, was sie tatsächlich dagegen tun können, auch das Selbstbild.

Sie können selbst Bedrohungen und Gefährdungen ausgesetzt sein und damit dem Risiko einer direkten Traumatisierung oder, durch die intensive Auseinandersetzung mit dem Leid anderer Menschen, der Gefahr sekundärer Traumatisierung.

Neben körperlichen Belastungsreaktionen kann dies alles zu generalisierter Angst und Nervosität oder auch zu Rückzug, Verbitterung, Depression und Zynismus führen.

Sensibilisierung für Belastung und die eigenen Grenzen, individuelle Planung von Präventionsstrategien und der Aufbau von Unterstützungsstrukturen, sowie Begleitung und Intervention im Krisenfall reduzieren die Belastung bzw. mildern deren Folgen und verhindern nachhaltige psychische Beeinträchtigung.

## Ich biete an:

### Einzelarbeiten, Seminare und Workshops

- Stressprävention und Stressmanagement
- Care for Caregivers (Umgang mit sekundärer Traumatisierung)
- Arbeit mit traumatisierten Menschen mit ressourcen- und gemeinwesen orientierten sowie kulturspezifischen Ansätzen
- Methoden der kollegialen Supervision (Intervision), debriefing
- Identitätsfindung und -stärkung
- Interkulturelle Kommunikation und Kompetenz

## Beratung und Begleitung

- In der **Prophylaxe**: Einzelberatung zur individuellen Planung von persönlichen und individuellen Strategien zur Stressprävention
- **während der Krisensituation**
  - Fernmündliche Beratung (Coaching, Entlastungsgespräche) per Telekommunikationsmittel
  - Coaching zur persönlichen Stressprävention und -management, Anleitung beim Aufbau unterstützender sozialer Strukturen)
  - Krisenintervention
- **Nach den Konfliktsituationen**
  - Nachbesprechung der Krisensituation, Entlastungsgespräche, Diagnostik
  - Beratung zu Stress- und Krisenbewältigung
  - Bei Bedarf Weitervermittlung an qualifizierte Psychotherapeut/inn/en

## Besondere Belastungen:

Fachkräfte im Entwicklungs- und Friedendienst sind nicht immun gegen die Auswirkungen von Stress und Krisen. Ihnen fehlen zudem wichtige Ressourcen wie das erprobte soziale Netz und die vertraute, schützende Umgebung, was sie gegenüber der hohen Beanspruchung ihrer Tätigkeit oft noch verwundbarer macht.

## Besondere Belastungen können z.B. entstehen bei:

- Kurz- und längerfristigen Einsätzen in **Kriegs- und Nachkriegssituationen und Krisengebieten** (im Rahmen von Not- und Wiederaufbauhilfe, Friedens- oder Entwicklungsdienst)
- **Ständiger Bedrohung und Gefährdung** im Zuge von Verfolgung, Unruhen, politischen Spannungen und sozialer Gewalt.
- Arbeit mit sehr **belasteten Partnern und Zielgruppen** (Flüchtlingen, Überlebenden von Katastrophen und Kriegen, , AIDS)
- Mitarbeit in **Programmen für Traumabehandlung**
- **Unvorhergesehen ausbrechenden Krisen** (Unruhen, Kriege, Naturkatastrophen, Evakuierung)
- **Persönlichen Krisen** (Unfälle, Krankheiten, Tod von Angehörigen, Entführungen, Überfälle, Vergewaltigung)

Solche Belastungen beinhalten das Risiko von beruflichem *burnout* und direkter wie sekundärer Traumatisierung. Neben den bekannten Belastungsreaktionen kann dies alles zu generalisierter Angst und Nervosität oder auch zu Rückzug, Depression, Verbitterung und Zynismus führen.

Gezielte Vorbereitung wie Aufklärung über Risiken und Folgen, Sensibilisierung für Belastung und die eigenen Grenzen, individuelle Planung von Präventionsstrategien und der Aufbau von Unterstützungsstrukturen vor Ort sowie Begleitung und Intervention im Krisenfall reduzieren die Belastung bzw. mildern deren Folgen und verhindern nachhaltige psychische Beeinträchtigung.

## Ich biete an:

### Seminare und Workshops für Fachkräfte

- Stressprävention und Stressmanagement
- Care for Caregivers (Umgang mit sekundärer Traumatisierung)
- Arbeit mit traumatisierten Menschen, ressourcenorientierte, gemeindeorientierte und kulturspezifische Ansätze
- Methoden der kollegialen Supervision (Intervision), debriefing
- Umgang mit Krisen und Konflikten, Deeskalationsstrategien
- Identitätsfindung und -stärkung
- Interkulturelle Kommunikation und Kompetenz

### Beratung und Begleitung von Fachkräften

- In der **Vorbereitung**: Einzelberatung zur individuellen Planung von persönlichen und einsatzspezifischen Strategien zur Stressprävention
- **während der Krisensituation**:
  - Fernmündliche Beratung (Coaching, Entlastungsgespräche) per Telekommunikationsmittel
  - Beratung der Fachkräfte vor Ort (Projektbesuche, Coaching zu persönlicher Stressprävention und Stressmanagement, Anleitung beim Aufbau unterstützender Strukturen vor Ort etc.)
  - Krisenintervention vor Ort
- **Nach den Konflikt- und Belastungssituationen**
  - Nachbesprechung der Krisensituation, Entlastungsgespräche, Diagnostik
  - Beratung zu Stress- und Krisenbewältigung nach der Rückkehr
  - Bei Bedarf Weitervermittlung an qualifizierte Psychotherapeuten