

Startseite > International > **Coronavirus**

Corona-Krise | Psychotherapie- Helpline bietet kostenlos Hilfe an

Die Ausnahmesituation aufgrund der Coronakrise stellt für die Bevölkerung eine große Herausforderung und psychische Belastung dar.

08.25 Uhr, 06. April 2020

Derzeit ist nicht absehbar, wann die Ausgangsbeschränkungen aufgehoben werden und sich der Alltag wieder normalisiert. Aber selbst wenn sich die Beschränkungen lockern, werden wir für längere Zeit die **psychischen Nachwirkungen im persönlichen und sozialen Leben** spüren.



© APA/ROLAND SCHLAGER

Die **Psychotherapie-Helpline 0720 12 00 12** wird von Psychotherapeuten betreut und steht **täglich von 8 bis 22 Uhr für telefonische Krisengespräche** zur Verfügung.

Die Helpline richtet sich an Menschen, die sich aufgrund des momentanen Ausnahmezustandes psychisch belastet fühlen und erhöhten Stress im privaten oder beruflichen Bereich erleben. Hier ist unmittelbare Hilfe in Form von telefonischen Krisengesprächen notwendig, damit Stress und psychische Belastungen nicht chronifizieren, so die Helpline in einer Aussendung. Viele Menschen sind derzeit **in ihrem persönlichen Sicherheitsgefühl grundlegend erschüttert**. Die Nachwirkungen der Krise auf die seelische Gesundheit werden uns noch längere Zeit beschäftigen, ist **Leonore Lerch**, Vorsitzende des Wiener Landesverbandes für Psychotherapie überzeugt.

Viele Menschen wissen nicht, wie sie mit der aktuellen Situation umgehen sollen. Aber auch die Zukunft ist völlig ungewiss. Wir haben es mit einer neuen Art der Verunsicherung zu tun: Eine für uns unsichtbare Bedrohung kann schwer eingeschätzt und seelisch verarbeitet werden. Gefühle der Unsicherheit, Angst, Trauer und Einsamkeit haben zugenommen. Aggressionen und häusliche Gewalt sind im Ansteigen begriffen, Probleme in der Partnerschaft und Familie eskalieren, weil das soziale Leben, das sonst einen Ausgleich und Schutz in Krisenzeiten bietet, weitgehend zum Erliegen kam. Den Kindern fehlen ihre sozialen Kontakte ebenso wie den Erwachsenen. Körperliche Bewegung ist nicht im erforderlichen Ausmaß möglich, um eine seelische Balance zu

finden.

Manche Berufsgruppen wie z.B. das Personal im medizinischen Bereich, in der Pflege, im Einzelhandel stehen wegen erhöhter Arbeitserfordernisse **unter anhaltendem psychischen Druck**. Andere wiederum haben ihren Job verloren und fühlen sich in ihrer Existenz bedroht.

LINKS ZUM THEMA

- Weitere Informationen (<https://www.psychotherapie-wlp.at/>).

{PRESENDARTICLE.DO}

CORONA: WIE VERHALTE ICH MICH RICHTIG?

Wenn Sie bei sich **Erkältungssymptome** bemerken, dann gilt zunächst: **zu Hause bleiben und Kontakte zu Mitmenschen meiden!** Tritt zusätzlich Fieber auf oder verschlechtert sich der Zustand, dann sollte das **Gesundheitstelefon 1450 (tel:1450)** angerufen werden. Bei **Allgemeinen Fragen** wählen Sie bitte die **Infoline Coronavirus der AGES: 0800 555 621 (tel:0800555621)**.

Die Nummer **1450 (tel:1450)** ist nur für Menschen mit Beschwerden! Es gilt: Zuerst immer telefonisch anfragen, niemals selbstständig mit einem Corona-Verdacht in Arztpraxis oder Krankenhaus gehen!

- PRESENDAKTIVIERUNG
- [Auf einen Blick: Die Fakten zum Coronavirus](https://www.kleinezeitung.at/lebensart/gesundheitsfragen/578488/Coronavirus-Auf-einen-Blick-Die-Fakten-zum-Coronavirus) (<https://www.kleinezeitung.at/lebensart/gesundheitsfragen/578488/Coronavirus-Auf-einen-Blick-Die-Fakten-zum-Coronavirus>)
 - [Die wichtigsten Fragen und Antworten](https://www.kleinezeitung.at/lebensart/5774053/Arbeitsrecht-Die-wichtigsten-Fragen-und-Antworten) (<https://www.kleinezeitung.at/lebensart/5774053/Arbeitsrecht-Die-wichtigsten-Fragen-und-Antworten-zum-Coronavirus>)
 - [Coronavirus & Covid-19: Wissen von A bis Z](https://www.kleinezeitung.at/lebensart/gesundheitsfragen/5770718/Coronavirus-Covid19-Wissen-von-A-bis-Z) (<https://www.kleinezeitung.at/lebensart/gesundheitsfragen/5770718/Coronavirus-Covid19-Wissen-von-A-bis-Z>)
 - [Was man im Fall einer Pandemie tun kann](https://www.kleinezeitung.at/lebensart/5774075/Was-man-im-Fall-einer-Pandemie-tun-kann) (<https://www.kleinezeitung.at/lebensart/5774075/Was-man-im-Fall-einer-Pandemie-tun-kann>)
 - [Wie stark ist jetzt mein Immunsystem?](https://www.kleinezeitung.at/lebensart/gesundheitsfragen/5785218/Tipps-vom-Immunologen-Wie-staerke-ich-jetzt-mein-Immunsystem?) (<https://www.kleinezeitung.at/lebensart/gesundheitsfragen/5785218/Tipps-vom-Immunologen-Wie-staerke-ich-jetzt-mein-Immunsystem?>)
 - [Arbeitsrecht: Das sollten Sie wissen](https://www.kleinezeitung.at/lebensart/omni/578488/Arbeitsrecht-Das-sollten-Sie-wissen) (<https://www.kleinezeitung.at/lebensart/omni/578488/Arbeitsrecht-Das-sollten-Sie-wissen>)
 - [Homeoffice: Was dazu zu beachten ist](https://www.kleinezeitung.at/lebensart/578488/Arbeitsrecht-Das-sollten-Sie-wissen) (<https://www.kleinezeitung.at/lebensart/578488/Arbeitsrecht-Das-sollten-Sie-wissen>)
 - [Was bedeutet häusliche Quarantäne genau?](https://www.kleinezeitung.at/international/578488/Arbeitsrecht-Das-sollten-Sie-wissen) (<https://www.kleinezeitung.at/international/578488/Arbeitsrecht-Das-sollten-Sie-wissen>)
 - [Wie erklärt man Kindern den Schrecken?](https://www.kleinezeitung.at/lebensart/familie/578488/Arbeitsrecht-Das-sollten-Sie-wissen) (<https://www.kleinezeitung.at/lebensart/familie/578488/Arbeitsrecht-Das-sollten-Sie-wissen>)

CORONAVIRUS-INFOPOINT > (/INTERNATIONAL/CORONA/INFO)

DAS KÖNNTE SIE AUCH INTERESSIEREN

