



# psychosozialer krisendienst tirol

## 0800 400 120

Der Psychosoziale Krisendienst Tirol (PKT) ist eine vom Land Tirol und den Sozialversicherungsträgern geförderte telefonische Anlaufstelle, die täglich von 08:00 – 20:00 Uhr besetzt ist. Wir beraten Menschen, die sich akut in einer Krise oder psychischen Ausnahmesituation befinden, sowie Angehörige, Bekannte oder professionelle Helfer\*innen, die in ihrem Umfeld mit Krisen zu tun haben.

### Unser Angebot

#### **Telefon:**

Das telefonische Angebot bietet sofortige, vertrauliche und professionelle Unterstützung für Menschen in akuten Krisen und in psychischen Belastungssituationen. Ihnen stehen Psychotherapeut\*innen zur Verfügung, die versuchen, Ihr Anliegen zu verstehen, emotionale Unterstützung zu bieten und im gemeinsamen Gespräch Möglichkeiten zu entwickeln, damit sie mit dem krisenhaften Geschehen angemessen umgehen können. Ziel ist es, Ihnen Stabilität zu vermitteln und zur Deeskalation beizutragen. Zugleich dient das Gespräch einer Erstabklärung, Gefährdungseinschätzung sowie der Koordination der von ihnen gewünschten oder benötigten weiteren Begleitung.

#### **Mobil:**

Wenn sich bei der telefonischen Beratung herausstellt, dass ein persönlicher Kontakt notwendig und sinnvoll ist, kann der mobile Krisendienst zum Einsatz kommen und Sie vor Ort unterstützen. Durch den persönlichen Besuch in Ihrer gewohnten Umgebung gibt es einen sicheren Rahmen in dem eine vertrauensvolle Atmosphäre geschaffen werden kann, um eine effektive Krisenintervention zu ermöglichen. Der mobile Krisendienst hat zum Ziel, Ihnen zu helfen die erschütterte Sicherheit und Stabilität wiederzuerlangen.

#### **Ambulant:**

Die ambulante psychotherapeutische Krisenintervention findet in den Räumlichkeiten des PKT statt, ist zeitlich begrenzt und zielt darauf ab, die akute Belastung in einem persönlichen Gespräch zu lindern. Mit den Therapeut\*innen werden Bewältigungsstrategien entwickelt – um kurzfristig zu entlasten und weiteren Unterstützungsbedarf abzuklären. Wenn Sie Kontakt aufnehmen und die telefonische Krisenintervention nicht ausreichend erscheint, soll die unmittelbare, zeitnahe Bearbeitung der Krise durch das ambulante Angebot ermöglicht werden, um eine Chronifizierung zu verhindern und die aktive Handlungsfähigkeit sowie Selbstermächtigung wieder zu erlangen.