

Psychologische Beratungsstellen

In einer psychologischen Beratungsstelle arbeiten Psychologen und Psychologinnen. Sie helfen Menschen, die seelische Probleme oder Stress haben. Man kann dort ein Gespräch führen, um sich besser zu fühlen.

Wann kann man dort Hilfe bekommen?

Zum Beispiel, wenn:

- Man sich sehr traurig fühlt oder oft ängstlich ist.
- Man viele Ängste hat und nicht weiß, wie man damit umgehen soll.
- Man Stress oder Druck hat, zum Beispiel wegen der Arbeit oder in der Familie.
- Man Schlafprobleme oder Konzentrationsprobleme hat.
- Man sich mit bestimmten Gefühlen oder Gedanken schwer tut.

Wie hilft die Beratungsstelle?

Die Psychologen hören zu und sprechen mit dir. Sie geben dir Tipps und Ratschläge, wie du mit deinen Gefühlen besser umgehen kannst. Manchmal helfen sie dir auch dabei, Strategien zu finden, um den Stress zu reduzieren.

Was ist wichtig?

Die Gespräche sind vertraulich und geheim. Du musst dich nicht allein fühlen, die Psychologen sind für dich da. Die Beratung kann kostenlos oder günstig sein, je nach Stelle.

Sozialpsychiatrischer Dienst

 [Hastenerstr. 15, 42855 Remscheid](#)

 [@sozialpsychiatrischerDienst@remscheid.de](mailto:sozialpsychiatrischerDienst@remscheid.de)

 [+49 \(0\) 2191162028](tel:+49(0)2191162028)

 <https://www.remscheid.de/vv/produkte/2.53/Sozialp...>

Franc Schaller | Sozialpsychiatrischer Dienst Sucht

 [Schulgasse 1, 42853 Remscheid](#)

 [@f.schaller@diakonie-kkllenep.de](mailto:f.schaller@diakonie-kkllenep.de)

 [+49 \(0\) 21929361345](tel:+49(0)21929361345)

 <https://www.diakonie-remscheid.de/beratung/suchtb...>

für Kinder und Jugendliche:

Psychologische Beratungsstelle

 [Bankstraße 12, 42853 Remscheid](#)

 [+49 \(0\) 2191163888](tel:+49(0)2191163888)

 <https://www.remscheid.de/menschen-soziales/kinder...>