

## Beratungsanlässe können sein...

*Eine akute Krise oder  
chronische Probleme,  
Sorgen um sich selbst oder jemand  
anderen,  
Ängste, Depressionen, Burnout,  
Mobbing, Einsamkeit,  
psychische Erkrankung und Arbeit,  
"Wie finde ich eine Psychotherapie?"  
und vieles mehr.*



Dagmar Kamps



Marietta Voss

**Unser Team** besteht aus langjährig erfahrenen sozialpädagogischen und psychologischen Fachkräften.

**Unser Beratungsansatz** ist wertschätzend und fördert die Eigenverantwortung, ist ressourcenorientiert, partnerschaftlich und offen für eine Vielfalt von Lebensformen, Kulturen und Überzeugungen.

## Kontakt

**Dagmar Kamps** 0163/7479042  
dagmar.kamps@thessa-ev.de  
**Marietta Voss** 0163/7479052  
mvossk1@freenet.de  
**Susanne Kopf** 0163/7479050  
susanne.kopf@thessa-ev.de

**Thessa e.V.**  
Lipschitzallee 77  
12353 Berlin  
030/29368843  
kontakt@thessa-ev.de  
www.thessa-ev.de



## Wer wir sind

### Thessa e.V., Verein zur Förderung von Kindern, Jugendlichen und Familien

Thessa e.V. ist ein anerkannter freier Träger der Jugendhilfe in Berlin und schwerpunktmäßig in Neukölln tätig: Seit vielen Jahren arbeiten wir mit Familien mit psychischen Belastungen und Erkrankungen.



Das Projekt wird ermöglicht durch die Förderung im Programm "Sozialer Zusammenhalt" des Quartiersmanagements Gropiusstadt Nord.



# insicht

Anlaufstelle  
psychische Gesundheit  
Gropiusstadt



## insicht richtet sich an

- Menschen im Stadtteil mit psychischen Belastungssituationen oder Erkrankungen
- Angehörige und Bezugspersonen
- Jugendliche und junge Erwachsene in schwierigen Lebenssituationen
- Angehörige, Bezugspersonen und Fachkräfte, die mit betroffenen Menschen arbeiten
- Lehrer\*innen, Erzieher\*innen, Schulsozialarbeiter\*innen
- Psychisch belastete Menschen, die sich isoliert fühlen und Kontakt suchen



## insicht

- berät frühzeitig, damit Probleme nicht größer werden
- hört zu, fördert Kontakte und greift Ideen auf
- macht auf Themen der psychischen Gesundheit aufmerksam und fördert die Entstigmatisierung
- schafft gemeinsam mit anderen Akteuren in der Gropiusstadt neue Angebote und hilft bestehende auszubauen
- stärkt und erweitert das bestehende psychosoziale Beratungsnetzwerk
- schöpft aus jahrzehntelanger Erfahrung in der Arbeit mit psychisch belasteten Familien

## insicht bietet

- persönliche Beratung für Betroffene und Angehörige
- Weiterleitung an andere Hilfsstrukturen
- Angebote zur psychischen Gesundheit (Infos, Entspannung, Bewegung)
- Beratung/Coaching/Supervision/Mini-Workshops für Jugendeinrichtungen, Kitas, Schulen rund um psychische Gesundheit
- Fortbildungen/Inputs für pädagogische Fachkräfte und Multiplikator\*innen

Bei Interesse sprechen Sie uns an!

## insicht - Beratungen

*Sind kostenlos und dauern circa 1 Stunde. Es können mehrere Termine stattfinden...*

*...bei Thessa oder woanders! Persönlich, online, per whatsapp oder telefonisch!*

### REMINDER:

*Alles, was dich belastet, verdient es, ernst genommen zu werden.*

*Psychische Probleme sind weit verbreitet, du bist nicht allein damit!  
Melde dich gern bei uns!*

*Dein insicht-Team*