

# OFFENES OHR



- Brauchen Sie einfach mal jemanden zum **Reden**?
- Sind Sie **einsam** oder fühlen sich **alleine**?
- Begleiten Sie Gefühle wie **Trauer, Angst** oder **Langeweile** und finden Sie keinen guten Umgang damit?

**DANN RUFEN SIE GERNE BEI UNS AN, WIR HABEN EIN OFFENES OHR!**

Das „**Offene Ohr**“ ist eine Initiative von **Studierenden** der **Uni Witten-Herdecke** und des **ASB**.

Wir sind mit **Gesprächs- und Beratungsangebot** für Sie da. Die Psychologiestudierenden der Initiative eröffnen Kommunikationswege um Menschen in Krisensituationen zu begleiten. Anrufende bekommen die Möglichkeit „einfach mal mit jemandem zu reden“ oder Unterstützung in schwierigen Phasen zu erhalten. Die Idee für das Angebot entstand im Rahmen der Corona-Pandemie.

„Offenes Ohr“ bietet Hilfe im Umgang mit der jeweiligen belastenden Situation und ihren Folgen - egal ob es sich um ein Corona-Thema handelt oder um etwas völlig anderes. Es geht um **Begleitung im Umgang mit Gefühlen und Emotionen**.

Ziel der Hotline ist es, Menschen durch Gespräche zu **unterstützen**, Hilfe bei der Entdeckung persönlicher **Ressourcen** zu geben und den **Umgang mit schwierigen Gefühlen zu verbessern**. Die Beraterinnen und Berater bringen ihr Know-How ein, welches auch bei Bedarf eine längerfristige Begleitung durch schwierige Phasen oder Einsamkeit ermöglicht.

Die Hotline ist kein Psychotherapieangebot oder Therapieersatz. Die Mitarbeitenden sind **täglich telefonisch** erreichbar (**15-19 Uhr**), sowie per Chat (noch im Aufbau). Anruferinnen und Anrufer können sich melden, oder mit Termin wiederholt und regelmäßig in Kontakt treten.

**02302 91088898\***

\*es fallen die üblichen Kosten für einen Anruf ins Festnetz an.