

Gratis telefon-hotline tilbyder adgang til samtale, når livet slår knuder

Nyt landsdækkende tilbud fra Dansk Psykoterapeutforening vil give nem og direkte adgang til samtale, støtte og hjælp. Tilbuddet er gratis og anonymt.

Mange mennesker går og har det svært i det daglige og føler, at livet slår knuder. De kan have brug for at dele bekymringer og problemer. Men ved ikke, hvor de skal gå hen.

Den 2. juni 2020 åbner Dansk Psykoterapeutforenings telefon-hotline op. Et nyt landsdækkende, lettilgængeligt tilbud til danskere i alle aldersgrupper, der har brug for en samtale.

[Se HOTLINE](#)

”Livet er fyldt med psykiske udfordringer i det daglige. Vi vil med vores tilbud forsøge at ramme et stort behov ude hos danskerne, som ikke er opfyldt. Alle dem med almindelige bekymringer og problemer, som ikke har en decideret psykisk lidelse eller diagnose. Mennesker, som ikke i forvejen er i behandling, eller umiddelbart har brug for det, men som føler sig i mistrivsel eller blot har et stort behov for en samtale og et lyttende øre. En samtale med en professionel psykoterapeut kan måske lette den akutte bekymring, eller inspirere til en løsning. Psykoterapeuter er særligt uddannede og trænedede i at føre samtaler, det er vores ekspertise, så det er helt oplagt, at vi byder ind med vores kompetence i form af dette tilbud”, siger Pia Clementsen, formand for Dansk Psykoterapeutforening.

Hun fortsætter:

”Med tilbuddet håber vi at kunne bidrage til at fremme den almene psykiske trivsel i Danmark og forhåbentlig kan vi være med til at forebygge, at bekymringer ikke vokser sig til store psykiske problematikker. En telefonsamtale med en psykoterapeut på hotlinen kan være det rigtige valg for mange, også dem der overvejer at gå i terapi, men er i tvivl, eller måske går rundt om den varme grød og mangler mod til at tage kontakt. Her kan hotlinen være en god måde at teste på, om terapi kunne være noget for én”.

Om HOTLINEN

Den nye hotline gør det nemmere at opsøge hjælp og støtte. Mere end 100 psykoterapeuter (MPF) fra hele landet tilbyder gratis deres hjælp, med ekspertise inden for familie, børn, parforhold, krise, sorg, angst, depression mv.

Den gratis hotline har åbent for telefonopkald fra alle borgere hver tirsdag og torsdag.

Tirsdag kl. 14-18

Torsdag kl. 17-21

Hotlinen er bemanded af 5 psykoterapeuter på hver vagt, der stiller sig til rådighed for en samtale, den pågældende dag. Hotlinen er tilgængelig fra Dansk Psykoterapeutforenings hjemmeside og er let for alle at benytte. [Se HOTLINE](#)

Kontakt for mere information:

Pia Clementsen, formand for Dansk Psykoterapeutforening

E-mail: pc@dpfo.dk

Tlf: 71 96 05 17

Vibeke Lubanski, sekretariatschef i Dansk Psykoterapeutforening

E-mail: vl@dpfo.dk

Tlf: 71 96 06 33

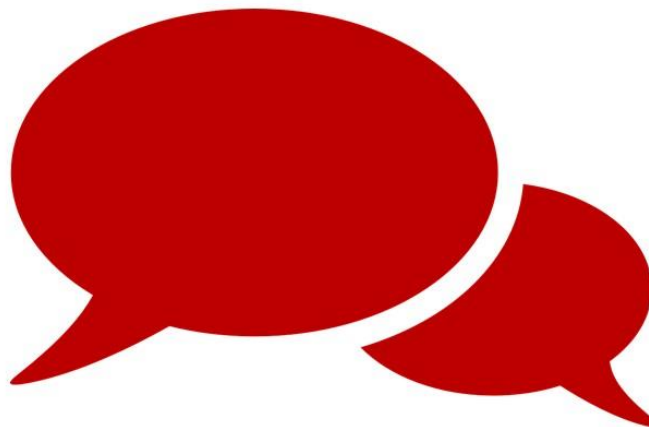
Om Dansk Psykoterapeutforening:

Dansk Psykoterapeutforening repræsenterer psykoterapeuterne i Danmark. Foreningen har i dag flere end 2000 medlemmer, der alle er tofaglige; dvs. alle har mindst en grunduddannelse på bachelor-niveau, mindst tre års erhvervserfaring og en fireårig efteruddannelse som psykoterapeut bag sig. Grunduddannelsen kan være psykolog, læge, sygeplejerske, jordemoder, skolelærer, socialrådgiver, pædagog mv.

Dansk Psykoterapeutforenings vigtigste opgaver er at sikre en høj kvalitet i det psykoterapeutiske arbejde, at forbedre vilkårene for psykoterapi og psykoterapeuter i Danmark, og at gøre det nemt og trygt for alle at få hjælp fra en veluddannet og erfaren psykoterapeut.



GRATIS HOTLINE



**Slår livet knuder? Har du brug for et øre?
Ring til en psykoterapeut.**