

Probleme mit dem päd. Betreuer

Beitrag von „Krabappel“ vom 24. Mai 2019 14:54

Zitat von Sunny74

...

Ich hoffe, ihr könnt mir einen Rat geben und bin für jede Hilfe wirklich dankbar.

Suche eine Lebensberatungsstelle auf. Dort gibt es schnelle, unkomplizierte Hilfe von sehr gut ausgebildeten Berater*innen. Parallel dazu könntest du dir einen Termin bei einem Therapeuten geben lassen, da wartet man nämlich in aller Regel lange auf einen Platz.

Panikattacken und Angstzustände sind recht gut behandelbar, ich würde aber nicht warten, bis gar nichts mehr geht.