



Schweizerischer Zentralverein  
für das Blindenwesen

# Unterstützung bei Sehbehinderung und Hörsehbehinderung

## 1. Beratungsstellen für Seh- und Hörsehbehinderung

### 1.1. Schweiz

Auf der Website des Schweizerischen Zentralvereins für das Blindenwesen SZBLIND findet sich eine [Übersicht über alle Beratungsstellen für Menschen mit einer Sehbeeinträchtigung und ihre Angehörigen](#) in der Schweiz.

Wenn nebst dem Sehvermögen auch das Hörvermögen geschwächt ist, empfiehlt es sich, eine spezialisierte Beratung aufzusuchen. Diese [Adressen](#) finden Sie ebenfalls auf der Website des SZBLIND, unter der Rubrik «Fachstellen SZBLIND für hörsehbehinderte Menschen. Telefonische Anfrage: 071 223 36 36

### 1.2. Deutschland

Beim Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverband DBSV findet sich eine [Suchmaschine für Beratungsstellen bei Sehbeeinträchtigung](#) in Deutschland.

### 1.3. Österreich

Der Blinden- und Sehbehindertenverband Österreich BSVÖ hat auf seiner Website verschiedene [Angebote an Rehabilitation, Förderung und Beratung für Menschen mit einer Sehbeeinträchtigung in Österreich](#) zusammengestellt.

## 2. Beratungsstellen für Paare

### 2.1. Schweiz

Die Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP betreibt die [Suchmaschine PsyFinder für qualifizierte Psychologen und Psychotherapeutinnen](#), bei welcher nach Ort, Sprache und anderen Kriterien gefiltert werden kann. Wenn Sie «Erweiterte Eingaben» anwählen, können Sie unter «Diese Patienten / Klienten sind willkommen» aus der Liste «Paare» anwählen, um Kontaktangaben zu Paartherapeutinnen und Paartherapeuten zu erhalten.

In der Schweiz bieten auch gewisse Gemeinden oder Kirchgemeinden Paarberatung an. Informieren Sie sich bei den Sozialen Diensten Ihrer Region, Ihrer Kirchgemeinde oder im

Internet über lokale Angebote.

## 2.2. Deutschland

Für [psychologische Paarberatung in Deutschland](#) nutzen Sie die Therapeutensuche des Psychotherapie-Informationsdienstes PID und wählen beim Suchfeld «Suche nach Zielgruppe» die Option «Paare».

## 2.3. Österreich

Auf dem Portal psyonline.at können [Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Österreich](#) gesucht werden. Wenn Sie in der Detailsuche unter «Setting» die Option «Paartherapie» anwählen, können Sie nach Paartherapie-Angeboten in Ihrer Nähe suchen.

# 3. Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten

## 3.1. Schweiz

Die Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP betreibt die [Suchmaschine PsyFinder für qualifizierte Psychologen und Psychotherapeutinnen](#), bei welcher nach Ort, Sprache und anderen Kriterien gefiltert werden kann.

Auf der Website der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie SGPP findet sich eine [Suchmaschine für Psychiaterinnen und Psychiater](#) nach Kanton.

Wenn Sie Kontakt haben mit einer Beratungs- oder Fachstelle für Menschen mit Sehbeeinträchtigung, können Sie auch dort nach einer Empfehlung nachfragen. Die meisten Stellen kennen einige Psychologinnen und Psychologen in der Region, mit denen Personen in der gleichen Situation bereits gute Erfahrungen gemacht haben. Einige Beratungsstellen haben auch Möglichkeiten, Sie bei den daraus entstehenden finanziellen Fragen zu beraten.

## 3.2. Deutschland

Der Deutsche Blinden- und Sehbehindertenverband DBSV führt eine regelmässig aktualisierte [Liste von Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Deutschland, die Erfahrung in der Beratung von Menschen mit einer Sehbeeinträchtigung haben](#) und/oder selbst eine Sehbeeinträchtigung aufweisen.

Der Psychotherapie-Informationsdienst PID bietet umfassende Informationen zu Psychotherapie in Deutschland sowie eine Therapeutensuche an.

## 3.3. Österreich

Das Österreichische Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz bietet auf seiner Website eine [Liste von Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten in Österreich](#) mit Suchfunktion.

# 4. Selbsthilfegruppen

## 4.1. Schweiz

Die Stiftung Selbsthilfe Schweiz bietet auf ihrer Website eine [Sammlung von Selbsthilfegruppen](#). In der [Suche anhand der Themenliste](#) können Sie beispielsweise

«Blindheit und Sehschwäche», «Hör- und Sehbehinderung» oder «Makuladegeneration» auswählen, um eine passende Selbsthilfegruppe zu finden.

Viele Selbsthilfegruppen sind nicht öffentlich registriert. Auch hier lohnt es sich, bei der in Ihrer Region tätigen Beratungsstelle für Menschen mit Sehbeeinträchtigung nachzufragen.

Über die Beratungsstellen für Menschen mit Sehbeeinträchtigung erhalten Sie auch Informationen zu Freizeitangeboten, bei denen Sie andere betroffene Menschen und deren Angehörige kennenlernen können.

## **4.2. Deutschland**

Eine Übersicht mit Adressen, die bei der [Suche nach einer Selbsthilfegruppe in Deutschland](#) helfen können, findet sich bei Rehadat.

## **4.3. Österreich**

Die Österreichische Ophthalmologische Gesellschaft ÖOG hat auf ihrer Website die wichtigsten Links zu [Listen mit Selbsthilfegruppen für Menschen mit einer Sehbeeinträchtigung und ihre Angehörigen](#) zusammengestellt.

Auf dem öffentlichen Gesundheitsportal Österreichs finden sich weiterführende [Links zu Listen mit Selbsthilfegruppen sortiert nach den österreichischen Bundesländern](#).

## **5. Weitere Unterstützungs- und Beratungsangebote**

Paarlife wurde von Prof. Dr. Guy Bodenmann entwickelt und hat zum Ziel, Paaren Wissen und Kompetenzen zu vermitteln für die Pflege ihrer Beziehung. Paarlife bietet verschiedene Kurse und Workshops für Paare an, die von lizenzierten Kursleiterinnen und Kursleitern durchgeführt werden. Diese finden an verschiedenen Orten der Schweiz und teilweise online statt. Auf der [Website von paarlife](#) finden sich die Kursangebote sowie weiterführende Informationen für interessierte Paare und Fachpersonen.