



دليل ■ نظام الرعاية النفسية في ألمانيا

استخدام الرعاية النفسية:
الفهم والمقارنة والقرار



Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V. (Hrsg.)

Dr. Caroline Trautmann, Christian Kleißle, Christoph Müller

دليل ■ نظام الرعاية النفسية في ألمانيا

استخدام الرعاية النفسية:
الفهم والمقارنة والقرار

معلومات التحرير

الناشر

Familien-Selbsthilfe Psychiatrie
Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V.
Oppelner Straße 130, 53119 Bonn

إدارة التحرير

Dr. Caroline Trautmann, Christian Kleißle, Christoph Müller

التصميم

Markus Lau Hintzenstern, Astrid Hellmundt, Berlin

تصميم الغلاف

Markus Lau Hintzenstern, على أساس تصميم من Mlap Studio/shutterstock.com,
dimitrisvetsikas1969/pixabay.com باستخدام صورة من

الصور

pixabay.com, Wikipedia; تركيب الصور: mlh

لم يمكن إيجاد المصادر لكل الصور الموجودة في هذا الكتيب. فإذا تعرف
المصدر لحدى الصور نرجوكم لخبرنا كي يمكننا الاتصال بصاحب حقوق النشر.

تاريخ النشر

في صيف 2017

مدعوم من



الفهرس

6	كلمة ترحيب
7	معلومات اساسية
8	في حالة إختلال التوازن النفسي
9	وثيقة العلاج والبطاقة الصحية الالكترونية
10	عوائق لغوية في الرعاية النفسية
11	ماذا تعني مصطلح تاريخ مرضي نفسي ومصطلح تشخيص نفسي؟
13	مواعد العيادة في مؤسسات الاستقبال الأول
13	الساعات في العيادات الخارجية
14	الأطباء النفسيون ذوو عيادة خاصة
15	المعالجة النفسية في المستشفى في الحال الحاد
16	ما هي مؤسسة لتنصيح نفسي وأين توجد واحدة؟
16	الصيدلية
16	تناول الأدوية عن طريق الفم أو من أوعية
17	اقتراحات للأقارب عن التعامل مع المصابين بعد تجربة الصدمة النفسية
18	“الخبراء في حالتهم الخاصة”
19	اتحاداتنا في الولايات
23	مراكز للمعالجة النفسية للاجئين

كلمة ترحيب

أعزاء المواطنون الجدد

منذ وصولكم إلى ألمانيا من بلدك، كنتم غالبا ما تواجهون الحياة اليومية بطريقة غريبة. هنا يتم تنظيم الترابط اليومي بشكل مختلف تماما مما هي العادة في أوطانكم. ومن الصعب أحيانا فهم ذلك، كما نسمع في المحادثات مع المهاجرين واللاجئين مرارا وتكرارا.

إنّ رعاية الأشخاص الذين يعانون من مرض نفسي، يتم تنفيذها هنا مختلفا تماما عن في بلدانكم. ومن المفهوم أن ربما يؤدي ذلك إلى تهيج بالنسبة لكم . فلذلك من المهم لنا أن نقدم لكم بعض التوجه مع هذا الدليل. استخدم الدليل كمؤشر على المكان الذي نأمل فيه أن تجد الدعم المناسب للحالة التي تواجهونها أنتم أو قريبكم حاليا.

وخاصة بالنسبة للأشخاص الذين يواجهون للمرة الأولى مع الرعاية النفسية في ألمانيا يكون نظامها غير واضح وغير مفهوم. ربما يكون هناك حاجة لمساعدتكم على التنقل في نظام الرعاية الصحية. فهناك حاجة لصحابة مستعدين لإعطاء الإجابات الصحيحة في حالة الطوارئ. فإنّ الرابطة الاتحادية لأقارب المرضى النفسيين أولئك الذين يرون إذا كنتم على الطريق الصحيح - سواء كان الشخص المتضرر أو قريبه من العائلة.

هذا وفي هذا السياق، نتمنى لكم ولأحبائكم كل التوفيق في طريقكم إلى الانتعاش.

غودرون سليبزر

رئيسة الرابطة الاتحادية لأقارب المرضى النفسيين

في صيف 2017

معلومات اساسية

أولاً: من مرض جسمانياً أو نفسياً في ألمانيا يعطى على أية حال المساعدة الطبية. بالأساس يقوم نظام الرعاية الصحية على التأمين الصحي. باعتبارك مقدم لطلب اللجوء ولكن لم تحصل على هذا الحق بعد، فأنت لا تعتبر مؤمناً بشكل حتمي، وتتولى رعايتك الصحية إدارة الشؤون الاجتماعية أو إدارة الشؤون الصحية في المدينة أو الدائرة التي تسكن بها.

وتختلف الرعاية الصحية للاجئين باختلاف المنطقة، ففي بعض المدن والدوائر يتم تزويد طالبي اللجوء بالبطاقة الصحية الإلكترونية، وذلك من إحدى مؤسسة التأمين الصحي. أما في مناطق أخرى تزود الإدارات المسؤولة عن الصحة طالبي اللجوء بوثيقة علاج تمكنهم من زيارة الطبيب العام. أو قد يأتي الأطباء وخبراء الرعاية الصحية أحياناً إلى مؤسسات الدعم للاجئين ويقومون هناك بالمساعدة بصورة مباشرة، دون اعتبار للمسائل البيروقراطية الخاصة بالتأمين الصحي. لن يتم استبعاد أي شخص يعاني من آلام جسمية أو نفسية من المساعدة.

هام:

رجاءً حافظ جيّداً على كلّ وثائقك.

إذا جلبت معك وثائق صحية من بلدك حافظ عليها رجاءً.

وتعامل بحرص مع الوثائق الطبية التي تحصل عليها في ألمانيا، لأنها تعتبر مصدر معلومات مهم للأطباء بخصوص علاجك.

■ في حالة إختلال التوازن النفسي ■

عندما تشعر أنّ نفسيّتك غير متوازنة فلا تخجل من طلب الدّعم. ففي كثير من الثقافات يكون التعامل مع الأمراض النّفسية مدعاة للخجل أكثر مما عليه الحال في ألمانيا. وغالباً ما يكون عدم التوازن النفسي أمر لا يجوز التحدّث عنه في المجتمع.

توجد في ألمانيا شبكة نظام رّعاية نّفسية متنوعة وممتدة توفر لك الدّعم والمساعدة. وفي الحالات الطارئة توجد مستشفيات نفسية لمساعدتك منتشرة في كلّ ألمانيا. كذلك توجد رعاية منظمة في عيادات الأطباء النّفسيين وخبراء العلاج النفسي. وكلّ ذلك يكمله ما يسمى (نظام الرّعاية التكميلي) حيث المداخل له تعتبر مختلفة.

سوف تلاحظ في هذا السّياق مصطلحات مختلفة موجودة منها مشفى خارجي (Tagesklinik) أو مؤسّسة خارجيّة (Tagesstätte) أو عيادة طوارئ خارجيّة (Institutsambulanz).

هام:

لتكن لديك الشجاعة في طلب الدعم من الموظفين أو المتطوعين العاملين في المركز لإيواء اللاجئين والحصول على أية معلومة تحتاجها ، وسوف تجد بالتأكيد مساعدة مناسبة تقدم لك.

وثيقة العلاج والبطاقة الصحية الإلكترونية

يتم تزويدك ببطاقة صحية إلكترونية أو وثيقة العلاج قبل أن تحصل على خدمة طبية. وذلك تبعاً باختلاف الولاية أو الدائرة أو البلدية أو المدينة التي تسكن فيها. تحصل على وثيقة العلاج عند إدارة الشؤون الاجتماعية المحلية وهي صالحة لمدة ثلاثة أشهر فقط. وتسمح لك هذه الوثيقة بزيارة الطبيب. وعندما يحولك طبيبك إلى المستشفى أو يصف لك أدوية، يتطلب هذا موافقة مسبقة من إدارة الشؤون الاجتماعية.

0 Auftragsweise Durchführung der ambulanten gesundheitlichen Versorgung für das Land Berlin durch die AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

Behandlungsausweis und Abrechnungsschein für vertragsärztliche Behandlung
Dieser Behandlungsausweis gilt – falls nicht eine verkürzte Gültigkeit vermerkt wurde – für das im rechten Feld eingeschriebte Kalenderjahr.

Berechtigte(r):

(Zuname) (Vorname) (Geburtsdatum)

(Wohnung)

(ggf. Zuname und Vorname des gesetzlichen Vertreters) (Geburtsdatum)

Zentrale Leistungsstelle für Asylbewerber

Landesamt für Gesundheit und Soziales Berlin
Turmstraße 21 / Haus A
10559 Berlin

23.12.2016

01.2017 814-8

A Krankenkassen-Nr.

Kalenderverlängerung der Gültigkeit:
01.2017 bis 31.03.2017

KV-Abrechnungsstelle 72
Masurinallee 6a
14057 Berlin

Leistungen im Rahmen des § 4 des Asylbewerberleistungsgesetzes werden nur zur Behandlung akuter Krankheits- und Schmerzzustände, bei Schwangerschaft und antenataler Geburt sowie für neugeborene Kinder im Rahmen von Vorsorgeuntersuchungen und medizinisch gebotenem § 6 dieses Gesetzes gewährt. Gemäß § 6 dieses Gesetzes können sonstige Leistungen insbesondere gewährt werden, wenn sie zur Sicherung der Gesundheit im Einzelfall unerlässlich sind.

Zur Beachtung für den Berechtigten!
Der Behandlungsausweis ist dem Vertragsarzt vor Beginn der Behandlung auszuhändigen.
Der Vertragsarzt ist berechtigt, sich von der Identität des bei ihm Erscheinenden mit der auf dem Behandlungsausweis benannten Person zu überzeugen.
Berufskrankheit, Unfall oder Unfallfolgen sind vom Berechtigten sofort der betreffenden Dienststelle (Aussteller des Behandlungsausweises) zu melden.
Dieser Behandlungsausweis ist nicht zu verwenden bei Familienangehörigen, die wegen der Folgen eines Kinder- oder Schulfalles behandelt werden. Einem besonderen Behandlungsausweises bedarf es in diesen Fällen nicht.

وثيقة العلاج للاجئين

إن البطاقة الصحية الإلكترونية بديلة لوثيقة العلاج ويجب أن تحافظ عليها وكأنها بطاقة حسابك المصرفي. لأنها تسهل لك الحصول على إمتيازات نظام الرعاية الصحية في ألمانيا. بدون أن يكون هناك داع لزيارة إدارة الشؤون الاجتماعية من أجل قبول اجراءات علاجك.

بطاقة صحية إلكترونية



عوائق لغوية في الرعاية النفسية

إن الرعاية النفسية غالباً ما يكون بها عوائق لغوية وذلك بسبب اللاجئين و حركات الهجرة. هذه الحواجز تصعب التعاون بينك وبين الأطباء الأطباء الجسمانيين والنفسيين. وفي الحالة الصعبة التي تجد نفسك فيها حالياً قد يكون من الصعب أن تجد الثقة تجاه من تتحدث معه. والسبب أنك تلقي شخصاً لا يتكلم لغتك ولا يعرف صفات وطنك الثقافية، لذلك يصعب التعاون بينك والطبيب النفسي. يوجد غالباً في المشافي النفسية إمكانية الدعم اللغوي من خلال موظفين ذو أصول مهاجرة، وهناك أحياناً مترجمون أو خدمات للترجمة عبر الوسائل الإعلامية الحديثة. إذا كان لديك شخص تثق به ويتكلم الألمانية فأطلب منه مرافقتك إلى الطبيب النفسي. أحياناً تمكن المشكلة أن أفراد العائلة أو الأشخاص المحيطين هم جزء من مرضك النفسي. إن كان الأمر كذلك فلا يوجد داع لاصطحابهم، لأنه من المفروض أن تكون متأكداً أن الترجمة يجب أن تكون صحيحة ومطابقة لما تقول.

في المشافي النفسية والعيادات النفسية سوف تلقي أشخاصاً يتكلمون العربية، ووخلفيتهم الثقافية متشابهة معك بشكل محدود فقط، لأن القدرات العلاجية باللغة الأم هي محدودة.

■ ماذا تعني مصطلح تاريخ مرضي نفسي ومصطلح

تشخيص نفسي؟

إن المسؤولية عن التشخيص الطبي والمعالجة الناتجة منه عند الأطباء. وهم الذين يصدرون الوصفات ويقررون الإدخال إلى المستشفى والخطوات الممكنة بعد التقييم التشخيصي. ويتم في العيادة فهصك الجسمي.



فهص جسماني عند مريضة:
تسمّع الرئة وقياس ضغط الدم

وفي السياق الطبي النفسي يقيمون النتائج الطبية النفسية التي توضح أعراضك. فهي نتائج من المحادثات معك ومع أقاربك (تاريخ مرضي الذات وتاريخ مرضي الآخرين).
توضع هناك نشاطك ومزاجك وتوجيهك وإدراكك تحت المجهر بشكل مجسم.
والأطباء النفسيون يأخذون قليلا من الدم أو السائل الدماغي الشوكي من أعصابك ويقومون الفهوص في المخبر. وكل ذلك فهوص من الروتين تُهفص فيها معلمات معينة تدل إلى أمراض نفسية.

أما في إطار التشخيص الآلي يقوم الأطباء النفسيون فيه بتخطيط دماغ كهربائي (EEG) أو بأساليب تصويرية كالتصوير المقطعي الحوسبي (CT) أو التصوير بالرنين المغناطيسي (MRT). وفي تخطيط الدماغ الكهربائي يتم قياس نشاط دماغك يوضع الكترودات على رأسك لمدة قصيرة. أما التصوير المقطعي الحوسبي والتصوير بالرنين المغناطيسي يشبهان التصوير بالأشعة ويتم فيهما تشكيل تغيرات في تشريح الدماغ أو في نشاط الدماغ. وهناك أيضاً فحوص جسماني لتكميل كل الإجراءات.



تخطيط الدماغ الكهربائي



آلة تصوير مقطعي حوسبي. ويختلف آلات التصوير بالرنين المغناطيسي في الناحية التقنية فقط ولا ضرورياً في الشكل.

■ ■ مواعيد العيادة في مؤسسات الاستقبال الأول

إن ساعات العيادة في مؤسسات الاستقبال الأول غير بيروقراطية. وينظم الأطباء في المحيط القريبة ساعات العيادة في الوقع والدوائر الألمانية مسؤولة عن سد النفقات الظاهرة منه. وبذلك طبيب نفسي يمكن له الزيارة عندك في البيت.

■ ■ الساعات في العيادات الخارجية

إن العيادات الخارجية النفسية من خدمات المستشفيات. يجب أن تتفق على موعد مع الأطباء العاملين هناك حتى تتحدث معهم عما تعاني منه. وتشبه زيارة العيادة الخارجية في المستشفى زيارة العيادة الخاصة لطبيب عادي. ففي مناطق عديدة في ألمانيا يلعب العيادات الخارجية النفسية دور العيادات الخاصة وذلك بسبب الا توازن الإقليمي في توفير الأطباء الإخصائيين.

هام:

مبدئياً لزيارة العيادة الخارجية النفسية يجب الاتفاق على موعد.
أما في حال الطوارئ يمكن الاستغناء منه.

■ الأطباء النفسيون ذوو عيادة خاصة ■

عادةً الأطباء النفسيون ذوو عيادة خاصة يعالجونك خارج حالات الأزمة وذلك بعد الاتفاق على موعد. ويكون للطبيب المعالج الفرصة لإدراك عن مرور المعالجة. عند اللزوم يكيف الطبيب جرعة الدواء الموصفة أو يقوم باقتراحات أخرى عن أساليب تؤدي إلى الشفاء أو تخفيف المعانات النفسية. والنقطة الرئيسية عند العمل الطبي هي المعالجة بالأدوية.

والأطباء النفسيون ملتزمون بواجب المحافظة على السر الطبي وذلك يعني سرية عالية للمريض. ومبدئياً يبقى بينك والطبيب كل ما تناقش معه.

الطبيب النفسي ذو عيادة خاصة يعمل في عيادته وذلك على مسؤوليته الذاتية ويتركز على المعالجة بالحوار. هناك يقوم باقتراح أساليب المعالجة مختلفة ما يتعلق على نوع تخصصه. وهو ملتزم بواجب المحافظة على السر الطبي كذلك.

وبالفرق مع الزيارات في عيادة الطبيب الجسمي تطالب المعالجة النفسية استمراراً كبيراً وذلك يعني مثلاً استعدادك لزيارة الطبيب النفسي مرةً كل أسبوع.

للمعالجة النفسية مدة شهور وأحياناً سنوات. والحصول على منح تمويل معالجة نفسية من الصعب للملاجئين لكنه غير مستحيلًا. وتناول التجارب وتبعات من سيرة الحياة يكون غالباً عمل متعب أما الخبرة تثبت أن الجهود مثمرة لأنك في الموعد تستطيع المحادثة عن مواضيع كنت قد تسكت عنها غالباً في حياتك.

هام:

إعتبر نفسك جهةً يبيبي في المعالجة الطبية. كلما يراك الطبيب مفكراً ومجتهداً كلما يمكن تشكيل المرافقة ناجحةً. فالمشاركة من طرف المريض وعائلته تزيد دقة أسلوب المعالجة.

المعالجة النفسية في المستشفى في الحال الحاد

للمستشفيات النفسية هيكل واضح في تنظيمها وشكله كما يلي:

النظام الداخلي كاملاً

تتم معالجة الإنسان المريض نفسياً النفسية الداخلية كاملاً في إحدى المستشفيات. ويعني ذلك أنك تبقى في المستشفى 42 ساعة يومياً وتسكن هناك في أحد الأقسام مع مرضى آخرين عددهم ما بين عشرة وعشرين شخصاً. تأكل أطعمتك وتنام في الليل في القسم. في النهار هناك برامج مختلفة للمعالجة. إنَّ البقاء في المستشفى الداخلي كاملاً منطقي في أزمة نفسية وبعدها. يوجد في المستشفيات النفسية غالباً التقسيم بين قسم مغلق وقسم مفتوح ويتوقف القرار في أي قسم يتم معالجتك بوضعك النفسي.

النظام الداخلي جزءاً

من العرض الداخلي جزءاً يكون المستشفى الخارجي. هناك تقضي النهار مع مرضى آخرين ما يمكن المقارنة مع منصب الشغل. وبعد الظهر وفي المساء تكون في بيتك. والفائدة منه أن يمكن تجربة شفاء المريض النفسي تحت ظروف قريبة عن الحياة اليومية. وتقضى أيضاً نهاية في محيطك المعتاد. أمام الكل يكون المنطق في النظام الداخلي جزءاً في تنظيم اليوم وتوجه المعالجة حسب حياة المريض اليومية.

النظام الخارجي

من عروض المستشفى النفسي يكون العيادة الخارجية والعناية الخارجية النفسية. وهناك يتوقعون منك مسؤولية ذاتية عالية ويقدمون لك ثقة كبيرة. أما العناية الطبية النفسية فيتوجهون العاملون حسب وضع المريض. فمتأكداً يمكن الاستفسار في المستشفى ما هي العروض في منطقتك للعناية الطبية النفسية.

■ ما هي مؤسسة لتنصيح نفسي وأين توجد واحدة؟ ■

بعض المنظمات الخيرية في ألمانيا تعرض أيضاً الدعم النفسي. أما لا تجد هذه العروض في كل إقليم وهي ليست المكان المناسب تذهب إليه في حالة الأزمة النفسية. ولكن هذه المؤسسات لتنصيح نفسي تقوم بعمل مع خبرة بالثقافات ولهم غالباً موظفون يتكلم لغات أجنبية وذلك يزداد إفادة عملهم النفسي.

ومؤسسات التنصيح النفسي الاجتماعية تقدم أعراض للاجئين في مجال المعالجة النفسية والعمل الاجتماعي للاجئين يمرضون نفسياً بسبب الملاحقة والتعذيب والحبس والحرب والهروب.

■ الصيدلية ■

عندما يصف الطبيب لك دواء فيكتب لك وصفة. مع هذا الوصل يمكنك الذهاب إلى الصيدلية وتحصل هناك على الدواء. ما دام تكون طالباً لجوء لا حاجة إلى بدفع إضافي من طرفك. ولاكن في مدن وبلديات عديدة يجب أن تطلب الموافقة المسبقة من إدارة الشؤون الاجتماعية قبل استلام الدواء من الصيدلية. وعندما يكون لك شغل فغالبا يجب أن تدفع مبلغا معيناً (دفع إضافي (Zuzahlung) للدواء.

عندما تحتاج إلى خدمة الصيدلة فلا تقلق أن تبقى دون مساعدة لأنه يوجد تنظيم الطوارئ للصيدليات. فهناك صيدليات في أحياء المدن أو في المناطق مفتوحة نهاراً وليلاً. يعلمك إعلان عام عند الصيدلية في جوارك عن عنوان أقرب الصيدلية للطوارئ والطريق إليها.

■ تناول الأدوية عن طريق الفم أو من أوعية ■

هناك أدوية يجب تناولها مرة أو أكثر يومياً. من المهم أن تتنبه بترتيب تناول لأن الطبيب ينطلق من تناولك المنتظم. عندما يراك الطبيب في زيارتك في عيادته يعمل صورةً عنك. انطلاقاً من الانطباع الشخصي والحوار المشترك والبيانات المرفوعة في المخبر يحدد الطبيب جرعة الدواء. ومن المهم أن تخبر الطبيب عندما تظهر مشاكل من تناول الدواء.

أما الأدوية المتناولة من وعاء فتدخل البدن عن طريق حقنة إلى العضلة والإفادة منه أنه لا حاجة إلى الانتباه اليومي بتناول الأدوية. وفي المعالجة الذهان بمضاده مثلاً يكون هذا النوع من تناول أصح الاختيار. وإفادة أخرى منه أنك تحتاج إلى زيارة الطبيب مستمراً (مرةً فيما بين أسبوع و أربعة أسابيع)

هام:

قم بقرار ما يكون جيد لك وانتبه بشعورك. إن جسمك ونفسك يشيران لك ما مريح لك. لا يوجد صواب أو خطأ بشكل كامل.

اقتراحات للأقارب عن التعامل مع المصابين بعد تجربة الصدمة النفسية

بكونك قريباً لإنسان مريض يمكنك دعمهم بوقوف في جانبهم وعرض المساعدة اللازمة. يكون معقولاً أن تقدم فرص لمحادثة وأن تتحمل التوتر الظاهرة معهم ولكن في نفس الوقت يجب أن تبقى واعياً عن حدود قدراتك. لا تتجاوز ما يمكنك التحمل. بكونك جزء من المحيط الشخصي للمريض تكون مرتبطاً عاطفياً في مرض قريبك في كل حال وذلك يقيد إمكانيات تصرفاتك.

إن الاستفسار عن المرض خطوة أولى لفهم التصرفات البارزة للإنسان المريض ولإيجاد طريقة للمعاملة معها. عندما يتصور مثلاً إنسان مصاب من صدمة نفسية في عالم أفكاره أنه يشهد مرةً أخرى الرعب الذي شاهده سابقاً فيكون واجبك فقد أن تتحمل ذلك معه في جانبه.

يجوز تقديم المساعدة، لكن لا تنس أن يبقى للمريض حريته الذاتية. ولا تخجل من وضع الحدود عندما لست بخير في الظروف الحالية. تكلم عن مشاعر عجزك وعدم الفهم للمعاناة النفسية. فلا سبب لاستحياء من المرض النفسي تعاني منه أو يعاني منه الإنسان قريبك. ولا دعم لأحد عندما تتعثر بسبب الإفراط في التحميل.

بكوننا منظمة المساعدة الذاتية نعزز الأقارب والمرضى الدعم وذلك بطريق الهاتف الاستشاري ال-SeeleFon. ويمكننا مساعدتك حتى باللغة العربية.

www.bapk.de مزيد من المعلومات:



”الخبراء في حالتهم الخاصة“

هل تعرف الوضع الذي...

- كنت متواجه فجأة مع المرض النفسي من شخص قريب منك؟
- كنت فجأة متحدى جدا من المهام المرتبطة بك كقريب؟
- هل تريد المزيد من المعلومات والمشورة؟

يمكن أن يكون هناك عدد كبير من الحالات الصعبة التي تنتج عن معاناة ذات الصلة الروح من أحد أفراد الأسرة. وغني عن القول أن كنت تساعد الشريك، ابنة أو الابن، والديك أو الأقارب الآخرين في هذه الأزمات. ومن يقدم الدعم، هو ممتن لأي مرافقة. الرابطة الاتحادية لأقارب المرضى النفسيين (V.e (KpAB)، واتحاداتها في الولايات والعديد من جماعات المساعدة الذاتية توجد الصحابة التي تسهل المشي في بعض المسارات لم تكن معروفة سابقا. ويقوم هؤلاء الخبراء في حالتهم الخاصة بالإبلاغ عن الأمراض النفسية ونظام الرعاية النفسية. وهم يضمون الدعم المتبادل.

إن الرابطة الاتحادية لأقارب المرضى النفسيين واتحاداتها في الولايات هي أصوات لا غنى عنها في المشهد النفسي. وهي تسهم في المستويات الاجتماعية والسياسية والمهنية محددة برؤية العائلات للمرضى النفسيين الخاصة عن قضايا مهمة. في هذا الصدد هم المصممين المشاركين من الحياة اليومية في الطب النفسي.

وتقدم الرابطة الاتحادية لأقارب المرضى النفسيين عددا كبيرا من العروض ذات العتبة المنخفضة التي يمكن أن تساعد المصابين وأقاربهم. من بين أمور أخرى، وتقدم الرابطة بالهاتف الاستشاري للاجئين التي يمكن الاتصال به من الاثنين إلى الأربعاء من الساعة 10:00 حتى 12:00 و 14:00 حتى 15:00 على الرقم 0228 71002425 وذلك باللغة العربية والألمانية والإنكليزية والفرنسية. ويقدم هيئة الصندوق الصحي BKK Dachverband و BKK Landesverband Northwest هذا المشروع.

وتشمل العروض الأخرى: التدريب على احتواء التصعيد لأفراد الأسرة المصابين بأمراض نفسية، وعرض الحلقة الدراسية ”عند الشغل مع مرض نفسي“، والاتفاقات مع المستشفيات النفسية لإشراك الأسرة في العلاج والطب النفسي وشبكة المساعدة الذاتية في الطب النفسي. ويمكن الاطلاع على العديد من العروض الأخرى على الموقع الإلكتروني www.bapk.de.

اتحاداتنا في الولايات

■ بادن-فورتمبيرغ

Landesverband Baden-Württemberg der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Hebelstraße 7

76448 Durmersheim

الهاتف 0724 59166-15

البريد الإلكتروني lvbwapk@t-online.de

فاكس 0724 59166-47

الموقع الإلكتروني www.lvbwapk.de

■ بافاريا

Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Pappenheimstraße 7

80335 München

الهاتف 08951 0863-25

البريد الإلكتروني lvbayern_apk@t-online.de

فاكس 08951 0863-28

الموقع الإلكتروني www.lvbayern-apk.de

■ برلين

Landesverband Berlin der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Mannheimer Straße 32

10713 Berlin

الهاتف 030 863957-01

البريد الإلكتروني info@apk-berlin.de

فاكس 030 863957-02

الموقع الإلكتروني www.apk-berlin.de

■ براندنبورغ

Landesverband Brandenburg der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

c/o SEKIZ e.V.

Hermann-Elflein-Straße 11

14467 Potsdam

الهاتف 0331 7023163

البريد الإلكتروني lapk-brandenburg@gmx.de

فاكس 0331/6200283

الموقع الإلكتروني www.lapk-brandenburg.de

■ شمال الراين-وستفاليا

Landesverband Nordrhein-Westfalen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Gesundheitshaus Raum 301

Gasselstiege 13

48159 Münster

الهاتف 0251 520952-2

البريد الإلكتروني lv-nrw-apk@t-online.de

فاكس 0251 520952-3

الموقع الإلكتروني www.lv-nrw-apk.de

■ راينلاند-بالاتينات

Landesverband der Angehörigen psychisch Kranker in Rheinland-Pfalz e.V.

c/o Monika Zindorf

Postfach 3001

55020 Mainz

الهاتف 06131 53972

البريد الإلكتروني info@lapk-rlp.de

فاكس 06131 557128

الموقع الإلكتروني www.lapk-rlp.de

■ سارلاند

Landesverband Saarland der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

c/o KISS e.V.

Futterstraße 27

66111 Saarbrücken

الهاتف 0681 831682

البريد الإلكتروني lvapk_saar@yahoo.de

فاكس 0681 831682

الموقع الإلكتروني www.lvapk-saarland.info

■ ساكسونيا

Landesverband der Angehörigen psychisch Kranker in Sachsen e.V.

Geschäftsstelle

Lützner Straße 75

04177 Leipzig

الهاتف 0341 9128317

البريد الإلكتروني info@lvapk-sachsen.de

فاكس 0341 4785898

الموقع الإلكتروني www.lvapk-sachsen.de

■ من أجل بيرمين أوتر ساكسونيا السفلى

■ هامبورغ

Landesverband Hamburg der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Wichmannstraße 4 Haus 2

22607 Hamburg

الهاتف 040 65055493

البريد الإلكتروني kontakt@lapk-hamburg.de

فاكس 040 68878794

الموقع الإلكتروني www.lapk-hamburg.de

■ هِسِن

Landesverband Hessen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

c/o Edith Mayer

Am Grenzgraben 4

63067 Offenbach

الهاتف 069 883004

البريد الإلكتروني info@angehoerige-hessen.de

فاكس 069 883004

الموقع الإلكتروني www.angehoerige-hessen.de

■ ميكلينبورغ-فوربومرن

Landesverband Mecklenburg-Vorpommern der Angehörigen und Freunde psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Henrik-Ibsen-Straße 20

18106 Rostock (Evershagen)

الهاتف 0381 7220-25

البريد الإلكتروني vorstand@lapkmv.de

فاكس 0381 7220-25

الموقع الإلكتروني www.lapkmv.de

■ ساكسونيا السفلى وبريمن

Arbeitsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker in Niedersachsen und Bremen e.V. (AANB)

Geschäftsstelle

Wedekindplatz 3

30161 Hannover

الهاتف 0511 6226-76

البريد الإلكتروني aanb@aanb.de

فاكس 0511 6226-77

الموقع الإلكتروني www.aanb.de

■ سكسونيا-أنهالت

Landesverband Sachsen-Anhalt der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Burgstraße 38

06114 Halle (Saale)

الهاتف 0345 6867360

فاكس 0345 6867360

البريد الإلكتروني info@lsa-apk.de

الموقع الإلكتروني www.lsa-apk.de

■ شليسفغ هولسشتاين

Landesverband Schleswig-Holstein der Angehörigen und Freunde psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Pottbergkrug 8

24146 Kiel

الهاتف 0431 26095690

البريد الإلكتروني kontakt@lvsh-afpk.de

الموقع الإلكتروني www.lvsh-afpk.de

■ تورنغن

Landesverband Thüringen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.

Geschäftsstelle

Bahnhofstraße 1a

07641 Stadtroda

الهاتف 036428 12456

فاكس 036428 12456

البريد الإلكتروني geschst@lvthueringen-apk.de

الموقع الإلكتروني www.lvapk-thueringen.de

مراكز للمعالجة النفسية للاجئين

- PSZ Aachen – Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge in der Städteregion Aachen
(PÄZ Aachen e.V.)
Mariahilfstraße, 16, 52062 Aachen
الهاتف 0241 49000, فاكس 0241 49004,
البريد الإلكتروني paez.ac@t-online.de und Psz.ac@gmx.de,
الموقع الإلكتروني www.paez-aachen.de/psz.html
- Diakonisches Werk Altenkirchen – Fachdienst für Flüchtlinge und Migranten,
Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge,
Stadthallenweg 16, 57610 Altenkirchen
الهاتف 02681 800820, البريد الإلكتروني liebmann@dw-ak.de,
الموقع الإلكتروني diakonie-altenkirchen.de/psz
- Zentrum Überleben gGmbH, GSZ Moabit, Haus K Eingang C, 3. OG
Turmstraße, 21, 10559 Berlin
الهاتف 030 3039060, فاكس 030 30614371,
الموقع الإلكتروني www.ueberleben.org, البريد الإلكتروني info@ueberleben.org
- XENION Berlin – Psychosoziale Hilfen für politisch Verfolgte
Paulsenstraße 55/56, 12163 Berlin
الهاتف 030 3232933, فاكس 030 3248575,
الموقع الإلكتروني www.xenion.org, البريد الإلكتروني info@xenion.org
- Behandlungsstelle für traumatisierte Flüchtlinge, Fürstenwalde, c/o KommMit e.V.,
Haus K, Eingang D, 2. OG links
Turmstraße, 21, 10559 Berlin
الهاتف 030 98353731, فاكس 030 98353914,
الموقع الإلكتروني www.bbzberlin.de/kontakt/impressum/53-%E2%80%9Ekooperation-f%C3%BCr-fl%C3%BChtlinge-in-brandenburg%E2%80%9C-kfb.html
- PSZ Bielefeld – Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge, (Ev. Krankenhaus Bielefeld
gGmbH und AK Asyl e.V.)
Friedenstraße 4-8, 33602 Bielefeld
الهاتف 0521 787-15246, فاكس 0521 787-15293,
البريد الإلكتروني dallwitz@ak-asyl.info,
الموقع الإلكتروني www.psz-nrw.de/psz-netzwerk/psz-bielefeld/,
Flyer: www.psz-nrw.de/wp-content/uploads/2015/05/Flyer-PSZ-Bielefeld.pdf

■ MFH Bochum – Medizinische Flüchtlingshilfe e.V.

Dr.-Ruer-Platz 2, 44787 Bochum

الهاتف 0234 9041380, فاكس 0234 9041381,

الموقع الإلكتروني www.mfh-bochum.de, البريد الإلكتروني info@mfh-bochum.de

■ REFUGIO Bremen – Psychosoziales Zentrum für ausländische Flüchtlinge e.V.

Außer der Schleifmühle 53, 28203 Bremen

الهاتف 0421 3760749, فاكس 0421 3760722,

الموقع الإلكتروني www.refugio-bremen.de, البريد الإلكتروني info@refugio-bremen.de

■ Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge Dortmund

Lange Straße 44, 44137 Dortmund

الهاتف 0231 88088114, البريد الإلكتروني psz@awo-dortmund.de

■ Sächsischer Flüchtlingsrat e.V.

Dammweg 5, 01097 Dresden

الهاتف 0351 4692607, فاكس 0351 4692508,

البريد الإلكتروني info@saechsischer-fluechtlingsrat.de,

الموقع الإلكتروني www.saechsischer-fluechtlingsrat.de

■ Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge Düsseldorf

Benrather Straße 7, 40213 Düsseldorf

الهاتف 0211 54417322, فاكس 0211 54417320,

الموقع الإلكتروني www.psz-duesseldorf.de, البريد الإلكتروني info@psz-duesseldorf.de

■ refugio thüringen – Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge e.V., Standort Erfurt

Friedrich-Schiller-Straße 44, 99096 Erfurt

الهاتف 0361 60268079, فاكس 0361 74429566,

البريد الإلكتروني pszf-erfurt@refugio-thueringen.de,

الموقع الإلكتروني www.refugio-thueringen.de

■ Ev. Zentrum für Beratung und Therapie am Weißen Stein

Olof-Palme-Straße 17, 60439 Frankfurt/Main

الهاتف 069 5302-222, فاكس 069 5302-294,

البريد الإلكتروني anne.rottlaender@frankfurt-evangelisch.de,

الموقع الإلكتروني www.frankfurt-evangelisch.de/91.html

■ FATRA Frankfurt/M. – Frankfurter Arbeitskreis Trauma und Exil e.V.

Berger Straße 118, 60316 Frankfurt/Main

الهاتف 069 499174, فاكس 069 498526,

الموقع الإلكتروني www.fatra-ev.de, البريد الإلكتروني info@fatra-ev.de

■ Pro Asyl – Bundesweite Arbeitsgemeinschaft für Flüchtlinge e.V.

Postfach 160624, 60069 Frankfurt/Main

الهاتف 069 230688, فاكس 069 230650,

الموقع الإلكتروني www.proasyl.de, البريد الإلكتروني proasyl@proasyl.de

■ Psychosoziales Zentrum für Asylsuchende und MigrantInnen in Vorpommern,
im Kreisdiakonischen Werk Greifswald e.V.

Kapaunenstraße 10, 17489 Greifswald

الهاتف 03834 2311269, فاكس 03834 2311265,

الموقع الإلكتروني www.psz-greifswald.de, البريد الإلكتروني psz@kdw-greifswald.de

■ PSZ für Flüchtlinge Diakonie Mark-Ruhr

Bergstraße 121, 58095 Hagen

الهاتف 02331 30646-2047, فاكس 02331 30646-2048,

الموقع الإلكتروني tinyurl.com/y87hjoos, البريد الإلكتروني psz-hagen@diakonie-mark-ruhr.de

■ Psychosoziales Zentrum für Migrantinnen und Migranten Sachsen-Anhalt,
Standort Halle (Saale)

Charlottenstraße 7, 06108 Halle (Saale)

الهاتف 0345 2125768,

الموقع الإلكتروني www.psz-sachsen-anhalt.de, البريد الإلكتروني kontakt@psz-sachsen-anhalt.de

■ haveno, Gesundheitszentrum St. Pauli, Haus 5

Seewarterstraße 10, 20459 Hamburg

الهاتف 040 31793535, فاكس 040 31186951, البريد الإلكتروني info@haveno.de,

الموقع الإلكتروني www.haveno.de

■ SEGEMI, Seelische Gesundheit Migration und Flucht e.V.

Adenauerallee 10, 20097 Hamburg

الموقع الإلكتروني www.segemi.org, البريد الإلكتروني info@segemi.org

■ Netzwerk für traumatisierte Flüchtlinge in Niedersachsen e.V.

Marienstraße 28, 30171 Hannover

الهاتف 0511 85644514, فاكس 0511 85644515,

الموقع الإلكتروني www.ntfn.de, البريد الإلكتروني info@ntfn.de

■ refugio thüringen – Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge e.V., Standort Jena

Ferdinand-Lassalle-Straße 8, 07743 Jena

الهاتف 03641 226281, فاكس 03641 238198,

البريد الإلكتروني koordination@refugio-thueringen.de,

الموقع الإلكتروني www.refugio-thueringen.de

■ Therapiezentrum für Folteropfer des Caritasverbandes für die Stadt Köln e.V.

Spiesergasse 12, 50670 Köln

الهاتف 0221 16074-0, فاكس 0221 1390272,

الموقع الإلكتروني tinyurl.com/tzfof البريد الإلكتروني therapiefolteropfer@caritas-koeln.de,

■ Psychosoziales Zentrum für Geflüchtete Leipzig, Mosaik Leipzig –

Kompetenzzentrum für transkulturelle Dialoge e.V.

Peterssteinweg 3, 04107 Leipzig

الهاتف 0341 92787712, البريد الإلكتروني psz@mosaik-leipzig.de,

الموقع الإلكتروني www.mosaik-leipzig.de

■ Psychosoziales Zentrum Dresden, CALM Sachsen (das Boot gGmbH)

Friedrichstraße 28a, 01067 Dresden

الهاتف 0351 26440090, البريد الإلكتروني psz.dresden@das-boot-ggmbh.de,

الموقع الإلكتروني www.calm-sachsen.de/de/psz-dresden

■ Exilio Lindau – Hilfe für Flüchtlinge und Folterüberlebende e.V.

Reutiner Straße 5, 88131 Lindau

الهاتف 08382 409450, فاكس 08382 409454,

الموقع الإلكتروني www.exilio.de البريد الإلكتروني info@exilio.de,

■ Diakonie Pfalz – Psychosoziales Zentrum Pfalz, Ludwigshafen

Wredestraße 17, 67059 Ludwigshafen

الهاتف 0621 49077710, البريد الإلكتروني psz-pfalz@diakonie-pfalz.de,

الموقع الإلكتروني www.diakonie-pfalz.de

■ Psychosoziales Zentrum für Migrantinnen und Migranten Sachsen-Anhalt,

Standort Magdeburg

Karl-Liebknecht-Straße 55, 39114 Magdeburg

الهاتف 0391 63109807, فاكس 0391 50676985,

البريد الإلكتروني kontakt@psz-sachsen-anhalt.de

■ Caritasverband Mainz e.V. – Psychosoziales Zentrum für Flucht und Trauma, Mainz

Rheinallee 3a, 55116 Mainz

الهاتف 06131 907460, البريد الإلكتروني beratungszentrum@caritas-mz.de,

الموقع الإلكتروني www.caritas-mainz.de/caritas-vor-ort/mainz/cbjz-st.-nikolaus/psycho-soziale-zentrum-fuer-flucht-und-trauma

■ Caritasverband für die Region Rhein-Mosel-Ahr e.V. IN TERRA –

Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge, Mayen

St.-Veit-Straße 14, 56727 Mayen

الهاتف 02651 98690, البريد الإلكتروني goepfert-m@caritas-mayen.de,

الموقع الإلكتروني www.caritas-rhein-mosel-ahr.de

■ REFUGIO München – Beratungs- und Behandlungszentrum für Flüchtlinge und Folteropfer e.V.

Rosenheimer Straße 38, 81669 München

الهاتف 089 9829570, فاكس 089 98295757,

البريد الإلكتروني office@refugio-muenchen.de, الموقع الإلكتروني www.refugio-muenchen.de

■ Refugio Münster – Psychosoziale Flüchtlingshilfe

Hafenstraße 3-5, 48153 Münster

الهاتف 0251 1448631, فاكس 0251 1448634,

البريد الإلكتروني info@refugio-muenster.de, الموقع الإلكتروني www.refugio-muenster.de

■ Psychosoziale Anlaufstelle für Geflüchtete

Am Alten Kirchhof 12, 24534 Neumünster

الهاتف 04321 24488, فاكس 04321 24219,

البريد الإلكتروني bzm@diakonie-altholstein.de, الموقع الإلكتروني www.diakonie-altholstein.de/de/Psychosoziale-Anlaufstelle-fuer-Gefluechtete

■ PSZ Nürnberg – Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge

St.-Johannis-Mühlgasse 5, 90419 Nürnberg

الهاتف 0911 39363-62, فاكس 0911 39363-61,

البريد الإلكتروني buellesbach.charlotte@rummelsberger.net, الموقع الإلكتروني www.migration.rummelsberger-diakonie.de/beratung/psychosoziales-zentrum/

■ IBIS – Interkulturelle Arbeitsstelle e.V.,

Klävemannstraße 16, 26122 Oldenburg

الهاتف 0441 39038943, فاكس 0441 9849606,

البريد الإلكتروني info@ibis-ev.de, الموقع الإلكتروني www.ibis-ev.de

■ Gesellschaft für Inklusion und Soziale Arbeit – ISA e.V.,

FaZIT – Fachberatungsdienst Zuwanderung, Integration und Toleranz

Zum Jagenstein 3, 14478 Potsdam

الهاتف 0331 9676250, فاكس 0331 9676259, البريد الإلكتروني info@fazit-brb.de,

الموقع الإلكتروني www.bbzbberlin.de

- PSZ Saarbrücken – Psychosoziales Beratungszentrum des Deutschen Roten Kreuzes
Vollweidstraße 2, 66115 Saarbrücken
الهاتف 0681 9764254, فاكس 0681 9764290,
الموقع الإلكتروني <http://tinyurl.com/lv-sl-psz>, البريد الإلكتروني psz@lv-saarland.drk.de
- PBV Stuttgart – Psychologische Beratungsstelle für politisch Verfolgte und Vertriebene
Schloßstraße 76, 70176 Stuttgart
الهاتف 0711 2854450, فاكس 0711 2054499507,
الموقع الإلكتروني www.eva-stuttgart.de/unsere-angebote/angebot/psychologische-beratungsstelle-pbv, البريد الإلكتروني pbv@eva-stuttgart.de
- Refugio Stuttgart e.V. – Psychosoziales Zentrum für traumatisierte Flüchtlinge
Weißenburgstraße 13, 70180 Stuttgart
الهاتف 0711 6453127, فاكس 0711 6453126,
الموقع الإلكتروني www.refugio-stuttgart.de, البريد الإلكتروني info@refugio-stuttgart.de
- Ökumenische Beratungsstelle für Flüchtlinge, Trier,
Dasbachstraße 21, 54292 Trier
الهاتف 0651 9910600, البريد الإلكتروني fluechtlingsberatung@diakoniehilft.de,
الموقع الإلكتروني <http://tinyurl.com/jmdcar>
- BFU Ulm – Behandlungszentrum für Folteropfer Ulm
Innere Wallstraße 6, 89077 Ulm
الهاتف 0731 22836, فاكس 0731 15979000,
الموقع الإلكتروني www.bfu-ulm.de, البريد الإلكتروني bfu@rehaverein.de
- Refugio Villingen-Schwenningen – Kontaktstelle für traumatisierte Flüchtlinge e.V.
Schwedendammstraße 6, 78050 Villingen-Schwenningen
الهاتف 07721 504155, فاكس 07721 504165,
الموقع الإلكتروني www.refugio-vs.de, البريد الإلكتروني info@refugio-vs.de

