

De Evenaar

مرکز صحت روانی ترانس کلتوری شمال هالند

معلومات برای مریضان

---

De Evenaar

De Evenaar، مرکز صحت روانی ترانس کلتوری، مواظبت صحت روحی را برای خارجانی تعارف میکند، که با پروبلمهای ترانس کلتوری (یا گذار کلتوری) تاتروما (فشار روحی) نیز مبارزه میکنند. De Evenaar در Beilen موقعیت و کمک به خارجیان در تمام سن ها در شمال هالند را عرضه میکند. شما در این بروژور بیشتر در باره یک معالجه در De Evenaar را میخوانید.

---

De Evenaar برای کی است؟

De Evenaar مواظبت روانی را به خارجیان تعارف میکند. در یک معالجه de Evenaar اشکال عمومی معالجه روانی برای اشخاص با یک سابقه دیگر کلتوری تطابق داده شوند.

تقدیم مواظبت صحت روانی عمومی همیشه با تقاضای مواظبت خارجیان همسان نمیشد. جهات کلتوری میتوانند اساس این چیز باشند. فاصله ایرا که بعضی اوقات تفاوت در سابقه کلتوری را نشان میدهد، میتوان کوتاه کرد. اما این چیز وقت اضافی، توجه و فهم مددکاران را مطالبه مینماید.

در پهلوی آن de Evenaar آشنائی و تجربه مشخص در معالجه اشخاصی دارد که حوادث تکان دهنده را گذشتانده اند. کسانی که میتوانند از یک معالجه در de Evenaar نفع ببرند، اکثراً تکلیف ترس، افسردگی، خراب خوابیدن، چرت زدن، خواب های ترسناک و درد های جسمی دارند. با این چیز زندگی عادی محدود میگردد. بسیاری انسانها چنین احساس میکنند که آنها دیگر کنترل بالای زندگی خود را ندارند، کنترل را از دست داده اند.

معالجه به چه شکل است؟

داکتر فامیلی شما یا یک مدد کار GGZ Drenthe میتواند شما را نزد de Evenaar ثبت نام نماید. شما بعداً یک دعوت نامه کتبی برای به اصطلاح یک صحبت مقدماتی حاصل میکنید. یک صحبت با یک داکتر روانی و یا روانشناس و یا احتمالاً با یک معالج صورت میگیرد. به نظر ما مهم است تا اعضای فامیل یا اشخاص دیگر محرم نیز در این صحبت سهم بگیرند. در صورت لزوم یک ترجمان نیز دعوت خواهد گردید. هدف صحبت مقدماتی عمدتاً اینست که آشنائی بایکدیگر حاصل گردد و بحث گردد که شما کدام پروبلمها و تکلیف ها را دارید. در نتیجه این صحبت دیده میشود که آیا یک معالجه در داخل de Evenaar برای شما مناسب است یا خیر.

برای هر مریض یک پلان معالجه مطرح میگردد. در این پلان درج است که معالج اصلی شما کی است ، هدف معالجه شما چه است و کدام معالجه ها را شما تعقیب خواهید کرد.

اشکال مختلف معالجه در داخل de Evenaar وجود دارند.

### معالجه پولیکلینیکی

معالجه پولیکلینیکی یک معالجه انفرادی است که در آن بصورت منظم با یک داکتر روانی ، روانشناس یا با یک نرس اجتماعی - روانی صحبت میکنید. در پهلوی آن میتوانید نسخه های دوا را حاصل کنید.

یک معالجه پولیکلینیکی جداگانه برای اطفال و نوجوانان ممکن است .

زمانیکه صحبت از پروبلمهای روحی در یک با بیشتر اعضای خانواده موجود باشد، میتواند با یک کلینیک خانواده مربوط به GGZ Drenthe کار مشترک صورت گیرد.

بعضی اوقات صحبت ها و دواها برای کم کردن تکلیف های شما کافی نیستند. در مشوره با شما میتواند یک معالجه تکمیلی آغاز گردد. اینجا اکثراً هدف از یک معالجه غیر شفاهی یا یک فعالیت است که در آن نه صحبت کردن ، بلکه انجام دادن در مرکز قرار دارد. معالجه ها بعضی اوقات بصورت انفرادی و گاهی در یک گروه داده صورت میگیرند. مثال های معالجه ها معالجه حرکات روحی (حرکت کردن) ، معالجه ایجاد گرانه ( مانند نقاشی کردن یا تیاتر بازی کردن ) یا معالجه سیستماتیک ( یکجا با اعضای فامیل ) اند.

### معالجه روزانه

شدید ترین شکل معالجه روزانه، سهم گرفتن در یک گروه دو روزه است . این با یک مرحله آشنائی با یک دوام هشت الی ده هفته آغاز میگردد. بعد از آن یک مرحله معالجه در یک گروه مردانه یا زنانه تعقیب میگردد. پروگرام متشکل از معالجه های مختلف ، صحبت های انفرادی و صحبت های گروهی بوده و حد اکثر یکسال دودم میکند . در پهلوی گروه دوروزه گروههای مختلف دیگر نیز وجود دارند که در چوکات مواظبت بعدی عرضه میگردند.

### اداره فعالیت ها

GGZ Drenthe دارای یک تعداد امکانات برای فعالیتهای سپری کردن روز میباشد که از آن مریضان de Evenaar استفاده کرده میتوانند. بطور مثال در Beilen یک محل سر بسته نباتات ، یک ورکشاپ بایسکل ها و یک مرکز عمومی فعالیت ها با یک شعبه نساجی ، چوب و غیره موجود میباشد.

معلومات بیشتر

اگر شما در نتیجه این پروژور هنوز سوالاتی دارید، پس میتوانید با de Evenaar، تلفون نمبر 42 58 53 (0593) تماس بگیرید.

GGZ Drenthe  
De Evenaar  
مرکز صحت روانی ترانس کلتوری  
Altingerweg 1  
9411 RA Beilen  
Postbus 30000  
9410 RA Beilen  
تلفون 53 58 42 (0593)  
فکس 53 58 51 (0593)  
E-mail: deevenaar@ggzdrenthe.nl

---

De Evenaar در تعمیر de Weijerd موقعیت دارد. مریضان ایکه برای بار اول می آیند میتوانند خود را در سکرتریت، از طریق دروازه عمومی دخول ساختمان پهلو ، ce Etstoel ثبت نام نمایند.

---

[www.ggzdrenthe.nl](http://www.ggzdrenthe.nl)

GGZ Drenthe چه میکند؟

GGZ Drenthe مواظبت صحتی روحی را بصورت سرپائی ، پولیکلینیکی و کلینیکی عرضه میکند. مواظبت صحتی روحی در سه بخش منطقوی : شمال درینته، جنوب شرق درینته و جنوب غرب درینته عرضه میگردد. در پهلوئی آن GGZ Drenthe خدمات صحت روانی عدلی کلینیکی و سرپائی را نیز عرضه مینماید.

پرستاری و مواظبت کلان سالان در یکی از دو پرستار خانه و دو نرس خانه عرضه میگردد.

وقایه، کمک اجتماعی و تحقیق علمی مربوط به وظایف هستوی GGZ Drenthe میباشد. GGZ Drenthe یک تعداد تعلیمات ، از قبیل درس در رشته داکتر روانی ، روانشناس مواظبت صحتی ، روانشناس کلینیکی ، نرس و پرستار را عرضه مینماید.

در GGZ Drenthe تقریباً ۳۰۰۰ نفر ، تقسیم شده در دها مقر در درینته کار میکنند . سالانه بیش از

۱۵۰۰۰ نفر خدمات ما را مطالبه مینمایند.

© 2006 GGZ Drenthe, Assen NL

ZW . 023P (11/06)

حقوق نویسندگی تمام مواد متنی و مصور در این نشریه متعلق به GGZ Drenthe بوده و بصورت قانونی محفوظ میباشند. نقل کلی یا قسمتاً نقل نمودن، در هر شکلی که باشد، صرف بعد از اجازه کتبی قبلی GGZ Drenthe مجاز است . جهت اینکار با شعبه ارتباط تماس بگیرید.

معالجه ها و فعاليت ها  
Therapieën en activiteiten

De Evenaar  
مرکز صحت روانی ترانس کلتوری شمال هالند

---

معالجه ها و فعالیت ها (Therapieën en activiteiten) De Evenaar، مرکز صحت روانی ترانس کلتوری، مواظبت صحت روحی را برای خارجیانی عرضه میکند، که با پروبلمهای ترانس کلتوری (یا گذار کلتوری) یا فشارهای نیز مبارزه میکنند.

در این بروژور شما بیشتر درباره معالجه ها و فعالیتهای مختلف میخوانید که میتوانند بخش معالجه در de Evenaar را تشکیل بدهند.

---

#### معالجه فعالیتها

در جریان این معالجه با مواد مختلف مثلاً تکه، چوب و کاغذ کار میشود. "مصرف بودن" میتواند یک تغییر فکری خوش آیند را بوجود بیاورد. معالجه بکمک فعالیت ها میتواند مثلاً تمرکز فکری را بهتر سازد و اعتماد به نفس را بزرگتر سازد. همچنان توجه در جهت جستجوی مصروفیت های روزانه، کار (کار داوطلبانه) یا درس نیز صرف میگردد.

#### معالجه بکمک کار ایجادگرانه

این یک معالجه مشخص به تجربه میباشد، که در آن نه صحبت کردن، بلکه انجام دادن در قسمت جلو قرار دارد. دو شکل معالجه ایجاد گرانه وجود دارد:

#### \* معالجه مصور کننده

در جریان این معالجه مواد مختلف مثلاً رنگ روغنی، پینسل، کاغذ و گل امکان میدهند تا در باره آن چیز ایکه برای کسی مهم است، رسم یا نقاشی نمود. به اینترتیب میتوانند احساسات، مثلاً غم و شادی آشکار و قابل لمس ساخته شوند.

#### \* معالجه درام

در جریان این شکل معالجه از همه چیزهای استفاده به عمل می آید که با تمثیل کردن و تیاتر ارتباط دارند، مثلاً نقش بازی کردن، بدیهه گوئی، اما همچنان نوشتن متن ها، ساختن لباس یا نقاب ها



و نقاشی صورت . به این شیوه میتوان احساسات و تجارب بیان شوند، بدون اینکه در باره آن صحبت شود( یابدون اینکه مجبور به صحبت کردن شد).

### کورس انسان و کلتور

این یک گرد هم آئی به شکل یک صحبت گروهی است که در آن یک موضوع در مرکز قرار دارد، که ارتباط به کلتور دارد. این کورس میتواند در آموختن درک بهتر کلتور هالند کمک نماید. یک هدف مهم دیگر فکر کردن و بحث کردن نکات مثبت کلتور خود میباشد.

### ادویه

در De Evenaar اکثراً یک معالجه دوائی نیز آغاز میگردد. داکتر امراض روانی مسئول نوشتن نسخه های دوا ها میباشد. ادویه توسط دواخانه خود شما داده میشود.

### کورس بدن و سترس ( فشار روحی )

این کورس بر اساس تصویب علائم ایجاب برای کسانی عرضه میگردد که در اثر سترس یا فشار روحی یک حالت بسیار زیاد خراب جسمی و بسیار تکلیف های جسمی دارند. در کورس " بدن و سترس " بالای بهتر ساختن وضعیت عمومی بدن و بهتر آموختن نشان دادن و برخورد با تکلیف های ناراحتی عصبی بدن کار صورت میگردد.

### لسان هالندی

بر اساس تصویب علائم ایجاب کورد لسان هالندی نزد یک معلمه GGZ Drenthe تعقیب میگردد، مثلاً وقتیکه یک مریض معالجه را بنا بر یک سوبه بسیار پائین هالندی بقدر ناکافی بتواند تعقیب کند.

### معالجه حرکت روحی (PMT)

این معالجه در باره حرکت کردن و تجربه کردن بدن میباشد. ( PMT ) در یک سالون سپورت صورت میگردد. اگر از مدت زیاد کم یا هیچ کار بالای حرکت بدن صورت نگرفته است ، در آنصورت حرکه کردن ( دوباره ) خوش آیند و راحت کننده باشد. پوشیدن لباس سپورتنی یا بوت های سپورتنی میتواند خوش آیند باشد.

### درس روحی - جسمی

معلومات در باره تکلیف های روحی و جسمی و ارتباط بین روح و جسم یک بخش درس روحی - جسمی میباشد. در اثنای این معالجه موضوعات از قبیل خواب کردن ، ناراحتی و تسکین عصبی ، تروما ( فشار روحی ) و احساسات مورد بحث قرار میگیرند.  
در اینجا هدف از بزرگ ساختن دید در تکلیف های خود میباشد.

### معالجه روحی / معالجه صحبت

بر اساس تصویب علائم ایجاب معالجه روحی توسط یک روانشناس یا داکتر روانی صورت میگیرد.  
در اصل این خصلت انفرادی را دارا خواهد بود. اشکال بیشتر معالجه های صحبت در اثنای آن استفاده خواهند گردید.

### معالجه سیستم

در معالجه سیستم نه تنها توجه برای مریض انفرادی وجود دارد، بلکه برای اعضای فامیل او و برای رابطه بین مریض و فامیل نیز توجه صورت میگیرد. اکثراً اتفاق می افتد که اگر در یک خانواده یک فرد مریض باشد، اعضای دیگر خانواده نیز از این مریضی رنج میبرند. بصورت مشترک کمک متقابل مناسب جستجو میگردد، تا اینکه هر کس انرژی بیشتر برای برخورد با پروبلمهارا حاصل کند.

### رهنمائی مسیر

از ابتدا در جریان معالجه میتواند آشنائی با فعالیتهای در محیط زندگی شخصی آغاز شود. میتوان یک لست تهیه نمود در باره اینکه یک مریض تا چه حد با مصروفیت های فعلی روزانه خویش راضی است. تعلیمات و مهارت های قبلی جهات قوی و ضعیف فعلی مریض مورد بحث قرار میگیرند که بعد از آن راه تعیین یک هدف قابل تطبیق برای مصروفیت های روزانه جستجو میگردد. از آنجا میتواند همکاری با رهنمائی مسیر بیرونی ، مثلاً یک بیوروی سازگاری مجدد، مؤسسه Emplooi ( سازمان برای پناهندگان ) یا دفتر کار اجتماعی کلتوری صورت گیرد.

GGZ Drenthe  
De Evenaar  
مرکز صحت روانی ترانس کلتوری  
Altingerweg 1  
9411 RA Beilen  
Postbus 30000  
9410 RA Beilen  
تلفون 53 58 42 (0593)  
فکس 53 58 51 (0593)  
E-mail: deevenaar@ggzdrenth;e.nl

---

De Evenaar در تعمیر de Weijerd قرار دارد. مریضان ایکه برای بار اول می آیند میتوانند خود را در  
سکرتیت، از طریق دروازه عمومی دخول ساختمان پهلو ، de Etstoel ثبت نام نمایند.

---

[www.ggzdrenthe.nl](http://www.ggzdrenthe.nl)

GGZ Drenthe چه میکند؟

GGZ Drenthe مواظبت صحتی روحی را بصورت سرپائی ، پولیکلینیکی و کلینیکی عرضه میکند.  
مواظبت صحتی روحی در سه بخش منطقوی : شمال درینته، جنوب شرق درینته و جنوب غرب  
درینته عرضه میگردد. در پهلوئی آن GGZ Drenthe خدمات صحت روانی عدلی کلینیکی و سرپائی را  
نیز عرضه مینماید.

پرستاری و مواظبت کلان سالان در یکی از دو پرستار خانه و دو نرس خانه عرضه میگردد.

وقایه، کمک اجتماعی و تحقیق علمی مربوط به وظایف هستوی GGZ Drenthe میباشد. GGZ Drenthe یک تعداد تعلیمات، از قبیل درس در رشته داکتر روانی، روانشناس مواظبت صحتی، روانشناس کلینیکی، نرس و پرستار عرضه مینماید.

در GGZ Drenthe تقریباً ۳۰۰۰ نفر، تقسیم شده در دها مقر در درینته کار میکنند. سالانه بیش از ۱۵۰۰۰ نفر خدمات ما را مطالبه مینمایند.

© 2006 GGZ Drenthe, Assen NL

ZW . 025P (11/06)

حقوق نویسندگی تمام مواد متنی و مصور در این نشریه متعلق به GGZ Drenthe بوده و بصورت قانونی محفوظ میباشد. نقل کلی یا قسمتاً نقل نمودن، در هر شکلی که باشد، صرف بعد از اجازه کتبی قبلی GGZ Drenthe مجاز است. جهت اینکار با شعبه ارتباط تماس بگیرید.