

## **Terapitë dhe veprimtaritë**

De Evenaar

Qendra për Psikiatri Transkulturore Noord-Nederland

## **Terapitë dhe veprimtaritë**

**De Evenaar, Qendër për Psikiatri Transkulturore, u ofron përkujdesje psikike të huajve me probleme psikiatrike që gjithashtu ballafaqohen edhe me probleme apo trauma transkulturore.**

**Në këtë broshurë mund të lexoni më tepër rreth terapive dhe veprimtarive që mund të përbëjnë një pjesë të trajtimit në Evenaar.**

### Terapi veprimore

Gjatë kësaj terapie punohet me materiale të ndryshëm, siç janë tekstili, druri apo letra. "Të merresh me diçka" mund të sjellë dëfrim të këndshëm. Terapia veprimore në mes tjerave mund ta përmirësojë përqendrimin dhe vetëbesimin. Gjithashtu mund t'i përkushtohet vëmendje kërkimit të mënyrave për kalimin e kohës, punës (vullnetare) ose shkollimit.

### Terapia krijuese

Kjo është një terapi që synon krijimin e përvojës me ç'rast jo të folurit por veprimi ndodhen në plan të parë. Ekzistojnë dy trajta të terapisë krijuese:

- *Terapia figurative*

Gjatë kësaj terapie ju ofrohet mundësia që me ndihmën e materialeve të ndryshëm, si p.sh. ngjyra, laps, letër dhe argjilë, të vizatoni ose pikturoni gjëra që për ju janë të rëndësishme. Kështu mund të bëhen të dukshme dhe të prekshme ndjenja siç janë mallëngjimi dhe gëzimi.

- *Terapi drame*

Te kjo formë terapie përdoren të gjitha mjetet që kanë të bëjnë me aktrim dhe teatër. Për shembull lojë rolesh, improvizime, por edhe shkrimi i teksteve, punimi i kostumeve e maskave dhe grimi. Në këtë mënyrë mund të përjetohen dhe shprehen ndjenja, pa qenë e domosdoshme që të bisedohet rreth tyre.

### Kursi Njeri dhe Kulturë

Ky është një tubim në trajtë të një bisede grupi gjatë të cilës trajtohet një temë që ka të bëjë me kulturë. Ky kurs mund të ndihmojë për ta kuptuar më mirë kulturën holandeze. Një qëllim tjetër i rëndësishëm është të menduarit dhe diskutimi i pikave pozitive të kulturës së secilit.

### Ilaçet

Në Evenaar zakonisht fillohet edhe me një trajtim me ilaçe. Psikiatri është përgjegjës për caktimin e ilaçeve. Ilaçet ua jep farmacia juaj.

### Moduli Trupi dhe Stresi

Ky modul u ofrohet sipas nevojës njerëzve me kondicion shumë të keq dhe shumë ankime fizike si pasojë e një periudhe të gjatë me stres. Në modulën "Trupi dhe Stresi" punohet në drejtim të përmirësimit të kondicionit të përgjithshëm fizik si edhe për të mësuar se si njeriu mund t'i vërejë më mirë ankimet e shkaktuara nga tensionimi dhe si të silllet më mirë ndaj tyre.

### Gjuha holandeze

Sipas nevojës mund të ndiqen orë për mësimin e gjuhës holandeze te një mësuese në GGZ Drenthe. Po qe se për shembull një klient nuk mund ta ndjekë sa duhet trajtimin për shkak të një niveli tepër të ulët të zotërimit të gjuhës holandeze.

### Terapia psiko-motorike (PMT)

Kjo terapi ka për qëllim që të bëhen lëvizje dhe të ndjehet trupi. Terapia psiko-motorike bëhet në një sallë sporti. Po qe se njeriu një kohë të gjatë ka bërë pak lëvizje fizike apo nuk ka lëvizur aspak, lëvizja (përsëri) mund të përjetohet si gjë e këndshme dhe shtendosëse. Bartja e veshjes për sport dhe këpucëve për sport mund të jetë e këndshme.

### Edukimi Psiko-Soma

Dhënia e informacioneve rreth ankimeve psikike dhe fizike dhe lidhjes në mes të psikikës dhe trupit përbën një pjesë të edukimit të quajtur psiko-soma. Gjatë kësaj terapie trajtohen tema siç janë: gjumi, tendosja dhe shtendosja, trauma dhe emocionet. Qëllimi është të rritet perceptimi i ankimeve.

### Psikoterapia / Terapia me biseda

Sipas nevojës bëhet psikoterapi me një psikolog apo psikiatër. Në parim psikoterapia do të jetë vetjake. Me atë rast përdoren trajta të ndryshme terapie me bisedë.

### Terapi sistemore

Te terapia sistemore nuk i kushtohet vëmendje vetëm klientit si individ por edhe anëtarëve të familjes së tij dhe marrëdhënies midis klientit dhe familjes. Shpeshherë ndodhë që kur është dikush i sëmurë në një familje, edhe anëtarët e tjerë të asaj familje të vuajnë për shkak të asaj sëmundje. Bashkërisht kërkohet një mbështetje e ndërsjellët sa më optimale, kështu që secili të fitojë më shumë energji për t'u qasur me problemet.

### Përcjellje trajekti

Që gjatë trajtimit dikush mund të fillojë të orientohet ndaj veprimtarive që ekzistojnë në rrethin ku ai banon. Mund të inventarizohet se sa klienti është i kënaqur me mënyrën se si ai tash e kalon kohën. Gjithashtu përgatitet një pasqyrë e arsimit që klienti e ka vijuar, aftësive, anëve të forta e të dobëta të tij e pastaj kërkohet një qëllim i arritshëm për kalimin e kohës. Duke u nisur nga ajo mund të bashkëpunohet me përcjellës të jashtëm trajekti, p.sh. me zyrë për reintegrim, me shoqatën Stichting Emplooi (organizatë për refugjatë) ose me ente për punë socio-kulturore.

**GGZ Drenthe**

De Evenaar  
Qendër për Psikiatri Transkulturore  
Altingerweg 1  
9411 RA Beilen  
Postbus 30000  
9410 RA Beilen  
Telefoni (0593) 53 58 42  
Faksi (0593) 53 58 51  
E-maili [deevenaar@ggzdrenthe.nl](mailto:deevenaar@ggzdrenthe.nl)

De Evenaar është i vendosur në ndërtesën Weijerd. Klientët që vijnë për herë të parë mund të lajmërohen në sekretari, nëpërmjet hyrjes kryesore të ndërtesës Etstoel që ndodhet përkrah.

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

Çka është GGZ Drenthe?

GGZ Drenthe ofron kujdes psikik ambulant, poliklinik dhe klinik. Kujdesi shëndetësor mendor ofrohet në tri dega rajonale: Noord-Drenthe, Zuidoost-Drenthe dhe Zuidwest-Drenthe. Përveç kësaj GGZ Drenthe ofron psikiatri mjekoligjore klinike dhe ambulante.

Përkujdesja dhe kujdesi për pleq ofrohen në njërin nga dy shtëpitë për përkujdesje dhe dy shtëpitë për pleq.

Parandalimi, ndihma sociale dhe hulumtimi shkencor përbëjnë detyrat thelbësore të GGZ Drenthe. GGZ Drenthe ofron shumë mundësi arsimore, si p.sh. shkollim për psikiatër, psikolog në kujdesin shëndetësor, psikolog klinik, infermiere dhe motër medicinale.

Në GGZ Drenthe punojnë rreth 3.000 veta, të ndarë në dhjetëra seli në Drenthe. Në vit na drejtohen mbi 15.000 veta për t'i kërkuar shërbimet tona.

© 2006 GGZ Drenthe, Assen, NL.

ZW.025P (11/06)

Të drejtat e autorit për tërë materialin tekstual dhe figurativ i takojnë GGZ Drenthe dhe janë të mbrojtura me ligj. Huazimi i plotë apo i pjesshëm, në çfarëdo trajte qoftë, lejohet vetëm pasi paraprakisht të merret leje me shkrim nga ana e GGZ Drenthe. Kontaktoni me repartin për komunikim (Communicatie).