

عندما تفقد الروح توازنها

معلومات مفيدة ونقاط اتصال مهمة في
حالة الإجهاد النفسي

Ge fördert durch:



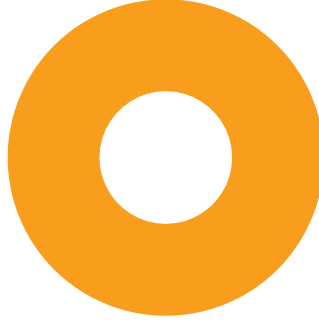
Bundesministerium
für Arbeit und Soziales

reha**pro**



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

berg**auf**



Bergauf

مشروع „Bergauf. Gesundheitsmanagement für Frauen“ أي "مشروع تنمية إدارة الصحة للنساء" الذي يشرف عليه مركز العمل في المثلث الحضري لمدن فوبرتال وريمشايد وزولينغن، يقدم المشورة والدعم للنساء العاطلات عن العمل واللاتي يعشن بمفردهن، في مجالات الصحة وإعادة التأهيل والمشاركة الاجتماعية. يهدف هذا المشروع إلى تحسين قدرة النساء على العمل وتحسين حالتهم الصحية، وهو ما يساهم في الحد من خطر انخفاض قدرتهن على الكسب والإصابة بالأمراض المزمنة. حيث تشرف مجموعة من المدربين المؤهلين في مجال الصحة على مرافقة المشاركات بشكل فردي على ثلاث مراحل من أجل معالجة مشاكلهن الصحية بشكل جذري، وتحسين فرص استفادتهن من الخدمات الطبية والنفسية الاجتماعية ومساعدتهن في إيجاد فرص تأهيل مهني أو مناصب عمل خاضعة للتأمين الاجتماعي.

مصدر الصورة:

www.pixabay.com

بيانات النشر

Bergauf. Gesundheitsmanagement für Frauen (BGfF)

Jobcenter Wuppertal AöR

2 .Bachstr

Wuppertal 42275

آخر تحديث: أغسطس 2023

فهرس المحتويات

- 5..... متى يكون العلاج مفيدا؟
- 6..... ما المقصود بالعلاج النفسي؟
- 6..... من هم الأشخاص المشاركون وما هي مهام كل واحد منهم؟
- 8..... من هو الشخص الذي يمكنني التحدث إليه؟
- 8..... كم من الوقت يجب أن أنتظر للحصول على موعد؟
- 10..... كيف يمكنني الحصول على علاج نفسي؟
- 12..... تحمل تكاليف العلاج النفسي ..
- 13..... أشكال العلاج ..
- 14..... هل تبحثين عن معلومات؟
- 15..... نقاط الاتصال في
الملث الحضري لمدن فوبرتال وريمشايد وزولينغن
- 18..... المصادر ..

إذا كانت لديك هذه الأحاسيس والأفكار، فقد يكون العلاج مفيدًا لك:

- يتتابك إحساس مختلف عن المعتاد منذ مدة، فأنت لم تعود تشعرين بالفرح أو لا تبدين اهتمامًا بما حولك مثل السابق.
- تجدين صعوبة في القيام بعملك وممارسة نشاطاتك اليومية.
- تقلقين كثيرًا وغالبًا ما يتتابك شعور بالخوف.
- لديك تقلبات مزاجية حادة وغالبًا ما تكونين عصبية أو عدوانية.
- لا تنامين بشكل كافٍ أو تستيقظين بشكل متكرر.
- يلاحظ الأشخاص من حولك أنك تغيرت.
- أنت تعاني من مشاكل صحية عضوية مثل أعراض الجهاز الهضمي أو التوتر أو الألم.
- تشعرين باليأس ولا ترين أي معنى لحياتك.
- تفكرين في وضع حد لحياتك.

((راجع Piontek, 2009))

أنت لست وحدك. هناك العديد من الجهات التي يمكنك اللجوء إليها.



متى يكون العلاج مفيداً؟

لقد ألفت الكثير من الناس الحياة مع الأزمات أو الحالات المزاجية السيئة لبعض الوقت أو الخوف من مواقف معينة. تعتبر التقلبات المزاجية والمشاعر السلبية جزءاً من الحياة إلى حد ما. ولكن متى يكون من المفيد البدء بتلقي علاج نفسي؟

يتساءل الكثير من الناس إذا كانت معاناتهم النفسية خطيرة إلى حد يصبح من الضروري اللجوء إلى علاج نفسي. لكن ينبغي علينا أن نولي للأمراض النفسية نفس الأهمية التي نوليها للأمراض العضوية. ينصح بطلب المساعدة من أخصائي في العلاج النفسي:

- إذا كانت حالتك النفسية تسبب لك المعاناة،
- وإذا كانت تؤثر عليك
- ولم يعد بإمكانك إيجاد طريقك للخروج من أزمته بمفردك أو بمساعدة أفراد من عائلتك أو أصدقائك (Psychotherapeuten Kammer NRW, 2022).

لا يراعي الكثير من الناس شعورهم الشخصي بقدر
حرصهم على مراعاة شعور الآخرين.
إذا كان هذا الأمر ينطبق عليك، فاسأل نفسك: ما النصيحة التي
سأقدمها لصديقتي التي تعيش نفس وضعي؟ هل سأشجعها
على طلب المساعدة؟

'مقصود بالعلاج النفسي؟'

الغرض من هذا العلاج هو علاج الأمراض النفسية. هناك أشكال مختلفة للعلاج النفسي. يقدم لك هذا الكتيب نظرة عامة على طرق العلاج المختلفة والوسائل التي يمكنك من خلالها الاستفادة من هذا العلاج.

يهتم العلاج النفسي بمعالجة المشاكل النفسية التي تسبب لك التوتر.

وهذا يعني أن المعاناة التي تشعرين بها هي فردية تمامًا، فهناك بعض الأشياء التي يمكن لبعض الأشخاص تحملها في حين أنها تساوي نهاية العالم بالنسبة لآخرين. من المهم أن تراعي مشاعرك وتدركي أهميتها في حياتك اليومية (راجع مؤسسة (2023 Gesundheitswissen).

من هم الأشخاص المشاركون وما هي مهام كل واحد منهم؟

ما هو الفرق بين أطباء الأمراض العقلية وعلماء النفس والمعالجين النفسيين وأطباء الأعصاب والممارسين البديلين للعلاج النفسي؟

بعد إنهاء دراسة الطب، يزاوّل طبيب الأمراض العقلية دراسات طبية متخصصة لمدة خمس سنوات ليصبح طبيباً متخصصاً في الطب العقلي والطب النفسي. هم أطباء ويسمح لهم بمعالجة المرضى ووصف الأدوية. لا يقدمون بالضرورة العلاج النفسي (على سبيل المثال في شكل حوارات).

يمكن أيضاً للمتخصصين في "الطب النفسي الجسدي والعلاج النفسي" العمل كمعالجين نفسيين.

أطباء الأعصاب يدرسون كذلك الطب ويسمح لهم بوصف الدواء. لكنهم لا يركزون في المقام الأول على الأمراض النفسية، بل على الاضطرابات الجسدية للجهاز العصبي.

يتابع الأطباء النفسيون دراسات عليا تتوج بشهادة جامعية في علم النفس وينصب اهتمامهم على التجارب التي يمر بها الناس وأفكارهم وسلوكهم. يمكنهم التركيز على مجالات مختلفة خلال دراستهم الجامعية،

على سبيل المثال علم النفس العمل والتنظيم). في حال اختيار تخصص علم النفس السريري، يمكن للأطباء النفسانيين أيضًا العمل في المستشفيات (المتخصصة).

بعد إتمام الدراسة في مجال علم النفس السريري، يمكن لأطباء النفس متابعة دراسات متخصصة لمدة خمس سنوات إضافية تتوج بشهادة عليا معترف بها من قبل الدولة. بعد ذلك يمنحون إجازة رسمية لممارسة الطب (موافقة من طرف الدولة) ويمكنهم حمل صفة المعالج النفسي. عندها فقط يسمح لهم بالعمل في مجال العلاج النفسي.

يتلقى ممارسو العلاج النفسي البديل المعارف الضرورية في هذا المجال من خلال الدراسة الذاتية بالاستعانة ببعض المؤلفات المتخصصة في هذا المجال، ويجب عليهم اجتياز اختبار تنظمه الهيئة الصحية من أجل الحصول على ترخيص العمل في هذا المجال وفقًا لقانون العلاج الطبيعي. لا يسمح لهم بوصف الأدوية، وفي معظم الحالات لا يسمح لهم بالحصول على المستحضرات من شركات التأمين الصحي، حيث يعتبر العلاج المقدم خدمة خاصة يتحمل المريض تكاليفها (انظر Pro Psychotherapie e.V).

الدراسة	الوصف	تعويض تكاليف العلاج من طرف شركات التأمين الصحي
الأطباء المتخصصون في الطب العقلي والعلاج النفسي أو الطب النفسي الجسدي والعلاج النفسي	ودراسات في الطب + دراسات طبية متخصصة التشخيص، العلاج وصف الأدوية	نعم
الأطباء المتخصصون في طب الأعصاب والعلاج النفسي	دراسات في الطب + دراسات طبية متخصصة في التشخيص، العلاج، وصف الأدوية. تخصص الاضطرابات الجسدية للجهاز العصبي	نعم
أطباء علم النفس (ليسانس ماجستير)	دراسة علم النفس في تخصصات مختلفة لا تمنح الرخصة لممارسة العلاج u- بناء على الدراسات العليا	لا
المعالجون النفسيون	دراسة علم النفس مع تدريب إضافي- في العلاج, العلاج النفسي، لا أدوية	نعم إذا كان الطبيب المعالج مرخصا من طرف شركة التأمين الصحي
أخصائيو العلاج الطبيعي النفسي	تدريب مدته 300 ساعة اجتياز امتحان لدى دائرة الصحة	لا (في العادة)

من هو الشخص الذي يمكنني أن أكلمه؟

إذا كنت تشعرين أنك تعانين من مشاكل نفسية، يمكنك الاتصال مباشرة بعيادة متخصصة في العلاج النفسي. لكن ينصح في بادئ الأمر بالاتصال بطبيب العائلة الخاص بك، لأن أعراض الاضطراب النفسي يمكن أن تكون ناجمة عن أسباب عضوية (مثل مرض الغدة الدرقية) ويجب أولاً استبعاد هذه الأسباب.

إذا تم استبعاد الأمراض العضوية، يمكنك حينئذ التفكير في تلقي علاج نفسي. يعتمد نوع العلاج الذي ينبغي عليك اتباعه على مرضك وحالتك الفردية.

يمكن أن يتكفل بعلاجك اثنان من المتخصصين، على سبيل المثال، إذا كنت بحاجة إلى دواء يقوم طبيب نفسي بوصفه لك وكنت تتلقين في الوقت نفسه علاجًا سلوكيًا لدى معالج نفسي. ينبغي عليك أن تكوني صريحة في هذه الحالة، حيث يجب أن يكون كل أخصائي يتكفل بعلاجك على دراية بالعلاجات المقدمة من طرف الأخصائيين الآخرين، فهذه هي الطريقة الوحيدة لضمان العلاج الأمثل (راجع مؤسسة 2023 Gesundheitswissen).

موعد؟

وفقًا لبوابة الخدمة www.116117.de ، تبلغ مدة الانتظار خمسة أسابيع كحد أقصى. في حالة علاج الأمراض الحادة تبلغ هذه المدة ثلاثة أسابيع كحد أقصى.

يجب على خدمة 116117 إيجاد موعد خلال أسبوع. يمكن أن يكون الموعد بعد أربعة أسابيع كحد أقصى - في حالة علاج الأمراض الحادة لا يجب أن تتجاوز هذه المدة أسبوعين كحد أقصى.

إذا لم تتمكن خدمة 116117 من تحديد موعد مع معالج نفسي أو طبيب متعاقد مع شركة التأمين الصحي خلال المدة المحددة، فيجب عليها إيجاد موعد في المستشفى في إطار العلاج المقيم أو غير المقيم.

لكن الحصول على موعد لا يعني أنك قد حصلت بالفعل على مكان لتلقي العلاج.



كيف يمكنني الحصول على علاج نفسي؟

1. استشارة العلاج النفسي: خلال جلسة الاستشارة القصيرة، يقوم معالج نفسي متعاقد مع شركة التأمين الصحي بتقييم أولي لأعراض المرض الذي تعاني منه والعلاج اللازم لحالتك. ليس من الضروري أن يحيلك طبيب العائلة إلى طبيب مختص.

وينبغي أن تشمل الاستشارة أيضًا نصائح ومعلومات وتوضيح لاحتياجات العلاج الفردية، بالإضافة إلى التشخيص الأولي وتوصية بخصوص العلاج اللازم، وإذا لزم الأمر، تدخل قصير في إطار العلاج النفسي. تتطلب استشارة العلاج النفسي اتصالاً شخصيًا مباشرًا بين المعالج والمؤمن عليه.

يمكن تقديم استشارة العلاج النفسي كعلاج فردي للبالغين في جلسات لا تقل مدتها عن 25 دقيقة، وحتى ست مرات كحد أقصى لكل حالة مرضية (بمجموع 150 دقيقة كحد أقصى)؛ بالنسبة للأشخاص المؤمن عليهم والبالغين أقل من 21 عامًا كاملة، حتى عشر مرات لكل حالة مرضية (بمجموع 250 دقيقة كحد أقصى) راجع www.Bundesgesundheitsministerium.de.



2. علاج الأمراض الحادة: قد تواجهين وضعاً استثنائياً خاصاً أو أزمة نفسية حادة. في هذه الحالة، يمكن تلقي علاج للأمراض الحادة مباشرة بعد الاستشارة الأولى. إذا لزم الأمر، يمكن اتباع علاج للأمراض الحادة يصل إلى 24 جلسة فردية مدة كل واحدة 25 دقيقة، وذلك مباشرة بعد الاستشارة. يهدف العلاج النفسي للأمراض الحادة إلى تخفيف الأعراض التي يعاني منها المريض في مدة قصيرة. للاستفادة من هذا العلاج، يكفي أن يقوم طبيبك النفسي بإبلاغ شركة التأمين الصحي الخاصة بك. لا يجب أن تتجاوز مدة الانتظار للحصول على العلاج النفسي للأمراض الحادة أسبوعين على الأكثر؛

3. جلسات تجريبية: إذا قرر المعالج النفسي أنك بحاجة إلى العلاج، فيجب عليك التقدم بطلب في هذا الشأن لدى شركة التأمين الصحي الخاصة بك. قبل أن يقدم المعالج النفسي طلباً لتحمل التكاليف إلى شركة التأمين الصحي الخاصة بك، يمكنك التعرف على بعضكم البعض في جلستين إلى أربع جلسات تسبق تقديم الطلب. يجب طلب تقرير الاستشارة على أبعد تقدير بعد انتهاء الجلسات التجريبية وقبل بدء جلسات العلاج النفسي (انظر ص 9).



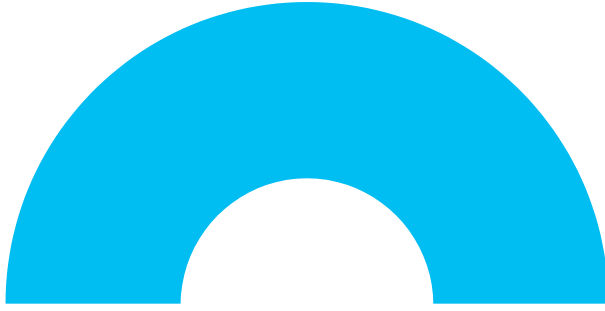
سداد تكاليف العلاج النفسي

لكي تتمكن شركة التأمين الصحي الخاصة بك من تغطية تكاليف العلاج، يجب استيفاء الشروط التالية:

بعد الحصول على رأي طبي يؤكد ملاءمة حالتك لتلقي علاج نفسي (استبعاد الأسباب العضوية الأخرى التي تفسر الأعراض)، يمكنك إجراء ما يصل إلى أربع جلسات تجريبية مع معالج نفسي أو معالج طبي نفسي مرخص من قبل شركة التأمين الصحي. يقوم بعد ذلك طبيب العائلة أو طبيب الأعصاب/الطبيب النفسي المعالج بإعداد تقرير استشارة وإرساله إلى المعالج النفسي لتقديم طلب للحصول على العلاج النفسي غير المقيم.

لا يجب أن يقتصر الهدف من العلاج النفسي على تقديم استشارات متعلقة بالحياة أو التربية أو الحياة الزوجية أو العلاقات الجنسية (انظر AOK, 2023).





أشكال العلاج

يتم سداد تكاليف أشكال العلاج التالية من قبل شركات التأمين الصحي:

- العلاج السلوكي (المعرفي): يساعدك هذا العلاج على تعلم سلوكيات جديدة أو تبني أنماط تفكير جديدة من شأنها أن تساعدك على التعامل مع المواقف العصبية على المدى الطويل. يمكن اعتبار العلاج السلوكي على أنه تدريب.
- العلاج المبني على علم نفس العمق: ينصب تركيز العلاج هنا على الصراعات الموجودة في اللاوعي والمكبوتة التي عاشها الشخص في الماضي. يكمن الهدف من هذا العلاج في فهم معنى وسبب الصراع الداخلي وبالتالي تمكين الشخص من التعامل بشكل أفضل مع المواقف العصبية التي تواجهه في الحاضر (راجع (2011, Stiftung Warentest).
- العلاج بالتحليل النفسي: على النقيض من العلاج السلوكي، فإن هذا النوع من العلاج لا يعتبر تدريبيًا، بل هو عبارة عن عملية استكشاف، حيث يتم إحياء الصراعات التي عاشها الشخص في طفولته ومعالجتها.
- العلاج الجهازي: يركز هذا العلاج على العوامل الاجتماعية. الأشخاص الذين يمكن إشراكهم في العلاج هم في العادة الأزواج والعائلة.

هل تبحثين عن معلومات؟

إذا لم يكن لديك أي اتصال مع الأمراض النفسية في السابق، يمكنك تلقي بعض المعلومات حول هذا الأمر لدى جهات مختلفة. كلما زادت معلوماتك في هذا الشأن كلما كنت قادرين على فهم المرض وتقليل الشكوك والأحكام المسبقة. يمكنك إيجاد معلومات عبر الإنترنت، على سبيل المثال على المواقع التالية:

[/https://www.gesundheitsinformation.de](https://www.gesundheitsinformation.de)

[/bptk.de/publikationen/patientenratgeber.https://www](https://www.bptk.de/publikationen/patientenratgeber)

<https://www.ptk-nrw.de/patientenschaft/broschueren>

[-therapie.de/psyche/info/index/diagnose/artikel.https://www](https://www-therapie.de/psyche/info/index/diagnose/artikel)
[/uebersicht](https://www-uebersicht.de)

مساعدة الأشخاص الذين يفكرون في الانتحار

إذا كنت تعانين من أزمة حادة،

يرجى الاتصال بالأطباء المعالجين أو المعالجين النفسيين
الخاصين بك أو أقرب عيادة للأمراض النفسية (انظر نقاط
الاتصال) أو الاتصال بالرقم 112.

يمكنك الاتصال بخدمة 1<الرعاية الروحية الهاتفية على
مدار الساعة ومجاناً على الرقم **111-0800-111** أو
1110222-0800

بالنسبة للشباب، هناك أيضًا عروض للدردشة عبر الإنترنت
مثل (Caritas) www.u25-deutschland.de.

احرصي على الحصول على المساعدة في كل الأحوال

نقاط الاتصال في المثلث الحضري فوبرتال وريمشايد وزولينغن

Wuppertal

“مركز الطب النفسي الاجتماعي

Sozialpsychiatrisches Zentrum SPZ

Wuppertal gGmbH

Standort Elberfeld

49 Hofaue

Wuppertal 42103

الهاتف: 0-85 99 24 0202

spz@bergische-diakonie.de

Standort Barmen

20 Parlamentstraße

Wuppertal 42275

الهاتف: (0202) 11-08 32 28

spz@bergische-diakonie.de

“نقطة الاتصال للمساعدة الذاتية **Selbsthilfe**

Kontaktstelle

نقطة الاتصال للمساعدة الذاتية (201.54)

10 Neumarkt

Wuppertal 42103

selbsthilfe@stadt.wuppertal.de

“مركز الرعاية الطبية للصحة النفسية فوبرتال

(MVZ) التابع لمؤسسة Tannenhof

Medizinisches Versorgungszentrum

für Seelische Gesundheit Wuppertal

(MVZ) der Stiftung Tannenhof

Tagesklinik Elberfeld

7 Wesendonkstraße

Wuppertal-Elberfeld 42103

الهاتف 454452 0202

info@stiftung-tannenhof.de

أوقات الاستقبال

من الاثنين إلى الجمعة من 8:00 إلى 11:30 صباحًا،

الاثنين من 2:00 ظهرًا إلى 5:00 مساءً (بعد أخذ

موعد)

“الخدمة النفسية الاجتماعية

Sozialpsychiatrischer Dienst

Wuppertal

20 Parlamentstraße

Wuppertal 42275

الهاتف: 0202 563-2168

sozialpsychiatrischerdienst@stadt.

wuppertal.de

“Ev. مؤسسة Tannenhof – عيادة فوبرتال

للطب النفسي **– Stiftung Tannenhof**

Psychiatrische Klinik Wuppertal العلاج

النفسي، العلاج النفس الجسدي Sanderstraße

161

(Wuppertal (Barmen 42283

مكتب القبول المركزي 1173-12 02191

الهاتف 0-478248 0202

info@stiftung-tannenhof.de

“العيادة النهارية لمؤسسة Tannenhof –

العيادة النهارية للطب النفسي

Stiftung -Ev Tagesklinik فوبرتال بارمن

Tannenhof

Psychiatrische Tagesklinik –

Wuppertal-Barmen

الرعاية الطبية والعلاجية وكذلك الرعاية العامة

والتمريض والدعم، العلاج غير المقيم لمعهد

الطب النفسي

8 Märkische Straße

281 Wuppertal-Barmen42

الهاتف 0-25264 0202

info@stiftung-tannenhof.de

“Ev. مؤسسة Tannenhof – عيادة

الصدمة لضحايا جرائم العنف في فوبرتال

– Stiftung Tannenhof

Traumaambulanz für Opfer von

Gewalttaten Wuppertal

161 Sanderstraße

42283 Wuppertal-Barmen
الهاتف 1635 -478248 0202
info@stiftung-tannenhof.de

3 Walter-Scheel-Platz
42651 Solingen
الهاتف: 0212 2904373
spdi@solingen.de

مكتب المساعدة الذاتية في زولينغن

“خدمة الأزمات Krisendienst

من الاثنين إلى الجمعة من الساعة 6:00 مساءً
إلى 8:00 صباحًا أيام السبت/الأحد/العطلات على
مدار الساعة

الهاتف 2020 244 28 38

في عين المكان، العنوان، Wuppertal-Elberfeld,
33 Hofkamp

الاستشارة عبر البريد الإلكتروني غير ممكنة
info@krisendienst-wuppertal.de

“جامعة فوبرتال Bergische Universität Wuppertal

Psychotherapieambulanz
20 Max-Horkheimer-Straße
(42119 Wuppertal (Z-Gebäude
الهاتف 0202 2824-439
العلاج clinpsy@uni-wuppertal.de

السلوكي المعرفي
للبالغين من عمر 18 سنة فما فوق. التخصصات:
اضطراب تشوه الجسم، الألم المزمن، الاضطرابات
الجسدية.

Solingen

“جمعية Psychosozialer Trägerverein .e.V Solingen

مركز الصحة النفسية
خدمة الأزمات متوفرة كذلك
109-105 Eichenstraße
42659 Solingen
الهاتف: 0212 0-24821
info@ptv-solingen.de

- خدمة الأزمات
- عيادة نهارية
- مجموعات سكنية وسكن مزوّد بخدمات رعاية

“خدمة الاستشارات عبر الهاتف

Kompass للصحة

النفسية Beratungstelefon Kompass seelische Gesundheit für die

من الاثنين إلى الخميس من 10 صباحًا حتى 2 ظهرًا
رقم الهاتف 0212233932667

“الخدمة النفسية الاجتماعية لمدينة

زولينغن Sozialpsychiatrischer Dienst Stadt Solingen

“Selbsthilfe-Büro Solingen“

3 Walter-Scheel-Platz
3.012 Solingen, Raum 42651
الهاتف: 2902729 0212
m.schrader@solingen.de

“عيادة LVR-Klinik Langenfeld“

منطقة مستجمعات زولينجن مركز
العلاج زولينجن خدمة العلاج غير المقيم
لمعهد الطب النفسي والعلاج النفسي
Frankenstraße 31a, 42653 Solingen
bz-solingen.klinik-langenfeld@lvr.de

- يتم هنا علاج المرضى الذين يعانون من
- الذهان
 - اضطرابات المزاج مثل الاكتئاب أو الاضطراب ثنائي القطب
 - اضطرابات القلق والوسواس القهري
 - اضطرابات الشخصية
 - اضطرابات ما بعد الصدمة
 - عروض العلاج

“عروض العلاج المقيم لعيادة Stationäres Angebot LVR-Klinik“

Langenfeld

العلاج النفسي المقيم الاتصال الوحدة
24

عيادة LVR-Klinik Langenfeld
(9 Kölner Straße 82 (Haus
0764 Langenfeld4
الهاتف 3 102-2624 0217
psychotherapie.klinik-
langenfeld@lvr.de

“التأهيل الطبي لمدمني الكحول والمخدرات والحشيش“

Medizinische Rehabilitation Alkohol- und für Medikamenten- und Cannabisabhängige

خدمة العلاج غير المقيم لأمراض الإدمان
في زولينجن
31 a .Frankenstr
42653 Solingen
الهاتف: 64-380848 0212
abhaengigkeitsambulanz.solingen@lvr.de

“Ev. مؤسسة Tannenhof –
العيادة النهارية للطب النفسي في ريمشايد - دار
للصحة النفسية
Psychiatrische Tagesklinik
Remscheid

– الرعاية الطبية والعلاجية وكذلك الرعاية العامة والتمريض
والدعم، العلاج غير المقيم لمعهد الطب النفسي
Konrad-Adenauer-Straße 2 – 4 (am
Friedrich-Ebert-Platz / Ecke Elberfelder
Straße)
(42853 Remscheid (Innen/Nord
الهاتف 3500-12 21910
info@stiftung-tannenhof.de

“Ev. مؤسسة Tannenhof مركز الطب
الاجتماعي
– Stiftung Tannenhof (SPZ
Sozialpsychiatrisches Zentrum)
استشارات حول الأمراض النفسية لمساعدة
المرضى على التعامل مع الحياة اليومية، في دار
الصحة النفسية
Konrad-Adenauer-Straße 2 – 4 (am
Friedrich-Ebert-Platz
(42853 Remscheid (Innen/Nord
الهاتف 3500-12 21910
info@stiftung-tannenhof.de

عروض العلاج المقيم
عيادة LVR-Klinik Langenfeld
3 Kölner Straße 82/ Haus
0764 Langenfeld4
فريق الوحدة 35
الهاتف: 2635-102 02173
medrehasucht.klinik-langenfeld@lvr.de

Remscheid

“مركز الطب النفسي الاجتماعي في ريمشايد
Sozialpsychiatrisches Zentrum
Remscheid
الهاتف: 0-41 33 9 91 21 0
info@spz-remscheid.de

“مركز العلاج
MEDIAN
Therapiezentrum Haus
ريمشايد

Therapiezentrum der Soziotherapie
31 .Feldstr
9 Remscheid4289
الهاتف: 0 9584 02191 المؤشرات
الرئيسية على الإدمان

“الخدمة النفسية الاجتماعية -
التدخل في الأزمات
Sozialpsychiatrischer Dienst
Krisenintervention
الهاتف: 1600 02191
gesundheit@remscheid.de

“مكتب المساعدة الذاتية لمدينة ريمشايد
Selbsthilfe-Büro Remscheid
الهاتف: 71 20 29 02191
selbsthilfe-remscheid@paritaet-nrw.org

“Ev. مؤسسة Tannenhof – عيادة الطب
النفسي في ريمشايد <2
Stiftung Tannenhof – Klinik für Psychiatrie
Remscheid العلاج النفسي، طب الإدمان،
الطب النفسي الجسدي، طب الأعصاب
76 Remscheider Straße
(99 Remscheid (Lüttringhausen428
مكتب القبول المركزي 1173-12 02191
الهاتف 0-12 02191
info@stiftung-tannenhof.de

المصادر

AOK (2022). Was macht man in der Psychotherapie
(Ambulante Psychotherapie: Ablauf und Methoden) (aok.de): عبر

AOK (2023). Psychotherapie: ambulante Hilfe.
Ambulante Psychotherapie: Wir informieren | AOK

Psychotherapeuten Kammer NRW (2022). Wege zur
Psychotherapie. (https://www.ptk-nrw.de): عبر
patientenschaft/broschueren

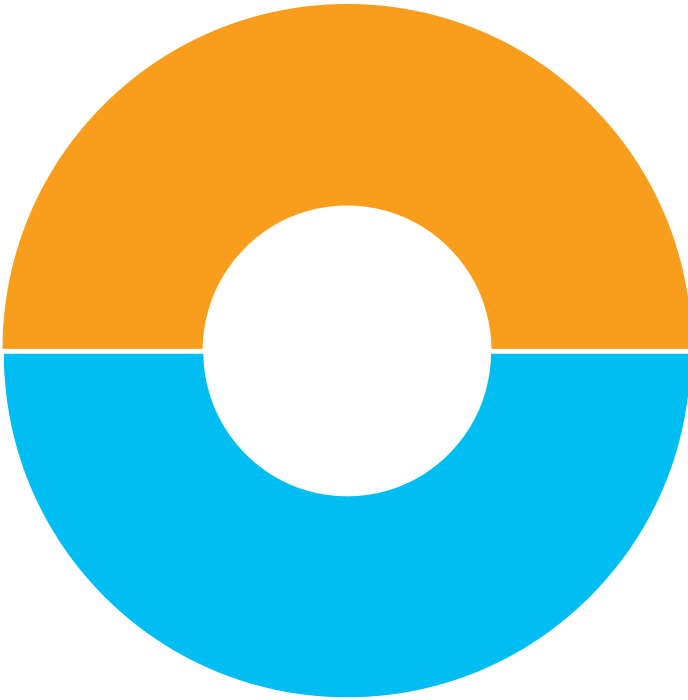
Piontek, R. 2009 Mut zur Veränderung. Methoden und
Möglichkeiten der Psychotherapie. Bonn

Pro Psychotherapie e.V. (2023). Das "Wer - Wie - Was" der
Psychotherapie. (https://www.therapie.de/psyche): عبر
info/fragen/wichtigste-fragen/unterschied-psychotherapeut-
/psychologe-psihiater

Stiftung Gesundheitswissen (2023). Psychologe, Psychiater,
Psychotherapeut – das ist der Unterschied. (https://www.stiftung-gesundheitswissen.de): عبر

Stiftung Warentest (2011). Für Seelen in Not. Journal Gesundheit,
Heft test 11/2011, S. 82ff.

تاريخ الاطلاع على المصادر عبر الانترنت: أغسطس 2023



Wall 21/Eing

4210

2342 74763-0

bergauf@jobcenter.v

www.bergauf.de

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales




Jobcenter
Wuppertal

kommunales
Jobcenter
 Solinger

jobcenter 

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

