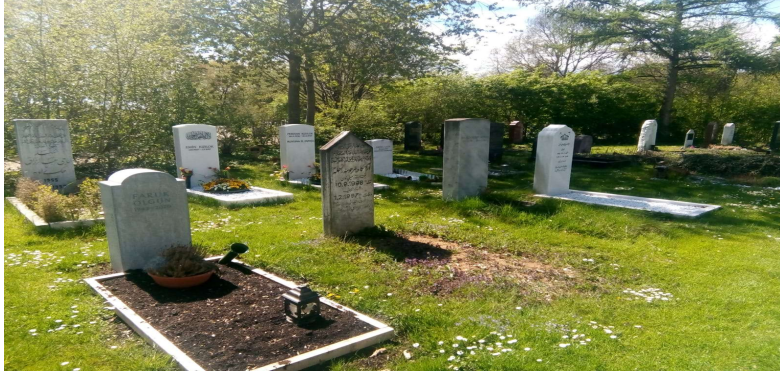


"كل طاقتي يستنزفها الألم والذكريات. لم يعد لدي أي قوة. يبدو الأمر كما لو أنني أردت مشاركة مصير الاموات" تشكو عديّة إلينا. شكوى عديّة مثل حالات عدة.

المرافقة النفسية تمنح حزننا الشخصي مساحةً و تريد أن تشجعها على العيش.  
نتعلم في مجموعتنا التعامل المفتوح مع حزننا. نحن نعزز المساعدة الذاتية ومواردنا الخاصة.  
يتم التعارف في لقاء أولي نبني فيه الثقة بيننا وبينكم. نلتقي حيث طلبتم المساعدة أولاً. في هذه المحادثات الأولى تحظون بكل الاهتمام.  
تعميق العلاقة والسماح للمشاعر المكبوحة



معنا تستطيع

- التحدث عن الخسائر المتكبدة ؛
- التقليل من إهمال احتياجات الشخصية ؛
- البحث عن توجه يومي.

نحن نساعدك على

- تعزيز الكفاءة الذاتية ؛
- إعطاء الحداد مكاناً موسعاً في السياق الاجتماعي والثقافي ؛
- تقاسم الحداد في الأسرة و في المجتمع.

في الخطوة الثانية نعمل على تعميق علاقتنا ومشاعرنا. نسأل عن تنظيم الحياة اليومية. قد يتأثر الآخرون في الأسرة أيضاً بالوفاة. البعض غاضب من المتوفى ، والبعض الآخر يرى نفسه في مواجهة مهام جديدة تمامًا ، والبعض الآخر قد يشعر بالارتياح.

تمكنكم المناقشات الجماعية من التعرف على أنواع الحزن.

يشعر العديد من الناس المكتئبين بالوحدة و أن لا أحد يفهمهم. توفر المناقشات الجماعية الفرصة لتوسيع ثقافة المناقشة و التقريب بين من يعيشون نفس التجارب

مراسم الجنازة والعزاء

يشكو البعض من عدم وجود مساحة لحزنهم. نريد منحكم هذا المجال لإقامة مراسم الجنازة والعزاء . نرافق العائلات والمجموعات والجمعيات و نساعدكم على التعرف على طرق الحداد المختلفة والعيش معها.

الاتصال: جوندا شتيجن ، قسم الدعم الثقافي والتعليم والتواصل الثقافي ، البريد الإلكتروني: [redacted]

Kontakt: [stegen@chv.org](mailto:stegen@chv.org); tel. +49 1608982 142; +49 130787-342 Gunda Stegen