

## Was sind Ihre Schritte?

مراحل برای شما به چه صورت هستند:

Wenn Sie sich für eine Beratung interessieren, nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Anmelden können Sie auch Mitarbeiter\*innen aus Flüchtlingsunterkünften (Sozialarbeiter\*innen, etc.). Nach einem Erstgespräch prüfen wir, ob und welches Angebot geeignet ist.

اگر شما به مشاوره علاقه مند هستید یا ما ارتباط برقرار کنید. همچنین می توانید از طریق همکاران ما در محل اقامت پناهندگان (مددکاران اجتماعی و غیره) اقدام کنید. پس از اولین مصاحبه ما بررسی می کنیم ، کدام پیشنهاد برای شما مناسب است.

## Kontakt & mehr Informationen

تماس و اطلاعات بیشتر

Dr. Schahryar Kananian (Leitung)  
Dr. Annabelle Starck (stellv. Leitung)  
M.Sc.-Psych. Anica Nicolai  
M.Sc.-Psych. Arwin Nemani  
B.Sc.-Psych. Samar Al-Sari  
Anna Dudka  
Prof. Dr. Ulrich Stangier (Fachaufsicht)

پست الکترونیکی/E-Mail:  
[PBF@psych.uni-frankfurt.de](mailto:PBF@psych.uni-frankfurt.de)

زمان تماس های تلفنی/Telefonsprechstunde:  
Mittwochs 12-14 Uhr & Donnerstags 12-14 Uhr  
**(069) 798 25366**

زمان تماس یلماس یلفنی چهارشنبه ها 12-14 و پنجشنبه ها 12-14-

## So finden Sie uns

مارا اینگونه پیدا کنید



Varrentrappstraße 40 - 42  
60486 Frankfurt

Die Straßenbahnen der Linien 16 und 17 halten in unmittelbarer Nähe an der Haltestelle

### Varrentrappstraße.

Mit den U-Bahn-Linien U4, U6, U7 fahren Sie bis zur Haltestelle **Bockenheimer Warte**, von dort sind es noch ca. 5 Minuten Fußweg. Der Wartebereich befindet sich im Erdgeschoss.

تراموا های شماره ۱۶ و ۱۷ به صورت منظم (فوری) در نزدیکی ایستگاه **Varrentrappstraße** توقف میکنند و سپس با مترو خط های U4, U6, U7 تا ایستگاه **Bockenheimer Warte** حرکت کنید، فاصله پیاده از آنجا حدود ۵ دقیقه می باشد.



## Psychosoziale Beratungsstelle für Flüchtlinge

مرکز مشاوره روانی و اجتماعی برای پناهندگان

am Zentrum für Psychotherapie  
der Goethe-Universität Frankfurt



Institut für Psychologie  
Abteilung Klinische Psychologie  
und Psychotherapie  
Varrentrappstraße 40-42  
60486 Frankfurt

## ◆ Hintergrund

Menschen, die nach einer Flucht in Deutschland ankommen, stehen oft vor vielen Herausforderungen.

Sorgen über den Verbleib von Familienangehörigen und Freund\*innen und über die ungewisse Zukunft, aber auch Erinnerungen an die belastenden Erlebnisse durch Krieg, Flucht und Verlust von Angehörigen führen zu belastenden Symptomen: wiederkehrende, plötzliche Gefühle von Angst, Traurigkeit oder starke Stimmungsschwankungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Schlafstörungen, Schmerzen und andere körperliche Symptome, sozialer Rückzug.

Diese Symptome sind behandelbar. Unsere unterschiedlichen Angebote sollen geflüchteten Menschen dabei helfen, sie zu bewältigen.

## ◆ پیش زمینه

افرادى که از طریق پناهندگی به آلمان آمده اند، دچار چالش های بسیاری می شوند.

نگرانی برای اقامت اعضای خانواده و دوستان و آینده نامعلوم، همچنین یادآوری تجربیات دشوار دوره جنگ، فرار و از دست دادن بستگان، باعث علائمی ناراحت کننده می شوند؛ احساس مکرر و ناگهانی ترس، ناراحتی و یا نوسانات خلقی شدید، مشکلات تمرکز، اختلالات خواب، درد و علائم دیگر جسمی و کناره گیری اجتماعی. این علائم قابل درمان هستند. پیشنهاد های متنوع ما به گونه ای هستند که به پناهندگان کمک میکنند تا به این علائم غلبه کنند.

## ◆ Unsere Angebote

Im Rahmen unserer Angebote wollen wir Ihnen helfen, mit diesen Herausforderungen umzugehen.

Wir bieten unter anderem:

- Offene Veranstaltungen zum gemeinsamen Kennenlernen und gegenseitigem Austausch („Teegarten“)
- Psychologische Diagnostik
- Einzelberatung
- Gruppenangebote

Die Beratungsstelle ist an die Verhaltenstherapie-Ambulanz angegliedert und arbeitet mit anderen Institutionen der Flüchtlingshilfe zusammen.

## ◆ پیشنهاد های ما

در قالب پیشنهاد، ما می خواهیم به شما کمک کنیم تا با این چالش ها روبه رو شوید.

ما ارائه می دهیم:

- برنامه هایی برای آشنایی و تبادل متقابل (باغ چای)
- بررسی های روان شناختی
- مشاوره های فردی
- پیشنهادات گروهی

مرکز مشاوره وابسته به آمبولانس رفتارشناسی است و با دیگر موسسات کمک کننده به پناهندگان همکاری دارد.

## ◆ Wer kann sich melden?

Geflüchtete Menschen, die:

- mind. 18 Jahre alt sind.
- Arabisch, Farsi, Dari, Englisch oder bereits ausreichend sicher Deutsch sprechen. Nach vorheriger Absprache sind ggf. auch Dolmetscher\*innen gestützte Beratungen in weiteren Sprachen möglich.
- derzeit keine andere psychotherapeutische Anbindung haben.

## ◆ چه کسی میتواند خود را معرفی کند؟

پناهندگانی که:

- حداقل ۱۸ سال سن داشته باشید.
- عربی، فارسی، دری، انگلیسی یا در حال حاضر میزان کافی و مطمئنی آلمانی صحبت کنید. در صورت هماهنگی قبلی حضور مترجمان برای دیگر زبان ها ممکن است.
- در حال حاضر روان درمانگر دیگری نداشته باشید.