

#PSY_SUPPORT_IN_SWISS

Психологічна підтримка біженців з України в Швейцарії

За підтримкою Ukraine Hilfe Bern

ЗНАЙОМСТВО

Хто ми і які послуги надає організація
#Psy_support_in_Swiss



Альона Тихонова

Психологиня, кризова
терапевтка, гештальт
терапевтка

Оксана Корінь

Клінічна психологиня, арт
терапевтка



Олена Паращук

Психологиня, сімейна
терапевтка, арт терапевтка



"Першими зламалися ті, хто вірили що це ось-ось закінчиться.

За ними зламалися ті, хто вірив, що це ніколи не закінчиться.

А вижити змогли ті, хто фокусувався на своїх теперішніх справах без будь яких роздумів закінчиться це коли, чи ні".

Віктор Франкл, з книги про особистий досвід виживання в концтаборі 'Людина у пошуках сенсу'



ТЕМА НАШОЇ ЗУСТРІЧІ

- Стрес
- Психологічні наслідки від війни та втрати дому у дітей та дорослих. Психологічна травма.
- Посттравматичні стресові наслідки
- Як розпізнати, що мені потрібна допомога?
- Як я можу допомогти собі сам, та де я можу отримати допомогу спеціаліста:

КНИЖКОВІ РЕСУРСИ



"Людина у пошуках сенсу" Віктор Франкл



"Тіло пам'ятає все. Яку роль психологічна травма грає в житті людини" Бесселя ван дер Колк



"Психологічна травма та шлях до видужання" Джудіт Герман



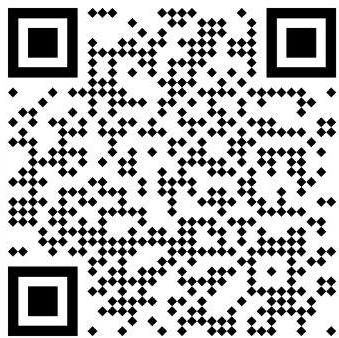
"Практичні вправи та техніки для дітей при психотравмуючій події" Мельничук В.О.



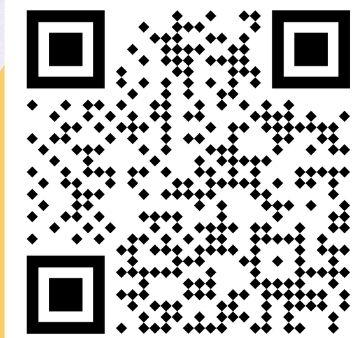
"Вибір" Едіт Егер

Де і як нас знайти?

<https://www.facebook.com/groups/3002143180003441>

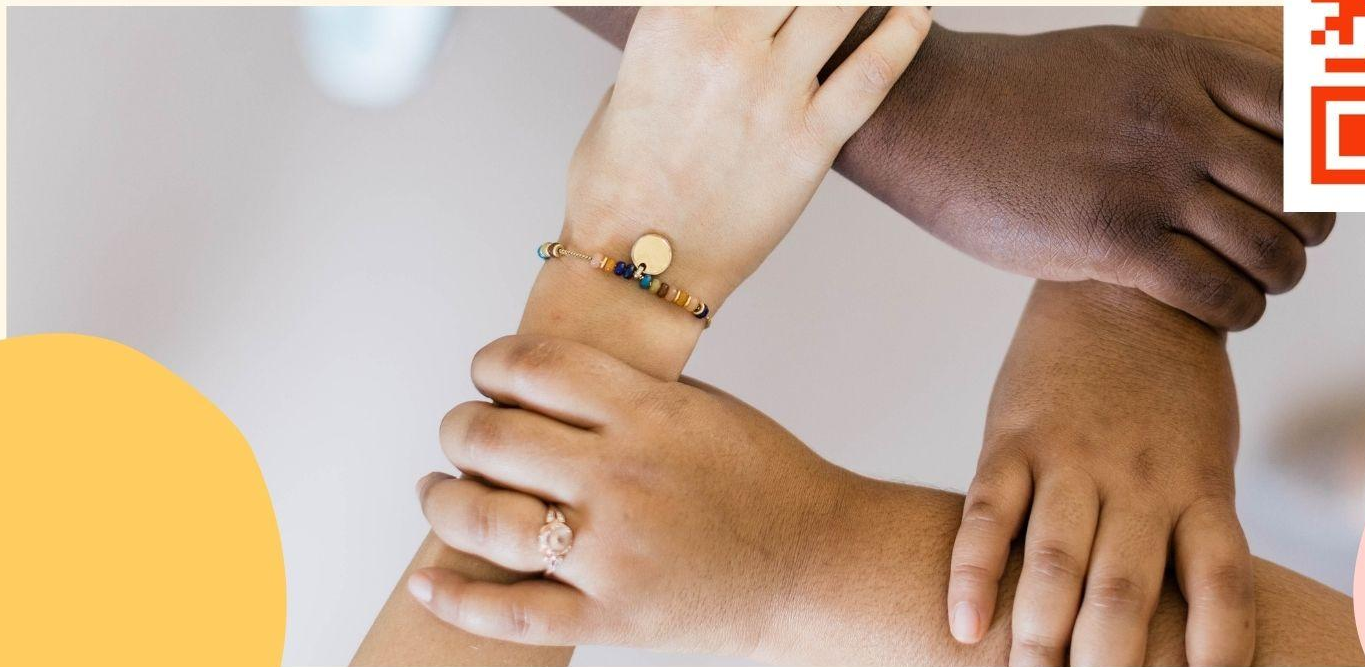


<https://t.me/+b1AUmwhC3ml3OTYy>



ЯК ЗАПИСАТИСЯ НА ІНДИВІДУАЛЬНУ КОНСУЛЬТАЦІЮ?

Пройдіть за цим
кодом в форму
електронного запису



ДЯКУЄМО, ЩО ПРОВЕЛИ ЦЕЙ
ЧАС РАЗОМ З НАМИ, ТА ЗА
ТЕ, ЩО ДБАЄТЕ ПРО СЕБЕ!

Ваша команда психологічної
підтримки #Psy_support_in_Swiss



Ми поруч!

#psy_support_in_swiss