

Группа взаимопомощи переживших травму (на русском языке)
Russischsprachige Selbsthilfegruppe „Trauertrauma“
Кратко - SHG "Trauertrauma"

КОНЦЕПЦИЯ РАБОТЫ ГРУППЫ

1. Актуальность организации группы

В современном мире и, особенно, в Европе, миграционные процессы нарастают и усиливаются, обретают новые системные качества, проявляют различные тенденции глобального характера, в том числе, деструктивные. Следствием этих процессов является картина общества современной Германии, которая на наших глазах превратилась в третью страну мира по числу иммигрантов после США и России. В результате интенсивных процессов миграции и интеграции стремительно нарастает доля взрослых и, тем более, детей, существующих на «границе культур». Межэтнические, межрелигиозные, межкультурные взаимоотношения в обществе становятся одним из ключевых факторов формирования ближайшего будущего ФРГ.

Проблемы интеграции приехавших являются для Германии весьма острыми. Иная культура иммигрантов обуславливает обострение всех их жизненных проблем ввиду иного миропонимания и мировосприятия. Существующие интеграционные программы не в полной мере достигают поставленных целей, так как затрагивают лишь поверхностные аспекты интеграционных процессов, не касаясь глубинных, психологических. Их ключевым звеном является психологическая интеграция, успешное формирование позитивных «образа страны пребывания» и «образа себя в стране пребывания».

Смерть является неизбежной частью жизни каждой семьи и всегда является тяжёлой психологической травмой для всех её членов. Особенно тяжело переживается смерть ребёнка или относительно молодого человека, внезапная или насильственная смерть. Скорбящие часто испытывают тоску и депрессию, физическое и психическое истощение, иррациональные чувства вины и обиды, гнева и ненависти. Уход одного из членов семьи нередко вызывает кризисы, меняет отношения в семье и саму структуру семьи. Смерть в семье иммигрантов или в смешанной семье часто актуализирует вопросы смысла жизни, воспринимается как «наказание за бегство», вызывает ощущение глобального сиротства.

Печаль по ушедшим – это длительный процесс, на протяжении которого человек испытывает острую, часто несознаваемую потребность в помощи, общении и поддержке. Это необходимо скорбящим для поддержания своего физического и психического здоровья, восстановления работоспособности и активного включения в общественную жизнь. Наиболее экономически целесообразным путём оказания такой поддержки является создание группы взаимной поддержки. Из 300-400 тысяч русских берлинцев много живёт в районе Штеглиц, поэтому здесь целесообразно создать русскоязычную группу взаимной поддержки скорбящих.

2. Цель и задачи группы

Цель функционирования группы: взаимная поддержка скорбящих, а также испытывших иную психологическую травму потери, утраты.

Задачи функционирования группы:

- просвещение и информирование участников группы;
- взаимная психологическая поддержка участников;
- борьба со стрессом и депрессией;
- личностный рост, развитие личности и системы её отношений;
- углубление психологической адаптации и интеграции русскоязычных берлинцев.

3. Характеристика участников группы

Основной контингент, целевая группа участников:

- лица, испытывшие потерю, утрату, в первую очередь, смерть близкого;
- русскоязычные иммигранты;
- постоянно проживающие в Германии, прежде всего, в Берлине, временно приехавшие

сюда на учёбу или на работу, а также приезжие.

Медицинские ограничения участия в группе: декомпенсированная гипертония, стенокардия, бронхиальная астма, эпилепсия, шизофрения, умственная отсталость, психопатии, послеоперационные состояния, кожные, венерические и инфекционные заболевания (грипп, коронавирусная инфекция, туберкулёз, сифилис, гепатит, СПИД), грибковые и инвазионные заболевания, заболевания с высокой температурой, беременность любого срока, кормление грудью.

Могут принимать участие в работе группы здоровые, хронические больные (например, с заболеваниями желудочно-кишечного тракта или опорно-двигательного аппарата) и инвалиды (например, ампутанты, ДЦП, слабовидящие, но не слепые или глухие, имеющих сердечно-сосудистые и психические заболевания).

Не ограничивают возможности участия в работе группы пол и сексуальная ориентация, возраст и физическое развитие, курение и регулярный приём медикаментов; национальность и конфессия, гражданство и прописка (место проживания), образование и профессия, семейное положение и социальный статус, финансовые возможности и род занятий.

4. Характеристика группы

Тип группы по способу приглашения: открытая (может прийти участник, не знакомый ни одному из присутствующих).

Тип группы по возможным изменениям состава: открытая на протяжении всей жизни группы (новые участники могут присоединяться к группе в начале любой встречи).

Участие в группе является добровольным. Группа имеет непостоянный количественный и персональный состав вследствие свободного выбывания участников и вхождения новых членов.

Встречи группы проводят в гибридном режиме: любой участник по своему выбору может либо явиться на встречу группы очно, либо присоединиться к встрече дистанционно, через Zoom или WhatsApp.

5. Условия работы группы (устанавливает принимающая организация)

Организация, в которой функционирует группа: Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.

Контактные лица: Nicole Bichlmeier, Thorsten Schuler.

Адрес встреч группы: Nachbarschaftsheim Schöneberg, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin-Steglitz, 1.OG, Raum 1.26 (Multiraum).

На этаже есть туалеты, а также стенды с информационными материалами.

Проезд к месту встреч группы:

-U9-Walter-Schreiber-Platz или

-S1-Feuerbachstraße или

-Bus 246 (Friedenauer Brücke).

Особенности помещения группы:

-инвалидам нужно преодолеть небольшую лестницу при входе в здание; есть лифт на 1 этаж;

-перед входом в рабочую комнату разуваться в коридоре.

Режим встреч группы: еженедельно в субботу с 17.00 до 21.00.

Правила внутреннего распорядка:

-в период пандемии ковид-19 используется правило 3G и соответствующие санитарно-гигиенические требования;

-нельзя употреблять психоактивные вещества и курить в здании; готовить еду, кофе и чай; шуметь; находиться без маски;

-можно курить на улице; посещать туалет, мыть руки; есть и пить в рабочей комнате.

Дата разработки концепции: 01.06.2016.

Дата внесения изменений: 01.01.2022.