

DYNAMIS

(ديناميس)

محادثة عن حلول

ماذا تفعل عندما تتعثر الحياة؟

يمكن تبديل الحلقة المفرغة
وخلق أخرى جيدة

ديناميس هو نشاط بلديّ
موجّه بشكل رئيسي نحو الوالدين
وعائلات الأطفال في هيلسينغبورغ

نستقبلك أنت أيضا إذا رغبت حضور
محادثات خاصة

نرحب بحرارة باتصالك بنا
لمعرفة المزيد

أرقام هواتفنا:
042-10 64 18
042-10 64 49

عنوان الزيارة:
Bruksgatan 29

موقعنا الإلكتروني تجده في
helsingborg.se
البريد الإلكتروني:
dynamis@helsingborg.se

الزيارات
إلينا مجانية



Socialtjänsten

من خلال الحديث معنا يمكنك:

التكلم عن كيف تريد
أن تكون حياتك

أن تستوضح عما
قد يستوجب أن يكون مختلفاً

ترفع من مستوى القدرة على
رؤية إمكانياتك

التفكير بما تجيده
وكيف يمكنك إستعمال طاقاتك

العمل باتجاه أهدافك

التواصل مع ديناميس
لايؤدي الى أي تسجيل
أو تدوين ملفات

نحن خاضعون إلى واجب كتم السر

علينا واجب التبليغ
إذا تعرض طفلك إلى
الإيذاء أو الإعتداء

في هذا الكتيب يمكنك القراءة قليلاً عن كيفية عملنا

أهداف عمل

ديناميس

هي

- تقوية الوالدين في دور الأبوة.

- العمل لإعطاء الأمل وتطوير الثقة بالنفس.

- العمل لتحرير وتطوير طاقات العائلة الذاتية

- أن يتسم العمل باحترام حق الإنسان إلى القرار الذاتي وخصوصيته.

طرق عملنا

الحديث المركّز على الحلّ

يعني أننا سوياً نتكلم عما ترغب أن تكون عليه الأمور في المستقبل. العمل بالتركيز على الحل يعني أن يفضّل إظهار ما يعمل بشكل جيد على إظهار ما ليس جيداً. هي طريقة عمل تمكن من التغيير ومن ظهور أفكار جديدة.

أسلوب مارتيه ميو **Marte Meo**

اسلوب مارتيه ميو يعني حرفياً «بقوة ذاتية». الأسلوب يستند على نظرية التواصل وأبحاث عن الأطفال الرضع. مارتيه ميو يتعلق باكتشاف وتقوية ما هو إيجابي في التفاعل بين الطفل والوالدين في العلاقات المتأزمة لأسباب مختلفة. يمكنك أيضاً رؤية ما هي حاجات طفلك بالذات وكيف يمكنك سدّها أنت كوالد.

عن طريق التصرف

الإدراكي KBT

ضمن KBT نعمل سوياً في مشكلة واحدة أو عدة مشاكل محدّدة، على سبيل المثال الغضب، المخاوف، الكآبة والضغط النفسي. نعمل سوياً جرّدة عن التصرفات المسببة للمشاكل ونرى كيفية سيرها. المعالجة بعدها تحصل على الأدوات والستراتيجيات لتتخلص منها أو لتتعود على التعايش معها.

نقدم أيضاً **برنامج تدريب للوالدين**، من بينها أنك كوالد تتدرب على التعامل مع حالات تحدث معك في يومك العادي.