



Forschung

الإدارة المطوّرة للمشكلات - تدخل جديد للتغلب على التوتر
المشرف: د. ناصر مورينا

هل عشت تجارب مؤلمة أو واجهت مصاعب...؟
هل تشعر بعض الأحيان بالحزن أو تشعر بالتوتر؟
هل تعاني من اضطرابات في النوم؟
هل تواجه صعوبة في تدبر أمورك في البلد الجديد؟
هل لديك صعوبات في التعامل مع متطلبات الحياة اليومية؟

هل تعاني من أحد هذه الأعراض؟

يقوم مشفى زيورخ الجامعي بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية WHO والمفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين UNHCR في الوقت الراهن بالبحث ضمن إطار مشروع حالي عن طرق معالجة جديدة للتقليل من المعاناة النفسية. تم تصميم التدخلات بشكل خاص للاجئين السوريين و يفترض أن يتم توفيره في بعض المدن المفتقدة للرعاية الصحية. حيث سيعطى المشاركون استراتيجيات معينة باللغة العربية لمواجهة المشكلات .

ندعو جميع السوريين في سويسرا (فوق ١٨ عاماً) لاستبيان للتحقق من الصحة النفسية (المدة حوالي ٢٠ دقيقة والمشاركة مجانية). في حال أظهرت النتائج لديك درجة توتر عالية ستحصل على معلومات إضافية وسيتم دعوتك من قبل فريق الدراسة إلى دراسة التدخلات.

هل ترغب في المشاركة بدعم هذه الدراسة؟ وتطبيق عليك المعايير المذكورة أعلاه؟
الرجاء الاتصال بنا. لمعلومات أخرى يمكنكم الاتصال معنا هاتفياً أو عن طريق البريد الإلكتروني.

الشخص المسؤول: د. ناصر مورينا

رقم الهاتف (اللغة العربية): 079 913 24 69

البريد الإلكتروني: strengths@usz.ch

العنوان:

UniversitätsSpital Zürich, Konsiliarpsychiatrie und Psychosomatik
Culmannstrasse 8, 8091 Zürich

سيتم تنظيم الاستبيان الأول من قبل موظفين في مشفى زيورخ الجامعي وجامعة زيورخ. وسيتم تنفيذه إلكترونياً (أونلاين) بعد اتصالكم في حال أردتم المشاركة. سنجري الاستبيانات اللاحقة والتدخلات في موقع العمل من قبل موظفي مشفى جامعة زيورخ.

سيتم التعامل مع كافة المعلومات بسرية تامة كما سيتم تشفير كافة البيانات. يرجى أخذ العلم بأن بياناتكم سُسجل من قبل فريق الدراسة عند إتمام الاتصال.

في حال عدم الرغبة بمتابعة المشاركة بالدراسة سيتم حذف كافة بياناتكم مباشرةً. فريق البحث ملتزم بواجب الحفاظ على السرية.



**Universität
Zürich**^{UZH}



**UniversitätsSpital
Zürich**



Klinik für Konsiliarpsychiatrie und Psychosomatik, UniversitätsSpital Zürich

Forschung

Problem Management Plus – neue Intervention zur Bewältigung von Stress

Prüfer: Dr. Naser Morina

Haben Sie traumatische Erfahrungen erlebt, oder waren Sie mit schweren Schicksalsschlägen konfrontiert?

Sind Sie manchmal traurig, oder fühlen Sie sich gestresst?

Haben Sie Schwierigkeiten zu schlafen?

Ist es für Sie schwierig, sich im neuen Land zurechtzufinden?

Haben Sie Schwierigkeiten, Ihren Alltag zu bewältigen?

Fühlen Sie sich angesprochen? Dann melden Sie sich bitte bei uns!

Das UniversitätsSpital Zürich untersucht gemeinsam mit der WHO und dem UNHCR im Rahmen eines aktuellen Projektes eine neue Behandlungsmethode zur Reduktion von seelischer Belastung. Die Intervention ist speziell für Geflüchtete aus Syrien konzipiert und soll später auch in Regionen ohne Gesundheitsversorgung zur Verfügung gestellt werden. Dabei werden den Teilnehmenden auf Arabisch spezifische Bewältigungsstrategien vermittelt.

Wir laden alle in der Schweiz wohnenden Syrerinnen und Syrer (ab 18 Jahre) zu einer Fragebogenerhebung zur Feststellung der seelischen Belastung ein (Dauer ca. 20 Minuten / die Teilnahme ist kostenlos). Sollten die Ergebnisse zeigen, dass Sie erhöhtes Belastungsniveau aufweisen sind, erhalten Sie weitere Informationen, und Sie werden vom Forschungsteam zur Interventionsstudie eingeladen.

Möchten Sie uns bei dieser Studie unterstützen, und treffen die oben genannten Kriterien auf Sie zu? Dann nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf. Auch für weitere Informationen können Sie uns gerne telefonisch oder per Mail kontaktieren:

Kontaktperson:	Dr. Naser Morina
Telefon:	079 913 24 69 (arabisch sprechend)
E-Mail:	strengths@usz.ch
Adresse:	UniversitätsSpital Zürich, Konsiliarpsychiatrie und Psychosomatik Culmannstrasse 8, 8091 Zürich

Die erste Erhebung wird von Mitarbeitenden des UniversitätsSpitals Zürich, Universität Zürich, organisiert und findet nach Ihrem Anruf, sofern sie weiterhin teilnehmen möchten, online statt. Die späteren Erhebungen sowie Interventionen werden vor Ort von Mitarbeitenden des UniversitätsSpitals, bzw. der Universität Zürich, durchgeführt. Alle Angaben werden vertraulich behandelt, und alle Daten werden verschlüsselt. Bitte nehmen Sie zur Kenntnis, dass Ihre Daten bei Zustandekommen eines Kontakts mit dem Studienteam registriert werden. Sollten Sie an einer Studienteilnahme nicht interessiert sein, werden Ihre Daten unverzüglich gelöscht.

Das Forschungsteam untersteht der Schweigepflicht.