



steps

strong together
psychologically



Krieg ist für alle eine Ausnahmesituation. Menschen, die davor fliehen, können sehr unterschiedlich darauf reagieren.

Und manchmal brauchen sie Unterstützung.

Menschen können sich überwältigt fühlen, Angst haben oder verzweifelt sein. Manche fühlen sich wie erstarrt. Andere machen sich so viele Sorgen, dass sie nicht mehr schlafen können oder körperlich krank werden. Auch Kinder leiden häufig sehr unter den Erlebnissen und können Hilfe brauchen.

War is an exceptional situation for everyone. People who flee from it can react very differently.

And sometimes they need support.

Many people may feel overwhelmed, afraid or desperate. Some feel frozen. Others worry so much that they can't sleep or become physically ill. Children also often suffer greatly from the experience and may need help

Wir bieten **schnell** und **unkompliziert** psychologische Beratung für Erwachsene und Kinder an, die aus der Ukraine fliehen mussten. Dabei helfen uns Übersetzer:innen, die ukrainisch oder russisch sprechen. Gespräche in englisch sind ebenfalls möglich.

Wir sind ein Team von Psycholog:innen und Therapeut:innen einer renommierten Berliner Hochschule. Wir haben Erfahrung in der Begleitung von Menschen in Krisensituationen. Gemeinsam arbeiten wir mit Ihnen an den Themen, die Sie beschäftigen.

Viele Grüße
Ihr steps-Team



We offer **quick** and **easily accessible** psychological counseling for adults and children who have fled Ukraine. We are assisted by translators who speak Ukrainian or Russian. English support is also available.

We are a team of psychologists and therapists working at one of the best Universities in Berlin. We are experienced counselors and know how to help an support people that experience crisis in their lives. Whatever psychological topic is key for you, we will find a way to support you.

With kind regards,
Your steps team

KONTAKT

Bitte verwenden Sie zur Kontaktaufnahme unser.....> Webformular.

Dienstags und Donnerstags von 11-13 Uhr erreichen Sie uns auch telefonisch.>



+49 159 01 47 76 97

CONTACT

In order to get in touch with us, < please use the registration form on our website.

On Tuesdays and Thursdays from 11-13 you can also reach us by phone.<





Війна-це надзвичайна ситуація для всіх. Люди, які рятуються втечею, по-різному реагують на таке становище. І іноді їм необхідна підтримка.

Багатьох охоплює потрясіння, почуття тривоги, страху, незахищеності або розпачу.

Хтось відчуває заціпеніння, когось охоплює таке почуття тривоги, що порушується сон чи виникають хвороби. Крім того, часто страждають діти і їм також може знадобитися допомога.

Ми пропонуємо термінову психологічну підтримку для дітей та дорослих, які були вимушені залишити Україну.

Консультації здійснюються за допомогою перекладача на українську чи російську мову.

Ми - команда психологів і терапевтів з відомого берлінського університету. У нас є досвід підтримки людей у кризових ситуаціях. Разом ми будемо працювати над темами, які Вас хвилюють.



steps

strong together
psychologically



Война является для всех чрезвычайной ситуацией. Люди, спасающиеся бегством по-разному реагируют. Иногда им нужна поддержка.

Многих охватывает потрясение, чувство страха или отчаяния.

Кто-то ощущает оцепенение, кого-то охватывает такое чувство тревоги, что нарушается сон или возникают болезни. Кроме того часто страдают дети и могут нуждаться в помощи.

Мы предлагаем срочную легкодоступную психологическую поддержку для детей и взрослых, вынужденных покинуть Украину. Консультирование осуществляется с помощью переводчика (-цы) на украинский или русский языки.

Мы команда психологов и терапевтов из известного берлинского университета. У нас есть опыт оказания поддержки людей в кризисных ситуациях. Вместе мы проработаем волнующие Вас темы.

Контакуйте нас!

Проста реєстрація через QR-код.

або за телефоном
(вівторок та четвер
з 11:00 до 13:00)



+49 159 01 47 76 97

Контактируйте нас!

Простая регистрация через QR-код.

или по телефону
(вторник и четверг
с 11:00 до 13:00)

