

## ስነ-አእምሮአዊ ዓመጽ

መብዛሕትኡ ጊዜ ስነ-አእምሮአዊ ዓመጽ በብቅሩብ እዩ ዝጅምር። መብዛሕትኡ ጊዜ እቶም ዝተጠቐሱን ኣብ ከባቢኦም ዘለዉን ስነ-አእምሮአዊ ዓመጽ ንነዊሕ እዋን ኣየለልይዎን እዮም።

### ስነ-አእምሮአዊ ዓመጽ እንታይ እዩ?

ስነ-አእምሮአዊ ግህሰት ኣደ ዓይነት ዘቤታዊ ዓመጽ ክኸውን ይኽእል። ከም ጸርፊ፡ ውርደት፡ ምፍርራሕ፡ ናይ በደል ምድንጋር፡ ምጭዳር፡ ናይ ሞት ምፍርራሕ፡ ምድንጋን፡ ሸለልትነት ህጻናት ወይ ኣረጋውያን፡ ቅንኢ ዝመልኦ ባህርያት ወይ ስነ-አእምሮአዊ ራዕዲ ዝኣመሰሉ ዓመጽቲ ተግባራት የጠቓልል። እዚ ንኣቕሑት ምዕናው ወይ ንእንስሳ ዘቤት ምግፋዕ እውን የጠቓልል። ስነ-አእምሮአዊ ዓመጽ ማሕበራውን ቁጠባውን መልክዓት እውን የጠቓልል። ኣይልን ምቁጽጻርን ምጥቃም ዓቢ ተራ ኣለዎ።

- ማሕበራዊ ዓመጽ፡- ንኣብነት ኣደ ሰብ ምስ ኣባላት ስድራቤቱ ወይ ኣዕሩኽቱ ከይራኸብ ክልኩል እዩ። ወይ ድማ እቲ ሰብ ምስ ናይ ስራሕ መሳርሕቱ ክራኸብ ከሎ ይቆጻጸር።
- ቁጠባዊ ዓመጽ፡- ኣደ ሰብ ክሰርሕ ይኽእል ወይ ክሰርሕ ይግደድ። ፋይናንሳዊ ይቆጻጸር፡ ይድረት፡ ይውሰድ ወይ ድማ ብገንዘብ ይምዝመዝ።

### ንክትፈልጦ ኣገዳሲ

ስነ-አእምሮአዊ ዓመጽ ኣብ ኩሉ ደረጃታት ሕብረተሰብ ይፍጸም። ካብ ኣካላዊ ዓመጽ ንላዕሊ ንኸትረኽቦ ዘጸግም እዩ። ስነ-አእምሮአዊ ዓመጽ ግን ኣብ ስዊዘርላንድ እውን ክልኩል ስለዝኾነ ይቕጽዕ። ስነ-አእምሮአዊ ዓመጽ መብዛሕትኡ ጊዜ ካብ ኣካላዊ ዓመጽ ዝያዳ ረቂቕን ውሑድ ርኡይን ኮይኑ፡ ግን ከኣ ልክዕ ከምኡ ከቢድን ንህይወት ኣብ ኣደጋ ዘእቱን ሳዕቤን ክህልዎ ይኽእል። እቶም ዝተጠቐሱ ሰባት፡ ምጉዳል ርእሰ-ምትእምማን፡ ጸገማት ድቃስን ኣመጋግባን፡ ምትኳርን ምፍጻምን ጸገም፡ ስምዒት ጭንቀት ወይ ጭንቀት ይሳቐዩ። ስለዚ ብኣግኡ ኣገዝ ምርካብ ኣገዳሲ እዩ።

### ኣገዝ ኣበይ ክረክብ ይኽእል?

ኣደጋ ወይ ፍሉይ ስግኣት እንተሃልዩ ፖሊስ ክሕግዝ እዩ (117)። እዞም ዝስዕቡ ቦታታት ብነጻ ምኽርን ደገፍን ይህቡ፤  
**ርኩብ ነጥቢ ኣገጻር ዘቤታዊ ዓመጽ**, 062 550 20 20, [www.ahg-aargau.ch](http://www.ahg-aargau.ch)  
**ምኽሪ ግዳይ Aargau**, 062 835 47 90 ወይ ቼት, [www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)  
**ቴለፎን 143** - Die Dargebotene Hand (24h), 143, [www.143.ch](http://www.143.ch), English-Hotline 0800 143 000  
**ቤት-ኣንስቲ Aargau-Solothurn**, 062 823 86 00 (24h-Helpline), [www.frauenhaus-ag-so.ch](http://www.frauenhaus-ag-so.ch)  
**ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zürich), [www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch) (ንደቂ ተባዕትዮ ቆልዑ ዘለዎምን ዘይብሎምን ዝኸውን መንበሪ። ገንዘባዊ ኣበርክቶ የድሊ)

**ዝያዳ ሓበሬታ (ሊንክአድራሻታት ብሮፕራት ቡሉቲን)**

[www.hallo-aargau.ch/ti/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt](http://www.hallo-aargau.ch/ti/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt)