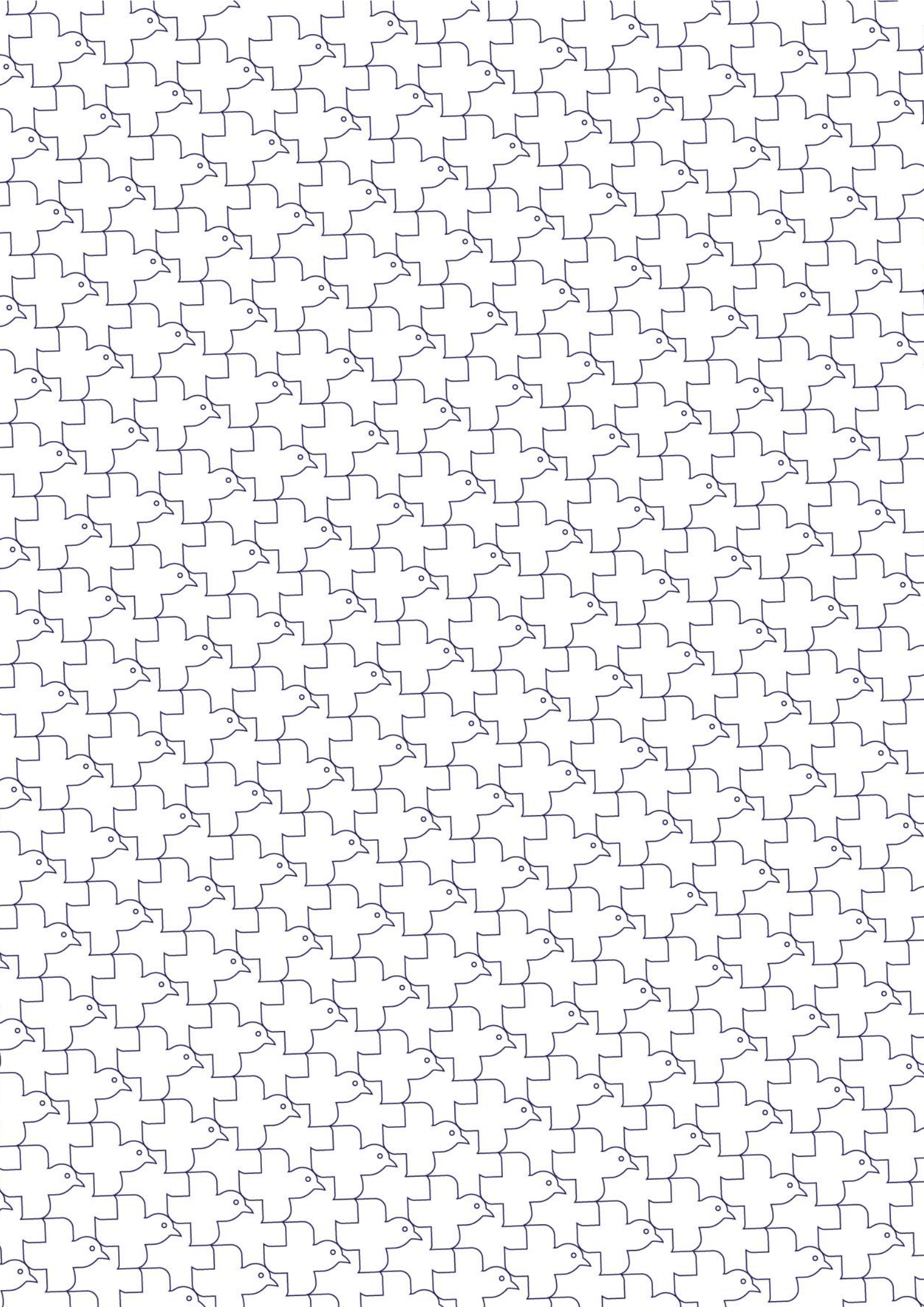


LITERATUR- UND DESK-REVIEW

MdM Germany
D4.1



Co-funded by
the European Union



VORWORT

Dieses Review gibt einen Überblick über Schulungs- und Informationsmaterialien für Fachkräfte, die in Deutschland mit asylsuchenden und geflüchteten Menschen arbeiten. Die Materialien behandeln die Themen Gender-based Violence (GBV), Trauma und psychosoziale Unterstützung, die Identifizierung von Menschen mit besonderen Schutzbedarfen sowie GBV-Prävention und -Schutz. Berücksichtigt werden Publikationen und Schulungsunterlagen auf lokaler Ebene – mit Schwerpunkt München und Bayern – sowie relevante nationale und internationale Ressourcen.

Die zusammengestellten Materialien richten sich an Fachkräfte in Unterstützungsangeboten und Versorgungsstrukturen für Geflüchtete sowie an Mitarbeitende relevanter Behörden. Sie vermitteln praxisbezogenes Wissen und stärken Handlungskompetenzen: von der Sensibilisierung für genderbasierte Gewalt über die Identifizierung von Betroffenen und gefährdeten Personen bis hin zur angemessenen, betroffenenorientierten Unterstützung.

INHALT

Schulungsmaterialien zu genderbasierter Gewalt	4
Schulungsmaterialien zu Identifizierung & Schutzkonzepten	8
Schulungsmaterialien zu Trauma	12
Schulungsmaterialien zu psychosozialer Unterstützung, Selbstfürsorge und Therapie	15

SCHULUNGSMATERIALIEN ZU GENDERBASIERTER GEWALT

„Identifizierung von Betroffenen geschlechtsspezifischer Gewalt“ – Ärzte der Welt e.V. (Deutsch)



https://www.fluechtlingsrat-bayern.de/wp-content/uploads/2022/04/Arbeitshilfe_Identifizierung-von-GBV-Betroffenen.pdf

- **Inhalt:** Frühzeitige Erkennung von GBV, Formen von Gewalt (häusliche, sexualisierte Gewalt, FGM/C, Menschenhandel), Indikatoren und kultursensible Empfehlungen
- **Zielgruppe:** Sozialarbeiter*innen, Sicherheitspersonal, medizinisches Fachpersonal, Lehrkräfte, Ehrenamtliche
- **Praxisrelevanz:** Indikatoren für GBV, kultursensible Handlungsprinzipien, rechtliche Aspekte, Verweis an Hilfsangebote, Vermeidung von Retraumatisierung

„Verhinderung von Genitalverstümmelung (FGM) bei Mädchen und jungen Frauen in München“ - Landeshauptstadt München, Sozialreferat / Stadtjugendamt (Deutsch)



https://imma.de/documents/118/Verhinderung_von_Genitalverst%C3%BCmmelung_-_Bro-sch%C3%BCre_2014.pdf

- **Inhalt:** Prävention von FGM/C, rechtliche Grundlagen (§ 226a StGB), Prävalenzdaten, Handlungsempfehlungen für Kinderschutz, lokale und bundesweite Ressourcen
- **Zielgruppe:** Fachkräfte der Kinder- und Jugendhilfe, Sozialarbeiter*innen, medizinisches Personal, Ehrenamtliche
- **Praxisrelevanz:** Rechtsgrundlagen, Risikoeinschätzung, kultursensible Kommunikation, Vernetzung mit Beratungsstellen

„Pro familia informiert über weibliche Beschneidung“ – Pro Familia Ingolstadt (Deutsch)



https://www.profamilia.de/fileadmin/beratungsstellen/nuernberg/profa_2021_DE.pdf

- **Inhalt:** Gesundheitliche, psychische und soziale Folgen von FGM/C, rechtliche Situation in Deutschland/EU, Formen und Risiken von FGM/C, Beratungsangebote
- **Zielgruppe:** Sozialarbeiter*innen, Mitarbeitende in Geflüchtetenunterkünften, Community-Leader, Geflüchtete
- **Praxisrelevanz:** Sensibilisierung für FGM/C, rechtliche Grundlagen, Schutzbedarfe erkennen, Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten

„Ehrgewalt“ und Zwangsverheiratung – Unterstützung für Frauen“ – SOLWODI Deutschland e. V. (Deutsch)



https://daten2.verwaltungsportal.de/dateien/seitengenerator/0832ea4e327556b1629db18c84df6f0f186819/Flyer_Ehrgewalt_Zwangsverheiratung.pdf

- **Inhalt:** Informationsflyer zu Ehrgewalt und Zwangsverheiratung: patriarchale Strukturen, typische Anzeichen, Folgen für Betroffene sowie Schutz- und Unterstützungsangebote von SOLWODI (u. a. anonyme Schutzwohnungen, psychosoziale, juristische und medizinische Hilfe)
- **Zielgruppe:** Sozialarbeiter*innen, Fachkräfte in Frauen- und Mädchenberatungsstellen, Ehrenamtliche, Mitarbeitende relevanter Behörden
- **Praxisrelevanz:** Sensibilisierung für kulturspezifische Gewaltformen, praxisnahe Hinweise zu Risikoindikatoren und Schutzmaßnahmen, relevanter Netzwerkhinweis für GBV-Trainings

„Gender-Based Violence Prevention and Response – A Methodological Guide“ – Médecins du Monde (Deutsch)



https://issuu.com/medecinsdu-monde/docs/guide_vlg_complet_en

- **Inhalt:** Methodischer Leitfaden zur Prävention und Reaktion auf GBV: Definitionen, Gewaltformen, Ursachen und Folgen sowie praxisorientierte Ansätze für medizinische, psychosoziale, rechtliche und soziale Unterstützung
- **Zielgruppe:** Medizinisches Personal, psychosoziale Berater*innen, juristische Fachkräfte, NGO-Mitarbeitende, Projektkoordinator*innen
- **Praxisrelevanz:** Fundierte Sensibilisierung für GBV als Menschenrechts- und Gesundheitsproblem; praxisnahe Tools für Identifikation und Versorgung, Überblick über Rechtsrahmen, Förderung interdisziplinärer Zusammenarbeit, Prävention und Empowerment

„Triage Tool for identification, care and referral of victims of sexual violence at European asylum reception and accommodation initiatives“ – Ines Keygnaert, Leni Linthout (Englisch)



https://preprod.victim-support.eu/wp-content/files_mf/1630932290Triage_Tool_KeygnaertLinthout_2021.pdf

- **Inhalt:** Praxisorientiertes Triage-Tool zur Erkennung, Erstversorgung und Weiterverweisung von Betroffenen von GBV oder sexualisierter Gewalt in (Erst)Aufnahmeunterkünften: Grundlagen zu GBV, Identifikationsbögen, klare Handlungspfade bei Verdacht oder Offenlegung sowie Checkliste zur sicheren Unterbringung
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtenunterkünften, medizinisches Personal, Case Manager*innen, juristische Fachkräfte, Dolmetscher*innen, NGO-Mitarbeitende, Ehrenamtliche, Projektkoordinator*innen
- **Praxisrelevanz:** Konkrete Screening- und Entscheidungsinstrumente, traumasensible Kommunikationsleitlinien, praxisnahe Unterstützung für Gewaltschutzkonzepte, Bezug zu EU-Richtlinien und Istanbul-Konvention

„How to Care for Survivors of Gender-Based Violence – A Guide to GBV“ – IOM UN Migration (Ukraine Response) (Deutsch)



<https://germany.iom.int/sites/g/files/tmzbd1806/files/Caring%20for%20survivors%20of%20GBV%20%28EN%29.pdf>

- **Inhalt:** Praxisorientierte Leitlinien zum Umgang mit Überlebenden von GBV: Definitionen, Indikatoren, betroffenen-zentrierte Prinzipien (Respekt, Sicherheit, Vertraulichkeit, Nichtdiskriminierung), Do's & Don'ts der Erstsprache, Gesprächsführung sowie Weiterverweisung zu Gesundheitsdiensten (inkl. zeitkritischer Maßnahmen)
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtenunterkünften, Sozialarbeiter*innen, Case Manager*innen, Ehrenamtliche, medizinisches Personal, NGO-Mitarbeitende
- **Praxisrelevanz:** Klare, handlungsorientierte Schritte für Erstkontakt und Weiterverweisung; praktische Kommunikationshinweise; Sensibilisierung für Vielfalt und LGBTI-spezifische Bedarfe; geeignet für GBV-Basis- und Auffrischungstrainings

„Take Action Against GBV – A UNHCR Video Series“ – Protection Learning Unit, UNHCR (Englisch)



<https://www.youtube.com/watch?v=DxzP2IqqcdY&list=PLk83Ra7kAz5HQymFMdS79dryet14pn8YS&index=2>

- **Inhalt:** Videoreihe zu Ursachen, begünstigenden Faktoren und Folgen von GBV, Einführung in den Survivor-Centred Approach, Präventionsansätze sowie GBV-Bewertung und Datenerhebung
- **Zielgruppe:** UNHCR-Mitarbeitende, Mitarbeitende relevanter Behörden, NGO-Mitarbeitende, Projektkoordinator*innen, Sozialarbeiter*innen
- **Praxisrelevanz:** Einblick in die Ziele zur Prävention und Reduzierung von GBV in UNHCR-Programmen sowie Erläuterung und mögliche Umsetzung verschiedener theoretischer Ansätze

SCHULUNGSMATERIALIEN ZU IDENTIFIZIERUNG & SCHUTZ-KONZEPTEN

„Vulnerable Asylsuchende – Identifizierung und Beratung“ – IBIS e.V. – Interkulturelle Arbeitsstelle für Forschung, Dokumentation, Bildung und Beratung e.V. (Deutsch)



https://ibis-ev.de/wp-content/uploads/2025/04/AMBA_Broschuere_31.03.25_FINAL.pdf

- **Inhalt:** Definition von Vulnerabilität, Rechte und Verfahrensgarantien, traumasensible Kommunikation einschließlich eines Fragebogens
- **Zielgruppe:** Sozialarbeiter*innen, psychosoziale Berater*innen, NGO Mitarbeitende, Mitarbeitende relevanter Behörden
- **Praxisrelevanz:** Leitlinien für Beratung, Screening-Instrumente, rechtliche Grundlagen und Vermeidung von Retraumatisierung

„Gewaltschutz für geflüchtete Menschen in Notunterkünften. Checkliste“ – Bundesinitiative zum Schutz geflüchteter Menschen in Flüchtlingsunterkünften (Deutsch)



https://www.gewaltschutz-gu.de/fileadmin/user_upload/PDFs_Publikationen_/Checkliste_09102023._Doppelseiten.pdf

- **Inhalt:** Sicherheitspläne für Notunterkünfte einschließlich Empfehlungen zu Personalmanagement, Prävention und Monitoring
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtenunterkünften, Mitarbeitende relevanter Behörden, Sicherheitspersonal
- **Praxisrelevanz:** Strukturierte Gewaltschutzmaßnahmen, Standards für Notunterkünfte sowie Prävention und Kooperation mit Fachstellen

„Umsetzung der Mindeststandards zum Schutz geflüchteter Menschen in Kommunen“ – Stiftung SPI (Deutsch)



https://www.stiftung-spi.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/veroeffentlichungen/fachpublikation_gewaltschutz_in_kommunen_.pdf

- **Inhalt:** Kommunale Umsetzung der Mindeststandards zum Gewaltschutz, rechtliche Grundlagen (§§ 44, 53 AsylG, Istanbul-Konvention), Herausforderungen in der Praxis, Fallbeispiele und Handlungsempfehlungen
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtenunterkünften, Mitarbeitende relevanter Behörden, NGO-Mitarbeitende
- **Praxisrelevanz:** Vermittelt strukturelle Schutzkonzepte, Zusammenarbeit verschiedener Stellen, Praxisbeispiele, Orientierung für die Entwicklung lokaler Schutzstrategien

„Gewaltschutzkonzept für die Unterkünfte des Wohnungslosen- und Flüchtlingsbereiches der Landeshauptstadt München“ - Landeshauptstadt München, Amt für Wohnen und Migration (Deutsch)



<https://risi.muenchen.de/risi/dokument/v/6482933>

- **Inhalt:** Standards und Maßnahmen zum Gewaltschutz in Geflüchtenunterkünften, Prävention, Schulungen, bauliche Schutzstandards, Monitoring sowie Fachstelle Gewaltschutz
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtenunterkünften, Mitarbeitende relevanter Behörden, NGO-Mitarbeitende, Sozialarbeiter*innen
- **Praxisrelevanz:** Schulungen zu Prävention, Deeskalation, Umgang mit traumatisierten Personen, Zusammenarbeit mit Polizei und Fachberatungsstellen

„Leitfaden für die Erkennung besonderer Schutzbedarfe von geflüchteten Menschen“ – BAfF & Rosa Strippe e.V. (Deutsch)



https://www.gewaltschutz-gu.de/fileadmin/user_upload/PDFs_Publikationen_/Leitfaden_besondere-Schutzbedarfe.pdf

- **Inhalt:** Screeningfragen, rechtliche Grundlagen (EU-Aufnahmerichtlinie, AsylG), Leitlinien für Gespräche sowie Bedarfe verschiedener vulnerabler Gruppen (Kinder, LGBTI, Gewaltbetroffene, Betroffene von Menschenhandel, FGM/C-Betroffene)
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtenunterkünften, Mitarbeitende relevanter Behörden, Sozialarbeiter*innen, Ehrenamtliche, medizinisches Personal
- **Praxisrelevanz:** Praxisnahe Instrumente, Checklisten, interdisziplinärer Ansatz, kultursensible Kommunikation, klare Handlungswege

„Leitfaden - LSBTI*-sensibler Gewaltschutz für Geflüchtete“ - LSVD / SPI (Deutsch)



https://www.gewaltschutz-gu.de/fileadmin/user_upload/PDFs_Publikationen_/Leitfaden-Aufl22022_10_24Digital.pdf

- **Inhalt:** Spezifische Risiken, sichere Unterbringung, Do's and Don'ts, Checklisten, interne Verfahren, Schulungen sowie mehrsprachige Konzeptionshilfen
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtenunterkünften (einschließlich Sicherheitspersonal), Mitarbeitende relevanter Behörden, Sozialarbeiter*innen, Ehrenamtliche, medizinisches Personal, psychosoziale Berater*innen
- **Praxisrelevanz:** Klare Handlungsempfehlungen, sofort einsetzbare Checklisten, Formulierungshilfen, Sensibilisierung für LGBTI-spezifische Schutzbedarfe, Unterstützung zur Entwicklung von Gewaltschutzkonzepten

„Die Identifizierung vulnerabler Personen im Asylverfahren“ – BAMF (Deutsch)



https://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/AsylFluechtlingsschutz/konzept-identifizierung-vulnerable-personen.pdf?__blob=publicationFile&v=6

- **Inhalt:** EU- und nationale Vorgaben, vulnerable Gruppen, Screeningmodelle, Länderbeispiele, Verfahrensgarantien, Schulungskonzepte (Sonderbeauftragte) sowie Handlungsgrundsätze für Anhörungen
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende relevanter Behörden (insbesondere BAMF), Mitarbeitende in Geflüchtetenunterkünften, Sozialarbeiter*innen, juristische Fachkräfte
- **Praxisrelevanz:** Rechtssicherheit, klare Screeningkriterien, Orientierung für Anhörungen sowie Praxisbeispiele für Schutzkonzepte

„Besondere Schutzbedürftigkeit bei Geflüchteten – Was bedeutet das?“ – BAfF e.V. (Deutsch)



<https://www.baff-zentren.org/themen/versorgung-bedarf/hintergrund-versorgung-bedarf/identifizierung-besonderer-schutzbeduerftigkeit/>

- **Inhalt:** Audiovisuelle Einführung in das Konzept besonderer Schutzbedarfe sowie deren Identifizierung und Berücksichtigung im deutschen Asylverfahren
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtetenunterkünften (einschließlich Sicherheitspersonal), Sozialarbeiter*innen, Ehrenamtliche, medizinisches Personal, psychosoziale Berater*innen
- **Praxisrelevanz:** Niedrigschwellige Einführung, geeignet für ein breites Spektrum an Fachkräften

SCHULUNGSMATERIALIEN FÜR HILFE BEI TRAUMA

„Psychotherapie mit Flüchtlingen - neue Herausforderungen, spezifische Bedürfnisse -Das Praxisbuch für Psychotherapeuten und Ärzte“ – Alexandra Liedl (Deutsch)

- **Inhalt:** Praxisorientiertes Fachbuch zur psychotherapeutischen Arbeit mit Geflüchteten, psychische Folgen von Flucht und Gewalt, kultursensible Diagnostik und Therapie, postmigrationsbezogene Belastungen, Arbeit mit Sprachmittler*innen, Asylgutachten, Akut- und Langzeitversorgung sowie die Berücksichtigung vulnerabler Gruppen
- **Zielgruppe:** Psychotherapeut*innen, medizinisches Personal, Sozialarbeiter*innen, psychosoziale Berater*innen
- **Praxisrelevanz:** Praxisnahe Leitlinien mit interdisziplinärer Perspektive und kultursensiblen Methoden, rechtliche Orientierung im Asylkontext

„Traumasensibler und empowernder Umgang mit Geflüchteten – Ein Praxisleitfaden“ – Baff (Deutsch)



https://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2022/04/BAff_Praxisleitfaden_Traumasensibler-Umgang-mit-Gefluechteten.pdf

- **Inhalt:** Praxisleitfaden für einen traumasensiblen Umgang mit Geflüchteten, psychische Folgen von Flucht und Gewalt, Stabilisierung, Ressourcenorientierung, Empowerment sowie Umgang mit Krisen und Gewaltsituationen
- **Zielgruppe:** Mitarbeitende in Geflüchtetenunterkünften, Mitarbeitende relevanter Behörden, psychosoziale Berater*innen, Psychotherapeut*innen, Ehrenamtliche, medizinisches Personal
- **Praxisrelevanz:** Vermittelt traumasensible Haltung, praktische Übungen zur Stabilisierung, klare Handlungsleitfäden für Krisen und Gewalt, Hinweise zu Selbstfürsorge und Vernetzung mit Hilfsangeboten

„Ratgeber für Flüchtlingshelfer – Wie kann ich traumatisierten Flüchtlingen helfen?“ – BPtK (Deutsch)



https://api.bptk.de/uploads/20160513_B_Pt_K_Ratgeber_Fluechtlingshelfer_deutsch_539c34c2f0.pdf

- **Inhalt:** Grundlagen zu Trauma und PTBS bei Geflüchteten, typische Symptome, Auswirkungen von Flucht und Unterbringung sowie praxisnahe Hinweise zum Umgang mit traumatisierten Erwachsenen und Kindern
- **Zielgruppe:** Ehrenamtliche, NGO-Mitarbeitende, Sozialarbeiter*innen, Lehrkräfte
- **Praxisrelevanz:** Verständliches Basiswissen, konkrete Handlungsempfehlungen für den Alltag, kinderspezifische Hinweise, Betonung von Stabilisierung und Selbstfürsorge sowie Verweise auf spezialisierte Hilfsangebote

„Trauma – What to Do?“ (engl. Ausgabe von „Trauma – was tun?“) – Unfallkasse Berlin (Deutsch/Englisch)



<https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/4954>

- **Inhalt:** Kompakte Broschüre zu psychischen Traumata, Entstehung, typische Reaktionen (z. B. Intrusionen, Vermeidung, Dissoziation), körperliche und psychische Belastungsreaktionen sowie Hinweise zur Selbsthilfe und Unterstützung
- **Zielgruppe:** Geflüchtete, Sozialarbeiter*innen, Ehrenamtliche, medizinisches Personal, NGO-Mitarbeitende, psychosoziale Berater*innen, Mitarbeitende in Geflüchtetenunterkünften
- **Praxisrelevanz:** Verständliches Basiswissen über Trauma, praktische Hinweise zu Kommunikation und Stabilisierung, Sensibilisierung für normale Reaktionen auf extreme Ereignisse sowie geeignet für Psychoedukation und Grundlagenschulungen

„Beratung und Therapie mit Geflüchteten. Arbeit mit Sprachmittlung“ – BAfF e.V. (Deutsch)



<https://www.youtube.com/watch?v=w13uSTCd23A>

- **Inhalt:** Audiovisuelle Einführung in Grundsätze und Standards der Sprachmittlung in psychosozialen Beratungs- und Therapiekontexten
- **Zielgruppe:** Sprachmittlerinnen, psychosoziale Beraterinnen, Psychotherapeut*innen
- **Praxisrelevanz:** Praxisnaher Rahmen für die Umsetzung professioneller Sprachmittlung, zentral für den Therapieerfolg und den professionellen Umgang mit Sprachbarrieren

SCHULUNGSMATERIALIEN ZU PSYCHOSOZIALER UNTERSTÜTZUNG, SELBSTFÜRSORGE UND THERAPIE

„Für Helfende: Hinweise zur Selbstfürsorge“ – Dr. med. Birgit Kracke (Deutsch)



<https://www.refugee-trauma.help/fileadmin/downloads/pdf/de/refugee-trauma-help-hinweise-zur-selbstfuersorge.pdf>

- Inhalt: Praktische Hinweise zur Selbstfürsorge für Helfende, Risiken wie Burnout, sekundäre Traumatisierung und Mitgefühlerschöpfung, Warnsignale sowie Präventionsstrategien
- Zielgruppe: Ehrenamtliche, NGO-Mitarbeitende, Psychotherapeut*innen, psychosoziale Berater*innen, Sozialarbeiter*innen, medizinisches Personal
- Praxisrelevanz: Sensibilisierung für psychosoziale Belastungen, konkrete Strategien zur Selbstfürsorge sowie Stärkung von Resilienz und langfristiger Handlungsfähigkeit

„Kleines Ressourcenheft – Übungen zur Spannungsregulation“ – UKD Dresden (Deutsch)



https://traumanetz-sachsen.de/wp-content/uploads/2023/03/Ressourcenheft_Deutsch_Web.pdf

- Inhalt: Sammlung niedrigschwelliger Übungen zur Stabilisierung und Spannungsregulation (Atem- und Achtsamkeitsübungen, Imagination, kognitive Ablenkung) für Therapie und Alltag
- Zielgruppe: Ehrenamtliche, NGO-Mitarbeitende, Psychotherapeut*innen, psychosoziale Berater*innen, Sozialarbeiter*innen, medizinisches Personal
- Praxisrelevanz: Praktische und leicht vermittelbare Instrumente zur Selbstregulation, gut einsetzbar in akuten Belastungssituationen sowie in Gruppen- und Einzelsettings, Förderung von Selbstwirksamkeit

„Mein Rückzugsort – Übung zur Selbstberuhigung und Stabilisierung“ – Institut Berlin (Deutsch)



<https://institut-berlin.de/wp-content/uploads/Mein-R%C3%BCckzugsort.pdf>

- **Inhalt:** Ressourcenorientierte Übung zur Selbstberuhigung, Gestaltung eines persönlichen Rückzugsortes, achtsame Wahrnehmung von Körper, Atmung und Sinnen sowie Übertragung von Sicherheit in den Alltag
- **Zielgruppe:** Geflüchtete, Ehrenamtliche, Psychotherapeutinnen, psychosoziale Beraterinnen, Sozialarbeiter*innen, medizinisches Personal
- **Praxisrelevanz:** Niedrigschwellige Stabilisierungstechnik, leicht in Einzel- und Gruppensettings umsetzbar, Förderung von Achtsamkeit, Sicherheit und Selbstwirksamkeit, geeignet für praktische Übungen in Schulungen

„5-4-3-2-1 – Eine Technik zur Reorientierung“ – Institut Berlin (Deutsch)



<https://institut-berlin.de/wp-content/uploads/5-4-3-2-1-eine-Technik-zur-Reorientierung.pdf>

- **Inhalt:** Einfache Technik zur Reorientierung und Beruhigung bei Panik, Flashbacks oder Grübel-Prozessen
- **Zielgruppe:** Geflüchtete, Ehrenamtliche, Psychotherapeutinnen, psychosoziale Beraterinnen, Sozialarbeiter*innen, medizinisches Personal
- **Praxisrelevanz:** Niedrigschwellige, sofort anwendbare Stabilisierungstechnik ohne Hilfsmittel, geeignet für Einzel- und Gruppensettings, unterstützt Selbstregulation, Achtsamkeit und Krisenintervention

„Ressourcen-Übung: Butterfly Hug“ – TrauMaTRIX (Deutsch)



https://traumafolgenpraevention.com/wp-content/uploads/2024/04/08_ressourcenkarte_Butterfly-Hug_ok.pdf

- **Inhalt:** Einfache Übung zur Selbstberuhigung und Stabilisierung auf Basis bilateraler Stimulation
- **Zielgruppe:** Geflüchtete, Ehrenamtliche, Psychotherapeutinnen, psychosoziale Beraterinnen, Sozialarbeiter*innen, medizinisches Personal
- **Praxisrelevanz:** Niedrigschwellige Stabilisierungstechnik ohne Hilfsmittel, sofort einsetzbar in Einzel- und Gruppensettings, unterstützt Sicherheit, Selbstregulation und Ressourcenaktivierung

„STARS - Sleep Training adapted for Refugees“ – Refugio München (Englisch)



https://www.refugio-muenchen.de/wp-content/uploads/media/pdf/stars_manual_english.pdf

- **Inhalt:** Kultursensibles Schlaftraining (CBT-I, Imagery Rehearsal Therapy), zehn Trainingseinheiten mit Übungen (PMR, Atemtechniken, Imagination) sowie Strategien gegen Alpträume und Ängste
- **Zielgruppe:** Psychotherapeut*innen, Sozialarbeiter*innen, psychosoziale Berater*innen, medizinisches Personal
- **Praxisrelevanz:** Strukturierte Module, kultursensible Ansätze, praxisnahe Kompetenzen sowie niedrigschwellige Umsetzung in Gruppen- und Einzelsettings

„Mehr wissen, besser verstehen, bewusster handeln - Information für hauptamtliche und ehrenamtliche Mitarbeitende, die mit traumatisierten Flüchtlingen zusammentreffen“ – Bayrisches Rotes Kreuz (Deutsch)



https://www.brk.de/fileadmin/Eigene_Bilder_und_Videos/Angebote/Migration_und_Integration/Broschuere_Mehr_wissen.pdf

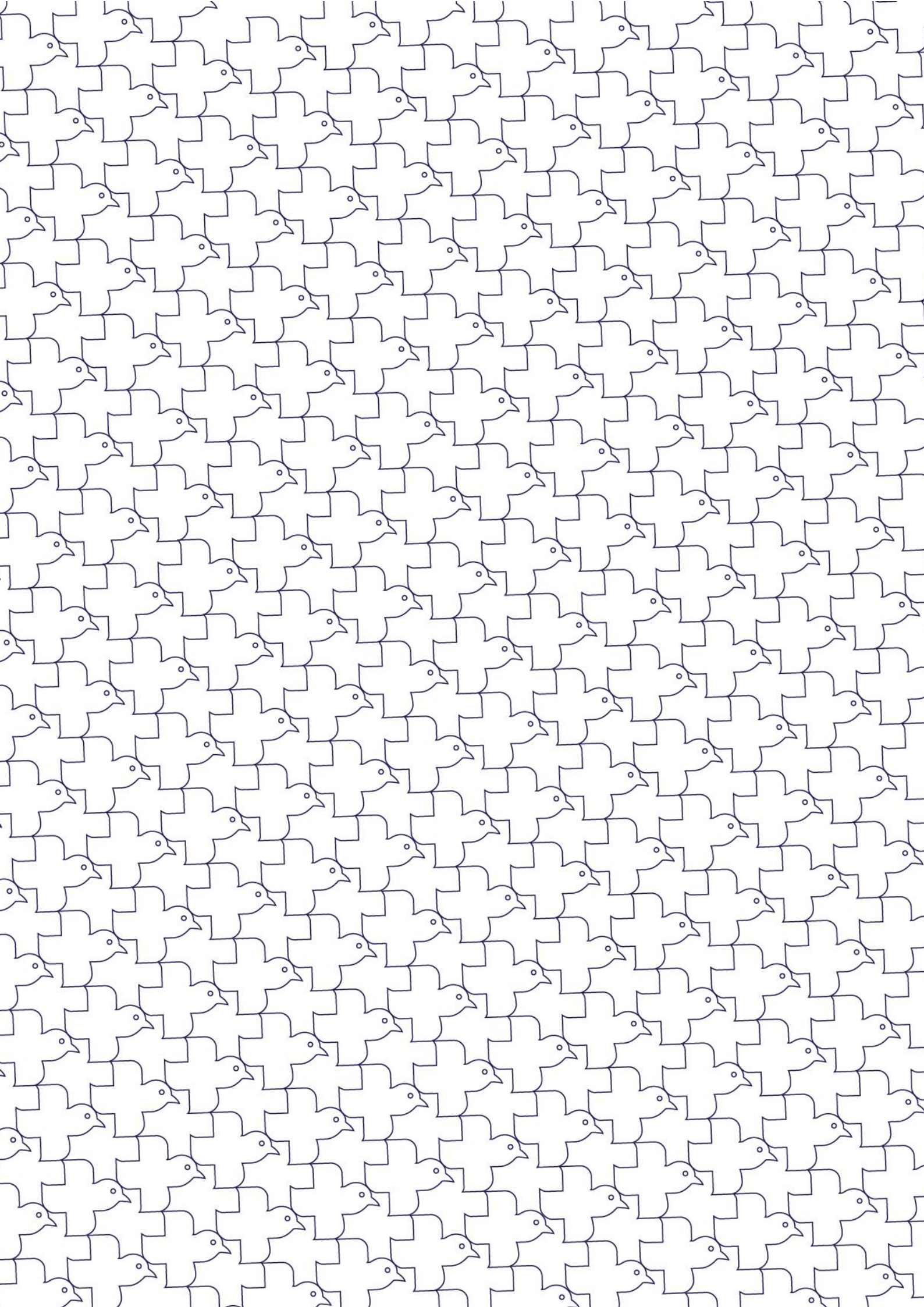
- **Inhalt:** Grundlagen zu Trauma und traumabezogenen Störungen, traumasensible Haltung, Stabilisierung, Umgang mit Triggern sowie Selbstfürsorge für Helfende
- **Zielgruppe:** Ehrenamtliche, psychosoziale Beraterinnen, Sozialarbeiterinnen, Mitarbeitende in Geflüchtetenunterkünften
- **Praxisrelevanz:** Grundlagenwissen zu Trauma, praxisorientierte Empfehlungen, Strategien zur Selbstfürsorge sowie Fallbeispiele und Handlungstipps für den Alltag

„Wie können Helfende Geflüchtete psychosozial unterstützen?“ – Refugio München (Deutsch)



<https://www.refugio-muenchen.de/ukraine/videohelfende/>

- **Inhalt:** Audiovisueller Überblick zu den besonderen Lebensumständen und Bedarfen neu angekommener Geflüchteter (insbesondere aus der Ukraine) sowie praktische Strategien für Ehrenamtliche zur Unterstützung und Gestaltung eines stabilisierenden Umfelds
- **Zielgruppe:** Ehrenamtliche, NGO-Mitarbeitende, Community-Leader
- **Praxisrelevanz:** Niedrigschwellige und leicht umsetzbare Handlungsempfehlungen, besonders relevant für die Arbeit mit Geflüchteten aus der Ukraine





Hinweis:

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

REACH.OUT PLUS – ÄRZTE DER WELT e.V. – MDM GERMANY

Landsberger Straße 428 – 81241 München – Germany

Michelle KERNDL-ÖZCAN, Project Manager reach.out

+49 (0) 157 80 61 13 21 – michelle.kerndl-oezcan@aerztederwelt.org