



*femmes*TISCHE
*männer*TISCHE



Stärkung der psychischen Gesundheit mit Geflüchteten

Femmes-Tische/ Männer-Tische - Isabel Uehlinger

30.6. 2022



*femmes*TISCHE
*männer*TISCHE

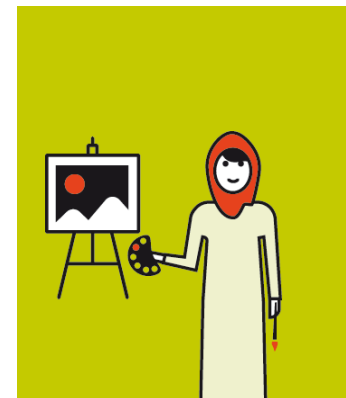
Aktuelle Entwicklungen

- Steigende Nachfrage Gesprächsmodul „Trauma erkennen“
- Gesprächsrunden in Asylzentren ausgebaut
- Jeunes-Tische, Pilot im VS und GE
- Aktuelle Ukraine



Gesprächsrunden mit Geflüchteten

- Wie werden die -Gesprächsrunden von Femmes-Tische und Männer-Tische mit Geflüchteten umgesetzt?
- Welche Erfahrungen machen wir mit der Umsetzung des Themas der 10 Schritte in diesem Kontext?





Peer und Trauma

- Wie kann im Kontext von Flucht und Trauma mit Peer-to-Peer Methodik gearbeitet werden?



3. Merkmale traumatischer Erlebnisse

Es gibt verschiedene Merkmale für traumatische Erlebnisse:
Traumatische Ereignisse können einmalig sein oder über längere Zeit dauern oder wiederkehrend sein.

Traumatische Erlebnisse sind:

- durch Naturkatastrophen (Erdbeben, Tsunami) oder technische Unfälle (z.B. Atomkraftwerk) ausgelöst und passieren ohne Absicht
- oder von Menschen gemacht (Krieg, Flucht, Gewalt, Vergewaltigung, Unfall und/oder Tod eines Kindes, Partners)

Am Schwierigsten zu verarbeiten sind wiederkehrende und von Menschen verursachte Traumas.

Wichtige Bemerkung der Moderatorin/des Moderators an die Gruppe:
Was gerade gesagt wurde, löst Dich vielleicht an Dinge denken, die Du oder Dir nahestehende Personen erlebt haben. Wir werden hier nicht über sie sprechen, denn das könnte das Trauma reaktivieren und das wäre schwierig für Dich und die Gruppe. Wenn Du darüber sprechen willst, dann unter guten Bedingungen, in einem Rahmen, in dem Du Dich sicher fühlst.



Moderationsset «Selbst Sorge» in Zusammenarbeit mit Selbsthilfe



Selbst Sorge Symptome erkennen, Hilfe holen

