



RESET heißt Neustart 2023



asylkoordination
österreich

 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



RESET heißt Neustart

Deradikalisierung durch Psychotherapie für Gewaltbetroffene

Gewalt und Extremismus wurzeln wesentlich in Gewalt- und Marginalisierungserfahrungen. Als Folge ist die Fähigkeit zur Regulation aggressiver Impulse herabgesetzt. Kommen Schwierigkeiten in der Alltagsbewältigung hinzu, ist damit oft der Nährboden für extremistische Verführungen bereitet. Dem sollen die neuen Projekte im Rahmen von RESET konkret mit niederschweligen Angeboten entgegenwirken.

RESET wurde als Projektname in Analogie zur RESET-Option auf digitalen Geräten gewählt. Mit RESET lassen sich Funktionen und Programme, die das System behindern, wieder zurücksetzen. Was am Computer mit einem Klick geht, ist im Rahmen des psychischen Geschehens ein Prozess, doch die Richtung ist dieselbe: Reaktionsmuster und „automatische“ Handlungsimpulse zurücksetzen und ändern. Deshalb zielen die vorgestellten therapeutischen Interventionen auf die Stärkung der Affektregulation und psychischer Bewältigungskompetenzen von Stress und vielfach auch traumatischen Erfahrungen.

Das RESET-Team ist ein Zusammenschluss von Psychotherapie- und Gesundheitsprojekten. Unsere Kernaktivitäten sind Psychotherapie, psychologische Beratung und die Schulung emotionaler Kompetenzen. Wir arbeiten mit Dolmetscher:innen und muttersprachlichen Trainer:innen und Therapeut:innen und sind insbesondere kompetent in der Bewältigung von Traumata. Im RESET-Projekt befassen wir uns mit der subjektiven Seite der Entstehung von Extremismus und Radikalisierung.

IMPRESSUM

Herausgeber und Medieninhaber:
asylkoordination österreich
A-1070 Wien, Burggasse 81/7,
Tel: +43 1 532 12 91, Web: www.asyl.at
Redaktion: Thomas Haunschmid
Fotos: Thomas Haunschmid,

asylkoordination österreich, außer: MOLLIS
(Mai) – Caritas Vorarlberg, ANKYRA (Juli) –
Diakonie, ASPIS (August) – Verein ASPIS,
RESPECT (November) – Caritas Salzburg
Grafik: Almut Rink
Herstellung: Druckerei Janetschek GmbH

Was Menschen auf der Flucht durchmachen, ist traumatisch. Mit RESET erhalten Zuwander:innen und geflüchtete Menschen psychotherapeutische und psychologische Versorgung. Mein herzlicher Dank an RESET für den wertvollen Beitrag zur Förderung der psychosozialen Gesundheit und der gesundheitlichen Chancengerechtigkeit von zugewanderten und geflüchteten Menschen in Österreich!

Bundesminister Johannes Rauch

Im Rahmen des Projekts werden in allen Bundesländern durch die Projektgemeinschaft NIPE plus neue psychotherapeutisch und psychologisch angeleitete Angebote für Geflüchtete und andere Zuwander:innen gesetzt. Im Zentrum stehen dabei Stressmanagement und Emotionsregulation als essenzielle Barrieren gegen eine Weitergabe selbst erlittener Gewalt. Viele der NIPE plus – Klient:innen kommen im Freundeskreis, in der Moschee oder in der Familie in Kontakt mit extremistischen Ansichten und Verführungsversuchen. Es gibt keine klaren Indikatoren, wer sich radikalisiert wird. Doch es gibt deutliche Schutzfaktoren, wie erlebte Selbstwirksamkeit, Reflexionsfähigkeit, Affektregulation, die durch psychologische und psychotherapeutischen Angebote gestärkt werden können.

Innovative Methoden

Die Auswahl der regional gewählten Methode erfolgt unter dem Gesichtspunkt, welche Klient:innen mit den bisherigen Angeboten – in den meisten Fällen Einzeltherapie – nicht erreicht werden konnten. Hier wird neben bewährten Behandlungsmöglichkeiten kreativ Neues erprobt, z.B. mit tiergestützter Therapie (Vorarlberg, Tirol), Kunsttherapie (Wien, Salzburg, und einer Schwerpunktsetzung auf Bewegung als „Einstieg“ in einen therapeutischen Prozess (Wien, Oberösterreich, Steiermark).

Weitere Informationen und alle Anlaufstellen in den Bundesländern unter www.projekreset.at

Gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

asylkoordination
österreich

Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



2023

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

Januar

MOVIKUNE HEMAYATI

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



Nach einem obligatorischen Abklärungsgespräch hat man sich ja schon kennengelernt. Es gab die erste Gelegenheit über Wünsche und Bedürfnisse aber auch Sorgen und Ängste zu sprechen – und auch über körperliche Einschränkungen der Klienten. Wir gehen immer alle gemeinsam in die Halle und nach einem kurzen Aufwärmen machen wir noch einmal Kennenlernspiele. Zum Beispiel: Man nimmt den Ball und sagt seinen Namen und wirft dann den Ball zu einer anderen Person im Raum, dessen Namen man dann auch sagt. Nicht zuletzt, um über das Wiederholen ein bisschen aus dem Grübeln herauszukommen und sich besser kennen zu lernen. Und dann geht es am Anfang mit einem Ball hin und her, irgendwann kommen ein zweiter und ein dritter dazu und am Ende ist da ein Lachen und ein sich Zurufen. Es hilft, sich nicht nur auf sich selbst und diesen eigenen Schmerz, den man nachvollziehbarer Weise mit sich trägt,

zu konzentrieren. In diesem Setting werden Resilienz, Selbstwirksamkeit und Handlungskompetenzen gefördert. Tchoukball ist eine der Sportarten, die wir im Rahmen von RESET in unserer Bewegungsgruppe „Movi Kun“ anbieten. Es geht hier sehr viel um das Spüren des Körpers im Raum, aber auch um das Erlebnis in der Gruppe. Es ist sehr wichtig, sich im Passspiel mit anderen durch den Raum zu bewegen und nicht nur alleine Aktionen zu starten. Es ist eine niederschwellige Möglichkeit, auch ohne gut Deutsch zu können, Begegnung zu schaffen und somit ein positives, spielerisches Miteinander zu erleben. Auch um ein bisschen aus der Isolation, die beispielsweise dem Asylverfahren geschuldet sein kann, rauszukommen und im Miteinander zu sein.

Amiel Pauli, Leiter der Bewegungsgruppe „Movi Kun“ und Psychologe

HEMAYAT

Der Verein HEMAYAT wurde 1995 gegründet und hat sich in Wien als Zentrum für dolmetschgestützte medizinische, psychologische und psychotherapeutische Betreuung von Folter- und Kriegsüberlebenden etabliert. Das Wort „Hemayat“ stammt aus dem Persischen und Arabischen und bedeutet „Betreuung“ oder „Schutz“.

Wir unterstützen Menschen, die schreckliches Leid erlebt haben.

Wir helfen, mit den Folgen des Schreckens leben zu lernen.

Wir begleiten auf dem Weg durch die Trauer.

Wir suchen gemeinsam mit unseren KlientInnen einen Weg in eine neue Zukunft.

Wir bieten Hilfe, die Integration in unserem Land möglich macht. Zielgruppe unserer Arbeit bei HEMAYAT sind alle Menschen, die durch Folter oder Krieg extreme Traumatisierungen erlitten haben.

Unsere Betreuungsleistung ist grundsätzlich kostenlos und unabhängig davon, ob jemand krankenversichert ist oder nicht, und steht allen Menschen aus allen Ländern der Welt offen.





2023

Februar

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	1	2	3	4	5



 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



Im Rahmen von RESET werden wir muttersprachlichen Trainer:innen für das Schulungsprogramm „STARK – ohne Gewalt“ ausgebildet.

Die sprachliche und kulturelle Kompetenz erleichtert es mit gewaltbetroffenen Jugendlichen in Beziehung zu kommen und diese im Schulungsprogramm anzuleiten. Wir muttersprachlichen Trainer:innen übernehmen eine entscheidende Vorbildfunktion.

In der Workshop-Reihe „STARK – ohne Gewalt“ erlernen die Teilnehmer:innen ihre eigenen Gefühle zu erkennen und zu steuern. Sie erwerben sozial-emotionale Fertigkeiten, auf die sie auch in Stresssituationen zugreifen können. Ihr persönliches „emotionales Warnsystem“ erleichtert es, Eskalationen vorzubeugen. Gemeinsam üben die Teilnehmer:innen Entlastungstechniken und lernen so auch in schwierigen Situationen ihre Handlungsoptionen abzuwägen.

*Oula Khattab, Gesundheitstrainerin
(rechts im Bild)*



AYFA

AFYA **أفياح** bedeutet Gesundheit & Wohlbefinden auf Arabisch und Suaheli.

Der Verein AFYA bietet eine Plattform für innovative, wirkungsvolle Projekte für Menschen mit Flucht- und Migrationserfahrung. Als erfahrene Gesundheitsexpertinnen wissen wir um die Notwendigkeit, Angebote an die Bedürfnisse der Zielgruppe anzupassen. Unser Ansatz ist niederschwellig und kultursensibel. Aktuell sehen wir großen Bedarf in der Förderung der psychischen Gesundheit von geflüchteten Menschen.

AFYA fördert die ganzheitliche Gesundheit von Menschen mit Flucht- und Migrationserfahrung und versteht Gesundheit als eine wichtige Brücke zum „Ankommen in Österreich“.

Gesundheit ist ein wesentlicher Faktor für ein gutes Leben und gleichzeitig ein Wert, der Menschen über alle Unterschiedlichkeit hinweg verbindet. Verbessern sich Gesundheit und Wohlbefinden, wirkt sich dies unmittelbar positiv auf Bildung und Arbeitsfähigkeit der Betroffenen aus.





2023

März

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
27	28	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

Diakonie 
Flüchtlingsdienst

 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

JEFIRA

JEFIRA ist eine Einrichtung des Diakonie Flüchtlingsdienstes und bietet seit Jahren traumaspezifische, kultursensible und dolmetsch-gestützte Psychotherapie für Menschen die Gewalt, Krieg, Folter, Vertreibung und Vergewaltigung überlebt haben und unter massiver Traumatisierung leiden.

Unser Ziel ist es geflüchtete Menschen dabei zu unterstützen, traumatisierende Erlebnisse psychisch zu verarbeiten und Ressourcen zu entwickeln, um die Herausforderungen, die das Leben in Österreich mit sich bringt gut zu bewältigen.

Die frühzeitige psychotherapeutische Behandlung ist eine wichtige Voraussetzung für das Gelingen von Integration. Mit unserem Angebot wollen wir Geflüchtete unterstützen, ein weitgehend selbstbestimmtes Leben zu führen.

Das therapeutische Angebot von JEFIRA richtet sich an: Asylwerber:innen, subsidiär Schutzberechtigte und anerkannte Flüchtlinge mit Wohnsitz in Niederösterreich und Bedarf an psychotherapeutischer Behandlung. Unser Angebot umfasst Erstabklärungsgespräche, Psychotherapie (Langzeittherapie und Kurzzeittherapie), Gruppenpsychotherapie und auch psychiatrische Beratung. Das Angebot ist für Klient:innen kostenfrei und umfasst folgende Therapien: Klientenzentrierte Psychotherapie, Gestalttherapie, Existenzanalyse, Systemische Familientherapie und Verhaltenstherapie



Wir konnten mithilfe von RESET die Wartezeit gegen praktisch null reduzieren. Wir sind insgesamt sieben Therapeut:innen und decken die Sprachen Dari, Farsi, Russisch, Ukrainisch, Deutsch, Englisch und Türkisch ab. Was meiner Meinung nach sehr gut gelaufen ist: Die Ukrainer:innen hatten genau das, was sie brauchen, nämlich eine intensive Kurzzeittherapie. Sie gehen ja häufig weiter, wieder zurück oder arbeiten. Die Vertriebenen haben Themen, die ohne eine langfristige Traumatherapie auskommen.

Für suizidale Patient:innen bieten wir Krisenintervention an. Durch das Projekt RESET können wir jetzt auch unversicherte Klient:innen betreuen.

Eva Federspiel-Schwabl, Klinische- und Gesundheitspsychologin & Psychotherapeutin (VT) und Leiterin von JEFIRA

Psychotherapeutin Soheila Bagheri mit Klientin





2023

April

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

**Caritas
&Du**
Wir helfen.

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



INTERKULTURELLE PSYCHOTHERAPIE BURGENLAND

Das Projekt INTERKULTURELLE PSYCHOTHERAPIE BURGENLAND (IPB) der Caritas Burgenland bietet kultursensible, dolmetscherunterstützte Psychotherapie für Flüchtlinge im Burgenland. Viele Flüchtlinge, die Krieg, Folter oder Vertreibung erlebt und multiple Verluste erfahren gemacht haben, leiden unter schweren traumareaktiven psychischen und psychosomatischen Erkrankungen. Zusätzlich belastend wirken meist schwierige soziale und rechtliche Bedingungen, ein unsicherer Aufenthaltsstatus oder langwierige Asylverfahren.

IPB bietet kultursensible, dolmetscherunterstützte Psychotherapie an und schließt damit eine Lücke im burgenländischen Gesundheitssystem. Die Herausforderung im interkulturellen Therapiesetting besteht darin, den kulturellen Besonderheiten wie z.B. unterschiedlichen Vorstellungen von Krankheit und Behandlung mit Verständnis zu begegnen.

Unsere Therapeut:innen haben spezielle Kenntnisse in Bezug auf diese kulturellen Hintergründe ihrer Klientel. Um Kommunikation zu ermöglichen, werden im interkulturellen Therapiesetting Dolmetscher:innen miteinbezogen.

Therapien finden in folgenden Sprachen statt: Dari, Farsi, Arabisch, Russisch, Englisch, Französisch und Deutsch. Die Behandlungen sind

in Eisenstadt und Oberwart möglich und die Fahrtkosten werden bei Bedarf übernommen. Das Angebot richtet sich an Asylwerber:innen, subsidiär Schutzberechtigte und Asylberechtigte (bei genügend Ressourcen).

Leylya Strobl, Leiterin IPB



2023

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
Mai 29	30	31	1	2	3	4

**Caritas
&Du**
Wir helfen.

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

MOLLIS

Ziel des Projektes „MOLLIS – Tiergestützte Traumapädagogik“ der Caritas Vorarlberg ist es, Asylsuchende und bleiberechtigte Personen durch gezielte tiergestützte Interventionen im Bereich der Traumabewältigung vor allem in Bezug auf die emotionale Stabilisierung, die Selbstbemächtigung und die Selbstwirksamkeit zu unterstützen. Das emotionale und soziale Lernen sowie die Resilienz der jeweiligen teilnehmenden Personen sollen dabei gefördert und gestärkt werden. Dies sind unter anderem wesentliche Schwerpunkte innerhalb der Extremismus-Prävention auf der Mikro-Ebene.

Tiergestützte Traumapädagogik ist eine sanfte, gewinnbringende Herangehensweise für die Klient:innen, welche Sicherheit verschafft. Die Klient:innen können über das Tier als Brückenbauer:in in Kontakt treten und mitunter wieder einen Zugang zu sich selbst finden.



Die Teilnehmer:innen in den vergangenen Monaten, waren sehr unterschiedlich. Einige hatten in ihrer Vergangenheit bereits Kontakt zu Tieren, andere wiederum gar nicht. In einem ersten Treffen haben wir dies eruiert. Nach einer Kennenlernphase zwischen der jeweiligen Mitarbeiterin und den Teilnehmenden sind Einheiten mit Therapiebegleithunde-Teams hinzugekommen.

Abwechslungsweise wurde in den Einheiten mit und ohne Tier sowie rund ums Tier verknüpft mit traumapädagogischen Methoden gearbeitet. Die ersten Begegnungen mit den Therapiebegleithunde-Teams waren durchwegs positiv und haben mit der Zeit in allen Einzelfällen Positives bewirkt. Die Arbeit mit den Therapiebegleithunden wurde kunterbunt gestaltet. Es wurden Hundekekse für den anwesenden Hund gebacken, Spielzeug gebastelt, verschiedene Grundkommandos und Tricks eingeübt, an der Leine gehen gelernt, diverse Spiele gespielt, entspannende Spaziergänge gemacht und es hat jede Menge Streicheleinheiten gegeben. So kann ich berichten, dass durch die anfangs

grundlegenden Übungen mit den Hunden eine Vertrautheit aufgebaut wurde, die in Worten nicht beschreibbar ist. Ein Klient hat es sogar geschafft, die Vertrauensbasis in der Mensch-Tier-Beziehung auf die Mensch-Mensch-Beziehung umzulegen. Dies ist für mich eine der wunderbarsten Errungenschaften im Projekt. Die Hunde gestützten Einheiten haben für die Klient:innen eine entspannende, motivierende wie auch stärkende Wirkung gehabt, was beobachtbar war und von manchen Teilnehmenden explizit rückgemeldet wurde. Dass es durch den Einsatz eines Hundes und traumapädagogischen Methoden gelingt, die Klient:innen während der Einheit im Hier und Jetzt zu behalten, war teilweise möglich. Die Stärkung des Selbstvertrauens, der Sozialkompetenzen und der Selbstwirksamkeit ist durch eine Mischung der Arbeitsansätze größtenteils gelungen.

*Jennifer Schacherl-Fitz, Sozialarbeiterin
in der Fachstelle Beratung und Psychotherapie
(vorne im Bild)*



2023

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	29	30	31	1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
Juni	26	27	28	29	30	1	2

volkshilfe.
FLUCHTLINGS- UND MIGRANTENHILFE GMBH

 **Bundesministerium**
 Soziales, Gesundheit, Pflege
 und Konsumentenschutz



Die ungewisse Aufenthaltssituation in Verbindung mit der immensen Angst vor Abschiebung stellt wohl die größte Problematik dar. Natürlich ist auch die individuell empfundene Scham der Menschen ein kritischer Faktor. Oft schämen sich Betroffene schlichtweg zu sehr, um eine Psychotherapie in Anspruch zu nehmen, da in ihrem Kulturkreis psychologische Betreuung häufig mit einer Stigmatisierung einhergeht. Auch die Retraumatisierungsgefahr ist nicht zu unterschätzen. Reize, die eine Ähnlichkeit zum Trauma aufweisen, können eine Retraumatisierung auslösen und im schlimmsten Fall zu einem Suizidversuch führen. Hinzu kommen

eine ganze Reihe weiterer Problemfaktoren, wie beispielsweise die „anormale“ und belastende Lebenssituation in den Asylheimen oder das Fehlen von Normalität im Alltag. Viele Flüchtlinge haben auch, je nach Aufenthaltsstatus, keine Möglichkeit einer geregelten Arbeit nachzugehen und sich einen eigenen Lebensunterhalt zu verdienen. Sie fühlen sich nicht gebraucht, das erschwert wiederum die Integration.

Susanne Bauman, Klinische und Gesundheitspsychologin (auf der Vorderseite links im Bild mit Klientin)

Team Papillon

PAPILLON

PAPILLON ist ein Therapieprojekt der Volkshilfe Oberösterreich, bei dem die Behandlung von Personen mit Traumafolgestörungen und psychosozialen Problemen im Vordergrund steht. Weiters soll präventiv dem Problem der Entwurzelung sowie der sozialen und kulturellen Isolation entgegengewirkt werden.

Nicht aufgearbeitete Traumata fördern die Tendenz zu gewalttätigem Verhalten (psychisch und physisch) gegenüber Familienmitgliedern, Freunden und Dritten.

Migration und der Verlust des Heimatlandes können bei Menschen zu einem Entwurzelungssyndrom mit Gefühlen der sozialen Isolation führen, wodurch sie leichter für extremistische Ideologien empfänglich sind oder zu gewalttätigem Verhalten neigen.

Das Therapieprojekt Papillon setzt hier auf präventive Unterstützung durch Psychotherapie-Angebote um den betroffenen Personen in dieser Situation zu helfen.

Das Angebot von PAPILLON umfasst sowohl Einzeltherapie als auch Kriseninterventionen und auch Gruppentherapien.

Inhaltlich stehen vor allem folgende Punkte im Vordergrund: Emotionale Stärkung, Selbstwirksamkeit, Selbstwert, Stressmanagement, Umgang mit (negativen) Gefühlen (insbesondere bei Zurückweisung, Konflikten, Kränkungen, etc.) und Emotionsregulation. In der Gruppentherapie liegt der Fokus auf einer Sport- und Bewegungsgruppe, welche die allgemeinen inhaltlichen Ziele mittels Gruppendynamik, Bewegungstherapie, Wahrnehmungsübungen und Körper-Awareness aufgreift.





2023

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	26	27	28	29	30	1	2
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
Juli	24	25	26	27	28	29	30
	31	1	2	3	4	5	6

Diakonie 
Flüchtlingsdienst

 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



Team Ankyra

Die frühzeitige psychotherapeutische Behandlung ist eine wichtige Voraussetzung für das Gelingen von Integration. Mit unserem Angebot unterstützen wir Geflüchtete und Migrant:innen dabei, ein weitgehend selbstbestimmtes Leben zu führen. Psychotherapie kann erlittenes Leid und erlebte Gewalt nicht ungeschehen machen, aber wir können mit der sensiblen Begleitung von Heilungsprozessen das Leben mit dem Vergangenen und mit der Ungewissheit der Gegenwart, unterstützen.

Claudia Baldeo, Einrichtungsleitung Ankyra



ANKYRA

ANKYRA – Zentrum für interkulturelle Psychotherapie in Tirol ist eine Einrichtung des Diakonie Flüchtlingsdienstes.

Sie bietet seit 2004 traumaspezifische, kultursensible und dolmetscherunterstützte Psychotherapie für Menschen, die Gewalt, Krieg, Folter, Vertreibung und Vergewaltigung überlebt haben und unter den psychischen und körperlichen Auswirkungen massiver Traumatisierung leiden.

Unser Ziel ist es geflüchtete Menschen durch Psychotherapie darin zu unterstützen, traumatisierende Erlebnisse psychisch zu verarbeiten und Ressourcen zu entwickeln, um die Herausforderungen, die das Leben in Österreich mit sich bringt, gut zu bewältigen. Ebenso ist es Ziel von ANKYRA, Migrant:innen mit Bedarf an psychotherapeutischer Behandlung in ihrer Muttersprache bestmöglich zu unterstützen.

Das therapeutische Angebot richtet sich an Asylwerber:innen, subsidiär Schutzberechtigte und anerkannte Flüchtlinge mit Wohnsitz Tirol und Bedarf an psychotherapeutischer Behandlung und umfasst folgendes Angebot: Erstabklärungsgespräche, Psychotherapie (Langzeittherapie und Kurzzeittherapie), Gruppenpsychotherapie, psychiatrische Beratung.



2023

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	31	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
August	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31	1	2	3



 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



Das Ziel von ASPIS RESET ist, dass durch Psychotherapie Reifungs- und Entwicklungsprozesse entstehen, die sich prophylaktisch gegen Gewalt auswirken und zugleich eine gelungene Integration in der Aufnahmegesellschaft fördern.

*Ibrahim Bashimam, Koordinator ASPIS RESET
(im Bild unten)*



ASPIS

Der Terroranschlag in Wien hat 2020 viele Fragen bezüglich Auslöser, Genese und Prävention solcher Taten aufgeworfen. Der Täter war ein in Österreich aufgewachsener junger Mann, der sich im Laufe seiner Adoleszenz radikalisiert hatte. Ob und wie wahrscheinlich eine solche Gewalttat auftritt, ist von Schutz- und Risikofaktoren abhängig. Ziel des Projektes RESET ist daher, Schutzfaktoren zu fördern sowie Risikofaktoren einzudämmen und zu reduzieren. Zu den Risikofaktoren zählen beispielsweise mangelnde Empathie und Affektregulation sowie Trauma(ta) in der Vorgeschichte. Das Projekt umfasst fünf Teilprojekte, die alle der Gewaltprävention, der Erleichterung der Inklusion und Integration, und der psychosozialen Unterstützung traumatisierter Menschen dienen.

Ziele

- Die Risikofaktoren mithilfe eines psychosozialen Vorgehens in Form von Therapie (im Einzelsetting) und Gruppenangeboten (wie etwa psychodramatische Workshops mit mentalisierungs-basierten Rollenspiele) zu mildern.
- Schutzfaktoren wie Selbstwirksamkeit, Affektregulation, das Aufarbeiten der eigenen Traumata und die Förderung der Integration und Inklusion zu verstärken.
- Die Weitergabe von Gewalt durch Hilfe für die Opfer von Krieg und Gewalt zu unterbrechen.
- Das Verständnis für die Umstände der Gewaltbetroffenen mithilfe eines empathiebasierten Vorgehens zu fördern und Empathie bereits im Kindesalter aufzubauen, sodass Jugendliche bereits früh innere Widerstände gegen extremistische Verführungen aufbauen.
- Körperliche, familiäre, und psychologische Gewalt zu verhindern.
- Die im Zusammenhang mit traditionellen Frauen- und Männerrollen und religiösen Orientierungen stehenden Stereotype zu durchbrechen.
- Dem Gewaltkreislauf bzw. der Entstehung von physischer, emotionaler sowie genderspezifischer Gewalt entgegenzuwirken.



2023

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	28	29	30	31	1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
September	25	26	27	28	29	30	1

zebra

 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



ZEBRA

Das Interkulturelle Beratungs- und Therapiezentrum ZEBRA berät und begleitet seit 35 Jahren Menschen mit Migrationsbiographien sowie geflüchtete Menschen auf ihrem Weg zu einer selbstbestimmten gesellschaftlichen Teilhabe.

Als Kompetenzstelle bietet ZEBRA Institutionen, Gemeinden sowie Multiplikator:innen Beratung und Prozessbegleitung bei Themen wie Migration, Flucht, Asyl, Teilhabe und Diversität.

Durch unsere Arbeit richten wir die Aufmerksamkeit auf die Interessen gesellschaftlicher Gruppen, die oft kein Gehör oder keinen Zugang zu sozialer Teilhabe finden. Für deren Anliegen treten wir ein. Somit tragen wir dazu bei, dass Diversität und Interkulturalität sichtbar und erlebbar werden. Ergänzend zur klient:innenbezogenen Arbeit sind wir verlässlicher Partner für Multiplikator:innen, Organisationen, Institutionen und Gebietskörperschaften wenn es um eine nachhaltige Verankerung von Diversität und Interkulturalität geht. Damit arbeitet ZEBRA auf lokaler, regionaler und überregionaler Ebene an der Förderung des gesellschaftlichen Zusammenhalts.



Wir sind zwei klinische Psychologinnen und arbeiten im Projekt RESET. Dieses Projekt ist bei ZEBRA im bereits bestehenden Psychotherapie-Team eingebettet, was unsere Arbeit bereichert.

Im Rahmen von RESET arbeiten wir mit Menschen mit Gewalterfahrung. Wir versuchen auf unsere Klient:innen mit Neugier und Offenheit zuzugehen. Unsere Klient:innen sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene unterschiedlicher Herkunft.

Gemeinsam versuchen wir Ressourcen zu entdecken, Stärken zu finden und Möglichkeiten für ein leichteres Leben zu schaffen. Um in ein Gespräch zu kommen, nutzen wir unterschied-

liche Methoden. Sowohl mit Kindern als auch mit Erwachsenen versuchen wir kreativ zu arbeiten. Dies geschieht etwa beim Malen oder beim Basteln von Traumfängern. Auf diese Weise kann man beispielsweise gut über Alpträume und Träume sprechen.

Neben Einzelgesprächen bot RESET auch eine Männergruppe an, im Zuge derer sich syrische Männer zu unterschiedlichsten Themen austauschen konnten. Diese stellt eine gute Ergänzung zur klinisch-psychologischen Behandlung im Einzelsetting dar.

*Marlies Stopper und Ana Mendoza Sanz,
klinische Psychologinnen (im Bild)*



2023	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	25	26	27	28	29	30	1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
Oktober	30	31	1	2	3	4	5

**Caritas
&Du**
Wir helfen.

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



Durch RESET können wir Sozialarbeiter:innen und unsere Psychologin, unterstützt von Sprachmittlerinnen, sofort Hilfe anbieten, wenn uns im Abklärungsgespräch schon etwas auffällt. Die Psychologin bietet, während der Wartezeit auf einen Therapieplatz, Entlastungs- und Stabilisierungsgespräche an sowie auch Nachbetreuungsgespräche nach Therapieende. Außerdem können brennende Fragen zu Asylstatus, Ämtergängen etc. außerhalb des therapeutischen Settings in Ruhe geklärt werden. Von Jänner bis Juli gab es alle zwei Wochen einen Workshop zu Themen wie Bewerbung, Wohnen, Umgang mit Geld bis hin zu kreativen Angeboten, aber auch Selbstfürsorge und kreatives Angebot wie etwa Malen mit Acrylfarben. Unter den bis zu 20 Teilnehmer:innen waren überwiegend Frauen und ihre Dolmetscher:in-

nen. Insgesamt sind die Gruppen sehr gut gelaufen. Sie dienen als Raum für Austausch, steigern die Selbstwirksamkeit und sind nicht zuletzt auch gut gegen die Einsamkeit. Dieses Jahr gibt es auch eine Entspannungsgruppe mit Achtsamkeitsübungen und Yoga. Es ist schön zu sehen, wie sich die Frauen mit der Zeit öffnen können. So wie Iqbal Altofaili (Bild auf der Vorderseite) aus dem Irak. „Ich hatte immer Angst, seitdem unser Haus in Bagdad von bewaffneten Männern überfallen und meine Familie mit dem Tod bedroht wurde“, erzählt die frühere Mathematik-Lehrerin. „Seitdem ich hierherkomme, habe ich Ruhe im Herzen gefunden!“

Julia Plattner, Sozialarbeiterin

SINTEM

Die Caritas Wien bietet mit dem Projekt SINTEM interkulturelle psychotherapeutische und psychologische Betreuung für Menschen mit Fluchthintergrund an, die in Wien und Niederösterreich leben. Gerade als Flüchtling ist man nicht nur aufgrund der traumatischen Erfahrungen im Heimatland, sondern auch durch die schwierigen Umstände im Aufnahmeland mehrfach belastet.

Mit dem Projekt SINTEM (Tschetschenisch für „Seelisches Wohlbefinden“) beraten und behandeln wir Einzelpersonen, Paare, Familien und Jugendliche, die an den Folgen traumatischer Erlebnisse (Schlafstörungen, Angst, Konzentrationsprobleme, Depressionen, Schmerzsymptome usw.) und der unsicheren Situation im Aufnahmeland (Asylverfahren) leiden.

Unsere Therapeut:innen sind alle spezifisch in Traumatherapie geschult und arbeiten mit erfahrenen Sprachmittler*innen in der Muttersprache der Klient*innen.

Unser Angebot besteht unter anderem aus:

- Psychotherapie oder psychologische Betreuung
- Bei Bedarf Unterstützung durch Sprachmittler:innen bei Psychotherapie
- Begleitender Sozialarbeit
- Gruppenberatung zu spezifischen Themen





2023

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	30	31	1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
November	27	28	29	30	1	2	3



Wie unterscheidet sich das RESET-Projekt von Ihrer bisherigen Arbeit mit Geflüchteten?

Bisher haben wir in erster Linie in einem einzeltherapeutischen Setting mit Geflüchteten gearbeitet. In diesem Projekt gestaltet sich das psycho-edukative Angebot im Rahmen eines Gruppensettings. Inhaltlich geht es einerseits um ein Training zur Affekt- und Emotionsregulation und andererseits um ein Bewältigungsprogramm von Schlafstörungen.

Wie haben Sie die Bereitschaft der Klient*innen zur Mitwirkung erlebt?

Wir konnten ein starkes Interesse, sowie eine hohe Bereitschaft und Motivation der Klient*innen wahrnehmen. Dies begründet sich nicht zuletzt darin, dass ein sehr hoher Prozentsatz an Geflüchteten mit diversen Schlafstörungen konfrontiert ist.

Worin besteht der Mehrwert dieses Gruppenangebotes?

Signifikante Vorteile eines Gruppensettings bestehen vor allem in der Vernetzung und dem Austausch mit anderen Personen, die unter einer ähnlichen Problematik/Symptomatik leiden. Die

Erfahrung, mit seinem Schicksal nicht alleine zu sein, mindert die Angst und macht Hoffnung. In der Gruppe werden gemeinsam Bewältigungsstrategien erarbeitet. Dies hat nicht nur eine Steigerung der eigenen Selbstwirksamkeit zur Folge, sondern ermöglicht dem/der Einzelnen auch die Erweiterung seiner/ihrer persönlichen Copingmechanismen und Ressourcen. Überdies ermöglicht die Gruppe den Teilnehmenden zumindest an einem Tag eine sinnvolle Tagesstruktur, sich sozial effektiv zu vernetzen und Informationen in einer sicheren Umgebung auszutauschen. Auch ist davon auszugehen, dass sich auf Grund dieser Gruppenangebote die durchschnittliche Behandlungsdauer im einzeltherapeutischen Setting reduzieren kann.

Was sind Rückmeldungen der Klient*innen zum Angebot gewesen?

Herr A: „Erst in der Gruppe ist mit klargeworden, dass ich keine Nacht durchschlafe und ich mich wirklich immer müde fühle“.

Herr K: „Im Gespräch in der Gruppe habe ich verstanden, dass meine Stimmung nicht so gut ist, wenn mir Schlaf fehlt.“

Herr Q: „Ich kann noch nicht so gut über meine

RESPECT

Asylwerbende können in den Betreuungs- und Beratungsstellen der Caritas Salzburg vielfältige professionelle Angebote in Anspruch nehmen:

- Möglichkeit auf eine Unterbringung
- Psychotherapie für traumatisierte Flüchtlinge
- Beratung und Informationen zum Asylverfahren

Ziel von RESPECT ist es, Flüchtlinge dabei zu unterstützen, ihre eigenen Ressourcen (wieder) zu entdecken und die eigenen Problemlösungsstrategien auszubauen – bis hin zu einer möglichst eigenständigen Lebensführung.

Gefühle sprechen, aber ich schreibe sie mir regelmäßig auf. Das ist ein guter Anfang für mich.“

Herr F: „Das Gefühl nicht allein zu sein, wenn es um meine Gefühle geht, war mir extrem hilfreich.“

Herr L: „Das gemeinsame Üben von Entspannungstechniken hat mir so gutgetan, ich habe das Gefühl, dass ich schon besser schlafen kann“.

Herr H: „Wenn mich was so richtig ärgert und ich das Gefühl habe es nicht mehr auszuhalten, gehe ich raus und laufe – darin bin ich schon richtig gut.“

Herr M: „In unserem Zimmer ist wenig Platz, deshalb halte ich mich viel im Bett auf. Ich habe gelernt, dass mein Nacht-Bett aber auch ein gutes Tag-Bett sein kann, wenn ich es nur ein bisschen verändere. So habe ich nicht die ganze Zeit das Gefühl, dass ich im Bett liege und dann in der Nacht nicht mehr schlafen kann“.

Herr I: „In dieser Gruppe habe ich Leute getroffen, die sich auch ritzen. Erst im Gespräch dazu ist uns gegenseitig aufgefallen, wann und warum wir das tun. Jetzt versuche ich andere Möglichkeiten zu finden, wenn mir wieder alles zu viel wird“.





2023

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	27	28	29	30	1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
Dezember	25	26	27	28	29	30	31

Hiketides
Psychotherapie für Flüchtlinge

 Bundesministerium
 Soziales, Gesundheit, Pflege
 und Konsumentenschutz



Ich versuche mit meinen Klienten einmal wöchentlich eine therapeutische Sitzung abzuhalten, was nicht immer so einfach ist, wenn sie z.B. im Camp wohnen. Die meisten sehen dann ein, dass es nicht mit ein bis zwei Sitzungen getan ist und dass sie öfter kommen müssen und es ihnen guttut.

Sie akzeptieren, dass sie ein seelisches Problem haben und merken schließlich, dass auch dieses einen Heilungsprozess erfahren kann, indem viel darüber geredet wird, dass sie sich mir anvertrauen. Vertrauen zu haben ist für Geflüchtete sehr schwierig, da sie auf der Flucht Menschen begegnet sind, die ihr Vertrauen missbraucht haben. Bei den ersten fünf bis acht Sitzungen steht der Aufbau dieses Vertrauensverhältnisses im Zentrum.

Wenn ihnen die „falschen“ Menschen zuhören, können sie statt geheilt auch radikalisiert werden, wie die Erfahrung zeigt. Für eine gelungene Deradikalisierung ist es deshalb wichtig, dass den Geflüchteten die „richtigen“ Menschen zuhören.

Die Vorarbeit in den Flüchtlingsheimen könnte verbessert werden, indem man die Geflüchteten bestärkt, ein Abklärungsgespräch bzw. in weiterer Folge dann eine Therapie zu beginnen. Und auch eine gewisse Nachsorge sollte sichergestellt werden.

Besonders schön in der Arbeit sind die emotionalen Szenen zwischen den Klienten und mir, wenn ich merke: Jetzt hat er sich geöffnet, jetzt erzählt er etwas von seiner Familie, wo ja auch nicht immer alles gepasst hat. Es ist der Moment, wo der Klient versteht, dass er zwar in der strengen, kulturellen Tradition seiner Familie aufgewachsen und verhaftet ist und jetzt aber die Möglichkeit hat, etwas anders zu probieren, eben der Moment, wo der Klient eine Ahnung von persönlicher Freiheit bekommt.

Robert Steiner, Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision (im Bild gemeinsam mit Hildegard Schreckeis-Nägele, Psychotherapeutin)

HIKETIDES

HIKETIDES ist altgriechisch und bedeutet „Die Schutzbefohlenen“, benannt nach dem ältesten griechischen Theaterstück von Aischylos und dem gleichnamigen Theatertext von Elfriede Jelinek. Wir haben diesen Namen für unseren Verein gewählt, da wir schutzbedürftigen Flüchtlingen Unterstützung in Form von psychotherapeutischer Behandlung anbieten möchten.

Die kultursensible Psychotherapie und klinisch-psychologische Behandlung und Diagnostik im Bundesland Salzburg werden bei Bedarf Dolmetscher unterstützt durchgeführt. Zu Hiketides kommen Menschen mit Kriegstraumatisierungen, Überlebende von Folter, politisch Verfolgte und Opfer von Menschenrechtsverletzungen – Menschen, die unter ihren psychischen Verletzungen und inneren Konflikten leiden. In unserem Verständnis ist das psychische Leid der Betroffenen immer individuell und sozial. Eine menschenrechtspolitische Positionierung gehört zum Selbstverständnis von HIKETIDES.

