

## BERICHT RESET Projekt

01.10.2021 – 31.12.2022

### Projekt

### Trägerorganisation

Ankyra Reset	Diakonie Flüchtlingsdienst
Aspis Reset	Verein Aspis
Mollis	Caritas Feldkirch
Hemayat Reset	Hemayat
Jefira Reset	Diakonie Flüchtlingsdienst
TPB -	Caritas Burgenland
Papillon	Volkshilfe Flüchtlingsbetreuung OÖ
Sintem Reset	Caritas Wien
RESPEKT	Caritas Salzburg
Zebra Reset	Zebra
Hiketides Reset	Hiketides
Stark ohne Gewalt	AFYA

Gesamtkoordination: asylkoordination österreich

## Inhalt

<b>01. Welche Leistungen wurden im RESET Teilprojekt angeboten?</b> .....	3
Bericht Angebot Einzelprojekte.....	7
<b>02. Welche Änderungen zum ursprünglichen Plan gab es und warum?</b> .....	13
Bericht Änderungen Einzelprojekte .....	15
<b>02. Wer hat teilgenommen?</b> .....	20
Bericht Teilnehmer:innen Einzelprojekte .....	21
<b>03. Wie weit konnten die Ziele des Projekts erreicht werden</b> .....	28
Bericht Zielerreichung Einzelprojekte .....	30
<b>04. In welcher Weise haben Männer, in welcher Weise Frauen besonders von dem Projekt profitiert?</b> .....	40
Bericht Geschlechterunterschiede Einzelprojekte .....	41
<b>06. Was wirkt weiter (Nachhaltigkeit)?</b> .....	49
Bericht Nachhaltigkeit Einzelprojekte.....	49

## Bericht RESET

### 01. Welche Leistungen wurden im RESET Teilprojekt angeboten?

#### Gesamtprojekt

Im RESET Projekt geht es um psychische Stabilisierung Gewaltbetroffener mit dem Ziel einerseits individuelles Leiden zu reduzieren, vor allem aber auch den Gewaltkreislauf zu unterbrechen, d.h. die Weitergabe von Gewalt psychischer und physischer Art zu unterbinden.

Eine besondere Form der Gewalt ist Extremismus, hier richtet sich Gewalt gegen eine ganze Gruppe als „anders“ konnotierter und abgewerteter Menschen. Als Ursprung gegen einzelne wie in der extremistischen Ausprägung gegen Gruppen gerichtete Gewalt und die zugehörigen Emotionen nehmen wir im Einklang mit der Forschung eigene Erfahrungen von Zurücksetzung, Ausgrenzung, Hass und Gewalt an. Wer sich als Opfer fühlt, läuft Gefahr, mit geeigneter ideologischer Unterfütterung zum Täter oder zur Täterin zu werden.

Entsprechend wurden im Rahmen des Projekts in allen Bundesländern durch die Projektgemeinschaft neue psychotherapeutisch und psychologisch angeleitete Angebote für Geflüchtete und andere ZuwanderInnen gesetzt. Im Zentrum stehen dabei Stressmanagement und Emotionsregulation als essenzielle Barrieren gegen eine Weitergabe selbst erlittener Gewalt. Selbstwirksamkeit ist ein wichtiges Stichwort in der Zielsetzung der einzelnen Projekte. Selbstwirksamkeit erleben bedeutet, das Gefühl der Ausgeliefertheit einzudämmen und Handlungsmöglichkeiten jenseits der Vernichtung einer als feindlich empfundenen Umgebung zu erkennen.

#### Leistungen quantitativ

Insgesamt konnten 1214 Klient:innen betreut werden, es wurden 7759 Betreuungseinheiten geleistet. Damit übertreffen wir die im ursprünglichen Antrag kalkulierten Zahlen wie auch die im Budgetänderungsantrag im September 2022 prognostizierten Zahlen punkto Klient:innen um etwa 60%, punkto Betreuungsstunden um rund 20%. Warum die Kalkulation beeinflusst vom Pandemiegeschehen sehr dynamisch waren, erklären wir im zweiten Kapitel (Veränderungen).

#### Frauen und Männer

Wir wurden im Lauf des Projekts immer wieder gefragt, wieso wir unsere Angebote auch an Frauen richten, denn Frauen seien doch gar nicht so häufig extremistisch. Dem entgegnen wir, dass wir sehr froh sind, dass wir viele Frauen ansprechen konnten– und besonders die ukrainischen Frauen sehr rasch in ihrer unmittelbaren traumatischen Erfahrung, auffangen konnten. Frauen sind nicht nur von Gewalt betroffen, sondern laufen ebenso wie Männer Gefahr die resultierende Ohnmacht und Aggression als Erziehende, als Partnerin, als Teil einer Gemeinschaft physisch oder psychisch weiterzugeben oder in eine extremistische Ideologie einzuordnen.

#### Angebotsgestaltung

Wir wollen an dieser Stelle nochmals betonen, dass dies ein Präventionsprojekt ist – und Prävention wirkt am zuverlässigsten je früher sie einsetzt. Psychologische und psychotherapeutische Prävention ist keine dramatische Intervention in letzter Sekunde, sondern hilft Gewaltbetroffenen ihre Reaktionsmuster so zu verändern, dass es gar nicht so weit kommt.

Daran orientieren sich die Angebote der zwölf Partner:innen, die alle eine lange Vorerfahrung mit der Durchführung psychisch stabilisierenden Angeboten für Geflüchtete haben. Viele haben eine lange Warteliste für Psychotherapieplätze, die Wartezeit beträgt bis zu einem Jahr. Bei der Gestaltung von RESET war deshalb wichtig, niederschwellige und nach *kurzer* Wartezeit beginnende und rasch wirkende Methoden einzusetzen. Im Folgenden eine Übersicht über die Tätigkeiten der einzelnen RESET Partnerorganisationen, die im Detail jeweils bei den einzelnen Projekten beschrieben werden:

		<b>Projekt</b>		<b>Angebot</b>
01	T	Ankyra Reset	Diakonie Flüchtlingsdienst	Je zwei Gruppen für Erwachsene und Kinder (tiergestützte Therapie) und Einzeltherapie, Angebote auch außerhalb von Innsbruck
02	K	Aspis Reset	Verein Aspis	Gruppenangebote mit Fokus a) Bewegung b) Mann-Frau-Beziehungen; Einzeltherapie, Sensibilisierungsworkshops zur Situation Geflüchteter in Schulen, später auch Ukraine-spezifische Gruppen
03	V	Mollis	Caritas Feldkirch	Tiergestützte Therapie für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Gruppe und Einzel, zusätzlich kam sozialpädagogische Einzelarbeit hinzu
04	W	Hemayat Reset	Verein Hemayat	Sport- und Bewegungstherapie, Gruppe und Einzel, Kunsttherapie, psychologische Diagnostik und Beratung, Shiatsu
05	NÖ	Jefira Reset	Diakonie Flüchtlingsdienst	Krisenintervention und Kurzzeittherapie, Erstabklärung, zusätzlich Case Management
06	B	TPB - Traumaspezifische Psychotherapie im Burgenland	Caritas Burgenland	Einzel-Psychotherapie für erweiterte Zielgruppe
07	OÖ	Papillon	Volkshilfe Flüchtlingsbetreuung Oö	Einzelpsychotherapie für erweiterte Zielgruppe, insbesondere Fokus Gewaltprävention, geplant waren auch Gruppenangebote, real wurde Stundenkontingent im Einzelsetting gebraucht
08	W	Sintem Reset	Caritas Wien	Klinisch-psychologische Beratung und Sozialarbeit zur Stabilisierung vor und während Psychotherapie, Workshops und ressourcenstärkende Gruppen

		Projekt		Angebot
09	S	RESPECT	Caritas Salzburg	Psycho-Edukative Gruppenangebote STARK und STARS zur Stärkung der Emotionsregulation und des Schlafs, Kunsttherapie für Kinder
10	St	Zebra Reset	Zebra	Themenorientierte psychotherapeutische/psychologische Begleitung im Einzelsetting, Gruppenangebote mit a) Fokus Emotionsregulation und Stabilisierung, b) Fokus Entspannung durch Bewegung
11	Ö	asylkoordination österreich		Gesamtkoordination
12	S	Hiketides Reset	Hiketides	Einzeltherapie für die bisher bei Hiketides nicht versorgte Gruppe Asylberechtigter
13	13	Stark ohne Gewalt	Verein AFYA	plus 60 MultiplikatorInnen; STARK Gruppe für Jugendliche+Weiterbildung

## Öffentlichkeitsarbeit

Wie geplant wurde für das RESET Projekt eine eigene Projektwebsite erstellt:

<https://www.projektreset.at/>

Anders als geplant, haben wir das Websitedesign nicht ausgelagert, sondern die Seite selbst erstellt, weil das schneller ging und wir bereits vor Projektbeginn Anfragen hatten, wo man etwas über das Projekt erfahren kann.

Auf der Website versuchen wir, mithilfe von Fallbeispielen, Interviews und Videos, die Arbeit der Partner:innen möglichst plastisch zu zeigen. So wie auch der Zugang der Klient:innen zu einem psychisch stabilisierenden Angebot niederschwellig sein soll, möchten wir auch in der Öffentlichkeitsarbeit niederschwellig zeigen, dass trauma- und gewaltspezifische psychische Stabilisierung wirkt – und wodurch sie wirkt.

In diesem Sinn entstand auch der RESET - Kalender, der – neben diesem Bericht – die Arbeit der einzelnen Projekte anschaulich dokumentiert. Dazu wurden alle Projektpartner:innen besucht, teilweise war es auch möglich, ein Statement seitens der Klient:innen zu bekommen.

Öffentlichkeitsarbeit im Bereich der Psychotherapie ist aufgrund der Anforderungen an den Schutz und die Anonymität der Klient:innen sehr heikel. Es ist eine Balance zwischen dem „Zeigen“ und dem Schutz der Klient:innen, deren positive Entwicklung ja letztlich der Gradmesser für die Sinnhaftigkeit des Projekts ist. Wir sind froh, hier mit den Partnerorganisationen immer wieder auf gute Lösungen zu kommen.

Für ein Portrait von RESET als Gesamtprojekt konnten wir einen Beitrag bei Ö1 im November 2022 erreichen. Einzelne Projekte wurden in andern Medien vorgestellt, z.B. Stark ohne Gewalt von Afya im Standard im Herbst 2022. Auch dazu findet sich eine Dokumentation auf der Projektwebsite.

#### Vernetzung und Qualitätssicherung

Auf Gesamtprojektebene fanden eine Online-Schulung zum Thema Extremismus sowie ein inhaltliches Austauschtreffen statt. Beides setzten wir noch online um, bei beiden Terminen waren Teilnehmer:innen aus allen RESET Projekten dabei.

An der Fortbildung am 27.01.2022 nahmen 46 RESET Mitarbeiter:innen teil, hier auch Honorarkräfte, beim Austauschtreffen am 29.09.2022 waren es 19 Teilnehmer:innen, durchwegs Angestellte.

## Bericht Angebot Einzelprojekte

### 01 Ankyra (Tirol)

Im Zeitraum 01.10.2022 – 31.12.2022 wurden im RESET-Projekt psychotherapeutische und therapeutisch-psychologische Angebote für Kinder sowie Erwachsene in verschiedenen Bezirken Tirols durchgeführt. Es wurden insgesamt 258 Einheiten Einzelpsychotherapie und 298 Einheiten Gruppentherapie durchgeführt.

Konzeptiv wurden beide Therapieformate in den klassischen Settings von Praxis- und Seminarräumlichkeiten durchgeführt, vorwiegend mit Dolmetscherunterstützung. Ebenso wurden Einzel- und Gruppenangebote in Form von tiergestützter Maßnahmen –pferdegestützte Therapien – durchgeführt, vorwiegend mit reduziertem Dolmetschereinsatz.

### 02 Aspis – Reset (Kärnten)

Aspis war es wichtig, neben der Ausweitung des Beratungs- und Therapieangebots für Klient:innen und Klienten, die in anderen Förderschienen nicht betreut werden können, auch Gruppen zu initiieren. Dabei war es unterschiedlich, wie gut die Zielgruppen motiviert werden konnten. Hier ein Überblick:

- TP 1 Sport macht auch Frauen Spaß

An vier Terminen wurden zwei Sportarten, nämlich Badminton und Boxen angeboten. Die Rekrutierung erfolgte mithilfe von Flyern, die auf drei Sprachen verteilt wurden: Arabisch, Farsi/Dari und Deutsch. Alle Termine haben in der USI-Sporthalle der Universität Klagenfurt stattgefunden. Das Feedback war von den Teilnehmerinnen sehr gut, doch konnten wir trotz großem Einsatz nur sieben Frauen motivieren. sehr gutes Feedback von den Teilnehmerinnen erhalten.

- TP2 Begegnung mit dem „Fremden“

Mithilfe psychodramatischer Gruppenmethodik entsteht ein besonderer Begegnungsort, um die Themen Flucht, Asyl, Migration und Trauma praxisrelevant und gesellschaftskritisch zu bearbeiten. Eingebettet war diese Gruppe in die Uni Klagenfurt, sodass sowohl Studierende als auch Menschen mit Fluchthintergrund teilgenommen und in Kontakt miteinander getreten. Das Ziel war, einerseits die kulturellen Kompetenzen der studentischen Teilnehmer\*innen zu fördern, und andererseits die geflüchteten Teilnehmer\*innen einen sicheren Raum anzubieten, wo sie sich mit dem Thema Integration beschäftigen können. Es waren 5 Termine.

- TP3 I, You, We, let's talk.

Dieses Teilprojekts umfasst Workshops, die an Schulen der Sekundarstufe I und II durchgeführt werden. Frau Mag.a Helene Pek, MSc hat gemeinsam mit zwei Personen, die als Role-Models fungiert haben, mit Fluchthintergrund Workshops zum Thema interaktive Integration mit Jugendlichen in einer Mittelschule in Klagenfurt einen Workshop gehalten.

Role Models fungierten dabei als Augenzeug\*innen oder als Zeitzeug\*innen und haben am Ende des Workshops den Schüler\*innen ihre authentischen Geschichten erzählt. Das Ziel des Workshops war, dass Empathie und Verständnis für den Hintergrund geflüchteter Mitschüler:innen entstehen.

- TP4 Frauen verstehen, Männer verstehen.

Dieses Teilprojekt umfasst eine psychodramatische Gruppe mit geflüchteten Menschen. Das Ziel dieser Gruppe war, mithilfe psychodramatischer Methoden die Beziehung zwischen Mann und Frau in einem geschützten Ort zu reflektieren. Insgesamt haben 7 Sitzungen mit insgesamt 30 Stunden stattgefunden. Die Themen wurden mit Hilfe psychodramatischer Methoden aufgearbeitet, d.h. es wurde viel mit Rollenspielen gearbeitet.

Als Thema für die Rollenspiele wählten wir z.B. „die Ungleichbehandlung von Frauen“ und die klinische Psychologin schlägt eine Szene vor, in der die Söhne die Schule besuchen dürfen und die Töchter nicht, wobei die Psychologin einen Sohn spielt und zwei Teilnehmer Töchter spielen. Das Einnehmen einer Rolle verändert die Perspektive, es entspinnt sich eine Diskussion. Zum Abschluss jeder Sitzung stehen alle Teilnehmer\*innen im Kreis und geben ein kurzes Feedback zum Workshop.

Die Rollenspiele waren immer sehr lebendig und die TN finden sehr schnell in ihre Rollen, verkleiden sich gekonnt mit den spärlich mitgebrachten Utensilien. Diese Rollenspiele wurden an den weiteren Terminen eingefordert. Die Teilnehmer:innen erklärten uns, dass diese Workshops und Spiele sie aus ihrem tristen, grauen Alltag rausholen und sie die Last vergessen lassen, sie gehört und gesehen werden und sie ihre Themen einbringen können

- TP 5 Erlebnispädagogische Gruppe

Dieses Angebot war ein Intensivworkshop für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge, die in einer Unterkunft in Kärnten leben. 13 Jugendliche haben daran teilgenommen.

- TP6 Ressourcengruppe für Familien mit Flucht- und Migrationshintergrund.

Dieses Angebot wird für Familien sichergestellt. Es fanden insgesamt 15 Stunden statt. Mütter mit ihren Söhnen werden zu einer Sporthalle eingeladen, wo sowohl körperliche Aktivitäten, als auch dolmetschgestützte Meditationsübungen durchgeführt werden. Dolmetscher\*innen für Russisch, Farsi/Dari und Arabisch haben die Kommunikation erleichtert und wir haben sehr gutes Feedback sowohl von den Kindern als auch von den Eltern erhalten.

- TP7 Psychodramatische Frauengruppe

- Diese Gruppe hat im Dezember 2022 begonnen und wird bei Reset II weitergeführt. Diese offene psychotherapeutische Gruppe wird von Frau Mag.a Maria Lind geleitet, die seit mehreren Jahren im Bereich der Traumatherapie bei Aspis tätig ist. Es finden pro Monat zwei Sitzungen statt, die jeweils 2 Einheiten à 50 Minuten dauern. Am ersten Termin am 12.12.2022 haben sechs Frauen teilgenommen, und am zweiten Termin zehn Frauen.



- TP8 Aktivierungsgruppe für ukrainische Jugendlichen  
Initial wurde geplant, dass diese Gruppe zeitlich parallel zur o.g. psychodramatischen Frauengruppe stattfindet. Dies könnte nicht in dieser Art und Weise durchgeführt werden. Daher haben wir uns dafür entschieden, die Aktivierungsgruppe von der Frauengruppe zu trennen und sie als einzelne, von einander unabhängige Gruppen zu organisieren. Herr MMag. Dr. Daniel Wutti, MSc. leitet mithilfe einer Ukrainisch-Dolmetscherin und eines Russisch-Dolmetschers diese Gruppe, die sowohl einen gruppentherapeutischen (Psychodrama)Teil als auch einen freizeitpädagogischen Anteil umfasst. Die Freizeitpädagogik umfasste Kurse wie Schifahren und Klettern. Es fanden 10 Terminen statt.

### 03 Mollis (Vorarlberg)

Es wurden tiergestützte Gruppen und Einzelsettings angeboten, die sich nach den jeweiligen Hilfeplänen richteten.

Klient\*innen wurden durch tiergestützte und traumapädagogische Interventionen in der emotionalen Stabilisierung, Selbstbemächtigung und Selbstwirksamkeit unterstützt.

Klient\*innen wurden durch tiergestützte und traumapädagogische Interventionen im emotionalen & sozialen Lernen sowie in ihrer Resilienz gestärkt und gefördert.

### 04 Hemayat - Reset (Wien)

Es wurden folgende Möglichkeiten - bei Bedarf dolmetschgestützt - angeboten und im Abklärungsgespräch gemeinsam mit den Klient:innen entschieden, welche Option dem Bedarf entspricht. Zielgruppe sind in erster Linie Klient:innen, die sich für eine Psychotherapie bei Hemayat anmelden und für die meistens monatelange Wartezeit eine Überbrückung benötigen.

#### Angebote RESET 1

- Diagnostik, Anamnesegespräche
- Psychiatrische Behandlung
- Kunsttherapie
- Shiatsu
- Sport,- Bewegungstherapie

### 05 Jefira-Reset (Niederösterreich)

Im Projekt Reset 1 wurden vom Teilprojekt Jefira des Diakonie Flüchtlingsdienstes 608,5Therapieeinheiten Krisenintervention und Kurzzeittherapie erbracht. 72 Klient:innen konnten vom Angebot profitieren. Case Management, Dokumentation und Vernetzung wurden über die gesamte Projektlaufzeit geleistet.

Das Therapieangebot richtete sich an Asylwerber, Asylberechtigte, Personen mit subsidiärem Schutz und Migrant:innen, die in NÖ wohnen. Ziele die damit verfolgt wurden waren: Emotionsregulation, Stabilisierung, Erarbeitung und Reaktivierung von Bewältigungskompetenzen, Abschließen von Non-Suizidverträgen und Selbstwerterhöhung.

#### 06 TPB (Burgenland)

Im burgenländischen RESET-Teilprojekt ergänzten wir das bestehende Psychotherapieangebot für Flüchtlinge um eine Öffnung für alle Zielgruppen und ein erhöhtes Stundenkontingent. Das ermöglichte uns kurze Wartezeiten auf einen Therapieplatz. Anders als gedacht waren die Mehrzahl der Klient:innen nicht Asylwerber:innen aus Syrien und Afghanistan, sondern aus der Ukraine Geflüchtete – und hier vor allem Frauen und Kinder. Das Leistungsangebot konnten wir zum Glück schnell genug an die geänderte Bedarfslage anpassen.

Fast 90 % der Klienten benötigten eine wöchentliche Therapie, Die Therapien wurden während des gesamten Zeitraums in deutscher Sprache mit Hilfe der russischsprachigen Dolmetscherin und in russischer Sprache durchgeführt, da eine Therapeutin Russisch als Muttersprache spricht.

#### 07 Papillon(Oberösterreich)

Das Therapieangebot Papillon ist Teil des österreichweiten Therapieangebots Reset. Die Laufzeit von Papillon ist von 1.10.2021 bis 31.12.2022.

Nach Konzept sollte das Angebot von Papillon Einzel- und Gruppentherapien sowie Kriseninterventionen und Casemanagement umfassen.

Im Rahmen des Projektes wurden vor allem Einzeltherapien und Kriseninterventionen durchgeführt, da die Psychologin für die Gruppen ihr Dienstverhältnis mit April 2022 beendete und diesbezüglich kein Ersatz gefunden wurde.

Aus diesem Grund wurden während der Projektlaufzeit nur Einzeltherapien / klinische Behandlungen sowie Kriseninterventionen durchgeführt

#### 08

#### Sintem-Reset

(Wien)

Sintem Reset unterstützt und begleitet geflüchtete und traumatisierte Menschen, vor, während und nach einer laufenden Einzelpsychotherapie

- mittels begleitender Sozialarbeit
- mittels psychologischen Entlastungsangeboten
- Gruppenangeboten (psychoedukativ)

#### 09 RESPEKT (Salzburg)

Das Pilotprojekt ermöglichte erstmalig ein psychoedukatives Gruppenangebot für Menschen mit Fluchterfahrung zur Stärkung der Selbstwirksamkeit und des „Well Beings“ ebenso wie die Auseinandersetzung mit Fragen der Schlafhygiene. Beide Gruppenangebote sind präventiv ausgerichtet und leisten destruktiven Handlungsweisen Vorschub, in dem sie die Selbstwirksamkeit der Teilnehmenden stärken, Methoden und Techniken vermitteln, die von den Teilnehmenden in

herausfordernden Situationen angewandt werden können und das Selbstvertrauen durch das Gruppen-(Er-)Leben stärken.

Im Rahmen des musikpädagogischen Angebots für ukrainische Kinder und Jugendliche konnte sehr rasch nach Kriegsbeginn ein sicherer Ort für vom Krieg direkt Betroffene geschaffen werden, in dem einmal wöchentlich eine „Auszeit“ von den tragischen und prägenden Ereignissen genommen werden konnte und Spiel, Freude, Zusammensein und Leichtigkeit pädagogisch vermittelt werden konnte. Dies war insbesondere wichtig, da die Erziehungsberechtigten sehr oft noch so stark mit dem Fluchttrauma beschäftigt waren, wodurch sie nur schwer diese unbeschwerten Spielsituationen für ihre Kinder herstellen konnten.

#### 10 Zebra-Reset (Steiermark)

Das Teilprojekt bestand aus psychologischer Begleitung im Einzelsetting sowie zwei unterschiedlichen Gruppenangeboten: Ein spezifisches therapeutisches Gruppenangebot für traumatisierte Männer zur Emotionsregulation und Stabilisierung sowie zwei geschlechtsspezifische Gruppen mit Fokus auf Körper- und Entspannungsübungen. Die psychologische Begleitung erfolgte abgestimmt auf die individuellen, durch Kriegs- und Gewalterfahrungen geprägten Lebensgeschichten und Symptomatik der Betroffenen. Die Leistungen wurden mit Klinischen- und Gesundheitspsychologinnen umgesetzt.

#### 12 Hiketides (Salzburg)

Das Kernanliegen von HIKETIDES ist die psychotherapeutische Versorgung von Menschen mit Fluchterfahrung in der Grundversorgung, also für Asylwerber\*innen. Im Jahr 2022 erweiterte sich das psychotherapeutische Angebot mittels der Projektschiene RESET auch für Asylberechtigte.

Viele Menschen mit Fluchterfahrung leiden, auch oder trotz eines (vorläufig) gesicherten Aufenthaltes an extremen Spannungen und Stress. Innere und äußere Konflikte sind häufig der Nährboden von Gewalt und Extremismus.

Die therapeutische Begleitung legt einen besonderen Fokus auf die Bewältigung von traumatischen Ereignissen und Prävention von radikalen Tendenzen und leistet durch gezielte Stressreduktion einen Beitrag zur Deradikalisierung.

#### 13 Stark ohne Gewalt (Wien)

Das Schulungsprogramm STARK ist ein kultursensibles Gruppenkonzept, in dem die Fähigkeit zur Emotionsregulation vermittelt wird. Es wurde von Refugio München entwickelt und die international publizierte Evaluationsstudie zeigt eine deutliche Wirkung des transdiagnostischen Ansatzes bei Traumatisierten mit Schwierigkeiten in der Emotionsregulation.

Das Programm besteht aus zweistündigen, wöchentlichen Sitzungen (16 Stunden) in denen gewaltbetroffene Jugendliche und junge Erwachsene einen positiven Umgang mit Stress, Aggression und Emotion lernen. AFYA hat für die Leitung der STARK Gruppen muttersprachliche Trainer:innen ausgebildet.

AFYA bietet STARK im Rahmen von RESET in UMF- und Wohneinrichtungen, an Schulen und am AFYA Standort an.

## 02. Welche Änderungen zum ursprünglichen Plan gab es und warum?

Die bis in den Mai 2022 - somit bis zur Hälfte der Projektzeit - bestehenden pandemiebedingte Einschränkungen hatten massive Auswirkungen auf die Umsetzbarkeit der RESET Angebote, vor allem dort, wo es um die Durchführung von Gruppen bzw. Arbeit an Schulen ging. Wir beschreiben hier zunächst die Änderungen auf Gesamtprojektebene.

### Budgetumschichtung

Bei einer ersten Durchsicht der Ausschöpfung des Budgets und der Stundenkontingente im April 22 wurde ein Umschichtungsbedarf deutlich. Da sich über den Sommer Lockerungen im Pandemiegeschehen abzeichneten, warteten wir mit dem Stellen des Umschichtungsantrags bis September 22. Im Wesentlichen erfolgte eine Umschichtung von kleineren zu größeren Projekten, die durch mehr Personal krankheitsbedingte Ausfälle ebenso besser abfedern konnten wie sie im Sommer und Herbst durch mehr Personaleinsatz schneller aufholen konnten.

Insgesamt wurden die Planzahlen letztlich übererfüllt.

### Erfolgsmessung

Auf Ebene der Gesamtkoordination war eine projektübergreifende Feedbackmöglichkeit vorgesehen, die leider zu wenig genutzt wurde. Unsere Überlegung war, den Erfolg der Maßnahmen nicht nur auf Basis der Abschlussgesprächen der jeweiligen Behandler:innen mit ihren Klient:innen abschätzen zu wollen, sondern den Klient:innen ein anonymes Feedbacksystem zur Verfügung zu stellen. Dazu verfassten wir einen sehr einfachen Feedbackbogen mit fünf Skalierungsfragen und drei offenen Fragen. Der Feedbackbogen stand ab Frühjahr 22 in der Printversion und in einer Online-Version in den Sprachen Deutsch, Arabisch, Dari, Somali, Russisch zur Verfügung. Die Printversion wurde nur von einigen ukrainischen Klientinnen angenommen, die sich sehr positiv und dankbar zeigten. Die Online-Version wurde 47 mal geöffnet, aber nur 32 mal wurden auch die Fragen beantwortet, sodass wir von über 700 Teilnehmer:innen lediglich 15 Antworten haben.

In der Rückschau stellen wir fest, dass der bloße Hinweis auf das Vorhandensein der Feedbackmöglichkeit zu wenig ist – nur wenn sehr nachdrücklich darauf hingewiesen wird, nehmen die Teilnehmer:innen das Angebot tatsächlich in Anspruch. Dies bringt aber die Behandler:innen in eine schwierige Position. Ein Fragebogen hat stärker den Charakter einer Bewertung als ein Gespräch über den individuellen Gewinn und nicht aufgegangene Erwartungen am Abschluss einer Behandlung. Wenn die Behandler:innen selbst den Fragebogen ausgeben und ersuchen, diesen auszufüllen, bekommt das schnell den Anschein von „leave me a like“. Wenn er von der Administration ausgehändigt bzw. auf den Link verweisen, kann der Gedanke entstehen, mit dem Feedback über die Weiterbeschäftigung der Behandlerin oder des Behandlers zu entscheiden. Bei offenen Angeboten wie z.B. der Bewegungsgruppe von Hemayat ist zusätzlich auch schwer

abschätzbar, wann das „letzte Mal“, nach dem sinnvollerweise ein abschließendes Feedback erfolgen sollte, tatsächlich ist.

Um dennoch eine Aussage über die Projekterfolge treffen zu können, wurden die Projektpartner:innen ersucht, die zentralen Ziele von RESET sowie die individuellen Behandlungserfolge ausführlich darzustellen und, wo Unterschiede zwischen Frauen und Männern feststellbar ist, diese zu beschreiben.

Somit haben wir zur Nachbesserung der Angebote in RESET 2 die direkten Rückmeldungen der Teilnehmer:innen in den projektinternen Feedbackrunden oder Feedbackgesprächen. Ein wichtiger Indikator ist die Inanspruchnahme und Nachfrage der Maßnahmen, die in den einzelnen Projekten auch entsprechend angepasst wurden. So wurde etwa bei Jefira-Reset die maximale Anzahl der Therapieeinheiten im Einzelfall bei Bedarf erhöht, bei Ankyra-Reset das Stundenkontingent für eine Gruppe mit männlichen Jugendlichen in Einzelstunden umgewidmet und bei Afya die Zielgruppe auf erwachsene Teilnehmer:innen ausgeweitet.

Weiters organisierten wir auf Gesamtprojektebene ein inhaltliches Austauschtreffen, das noch in der Projektphase Ende September 2022 stattfand sowie ein Austauschtreffen, das in die Berichtsphase von RESET 1 und die Projektphase von RESET 2 fiel und nochmals wertvolle Anregungen für die Erstellung dieses Berichts sowie für die Adaptierung der RESET 2 Angebote lieferte.

#### Vernetzung untereinander

Sowohl die Fortbildung als auch das Austauschtreffen fanden online statt. Für die Fortbildung war dieses Format vermutlich sogar besser, weil wir eine überraschend hohe Anzahl an Teilnehmer:innen (46) hatten. Deshalb werden wir Fortbildungen auch in RESET II eher online abhalten. Für das Austauschtreffen hoffen wir, in RESET II wieder beim ursprünglich geplanten Präsenzmodus bleiben zu können.

## Bericht Änderungen Einzelprojekte

### 01 Ankyra (Tirol)

Die Angebote wurden für Bezirke in Tirol konzipiert, in denen die Erreichbarkeit der Zielgruppe unter anderem als gering bzw. schwierig eingeschätzt wurde. Während für einige Pakete in den Ortschaften die gewünschte Zielgruppe gut erreicht werden konnte, war dies nicht durchgehend möglich. Auch die Rekrutierung von Psychotherapeut:innen in den Regionen konnte nicht immer realisiert werden. Um diesen Hindernissen entgegenzuwirken wurden neue Standorte anvisiert und Angebote angepasst.

Die durchgeführten Therapieprojekte waren in der Regel gut besucht mit wenig Ausfällen. Eine Gruppe für jugendliche Burschen musste mangels Teilnehmer abgesagt werden. Das Stundenkontingent dieser Gruppe wurde für pferdegestützte Einzelpsychotherapie für männliche Jugendliche, vorwiegend unbegleitete minderjährige Geflüchtete, umgewidmet. Ein Projekt für Mädchen wurde in ein pferdegestütztes Mutter-Kind-Projekt umgewandelt da hier die Interessenslage und Erreichbarkeit der Zielgruppe deutlicher höher war. Die pferdegestützte Psychotherapie konnte die Jugendlichen gut unterstützen und in einen längeren Prozess behalten. Das Mutter-Kind-Projekt wurde von den Familien als stabilisierend, ressourcenaufbauend und als wirksame psychoedukative Maßnahme erlebt.

In der Einzelpsychotherapie waren die Therapieprozesse länger als erwartet, wodurch sie letztlich von von etwas weniger Personen in Anspruch genommen werden konnte

### 02 Aspis-Reset (Kärnten)

Dadurch, dass nicht alle Stunden bei TP3 (Schulworkshops) ausgeschöpft werden konnten, haben wir Mittel umgeschichtet, um andere Angebote zu organisieren und andere Angebotsdefizite zu behandeln. Eine dieser Angebotsdefizite war die abrupt aufgetretene Zielgruppe der Ukrainer\*innen, die dringend therapiebedürftig waren. Es haben viele ukrainische Familien davon berichtet, dass junge Ukrainer\*innen den ganzen Tag zuhause verbringen und sich nicht trauen, nach draußen zu gehen und körperliche Aktivitäten zu unternehmen. Daher haben wir zwei neue Projekte zu Reset I hinzugefügt, und zwar die Aktivierungsgruppe für ukrainische Jugendlichen und eine psychodramatische Frauengruppe.

### 04 Hemayat-Reset (Wien)

Es gab keine inhaltlichen Änderungen, jedoch haben wir RESET 1 bis Dezember 22 verlängert. RESET 1 und 2 liefen somit von Juli bis Dezember 22 bei Hemayat parallel, was notwendig war, da nach den coronabedingten Verzögerungen und Ausfällen eine immer noch wachsende Warteliste bestand und ein hoher Bedarf diese durch Anamnesegespräche und Diagnostik abzuarbeiten - RESET dient bei Hemayat vor allem zur Stabilisierung und Abklärung der Klient\*innen auf der Warteliste

Es konnten im Zuge einer Umschichtung von weniger ausgelasteten RESET – Teilprojekten sowohl mehr Betreuungseinheiten angeboten als auch mehr Teilnehmer\*innen als geplant erreicht werden. Die Teilnehmerinnenanzahl in der Frauenbewegungsgruppe zeigt eine stetig steigende Tendenz. In der Männerbewegungsgruppe war die Anzahl der Teilnehmer gleichbleibend, Klienten pausieren oder beenden die Teilnahme häufig wegen neuer Verpflichtungen (Deutschkurs, Arbeit oder Familie) Die Ziele: Emotionsregulation, Stabilisierung, Vermeidung einer Chronifizierung durch Überbrückung der Wartezeit auf Therapieplatz und Förderung neuer sozialer Kontakte durch Gruppen konnten durch rasche Betreuungsangebote und Ausbau dieser umgesetzt werden

#### 05 Jefira-Reset (Niederösterreich)

Ursprünglich vorgesehen waren maximal 7 Therapieeinheiten pro Klient:in. Es stellte sich aber heraus, dass in mehreren Fällen das Bedürfnis und die Notwendigkeit bestand, mehr Einheiten in Anspruch nehmen zu können. Wir veränderten das Setting dahingehend, dass 10 Einheiten möglich waren und im Bedarfsfalle weitere Einheiten zusätzlich zur Verfügung standen. Die Zielzahlen konnten auch nach dieser Umstellung problemlos erreicht werden. Der Kontakt zu Ukrainerinnen die Angebote von RESET in Anspruch nahmen, wurde auch während ihres Heimataufenthaltes gehalten

#### 06 TPB (Burgenland)

Aufgrund einiger Krankheiten und Urlaube wurde das Projekt erst Ende Januar gestartet. Im ersten Teil des Jahres wurde das Projekt aktiv in diversen Städten und sozialen Einrichtungen beworben. Die erste Therapieanmeldung fand im März 22 statt.

Die Therapeutin, die zunächst an dem Projekt teilnehmen wollte, sagte ihre Arbeit im März ab, ebenfalls aus gesundheitlichen Gründen. Als interne und schnelle Lösung stieg die Projektkoordinatorin als Psychotherapeutin in das Projekt ein. Ein weiterer Grund dafür war, dass die Projektkoordinatorin fließend Russisch spricht und die Klienten ohne Sprachbarrieren unterstützen konnte, die Zielzahl der Klient:innen konnte erreicht werden.

#### 07 Papillon (Burgenland)

Papillon wurde ursprünglich von 01.10.2021 bis 31.09.2022 eingereicht, konnte aber bis 31.12.2022 verlängert werden.

Im September 2022 gab es einen Umschichtungsantrag, bei dem die Fördersumme und die Indikatoren angepasst wurden.

Dabei wurde die Teilnehmer\*innenzahl von 50 auf 42 Klient\*innen mit 418 Therapieeinheiten reduziert. Letztlich haben aber 55 Klient\*innen das Therapieangebot zumindest einmalig in Anspruch genommen. Insgesamt wurden 456 Behandlungseinheiten durchgeführt.

Im Konzept war auch die Durchführung von Gruppentherapien, vor allem in Kombination mit Bewegung und Therapie geplant. Diese sollte durch eine angestellte Psychologin durchgeführt werden. Der Beginn der Gruppe war aufgrund der Heterogenität und mangelnden Anmeldungen sehr schwer. Mit April 2022 wurde dann das Dienstverhältnis auf Wunsch der Psychologin beendet. Da



kein\*e Nachfolger\*in für die Abhaltung des Gruppenangebots gefunden werden konnte, konnte dieser Teil des Konzeptes nicht umgesetzt werden.

Stattdessen wurde sich auf die Durchführung von Einzeltherapien fokussiert.

Im Juli 2022 wurde das Team der externen Psychotherapeut\*innen um drei Psychotherapeut\*innen in Ausbildung unter Supervision erweitert. Eine der Psychotherapeutinnen kann die Psychotherapie auch in persischer Sprache anbieten

#### 08 Sintem-Reset (Wien)

Wir haben mehr Gruppen angeboten als geplant. Insgesamt haben in der Projektlaufzeit 12 Gruppen stattgefunden:

Folgende Schwerpunktsetzungen:

- Kreativgruppe
- Gruppen zu Themen Selbstfürsorge, Emotionsregulation, Stressmanagement
- Informationsveranstaltungen zu unterschiedlichen Themen wie beispielsweise Wohnen und Arbeiten (Bewerbungsschreiben), Umgang mit Geld und Schulden.

#### 09 RESPEKT (Salzburg)

Durch die pandemiebedingten Lockdowns waren sowohl Ende 2021 als auch in den Anfangsmonaten 2022 keine Gruppenangebote möglich.

Während dieser Zeit gab es auch eine deutliche Verschiebung bei der Zusammensetzung in der Grundversorgung des Landes Salzburgs. War bei Projekteinreichung noch davon ausgegangen worden, dass das Gruppenangebot auf die Zielgruppe junge afghanische Männer in Grundversorgung abzielen würde (zu diesem Zeitpunkt waren ua. in Quartieren für Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge viele junge afghanische Burschen untergebracht), wurde im Lauf des Jahres 2022 deutlich, dass es eher um meist junge arabischsprechende Männer, vornehmlich aus Syrien geht.

Auch in den Quartieren für Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge, mit denen es regen Austausch zu den Gruppenangeboten gab, wurde deutlich, dass die Durchmischung in den Wohngruppen sehr groß ist, wodurch es keine Möglichkeiten gab, eine homogene Gruppe zusammenzustellen. Auf Grund dessen wurde die Zielgruppe auf junge arabisch sprechende Männer in Grundversorgung abgeändert.<sup>1</sup>

Die pandemiebedingte spätere Umsetzung der Gruppenangebote machte eine Umschichtung der Förderung nötig, da bereits im Frühsommer 2022 klar war, dass die im Ansuchen beschriebene Anzahl an Gruppen nicht erreicht werden konnte. Umso wichtiger war es, im guten Austausch mit allen Projekten, Fördermittel dort einzusetzen, wo die Zielzahlen (über-)erreicht wurden. Durch die gute Abstimmung der Projektkoordination konnten hier in enger Kooperation mit dem Ministerium entsprechende Umschichtungen vorgenommen werden.

---

<sup>1</sup> <https://www.salzburg.gv.at/themen/soziales/asyl/asylreporting>; Anfang Mai 2022 waren rund 520 männliche syrische Asylwerbende in Grundversorgung des Landes, wohingegen es nur 105 männliche afghanische Asylwerbende gab. Der absolute Anteil weiblicher Asylwerbender lag zu diesem Zeitpunkt bei 335, der von männlichen Asylwerbenden bei 968. (Exklusive ukrainischer Vertriebener). Ein nahezu identes Verhältnis ergab sich Anfang Oktober 2022.

Das kunstpädagogische Angebot war bei Projekteinreichung angedacht in einem Großquartier für Asylwerbende in der Stadt Salzburg abzuhalten. Durch die Verschiebung der Zielgruppen in der Grundversorgung waren relativ wenig Familien im Projektzeitraum in diesem Großquartier untergebracht. Gleichzeitig kamen viele Kinder und Jugendliche unter den schrecklichen Bildern des Ukraine-Kriegs nach Salzburg – daher konnte hier rasch ein pädagogisches Musikangebot umgesetzt werden. Um hier Kinder und Jugendliche nicht aus einem bewährten Setting herauszureißen kam es nicht zu einem Angebotsabbruch nach 15 Einheiten, sondern die teilnehmenden Kinder und Jugendliche konnten die gesamte Zeit im Rahmen des Projektes das Angebot nutzen.

Die im Projektansuchen beschriebenen einzeltherapeutischen Angebote für Frauen mit Gewalterfahrung konnten im Rahmen des Pilotprojektes noch nicht umgesetzt werden, da das Zuweisungssystem durch den Ukraine-Krieg deutlich überlastet war. Eine Umsetzung dieses Angebotes wird im Folgeprojekt stattfinden.

#### 10 Zebra-Reset (Steiermark)

Es gab keine inhaltlichen Änderungen, das Konzept konnte wie geplant umgesetzt werden. Die Nachfrage war größer als gedacht, weshalb Zebra im Zuge der Umschichtung im Herbst t Bedarf nach mehr Honoraren gemeldet hatte, die wir letztlich nicht aufgebraucht hatten, weil weniger Dolmetscheinsatz als gedacht notwendig war.

#### 12 Hiketides (Salzburg)

Allgemeine Verunsicherung hinsichtlich der Corona Regelungen hat die Präsenzbereitschaft unser Klient\*innen gemindert mit der Folge, dass viele Termine nicht wahrgenommen wurden und die Anfragen zurückgegangen sind. Dies war bis zum Sommer 2022 spürbar.

Vereinsintern hat ein Geschäftsführer\*innenwechsel kurzfristig zu Verunsicherung hinsichtlich Anmeldemodus und Stabilität geführt, was sich kurzzeitig in einer verringerten Anmeldezahl zeigte. Ab September 2022 konnten wieder stabile Zahlen erzielt werden

#### 13 Stark ohne Gewalt (Wien)

Neun STARK Trainer:innen wurden in einer ersten Schulung ausgebildet, nachdem sich weiterer Bedarf ergeben hat, wurden fünf weitere Trainer:innen in ONLINE Kursen geschult. Leider konnten in der Projektlaufzeit keine Trainer:innen für Tschetschenisch, Russisch und BKS gefunden werden.

Das Original STARK Manual wurde in Zusammenarbeit mit Refugio München adaptiert. Für eine realistische Umsetzung auch im Schulsetting wurde die Anzahl der Sitzungen von ursprünglich 15 auf 8 reduziert. Der Fokus und die Module der Schulung blieben erhalten und beinhalten:

I – Training der emotionalen Wahrnehmung, inklusive persönlicher Warnsignale

II – Training spezifischer Emotionsregulationsstrategien, Stärkung der Selbstwirksamkeit

III – Umgang mit spezifischen Emotionen

IV – Abschluss und Wiederholung

In zwei Fällen gab es aufgrund des spezifischen Bedarfs in der Gruppe eine inhaltliche Abweichung: in einer Schulgruppe wurde entschieden, den Fokus auf Traumabewältigung zu legen und das „Teaching Recovery Techniques-Programm“ durchzuführen. In einer Gruppe gewaltbetroffener Frauen war die psychische Stabilisierung vorrangig. Der praktische Ablauf wurde wie geplant beibehalten.

Im Projektantrag wurde die Altersgruppe 12 – 25 Jahre definiert; in der Praxis gab es Anfragen auch von (älteren) Erwachsenen. Die Rückmeldungen deuten darauf hin, dass eine STARK-Schulung auch im späteren Erwachsenenalter, v.a. für Eltern, relevant sein kann (um Gewaltfreiheit im Familienleben zu ermöglichen).

## 02. Wer hat teilgenommen?

Nachdem im April 2022 die Zielzahlerreichung bei vielen Projekten in weiter Ferne schien, freuen wir uns, dass wir den Sommer und Herbst 2022 zum Aufholen nutzen konnten. Wie eingangs beschrieben wendet sich das Projekt sowohl an Männer als auch Frauen und hat in einigen Projekten einen Schwerpunkt bei Minderjährigen.

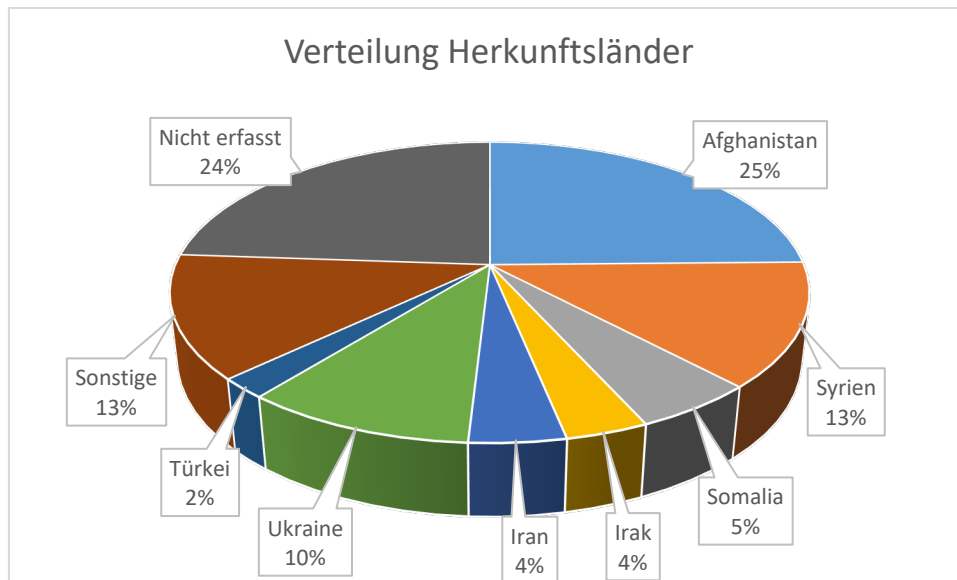
Völlig unerwartet trat mit den Ukraine-Vertriebenen eine neue Zielgruppe hinzu, für die insbesondere im Burgenland und Kärnten RESET eine wichtige Versorgungsstruktur bot.

### Teilnehmer:innen nach Geschlecht

	Gesamt	Frauen	Männer
Ankyra - Reset	41	16	25
Aspis-Reset	101	51	50
Mollis	16	6	10
Hemayat-Reset	484	226	258
Jefira-Reset	72	42	30
TPB	27	22	5
Papillon	55	25	30
Sintem-Reset	80	63	17
RESPEKT	35	9	26
Zebra-Reset	147	91	56
Hiketides	40	29	11
Stark ohne Gewalt	116	44	72
	1214	624	519

### Herkunftsländer

Nicht bei allen Angeboten war es durchgehend möglich die Herkunftsländer festzustellen, das gilt insbesondere für die offenen Gruppenangebote. Von den 1214 Teilnehmenden konnten jedoch immerhin 924 Teilnehmer:innen auch mit dem Herkunftsland erfasst werden.



### Bericht Teilnehmer:innen Einzelprojekte

#### 01 Ankyra (Tirol)

Am Projekt RESET-Zentrum Ankyra haben 41 Personen teilgenommen, davon 16 Frauen und 25 Männer. 23 Personen waren noch minderjährig, 18 Personen waren Erwachsene. Die Verteilung nach Herkunftsland war: Afghanistan 13; Somalia 4; Syrien 7; Sonstige 17.

Insgesamt haben Personen aus 12 Ländern am Projekt teilgenommen. Von den 41 Teilnehmer:innen waren 34 Personen direkt betroffene von Flucht bzw. hatten ein laufendes oder abgeschlossenes Asylverfahren durchlaufen.

#### 02 Aspis-Reset (Kärnten)

Insgesamt konnten 101 Klient:innen von unserem Angebot profitieren. Am besten besucht war die Aktivierungsgruppe für ukrainische Jugendliche, die durch das integrierte Sportangebot offenbar sehr attraktiv war. Es waren bei jedem der zehn Termine zwischen acht und 13 Jugendliche dabei. Herkunftsländer waren Ukraine, Syrien, Afghanistan, Libyen, Somalia, Irak

#### 03 Mollis (Vorarlberg)

Es haben 6 Frauen und 10 Männer teilgenommen. Davon waren 6 Personen aus der Ukraine, 3 Personen aus Afghanistan, 6 Syrer. Alle Männer waren unter 25 Jahre alt. Alle Frauen waren zwischen 16 und 35 Jahre alt;

Mit der Frauengruppe haben wir nicht gerechnet. Dies kam durch den Ukraine Krieg zu Stande. Hier wurde dann auch mehr als gedacht im Einzelsetting in die Tiefe gearbeitet

#### 04 Hemayat-Reset (Wien)

Insgesamt haben 484 Klientinnen und Klienten an einem der RESET Angebote teilgenommen. Welches Angebot geeignet ist bzw ob ein tiefergehendes Anamnesegespräch angezeigt ist, entscheidet sich beim Erstgespräch bei Hemayat. Manche Klient\*innen haben an mehreren Angeboten teilgenommen bzw. haben einige das RESET Programm auch parallel zur Therapie bekommen wenn dies indiziert war.

Betreuungsmaßnahme:		Einheiten	Teilnehmer*innen
Diagnostik, Anamnesegespräche		284,5	59
Psychiatrische Behandlung		90	61
Kunsttherapie		549	32
Shiatsu		286	37
Sport,- Bewegungstherapie inkl. Erst-, und Abklärungsgespräche	Gruppe:	522,5	205
	Einzel:	370	90
		<b>2102</b>	<b>484</b>

Der Großteil der Teilnehmerinnen kommt in der ersten Gruppe aus Afghanistan und seit Jänner 2023 sind immer mehr Teilnehmerinnen aus der Ukraine zu beobachten.

Afghanistan	178	37%
Russische Föderation	88	18%
Syrien	64	13%
Irak	38	8%
Iran	32	7%
Somalia	13	3%
Ukraine	11	2%
Sonstige	60	12%

Es gibt immer wieder Überraschungen, wer an den Bewegungsprogrammen teilnimmt bzw. dran bleibt:

#### Frauen

die im Erstgespräch eher verunsichert wirken und die Kontrolle bewahren möchten, zeigen dies indem sie z.B. angeben: „Eigentlich kann ich keine Gruppen ertragen oder in Innenräumen bekomme ich keine Luft“. Nach Vereinbarung zumindest eine Probestunde zu versuchen, zeigt sich, dass gerade diese Frauen mit einem erhöhten Kontrollbedürfnis zu regelmäßigen Teilnehmerinnen werden. Ebenso zu beobachten ist, je mehr die Schmerzsymptomatik im Erstgespräch im Fokus steht desto mehr rückt die Schmerzwahrnehmung ab der Teilnahme aus dem Fokus.

## Männer

Teilweise konnten sich auch Teilnehmer in höherem Alter oder auch mit starker Schmerzsymptomatik motivieren. Auch kamen Teilnehmer wieder zurück, wenn sie z.B. wegen eines zeitgleichen Deutschkurses länger abwesend waren. Insgesamt nehmen überraschend wenige Tschetschenen teil. Zuweisungen finden seltener statt und Klienten, die entscheiden es zu versuchen, kommen weniger häufig.

## 05 Jefira-Reset (Burgenland)

Es nahmen 42 Frauen und 30 Männer am Projekt teil. Sie kamen aus folgenden Herkunftsländern: Afghanistan (23), Ukraine (18), Iran (10), Russische Föderation (8), Türkei (6), Georgien (2), Aserbaidshan (1), Österreich (1), Pakistan (1), Rumänien (1), und Syrien (1). Es waren 66 Erwachsene und 6 Personen unter 18 Jahren in der Gruppe der betreuten Klient:innen.

## 06 TPB ( Burgenland)

Insgesamt wurden im Projektzeitraum 27 Klienten behandelt, davon 5 männlich und 22 weiblich. 6 Kinder wurden psychotherapeutisch betreut. 26 Klienten waren Ukrainische Kriegsvetriebene und eine Person stammte aus Bosnien. 90 % unserer Klientel gehören zur vulnerablen Zielgruppe.

Der größte Teil unserer Klientel kam aus der Ukraine. Eine Person stammte aus Bosnien

Die Einzelsitzungen fanden meist wöchentlich in der Caritas Praxis in Eisenstadt statt. Klientinnen und Klienten aus dem Süden wurden hauptsächlich per Videotelefonie begleitet. In einigen Fällen wurden Therapiesitzungen auch in der Caritas Praxis in Oberwart durchgeführt. Die durchschnittliche Dauer der Therapie lag zwischen 5 und 18 Sitzungen.

## 07 Papillon (Oberösterreich)

In der Projektlaufzeit von 01.10.2021 bis 31.12.2022 nahmen insgesamt 55 Personen das Therapieangebot von Papillon einmalig in Anspruch. Im Laufe des Erstgespräches wurde eruiert, ob die Person dem Therapieangebot von Papillon entsprechen oder einem anderen Angebot zugeordnet werden sollten.

Zielgruppe des Projektes waren Menschen mit Flucht- oder Migrationshintergrund bzw. Flucht- oder Migrationserfahrung, die in Oberösterreich leben und selbst Opfer von Gewalt waren beziehungsweise auch Gewalaffinität zeigen. Darunter fallen unter anderem Personen, die Probleme mit Impulskontrolle haben oder ihre Emotionen nicht richtig einordnen können und dadurch auch leicht wütend oder aggressiv werden.

Die zweite Kategorie umfasst Personen, die von Gewalt betroffen und von Gewalt traumatisiert sind. Aufgrund des Ukraine-Kriegs mussten tausende Menschen ihre Heimat verlassen und sind aufgrund des menschenunwürdigen Angriffskrieges von Russland und den Kriegshandlungen durch russischen Soldaten traumatisiert.

- Das Angebot von Papillon wurde sowohl von Männern als auch von Frauen angenommen. Insgesamt waren 30 Männer und 25 Frauen zumindest einmal in einer Therapieeinheit von Papillon.
- Die Herkunftsländer umfassen sowohl europäische Länder, als auch Länder, in denen nach wie vor Konflikte oder Krieg herrschen.
- Der größte Teil der Klient\*innen kommt aus der Ukraine (20), gefolgt von Afghanistan (7), Tschetschenien bzw. Russische Föderation (5), Bosnien und Herzegowina (4), Syrien (4), Irak (2). Es gibt auch Menschen aus dem Kosovo, Rumänien, Ruanda oder Somalia, die das Therapieangebot in Anspruch genommen haben.
- Ein Großteil der Zuweisungen kam von der Männerberatungsstelle der Volkshilfe Flüchtlings- und MigrantInnenbetreuung GmbH MUP – Männerberatung mit Möglichkeit zur Unterbringung und Prävention, durch den Verein Neustart, durch Zuweisungen durch die Wohnquartiere für Asylwerber\*innen der Volkshilfe FMB GmbH sowie durch das Gewaltschutzzentrum Linz oder andere Einrichtungen. Knapp unter der Hälfte der Anmeldungen beziehungsweise Anfragen erfolgten aber persönlich, nachdem sie von unserem Therapieangebot entweder durch soziale Einrichtungen, Krankenhaus oder durch die Homepage erfahren haben.
- 

08 Sintem-Reset (Wien) Insgesamt haben 80 Personen teilgenommen.

Anzahl Frauen/Anzahl Männer pro Leistungsart

Klient:innen	weiblich	männlich		Beratungskontakte	Leistung
47	36	11		1215	Sozialarbeit
33	27	6		191	Psychologie
<b>80</b>	<b>63</b>	<b>17</b>		<b>1406</b>	

Die meisten Klient\*innen stammen aus Afghanistan und Syrien. Gefolgt von Iran, Irak und der russischen Föderation. Ihr Alter streute zwischen 20 und 60 Jahren.

09 RESPEKT (Salzburg)

- Gruppenangebote: STARK – Start mit 10 männlichen Teilnehmenden, 6 Teilnehmende haben am gesamten Gruppendurchlauf teilgenommen, 10 x Syrien, Alter: 18 – 45
- Gruppenangebot STARS – Start mit 10 männlichen Teilnehmenden, 9x Syrien, 1x staatenlos, 4 Teilnehmende haben am gesamten Gruppendurchlauf teilgenommen – 4x Syrien, Alter: 19 – 39



- Musikpädagogische Gruppe für Kinder und Jugendliche aus der Ukraine: durchgängig 15 Teilnehmende in 29 dreistündigen Einheiten, 9 weibliche TN im Alter von 6 – 19, 6 männliche TN im Alter von 5 – 13

Im psychoedukativen Gruppenangebot förderte die große Altersdurchmischung und die damit verbundene Lebenserfahrung den Austausch unter den Teilnehmenden und erweiterte die angebotenen Copingmöglichkeiten deutlich.

#### 10 Zebra-Reset (Steiermark)

Im Projektzeitraum wurden insgesamt 147 Personen in den Leistungsarten Psychologische Behandlung, Sozialarbeit und Körpertherapie betreut. Davon waren 120 Personen in psychologischer Behandlung.

So verteilen sich die Teilnahmen – eine Person kann auch an mehreren Angeboten teilnehmen.

	<b>Frauen</b>	<b>Männer</b>	<b>Gesamt</b>
Psychologische Behandlung	78	42	<b>120</b>
Sozialarbeit	44	18	<b>62</b>
Körperarbeit/Gruppe	7	12	<b>19</b>

Herkunftsländer: Die 120 Personen, die im Projektzeitraum in psychologischer Behandlung waren, kamen aus den unten angegebenen Ländern:

Türkei 18  
 Ukraine 18  
 Afghanistan 16  
 Syrien 12  
 Rumänien 8  
 Bosnien 5  
 Iran 4  
 Kroatien 3  
 Mexiko 3  
 Polen  
 Ungarn 3  
 Ägypten 2  
 Irak 2  
 Kosovo 2  
 Andere 21

## 12 Hiketides (Salzburg)

Vom 01.10.2021 bis zum 31.12.2022 haben **40 Personen** an unserem Projekt teilgenommen.

Die Klient\*innen nach Geschlecht, Herkunftsland und Altersgruppen aufgeschlüsselt:

Frauen: 29

Männer: 11

Afghanistan: 11

Syrien: 8

Somalia: 4

Tschetschenien: 4

Iran: 4

Russland: 3

Türkei: 2

Irak: 1

Ghana: 1

Ägypten: 1

Ukraine: 1

## 13 Stark ohne Gewalt (Wien)

Insgesamt haben 13 Gruppen statgefunden, davon vier Gruppen an Schulen, fünf in Wohneinrichtungen (UMF) und vier in AFYA Räumlichkeiten

Jede Gruppe hatte 5 - 8, je zweistündige, wöchentlichen Sitzungen (16 Stunden) in denen gewaltbetroffene Jugendliche und junge Erwachsene einen positiven Umgang mit Stress, Aggression und Emotion lernen.

72 Burschen/Männer und 44 Mädchen/Frauen (insgesamt 116)

Herkunft: 43 Somalia, 40 Syrien, 4 Afghanistan, 28 Andere (Tschetschenien, Irak, etc.)

Alter:

16 a und jünger: 67

17 – 20: 15

Älter als 20: 13

Unbekannt: 21

Überraschend viele Somalier:innen haben teilgenommen. Aufgrund der starken Vernetzung bei den Trainer:innen in der Community und der Mundpropaganda nach der ersten Gruppe gab es hier reges Interesse von Frauen und Männern aller Altersgruppen am Thema Gefühlskontrolle.

\*Schätzung, da viele Minderjährige mit ihren Eltern bzw. im Klassenverband teilgenommen haben, wo nicht im Vorfeld das Geschlecht erhoben wurde.

### 03. Wie weit konnten die Ziele des Projekts erreicht werden

Aufgrund der geschilderten pandemiebedingten Startschwierigkeiten haben wir die Sollzahlen bei der Umschichtung zu niedrig eingeschätzt. Dadurch, dass die Bewegungsgruppen von Hemayat so gut besucht waren und Mittel zu Hemayat umgeschichtet waren, haben wir die bei der Umschichtung kalkulierten Teilnehmer:innenzahlen bei weitem, nämlich um über 60% übertroffen. Ähnlich haben wir auch die Entwicklung bei Zebra unterschätzt. Wir haben sowohl die Nachfrage als auch das Potenzial, die pandemiebedingt versäumten Monate nachzuholen unterschätzt und freuen uns, dass so vielen Menschen geholfen werden konnte oder wir zumindest einen ersten Impuls zur Änderung setzen konnten

	Projekt	Antrag		Soll nach Umschichtung		Ist nach Abschluss	
		Klient.	Std.	Klient.	St	Klient.	Std.
01	T Ankyra Reset	50	420	48	404	41	655
02	K Aspis Reset	34	345	34	345	101	143 <sup>2</sup>
03	V Mollis	25	250	17	168	16	137
04	W Hemayat Reset	201	1.130	270	1.680	484	1.757
05	NÖ Jefira Reset	50	660	42	557	72	607
06	B TPB	24	360	19	285	27	287
07	OÖ Papillon	50	500	42	418	55	462
08	W Sintem Reset	60	1.012	65	1.091	80	1.200
09	S RESPECT	40	695	15	200	35	347
10	St Zebra Reset	61	549	70	627	147	1.170
11	Ö asylkoordination	0	0	0	0		
12	S Hiketides Reset	18	234	29	380	40	455
13	W Stark ohne Gewalt	100	240	100	240	116	194
	<b>Gesamt</b>	<b>713</b>	<b>6395</b>	<b>751</b>	<b>6.397</b>	<b>1.214</b>	<b>7.414</b>

<sup>2</sup> Bei Aspis sind nur die Einheiten in der Gruppe erfasst.

, ”

## Qualitativ

Bei der Messung des Behandlungserfolgs ziehen wir die Rückmeldungen der Klient:innen und die Einschätzung der Behandler:innen heran. Jedes Projekt hat eine andere Schwerpunktsetzung, die übergeordneten Ziele waren jedoch eine Verbesserung in folgenden Dimensionen:

- Stärken der Emotionsregulation und Frustrationstoleranz
- Stärken von Selbstwert, Selbstwirksamkeitserleben
- Stressmanagement, Umgang mit der Symptomatik einer Traumafolgestörung
- Entwickeln sozialer Kompetenzen und neuer Kontakte in der Gruppe
- Fördern der Alltagsbewältigung

Wir dürfen auf Basis der Rückmeldungen davon ausgehen, dass auf diesen Dimensionen wesentliche Fortschritte erreicht wurden, die von einem ersten Impuls bis zu einer grundlegenden Veränderung reichen.

Im Folgenden beschreiben die Einzelprojekte, wie sie diese Ziele erreicht haben, also welches ihrer Programme die eine oder andere Zieldimension besonders gut fördern konnte.

Im Kapitel, wie Frauen und Männer von den Programmen profitiert haben, geben wir einen detaillierteren Einblick in die individuellen Veränderungen, die wir unterstützen konnten.

## Bericht Zielerreichung Einzelprojekte

### 01 Ankyra-Reset (Tirol)

- quantitativ: Vergleich Soll-Ist Indikatoren

Das Projekt RESET 1 wurde mit einer Teilnehmer:innenanzahl von 41 statt 48 Personen abgeschlossen. Trotz dieser leichten Reduktion wurden mit 556 Stunden Gruppen- und Einzeltherapie deutlich mehr Therapieeinheiten durchgeführt, als die im Antrag angeführten 363 Therapiestunden. Casemanagement wurde im geplanten Umfang erbracht.

Qualitativ war das Projekt ein für das Zentrum und seiner Zielgruppe wichtiger Schritt in Richtung Versorgung von Geflüchteten in den Tiroler Bezirken. Das Projekt hat aufgezeigt, dass die Zielgruppe eine hohe Motivation und Interesse an den regionalisierten Angeboten hat und deren nachhaltige Implementierung ein wichtiges, nächstes Vorhaben sein muss.

- qualitativ:

Das Projekt RESET 1 wurde mit einer Teilnehmer:innenanzahl von 41 statt 48 Personen abgeschlossen. Trotz dieser leichten Reduktion wurden mit 556 Stunden Gruppen- und Einzeltherapie deutlich mehr Therapieeinheiten durchgeführt, als die im Antrag angeführten 363 Therapiestunden. Casemanagement wurde im geplanten Umfang erbracht.

Qualitativ war das Projekt ein für das Zentrum und seiner Zielgruppe wichtiger Schritt in Richtung Versorgung von Geflüchteten in den Tiroler Bezirken. Das Projekt hat aufgezeigt, dass die Zielgruppe eine hohe Motivation und Interesse an den regionalisierten Angeboten hat und deren nachhaltige Implementierung ein wichtiges, nächstes Vorhaben sein muss.

### Details

Die psychotherapeutischen Maßnahmen und Prozesse haben das Ziel der Stabilisierung und Verbesserung von Symptomen und, u.a., traumaimmanenten Syndromen. Symptomreduktion bis Symptomfreiheit sind wesentliche Ziele sowie auch die Förderung von Entwicklung, die Steigerung von Kompetenzen, die Stärkung von Resilienz hin zu einer individuellen und sozial eingebetteten, positiven Zukunftsperspektive. Die unten angeführten Ziele wurden in den psychotherapeutischen, therapeutisch-psychologischen Angeboten wie folgt erreicht

- Stärken der Emotionsregulation und Frustrationstoleranz = sehr Hoch
- Stärken von Selbstwert, Selbstwirksamkeitserleben = sehr Hoch
- Stressmanagement, Umgang mit der Symptomatik einer Traumafolgestörung = sehr Hoch
- Entwickeln sozialer Kompetenzen und neuer Kontakte in der Gruppe = sehr Hoch
- Fördern der Alltagsbewältigung = sehr hoch

### 02 Aspis-Reset (Kärnten)

#### Quantitativ:

Sollzahl Klient:innen: 88

Ist-Zahl Klient:innen: 101

#### Qualitativ:

- Stärken der Emotionsregulation und Frustrationstoleranz Stärken von Selbstwert, Selbstwirksamkeitserleben: alle Gruppen und Einzelbehandlungen
- Stressmanagement, Umgang mit der Symptomatik einer Traumafolgestörung: Besonders in der Ressourcengruppe, Frauengruppe
- Entwickeln sozialer Kompetenzen und neuer Kontakte in der Gruppe: Besonders in der Aktivierungsgruppe für Jugendliche und bei Männer verstehen – Frauen verstehen
- Fördern der Alltagsbewältigung: alle Gruppen und einzel

Insbesondere die ukrainischen Klient:innen profitierten von dem sofort einsetzenden Hilfsangebot und dem Austausch untereinander

03 Mollis (Vorarlberg)

Quantitativ: 16 Personen konnten statt der geplanten 25 Personen am Projekt teilnehmen, dies entspricht 64%; dem gegenüber stehen 137 von 250 geplanten Betreuungsstunden – entspricht 54%.

Qualitativ: Es konnte für jede Person ein gesonderter Hilfeplan mit Maßnahmen erstellt werden

**Details:**

Vor allem bei den Zielen „Wiedererlernen von Vertrauen“ und „Erleben von Selbstwirksamkeit“ konnten wir große Fortschritte beobachten. Ein Teilnehmer gab z.B. an, dass es ihm über die Beziehung zum Therapiehund gelernt habe, dass Vertrauen möglich ist und dass ihm dies nun auch bei Menschen besser gelingt. Vertrauen zum Team, viel schneller zu uns. Generell war wahrzunehmen, dass über die eingesetzten Therapiehunde der Vertrauensaufbau zum Team erleichtert war.

Das Projekt drei Phasen: Sicherheit, Selbstwirksamkeit und Selbstbemächtigung – drei wesentliche Aspekte in der Traumabewältigung

Beginnend mit Vorgesprächen und einem Gruppeneinstieg, in dem das Augenmerk auf das Heranführen an das Thema „Tiere und ihre Bedürfnisse“ lag, entstand eine Beziehung zwischen den Klient\*innen und den Projektmitarbeiter\*innen. Beim ersten Termin wurden die Hunde mit ihrer Charakteristik vorgestellt und die Klient:innen konnten wählen, mit welchem Tier sie gerne arbeiten würden.

In 16 weiterführenden Einzeleinheiten wechselten acht Einheiten mit Hunden und acht ohne Hunde. Die Teilnehmer:innen erlebten mit den Tieren den körperlichen Kontakt mit dem Tier, damit auch die eigenen Grenzen und die des Tieres. Sie wurden in die wichtigsten Kommandos und in die körpersprachlichen Signale der Hunde eingeführt und konnten erleben, dass die Hunde entsprechend den Kommandos reagierten. Sie erlebten Zuwendung und Vertrauen, sie überwandten Ängste und konnten sich beim Spielen mit den Hunden sorgenfrei erleben.

In der Stunde ohne Tierbegleitung wurde dann darüber reflektiert, wie es gegangen ist, wie die Beziehung zum Tier sich entwickelt hat, was in Erinnerung geblieben ist, welche Fragen aufgetreten sind.

Für die jeweilige\*n Klient\*innen erfolgte eine individuelle Ausarbeitung eines Hilfeplans mit gezielten Interventionen zur Förderung und Unterstützung in den unterschiedlichen Phasen – Sicherheit, Selbstwirksamkeit und Selbstbemächtigung.

Die Terminkoordination war wegen der vielen Beteiligten sehr herausfordernd. Für jene, die nicht an der tiergestützten Gruppe teilnahmen, sondern ein sozialpädagogisches Einzelsetting bevorzugten, konnten individuelle Entwicklungsschritte begleitet und gefördert werden.

#### 04 Hemayat-Reset (Wien)

Quantitativ:

	<b>Soll</b>	<b>Ist</b>	<b>Abweichung</b>
Teilnehmer*innen im Projekt	270	484	+79%
Betreuungseinheiten Projekt	1700	2102	+24%

Qualitativ:

Aus den Rückmeldungen in den Evaluationsgesprächen konnten folgende Ziele erreicht werden:

- Stärken der Emotionsregulation und Frustrationstoleranz
- Stärken von Selbstwert, Selbstwirksamkeitserleben
- Stressmanagement, Umgang mit der Symptomatik einer Traumafolgestörung
- Entwickeln sozialer Kompetenzen und neuer Kontakte in der Gruppe
- Fördern der Alltagsbewältigung
- Hier-und-Jetzt Erfahrungen
- Veränderung von Selbstkonzepten – Ermächtigung und Selbstwert
- Abbau von Spannungszuständen
- Differenzieren lernen
- Affektregulation und Kontrolle
- Wahrnehmung von Veränderungen
- Dämpfung der Sympathikusreaktion
- Aktivieren des ventralen Vagus
- Therapeutische Beziehung aufbauen, Vertrauen, Sicherheit
- Körper wieder spüren und Körperempfindungen tolerieren lernen
- Konzentration verbessern
- Flexibilität in Haltung und Bewegung
- Affektregulation, das ‚bremsen‘ lernen
- Ressourcenförderung, Gesundheit, Integration.

Erreicht wurden diese Ziele durch ein ganzheitliches, ressourcenorientiertes Programm. Die verschiedenen Komponenten unseres Therapieansatzes erlauben eine ganzheitliche Traumabewältigung mit Fokus auf die Aktivierung eigener Ressourcen, die dazu beitragen, die neu erlernten Körper-, Sozial- und Handlungskompetenzen in den Alltag zu übertragen.



## 05 Jefira (Niederösterreich)

Quantitativ konnten alle geplanten Zielzahlen erreicht bzw. übertroffen werden:

Klient:innenanzahl Soll: 42 Personen  
Klient:innenanzahl Ist Ist: 72 Personen

Therapieeinheiten Soll: 557  
Therapieeinheiten Ist: 608,5

Mit erwachsenen Klient:innen lag die Anzahl der Einheiten Krisenintervention und Kurzzeittherapie bei 496,5, mit minderjährigen bei 43.

Psychiatrische Beratung hat in 2 Fällen stattgefunden. Case Management, Dokumentation und Vernetzung wurden im vorgesehenen Ausmaß geleistet.

Qualitativ lässt sich bezüglich der Zielerreichung folgendes sagen:

- Es wurden Non-Suizidverträge abgeschlossen, wo dies notwendig erschienen ist.
- Die Fertigkeit der Emotionsregulation konnte im individualpsychologischen Sinne gestärkt werden. Es wurde auf eine emotionale Stabilisierung der Klient:innen hingearbeitet und diese in vielen Fällen auch erreicht.
- Die Alltagsbewältigung gelang den Patient:innen zunehmend besser und sie erreichten ein höheres Strukturniveau.
- Durch Case Management gelang es soziale oder familiäre Problemstellungen herauszuarbeiten und die Klient:innen an kompetente Stellen zu vermitteln. So konnte psychischer Druck auf die Betroffenen und ihr Umfeld reduziert werden. Es fand regelmäßige Vernetzung mit Sozialarbeiter:innen verschiedener Organisationen und dem Verein Neustart statt: Diese trug zu einer vertieften Sensibilisierung für die psychischen Problemstellungen unserer Klient:innen bei.

## 06 TPB

Quantitativ

Soll Therapieeinheiten: 285  
Ist Therapieeinheiten 287

Soll Klient:innenanzahl 19  
Ist Klient:innenanzahl 27

Angeführt sind hier die Sollzahlen nach einer Budgetumschichtung und damit einhergehender Zielzahlenreduktion im September 2022. Bis zum Sommer zeichnete sich bereits ab, dass die zuvor höhere gelegenen Sollzahlen aufgrund des verzögerten Beginns nicht mehr aufgeholt werden können.

Psychotherapie als Angebot hat das Ziel individuell zu vereinbarende Veränderungen herbeizuführen oder zu unterstützen. Dadurch, dass wir die Klient:innen zu Beginn einer posttraumatischen Reaktion erreichen konnten, waren Veränderungen in Verhaltensmustern noch relativ leicht anzustoßen.

## 07 Papillon

### Quantitativ

Soll Therapieeinheiten	418
Ist Therapieeinheiten	456
Soll KlientInnenanzahl	42
Ist Klient:innenanzahl	55

- Vierzehn Personen wurden in die neue Projektlaufzeit übernommen.
- Während der Projektlaufzeit fanden insgesamt 54 Erstgespräche im Ausmaß von 56,5 Einheiten, 33 Einheiten psychologische Behandlungen, 332 Psychotherapieeinheiten sowie 34,5 Einheiten Case Management durchgeführt.
- Wie schon oben erwähnt, konnten die Gruppentherapien nicht umgesetzt werden, da sich keine ausgebildete Psychotherapeutin dafür gefunden hat.
- Mit Ende Dezember 2022 befanden sich auch noch Personen auf der Warteliste, die in der neuen Projektlaufzeit einen Therapieplatz bekommen sollen.

### Qualitativ

Papillon richtet sich an Personen mit Flucht- und Migrationshintergrund, die einerseits unter Trauma, Traumafolgestörungen leiden, aber auch Unterstützung und Hilfe bei Problemen mit Emotionskontrolle und Gewaltaffinität benötigen.

Nicht aufgearbeitete Gewalterfahrungen, der Verlust des Heimatlandes (sowohl durch Flucht als auch Migration), Gefühle der sozialen Isolation können Personen negativ in ihren Alltag beeinflussen und dadurch auch ein Nährboden für radikale Ansichten und Gewalttätigkeit werden.

- Im Rahmen der Einzeltherapie wurde versucht, auf die jeweilige Situation und psychische Belastung des Klienten / der Klientin einzugehen.
- Die Einzeltherapien fokussierten sich stets nach den Bedürfnissen der Klient\*innen, sei es die Stärkung von Emotionsregulation, die Stärkung des Selbstwertes, Stressmanagement, der Umgang mit der Symptomatik von Traumafolgestörungen oder beim Erlernen von Mechanismen zu Bewältigung des Alltags.

- Ein Fokus lag auch beim Klient\*innen mit Schwierigkeiten bei der Emotionskontrolle beziehungsweise mit Gewaltdaffinität. Diese gehen häufig auch mit Stresssituationen und dem Gefühl der Ohnmacht einher. Hier werden Methoden der Stressbewältigung erlernt, wie man aus einer Situation herausgehen kann, bevor es zu körperlicher oder psychischer Gewalt kommen kann. Welche Wege es gibt, um auf eine gesunde Art und Weise negative Gefühle abzubauen.
- Im Rahmen der Psychotherapie fließen auch immer wieder rechtliche Aufklärung mit ein, vor allem, wenn Personen bereits mit Behörden, Ämtern oder der Polizei negative Erfahrungen gemacht haben.

#### 08 Sintem-Reset (Wien)

Die Klient\*innenzahlen und Beratungszahlen konnten erreicht (und übertroffen werden). Mit dem Projekt wurden 80 Klient\*innen erreicht. (63 Frauen und 17 Männer)  
Es fanden 1406 Beratungskontakte statt.

Quantitativ: Vergleich Soll-Ist Indikatoren

Klient\*innen: Soll 65 --> Ist 80

Beratungskontakte: Soll: 1092 --> Ist 1406

Qualitativ

Erreicht werden konnten folgende Ziele mit den jeweils beschriebenen Mitteln und Methoden:

- Stärken der Emotionsregulation und Frustrationstoleranz
- Stressmanagement, Umgang mit der Symptomatik einer Traumafolgestörung

In den psychologische Entlastungsgesprächen sowie auch in der Entspannungsgruppe wurden spezielle Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen angewendet welche den Klient:innen dabei helfen ihre Emotionen zu regulieren und Stress zu reduzieren. Die Klient:innen haben die Übungen regelmäßig in den Stunden geübt und Ziel ist es auch, dass sie diese in ihren Alltag einbauen.

- Stärken von Selbstwert, Selbstwirksamkeitserleben
- Entwickeln sozialer Kompetenzen und neuer Kontakte in der Gruppe

Durch kreative Methoden in der Gruppe konnten die Klient:innen zum Thema Selbstwert und Selbstwirksamkeit forschen. Es wurde in der Gruppe immer an einem bestimmten Thema gearbeitet und dazu ein Werk (Bild, Collage, Tonfigur, Fotos, etc.) gestaltet und danach in der Gruppe darüber reflektiert. Die Gruppenteilnehmer:innen haben sich immer an ihren eigenen Werken erfreut und zurückgemeldet, dass ihnen der Austausch in der Gruppe sehr gut tut. Das Gestalten des Werkes hat zur Selbstwirksamkeit beigetragen und den Selbstwert der Teilnehmer:innen erhöht. Durch die Erfahrung in der Gruppen konnte die Klient:innen auch neue Kontakte knüpfen und ihre sozialen Kompetenzen weiter entwickeln. Die Klient:innen zeigen sich als besonders dankbar und melden auch oft zurück wie schön es ist in der Gruppe ist und somit weniger alleine zu sein.

- Fördern der Alltagsbewältigung

Sowohl in der Einzelberatung, als auch in der Gruppe, wurden den Klient:innen durch Empowerment und Selbstermächtigung Informationen, Unterlagen, Tipps und Tools mitgegeben, welche sie im Alltag dabei unterstützen sollen diese auch alleine gut zu meistern. Es wurde immer gemeinsam mit dem Klient gearbeitet damit erlernt wird gewisse Dinge auch selbst zu tun (Formulare ausfüllen, Emails schreiben, Telefonieren, etc.)

## 09 RESPEKT (Salzburg)

### Quantitativ:

Durch die vorgenommene Umschichtung der Mittel konnten die redimensionierten Zielzahlen in den jeweiligen Angeboten gut erfüllt werden.

### Qualitativ:

Die Teilnehmenden an den psychoedukativen Gruppen haben im jeweiligen Projektdurchlauf Methoden und Techniken erlernt, geübt und verfestigt, die sie zukünftig in Stresssituationen, bei starken Gefühlsregungen, bei Ärger und Trauer anwenden können.

- Zwei Teilnehmende fragten an, ob im Sinne der Nachhaltigkeit und aus Sorge vor dem „Vergessen“ gewisser Techniken sie im Folgejahr einen „Auffrischkurs“ besuchen dürften. In einer etwaigen weiteren Projekteinreichung kann über das Angebot eines kurzen Auffrischungsangebotes nachgedacht werden, sofern Betroffene weiterhin im Bundesland Salzburg aufhältig sind.
- Rückmeldungen der Teilnehmenden fokussierten vor allem auf die Möglichkeit sich in einem geschützten Rahmen auszutauschen, zu erleben, dass auch andere an ähnlichen bzw. gleichen Symptomen leiden und an der Gelegenheit an bereits erprobten Reaktionen bzw. Lösungsansätzen von Gruppenmitgliedern zu partizipieren.
- Insgesamt wurde das Gruppenangebot als wohltuend und besonders stärkend hinsichtlich des Selbstwerts und der Selbstwirksamkeit erlebt. Einige Teilnehmende berichteten auch über Kooperationen der Gruppenteilnehmenden in der organisierten Unterkunft – dies betraf gemeinsames Kochen und gemeinsame sportliche Aktivitäten – hier wurde vor allem das Gefühl nicht mehr einsam zu sein benannt.
- Gerade die Rückmeldungen zur Verbesserung der Schlafhygiene zeigten deutlich, dass der fehlende Schlafrhythmus bei vielen – mehr als gedacht oder wahrgenommen – Auswirkungen auf das Alltagshandeln hatte. Es wurde angegeben, dass das Müdigkeitsgefühl und die Antriebslosigkeit (die z.B. auch die Teilnahme an Deutschkursen oder anderen Aktivitäten betraf) geringer wurden und die Teilnahme an Aktivitäten das Wohlbefinden steigerte.

## 10 Zebra-Reset (Steiermark)

### Quantitativ:

Sollstunden Klient:innenanzahl: 70

Iststunden Klient:innenanzahl: 147

Sollstunden Einheiten: 627

Ist-Stunden Einheiten: 1170

### Qualitativ:

Ziel des Angebots war es, Erwachsenen und Kindern Unterstützung bei der Bewältigung ihrer traumatischen Gewalt- (und eventuell Flucht)erfahrungen anzubieten. Dies wurde in Form vonpsychologischer Behandlung, Gruppentherapie und/oder Körperarbeit durchgeführt, um dadurch Stabilisierung, Emotionsregulierung und Reduktion der posttraumatischen Symptome zu bewirken.

Folgende Ziele bzw. Teilziele wurden erreicht:

Stärken der Emotionsregulation und Frustrationstoleranz

- Stärken von Selbstwert, Selbstwirksamkeitserleben
- Stressmanagement, Umgang mit der Symptomatik einer Traumafolgestörung
- Entwickeln sozialer Kompetenzen und neuer Kontakte in der Gruppe
- Fördern der Alltagsbewältigung
- Ressourcenstärkung-/aktivierung
- Steigerung sozialer Kompetenz

So wurde sowohl in den Gruppen als auch im Einzelsetting eine Vielzahl von fachlich fundierten Methoden und Interventionen angewendet, die sich in der Umsetzung obenstehender Ziele bewährt haben. Hierzu zählen die Emotions- und Verhaltensanalyse, Exploration kognitiver Schemata und Glaubenssätze, soziales Kompetenztraining und Rollenspiel, Entspannungstraining und Ressourcenarbeit. Diese Vielfalt ermöglicht, dass Klient\*innen unterschiedlichen Alters und Bildungsgrads von der Behandlung profitieren.

Darüber hinaus eröffnete das Angebot von zwei geschlechtsspezifischen Gruppen zur Körper- und Entspannungsarbeit die Möglichkeit, speziell an der physischen Belastung und Stressreaktion zu arbeiten und mit anderen Betroffenen über diese Thematik in den Austausch zu treten.

Das oberste Ziel ist, den Betroffenen einen geschützteren Ort zur Verfügung zu stellen, wo ihnen mit eben dieser Haltung begegnet wird und sie Vertrauen fassen können. Einen wesentlichen Beitrag leisten dazu auch die professionellen Dolmetscher\*innen, deren Einsatz es Betroffenen überhaupt erst ermöglicht, ohne sprachliche Hürden ihr psychisches Befinden zu erklären und Behandlungsmethoden zu verstehen

## 12 Hiketides (Salzburg)

### Quantitativ

Soll-Zahl Klient:innenanzahl: 29

Ist-Zahl Klient:innenanzahl: 40

Sollzahl Einheiten:380

Istzahl Einheiten: 455

### Qualitativ

Vorrangig waren folgende Belastungs- und Störungsbilder erkennbar, nach ICD 10 klassifiziert: Depression (F33.1, F33.2, F34.1), PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung) (F43.1), Angst (F41.0), Angst und Depression (F41.2), Borderline - Störungen (F60.31), Somatisierungsstörungen (F45.0), sowie Folgen von Sexueller Gewalt und Folter.

Die Behandlungen erfolgten überwiegend im wöchentlichen Einzelsetting, fachlich abgesichert durch eine monatliche Gruppensupervision und der Möglichkeit, auch Einzelsupervision in Anspruch nehmen zu können. Mehr zu den Therapieerfolgen beim nächsten Punkt, wie Männern und Frauen unterschiedlich davon profitiert haben.

## 13 Stark ohne Gewalt (Wien)

### Quantitativ

Soll-Indikatoren	Ist-Indikatoren
10 TrainerInnen sind in der Durchführung des STARK Programmes geschult (verfügbare Erstsprachen: Dari/Farsi, Arabisch, Kurdisch, Somali, Tschetschenisch/Russisch, BKS)	14 Trainer:innen wurden geschult. Erstsprachen: Dari/Farsi, Arabisch, Kurdisch, Somali, nicht verfügbar: Tschetschenisch/Russisch, BKS
Vernetzung mit einschlägigen Organisationen für den Kontakt zur Zielgruppe (Schule, Organisationen)	Vernetzung per Mail, Newsletter etc. sowie folgende Termine: 28.4. GIVE, 24.5. Bildungspartner:innen 18.10. Boja – Beratungsstelle Extremismus,
100 Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 12 und 25 Jahren Jahren, mit Flucht- und Migrationserfahrung nehmen am Schulungsprogramm STARK teil. Es finden zwischen 12 – 15 Affektregulationskurse mit je 8 Terminen für (á 5-8) Jugendliche statt. Die Kurseinheiten dauern je 2 Stunden für	116 Teilnehmer:innen ab 12 Jahren.  Insgesamt 13 Gruppen und 90 Termine (je 2 Stunden; 4 – 8 Termine / Gruppe).

Jugendliche. 75 % nehmen an mindestens 6 von 8 Kurseinheiten teil.	72 % haben an mindestens 6 von 8 geplanten Kurseinheiten teilgenommen. 2 Gruppen wurden vorzeitig beendet.
20 Fachkräfte in der einschlägigen Jugendarbeit haben an einer 1-tägigen Fortbildungen zum Thema Trauma und traumasensibler Arbeit teilgenommen.	Eine halbtägige Schulung für Beratungslehrer:innen (31) hat am 30.5. stattgefunden.

#### Qualitativ

Die Beobachtungen und Rückmeldungen aus den Gruppen bestätigen folgende Wirkung der STARK Gruppen:

- Mehr Reflexion und damit Reduktion von (erlerntem) schädlich-aggressivem Verhalten: „*ich hab nichts anderes gelernt als Gewalt*“
- Stärkung der Selbstwirksamkeit: *Ich trainiere mit meinem Freund wie ich mich bei Wut konzentrieren kann, durch Atmung*“ (Zitat Teilnehmer)
- Bewusstsein über persönlichen Warnsignale, Risikofaktoren und Folgeabschätzung
- Mehr Handlungsoptionen in kritischen (Hochstress) Situationen: „*Ich habe gelernt, wenn jemand mich wegen meiner Nationalität beleidigt, anders als Gewalt, die meine einzige Möglichkeit war, zu machen*“. (Zitat Teilnehmer)

#### 04. In welcher Weise haben Männer, in welcher Weise Frauen besonders von dem Projekt profitiert?

Wenn Klient:innen ein Programm wie die RESET Angebote annehmen, besteht bereits ein Leidensdruck und der Wunsch, Emotionen und Reaktionen zu verändern. In Anamnesegesprächen werden – außer bei den offenen Workshops – die Ausgangssituation und die individuellen Ziele erhoben und entschieden, ob das RESET – Angebot dazu beitragen kann oder ob doch etwas anderes, in der Regel eine Psychotherapie indiziert ist. Sehr oft ist RESET auch ein Überbrückungsangebot für Klient:innen auf der Warteliste für einen Therapieplatz, wobei dadurch in mehreren Fällen auch der Therapiebedarf weniger dringlich wird.

Somit sind die Behandlungsziele und –erfolge immer individuell. Dennoch ließen sich, vor allem dort, wo es Männer- und Frauengruppe gab und somit ein Vergleich möglich war, Unterschiede feststellen. Die Beobachtungen der Einzelprojekte ergeben zusammenfassend folgendes Bild.

- Selbstwert und Selbstwirksamkeit sind häufige Themen in der Arbeit mit den Frauen, auch das Rollenverständnis in der Familie. Zeit und Raum für sich nehmen ist ein Lernprozess.
- Frauen nutzen die Gruppe stärker zur Überwindung der Isolation und beginnen schon bald Nummern auszutauschen oder Essen und Getränke für alle mitzubringen.
- Bezüglich des Themas Gewalt ist es Frauen ein Anliegen, im Umgang mit ihren Kindern gewaltfreie Erziehungsmethoden anzuwenden, was auf Basis selbst erlebter Erziehung mit Gewalt eine bewusste Anstrengung bedeutet.
  
- Für Männer ist es zentral einen geeigneten Rahmen zu haben, der es ihnen ermöglicht Emotionen zu *fühlen*, anstatt sie zu minimieren, und diese auch zu benennen.
- Die Frustrationen und Stressoren des Asylverfahrens bzw. der Migration bringen die Männer extrem unter Druck. Maßgeblich trägt dazu auch ihre Unkenntnis des Systems bei. Begleitende Sozialarbeit, aber auch sachliche Erklärungen in der Gruppenarbeit sind wichtig, um auch faktisch etwas von dem existenziellen Druck zu nehmen.
- Wenn Vertrauen aufgebaut ist, kann auch darüber gesprochen werden, wo Männer selbst Gewalt angewendet haben. Auslöser wie das Konzept der Ehre können diskutiert und Gewalt als Reaktion auf Ehrverletzungen in Frage gestellt werden.



## Bericht Geschlechterunterschiede Einzelprojekte

### 01 Ankyra-Reset (Tirol)

Der psychotherapeutische Prozess ist weniger an der geschlechtsspezifischen Effektivität von Maßnahmen ausgerichtet und gilt als Heilverfahren, das die Ganzheitlichkeit des Menschen zu erfassen versucht. Die Themen der Teilnehmer:innen waren unterschiedlich.

- Das Psychotherapieprojekt für Kleinkinder orientierte sich an den spezifischen Bedürfnisse der kleinen Teilnehmer:innen.
- Das Mutter-Kind-Projekt war spezieller auf die Bedürfnisse der Frauen ausgerichtet, womit der Blick hinter den eigenen Rollenbildern zu Frau-sein, Mutter-sein, Erziehung für die Teilnehmerinnen neu erfahrbar wurde. Das Thema spiegelt sich in der durchgeführten Frauengruppe, wobei hier auch der starke, kontroversielle Austausch von Frauen aus unterschiedlichen Nationen und Altersgruppen die Gruppendynamik prägte.
- Für die jugendlichen Burschen waren die einzeltherapeutischen Prozesse identitätsstiftend, die, so auch für die erwachsenen männlichen Klienten, einen geschützten Rahmen boten um mit alternativen Formen des Seins- und der Geschlechtsidentität – und Rolle zu experimentieren.

### 02 Aspis- Reset (Kärnten)

#### Frauen

Der Großteil der teilnehmenden Frauen kam aus der Ukraine, die Flucht und die Kriegereignisse waren noch sehr frisch. Sie profitierten vor allem davon, dass sofort ein unterstützendes Angebot für sie und ihre Kinder da war, sie wurden gut aufgefangen.

#### Männer

Insbesondere in der Gruppe Frauen verstehen – Männer verstehen wurde deutlich, dass die Konfrontation mit ihrem neuen Umfeld auch bei Männern, die schon länger in Europa leben, immer noch Fragen nach der eigenen Identität als Mann und nach den Spielregeln zwischen Männern und Frauen und in der Familie aufwirft. Wir konnten einen geschützten Rahmen bieten, sich mit diesen Fragen auseinanderzusetzen.

### 03 Mollis

Hierzu lässt sich keine signifikante Aussage treffen, da die individuelle Förderung der Einzelperson im Fokus stand. Auffallend war jedoch, dass gerade in der Zielgruppe der jungen Männern ein Zeigen und Sprechen von und über Gefühle in Gegenwart der Tiere erleichtert wurde. Das Stereotyp, dass ein junger Mann keine Angst zeigen darf, immer stark sein muss, konnte in einigen Fällen aufgebrochen werden.

### 04 Hemayat-Reset (Wien)

#### Frauen

- Ausgeprägte Schmerzsymptomatik deutlich verringern
- Depression, Nervosität und Angststörungen verringern
- •Einsamkeit verringern
- •Das auszuprobieren, was in der Heimat verboten war

- •Überlastung Familie/Haushalt erkennen und ändern
- •Negatives Körper selbstbild ändern
- Frauen lernen ein Recht zu haben. Recht auf Zeit für sich, Ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden.

#### Gesundheitsbewusstsein, Körperwahrnehmung

- Eine Teilnehmerin aus Afghanistan sagte treffend: „Früher dachte ich, Bewegung und Sport sei nur ein Hobby der Österreicher\*innen. Jetzt weiß ich, dass ich dadurch meine psychische und physische Gesundheit beeinflussen kann und nebenbei lerne ich auch noch Deutsch und nette Frauen kennen.“
- Die Teilnehmerinnen berichten, dass sich ihre Schmerzsymptomatik und ihr Schlaf wesentlich verbessert haben. Auch haben sie gelernt, auf ungesunde Haltungsmuster zu achten. Ebenso hat sich das Wissen zu Ernährung verändert. Vor allem das Verständnis über Zucker hat sich massiv auf das Bewusstsein ausgewirkt. Anfangs werden vermehrt Kekse und Kuchen mitgebracht, nach ein paar Einheiten wird auf Obst umgestellt. Säfte werden durch Wasser ersetzt. Auch berichten Frauen, dass sie bewusster beim Kochen auf gesunde Ernährung achten.
- Durch traumasensibles Yoga bekommen die Teilnehmerinnen ein Verständnis der Anatomie. Verspannung versus Schmerz. Was kann ich beeinflussen durch gezieltes Training? Das gezeichnete Körperbild zu Anfang der Therapie und nach ca. 4 Monaten dient zur Veranschaulichung, dass sich durch regelmäßige Teilnahme die Schmerzsymptomatik verändert hat.
- Besonders für jene Teilnehmerinnen, die im Prozess zusätzlich eine klinisch-psychologische Diagnostik in Anspruch nahmen, konnte einen Zusammenhang zwischen dem Auftreten der Schmerzsymptomatik und des klinisch-relevanten Zustandsbildes hergestellt werden.

#### Lernprozesse

- Der geschützte Raum gibt allen Teilnehmerinnen die Möglichkeit sich auszuprobieren. Traut man sich etwas zu, was bis dato als unmöglich erschien? Dies ist insbesondere während der Tanztherapie zu beobachten, wo es darum geht, dass Teilnehmerinnen ihren impulsiven Bewegungsmustern nachgehen. Hier ist bei allen Teilnehmerinnen ein starker Entwicklungsprozess zu beobachten, wie Frauen losgelöst von Schmerz in ein Flow-Erlebnis kommen.
- Auch die (physischen) Grenzen zu erfahren und wie man damit umgeht ist ein wichtiger Lernprozess.
- Durch die strukturierten Anleitungen und Übungen im Trauma Sensitiven Yoga erleben die Frauen Sicherheit. Innerhalb dieser Angebote können neue Erfahrungen gemacht werden. Gleichzeitig eröffnet sich ein Raum für Veränderung – ein Übergangsraum – in dem die Frauen ihre Haltung so anpassen und verändern können, wie es für sie stimmt. Die Frauen machen die Erfahrung, dass sie etwas tun können und zu mehr fähig sind als sie anfangs dachten.
- Ebenso wird kulturübergreifend eine neue weibliche Identität in der Gruppe erfahren. Dies zeigt sich indem Frauen den Umkleideraum ohne Kopfbedeckung verlassen, traditionelle Kleidung gegen Sportkleidung eintauschen oder auch schambesetzte Themen offen besprechen.

## Männer

Ziele, die bei den Männern erreicht werden konnten:

- •Schmerz- und/oder Stresssymptomatik verringern
- •Depression, Angststörungen / Traumafolgestörungen verringern
- •Einsamkeit verringern
- •Überlastung Arbeit/Familie relativieren
- •Negatives Körper selbstbild verbessern
- •Dysfunktionale Anschauungen über sich oder Andere relativieren und ändern

Weitere männerspezifische Effekte

Rollenerwartungen verlassen dürfen

Männer finden sich in einem Raum ohne externe Ansprüche wieder. Sei es ein, alles in Frage stellendes Asylverfahren, die Erwartungen der Familie in der Heimat oder vor Ort, der Druck durch das AMS oder auch internalisierte Vorstellungen des Hartseins, des Mannseins:

“Wissen Sie Herr ... (Anleitende Person) hier kann ich hier sein und nicht in der Zukunft oder Vergangenheit” oder “Ich weiß, ich muss noch so viel tun, aber heute beim Training muss ich nichts”.

Selbstverständnis als Mann, Körperwahrnehmung

Vorerfahrungen, mit reinem Wettkampf-Gedanken können neu kontextualisiert werden.

Ein konstruktives, bestärkendes Miteinander anstatt ein abwertendes Gegeneinander, wird als Stütze erlebt. “Ich mochte immer die Gruppe, mit dem Lustig-Sein und dem Spaß”.

Eine Linderung von Symptomen kann oft während und auch immer wieder außerhalb der Gruppe wahrgenommen werden. Schmerzen sind weniger, Sorgen nicht so prävalent, die Stimmung besser sowie der Schlaf.

Lernerfahrungen

Die Männer werden eingeladen sich und andere neu zu erleben. Körperkontakt wird behutsam eingebracht und Nähe zu und ein schonender Umgang mit dem eigenen, aber auch dem Körper der anderen gefördert. Berührungen werden mit Zustimmung der Teilnehmer vorgenommen, um Bewegungsabläufe beim Aufwärmen und Kräftigen zu optimieren, den eigenen Körper und den umgebenden Raum bei Koordinationsübungen wahrzunehmen und beim Spiel in Kontakt mit anderen zu treten.

- Klienten geben sich sichtlich häufiger die Hände, klatschen ein oder umarmen sich, umso länger sie teilnehmen. Sie verstehen Grenzen von anderen besser und halten diese bspw. im Ballspiel

empathischer ein, auch eigene Grenzen werden klarer kommuniziert. Auch wird darüber gesprochen, was Schmerz und andere Körpersignale sein können. Vorstellungen, diese "aushalten" zu müssen, werden hinterfragt und Alternativen aufgezeigt. Mit Feldenkrais-Methoden werden diese individuell erfahrbar gemacht.

- Die Härte, oft als unabdingbares Überlebensinstrument erlernt, deren Bedingungen und Folgen werden versucht, gemeinsamen zu erspüren und mit dem Elastischen, Aufgewärmten bzw. Weichen kontrastiert. Spannungszustände lösen sich im Laufe der Einheit und die Veränderungen werden mit Achtsamkeitsübungen erfahrbar gemacht. Pausen werden aktiv eingebracht und machen die Bedeutung auf sich zu achten, innezuhalten, durchzuatmen, erfahrbar.
- Eine Verbesserung der eigenen Körperwahrnehmung und das Erlernen eines achtsameren Umgangs mit sich selbst konnte in manchen Fällen auch den Weg ebnen für das Thema psychische Gesundheit und die notwendige psychiatrische Versorgung.

#### 05 Jefira-Reset (Niederösterreich)

##### Frauen

Im Sinne des Role-Model-Modells profitierten Frauen von der weiblichen Psychotherapeutin. Sie konnten mit ihrer Hilfe ihre Geschlechterrolle zum Beispiel hinsichtlich einer Berufsausübung reflektieren. Häufige Themen von Frauen waren Depressionen und Wut.

##### Männer

Bei Männern lag der Schwerpunkt der Themen auf der Emotionsregulation und Alkohol- sowie anderweitiger Suchtproblematik. Es wurde auf die Krankheitseinsicht hingearbeitet und diese auch im Sinne einer Verbesserung geändert. Im geschützten Rahmen konnte verändertes Verhalten eingeübt und reflektiert werden. Schambesetzte Themen wurden thematisiert und neue Reaktionsmuster und Handlungsspielräume entwickelt.

#### 06 TPB (Burgenland)

Entsprechend ihrem Anteil an den aus der Ukraine Geflüchteten, betreuten wir bei RESET vor allem Frauen. Nachdem die Eindrücke des Krieges in der Ukraine sehr frisch waren ging es oft um die Verarbeitung des plötzlichen und massiven Einschnitt in das bisherige Leben. Bei TPB ist es gelungen, einige Feedbacks einzuholen: „Das erste, woran ich mich nach den ersten Sitzungen erinnere, ist, dass ich keine Angst mehr hatte“, „Mein Schlaf hat sich verbessert. Zuvor hatte ich nachts bis zu 1-2 Stunden geschlafen und dann war ich lange Stunden wach. Jetzt kann ich bis zu 5 Stunden am Stück schlafen und fohle mich danach besser“, „Unsere Gespräche halfen mir, aus der Situation herauszukommen und sie von außen zu betrachten, um meine innere Integrität und mein Selbstvertrauen wiederherzustellen. Ich habe jetzt wieder die Möglichkeit, meine Zukunft zu planen. Ich danke Ihnen! Ich habe alles sehr genossen“.

#### 07 Papillon (Oberösterreich)

##### Männer

Klienten, die durch die Männerberatung MUP an Papillon weitervermittelt wurden, hatten in der

Vergangenheit meist Aggressionsbewältigungsprobleme, wodurch der Fokus auf der Bewältigung von Stressfaktoren und Auslöser lag. Aber auch auf dem Rollenbild und Selbstverständnis der eigenen Person.

Frauen

Bei den Klientinnen aus der Ukraine lag vor allem die Bewältigung von Traumata oder psychischen Belastungen aufgrund des aktuellen Ukraine-Krieges im Vordergrund.

08 Sintem-Reset (Wien)

Frauen

Frauen haben das Angebot der Gruppe sehr gern angenommenes wirkte entlastend in der Gruppe wahrgenommen zu werden und einen geschützten Rahmen vorfinden zu können

Männer

Männer, die in laufender psychotherapeutischer Behandlung sind haben besonders die begleitende Sozialarbeit in Anspruch genommen. Wissen über sozialstaatliche Ansprüche und weiteren Unterstützungsmöglichkeiten erhalten

09 RESPEKT (Salzburg)

In den psychoedukativen Gruppen wurde besonders deutlich, dass viele der teilnehmenden Männer durch ihr bisheriges Geschlechterrollenverständnis strikt gegen die Thematisierung oftmals sogar gegen das „Erleben“ von Gefühlen waren. Im Rahmen des Gruppenangebotes konnten Gefühle (positive wie negative) angesprochen und auch zugelassen werden. Gleichzeitig wurde mit den Teilnehmern daran gearbeitet, auf starke Gefühle, die bei vielen sehr oft in Zusammenhang mit ihren Familien und deren Sicherheit beschrieben werden, in gesellschaftlich akzeptierter Art und Weise zu reagieren. Im Rahmen von Rollenspielen wurden neue Reaktionsmöglichkeiten in geschütztem Rahmen geübt und verfestigt. Die Reflexionsaufgaben und Selbstbeobachtungen zwischen den Gruppentreffen wurden in der nächsten Gruppensitzung thematisiert, wodurch die Lebenswelt der Teilnehmenden direkt miteinbezogen wurde. Die Teilnehmenden konnten Techniken und Strategien entwickeln, die im konkreten Lebensalltag leicht anwendbar sind.

Im Rahmen der musikpädagogischen Angebote fanden sowohl Mädchen als auch Burschen einen geschützten Rahmen, um Kind sein zu dürfen, Spaß und Freude zu haben und in einer gemischt-geschlechtlichen Gruppe ihr demokratisches Rollenverständnis zu entwickeln.

10 Zebra-Reset (Steiermark)

Frauen war es im Zuge der Behandlung möglich ihr Geschlechterrollenverständnis näher zu explorieren, zu hinterfragen sowie bei Bedarf auch neu zu adaptieren. In diesem Zusammenhang spielte auch die Stärkung der Selbstwirksamkeit und Selbstfürsorge eine wesentliche Rolle im therapeutischen Prozess.

Demgegenüber profitierten Männer besonders davon einen Raum zur Reflexion der eigenen Emotionen zu Verfügung gestellt bekommen zu haben.

Die Arbeit, ob im Einzel- oder Gruppensetting, fokussiert sich auf folgende Prämissen:

- a) die Verarbeitung erlittener Gewalt
- b) die Befreiung aus aktuellen Gewaltszenarien
- c) die Prävention von Gewalt und
- d) die Prävention von Extremismus.

Die Erfahrung des bisherigen Projektzeitraums zeigt deutlich, dass Gewalterfahrungen in der Gruppe der Migrant\*innen weit verbreitet sind, wobei die Arten der erlittenen Gewalt sehr divers sind. Die Erfahrungen der begleiteten Klient\*innen reichen von häuslicher Gewalt, sexualisierte Gewalt, über Mobbing Erfahrungen am Arbeitsplatz und ökonomischer Gewalt bis hin zu struktureller Gewalt, vor allem im Sinne von gesellschaftlicher Diskriminierung und veränderter Teilhabe. Die angebotene psychologische Behandlung zielt darauf ab, Betroffene zu stärken und zu befähigen, sich den vergangenen und/oder aktuellen Gewalterfahrungen zu stellen, um wirksame und gesunde Bewältigungsstrategien zu erarbeiten und lösungsorientierte Verhaltensänderungen zu entwickeln. Schwerpunkte der Arbeit in der Männergruppe waren Kommunikation, der Umgang mit Emotionen, Emotionsregulation und Stabilisierung. In der Gruppe hatten betroffene Männer die Chance frei über ihre Gefühle zu sprechen ohne auf geschlechtsspezifische Erwartungen einzugehen.

Es zeigte sich, dass Männer besonders Gefühle der Machtlosigkeit und Handlungsunfähigkeit erfahren. Dazu tragen lange Wartezeiten – etwa zwischen der Stellung eines Asylantrags und der Entscheidung – und die fehlenden Möglichkeiten einer Beschäftigung bei.

Die Klienten möchten arbeiten, selbst ihren Unterhalt verdienen oder etwas lernen, dürfen aber nicht. Gefühle der Machtlosigkeit führen zu Wut, Frustration oder Angst. Die Erfahrung zeigt, dass betroffene Männer häufig unter Wut und Aggressionen leiden, die die Gefahr bergen, auf Gewalt mit Gegengewalt zu reagieren und extremistischen Haltungen zu verfallen.

Diese spezielle Thematik der Männer konnte unter anderem sehr erfolgreich in der durchgeführten Gruppentherapie mit syrischen Männern bearbeitet werden. Die urteilsfreie Validierung individueller Gewalterfahrungen erlaubte es den Männern über ihre eigene Verletzlichkeit in den Austausch zu treten und ihr reaktives Verhalten kritisch zu hinterfragen. So wurde unter anderem auch (Gewalt-)Verhalten gegenüber Frauen thematisierbar, die stellvertretend für die von Männern erlittene Gewalt und Ohnmacht als „Besitz“ angebunden und in ihrer Freiheit eingeschränkt werden.

Da Gewalterfahrungen fast immer eine starke physische Komponente haben und körperliches Leid und Schmerz auch Jahre nach Verheilung offensichtlicher Verletzungen und Wunden präsent sein können, wurde das Angebot durch zwei geschlechtsspezifische Körpertherapiegruppen für Betroffene des Jugoslawien-Krieges erweitert. Auch die Behandlung chronischer Schmerz- und Spannungszustände dient der Gewaltprävention, da Betroffene in der Regel wenig Stresstoleranz aufweisen und in ihrem Umfeld zu aggressiven Übersprungshandlungen neigen.

Das Angebot bewirkte, dass die Kompetenzen von geflüchteten Männern hinsichtlich Affektregulation und Stabilisierung gestärkt wurden. Es wurde aufgezeigt wie Betroffene mit ihren unangenehmen Gefühlen umgehen können sowie eine Spirale an negativen Gedanken durchbrechen. Der Zugang ist von Klient zu

Klient unterschiedlich, wobei zu Beginn eine Beziehung zur Person aufgebaut wird um folglich auf individuelle Interessen und Bedürfnisse einzugehen.

Insgesamt zeigte sich, dass Frauen von dem Gruppenkonzept anders profitierten als Männer. Die Frauen nutzten die Gruppe über das Angebot der Körperarbeit hinaus als Möglichkeit, soziale Kontakte zu knüpfen, in den Erfahrungsaustausch zu treten, sich gegenseitig zu trösten, sich Mut zu machen und gemeinsame Freude zu erleben. Dieser Effekt erwies sich als nachhaltig, da die teilnehmenden Frauen auch nach Beendigung der Gruppe in Kontakt blieben. Die Männer hingegen knüpften diese Kontakte nicht und zeigten sich nach Abschluss der Gruppe eher enttäuscht, dass die erwartete Schmerzlinderung nicht eingetroffen war. Generell nehmen Männer seltener Hilfsangebote wahr oder kommen zu Beratungsstellen. Weshalb es besonders im Zuge der Gewalt- und Extremismusprävention wichtig ist, ein Angebot explizit für Männer bereitzustellen und auf ihre Bedürfnisse einzugehen. Für Frauen und Männer stellt der strukturelle Unterschied zwischen ihren Herkunftsländern und Österreich eine große Belastung dar. Es ist ihnen meist unverständlich warum Ämter in der Weise handeln wie sie handeln. Viele Vorgehensweisen sind ihnen unbekannt oder unangenehm wie etwa die Anwesenheit eines Sozialarbeiters/einer Sozialarbeiterin oder des Jugendamts in ihrem Privatleben.

#### 12 Hiketides (Salzburg)

Innere und äußere Konflikte können (auch) als Folge eines kulturellen Wertekonfliktes wahrgenommen werden. Verbalisierung kann zu einer Distanzierung von überwertigen Ideen führen. Übungen zur Selbstkontrolle und Selbstwahrnehmung können aggressive Impulse reduzieren und Strategien zum Stressmanagement erarbeitet werden.

#### Männer

Vor allem Männern fällt es oft schwer, eigene Emotionen wahrzunehmen und eigene Verhaltensweisen zu hinterfragen. Die Bedeutung einer stabilen therapeutischen Beziehung ist hier besonders evident. Im geschützten Rahmen dieser Beziehung können aggressive Impulse wahrgenommen und das Handlungsrepertoire erweitert werden. So berichteten Klienten von einer deutlichen Verbesserung sozialer Beziehungen und von einer großen Erleichterung, besser mit Spannungen und Stress umgehen zu können.

Verbesserungen konnten auch im Bereich der Geschlechterbeziehungen erzielt werden. Eine Reflexion von Geschlechterstereotypen kann zu einer Aufweichung derselben führen, manifest in der Veränderung von familiären Beziehungen und nicht eskalierenden Konflikten. Es kann auch als Therapieerfolg gewertet werden, wenn der Zugang zu bislang nicht erschlossenen sozialen Bezügen gelingt.

#### Frauen

Für Frauen ist es wichtig, den Selbstwert zu stärken, behutsam traditionelle Geschlechterrollen zu hinterfragen und Autonomiebedürfnissen Raum zu geben. Therapieerfolge zeigen sich hier im Zugang zum Arbeitsmarkt und Teilhabe an gesellschaftlichen Angeboten.

Eine Aufweichung verfestigter Geschlechterrollenbilder ist insbesondere für die nächste Generation und deren Integrationsmöglichkeiten wichtig. Wiederum auf der Basis einer vertrauensvollen therapeutischen Beziehung können (religiöse) normative Systeme reflektiert und ihre Rigidität aufgeweicht werden. Damit

ergeben sich neue Handlungsräume und Möglichkeiten, die Bedingungen der aufnehmenden Gesellschaft anzunehmen und sich partizipativ zu integrieren.

Dies kann also großen und nachhaltigen Beitrag zu Radikalisierungsprävention und De-radikalisierung gewertet werden.

### 13 Stark ohne Gewalt (Wien)

#### Männer

Mit Burschen und junge Männer gab es in den Gruppen viele Diskussionen um Ehrbegriff und erlerntes Verhalten bei „Beleidigungen“. Die Sprach- und Kulturkompetenz der Trainer hat sich hier besonders bewährt und es ist immer wieder gelungen, erlernte Muster und Konzepte kritisch zu reflektieren und Alternativen aufzuzeigen. Immer wieder konnten auch kulturell oder religiös verankerte Motivationen zur Gewaltfreiheit mobilisiert werden.

#### Frauen

(Junge) Frauen haben am Meisten hinsichtlich der Beziehung und des Umganges mit ihren Kindern profitiert. Der Wunsch, Gewalt in der Erziehung zu vermeiden, war für viele groß. Nach der Schulung hatten sie dafür mehr Strategien verfügbar.



## 06. Was wirkt weiter (Nachhaltigkeit)?

Es geht um das Verändern von Erlebens- und Verhaltensmustern. Wo das gelingt oder zumindest ein Impuls zur Veränderung gesetzt wurde, können wir von einer nachhaltigen Veränderung ausgehen.

Auch wenn es immer wieder zu Situationen der Überforderung kommt, können sich die Klient:innen, Sätze, Übungen, Bilder, die ihnen im Rahmen des RESET Programms geholfen haben, wieder in Erinnerung rufen.

Für viele Klient:innen war das RESET Programm der Türöffner zur Überwindung von Passivität und Ausgeliefertheit, hin zu einer Haltung, in der vor dem Hintergrund aller Probleme auch die dennoch existierenden Handlungsspielräume sichtbar werden.

### Bericht Nachhaltigkeit Einzelprojekte

#### 01 Ankyra – Reset (Tirol)

Durch die Verlängerung des RESET-Projekts in das Jahr 2023 können begonnene Prozesse weiter begleitet werden und das therapeutische Angebot einem größeren Interessent:innenpool näher gebracht werden. Die Vernetzung- und Öffentlichkeitsarbeit hat Bezirkstherapeut:innen erreicht und ihre Aufmerksamkeit auf die Zielgruppe und ihren Bedarf an professioneller Unterstützung im Integrationsprozess gerichtet.

#### 02 Aspis-Reset (Kärnten)

Wir konnten in den Gruppen und in den Einzelsettings viele Veränderungen anstoßen, die bleiben oder zumindest wieder wachgerufen werden können. So haben z.B. die ukrainischen Jugendlichen erfahren, dass es ihnen besser geht, wenn sie den Schritt hinaus aus ihrer Online-Verbindung mit der Ukraine wagen, ein Gruppenangebot auszuprobieren und dabei eventuell auch neue Freunde kennenzulernen ohne dadurch die „alten“ in der Ukraine zu verraten.

Frauen haben erfahren, dass sie in der Gruppe Solidarität und Unterstützung erfahren, Männer haben es gewagt, mit anderen über ihre Frustration und Fragen in ihrer Rolle als Mann zu sprechen.

#### 03 Mollis (Vorarlberg)

Die Erfahrungen, die mit den Tieren, aber auch in den Einzelsettings gemacht wurden, bleiben. Gerade in Settings mit erlebnispädagogischen Elementen werden einzelne Situationen mit den verbundenen Emotionen gut abgespeichert und sind wieder abrufbar. Die Klient:innen konnten entgegen vielen Erlebnissen übergangen, benachteiligt oder ausgenutzt zu werden ganz neue Beziehungsmuster – vor allem den Vertrauensaufbau zu zunächst Unbekannten – üben und als positiv erfahren.

#### 04 Hemayat (Wien)

Die genannten Lernerfahrungen, die Veränderungen in der Körperwahrnehmung und des Selbstbilds als Mann oder Frau sind nachhaltig. Ebenso die Erfahrung, dass Verbesserungen der eigenen körperlichen und psychischen Symptomatik möglich sind und man selbst aktiv dazu beitragen kann (Selbstwirksamkeit). Weiter bleibende Veränderungen:

- Peergruppen – nach Beendung des Programms gemeinsam weiterhin sozial verbunden und im besten Falle sportlich aktiv sein
- Einbindung der Familie. „Mein Mann, meine Kinder machen die Übungen zuhause mit“ und damit ein Beitrag zur Förderung der familiären Gesundheit über das Individuum hinaus
- Anwendung von einfachen Übungen für zu Hause bei Stress- und Angstsymptomatik
- Besseres Verständnis über Gesundheit und Ernährung
- Ermächtigung und mehr Selbstwert etwas erreichen zu können
- Erweiterung der Deutschkenntnisse & Integration
- Das Erleben eines wertschätzenden Gruppengefüges, in dem Zugehörigkeit nicht durch Herkunft oder sozialen Status definiert wird
- Senkung der Hemmschwelle zur Inanspruchnahme weiterführender klinisch-psychologischer Diagnostik und/oder psychiatrischer Behandlung, wenn ein entsprechender Bedarf festgestellt wurde

#### 05 Jefira (Niederösterreich)

Der Erfolg der Klient:innen, einen Schritt weiter gegangen zu sein als bisher, bleibt. Zurückgewinnen von Lebensfreude und Hoffnung. Erfahrung die hilft künftige Probleme zu vermeiden bzw. zu lösen (Problemlösungskompetenz, Selbstwert, Frustrationstoleranz). Ein Teil der Klient:innen konnte in andere psychotherapeutische Angebote von Jefira übernommen werden und hat so die Möglichkeit, an der Bewältigung traumatischer Erfahrungen weiter zu arbeiten.

#### 06 IPB (Burgenland)

Durch den raschen, relativ kurz auf das traumatische Geschehen in der Ukraine folgenden Therapiebeginn, konnten die Klient:innen gut aufgefangen und eine Chronifizierung ihrer Symptomatik hinantgehalten werden. Die symptomreduktion, die erreicht werden konnte, ist hoffentlich bleibend, mindestens aber wissen die Klient:innen im Bedarfsfall nun, dass auch einige wenige Stunden Psychotherapie bereits hilfreiche sein können

#### 07 Papillon (Oberösterreich)

Erreicht werden konnten vielfach eine Stabilisierung, sodass diese Klient:innen die Probleme des Alltags bewältigen können, ohne dadurch in eine psychisch belastende Situation zu kommen. Dadurch wird es auch leichter, sich leichter in die Gesellschaft und Arbeitswelt zu integrieren, Ausschlusserfahrungen gehen zurück.

Bei Menschen mit Problemen der Emotionskontrolle verbessert sich die emotionale Atmosphäre innerhalb der Familie. Wir erwarten eine auch über das Behandlungsende hinausgehend bessere Impulskontrolle.

#### 08 Sintem-Reset (Wien)

Entlastungsgespräche/Emotions- und Stressbewältigung durch Achtsamkeitsübungen, Stabilisierung durch Ressourcenarbeit, Sozialarbeit – Befähigung für Alltag in Wien (Informationsweitergabe sowie Vernetzung und Vermittlung zu anderen Anlaufstellen, Beratung und Existenzsicherung, Nachbetreuungs – Gruppe, Qualität Sicherung und Nachhaltiges Verständnis durch muttersprachliche Beratung (Sprachmittler:innen),

#### 09 RESPEKT (Salzburg)

Erlernte Methoden und Techniken, die das Wohlbefinden der Teilnehmenden erhöhen, sind auch nach Beendigung der Gruppenteilnahme wirksam.

Zum einen an den Orten, an denen Flüchtlinge untergebracht sind – beengte Raumverhältnisse, unklare Rechtssituationen, unbekannte Zimmerkollegen führen immer wieder zu Spannungen, wenn dann noch Schlafdefizite bzw. fehlende Schlafgesundheit hinzukommt, öfters eine Gemengelage, die zu Auseinandersetzungen führt.

Zum anderen immer dann, wenn Teilnehmend starke Gefühle spüren (Nachrichten aus der Heimat, Angst oder Unsicherheit im Zusammenhang mit ihrem Aufenthalt, ...) oder in Stresssituationen sind, helfen geübte und wieder abrufbare Techniken (Entspannungstechniken, Fokussierung, ...) den Druck aus herausfordernden Situationen zu nehmen und sozial akzeptiert zu reagieren.

Geflüchtete Kinder und Jugendliche durften im Rahmen des musikpädagogischen Angebotes Kind und Jugendliche sein, erlebten für einige Stunden Normalität in einem ansonsten stark von der Ausnahmesituation geprägten Leben und konnten dadurch insgesamt zur Entlastung in der Familiensituation beitragen. Eltern – sehr oft vornehmlich Mütter – wurden entlastet, insbesondere auch von der Vorstellung Schuld an dieser schwierigen Situation, getrennt von Familie und Freund\*innen an einem Ort weit weg von der Heimat, zu sein. Dadurch ergab sich für die betroffenen Mütter auch die Gelegenheit ihr Rollenselbstverständnis zu hinterfragen und festzustellen, dass Familien-Care-Aufgaben auch geteilt werden können.

#### 10 Zebra-Reset (Steiermark)

Das Angebot war grundsätzlich auf Nachhaltigkeit ausgerichtet, da es einen Beitrag zur Verbesserung der psychischen und psychosozialen Gesundheit der Klient\*innen leistet und somit die Grundlagen dafür schafft, den Betroffenen ein selbstständiges und selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.

Das Angebot ermöglichte es, dass zum Beispiel Frauen Gewalterfahrungen aus früher Kindheit, sexuelle Gewalt oder Gewalt in der Ehe in der Therapie verarbeiteten. Im Rahmen der Betreuung merkten Klientinnen, dass sich jemand in einem geschützten Umfeld um sie bemüht und dass es Möglichkeiten gibt wie sie auf ihre psychische Gesundheit achten können.

Oft wissen Betroffene nichts oder wenig über ihre Rechte. Zum Teil drohen ihnen ihre Partner, dass sie im Fall einer Trennung aus Österreich abgeschoben werden oder ihnen ihre Kinder weggenommen werden. In der Therapie werden sie bestärkt, sie entwickeln ein Gefühl dafür, dass sie nicht alleine mit ihren Sorgen sind, und werden zum Wiederaufbau der eigenen Handlungs- und Entscheidungsfähigkeiten und einer autonomen Lebensführung hingeführt.

Die Erfahrung zeigt, dass betroffene Frauen vor allem eine verlässliche professionelle Begleitung und valide Informationen zu rechtlichen und finanziellen Rahmenbedingungen brauchen. Ängste und Unsicherheitserleben stehen bei den betroffenen Frauen oft im Vordergrund.

Betroffene Männer hingegen leiden sehr oft unter Wut und Aggressionen, die die Gefahr in sich bergen, auf Gewalt mit Gegengewalt zu reagieren und in extremistische Haltungen zu verfallen.

Männer profitieren am meistendavon im Rahmen der Behandlung mit den eigenen Gefühlen in Kontakt zu treten. Häufig als „unmännlich“ etikettierte Emotionen wie etwa Trauer oder Angst können auf diese Weise offen gezeigt und verarbeitet

#### 12 Hiketides (Salzburg)

Klienten berichten von einer deutlichen Verbesserung sozialer Beziehungen und von einer großen Erleichterung, besser mit Spannungen und Stress umgehen zu können.

Verbesserungen konnten auch im Bereich der Geschlechterbeziehungen erzielt werden. Eine Reflexion von Geschlechterstereotypen kann zu einer Aufweichung derselben führen, manifest in der Veränderung von familiären Beziehungen und nicht eskalierenden Konflikten. Es kann auch als Therapieerfolg gewertet werden, wenn der Zugang zu bislang nicht erschlossenen sozialen Bezügen gelingt.

Auf der Basis einer vertrauensvollen therapeutischen Beziehung konnten (religiöse) normative Systeme reflektiert und ihre Rigidität aufgeweicht werden. Damit ergeben sich neue Handlungsräume und Möglichkeiten, die Bedingungen der aufnehmenden Gesellschaft anzunehmen und sich partizipativ zu integrieren. Dies kann als großer bedeutender Beitrag zu Radikalisierungsprävention und Deradikalisierung gewertet werden.

#### 13 Stark ohne Gewalt (Wien)

Rasche Erfolgserlebnisse in der (gewaltfreien) Lösung von Hochstress oder Wut-Situationen wurden schon während der mehrwöchigen Schulungsdauer berichtet und reflektiert. Diese motivieren dazu, die erlernten Strategien beizubehalten. Das theoretische Wissen über die eigenen mentalen Möglichkeiten zur Unterscheidung von Gefühlen, Gedanken und Handlungen ist dafür eine bleibende Voraussetzung.