



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Bericht über das Benchmarking bewährter Praktiken und die Gestaltung des Rahmens

Ergebnis: WP3 A2 Bericht über das Benchmarking der besten
Praktiken und die Gestaltung des Rahmens



OKTOBER 2024

MINDSHIFT SKILLS HUB

Projektnummer: 2023-1-DE02-KA220-VET-000157237



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Inhalt

1. Methodik.....	3
2. Bewährte Praktiken.....	4
3. Rahmenwerk.....	29
3.1. Empfehlungen für die Aufnahme von Inhalten.....	29
3.2 Checkliste für Partner bei der Entwicklung des Leitfadens	30
3.3 Vorgeschlagene vorläufige Themen	31



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

1. Methodik

Dieser Bericht über das Benchmarking bewährter Praktiken und die Gestaltung des Rahmens bildet eine solide Grundlage für die Entwicklung des Leitfadens für Freiwillige und Führungspersonen in der Gemeinde, um Freiwillige und Führungskräfte in der Gemeinde mit dem Wissen und den Instrumenten auszustatten, die sie benötigen, um das psychische Wohlbefinden von Flüchtlingen zu unterstützen, damit sie dazu beitragen können, eine widerstandsfähigere und gestärkte Flüchtlingsgemeinschaft zu schaffen.

Die Hauptziele dieses Berichts sind:

- Präsentation einer Sammlung von evidenzbasierten Informationen über wirksame Ansätze und Strategien zur Förderung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen in der EU.
- Vorstellung bewährter Verfahren und Instrumente, die sich bei der Förderung der psychischen Gesundheit von Flüchtlingen als erfolgreich erwiesen haben.
- Schaffung eines Rahmens, der die Entwicklung des späteren Leitfadens für Freiwillige und Führungskräfte der Gemeinschaft leiten wird.

Insgesamt sammelte und analysierte die Partnerschaft 12 bewährte Verfahren aus verschiedenen EU-Mitgliedstaaten - 2 aus Portugal, 2 aus Österreich, 2 aus Bulgarien, 4 aus Deutschland - und 2 von außerhalb der Partnerschaft.

Auf der Grundlage des gesammelten Materials wird dieser Bericht einen Vorschlag für einen umfassenden Rahmen für den Leitfaden enthalten. Dieser Rahmen dient als:

- Eine Reihe von Empfehlungen für die Aufnahme von Inhalten in den Leitfaden.
- Eine Checkliste, die sicherstellt, dass alle wichtigen Aspekte berücksichtigt werden.
- Ein Validierungsinstrument für die vorläufigen Themen, die für den Leitfaden ermittelt wurden.



2. Bewährte Praktiken

In diesem Abschnitt wird eine kuratierte Sammlung bewährter Verfahren aus verschiedenen EU-Mitgliedstaaten und darüber hinaus vorgestellt. Diese Praktiken stellen wirksame Ansätze, Strategien und bewährte Instrumente dar, die sich bei der Unterstützung der psychischen Gesundheit von Flüchtlingen bewährt haben. Sie umfassen eine Vielzahl von Interventionsarten, darunter Systeme zur persönlichen Unterstützung, nicht-formale Bildungsprogramme mit Schwerpunkt auf Gesundheit und Wohlbefinden, psychosoziale Gruppensitzungen zum Erfahrungsaustausch, intensive Methoden der Einzelfallarbeit und Kriseninterventionsstrategien, um nur einige zu nennen.

Durch die Vorstellung dieser erfolgreichen Initiativen soll dieser Bericht einen umfassenden Überblick und eine Benchmarking-Analyse der wirksamsten und innovativsten Ansätze bieten, die derzeit in der EU angewandt werden. Diese bewährten Verfahren dienen als wertvolle Referenzen und potenzielle Modelle für die Anpassung an unterschiedliche Kontexte und tragen letztlich zur Verbesserung der psychosozialen Unterstützung für Flüchtlingsgemeinschaften bei.

Auf den folgenden Seiten werden die einzelnen bewährten Verfahren detailliert beschrieben, einschließlich ihrer Umsetzungsstrategien, Ergebnisse und des Potenzials für die Skalierbarkeit. Diese Sammlung hebt nicht nur die Vielfalt der Ansätze hervor, sondern unterstreicht auch das gemeinsame Engagement in der EU, die Flüchtlingsbevölkerung durch gezielte Maßnahmen im Bereich der psychischen Gesundheit zu unterstützen und zu stärken.

Bewährte Praxis Nr. 1

Titel	Mental Health Kit für Migrant_innen: Mehrsprachige Ressource für das psychische Wohlbefinden von Flüchtlingen
Land	Portugal
Durchführende Organisation	Ordem dos Psicólogos Portugueses (Portugiesischer Psychologenverband) in Zusammenarbeit mit JRS Portugal - Serviço Jesuíta aos Refugiados (JRS Portugal - Jesuitenflüchtlingsdienst)
Website oder Link zur Praxis	www.ordemdospsicologos.pt/pt/noticia/5040 [nur auf Portugiesisch verfügbar]
Zusammenfassende Beschreibung	Das Mental Health Kit for Migrants ist ein umfassendes Ressourcenkit für die psychische Gesundheit von Migrant_innen und Flüchtlingen, das in 10 Sprachen übersetzt wurde und wichtige Informationen und Instrumente zur Förderung des psychischen Wohlbefindens in verschiedenen Migrantengemeinschaften in Portugal enthält.
Hauptzweck und Ziele	Der Hauptzweck des Mental Health Kit for Migrants besteht darin, Sprachbarrieren zu überwinden und Informationen zur psychischen Gesundheit für verschiedene Migrantengruppen zugänglich zu machen. Es soll Migrant_innen Wissen über psychische Gesundheit, Bewältigungsstrategien und verfügbare Ressourcen vermitteln und so ihr allgemeines Wohlbefinden und ihre Integration fördern.
Methodik der Umsetzung	Das Mental Health Kit for Migrants wurde in Zusammenarbeit zwischen Psycholog_innen und Flüchtlingshilfsorganisationen in Portugal entwickelt. Anschließend wurde es in mehrere Sprachen - Arabisch, Farsi, Paschtu, Urdu, Englisch, Französisch, Hindi, Somali, Ukrainisch und Portugiesisch -





2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

	übersetzt, um eine breite Zugänglichkeit zu gewährleisten. Das digitale Format des Kits, das auf interaktiven Infografiken basiert, erleichtert das Verständnis, die Verbreitung und die Aktualisierung, da interessierte Parteien es frei herunterladen können.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Das Mental Health Kit for Migrants (Kit für die psychische Gesundheit von Migrant_innen) besteht aus einer Reihe miteinander verbundener interaktiver Infografiken, die in 10 Sprachen übersetzt wurden und die von Psycholog_innen erstellt wurden. Sie bieten Informationen über Angst, traumatische Situationen, Depression und Trauer, Selbstfürsorge und darüber, wo Migrant_innen in Portugal Unterstützung finden können. Das Kit wurde in einem digitalen Format veröffentlicht und verbreitet. Professionelles Fachwissen, Übersetzungsdienste, digitale Veröffentlichungsplattformen und die Zusammenarbeit zwischen Organisationen können als die wichtigsten Ressourcen für die Entwicklung des Kits angesehen werden.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Das Mental Health Kit for Migrants soll das Bewusstsein für psychische Gesundheit und den Zugang zu Ressourcen für Migrant_innen in Portugal verbessern. Die Mehrsprachigkeit des Kits stellt sicher, dass wichtige Informationen die verschiedenen Gemeinschaften erreichen, was zu besseren Ergebnissen bei der psychischen Gesundheit und zu einem verstärkten Verhalten bei der Hilfesuche führen kann.
Attraktivität	Das Mental Health Kit for Migrants (Kit für psychische Gesundheit für Migrant_innen) deckt den dringenden Bedarf an zugänglichen Informationen zur psychischen Gesundheit und überwindet Sprachbarrieren durch Übersetzungen in 10 Sprachen. Sein digitales Format gewährleistet einen einfachen Zugang und eine einfache Verteilung unter der Migrantengemeinschaft in Portugal. Darüber hinaus erhöht die Zusammenarbeit zwischen Fachleuten und Organisationen zur Unterstützung von Flüchtlingen die Glaubwürdigkeit und Relevanz dieses Themas, das von kultureller Sensibilität und Inklusivität zeugt.
Übertragbarkeitspotenzial	Dieses bewährte Verfahren kann von anderen Ländern oder Organisationen leicht übernommen werden, indem der Inhalt in die entsprechenden Sprachen übersetzt wird. Das digitale Format ermöglicht eine einfache Weitergabe und Aktualisierung. Freiwillige und Führungskräfte in der Gemeinde können diese Vorlage verwenden, um ähnliche Ressourcen zu erstellen, die auf ihren spezifischen Kontext zugeschnitten sind, oder um das vorhandene Kit in ihren Gemeinden zu verteilen.
Gelernte Lektionen	▪ Durch die Zusammenarbeit zwischen Berufsverbänden und Basisorganisationen können wirksamere Mittel zur Förderung des Wohlergehens von Flüchtlingen geschaffen werden. ▪ Die Überwindung von Sprachbarrieren ist von entscheidender Bedeutung für die Bereitstellung von psychosozialer Unterstützung für eine vielfältige Migrantenbevölkerung. ▪ Frei zugängliche digitale Ressourcen können die Reichweite und Zugänglichkeit von Informationen zur psychischen Gesundheit deutlich erhöhen. ▪ Die Bereitstellung von kultursensiblen und sprachlich angemessenen Materialien ist der Schlüssel zur Einbindung von Migrantengemeinschaften. ▪ Regelmäßige Aktualisierungen und Erweiterungen dieser Ressourcen sind wichtig, um den sich verändernden Bedürfnissen, insbesondere dem Wohlbefinden der Flüchtlinge, gerecht zu werden.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Bewährte Praxis Nr. 2

Titel	"Construir a Paz" (Frieden schaffen): Umfassende psychologische Unterstützung für ukrainische Flüchtlinge in Portugal
Land	Portugal
Durchführende Organisation	Ordem dos Psicólogos Portugueses (Portugiesischer Psychologenverband)
Website oder Link zur Praxis	www.ordemdospsicologos.pt/pt/p/psicologia-construir-a-paz [nur auf Portugiesisch verfügbar]
Zusammenfassende Beschreibung	"Construir a Paz" ist eine vielschichtige Initiative, die psychologische Hilfe, Schulungen, Ressourcen und Unterstützung für ukrainische Flüchtlinge in Portugal und die mit ihnen arbeitenden Psycholog_innen bietet. Dazu gehören mehrsprachige Beratungsstellen, Fachforen, kontinuierliche Schulungen für Psycholog_innen und übersetzte Materialien zur Förderung der Gesundheitskompetenz der Flüchtlingsbevölkerung.
Hauptzweck und Ziele	Das Hauptziel von "Construir a Paz" besteht darin, die psychischen Bedürfnisse ukrainischer Flüchtlinge in Portugal zu berücksichtigen und portugiesische Psycholog_innen mit den notwendigen Instrumenten und Kenntnissen auszustatten, um während der durch den Krieg in der Ukraine verursachten Krise wirksame Unterstützung zu leisten. Diese Initiative zielt darauf ab, ein umfassendes Unterstützungssystem zu schaffen, das nicht nur unmittelbare psychologische Hilfe für Flüchtlinge bietet, sondern auch langfristige Kapazitäten innerhalb der portugiesischen psychiatrischen Gemeinschaft aufbaut, um flüchtlingsspezifische Probleme zu behandeln. Außerdem soll das Bewusstsein für die psychologischen Auswirkungen von Krieg und Vertreibung geschärft werden, um eine empathischere und besser informierte Gesellschaft zu schaffen, die Flüchtlinge besser integrieren und unterstützen kann.
Methodik der Umsetzung	Die Initiative "Construir a Paz" verfolgt einen umfassenden Ansatz, der direkte psychologische Unterstützung, berufliche Weiterbildung, die Schaffung und Übersetzung von Ressourcen und das Engagement in der Gemeinschaft kombiniert, um verschiedene Aspekte der psychischen Gesundheit von Flüchtlingen zu behandeln. Sie verfolgt eine Mehrkanalstrategie, bei der sowohl traditionelle Methoden wie Helplines als auch moderne digitale Plattformen für die Verbreitung von Ressourcen und die berufliche Vernetzung eingesetzt werden. Bei der Umsetzung wird auch Wert auf kulturelle Sensibilität und sprachliche Zugänglichkeit gelegt, um sicherzustellen, dass Ressourcen und Unterstützung in den Sprachen zur Verfügung stehen, die für die Zielbevölkerung am wichtigsten sind. Darüber hinaus setzt die Initiative auf ein Kooperationsmodell, bei dem Partnerschaften mit verschiedenen Organisationen eingegangen werden und das Fachwissen ukrainischsprachiger Fachleute genutzt wird, um die Wirksamkeit und Reichweite der Dienste zu erhöhen.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Die Initiative "Construir a Paz" bietet eine psychologische Beratungshotline rund um die Uhr in englischer und portugiesischer Sprache, eine tägliche ukrainischsprachige Hotline für psychologische Unterstützung, Fortbildungskurse für Psycholog_innen, ein Online-Forum für Psycholog_innen, die mit Flüchtlingen arbeiten, eine Datenbank



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

	ukrainischsprachiger Psycholog_innen, übersetzte Ressourcen zu psychischer Gesundheit und Trauma sowie regelmäßige Kolumnen für die Medien.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Das breite Spektrum an Dienstleistungen und Ressourcen der Initiative "Construir a Paz" soll den Zugang zu psychosozialer Unterstützung für ukrainische Flüchtlinge verbessern und die Fähigkeit portugiesischer Psycholog_innen stärken, auf die psychischen Bedürfnisse von Flüchtlingen wirksam einzugehen.
Attraktivität	Die Initiative "Construir a Paz" ist ein umfassender Ansatz, der mehrere Aspekte der psychischen Gesundheit von Flüchtlingen behandelt und mehrsprachige Unterstützung zur Überwindung von Sprachbarrieren bietet. Sie bietet eine Kombination aus direkter Unterstützung und professioneller Entwicklung und nutzt verschiedene Medien und Formate zur Informationsverbreitung. Darüber hinaus bietet sie eine schnelle Reaktion auf eine entstehende Krisensituation.
Übertragbarkeitspotenzial	Dieser vielschichtige Ansatz kann von anderen Ländern oder Organisationen, die mit ähnlichen Flüchtlingskrisen konfrontiert sind, übernommen werden. Das Modell der Kombination von direkter Unterstützung, beruflicher Weiterbildung und der Schaffung von Ressourcen kann in verschiedenen Kontexten nachgebildet werden, wobei Anpassungen an lokale Sprachen und spezifische Bedürfnisse möglich sind.
Gelernte Lektionen	▪ Durch die Bereitstellung mehrsprachiger Beratungsstellen und übersetzter Ressourcen tragen wir dazu bei, Sprachbarrieren bei der Unterstützung im Bereich der psychischen Gesundheit abzubauen, insbesondere in Krisensituationen. ▪ Der Schwerpunkt auf der Fortbildung von Psycholog_innen unterstreicht die Notwendigkeit, dass psychosoziale Fachkräfte ihre Fähigkeiten und ihr Wissen ständig aktualisieren, insbesondere wenn sie mit besonderen Krisensituationen konfrontiert sind. ▪ Indem wir sowohl unmittelbare psychologische Hilfe (über Helplines) als auch langfristige Ressourcen (wie übersetzte Materialien) anbieten, schaffen wir eine Grundlage für kontinuierliche Unterstützung und Selbsthilfe. ▪ Die Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Organisationen und Fachleuten ermöglicht die Bündelung von Ressourcen, Fachwissen und Netzwerken, was zu einer umfassenderen, wirksameren und koordinierteren Reaktion führt. ▪ Ein mehrkanaliger Ansatz (Online-Foren, Helplines, Medienspalten) gewährleistet, dass Informationen und Unterstützung die verschiedenen Bevölkerungsgruppen über die von ihnen bevorzugten Medien erreichen.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Bewährte Praxis Nr. 3

Titel	Mind-Spring: Präventivmaßnahmen für und von Flüchtlingen
Land	Die Niederlande
Durchführende Organisation	Niederländischer Rat für Flüchtlinge und Pharos
Website oder Link zur Praxis	https://shorturl.at/oLXbD https://arq.org/projecten/mind-spring [nur auf Niederländisch verfügbar]
Zusammenfassende Beschreibung	Mind-Spring ist eine präventive Gruppenmaßnahme, die Psychoedukation und Elternunterstützung für Flüchtlinge bietet. Es zielt darauf ab, die psychische Gesundheit und die psychosozialen Fähigkeiten durch kultursensible Programme für Erwachsene, Kinder, Jugendliche und Eltern zu verbessern, die von Lehrpersonal mit Flüchtlingshintergrund und Fachleuten für psychische Gesundheit geleitet werden.
Hauptzweck und Ziele	Der Hauptzweck von Mind-Spring besteht darin, psychischen Problemen unter Flüchtlingen vorzubeugen bzw. sie zu lindern, indem frühzeitig Psychoedukation angeboten, Bewältigungsstrategien entwickelt und Informationen über das niederländische Gesundheitssystem bereitgestellt werden. Ziel ist es, das Wohlbefinden, die Lebenszufriedenheit, die Widerstandsfähigkeit und das Kohärenzgefühl von Flüchtlingen zu verbessern und damit letztlich zu einer besseren Integration in die niederländische Gesellschaft beizutragen.
Methodik der Umsetzung	Die Intervention wird durch vier verschiedene Programme umgesetzt: 1) Mind-Spring für Erwachsene, 2) Mind-Spring Junior für Kinder (8-12 Jahre), 3) Mind-Spring 13+ für Teenager (13-18 Jahre) und 4) Unterstützung für Eltern. Jedes Programm besteht aus 8 Sitzungen zu je 2 Stunden, die in Gruppen von 10-15 Teilnehmenden, die dieselbe Sprache sprechen, durchgeführt werden. Die Sitzungen werden von einem/einer Trainer_in mit Flüchtlingshintergrund und einem/einer Co-Trainer_in aus dem Bereich der professionellen psychischen Gesundheitspflege geleitet.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Das Mind-Spring-Programm bietet Flüchtlingen umfassende Unterstützung durch verschiedene Schlüsselaktivitäten und Ressourcen. Zu den Aktivitäten gehören Psychoedukation zu Themen der psychischen Gesundheit, Informationen über das niederländische Gesundheitssystem, die Entwicklung von Bewältigungsmechanismen und die Stärkung des Selbstvertrauens. Das Programm bietet auch Elternunterstützung für Flüchtlingsfamilien. Zu den wesentlichen Ressourcen gehören geschulte Moderator_innen mit Flüchtlingshintergrund, Fachleute für psychische Gesundheit und mehrsprachige Schulungsmaterialien für verschiedene Altersgruppen. Diese Kombination von Aktivitäten und Ressourcen gewährleistet eine kultursensible und wirksame Unterstützung für Flüchtlinge aller Altersgruppen, die auf ihre psychischen Bedürfnisse eingeht und die Integration in die niederländische Gesellschaft erleichtert.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Mind-Spring trägt nachweislich zur Verbesserung des Wohlbefindens, der Lebenszufriedenheit, der Resilienz und des Kohärenzgefühls der Teilnehmenden bei. Es wurde vom niederländischen Nationalen Institut für öffentliche Gesundheit und Umwelt (RIVM) als theoretisch fundierte



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

	Intervention anerkannt. Eine Evaluierung aus dem Jahr 2022 hat gezeigt, dass das Programm einen positiven Beitrag zum Integrationsprozess von Flüchtlingen in die niederländische Gesellschaft leistet.
Attraktivität	Mind-Spring ist ein attraktives und wirksames Programm zur Unterstützung der psychischen Gesundheit von Flüchtlingen, da es einen kultursensiblen Ansatz verfolgt, der die Unterstützung durch Gleichaltrige mit professioneller Beratung kombiniert. Es bietet umfassende Programme für Erwachsene, Jugendliche und Familien und konzentriert sich sowohl auf Prävention als auch auf Frühintervention. Das Programm hat sich bei der Verbesserung des Wohlbefindens und der Integration als wirksam erwiesen und lässt sich nachweislich an verschiedene Flüchtlingsgruppen anpassen. Diese Merkmale tragen gemeinsam zum Erfolg von Mind-Spring bei, wenn es darum geht, die komplexen psychischen Bedürfnisse der verschiedenen Flüchtlingsgruppen zu erfüllen.
Übertragbarkeitspotenzial	Das Mind-Spring-Modell hat ein großes Potenzial für die Anpassung an verschiedene internationale Kontexte. Um dieses Programm erfolgreich zu übertragen, können mehrere Schlüsselstrategien eingesetzt werden. Dazu gehören die Ausbildung von einheimischen Flüchtlingen zu Moderator_innen, die Bildung von Partnerschaften mit lokalen Einrichtungen für psychische Gesundheit und die Übersetzung von Programmmaterialien in die relevanten Sprachen. Darüber hinaus ist es von entscheidender Bedeutung, den Inhalt an die lokalen Gesundheitssysteme und kulturellen Gegebenheiten anzupassen. Die Umsetzung der vierteiligen Struktur des Programms würde eine umfassende Abdeckung der unterschiedlichen Bedürfnisse gewährleisten. Wenn diese Schritte befolgt werden, kann das Mind-Spring-Modell unter Beibehaltung seiner Kernprinzipien und Anpassung an die lokalen Gegebenheiten in verschiedenen Ländern wirksam umgesetzt werden.
Gelernte Lektionen	▪ Die Kombination von Peer-Support-Spezialist_innen mit Fluchthintergrund und professioneller psychosozialer Beratung ist äußerst wirksam, um das psychische Wohlbefinden von Flüchtlingen zu verbessern. ▪ Eine frühzeitige Behandlung der psychischen Gesundheit kann schwerwiegendere Probleme verhindern, da ein frühzeitiges Eingreifen mögliche negative Folgen für die psychische Gesundheit aufhalten, verringern oder hinauszögern kann. ▪ Ein kultursensibler Ansatz erhöht das Engagement und die Wirksamkeit, und die Einbeziehung von Ausbilder_innen, die die gleiche Sprache und den gleichen Hintergrund wie die Teilnehmenden haben, schafft ein angenehmeres und vertrauterer Umfeld für Flüchtlinge. ▪ Umfassende familiäre Unterstützung, einschließlich Erziehungsberatung, ist für das Wohlbefinden von Flüchtlingen von entscheidender Bedeutung, da bei der psychischen Betreuung von Flüchtlingen die gesamte Familieneinheit berücksichtigt werden muss. ▪ Die Konzentration auf Stärken, Bewältigungsstrategien und eine positive Identität stärkt die Teilnehmenden, was für Flüchtlinge bei der Bewältigung der Herausforderungen in ihrer neuen Umgebung von entscheidender Bedeutung ist.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

Bewährte Praxis Nr. 4

Titel	Umfassende Ressourcen für die psychische Gesundheit von Flüchtlingen und Asylbewerber_innen
Land	Vereinigtes Königreich (UK)
Durchführende Organisation	Stiftung für psychische Gesundheit
Website oder Link zur Praxis	https://www.mentalhealth.org.uk/our-work/programmes/refugees/resources
Zusammenfassende Beschreibung	Ein vielseitiger Ansatz zur Unterstützung der psychischen Gesundheit von Flüchtlingen und Asylbewerber_innen durch Bildungsressourcen, persönliche Geschichten, Podcasts und übersetzte Ratschläge zur psychischen Gesundheit. Diese umfassende Initiative kombiniert praktische Informationen über das Leben im Vereinigten Königreich mit emotionaler Unterstützung und Bewältigungsstrategien, die speziell auf die Erfahrungen von Flüchtlingen zugeschnitten sind.
Hauptzweck und Ziele	Der Hauptzweck dieser Ressourcen für die psychische Gesundheit besteht darin, Flüchtlingen und Asylbewerber_innen zugängliche, kultursensible Unterstützung und Informationen zur psychischen Gesundheit zu bieten und auf ihre besonderen Herausforderungen und Erfahrungen einzugehen. Die Initiative zielt darauf ab, Flüchtlinge zu stärken, indem sie Ressourcen anbietet, die das psychische Wohlbefinden, die Widerstandsfähigkeit und die erfolgreiche Integration in ihre neuen Gemeinschaften fördern. Darüber hinaus soll das Bewusstsein für die besonderen psychischen Bedürfnisse von Flüchtlingen und Asylbewerber_innen sowohl in der Öffentlichkeit als auch bei den Fachkräften des Gesundheitswesens geschärft werden, um ein unterstützendes und verständnisvolles Umfeld zu schaffen.
Methodik der Umsetzung	Die Mental Health Foundation nutzt eine Vielzahl von Medien (Filme, Podcasts, schriftliche Leitfäden, Kurzgeschichten und statistische Berichte, Links für weitere Unterstützung) und Sprachen (Englisch, Paschtu, Ukrainisch, Dari und Arabisch), um ein breites Publikum zu erreichen. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Erstellung von Inhalten durch Gleichgesinnte und dem Austausch persönlicher Erfahrungen.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Diese Initiative bietet ein breites Spektrum an Ressourcen, darunter Lehrfilme über psychisches Wohlbefinden, Kurzgeschichten von Flüchtlingen und Asylbewerber_innen, Podcast-Serien über das Leben im Asylbereich in Schottland und Geschichten der Hoffnung sowie Beratung zur psychischen Gesundheit in mehreren Sprachen. Darüber hinaus bietet sie Links zu anderen Hilfsorganisationen und schafft so ein umfassendes Netzwerk von Ressourcen, über das Flüchtlinge und Asylbewerber_innen Informationen und Unterstützung erhalten.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Der Ansatz der Mental Health Foundation hat das Potenzial, durch seine vielfältigen, mehrsprachigen Ressourcen und Peer-geleiteten Inhalte eine erhebliche Wirkung zu entfalten, die Zugänglichkeit und Verständlichkeit für ein breites Flüchtlingspublikum zu verbessern und das Bewusstsein für psychische Gesundheit zu schärfen, Bewältigungsstrategien zu verbessern und kulturelle Barrieren für die Unterstützung psychischer Gesundheit bei Flüchtlingen und Asylbewerber_innen zu überwinden.





2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Attraktivität	Die Attraktivität dieser Initiative liegt in den mehrsprachigen Ressourcen, die in Paschtu, Ukrainisch, Dari und Arabisch zur Verfügung stehen, sowie in einer Vielzahl von Medienformaten wie Filmen, Podcasts und schriftlichen Leitfäden, die auf unterschiedliche Vorlieben und Lernstile eingehen. Die Attraktivität wird durch die Erstellung von Inhalten durch Gleichaltrige, die Konzentration auf praktische Aspekte des Lebens im Asylbereich wie Bildung und Beschäftigung und die Betonung von Hoffnung und positiven Erfahrungen weiter gesteigert, wodurch die Ressourcen für Flüchtlinge und Asylbewerber_innen sowohl nachvollziehbar als auch ermutigend sind.
Übertragbarkeitspotenzial	Diese innovative Praxis könnte in verschiedenen Kontexten angepasst werden, indem ähnliche mehrsprachige Ressourcen in anderen Ländern geschaffen und die Erstellung von Inhalten durch Gleichaltrige in verschiedenen Flüchtlingsgemeinschaften umgesetzt werden. Darüber hinaus kann der Ansatz auf die lokalen Bedürfnisse zugeschnitten werden, indem die Podcast-Themen an die spezifischen Asylverfahren und Herausforderungen in jeder Region angepasst werden und indem Partnerschaften mit lokalen Organisationen eingegangen werden, um regionsspezifische Informationen und Unterstützung bereitzustellen.
Gelernte Lektionen	▪ Die Bereitstellung von Informationen in mehreren Sprachen ist für die Zugänglichkeit von entscheidender Bedeutung, da mehrsprachige Ressourcen auch dazu beitragen, die kulturelle Identität zu bewahren und ein Gefühl der Integration im Gastland zu fördern. ▪ Die Erstellung von Inhalten durch Gleichaltrige erhöht die Relevanz und den Wiedererkennungswert und stärkt die Flüchtlinge durch die Validierung ihrer Erfahrungen und ihres Wissens, was ihr Selbstwertgefühl und ihre Zielstrebigkeit steigern kann. ▪ Es ist wichtig, neben der psychischen Gesundheit auch die praktischen Aspekte des Lebens im Asylbereich zu behandeln, ein integrierter Ansatz, der den Flüchtlingen hilft, ihre Widerstandsfähigkeit zu stärken, indem er ihnen sowohl praktische als auch emotionale Werkzeuge an die Hand gibt. ▪ Die Verwendung verschiedener Medienformate trägt dazu bei, ein breiteres Publikum zu erreichen, und ermöglicht die Wiederholung von Schlüsselinformationen in verschiedenen Medien. ▪ Das Erzählen von Hoffnungsgeschichten kann ein wirkungsvolles Instrument zur Förderung des psychischen Wohlbefindens sein, da das Erzählen der eigenen Geschichte sich auf die Erzählenden therapeutisch auswirken kann.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

Bewährte Praxis #5

Titel	Unterstützung von schutzbedürftigen Drittstaatsangehörigen bei Rückkehrverfahren
Land	Bulgarien
Durchführende Organisation	Zentrum für Rechtshilfe - Stimme in Bulgarien & Mission Wings Foundation
Website oder Link zur Praxis	https://centerforlegalaid.com/en/supporting-vulnerable-third-country-national
Zusammenfassende Beschreibung	Das Projekt unterstützt schutzbedürftige Personen, die mit einem Rückkehrverfahren konfrontiert sind, indem es Fallmanagement, Rechtsbeistand und Kommunikationshilfe anbietet. Dieser umfassende Ansatz hilft, Stress und Ängste abzubauen, und trägt so zum allgemeinen psychischen Wohlbefinden der Flüchtlinge bei.
Hauptzweck und Ziele	Das Projekt ist auf die Bedürfnisse schutzbedürftiger Drittstaatsangehöriger ausgerichtet, die die Anforderungen an den legalen Aufenthalt nicht mehr erfüllen. Es soll sicherstellen, dass ihre Rechte und ihre Würde während des Rückkehrverfahrens geschützt werden, indem es maßgeschneiderte rechtliche und soziale Unterstützung bietet. Indem es sich mit den rechtlichen Aspekten befasst, trägt das Projekt indirekt dazu bei, die psychische Belastung der Personen zu verringern, die komplexe Rückkehrverfahren durchlaufen.
Methodik der Umsetzung	Ein Team aus Fallmanager_innen und Rechtsexpert_innen arbeitete mit den Betroffenen zusammen, um individuelle Unterstützungspläne zu erstellen und ihnen Beratung und rechtliche Vertretung zu bieten. Das Team berücksichtigte bei jedem Fall die Auswirkungen auf die psychische Gesundheit und verwies die Betroffenen bei Bedarf an psychosoziale Dienste. Das Projekt arbeitete auch mit staatlichen und kommunalen Organisationen zusammen, um die Behandlung von schutzbedürftigen Personen in Rückführungsverfahren zu verbessern, was zu einem unterstützenden Umfeld führte.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Zu den Aktivitäten gehörten Fallmanagement-Sitzungen, rechtliche Vertretung vor Gericht und die Koordinierung mit staatlichen Behörden für alternative Haftmaßnahmen. Zu den benötigten Ressourcen gehörten juristisches Fachwissen, geschulte Fallmanager_innen, die Zusammenarbeit mit lokalen Behörden und NRO sowie der Zugang zu psychosozialen Überweisungsdiensten.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Das Projekt hatte eine Erfolgsquote von 47,5 % bei der Erledigung von Fällen, in denen Alternativen zur Inhaftierung angewandt wurden, und verbesserte die Gesamtbehandlung und die Ergebnisse für gefährdete Personen. Durch die Verringerung der Rechtsunsicherheit und des Stresses, die mit Rückführungsverfahren verbunden sind, trug das Projekt zu einem besseren psychologischen Wohlbefinden der Teilnehmenden bei.
Attraktivität	Der innovative Ansatz des Projekts, Alternativen zur Inhaftierung zu nutzen, und die Zusammenarbeit mit verschiedenen Akteuren machen es zu einem Modell für ein humanes und effizientes Management von Rückführungsverfahren. Das Projekt verfolgt erfolgreich einen





2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

	ganzheitlichen Ansatz, der die psychologischen und rechtlichen Bedürfnisse von schutzbedürftigen Personen berücksichtigt.
Übertragbarkeitspotenzial	Diese Praxis kann in anderen Ländern übernommen werden, um gefährdete Gruppen in ähnlichen Kontexten zu unterstützen und so die Einhaltung internationaler Menschenrechtsstandards zu gewährleisten und gleichzeitig die psychischen Bedürfnisse von Personen zu berücksichtigen, die ein Rückkehrverfahren durchlaufen müssen.
Gelernte Lektionen	▪ Die multidisziplinäre Zusammenarbeit ist von entscheidender Bedeutung, um sowohl bei der rechtlichen als auch bei der psychosozialen Unterstützung wirksame Ergebnisse zu erzielen. ▪ Flexibilität in der Herangehensweise: Die Situation jeder Person ist einzigartig, und Flexibilität in der Herangehensweise - sowohl in rechtlicher als auch in sozialer Hinsicht - ist notwendig, um die Unterstützungsdienste auf die spezifischen Umstände und Bedürfnisse der jeweiligen Person abzustimmen. ▪ Die rechtliche Vertretung ist von entscheidender Bedeutung für den Schutz der Rechte schutzbedürftiger Personen, was auch die psychologische Belastung durch die Unsicherheit verringert. ▪ Kontinuierliche Überwachung und Bewertung: Eine regelmäßige Überwachung und Bewertung jedes einzelnen Falles ist notwendig, um Strategien und Maßnahmen anzupassen und sicherzustellen, dass sie im Laufe der Zeit relevant und wirksam bleiben. Dieser Ansatz trägt dazu bei, psychische Gesundheitsprobleme frühzeitig zu erkennen und sie umgehend anzugehen.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

Bewährte Praxis #6

Titel	Bulgarien als Teil des Netzes für barrierefreie Informationen
Land	Bulgarien
Durchführende Organisation	Stiftung für den Zugang zu Rechten (FAR) Bulgarien
Website oder Link zur Praxis	https://farbg.eu/bg/projects/blgariya-kato-chast-ot-mezhdunarodna-mrezha-za-dostpna-informaciya
Zusammenfassende Beschreibung	Das Projekt bietet Flüchtlingen und Asylbewerber_innen in Bulgarien zugängliche rechtliche und psychologische Informationen, wobei ein mehrkanaliger Ansatz verfolgt wird, einschließlich der Plattform Migrantlife.bg und einer mehrsprachigen Hotline.
Hauptzweck und Ziele	Das Hauptziel des Projekts besteht darin, Flüchtlingen zuverlässige und zugängliche Informationen über ihre Rechte, Gesundheitsdienste und Ressourcen für die psychische Gesundheit zur Verfügung zu stellen, um ihnen die Anpassung und das Wohlbefinden in Bulgarien zu erleichtern.
Methodik der Umsetzung	Das Projekt nutzt eine Online-Plattform, Migrantlife.bg, eine mehrsprachige Hotline und Vor-Ort-Einsätze, um Informationen und Unterstützung in verschiedenen Sprachen anzubieten. Es arbeitet auch mit lokalen Gemeinschaften zusammen, um eine effektive Kommunikation und Unterstützung zu gewährleisten.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Zu den wichtigsten Aktivitäten gehören: - Entwicklung und Pflege des Informationsportals Migrantlife.bg. - Betrieb einer mehrsprachigen Support-Hotline. - Vor-Ort-Einsätze und Verteilung von Informationsmaterial. Zu den benötigten Ressourcen gehören: - Mehrsprachige Übersetzungsdienste. - Zusammenarbeit mit lokalen Fachleuten (Recht, psychische Gesundheit usw.). - Technische Ressourcen für die Entwicklung des Informationsportals.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Durch das Projekt wurde der Zugang zu Informationen und psychosozialer Unterstützung für über 500 Flüchtlinge effektiv verbessert. Infolgedessen wurde die Inanspruchnahme psychosozialer Dienste erhöht und das Bewusstsein der Zielbevölkerung für ihre gesetzlichen Rechte verbessert.
Attraktivität	Der innovative Einsatz von Technologie und ein ganzheitlicher Ansatz, der rechtliche, soziale und psychologische Unterstützung kombiniert, machen dieses Projekt zu einem Modell für ähnliche Initiativen. Es hat ein nachhaltiges Netzwerk für die kontinuierliche Unterstützung von Flüchtlingsgemeinschaften geschaffen.
Übertragbarkeitspotenzial	Dieses Verfahren kann auch in anderen Kontexten angewandt werden, indem Sprache und Inhalt an die Bedürfnisse der verschiedenen Flüchtlingsgruppen angepasst werden. Freiwillige und Führungskräfte in der Gemeinde können diesen Ansatz nutzen, um ähnliche Plattformen und Workshops zu entwickeln, die auf die psychische Gesundheit und die Informationsbedürfnisse von Flüchtlingen in anderen Ländern zugeschnitten sind.





2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Gelernte Lektionen

- **Wirksame Kommunikation:** Eine klare und kultursensible Kommunikation ist bei der Entwicklung von Informationsmaterial für Flüchtlinge unerlässlich.
- **Kooperativer Ansatz:** Die Einbindung verschiedener Interessengruppen wie NRO, Regierungsstellen und Flüchtlingsgemeinschaften gewährleistet den Erfolg und die Nachhaltigkeit des Projekts.
- **Anpassungsfähigkeit:** Die Bedürfnisse von Flüchtlingen können sich schnell ändern, daher ist die Flexibilität von Inhalten und Dienstleistungen entscheidend.
- **Engagement der Gemeinschaft:** Die Einbindung von Gemeindevertreter_innen in die Entwicklung und Verbreitung von Informationen stärkt das Vertrauen und die Beteiligung der Flüchtlinge.



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

Bewährte Praxis #7

Titel	Programm für Peer-Unterstützung und Psychoedukation von Flüchtlingen
Land	Deutschland
Durchführende Organisation	Flüchtlingshelferkreis München (Refugee Helper Circle Munich)
Website oder Link zur Praxis	www.fluechtlingshilfe-muenchen.de
Zusammenfassende Beschreibung	Das Programm ist eine präventive Initiative zur psychischen Gesundheit und Psychoedukation. Das Programm stärkt Flüchtlinge, indem es von Peers geleitete Unterstützung für psychische Gesundheit und Psychoedukation zu Themen wie Trauma, Bewältigungsmechanismen und Integrationsherausforderungen bietet. Das Programm kombiniert die Erfahrungen von Peers, die Flüchtlinge betreuen, mit dem Fachwissen von Fachleuten für psychische Gesundheit, um sicherzustellen, dass die Unterstützung kultursensibel und nachvollziehbar ist. Die Initiative zielt darauf ab, die Resilienz, das emotionale Wohlbefinden und das Selbstvertrauen der Flüchtlinge zu stärken, um ihre Integration zu erleichtern.
Hauptzweck und Ziele	Das Hauptziel des Programms ist die frühzeitige Psychoedukation und Unterstützung der psychischen Gesundheit von Flüchtlingen, wobei der Schwerpunkt auf Prävention und Empowerment liegt. Durch die Einbeziehung von Peer-Moderator_innen mit Flüchtlingshintergrund schafft das Programm ein vertrauterer und angenehmeres Umfeld. Die wichtigsten Ziele sind die Verhinderung der Entwicklung schwerwiegender psychischer Probleme, die Verbesserung der Bewältigungsstrategien der Flüchtlinge und die Förderung ihres psychosozialen Wohlbefindens, was wiederum zu besseren Integrationsergebnissen führt. Das Programm zielt auch darauf ab, den Flüchtlingen Informationen über das deutsche Gesundheitssystem und die sozialen Dienste zu vermitteln.
Methodik der Umsetzung	Das Programm wird in kleinen Gruppen durchgeführt, in denen die Flüchtlinge mit gleichaltrigen Betreuer_innen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, und mit Fachleuten für psychische Gesundheit zusammengebracht werden. Es ist in eine Reihe von Psychoedukationssitzungen gegliedert, die sich jeweils auf einen anderen Aspekt der psychischen Gesundheit, der Bewältigungsstrategien und der sozialen Integration konzentrieren. Die Peer-Moderator_innen, die die gleiche Sprache und den gleichen kulturellen Hintergrund wie die Teilnehmenden haben, leiten die Diskussionen und Aktivitäten, während die Fachleute für psychische Gesundheit zusätzliche Anleitung und Fachwissen bereitstellen. Das Programm richtet sich an erwachsene Flüchtlinge und Asylbewerber_innen zwischen 18 und 50 Jahren. An den Gruppen nehmen Männer und Frauen mit unterschiedlichem Hintergrund teil. Die Initiative umfasst auch Sitzungen zur Unterstützung von Familien.



Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Das Programm bietet eine Kombination aus psychoedukativen Sitzungen und Peer-Unterstützung, um Flüchtlingen zu helfen, ihre psychische Gesundheit zu verstehen und sich an das Leben in Deutschland anzupassen. ▪ Die Flüchtlinge nehmen an Workshops zu den Themen Trauma, Resilienz, Bewältigungsmechanismen und Orientierung im deutschen Gesundheitssystem teil. ▪ Flüchtlinge mit Lebenserfahrung werden als Peer-Moderator_innen ausgebildet, die die Sitzungen leiten und ihre Erkenntnisse weitergeben ▪ Diese Sitzungen bieten Anleitung zur Erziehung und Entwicklung von Kindern und gehen auf die psychischen Bedürfnisse von Flüchtlingsfamilien als Einheit ein. ▪ Es werden mehrsprachige Materialien und Ressourcen bereitgestellt, um sicherzustellen, dass die Inhalte für alle Teilnehmenden zugänglich sind. ▪ Peer-Moderator_innen helfen den Teilnehmenden, Kontakte zu lokalen Diensten und Ressourcen für die psychische Gesundheit, wie Beratung und Therapie, zu knüpfen.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Das Programm hat einen tiefgreifenden Einfluss auf die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden der teilnehmenden Flüchtlinge gehabt. Flüchtlinge, die an dem Programm teilnehmen, berichten von verbesserten Bewältigungsstrategien, größerer Widerstandsfähigkeit und einer verbesserten Fähigkeit, sich im Leben in Deutschland zurechtzufinden. Der Einsatz von Peer-Moderator_innen fördert das Vertrauen und schafft eine unterstützende Lernumgebung. Das familienbasierte Unterstützungsmodell stellt außerdem sicher, dass die gesamte Familieneinheit angesprochen wird, was sowohl das individuelle als auch das kollektive Wohlbefinden verbessert. Das Programm hat dazu beigetragen, die Stigmatisierung der psychischen Gesundheit in Flüchtlingsgemeinschaften zu verringern und die Integrationsergebnisse zu verbessern.
Attraktivität	Das Programm kombiniert professionelle psychosoziale Betreuung mit kultursensibler Beratung durch Gleichaltrige. Dieser duale Ansatz gewährleistet, dass sich die Flüchtlinge von jemandem verstanden und unterstützt fühlen, der den gleichen Hintergrund wie sie hat, während sie gleichzeitig von professionellem Fachwissen im Bereich der psychischen Gesundheit profitieren können. Der Schwerpunkt auf frühzeitiger Psychoedukation und Familienunterstützung macht das Programm besonders wirksam bei der Prävention langfristiger psychischer Probleme.
Übertragbarkeitspotenzial	Dieses Modell lässt sich leicht auf andere Regionen oder Länder mit Flüchtlingsbevölkerung übertragen. Der Schlüssel für eine erfolgreiche Übertragung ist die Einbeziehung von Peer-Moderator_innen mit Flüchtlingshintergrund in Verbindung mit der Unterstützung von Fachleuten für psychische Gesundheit. Ausbildung von lokalen Flüchtlingen als Moderator_innen, Bildung von Partnerschaften mit Organisationen für psychische Gesundheit und Bereitstellung von kultursensiblen Material.
Gelernte Lektionen	▪ Die Kombination von Peer-Unterstützung und professioneller psychosozialer Betreuung ist ein wirksames Mittel, um eine unterstützende, vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen. Peer-Unterstützer_innen mit einem ähnlichen Hintergrund fördern Vertrauen und Engagement. ▪ Eine frühzeitige Psychoedukation kann die Entwicklung schwerwiegenderer psychischer Probleme verhindern, indem sie den Flüchtlingen frühzeitig Bewältigungsstrategien und Resilienzfähigkeiten vermittelt.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

	▪ Ein kultursensibler Ansatz erhöht die Wirksamkeit des Programms, indem er dafür sorgt, dass sich die Flüchtlinge respektiert und verstanden fühlen, was die Teilnahme und die Ergebnisse verbessert. ▪ Die Unterstützung der Familie ist von entscheidender Bedeutung, wenn es darum geht, die Bedürfnisse der gesamten Familie im Bereich der psychischen Gesundheit zu erfüllen. ▪ Die Konzentration auf Stärken, Bewältigungsstrategien und Resilienz ermöglicht es den Flüchtlingen, ihr psychisches Wohlbefinden selbst in die Hand zu nehmen und sich in ihrer neuen Umgebung besser zurechtzufinden.
--	---



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

Bewährte Praxis #8

Titel	Handbuch Deutschland - Ressourcen für psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Flüchtlingen und Migrant_innen
Land	Deutschland
Durchführende Organisation	Neue Deutsche Medienmacher e.V. in Zusammenarbeit mit mehreren Nichtregierungsorganisationen, darunter Diakonie, Caritas und die Robert-Bosch-Stiftung
Website oder Link zur Praxis	https://handbookgermany.de/en
Zusammenfassende Beschreibung	Handbuch Deutschland ist eine digitale Plattform, die umfassende Ressourcen zur psychischen Gesundheit und zum Wohlbefinden von Flüchtlingen und Migrant_innen bereitstellt. Sie bietet mehrsprachige Informationen zu Themen wie Traumabewältigung, Ängste, Depressionen und Selbstfürsorge. Die Plattform zielt darauf ab, Migrant_innen durch das System der psychischen Gesundheitsversorgung in Deutschland zu führen und ihnen zu helfen, die verfügbaren Unterstützungsdienste zu verstehen. Die Inhalte sind in mehreren Sprachen verfügbar, darunter Arabisch, Farsi, Englisch, Französisch, Türkisch und Russisch.
Hauptzweck und Ziele	Das Hauptziel von Handbook Germany ist es, Barrieren beim Zugang zu Informationen über psychische Gesundheit für Flüchtlinge und Migrant_innen abzubauen, indem Ressourcen in deren Muttersprache angeboten werden. Die Plattform bietet zugängliche Informationen über das deutsche Gesundheitssystem, psychosoziale Dienste und Strategien zur Bewältigung von Stress und Traumata. Ziel ist es, Migrant_innen zu befähigen, indem sie das nötige Handwerkszeug erhalten, um psychische Probleme zu bewältigen und angemessene Hilfe zu suchen.
Methodik der Umsetzung	Die Plattform wurde in Zusammenarbeit von Medienfachleuten, Expert_innen für psychische Gesundheit und Organisationen zur Unterstützung von Flüchtlingen entwickelt. Die Website wird regelmäßig aktualisiert, um neue Entwicklungen in der deutschen Gesundheitsversorgung widerzuspiegeln, und die Inhalte werden in mehrere Sprachen übersetzt, um die Inklusion zu gewährleisten. Interaktive Tools, Artikel und Videos machen die Ressourcen leicht verständlich und zugänglich für ein vielfältiges Migrantepublikum.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Zu den wichtigsten Aktivitäten des Projekts gehört die Erstellung von Bildungsinhalten zu den Themen psychische Gesundheit, Trauma und Selbstfürsorge. Diese Inhalte werden von Fachleuten für psychische Gesundheit entwickelt und durch interaktive Videos, Artikel und FAQs in mehreren Sprachen zugänglich gemacht. Ressourcen wie Online-Verzeichnisse und Kontakte zu Unterstützungsdiensten sowie Informationen darüber, wie man sich im Gesundheitssystem zurechtfindet, sind wichtige Bestandteile der Plattform. Der digitale Charakter des Projekts ermöglicht den Einsatz von Multimedia-Tools und regelmäßige Aktualisierungen der Plattform.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Die Plattform hat den Zugang zu Informationen über psychische Gesundheit für Flüchtlinge und Migrant_innen erheblich verbessert, insbesondere für diejenigen mit begrenzten Deutschkenntnissen. Durch die Bereitstellung wichtiger Informationen in ihrer Muttersprache hat die Initiative das



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.



2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

	Bewusstsein für psychische Gesundheit und die Inanspruchnahme der verfügbaren Unterstützungsdienste erhöht. Sie hat auch dazu beigetragen, die Stigmatisierung der psychischen Gesundheit in Migrantengemeinschaften zu verringern und ein proaktives Verhalten bei der Suche nach Hilfe zu fördern.
Attraktivität	Diese Initiative schließt eine große Lücke im Bereich der psychischen Gesundheitsdienste für Flüchtlinge und Migrant_innen, indem sie Informationen in mehreren Sprachen bereitstellt. Ihr digitales, leicht zugängliches Format gewährleistet, dass Migrant_innen jederzeit und überall auf die benötigten Ressourcen zugreifen können. Die Zusammenarbeit zwischen etablierten Nichtregierungsorganisationen und Fachleuten des Gesundheitswesens erhöht die Glaubwürdigkeit und Wirkung der Initiative und zeigt einen kultursensiblen Ansatz, der bei der Zielgruppe Anklang findet.
Übertragbarkeitspotenzial	Dieses Modell kann leicht für den Einsatz in anderen Ländern mit Migrationsbevölkerung angepasst werden. Sein digitales Format ermöglicht eine schnelle Übersetzung und Lokalisierung der Inhalte, was es zu einem wertvollen Instrument für Organisationen macht, die verschiedenen Migrantengemeinschaften Unterstützung im Bereich der psychischen Gesundheit anbieten wollen. Führungskräfte der Gemeinde und Freiwillige könnten dieses Modell übernehmen, um ähnliche Plattformen zu schaffen, die auf ihre lokalen Gegebenheiten zugeschnitten sind.
Gelernte Lektionen	▪ Durch die Zusammenarbeit mit Medienfachleuten und Expert_innen für psychische Gesundheit entstehen zugängliche, hochwertige Ressourcen, die sowohl praktischen als auch psychologischen Bedürfnissen gerecht werden. ▪ Die Beseitigung von Sprachbarrieren durch mehrsprachige Plattformen verbessert den Zugang zu Informationen über psychische Gesundheit für verschiedene Migrantengruppen erheblich. ▪ Digitale Plattformen ermöglichen eine weite Verbreitung und regelmäßige Aktualisierungen, so dass die Aktualität der Ressourcen gewährleistet bleibt. ▪ Die Bereitstellung von kultursensiblen und leicht verständlichen Materialien ist entscheidend, um Flüchtlinge und Migrant_innen für komplexe Themen wie psychische Gesundheit zu gewinnen. ▪ Partnerschaften zwischen Organisationen der psychischen Gesundheit und Flüchtlingshilfsdiensten erhöhen die Glaubwürdigkeit und die Reichweite der psychischen Gesundheitsressourcen.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

Bewährte Praxis #9

Titel	Refugees Welcome - Wohnungsintegrationsprogramm
Land	Deutschland
Durchführende Organisation	Refugees Welcome Deutschland
Website oder Link zur Praxis	www.refugees-welcome.net
Zusammenfassende Beschreibung	Diese Initiative bringt Flüchtlinge mit deutschen Einwohner_innen zusammen, die bereit sind, ihre Wohnungen zu teilen, und fördert so die kulturelle Integration durch persönliche Beziehungen. Das Programm hilft, Flüchtlinge aus überfüllten Unterkünften in Privatwohnungen zu bringen und fördert so die soziale Integration.
Hauptzweck und Ziele	Hauptziel ist es, Flüchtlingen eine menschenwürdige Unterkunft zu bieten und die kulturelle Integration durch gemeinsame Wohnformen zu erleichtern. Mit der Initiative sollen die Probleme der sozialen Isolation, der unzureichenden Lebensbedingungen und der begrenzten lokalen Unterstützungsnetze für Flüchtlinge gelöst werden.
Methodik der Umsetzung	Das Programm folgt einem strukturierten Prozess, der die Suche nach geeigneten Gastgeber_innen, die Zusammenführung von Flüchtlingen und die kontinuierliche Unterstützung beider Parteien umfasst. Freiwillige spielen eine zentrale Rolle bei der Umsetzung, von der Durchführung von Gesprächen und Bewertungen bis hin zur Beratung in Rechtsfragen und Konfliktlösung. Das Programm bietet ein kontinuierliches Engagement und Mentoring, um sicherzustellen, dass sowohl Flüchtlinge als auch Gastgeber_innen von der Wohnsituation profitieren und dass Herausforderungen umgehend angegangen werden. Das Programm richtet sich in erster Linie an erwachsene Flüchtlinge, Asylbewerber_innen und Personen mit subsidiärem Schutzstatus, die entweder in überfüllten Unterkünften leben oder Schwierigkeiten haben, eine Wohnung zu finden. Das Programm richtet sich auch an deutsche Staatsbürger_innen oder Personen, die seit langem in Deutschland leben und bereit sind, ihre Wohnungen für Flüchtlinge zu öffnen und ein unterstützendes Umfeld zu schaffen.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Sie bietet eine Vielzahl von Aktivitäten: ▪ Die Freiwilligen führen Gespräche mit Flüchtlingen und potenziellen Gastgeber_innen, um die Kompatibilität, die Lebensgewohnheiten und die Erwartungen zu ermitteln. ▪ Nach der Vermittlung bietet das Programm Kontrollbesuche bei Flüchtlingen und Gastgeber_innen an, um sicherzustellen, dass das Arrangement reibungslos funktioniert. Die Freiwilligen bieten bei Bedarf Dienste zur Konfliktlösung, Rechtsberatung und emotionale Unterstützung an. ▪ Die Initiative organisiert Veranstaltungen, bei denen sich Gastgeber_innen, Flüchtlinge und andere Gemeindemitglieder treffen und Erfahrungen austauschen können.



	▪ Die Gastgeber_innen werden ermutigt, an Peer-Support-Gruppen teilzunehmen, in denen sie Ratschläge und Erfahrungen mit anderen Gastgeber_innen austauschen und Herausforderungen teilen können. ▪ Die Freiwilligen bieten Beratung in rechtlichen Fragen, z. B. bei Wohngemeinschaften, einschließlich Mietverträgen, Zugang zu Wohngeld und Wohnsitzanforderungen.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Die Initiative hat das Leben von Flüchtlingen und Gastfamilien erheblich beeinflusst. Die Flüchtlinge, die an dem Programm teilnehmen, profitieren von verbesserten Lebensbedingungen, stärkeren sozialen Bindungen und besseren Sprachkenntnissen. Viele Flüchtlinge berichten, dass sie sich stärker mit ihren Gemeinden verbunden fühlen und praktische Kenntnisse über die deutsche Kultur und Gesellschaft erlangt haben. Auch die Gastgeber_innen berichten von positiven Erfahrungen und stellen fest, dass das Programm ihr Verständnis für die Erfahrungen von Flüchtlingen vertieft und negative Stereotypen in Frage stellt. Der Erfolg des Programms spiegelt sich in der wachsenden Zahl der beteiligten Gastfamilien und Flüchtlinge wider.
Attraktivität	Die Initiative ist attraktiv, weil sie ein bürgernahes, gemeinschaftsorientiertes Modell verfolgt, das die Bürger_innen in die Lage versetzt, sich aktiv an der Integration von Flüchtlingen zu beteiligen. Sie ist kosteneffizient und stützt sich auf vorhandene Ressourcen (die Wohnungen der Menschen), was eine unmittelbare soziale Wirkung hat.
Übertragbarkeitspotenzial	Dieses bewährte Verfahren kann in anderen Ländern von lokalen Gemeinschaftsgruppen und NRO übernommen werden. Die dezentralisierte, von Freiwilligen getragene Struktur lässt sich leicht an unterschiedliche rechtliche und kulturelle Gegebenheiten anpassen.
Gelernte Lektionen	▪ Persönliche Beziehungen sind der Schlüssel zu einer erfolgreichen Integration. Die Verbindung zwischen Flüchtlingen und Gastgeber_innen schafft Vertrauen, Verständnis und fördert den kulturellen Austausch, wodurch der Integrationsprozess verbessert wird. ▪ Eine kontinuierliche Unterstützung sowohl für die Flüchtlinge als auch für die Gastgeber_innen ist von entscheidender Bedeutung. Regelmäßige Kontrollbesuche und Konfliktlösungsdienste stellen sicher, dass etwaige Probleme frühzeitig angegangen werden, um stabile und unterstützende Lebensverhältnisse zu erhalten. ▪ Eine klare Kommunikation der Erwartungen von Anfang an verringert potenzielle Konflikte. Durch die Festlegung klarer Richtlinien haben sowohl die Flüchtlinge als auch die Gastgeber_innen ein besseres Verständnis für ihre Rollen und Verantwortlichkeiten, was die Erfahrung für alle Parteien reibungsloser macht. ▪ Peer-Support-Netze für Gastgeber_innen sind von unschätzbarem Wert und bieten emotionale und praktische Unterstützung. In diesen Netzwerken können Gastgeber_innen Ratschläge, Herausforderungen und bewährte Verfahren austauschen und so zu einer stärkeren und widerstandsfähigeren Gastbergergemeinschaft beitragen. ▪ Ein von Freiwilligen getragenes Programm lebt vom Vertrauen und der Beteiligung der Gemeinschaft, was zu seiner Nachhaltigkeit beiträgt.

Bewährte Praxis #10

Titel	Soziales Mentoring für die Integration von Flüchtlingen
Land	Deutschland
Durchführende Organisation	Start with a Friend e.V.
Website oder Link zur Praxis	www.start-with-a-friend.de
Zusammenfassende Beschreibung	Es handelt sich um ein Mentoringprogramm, das die soziale Integration von Flüchtlingen unterstützen soll, indem es sie mit einheimischen deutschen Freiwilligen zusammenbringt, die als Mentor_innen und Freund_innen fungieren. Das Programm konzentriert sich auf den Aufbau sinnvoller, langfristiger persönlicher Beziehungen, um Flüchtlingen zu helfen, sich in ihrer neuen Umgebung zurechtzufinden, Zugang zu lokalen Ressourcen zu erhalten und soziale Netzwerke aufzubauen. Die Initiative wurde in verschiedenen Städten in ganz Deutschland umgesetzt, um unterstützende und einladende Gemeinschaften für Flüchtlinge zu schaffen.
Hauptzweck und Ziele	Ihr Ziel ist es, die soziale Integration von Flüchtlingen in die deutsche Gesellschaft zu unterstützen, indem persönliche Beziehungen zu Einheimischen gefördert werden. Die Initiative zielt darauf ab, die soziale Isolation zu verringern, den kulturellen Austausch zu fördern und die Flüchtlinge durch praktische Hilfe und emotionale Unterstützung zu stärken. Durch diese Freundschaften erhalten die Flüchtlinge Zugang zu lokalen Ressourcen, verbessern ihre Sprachkenntnisse und können sich besser integrieren.
Methodik der Umsetzung	Im Rahmen des Programms werden Flüchtlinge mit lokalen Freiwilligen zusammengebracht, die sich verpflichten, die Flüchtlinge für einen bestimmten Zeitraum zu betreuen und zu unterstützen. Die Freiwilligen durchlaufen ein Schulungsprogramm, um sicherzustellen, dass sie darauf vorbereitet sind, die Flüchtlinge auf praktische und emotionale Weise zu unterstützen. Die Mentorenschaft umfasst regelmäßige Treffen, bei denen sich die beiden an Aktivitäten wie Sprachübungen, der Bewältigung bürokratischer Abläufe oder der Teilnahme an kulturellen und sozialen Veranstaltungen beteiligen. Die Freiwilligen helfen den Flüchtlingen auch beim Zugang zu lokalen Dienstleistungen und Ressourcen, z. B. bei der Suche nach einer Wohnung oder einem Arbeitsplatz. Die Zielgruppe für dieses Programm sind erwachsene Flüchtlinge und Asylbewerber_innen im Alter von 18 bis 50 Jahren, die sich in einer frühen Phase ihrer Integration befinden.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	Das Programm organisiert eine Reihe von Aktivitäten, um die Bindung zwischen Flüchtlingen und ihren Mentor_innen zu stärken und die Integration zu unterstützen. Die Flüchtlinge werden auf der Grundlage gemeinsamer Interessen und Bedürfnisse mit einem Freiwilligen zusammengebracht.



	▪ Im Rahmen des Programms werden regelmäßig Veranstaltungen wie gemeinsame Abendessen, sportliche Aktivitäten und kulturelle Ausflüge organisiert, um die Interaktion und den kulturellen Austausch zu fördern. ▪ Die Freiwilligen durchlaufen ein strukturiertes Schulungsprogramm, das Themen wie interkulturelle Kommunikation, aktives Zuhören und emotionale Unterstützung abdeckt. ▪ Sowohl die Flüchtlinge als auch die Mentor_innen werden von den Programmkoordinator_innen laufend beraten, um etwaige Probleme anzugehen und sicherzustellen, dass die Beziehung für beide Seiten von Nutzen ist. ▪ Die Initiative bringt Flüchtlinge mit Hilfe ihrer Mentor_innen mit lokalen Diensten wie Sprachkursen, Arbeitsvermittlungen und Wohnmöglichkeiten in Verbindung.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Das Programm hat sowohl bei den Flüchtlingen als auch bei den Mentor_innen deutliche positive Ergebnisse gezeigt. Die Flüchtlinge berichten, dass sie sich stärker mit ihren lokalen Gemeinschaften verbunden fühlen, sich besser im deutschen System zurechtfinden und motivierter sind, Bildungs- und Beschäftigungsmöglichkeiten wahrzunehmen. Die Mentor_innen gewinnen ein tieferes Verständnis für die Erfahrungen von Flüchtlingen und tragen zu einer integrativeren und aufgeschlosseneren Gesellschaft bei.
Attraktivität	Die Initiative ist aufgrund ihres persönlichen Ansatzes zur Integration sehr attraktiv. Durch die Konzentration auf persönliche Beziehungen baut das Programm Vertrauen, Empathie und gegenseitiges Verständnis zwischen Flüchtlingen und Einheimischen auf. Das Mentoringmodell bietet auch praktische, individuelle Unterstützung, die auf die spezifischen Bedürfnisse der einzelnen Flüchtlinge zugeschnitten werden kann, was das Programm anpassungsfähig und effektiv macht.
Übertragbarkeitspotenzial	Das verwendete Mentoringmodell ist übertragbar und lässt sich leicht auf andere Länder oder Regionen übertragen, die vor ähnlichen Integrationsproblemen stehen. Die Kernelemente - ehrenamtliche Mentorenschaft, Schulung und Engagement in der Gemeinschaft - können an unterschiedliche kulturelle und soziale Kontexte angepasst werden. Lokale Organisationen in anderen Ländern könnten dieses Modell nutzen, um die soziale Integration zu fördern und einladende Gemeinschaften für Flüchtlinge zu schaffen.
Gelernte Lektionen	▪ Der Aufbau persönlicher Beziehungen, die auf Vertrauen und gegenseitigem Respekt beruhen, ist entscheidend für die Überwindung kultureller Barrieren und die Förderung eines Zugehörigkeitsgefühls. ▪ Es ist wichtig, die Freiwilligen durch strukturierte Schulungsprogramme vorzubereiten, um sie mit den notwendigen Fähigkeiten und dem kulturellen Bewusstsein auszustatten, damit sie Flüchtlinge wirksam unterstützen können. ▪ Die Koordinatoren sollten kontinuierliche Unterstützung und Beratung bieten, um sicherzustellen, dass die Mentorenbeziehungen produktiv und für beide Seiten vorteilhaft bleiben. ▪ Die Organisation sozialer Veranstaltungen, die den kulturellen Austausch erleichtern, kann dazu beitragen, Stereotypen abzubauen und eine integrativere Gemeinschaft zu fördern.

Bewährte Praxis #11

Titel	Stärkung der Handlungskompetenz von Flüchtlingen durch Unterstützung des psychischen Wohlbefindens
Land	Österreich
Durchführende Organisation	AFIYA
Website oder Link zur Praxis	https://www.afya.at
Zusammenfassende Beschreibung	AFIYA bietet Flüchtlingen umfassende Unterstützung im Bereich der psychischen Gesundheit durch Einzelberatung, Gruppentherapiesitzungen und gemeinschaftsfördernde Aktivitäten.
Hauptzweck und Ziele	Das Hauptziel von AFIYA ist die Verbesserung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen durch die Bewältigung von Traumata, Stress und anderen psychologischen Herausforderungen, denen sie ausgesetzt sind. Das Projekt zielt darauf ab, ein unterstützendes Umfeld zu schaffen, in dem Flüchtlinge ihre Erfahrungen teilen und professionelle Hilfe erhalten können.
Methodik der Umsetzung	FIYA verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz, der Einzelberatung, Gruppentherapie und Gemeinschaftsaktivitäten kombiniert. Zu den Methoden gehören kognitive Verhaltenstherapie, Achtsamkeitsübungen und Peer-Selbsthilfegruppen.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	▪ Art der Maßnahme: Einzel- und Gruppentherapiesitzungen, gemeinschaftsfördernde Aktivitäten. ▪ Hauptaktivitäten: wöchentliche Therapiesitzungen, monatliche Gemeinschaftsveranstaltungen und fortlaufende Peer-Support-Gruppen. ▪ Benötigte Ressourcen: ausgebildete Therapeut_innen, Freiwillige aus der Gemeinde, Therapieräume, Finanzierung von Aktivitäten und Materialien.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Das Programm hat das psychische Wohlbefinden der Teilnehmenden erheblich verbessert und die Symptome von PTBS, Angst und Depression verringert. Außerdem hat es unter den Flüchtlingen ein Gefühl der Gemeinschaft und Zugehörigkeit gefördert.
Attraktivität	Die innovative Kombination aus professioneller Therapie und Unterstützung durch die Gemeinschaft macht dieses Verfahren äußerst effektiv und motivierend für die Teilnehmenden. Die Anpassungsfähigkeit des Programms an die individuellen Bedürfnisse ist ebenfalls eine wesentliche Stärke.
Übertragbarkeitspotenzial	Diese bewährte Praxis kann von anderen Organisationen übernommen werden, indem Freiwillige und führende Persönlichkeiten in der Gemeinde in grundlegenden Beratungsfähigkeiten geschult werden und regelmäßige Selbsthilfegruppen und Gemeindeaktivitäten organisiert werden.
Gelernte Lektionen	▪ Die Bedeutung eines ganzheitlichen Ansatzes, der sowohl professionelle als auch Peer-Unterstützung umfasst. ▪ Regelmäßige Gemeinschaftsaktivitäten tragen dazu bei, Vertrauen und ein Gefühl der Zugehörigkeit aufzubauen.





2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

	▪ Die Schulung von Freiwilligen in der grundlegenden Unterstützung der psychischen Gesundheit kann die Reichweite und Wirksamkeit des Programms erheblich steigern. ▪ Die Flexibilität des Programms ermöglicht es, auf die unterschiedlichen Bedürfnisse von Flüchtlingen einzugehen. ▪ Die kontinuierliche Bewertung und das Feedback der Teilnehmenden sind für den Erfolg des Programms entscheidend.
--	---



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

Bewährte Praxis #12

Titel	Integrationshaus: Umfassende Unterstützung für das Wohlbefinden von Flüchtlingen
Land	Österreich
Durchführende Organisation	Integrationshaus Wien
Website oder Link zur Praxis	https://www.integrationshaus.at/de
Zusammenfassende Beschreibung	Das Integrationshaus bietet eine breite Palette von Dienstleistungen zur Förderung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen an, darunter nicht-formale Bildung, intensive Fallarbeit und Krisenintervention.
Hauptzweck und Ziele	Das Hauptziel des Integrationshauses ist es, die Integration und das psychische Wohlbefinden von Flüchtlingen zu fördern, indem es maßgeschneiderte Unterstützungsdienste anbietet, die auf ihre besonderen Herausforderungen und Bedürfnisse eingehen.
Methodik der Umsetzung	Der Ansatz umfasst nicht-formale Bildung zu Gesundheit und Wohlbefinden, intensive Fallarbeit und Krisenintervention. Die Methoden sind so konzipiert, dass sie flexibel sind und auf die Bedürfnisse der Flüchtlinge eingehen.
Wichtige Aktivitäten und Ressourcen	▪ Art der Intervention: Bildungsworkshops, individuelle Fallbetreuung, Krisenhilfe. ▪ Hauptaktivitäten: regelmäßige Workshops zu Gesundheit und Wohlbefinden, kontinuierliches Case Management, sofortige Kriseninterventionsdienste. ▪ Benötigte Ressourcen: Erzieher_innen, Sozialarbeiter_innen, Kriseninterventionsspezialist_innen, Freiwillige, Finanzierung von Workshops und Unterstützungsdiensten.
Auswirkungen und Wirksamkeit	Das Programm hat die psychische Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden der Flüchtlinge erfolgreich verbessert und ihnen geholfen, sich besser in die Gesellschaft zu integrieren. Die Teilnehmenden berichten, dass sie sich besser unterstützt fühlen und besser gerüstet sind, um ihre Herausforderungen zu bewältigen.
Attraktivität	Der umfassende Charakter der Unterstützungsdienste in Verbindung mit der Einbeziehung von Freiwilligen und Führungspersönlichkeiten der Gemeinschaft macht diese Praxis sehr attraktiv. Die Anpassungsfähigkeit an unterschiedliche Bedürfnisse und Situationen ist ebenfalls ein wichtiges Merkmal.
Übertragbarkeitspotenzial	Diese bewährte Praxis kann von anderen Organisationen übernommen werden, indem sie Freiwillige und Führungskräfte der Gemeinde in Fallmanagement und Krisenintervention schulen und regelmäßige Bildungsworkshops veranstalten.
Gelernte Lektionen	▪ Umfassende Unterstützungsdienste sind unerlässlich, um den komplexen Bedürfnissen von Flüchtlingen gerecht zu werden. ▪ Durch die Einbeziehung von Freiwilligen und führenden Persönlichkeiten der Gemeinschaft wird die Reichweite und Wirksamkeit des Programms erhöht.





2023-1-DE02-KA220-VET-000157237

	▪ Flexibilität und Eingehen auf individuelle Bedürfnisse sind entscheidend für den Erfolg. ▪ Regelmäßige Schulungen und Unterstützung für Freiwillige und Mitarbeitende sind notwendig, um die Qualität der Dienste aufrechtzuerhalten. ▪ Kontinuierliche Überwachung und Bewertung tragen dazu bei, das Programm zu verbessern und neue Herausforderungen anzugehen.
--	---



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

3. Rahmenwerk

Dieser Rahmen bietet eine umfassende Struktur für den Leitfaden für Freiwillige und Führungskräfte der Gemeinschaft. Er umfasst:

- Eine Reihe von Empfehlungen für die Aufnahme von Inhalten, die die vorläufigen Themen erweitern und zusätzliche relevante Überlegungen hinzufügen.
- Eine Checkliste, die sicherstellt, dass alle wichtigen Aspekte berücksichtigt werden und die ein breites Spektrum an wichtigen Punkten zur Unterstützung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen abdeckt.
- Ein Validierungsinstrument für die vorläufigen Themen, das jedes Thema in spezifische Elemente aufschlüsselt, um eine umfassende Abdeckung auf der Grundlage der Empfehlungen zu gewährleisten.

Dieser Rahmen kann als solide Grundlage für die Entwicklung des Leitfadens dienen und sicherstellen, dass alle wichtigen Aspekte der Unterstützung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen auf strukturierte und gründliche Weise behandelt werden. Es ermöglicht auch eine einfache Verfolgung des Fortschritts und die Validierung des Inhalts während der Entwicklung des Leitfadens.

3.1. Empfehlungen für die Aufnahme von Inhalten

Die folgenden Empfehlungen skizzieren die wichtigsten Inhaltsbereiche, die im Leitfaden für Freiwillige und kommunale Führungskräfte zur Unterstützung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen berücksichtigt werden können.

Diese Empfehlungen beruhen auf umfassenden Forschungsergebnissen und bewährten Praktiken aus verschiedenen EU-Ländern und darüber hinaus. Sie zielen darauf ab, einen ganzheitlichen Ansatz zum Verständnis und zur Bewältigung der psychischen Gesundheitsbedürfnisse von Flüchtlingsgemeinschaften zu bieten und gleichzeitig Freiwillige und Führungspersönlichkeiten der Gemeinschaft mit grundlegenden Kenntnissen und Fähigkeiten auszustatten.

Der Inhalt sollte verständlich und ansprechend präsentiert werden, mit praktischen Beispielen und Fallstudien zur Veranschaulichung der wichtigsten Punkte.

Überblick: Einführung und Zweck	Klare Erläuterung der Ziele des Leitfadens, des Zielpublikums und der Bedeutung der Unterstützung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen.
Die Erfahrungen von Flüchtlingen verstehen	Einblicke in die Herausforderungen, mit denen Flüchtlinge konfrontiert sind, einschließlich Traumata vor der Migration, Stress nach der Vertreibung und Schwierigkeiten nach der Migration.
Kulturelle Kompetenz	Hinweis auf die Bedeutung kultureller Sensibilität und Bereitstellung von Strategien zur Entwicklung kultureller Kompetenz bei der Arbeit mit Flüchtlingen unterschiedlicher Herkunft.
Trauma-informierte Ansätze	Einführung in das Konzept der traumainformierten Pflege und seine Anwendung bei der Unterstützung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen.



Kommunikationsfähigkeit	Schwerpunkt auf effektiven Kommunikationstechniken, einschließlich aktivem Zuhören, Einfühlungsvermögen und nonverbaler Kommunikation in interkulturellen Kontexten.
Psychische Gesundheit zuerst	Grundlegende Erste-Hilfe-Schulungen zur psychischen Gesundheit, einschließlich des Erkennens von Anzeichen einer Notlage und angemessener erster Reaktionen.
Ressourcen der Gemeinschaft	Eine umfassende Liste lokaler und nationaler Ressourcen zur Unterstützung der psychischen Gesundheit von Flüchtlingen.
Selbstfürsorge für Freiwillige	Betonen Sie die Bedeutung der Selbstfürsorge und bieten Sie den Freiwilligen Strategien zur Erhaltung ihres eigenen psychischen Wohlbefindens an.
Ethische Erwägungen	Sich mit ethischen Fragen wie Vertraulichkeit, Grenzen und kultureller Sensibilität in der psychosozialen Betreuung auseinandersetzen.
Praktische Werkzeuge und Techniken	Bieten Sie eine Reihe praktischer Instrumente und Techniken an, die Freiwillige nutzen können, um das psychische Wohlbefinden von Flüchtlingen in verschiedenen Bereichen zu unterstützen.

3.2 Checkliste für Partner bei der Entwicklung des Leitfadens

Bei der Entwicklung des Leitfadens für Freiwillige und kommunale Führungskräfte sollten die Partner die folgenden Schlüsselaspekte berücksichtigen:

- **Klarheit und Relevanz:** Definieren Sie den Zweck und die Zielgruppe des Leitfadens klar, stellen Sie sicher, dass der Inhalt für Freiwillige und kommunale Führungskräfte direkt relevant ist, und verwenden Sie im gesamten Leitfaden eine kultursensible Sprache.
- **Umfassender Rahmen für die Arbeit mit Flüchtlingen:** Bereitstellung eines umfassenden Überblicks über die Grundsätze der Arbeit mit Flüchtlingen, Strategien für den Aufbau von Vertrauen und Beziehungen, Betonung von Empowerment und stärkenbasierten Ansätzen sowie Berücksichtigung ethischer Erwägungen und Vertraulichkeitsrichtlinien.
- **Traumainformierter und kultursensibler Ansatz:** Bieten Sie eine ausführliche Erläuterung der traumainformierten Versorgung, beziehen Sie verschiedene kulturelle Perspektiven auf das psychische Wohlbefinden ein, geben Sie Anleitungen zur Erkennung von Anzeichen von Trauma und Stress und sprechen Sie verbreitete Missverständnisse und Stigmatisierung im Zusammenhang mit psychischer Gesundheit an.
- **Praktische Fertigkeiten und Hilfsmittel:** Umriss praktischer Kommunikationsstrategien zur Unterstützung des psychischen Wohlbefindens, konkrete Hilfsmittel und Techniken zur Unterstützung der psychischen Gesundheit, klare Anweisungen, wann und wie professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden kann, sowie praktische Übungen zum Stressabbau und zur Erdung.
- **Ressourcen und fortlaufende Unterstützung:** Informationen über lokale Ressourcen und Überweisungswege, Anleitung zur Selbstfürsorge für Freiwillige und kommunale Führungskräfte, Einbeziehung von Fallstudien und bewährten Verfahren aus der Praxis und Bereitstellung von Ressourcen für fortlaufendes Lernen und Entwicklung.



3.3 Vorgeschlagene vorläufige Themen

Dieses Validierungsinstrument soll sicherstellen, dass die wesentlichen Themen des Leitfadens für Ehrenamtliche und kommunale Führungskräfte umfassend abgedeckt werden. Es gliedert jedes vorläufige Thema in spezifische Elemente auf und bietet eine detaillierte Checkliste für die Entwicklung und Überprüfung von Inhalten auf der Grundlage der Empfehlungen für die Aufnahme von Inhalten in Unterabschnitt 3.1.

Jedes der folgenden Themen enthält eine Reihe von Kontrollpunkten, die wichtige Aspekte des Themas ansprechen. Durch die Verwendung dieses Tools können die Entwickler_innen des Leitfadens sicherstellen, dass alle wichtigen Elemente enthalten sind. Daher dient dieses Validierungsinstrument als Fahrplan für die Erstellung von Inhalten, indem es die wichtigsten zu behandelnden Bereiche hervorhebt, es dient als Qualitätssicherungsmechanismus, der sicherstellt, dass keine kritischen Informationen übersehen werden, es fördert die Konsistenz zwischen den verschiedenen Abschnitten des Leitfadens und es hilft, inhaltliche Lücken zu erkennen, die möglicherweise weitere Nachforschungen oder Beiträge von Expert_innen erfordern.

Durch die systematische Behandlung jedes einzelnen Punktes in diesem Instrument soll der daraus resultierende Leitfaden umfassend, praktisch und auf die Bedürfnisse von Freiwilligen und Führungskräften der Gemeinde, die mit Flüchtlingen arbeiten, zugeschnitten sein und zu einer effektiveren Unterstützung des psychischen Wohlbefindens von Flüchtlingen beitragen.

Für wen ist dieser Leitfaden	▪ Das Zielpublikum ist klar definiert und spezifisch. ▪ Die Bedeutung von Freiwilligen und Führungskräften der Gemeinde wird ausdrücklich erläutert. ▪ Spezifische Rollen und Zuständigkeiten werden im Detail dargelegt. ▪ Unterschiedliche Erfahrungsstufen (z.B. neue Freiwillige vs. erfahrene Leiter) werden angesprochen. ▪ Die Anwendbarkeit des Leitfadens in verschiedenen Umgebungen (z. B. Flüchtlingslager, Gemeindezentren) wird geklärt.
Grundsätze für die Arbeit mit Flüchtlingen	▪ Kulturelle Sensibilität und Respekt werden umfassend behandelt. ▪ Vertrauensbildende Strategien sind praktisch und kontextspezifisch. ▪ Ethische Erwägungen, einschließlich der Vertraulichkeit, werden ausführlich behandelt. ▪ Empowerment-Ansätze werden hervorgehoben und veranschaulicht. ▪ Die Machtdynamik in den Beziehungen zwischen Flüchtlingen und Freiwilligen wird diskutiert. ▪ Die Bedeutung von Autonomie und Handlungsfähigkeit der Flüchtlinge wird hervorgehoben.



Trauma-informierte Grundlagen für die Arbeit mit Flüchtlingsgemeinschaften	▪ Der Überblick über Trauma und seine Auswirkungen ist klar und umfassend. ▪ Die Grundsätze der traumainformierten Pflege werden eingehend erläutert. ▪ Die Anleitungen zur Vermeidung von Retraumatisierung sind praktisch und konkret. ▪ Die Strategien zur Erkennung von Traumaanzeichen sind detailliert und kontextbezogen. ▪ Es werden verschiedene Arten von Traumata (z. B. komplexe Traumata, generationenübergreifende Traumata) behandelt. ▪ Kulturelle Unterschiede im Ausdruck und in der Heilung von Traumata werden erforscht.
Kulturelle Konzepte des psychischen Wohlbefindens	▪ Die verschiedenen kulturellen Perspektiven auf die psychische Gesundheit werden eingehend untersucht. ▪ Verbreitete Missverständnisse und Stigmatisierung werden sensibel angesprochen. ▪ Die Anleitungen zur kulturell angemessenen Kommunikation sind praktisch und spezifisch. ▪ Die Überschneidung von Kultur, Religion und psychischer Gesundheit wird diskutiert. ▪ Kulturelle Stärken und Resilienzfaktoren werden hervorgehoben. ▪ Es werden Strategien für kulturelle Bescheidenheit und ständiges Lernen vermittelt.
Unterstützung von Gesprächen über psychisches Wohlbefinden	▪ Aktives Zuhören wird durch praktische Übungen trainiert. ▪ Nicht wertende Kommunikationstechniken werden anhand von Beispielen erläutert. ▪ Die Anleitung für eine angemessene Befragung ist kontextspezifisch und sensibel. ▪ Die Strategien zur emotionalen Unterstützung sind vielfältig und anpassungsfähig. ▪ Die Informationen über die Vermittlung von Fachleuten sind klar und umfassen auch lokale Ressourcen. ▪ Die Grenzen in unterstützenden Beziehungen sind klar definiert. ▪ Grundlagen der Krisenintervention sind enthalten.
Für sich und andere sorgen	▪ Selbstfürsorgestrategien sind vielfältig und lassen sich an unterschiedliche Bedürfnisse anpassen. ▪ Burn-out-Erkennungs- und Präventionsstrategien sind umfassend. ▪ Die Informationen über Peer-Support-Netze sind praktisch und umsetzbar. ▪ Die Bedeutung von Supervision und professioneller Unterstützung wird hervorgehoben. ▪ Strategien zur Erhaltung der Work-Life-Balance sind ebenfalls enthalten. ▪ Es werden Techniken zur Verarbeitung sekundärer Traumata bereitgestellt. ▪ Es werden Ressourcen für die kontinuierliche Unterstützung von Freiwilligen im Bereich der psychischen Gesundheit aufgeführt.