

**Stress- und Traumasensibilität in der Soli-Arbeit
mit geflüchteten Menschen und marginalisierten Gruppen**

Workshop für politische Aktivist:innen

Daten:

- **Modul 1:** Freitag, 26. November 2021 von 16 – 20 Uhr und Samstag, 27. November 2021 von 10 bis 17 Uhr
- **Modul 2:** Freitag, 1. April 2022 von 16 – 20 Uhr und Samstag, 2. April 2022 von 10 bis 17 Uhr

Ort: Zürich (Der genaue Veranstaltungsort wird mit dem detaillierten Kursprogramm mitgeteilt.)

Traumatische Erfahrungen im Herkunftsland, auf der Flucht oder im Ankunftsland (z.B. sexualisierte Gewalt, Rassismus, Folter etc.) und der Versuch diese zu bewältigen, erschwert es vielen Geflüchteten, sich im Aufnahmeland zurechtzufinden. Belastungen wie prekäre Lebens- und Arbeitsbedingungen und verschärfte Asylverfahren tragen dazu bei, dass traumatische Erfahrungen sich vertiefen und sich in allen Lebensbereichen der Geflüchteten auswirken.

Aktivist:innen sind ihrerseits oft hohen Belastungen, politischer Repression und Gewalt ausgesetzt. Strategien für einen stärkenden Umgang mit sich selbst und in Peergruppen zu kennen, beugt dem Risiko der Mitgefühlerschöpfung und indirekten Traumatisierung vor und stärkt das solidarische Engagement.

In diesem Workshop werden daher die theoretischen und praktischen Grundlagen zur Umsetzung des Stress- und Traumasensiblen Ansatz (STA) vermittelt und praxisbezogen auf den Kontext der Teilnehmer:innen eingeübt. Ein machtkritischer, intersektionaler Blick, die Stärkung von Selbstwirksamkeit und Verbindung sind Kernelemente dieser Haltung. Das niederschwellige Konzept wird unabhängig von psychologischer Vorbildung in unterschiedlichen Kontexten und Gruppen des politischen Aktivismus umgesetzt. Neben einer Grundlagenvermittlung werden die Themen den Bedarfen und Kontexten der Teilnehmenden angepasst. Die Vermittlung erfolgt praxisnah mit vielfältigen Methoden. Selbstreflexion und Selbstfürsorge vertiefen die Lernerfahrung.

Während des Workshops von Medica Mondiale Foundation Switzerland lernt ihr,

- ✓ wie sich die Folgen von (sexualisierter) Gewalt, Mehrfachdiskriminierung und Rassismus im Kontext von Flucht und Migration auswirken können
- ✓ eine menschenrechtsbasierte Definition von Trauma kennen
- ✓ wie Betroffene mit ihrer Überlebensleistung anerkannt und gestärkt werden können
- ✓ wie zusätzlicher Stress für die Betroffenen reduziert werden und was helfen kann, um einer Reaktivierung von traumatischen Erlebnissen vorzubeugen
- ✓ die Grundprinzipien einer stress- und traumasensiblen Haltung kennen und wie ihr diese im Rahmen eurer Zusammenarbeit mit Geflüchteten umsetzen könnt
- ✓ Strategien für einen stärkenden Umgang mit euch und euren Mitstreiter:innen (Selbstfürsorge, collective care) kennen, um der Entsolidarisierung und der Fluktuation in der Soligruppe entgegen zu wirken.

Zielgruppe: politische Aktivist:innen, die sich mit marginalisierten Gruppen solidarisieren und mit ihnen für ihre Rechte kämpfen.

Kostenpauschale: Fr. 150.- / für Wenigverdienende Fr. 100.-

Anmeldefrist: 25. Oktober 2021

Die Teilnehmer:innenzahl ist auf max.18 Personen beschränkt.

Kontaktperson: Çağdaş Akkaya, Medica Mondiale Foundation Switzerland,
info@medicamondiale.ch

Referentin: Maria Zemp Frauen*rechtsaktivistin, Körperpsychotherapeutin (HP), Fachreferentin für Traumarbeit tätig in Krisengebieten im In- und Ausland. Für mehr Infos: www.mariazemp.de