

**Workshop für politische Aktivist\*innen  
zu Stress- und Traumasensibilität (STA) in der Arbeit mit geflüchteten Menschen**

**Wann: Freitag, 25. September 2020 von 17 bis 20 Uhr und Samstag, 26. September 2020  
von 10 bis 18 Uhr in Zürich**

**Followup (Praxisreflexion) am Samstag, 5. Dezember 2020**

Geschlechtsbasierte und sexualisierte Gewalt, Gewalt gegen Frauen und Kinder, Folgen von Flucht und Vertreibung, Armut und Rassismus ziehen nachhaltige seelische und körperliche Verletzungen nach sich, die sich auf die Geflüchteten und ihr soziales Umfeld vielfach auswirken können.

Für alle Beteiligten ist es entlastend zu wissen, wie sie handeln können, um zusätzliche Stressbelastungen im Umgang miteinander zu reduzieren.

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, systemischer Blick, die Stärkung von Selbstwirksamkeit und Verbindung sind Kernelemente dieser Haltung. Das niederschwellige Konzept wird unabhängig von psychologischer Vorbildung in unterschiedlichen Arbeitsfeldern und mit Akteur\*innen der Zivilgesellschaft umgesetzt. 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 Trauma und geschlechtsspezifische Gewalt im Kontext von Flucht und Migration auswirken
- eine menschenrechtsbasierte Definition von Trauma kennen
- wie zusätzlicher Stress für die Betroffenen reduziert werden kann 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) kennen

Die Verankerung des Erlernten wird durch eine Praxisreflexion (Followup) ermöglicht. Erfolge und Hindernisse in der Umsetzung von Stress- und Traumasensibilität werden reflektiert und anhand von Beispielen aus der Praxis erarbeitet.

**Zielgruppe:** politische Aktivist\*innen, die mit geflüchteten Menschen arbeiten

**Kostenpauschale (inkl. Kursunterlagen, Snacks und Getränke)**

Richtpreis: **50 Franken\***

**Anmeldefrist:** 24. August 2020 – Teilnehmer\*innenzahl ist auf 14 Personen beschränkt.

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

**Kontaktperson:** Çağdaş Akkaya, Medica Mondiale Foundation Switzerland, [info@medicamondiale.ch](mailto:info@medicamondiale.ch)

\*Die Kurskosten sind nicht kostendeckend. Die Weiterbildungstage sind nur dank einer Zuwendung von Soroptimist Union International zu den angegebenen Kosten möglich.