



Empowerment für Freiwillige!

Mehr Sicherheit in der Begegnung mit traumatisierten Geflüchteten

Leitung: Dr. phil. Hanna Wintsch, pens. Traumatherapeutin mit langjähriger Erfahrung in der Schweiz und in Kriegsgebieten

Wann:	An 5 Montagen von 17.30 bis ca. 19 Uhr 03. März 2025 31. März 2025 28. April 2025 (Ort folgt) 02. Juni 2025 23. Juni 2025 (Ort folgt)
Wo:	Raum Karl Marx, Kochstrasse 2, 8004 Zürich (Nähe Tramstation Lochergut)
Anmeldung:	bis am 20. Februar 2025 an info@solinetz.ch mit Angabe des Projektes, in dem du aktiv bist
Teilnahme:	Erwünscht ist eine aktive und verbindliche Teilnahme. Die Gruppengröße ist auf max. 8 TeilnehmerInnen beschränkt.

In dieser Supervision seid ihr eingeladen, Begegnungen mit geflüchteten Menschen zu schildern, die bei euch Fragen aufgeworfen oder euch vielleicht ratlos zurückgelassen haben. Wir schauen diese Situationen gemeinsam an. Ihr werdet dabei auch die notwendigen fachlichen Inputs zu Trauma und Traumafolgestörungen erhalten.

Mögliche Themen:

- Sicherheit und Struktur, Nähe – Distanz
- Förderung von Selbstwirksamkeit, Selbstermächtigung und Ressourcenaktivierung
- Dissoziative Situationen (jemand ist körperlich anwesend, aber ‚abwesend‘ bzw. kaum ‚erreichbar‘)

Ihr gewinnt an diesen Abenden als Freiwillige mehr Sicherheit und Vertrauen in eure Fähigkeiten. Last but not least geht es um das Erkennen der eigenen Grenzen und um Selbstfürsorge.

