



Psychosoziale Unterstützung für Geflüchtete

*Praxisleitfaden mit Erfahrungen aus dem
Bundesprogramm für die Beratung und Betreuung
ausländischer Flüchtlinge*

Inhalt

Über diesen Praxisleitfaden	3
Das Bundesprogramm auf einen Blick	4
Wie idealtypische Beratungsverläufe im Programm aussehen	6
Es steht und fällt mit der Ansprache!	10
Der Methodenmix machts!	12
Schritt 1: Erstgespräch	12
Schritt 2: Weitere Unterstützung	14
Schritt 3: Übergang ins Regelsystem	17
Ohne Kooperationspartner geht es nicht!	18
Fazit	20



Der Praxisleitfaden ist entlang eines idealtypischen Unterstützungsprozess der Psychosozialen Zentren und Projekte aufgebaut. Damit können die unterschiedlichen Phasen eines Beratungsverlaufs skizziert werden.

Jeder Abschnitt enthält Umsetzungsbeispiele, Persona-Beispiele sowie Lernpunkte (Tipps) der betrachteten Psychosozialen Zentren und Projekte.

Lesehilfe

Im Folgenden wird vertieft in unterschiedliche Phasen im Beratungsverlauf eingegangen:

- Ansprache
- Erstgespräch
- weitere Unterstützungsangebote
- Übergang ins Regelsystem

Über diesen Praxisleitfaden

Mit dem Bundesprogramm für die Beratung und Betreuung ausländischer Flüchtlinge setzt sich das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) für die psychosoziale Begleitung geflüchteter Menschen ein.

Dieser Praxisleitfaden gibt einen Überblick über das Bundesprogramm und berichtet über Erfahrungen in der Umsetzung von Unterstützungsangeboten für Klientinnen und Klienten. Der Praxisleitfaden richtet sich insbesondere an Akteure, die selbst Geflüchtete unterstützen und beraten.

Die vielseitigen Unterstützungsmöglichkeiten des Bundesprogramms werden in diesem Praxisleitfaden auch mit Personas aufgezeigt. Die Personas sind keine realen Personen. Sie stehen beispielhaft für Geflüchtete, die durch die Psychosozialen Zentren und Projekte begleitet werden. Die Personas zeigen die verschiedenen Hintergründe, Lebenssituationen und Bedarfe der Zielgruppe auf. Zugleich können sie aufzeigen, wie bedarfsorientierte Unterstützungsangebote entwickelt werden können.

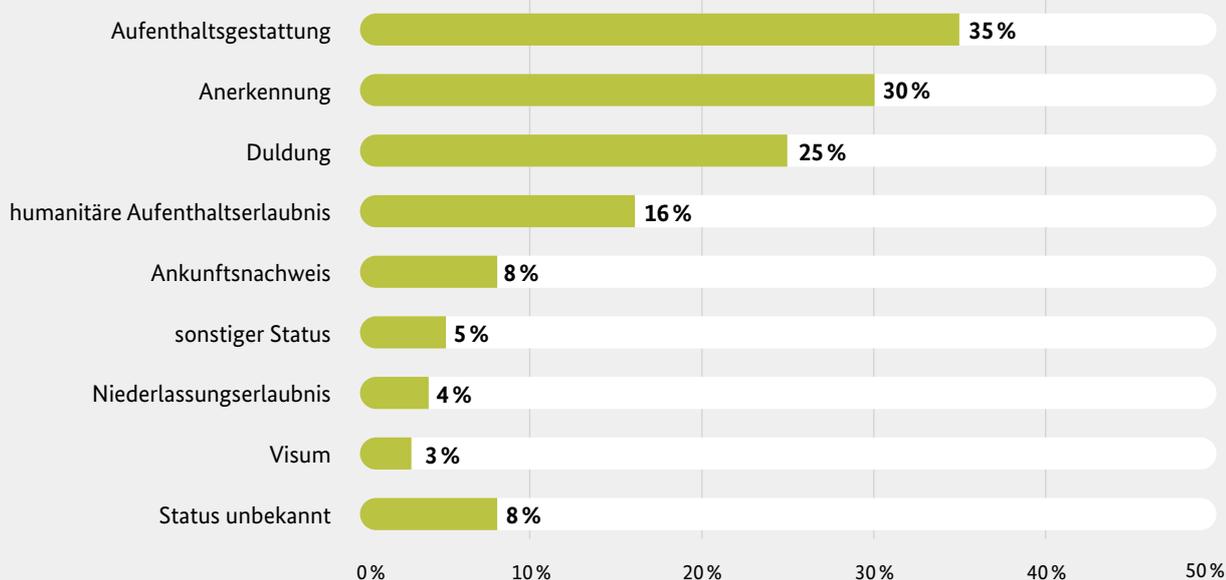
Das Bundesprogramm auf einen Blick

Mit dem Bundesprogramm fördert die Bundesregierung seit 1979 eine koordinierte Flüchtlingshilfe. Ziel des Bundesprogramms ist es, Geflüchteten einen verbesserten Zugang zu psychosozialen Beratungs- und Betreuungsangeboten zu ermöglichen, ihre psychosoziale Stabilität zu stärken und langfristig Integrations- und Teilhabechancen zu unterstützen. Die entsprechenden Fördergelder werden durch das BMFSFJ verwaltet und durch die Verbände der freien Wohlfahrt umgesetzt.

Das Bundesprogramm setzt auf zwei Ebenen an:

- Es fördert die **strukturelle Arbeit der Wohlfahrtsverbände und der BAF** im Kontext von Flucht und Asyl, wie z. B. im Bereich Vernetzung, Qualifizierung und Wissenstransfer.
- Es fördert die **Arbeit der Psychosozialen Zentren und Projekte**. Im Mittelpunkt stehen dabei psychologische und psychotherapeutische Angebote, sozialarbeiterische und pädagogische Angebote sowie psychosoziale Clearings¹ für Geflüchtete- und das während und nach Abschluss des Asylverfahrens.²

Abbildung 1: Aufenthaltsstatus der Klientinnen und Klienten



Quelle: Ramboll Management Consulting 2023, Monitoringdaten für den Berichtszeitraum 2022

1 Clearing in der psychosozialen Arbeit bezeichnet in der Regel ein standardisiertes, diagnostisches Verfahren oder eine Orientierungsphase am Anfang eines Beratungs- oder Therapieprozesses. Es wird dazu genutzt die Unterstützungsbedarf der Hilfesuchenden zu ermitteln und entsprechende Unterstützungsmaßnahmen einzuleiten.

2 Diese Ebene des Programms – die Arbeit der Psychosozialen Zentren und Projekte – steht im Fokus dieses Leitfadens.

Die Zielgruppe der Psychosozialen Zentren und Projekte sind Geflüchtete. Die meisten Klientinnen und Klienten befinden sich im laufenden Asylverfahren oder haben bereits einen Schutzstatus (vgl. Abbildung 1).³

Zu den besonders vulnerablen Zielgruppen der Psychosozialen Zentren und Projekte gehören außerdem unter anderem:

- Opfer von (sexualisierter) Gewalt und Folter
- Personen mit Behinderungen, Beeinträchtigungen und chronischen Erkrankungen
- ältere Menschen
- LSBTIQ*

Neben der individuellen Unterstützung von Klientinnen und Klienten, kooperieren Psychosoziale Zentren und Projekte mit lokalen Partnern. Im Fokus dieser Netzwerkarbeit steht oft die Qualifizierung und Beratung weiterer Multiplikatoren. Ziel ist es, eine adäquate Versorgung in Regelanangeboten sowie Einrichtungen der Flüchtlingssozialarbeit zu fördern und für die Bedarfe der Zielgruppe zu sensibilisieren.

Abbildung 2: Bundesprogramm im Jahr 2022, Klientinnen und Klienten der Psychosozialen Zentren und Projekte



Quelle: Ramboll Management Consulting 2023, Monitoringdaten für den Berichtszeitraum 2022

³ Zielgruppe sind ausländische Geflüchtete einschließlich Folteropfern und jüdischer Immigrantinnen und Immigranten.

Wie idealtypische Beratungsverläufe im Bundesprogramm aussehen

Die Unterstützung von Geflüchteten im Bundesprogramm ist vielfältig und in der Regel individuell und bedarfsorientiert ausgestaltet. Um dennoch konkrete Unterstützungsangebote zu verdeutlichen, lernen wir im Folgenden die Erfahrungen von drei Personas kennen.

Iryna, Benyamin und Asante sind fiktive Personen, die jeweils eine bestimmte Zielgruppe von Klientinnen und Klienten repräsentieren. Diese Charaktere symbolisieren unterschiedliche Hintergründe, Geschlechter und Altersgruppen und bilden die Vielfalt der Personen ab, die Unterstützung in den Psychosozialen Zentren und Projekten suchen. Im Folgenden werden diese Personas beispielhaft vorgestellt, um ein besseres Verständnis für ihre individuellen Bedarfe und Themen zu vermitteln und konkrete Unterstützungsangebote aufzuzeigen.

Mutter aus der Ukraine

Iryna ist 34 Jahre alt. Zusammen mit ihrem siebenjährigen Sohn, Aleks, ist sie im Sommer 2022 von Kiew nach Marburg geflohen. Iryna erhält Unterstützung, um Wege zu finden mit ihrer Angst und den Sorgen um ihren Sohn umzugehen. Denn Aleks hat Schwierigkeiten sich in der neuen Umgebung anzupassen und beide haben Angst um die Sicherheit ihrer Familienmitglieder, die in der Ukraine geblieben sind.

Alleinreisende Minderjährige

Benyamin ist 17 Jahre alt und allein aus Afghanistan nach Deutschland geflohen. Er erhält Unterstützung, um seine Schlafprobleme zu bewältigen und Strategien zu entwickeln, mit der ständigen Sorge um seine Familie in Afghanistan, umzugehen.

Queerer Geflüchteter

Asante ist 26 Jahre alt und aufgrund der sexuellen Identität aus Kenia geflohen. Asante sucht Beratung und Unterstützung, um die Herausforderungen und Diskriminierungserfahrungen zu verarbeiten, die er aufgrund seiner queeren Identität sowohl in Kenia als auch in der aktuellen Umgebung erlebt.

Die Zielgruppen im Bundesprogramm sind heterogen. Neben der Fluchterfahrung, gibt es auch eine Reihe weiterer Merkmale wie Geschlecht, Alter, die soziale Herkunft, Religion oder sexuelle Orientierung, die sich auf die Lebensrealität von Geflüchteten auswirken. Die Kombination verschiedener Merkmale kann auch zu intersektionalen Diskriminierungserfahrungen führen. Für die Psychosozialen Zentren und Projekte ist es daher wichtig, bei ihrer Arbeit einen intersektionalen Ansatz zu verfolgen, der den unterschiedlichen Lebensrealitäten und Bedarfen innerhalb der Zielgruppe Geflüchteter gerecht wird.

Abbildung 3: Exemplarischer Beratungsverlauf einer geflüchteten ukrainischen Mutter

Iryna



Iryna ist 34 Jahre alt. Sie ist zusammen mit ihrem siebenjährigen Sohn Aleks im Sommer 2022 von Kiew nach Marburg geflohen.

Freunde in Marburg

- Zunächst sind Iryna und Aleks bei Freunden in Marburg untergekommen. Iryna möchte gerne eine Arbeit und eine eigene Wohnung finden. Um dabei unterstützt zu werden, meldet sich Iryna auf Rat von Bekannten bei einer Migrationsberatungsstelle.

Gespräch mit Migrationsberater

- Im Gespräch mit dem Migrationsberater erzählt Iryna, dass sie seit ihrer Flucht aus der Ukraine kaum noch schlafen kann. Sie macht sich viele Sorgen um ihren Ehemann und ihre anderen Verwandten in der Ukraine. Zusätzlich sorgt sie sich um ihren Sohn, da er seit ihrer Ankunft in Marburg stark verändert wirkt. Er ist unruhig, geht ungern zur Schule und zieht sich von ihr zurück. Der Berater empfiehlt Iryna sich durch eine Psychologin im örtlichen Psychosozialen Zentrum beraten zu lassen und unterstützt sie dabei einen ersten Termin zu vereinbaren.

Gespräch mit Psychologin

- Iryna geht zu einem Erstgespräch mit der Psychologin Ana. Ana spricht Ukrainisch, da sie selbst aus der Ukraine kommt. Sie ist vor zehn Jahren nach Abschluss ihres Studiums zur Arbeit nach Deutschland gekommen. Im Erstgespräch lernen Ana und Iryna sich kennen. Ana kann daraufhin eine Einschätzung dazu treffen, wie hoch der Unterstützungsbedarf von Iryna ist. Sie vereinbaren fünf einzeltherapeutische Sitzungen à 50 Minuten durchzuführen.
- In der zweiten Sitzung legen Iryna und Ana Ziele für die gemeinsame Arbeit fest. Zwei wichtige Ziele sind für Iryna dabei, Strategien zum Umgang mit ihren Ängsten zu erlernen sowie eine Perspektive zu entwickeln, um sich an ihre neue Lebenssituation anpassen zu können.

Folgesitzungen

- In den Folgesitzungen konzentrieren sich Iryna und Ana darauf, konkrete Strategien zu entwickeln, die Iryna dabei helfen, schrittweise auf ihre Ziele hinzuwirken.

Letzte Sitzung

- In der letzten Sitzung besprechen Iryna und Ana, welche Ziele Iryna bereits erreichen konnte und an welchen sie noch arbeiten möchte. Obwohl die Sitzungen Iryna bereits sehr geholfen haben, gibt es noch Themen, an denen sie weiterhin arbeiten möchte.
- Ana empfiehlt Iryna, zu einem Treffen einer Frauengruppe zu gehen. Die Gruppe wird vom Psychosozialen Zentrum organisiert und trifft sich jede Woche zu offenen Sitzungen.

Abbildung 4: Exemplarischer Beratungsverlauf eines unbegleiteten minderjährigen Geflüchteten

Benjamin



Benjamin ist 17 Jahre alt und allein aus Afghanistan nach Deutschland geflohen.

Wohngruppe

- Benjamin ist in einer Wohngruppe untergekommen. Dem Wohngruppenbetreuer Peter fällt auf, dass sich Benjamin misstrauisch und verschlossen verhält. Im Gespräch erfährt Peter, dass Benjamin unter Angstzuständen leidet. Peter bespricht mit ihm daher die Möglichkeit sich Unterstützung in einem örtlichen Psychosozialen Zentrum zu suchen. Auf Benjamins Wunsch hin veranlasst Peter daraufhin eine Anmeldung.

Erstgespräch

- In seinem Erstgespräch spricht Benjamin mit einer Therapeutin – begleitet wird er auf seinen Wunsch hin von seinem Betreuer Peter sowie einem Dolmetscher. Der Dolmetscher ist speziell für die Übersetzung in psychologischen Kontexten geschult. Im Gespräch äußert Benjamin Unsicherheiten bezüglich der Bedeutung des Begriffs „Therapie“. Um seine Unsicherheiten zu mindern, erläutert die Therapeutin ausführlich, dass Therapie ein Prozess ist, der Menschen dabei hilft, ihre Probleme und Bedenken zu verstehen und zu bewältigen. Sie erklärt, dass dies durch Gespräche oder verschiedene andere Methoden geschehen kann, und betont, dass Benjamins Wohlbefinden ihre oberste Priorität ist. Zum Abschluss des Gesprächs gibt sie Benjamin erste Techniken an die Hand, wie etwa Atemübungen. Dies sollen ihm helfen, seine Emotionen besser zu verstehen und zu regulieren.

Zweite Sitzung

- In der zweiten Sitzung kommt Benjamin ohne Betreuer. Die Therapeutin bespricht mit ihm konkrete Situationen und welche Wirkung diese haben. Gemeinsam wollen sie so daraufhin arbeiten, dass er sich mit seinen Ressourcen stabilisieren kann.

Folgesitzungen

- In den Folgesitzungen fängt Benjamin an mehr davon zu erzählen, was ihm passiert ist. Die Therapeutin zeigt ihm weitere Werkzeuge, um das Erlebte besser zu verarbeiten.
- Während des Therapieverlaufs erhält Benjamin zudem Unterstützung bei der Vorbereitung seiner Anhörung von seiner Therapeutin sowie vom einem Sozialarbeitenden des Psychosozialen Zentrums.

Längerfristiges psychotherapeutisches Angebot

- Benjamin geht es deutlich besser und er bringt Alltagsthemen wie Beziehungen, Liebe und aktuelle Geschehnisse aus der Wohngruppe mit zu seinen Sitzungen. Da Benjamin manchmal aber noch schlechte Tage hat, versucht das Psychosoziale Zentrum ihn in ein längerfristiges psychotherapeutisches Angebot bei einem niedergelassenen Psychotherapeuten in Begleitung seines Dolmetschers zu vermitteln.

Abbildung 5: Exemplarischer Beratungsverlauf eines queeren Geflüchteten

Asante



Asante ist 26 Jahre alt. Er ist aufgrund seiner sexuellen Identität aus Kenia geflohen.

Sprechstunde bei Sozialarbeitenden

- Asante hat sich in der Sprechstunde eines Psychosozialen Zentrums gemeldet, das Sozialarbeitende mit speziellen Fokus auf queere Geflüchtete beschäftigt. Er hat gerade sein Asyl beantragt und hat noch diverse Fragen, wo er jetzt wohnen kann, wie er an Geld kommen kann und was seine nächsten Schritte sind. Da die Sozialarbeitende merkt, dass Asante sehr belastet ist, fragt sie ihn, ob er mit einer / einem Psychologin / Psychologen im Haus sprechen will. Das Angebot nimmt Asante gerne an und sie vereinbaren einen Termin.

Erstes Gespräch

- Wenige Wochen später hat Asante ein erstes Gespräch mit einem Psychologen. Auch die Sozialarbeitende kommt zu dem Gespräch dazu. Beide stellen sich vor: sie erzählen, wer sie sind und woher sie kommen, welchen Hintergrund sie haben und welche Angebote sie anbieten. Asante fühlt sich sehr wohl und erzählt, wie es ihm geht und was ihn beschäftigt. Aufgrund seiner sexuellen Identität hat er Diskriminierung und Gewalt in seinem Herkunftsland und auf der Flucht erfahren – dies beschäftigt und belastet ihn sehr. Der Psychologe vereinbart mit Asante einen Folgetermin.

Folgeterminen

- In Folgeterminen arbeiten der Psychologe und Asante an einem psychologischen Angebot. Es hat zum Ziel, für Asante einen sicheren Raum zu schaffen. Der Psychologe erklärt Asante, dass ihre Arbeit darauf abzielt, seine Identität zu bestätigen und zu stärken. Sie arbeiten daran, Sexualität und Geschlechtsidentität, die nicht der typischen Norm entsprechen, als normal und nicht falsch oder abweichend zu betrachten.

Arbeit mit dem Psychologen

- Asante arbeitet gemeinsam mit dem Psychologen heraus, welche Ausgrenzungs- und Gewalterfahrungen er gemacht hat und welche eigenen Abwertungen ihn aufgrund internalisierter Queerfeindlichkeit belasten. Der Psychologe unterstützt Asante dabei, diese Dinge zu verstehen und hilft ihm, ein besseres Selbstverständnis zu entwickeln.

Letzte Sitzung

- In der letzten Sitzung reflektieren beide über Asantes Fortschritte. Aufgrund seiner Anbindung an die queere Community und die Gruppenangebote des Psychosozialen Zentrums, hatte Asante kürzlich sein Coming-Out. Er möchte weiterhin das niedrigschwellige Angebot im Café als sicheren Ort für sich nutzen.

Es steht und fällt mit der Ansprache!

So haben Iryna, Benyamin und Asante die Angebote der Psychosoziale Zentren kennengelernt:

Iryna

- Iryna hat sich auf den Rat einer Bekannten bei einer Migrationsberatungsstelle gemeldet. Nach ihrer Ankunft in Deutschland hatte Iryna viele Fragen dazu, wie sie eine Arbeit und eine eigene Wohnung finden kann. Sie hat sich daher bei einer Migrationsberatungsstelle der Caritas gemeldet und wurde dort von einem Mitarbeiter beraten. Im Gespräch mit dem Migrationsberater erzählt Iryna, dass sie seit ihrer Flucht aus der Ukraine kaum noch schlafen kann.
- Sie macht sich viele Sorgen um ihren Ehemann und ihre anderen Verwandten in der Ukraine. Zusätzlich sorgt sie sich um ihren Sohn, da er seit ihrer Ankunft in Marburg stark verändert wirkt. Er ist unruhig, geht ungern zur Schule und zieht sich von ihr zurück.
- Der Berater erkennt, dass Iryna auch psychosoziale Unterstützung benötigt. Er empfiehlt ihr, sich beim örtlichen Psychosozialen Zentrum durch eine Psychologin bzw. einen Psychologen beraten zu lassen.

Benyamin

- Benyamin ist in einer Jugendwohngruppe untergekommen. Peter, dem Wohngruppenbetreuer fällt auf, dass sich Benyamin misstrauisch und verschlossen verhält.
- Im Gespräch erfährt Peter, dass Benyamin unter Angstzuständen leidet. Peter bespricht mit ihm daher die Möglichkeit sich Unterstützung in einem örtlichen Psychosozialen Zentrum zu suchen. Auf Benyamins Wunsch hin veranlasst Peter daraufhin eine Anmeldung.

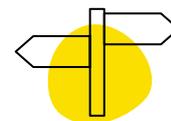
Asante

- Asante hat sich in der Sprechstunde eines Psychosozialen Zentrums gemeldet, das Sozialarbeitende mit speziellen Fokus auf queere Geflüchtete beschäftigt. Über die Empfehlung von Bekannten hat er von den Angeboten des Psychosozialen Zentrums erfahren und ein unverbindliches niedrigschwelliges Beratungsangebot – ein Gesprächsangebot in einem Café des Psychosozialen Zentrums – wahrgenommen.
- Insbesondere das diverse Beratungsteam hat Asante dann überzeugt, sich eigenständig Unterstützung zu suchen.

Eine zielgruppenspezifische und breit angelegte Ansprache ist bei psychosozialen Unterstützungsangeboten wichtig, um unterschiedliche Geflüchtete zu erreichen.

Im Allgemeinen gelangen Geflüchtete über folgende Wege an Beratungs- und Unterstützungsangebote:

- **Über die Verweisberatung unterschiedlicher Kooperationspartner des lokalen Hilfesystems werden Geflüchtete an die Beratungs- und Unterstützungsangebote der Psychosoziale Zentren und Projekte verwiesen.** Zu diesen Kooperationspartnern zählen z. B. Migrationsberatungsstellen, Flüchtlingsberatungsstellen, weitere Fachberatungsdienste, (Haus-)Ärztinnen und Ärzte, Krankenhäuser, Schulen, Kindertageseinrichtungen, Sprach- und Kulturmittelnde, Ausländerbehörden, Jobcenter, Ehrenamtliche sowie Landkreisverwaltungen.
- **Neben der Verweisberatung spielt auch der persönliche Verweis aus den Communities eine entscheidende Rolle.** Insbesondere bei Zielgruppen, die in bestimmte Communities wie der LSBTIQ* Community oder den ukrainisch- oder russischsprachigen Communities eingebunden sind, werden oftmals über Empfehlungen oder Informationen von bestehenden Klientinnen und Klienten der Psychosoziale Zentren und Projekte auf deren Angebote aufmerksam.
- **Ein weiterer Weg die Zielgruppe zu erreichen, ist die aufsuchende Arbeit.** Hier werden Psychosoziale Zentren oder Projekte in Gemeinschaftsunterkünften und Wohnheimen vorstellig, um persönlich und vor Ort über die eigene Arbeit und Angebote zu informieren. Durch diesen persönlichen Kontakt können zudem Ängste und Vorbehalte der Zielgruppe bezüglich psychosozialer Bedarfe und Angebote abgebaut werden.
- **Ein weiterer Kontaktpunkt für die Zielgruppe sind telefonische Sprechstunden in den Psychosoziale Zentren.** Hier können Betroffene oder auch Familienangehörige sowie Betreuerinnen und Betreuer anrufen, um anschließend Termine zu vereinbaren.



Für eine bestmögliche Bewerbung der Angebote gilt:

- Angebote sollten intensiv und über verschiedene Kanäle beworben und breit gestreut werden.
- Die Zusammenarbeit mit Communities ermöglicht einen vertrauten Zugang zur Zielgruppe. Hierfür braucht es eine gute Kooperation mit lokalen Organisationen.
- Im besten Fall ist die Ansprache an kulturelle und sprachliche Bedürfnisse angepasst.

Der Methodenmix macht's!

Die Psychosoziale Zentren und Projekte setzen vielfältige zielgruppenbezogene Unterstützungsangebote, die individuell eingesetzt werden, um. Sie unterscheiden sich nach Formaten und Dauer.

Die Aktivitäten richten sich nach den Bedürfnissen der Klientinnen und Klienten. Entsprechend werden zunächst Erstgespräche geführt und dann relevante Unterstützungsangebote gewählt.

Diese lassen sich in folgende Kategorien einordnen:

- Psychosoziale Beratung
- Psychotherapeutische / Psychologische Beratung
- Multimodale Angebote, inkl. Gruppenangebote
- Kriseninterventionen
- sonstige Angebote

Je nach Sprachkenntnis der Klientinnen und Klienten werden Sprachmittler eingesetzt oder es wird in sprachreduzierten Settings gearbeitet.

Schritt 1: Erstgespräch

In einem Erstgespräch führen die Mitarbeitenden ein Clearing durch, um die Anliegen und Themen der Klientinnen und Klienten festzustellen. Sofern Kinder und Jugendliche die Unterstützungsuchenden sind, finden die Erstgespräche mit den Eltern oder Betreuerinnen und Betreuern statt.

Die Bedarfe und Themen der Geflüchteten sind individuell und vielfältig und unter anderem abhängig von der Aufenthaltssituation, dem Geschlecht, dem Alter, der Herkunft oder der sexuellen Identität.

Erfahrungen des Bundesprogramms zeigen, dass häufig folgende Bedarfe behandelt werden:

- Im Vordergrund steht in der Regel die Stabilisierung von Klientinnen und Klienten wie z. B. Kriegsgeflüchteten sowie die Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens. Dabei werden vor allem posttraumatische Belastungsstörungen aufgrund von Flucht und Folter, Aggressionsprobleme, Traumata, Angst, Panik, Depressionen, Sucht, Einsamkeit sowie Rückzug aus dem sozialen Leben behandelt.
- Hinzu kommen soziale Beratungsbedarfe, die das Ankommen in Deutschland betreffen. Hierzu zählen Themen wie die allgemeine Orientierung nach dem Ankommen, Wohnen, Arbeit, Spracherwerb, (Weiter-)Bildung, Erziehung und familiäre Probleme sowie allgemeine Fragen zum Umgang mit Behörden.

So gelingt das Clearing bei Iryna, Benyamin und Asante:

Iryna

- Iryna führt ihr Erstgespräch mit der Psychologin Ana. Ana spricht Ukrainisch, da sie selbst aus der Ukraine kommt. Sie ist vor zehn Jahren nach Abschluss ihres Studiums zur Arbeit nach Deutschland gekommen. Im Erstgespräch lernen Iryna und Ana sich kennen. Ana kann daraufhin eine Einschätzung dazu treffen, wie hoch der Unterstützungsbedarf von Iryna ist.
- Sie vereinbaren eine psychologische Unterstützung mit fünf Sitzungen à 50 Minuten durchzuführen.

Benyamin

- In seinem Erstgespräch spricht Benyamin mit einer Therapeutin – begleitet wird er auf seinen Wunsch hin von seinem Betreuer Peter sowie einem Dolmetscher. Der Dolmetscher ist speziell für die Übersetzung in psychologischen Kontexten geschult.
- Im Gespräch äußert Benyamin Unsicherheiten bezüglich der Bedeutung des Begriffs „Therapie“. Um seine Unsicherheiten zu mindern, erläutert die Therapeutin ausführlich, dass Therapie ein Prozess ist, der Menschen dabei hilft, ihre Probleme und Bedenken zu verstehen und zu bewältigen. Sie erklärt, dass dies durch Gespräche oder verschiedene andere Methoden geschehen kann, und betont, dass Benyamins Wohlbefinden ihre oberste Priorität ist.
- Zum Abschluss des Gesprächs gibt sie Benyamin erste Techniken an die Hand, wie etwa Atemübungen. Dies sollen ihm helfen, seine Emotionen besser zu verstehen und zu regulieren.

Asante

- Asante führt sein erstes Gespräch mit einem Psychologen. Auch die Sozialarbeitende kommt zu dem Gespräch dazu. Beide stellen sich vor. Sie erzählen, wer sie sind und woher sie kommen, welchen Hintergrund sie haben und welche Angebote sie anbieten. Asante fühlt sich sehr wohl und erzählt, wie es ihm geht und was ihn beschäftigt.
- Aufgrund seiner sexuellen Identität hat er Diskriminierung und Gewalt in seinem Herkunftsland und auf der Flucht erfahren – dies beschäftigt und belastet ihn sehr.
- Der Psychologe vereinbart mit Asante einen Folgetermin. Auf Basis seiner Erfahrungen, soll Asante ein psychologisches Angebot erhalten. Es hat zum Ziel, für Asante einen sicheren Raum zu schaffen. Der Psychologe erklärt Asante, dass ihre Arbeit darauf abzielt, seine Identität zu bestätigen und zu stärken.

Schritt 2: Weitere Unterstützung

Auf Basis des Erstgesprächs wird entschieden, welche Art der Unterstützung die Klientinnen und Klienten benötigen:

- **Psychosoziale Beratung**
In der psychosozialen Beratung finden z.B. trauerzentrierte Fachberatungen, Folgeberatungen und Vermittlungen in die Regeldienste statt. Darüber hinaus werden Fragen rund um das Ankommen vor Ort geklärt – beispielsweise zur Existenz- und Aufenthaltssicherung, zur Wohnunssuche oder zum Bildungs- oder Gesundheitssystem.
- **Psychotherapeutische / Psychologische Beratung**
Angebote umfassen z.B. therapeutische Kurzzeitberatung, psychologische Beratung, Traumatherapie, Kompakttherapie, Kurz- und Langzeittherapie. Ziel ist die direkte Hilfe durch kurzfristige Interventionen oder die langfristige Betreuung durch den Übergang in das Regelsystem nach dem Wechsel des Aufenthaltstitels.
- **Multimodale Angebote, inkl. Gruppenangebote**
In den multimodalen Angeboten werden i. d. R. Gruppenangebote (teilweise alters-, sprach- und/oder geschlechtshomogen) angeboten. Darunter fallen beispielsweise Kunsttherapie oder spracharme Angebote wie traumasensibles Yoga.
- **Kriseninterventionen**
Kriseninterventionen werden zur emotionalen Stabilisierung sowie gegebenenfalls zur Einschätzung und Adressierung von Suizidalität der Klientinnen und Klienten durchgeführt.
- **Sonstige Angebote**
Neben den bereits aufgeführten Unterstützungsangeboten bieten Psychosoziale Zentren und Projekte punktuell auch weitere Formate an, wie z.B. Mentoring- und Bildungsprogramme oder die Veranstaltung von interkulturellen Festen.

So gelingt die weitere Unterstützung bei Iryna, Benyamin und Asante:

Iryna

- In der zweiten Sitzung legen Iryna und Ana Ziele für die gemeinsame Arbeit fest. Zwei wichtige Ziele sind für Iryna dabei, Strategien zum Umgang mit ihren Ängsten zu erlernen sowie eine Perspektive zu entwickeln, um sich an ihre neue Lebenssituation anpassen zu können.
- In der letzten Sitzung besprechen sie, welche Ziele Iryna bereits erreichen konnte und an welchen sie noch arbeiten möchte. Ana empfiehlt Iryna schließlich eine Frauengruppe zu besuchen. Diese wird vom Psychosozialen Zentrum organisiert und trifft sich jede Woche zu Sitzungen.

Benyamin

- In der zweiten Sitzung kommt Benyamin ohne Betreuer. Die Therapeutin bespricht mit ihm konkrete Situationen und welche Wirkung diese haben – damit er sich mit seinen Ressourcen stabilisieren kann. In den Folgesitzungen fängt Benyamin an mehr davon zu erzählen, was ihm passiert ist. Die Therapeutin zeigt ihm weitere Werkzeuge, um das Erlebte besser zu verarbeiten.
- Während des Therapieverlaufs erhält Benyamin zudem Unterstützung bei der Vorbereitung seiner Anhörung von seiner Therapeutin sowie Sozialarbeitende des Psychosozialen Zentrums. Benyamin geht es deutlich besser und er bringt Alltagsthemen wie Beziehungen, Liebe und aktuelle Geschehnisse aus der Wohngruppe mit.

Asante

- Asante arbeitet mit seinem Psychologen daran, seine Sexualität und Geschlechtsidentität als normal und nicht falsch oder abweichend zu betrachten. Asante stellt mit dem Psychologen heraus, welche Ausgrenzungs- und Gewalterfahrungen er gemacht hat. Der Psychologe unterstützt Asante dabei, seine Sexualität anzunehmen und eine lebensbejahende Einstellung gegenüber seiner Sexualität zu entwickeln.
- In der letzten Sitzung reflektieren beide über Asantes gemachte Fortschritte. Aufgrund seiner Anbindung an die queere Community und die Gruppenangebote des Psychosozialen Zentrums, hatte Asante kürzlich sein Coming-Out. Er möchte weiterhin das niedrigschwellige Angebot im Café als sicheren Ort für sich nutzen.



Einblick in die Praxis

Insbesondere die Gruppenangebote dienen der Vernetzung und Kontaktaufnahme zwischen Klientinnen und Klienten und unterstützen so auch das Ankommen. Zudem bieten Gruppenangebote Klientinnen und Klienten bereits eine stabilisierende Unterstützung, noch bevor mögliche Einzeltherapieansätze beginnen können. Daher werden sie gerne von Psychosozialen Zentren und Projekten eingesetzt. Folgende Beispiele geben Einblick in die Umsetzung:

- **Gruppe für traumatisierte Mädchen und junge Frauen**
Das offene Gruppenangebot ist speziell für Mädchen und junge Frauen konzipiert. Die Gruppe trifft sich wöchentlich und dient als Plattform für Diskussion, Austausch und Unterstützung. Die Gruppentreffen bieten einen Übergang zur Einzeltherapie, für die es meist lange Wartelisten gibt. Auf spielerische und kreative Weise werden die Teilnehmerinnen ermuntert, sich zu ihren Themen zu öffnen – wie beispielsweise zu ihrer Sexualität.
- **Sandspielgruppe für Kinder**
Für die niedrigschwellige Unterstützung und Erreichung speziell von Kindern werden von einigen Psychosozialen Zentren und Projekten Sandspielgruppen angeboten. Dieses spielerische Angebot ermöglicht den Kindern eine effektive Unterstützung zur Verarbeitung ihrer Erfahrungen und trägt zur Entwicklung von Stärken und Perspektiven bei. Durch die Interaktion mit dem Sand wird die Gruppe begleitet. Über das Angebot für Kinder werden zudem Eltern angesprochen und ergänzende Angebote für die Familie angeboten.
- **Leadership-Programm**
Das Leadership-Programm zielt auf die verstärkte Teilhabe und Selbstwirksamkeit ab. Durch Workshops werden erwachsene Geflüchtete darin geschult, als Ehrenamtliche soziale Projekte zur Integration von weiteren Geflüchteten und vulnerablen Gruppen zu unterstützen. So wird das Selbstvertrauen der Teilnehmenden und ihre Verbundenheit mit der lokalen Gemeinschaft gestärkt. Die Projekte umfassen unter anderem ein Sprachcafé oder ein Recycling-Projekt.

Für eine bestmögliche Unterstützung gilt:

- **Im besten Fall werden Angebote gebündelt unter einem Dach oder aufsuchend angeboten.** So wird der Zugang zu den Angeboten der Psychosozialen Zentren und Projekte erleichtert. Unter einem Dach können Angebote zudem bestmöglich aufeinander abgestimmt werden.
- **Niedrigschwellige sozialpädagogische Angebote sind oft der erste Zugang zu anschließenden therapeutischen Angeboten.** Hier kann die Angst vor Therapien genommen werden. Wichtig ist, dass psychologisch geschulte Mitarbeitende Angebote vermitteln.
- **Der Stepped-Care-Ansatz ermöglicht die Behandlung nach einem gestuften Behandlungsansatz.** So wird zu jedem Zeitpunkt das richtige Angebot ermittelt. Dafür braucht es eine gute Fallbegleitung.
- **Erfolgreiche Projekte entstehen nicht nur durch die Berücksichtigung von Vielfalt, sondern durch die Repräsentation dieser Vielfalt im Team.** Haben Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter z. B. auch eine eigene Flucht- oder Migrationsgeschichte, ist der Zugang zur Zielgruppe häufig leichter und authentischer.

Schritt 3: Übergang ins Regelsystem

Die Arbeit der Psychosozialen Zentren und Projekte besteht auch darin, Klientinnen und Klienten in das medizinische Regelsystem zu vermitteln. Insgesamt stellt dies jedoch eine Herausforderung dar, insbesondere wenn der Aufenthaltsstatus noch nicht geklärt ist. Zum einen gibt es im medizinischen Regelsystem kaum passgenaue Angebote für die Zielgruppe. Zum anderen berichten Psychosoziale Zentren und Projekte, dass niedergelassene (Psycho-)Therapeutinnen und Therapeuten oftmals Hemmnisse in der Arbeit mit der Zielgruppe haben, beispielsweise spielt die Finanzierung von Sprachmittlung eine große Rolle. Außerdem fehlt es Therapeutinnen und Therapeuten häufig auch an Erfahrung mit Therapien unter Beteiligung von Sprachmittelnden.

Ohne Kooperationspartner geht es nicht!

Zur Unterstützung der Klientinnen und Klienten arbeiten Psychosoziale Zentren und Projekte in einem umfassenden Netzwerk mit zahlreichen Kooperationspartnern zusammen:

- **Öffentliche Verwaltung**
Hierzu zählen Koordinierungsstellen für Geflüchtete, Sozial- und Jugendämter, Integrations- und Gleichbehandlungsbeauftragte sowie Aufnahmeeinrichtungen.
- **Fachberatungsstellen für Geflüchtete**
Beispielsweise Migrationsberatungsstellen für erwachsene Zuwanderer (MBE) und Fluchtberatungsstellen.
- **Bildungseinrichtungen**
Dazu zählen Volkshochschulen, Kindertagesstätten und Schulen.
- **Gesundheitsbereich**
Hierzu gehören Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sowie anderes niedergelassenes Fachpersonal.
- **Rechtliche Unterstützung**
Dazu zählen Asylrechtsorganisationen oder weitere juristische Beratungsstellen.
- **Zivilgesellschaft**
Dazu gehören Communities, Vereine, Initiativen und Ehrenamtliche.
- **Glaubensgemeinschaften**
Darunter fallen Gemeinden oder religiös geprägte Vereine.
- **Sprachmittler**
Ehren- und hauptamtliche Anbieter von Sprachmittlung.

So vielfältig wie das Netzwerk der Kooperationspartner ist auch die Zielsetzung der Zusammenarbeit:

- **Zugang zu den Klientinnen und Klienten**
Viele der Kooperationspartner kennen die Psychosozialen Zentren und Projekte sowie ihre Angebote und informieren und verweisen potenzielle Klientinnen und Klienten an sie. Insbesondere Communities sind für die vertrauensvolle Ansprache von Klientinnen und Klienten relevante Partner.
- **Verweis seitens der Psychosozialen Zentren und Projekte an das Regelsystem**
Die Psychosozialen Zentren und Projekte haben begrenzte personelle Ressourcen und verweisen daher, wo möglich, auch Klientinnen und Klienten mit psychologischen Unterstützungsbedarfen an Fachkräfte im Regelsystem, wie z. B. Psychiaterinnen und Psychiater und/oder Psychotherapeutinnen und -therapeuten oder Fachberatungsstellen für Geflüchtete.
- **Multiplikatorinnen und Multiplikatoren**
Psychosoziale Zentren und Projekte vernetzen sich mit Partnern und untereinander, um Erfahrungswissen zu teilen und die Bekanntheit von psychosozialen Angeboten zu stärken. Auch Qualifizierungen und Schulungen werden durch Psychosoziale Zentren angeboten.

Auch Benjamin und Iryna profitieren von der Kooperation:

Iryna

- Gemeinsam mit Kooperationspartnern organisiert das Psychosoziale Zentrum, das Iryna besucht, ein interkulturelles Fest. Bei dieser Veranstaltung können die Teilnehmenden verschiedene Beiträge einbringen.
- Iryna und die Frauengruppe planen, sich aktiv zu beteiligen, indem sie Gedichte und persönliche Geschichten vortragen, die sie gemeinsam in der Frauengruppe erarbeitet haben.

Benjamin

- Benjamin fällt es noch schwer dem Unterricht in der Schule auf Deutsch zu folgen. Das frustriert ihn. Das Psychosoziale Zentrum, das Benjamin besucht, kooperiert mit einem Nachhilfeverein. Durch diesen hat Benjamin einen ehrenamtlichen Helfer gefunden.
- Er ist Lehramtsstudent und unterstützt ihn jetzt alle zwei Wochen bei seinen Hausaufgaben.

Einblick in die Praxis



- **In ländlichen Räumen sind Strecken vom Wohnort bis zum Psychosozialen Zentrum oft sehr lang.** Um Klientinnen und Klienten trotzdem zu ermöglichen an Angeboten des Psychosozialen Zentrums teilzunehmen, organisieren Ehrenamtliche kostenfreie Fahrdienste.
- **Bei der Zielgruppe LSBTIQ* setzt das Therapiezentrum für Menschen von Folter und Flucht auf enge Kooperation mit queeren Organisationen.** Gemeinsam werden psychosoziale Beratungs- und Gruppenangebote umgesetzt. Dies schafft besonderes Vertrauen bei der Zielgruppe.
- **Für ein Projekt der Zentralen Wohlfahrtsstelle der Juden (ZWST) sind die jüdischen Gemeinden wichtige Kooperationspartner.** Seit mehr als einem Jahr besucht ein Psychologe die Gemeinden in ganz Deutschland und bietet vor Ort in den Gemeinden aufsuchende psychosoziale Unterstützungsangebote an.
- **Um Familien gut zu unterstützen, kooperieren in Baden-Württemberg zwei Psychosoziale Zentren eng miteinander.** Während die Kinder in einem Psychosozialen Zentrum spezifische Angebote in Anspruch nehmen können, werden Eltern im benachbarten Psychosozialen Zentrum unterstützt. Die Therapieabläufe werden dabei eng miteinander abgestimmt und es werden z.B. kunsttherapeutische Gruppenangebote durchgeführt. Die Aufteilung von Eltern und Kindern auf zwei Psychosoziale Zentren ermöglicht es jedem Psychosozialen Zentrum, seine spezifischen Kompetenzen gezielt einzubringen, um auf die individuellen Bedarfe der Familienmitglieder einzugehen.

Fazit

Die Einblicke aus der Praxis des Bundesprogramms zeigen, dass Psychosoziale Zentren und Projekte eine ganzheitliche Unterstützung für Geflüchtete mit Flucht- und Foltererfahrungen bieten, um ihre psychosoziale Stabilität zu stärken und langfristige Integrations- und Teilhabechancen zu unterstützen.

Die Arbeit der Psychosozialen Zentren und Projekte ist oftmals individuell auf Geflüchtete zugeschnitten und orientiert sich an ihren spezifischen Bedarfen.

Eine zielgruppengerechte und breit gestreute Ansprache sowie die Kooperation mit lokalen Partnern und Gemeinschaften spielen eine entscheidende Rolle, um die richtige Unterstützung für die verschiedenen Bedarfe der Klientinnen und Klienten anzubieten.

Entscheidend für den Erfolg der Psychosozialen Zentren und Projekte sind die Vielfalt der Unterstützungsangebote, die bedarfsorientierte Anpassung sowie der engen Anbindung an das lokale Netzwerk relevanter Kooperationspartner.

Impressum

Diese Broschüre ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Bundesregierung; sie wird kostenlos abgegeben und ist nicht zum Verkauf bestimmt.

Herausgeber:

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Referat Öffentlichkeitsarbeit
11018 Berlin
www.bmfsfj.de



Bezugsstelle:

Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 48 10 09, 18132 Rostock
Tel.: 030 18 272 2721
Fax: 030 18 10 272 2721
Gebärdentelefon: gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de
www.bmfsfj.de

Für weitere Fragen nutzen Sie unser

Servicetelefon: 030 20 179 130
Montag – Donnerstag: 9–18 Uhr
Fax: 030 18 555-4400
E-Mail: info@bmfsfj-service.bund.de
Einheitliche Behördennummer: 115*

Stand: April 2024

Illustrationen: pikisuperstar / Freepik

Redaktion und Gestaltung: Ramboll Management Consulting GmbH

Autorinnen: Elisa Benker, Vanessa-Laura Beyer, Kristina Broens, Sara El-Madani

* Für allgemeine Fragen an alle Ämter und Behörden steht Ihnen auch die einheitliche Behördenrufnummer 115 zur Verfügung. In den teilnehmenden Regionen erreichen Sie die 115 von Montag bis Freitag zwischen 8 und 18 Uhr. Die 115 ist sowohl aus dem Festnetz als auch aus vielen Mobilfunknetzen zum Ortstarif und damit kostenlos über Flatrates erreichbar. Gehörlose haben die Möglichkeit, über die SIP-Adresse 115@gebaerdentelefon.d115.de Informationen zu erhalten. Ob in Ihrer Region die 115 erreichbar ist und weitere Informationen zur einheitlichen Behördenrufnummer finden Sie unter <http://www.d115.de>.



www.bmfsfj.de

 facebook.com/bmfsfj

 x.com/bmfsfj

 linkedin.com/company/bmfsfj

 youtube.com/@familienministerium

 instagram.com/bmfsfj