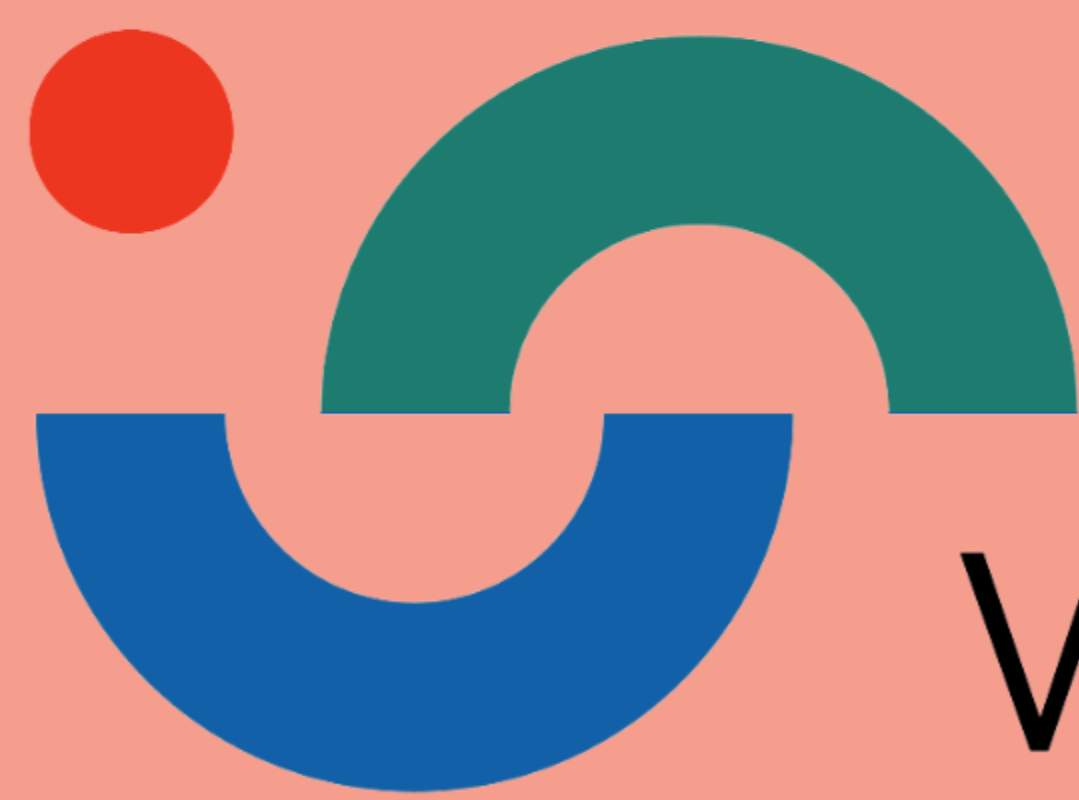




FRIENDS
WE SHARE



Programm zur Förderung des
Wohlbefindens von
Geflüchteten mit Vorbildern
und Mentor:innen





WP3 - "Friends We Share - Promoting Refugees' Wellbeing"
Schulung für pädagogische Fachkräfte

Erstellt von

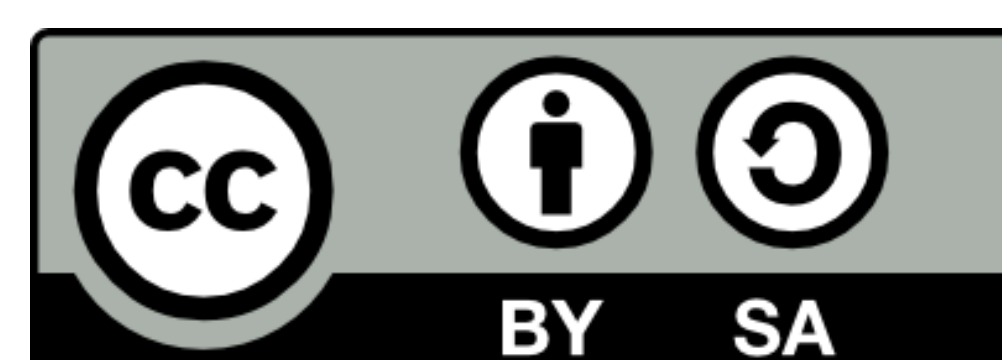
Proportional Message

Bereitgestellt durch

Friends We Share
Konsortium



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**



Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen der Autor:innen und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

Dieses Werk ist unter der Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License lizenziert. Eine Kopie dieser Lizenz finden Sie unter <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/> oder senden Sie einen Brief an Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

Inhalt

Einleitung

Lernziele

Aufbau

Modul 1 - Die *Friends We Share* Methodologie und Ergebnisse

Plan: Lektion 1
Plan: Lektion 2
Plan: Lektion 3

Modul 2 - Mentor:innen und Vorbilder: Theorien, Fallbeispiele, und Aktivitäten

Plan: Lektion 1
Plan: Lektion 2
Plan: Lektion 3

Modul 3 - Kernkompetenzen

Plan: Lektion 1
Plan: Lektion 2
Plan: Lektion 3

Modul 4 - Von Geflüchteten identifizierte gute Praktiken für pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen

Plan: Lektion 1
Plan: Lektion 2
Plan: Lektion 3

Modul 5 - Resilienz von Geflüchteten unterstützen und stärken

Plan: Lektion 1
Plan: Lektion 2
Plan: Lektion 3

Selbstorganisiertes Lernen

Quellenverzeichnis

Einführung

Willkommen bei „**Friends We Share – Programm zur Förderung des Wohlbefindens von Geflüchteten mit Vorbildern und Mentor:innen**“, einem internationalen, von der EU geförderten, zweijährigen Projekt, das zum Ziel hat, pädagogische Fachkräfte sowie Geflüchtete und Asylsuchende in ganz Europa zu stärken.

Entwickelt im Rahmen des Erasmus+-Programms, vereint dieses Projekt ein erfahrenes Konsortium von Partnerinstitutionen aus fünf Ländern:

- Miejska Strefa Kultury w Łodzi (Polen)
- Landeshauptstadt Stuttgart (Deutschland)
- Förderverein der LAKA – Landesverband der kommunalen Migrantenvertretungen in Baden-Württemberg e.V. (Deutschland)
- InterAktion – Verein für ein interkulturelles Zusammenleben (Österreich)
- Proportional Message – Associação (Portugal)
- SYNTHESIS Center for Research and Education Limited (Zypern)

Friends We Share thematisiert den dringenden Bedarf **an inklusiven Ansätzen** zur Unterstützung neu angekommener **Geflüchteter** und **Asylsuchender**. Unser übergeordnetes Ziel ist es, **ihre soziale Teilhabe, ihr Wohlbefinden und ihre Selbstständigkeit zu fördern**, indem wir die Kompetenzen derjenigen stärken, die am engsten mit ihnen arbeiten: pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen.

Das Programm bietet:

- **Peer-Learning- und Mentoring-Methoden**, die auf den Lebenserfahrungen bereits erfolgreich integrierter Geflüchteter aufbauen.
- **Praktische Werkzeuge und Strategien**, um Fachkräfte dabei zu unterstützen, **Herausforderungen in den Bereichen Integration, Inklusion**, Spracherwerb und Wohlbefinden zu bewältigen.
- Trainingsmodule zum Aufbau von **Unterstützungsnetzwerken**, zur **Stärkung von Resilienz** sowie zur **Förderung von Handlungskompetenz** bei Geflüchteten.
- **Materialien und Ressourcen**, die anpassbar und lokal relevant sind und sowohl nationale als auch internationale **Zusammenarbeit** unterstützen.

Lernziele

Die Lernziele der Aktivität 3.1, „Entwicklung des Programms Friends We Share - Förderung des Wohlbefindes von Geflüchteten“, konzentrieren sich auf die Erstellung von Hilfsmitteln, die auf die spezifischen Bedürfnisse und Kontexte von Geflüchteten zugeschnitten sind. Diese Hilfsmittel sollen pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen mit folgenden Kompetenzen ausstatten:

1. **Mentor:innen und Fachkräfte effektiv** mit neu angekommenen Asylsuchenden **zusammenbringen**.
2. **Kernwissen, Fähigkeiten und Kompetenzen fördern**, die bereits integrierten Geflüchteten geholfen haben, sich zurechtzufinden, und diese Eigenschaften auch bei anderen fördern.
3. **Professionelle Kapazitäten zur Förderung** von Resilienz, Handlungsfähigkeit und Wohlbefinden in diversen Kontexten ausbauen.

Aufbau

Das Schulungsprogramm Friends We Share umfasst fünf Module, die jeweils in 3–5 Stunden Präsenzunterricht und zwei Stunden selbstorganisiertem Lernen absolviert werden.

Jedes Präsenzmodul hat folgenden Aufbau:

- **Einleitung:** Ziele & Zweck; Lernergebnisse; Zielgruppe; Dauer; behandelte Themen; Lektionsübersicht; Icebreaker/Energizer; Vorbereitung
- **Plan: Lektion 1**
- **Plan: Lektion 2**
- **Plan: Lektion 3**

Nach den fünf Präsenzmodulen erhalten die Teilnehmenden Zugang zu Materialien für das **selbstorganisierte Lernen (S. 91)**. Diese Materialien sollen dabei unterstützen, das Verständnis zu vertiefen und bauen auf den in den vorherigen Modulen behandelten Konzepten auf.

Inhalt des E-Books

Modul 1: Friends We Share Methodologie und Ergebnisse

Dieses Modul stellt Kernprinzipien der Friends We Share–Methodologie vor. Die Teilnehmenden setzen sich mit Forschungsergebnissen auseinander und lernen, wie die Förderung von Peer-Beziehungen, das Wohlbefinden und die Inklusion von Geflüchteten und Migrant:innen verbessert.

Modul 2: Mentor:innen und Vorbilder: Theorien, Fallbeispiele, und Aktivitäten

Dieses Modul thematisiert die transformative Rolle von Mentoring. Die Teilnehmenden setzen sich anhand von Aktivitäten und Fallbeispielen damit auseinander, wie Mentor:innen Anpassungsfähigkeit und Resilienz stärken.

Modul 3: Kernkompetenzen

Die Teilnehmenden entwickeln Fähigkeiten zur Förderung von Inklusion, psychischem Wohlbefinden und Eigenverantwortung. Interaktive Aktivitäten thematisieren Kommunikation, interkulturelle Kompetenz und die Stärkung individueller Fähigkeiten.

Modul 4: Von Geflüchteten identifizierte gute Praktiken für pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen

Dieses Modul vermittelt Praktiken von Inklusion und Empowerment. Die Teilnehmenden erstellen Pläne, um Barrieren abzubauen und ein respektvolles Umfeld des Miteinanders zu fördern.

Modul 5: Resilienz von Geflüchteten fördern und stärken

Dieses Modul konzentriert sich auf das Fördern von Resilienz von Geflüchteten. Die Teilnehmenden erarbeiten Strategien zur Stärkung der Teilhabe durch partizipative Ansätze und Fallbeispiele, um langfristig Resilienz und Selbstständigkeit, der von ihnen unterstützten Menschen, sicherzustellen.

Weitere Hinweise zur Nutzung dieses E-Books

Das eBook dient als Grundlage für die Inhalte und Schulungsmaterialien. Es kann – und sollte – jedoch angepasst werden an:

- Das **Fachwissen** und die **Erfahrung** der Teilnehmenden
- Den **spezifischen nationalen Kontext**, in dem die Schulung durchgeführt wird

Als Ergebnis kann es in den Übersetzungen dieses E-Books zu **Abweichungen** kommen, die die **nationalen Anpassungen** und Gegebenheiten **widerspiegeln**.

Bei den zusätzlich **bereitgestellten Materialien** ist zu beachten, dass einige der **Originalvideos auf Englisch** sind und daher nicht für alle Teilnehmenden zugänglich sein könnten. Um dem entgegenzuwirken, enthält jede nationale Version des E-Books, soweit möglich, **alternative Ressourcen**. Diese Ergänzungen stellen sicher, dass die Teilnehmenden Zugang zu einer **breiteren Auswahl** an Materialien in der **Landessprache** haben.

Bitte betrachten Sie diese zusätzlichen Materialien als **Vorschlag** und optionale Ressourcen. Es ist eher unwahrscheinlich, dass in jeder Sprache genau dieselben Beispiele aus der englischen Originalversion verfügbar sind.

Wir möchten außerdem darauf hinweisen, dass die **Unterrichtspläne** ursprünglich für eine Dauer von etwa **drei Stunden pro Modul** konzipiert wurden. In der Praxis kann die Dauer jedoch variieren. Größere Gruppen oder aktivere Diskussionen erfordern generell mehr Zeit, um die Aktivitäten und Reflexionen vollständig durchzuführen. **Trainer:innen werden ermutigt, die Zeitpläne entsprechend flexibel anzupassen.**

Alle Materialien in diesem E-Book sind über Links zu einem **Google-Drive-Ordner** zugänglich, der ausschließlich mit **Leserechten** versehen ist, sodass die Originaldateien unverändert bleiben. In Übereinstimmung mit den EU-DSGVO-Richtlinien werden die verlinkten Dateien nur im PDF-Format bereitgestellt. Sie können diese Dateien jedoch gerne herunterladen und auf Ihre spezifischen **Bedürfnisse anpassen**.

Besonders wichtig ist uns zu betonen, dass alle Materialien frei angepasst werden können. Dies betrifft auch die Arbeitsblätter. **Trainer:innen werden ausdrücklich ermutigt, diese Ressourcen zu verändern, zu erweitern oder zu vereinfachen, um sie bestmöglich an die Bedürfnisse ihrer Zielgruppe anzupassen.**

Modul 1

Friends We Share Methodologie und Ergebnisse

Ziele & Zweck

Modul 1 vermittelt grundlegendes Wissen für Pädagogische Fachkräfte, die mit Geflüchteten, Migrant:innen und Asylsuchenden arbeiten. Es enthält grundlegende Begriffe, die dabei helfen, die eigene Situation zu verstehen und Bedürfnisse zu definieren. Behandelt werden unter anderem die Themen Freundschaft und Beziehungen zu Peers als wertvolles Hilfsmittel für Geflüchtete, Asylsuchende und Migrant:innen - was dabei unterstützen kann, ein Netzwerk aufzubauen und Barrieren zu überwinden. Modul 1 schärft das Bewusstsein für Wohlbefinden und betont dessen Einfluss auf die Integration in einem neuen sozialen und kulturellen Kontext.

Lernergebnisse

Wissen

- Die wichtigsten Definitionen kennen, die bei der Arbeit mit den Zielgruppen verwendet werden.
- Grundbedürfnisse von Zielgruppen identifizieren.
- Wohlbefinden und Peer-Learning verstehen und wissen, wie sie als wirksame Tools für die Zielgruppe eingesetzt werden können.

Fähigkeiten

- Begriffe wie „Asylsuchende“, „soziale Inklusion“ und „Selbstresilienz“ definieren und erklären.
- Aktuelle Probleme und Bedürfnisse von Geflüchteten in verschiedenen europäischen Ländern identifizieren und diskutieren.
- Diskussionen und Reflexionen über den Einfluss von Freundschaft und Peer-Beziehungen auf das Wohlbefinden anregen.
- Politische Maßnahmen und ihre Auswirkungen kritisch bewerten.

Haltung

- Den Aufbau sozialer Netzwerke fördern.
- Empathie und Verständnis für die Freundschaftserfahrungen anderer zeigen.
- Engagement für soziale Gerechtigkeit und gegen Diskriminierung.

Modul 1

Die Friends We Share Methodologie und Ergebnisse

Zielgruppe

- Pädagogische Fachkräfte
- Sozialarbeiter:innen

Dauer

- Präsenz: 3.5-4 h (1 akademische Stunde = 45 Minuten)
- Selbstorganisiertes Lernen: 2h

Behandelte Themen

- Wichtige Definitionen
- Der Schlüssel zum Erfolg – richtige Ermittlung der Bedürfnisse von Asylsuchenden, Geflüchteten und Migrant:innen
- Beziehungen zu Gleichaltrigen und Freundschaften als Hilfsmittel zur Steigerung des Wohlbefindens von Asylsuchenden, Geflüchteten und Migrant:innen

Lektionsübersicht

Lektion 1 - Wichtige Definitionen verstehen

Diese Lektion konzentriert sich auf Definitionen von Begriffen wie „Asylsuchende“, „Geflüchtete“ und „soziale Inklusion“. Die Teilnehmenden bilden persönliche Assoziationen verbessern so ihr Verständnis für den professionellen Gebrauch.

Lektion 2 - Bedürfnisse und Herausforderungen

Die Teilnehmenden analysieren die Bedürfnisse verschiedener Zielgruppen und diskutieren gemeinsame Hindernisse in neuen Ländern, um fundierte Ansätze für die Unterstützung zu entwickeln.

Lektion 3 - Freundschaft

Diese Lektion verdeutlicht die Bedeutung von Freundschaften und Beziehungen zu Gleichaltrigen für Geflüchtete und Asylsuchende und betont, wie soziale Netzwerke dabei helfen, Herausforderungen zu meistern.

Modul 1 – Plan: Lektion 1

Vorbereitung

- Sicherstellen, dass die technische Ausstattung verfügbar und funktionsfähig ist: Beamer, Internetverbindung.
- Schulungsraum und die Ausstattung reservieren.
- Die Pädagogischen Fachkräfte und die Sozialarbeiter:innen über den Zeitplan der Lektion informieren.
- Gedruckte Handouts vorbereiten (Details im Arbeitsblatt für jede Lektion).
- Zur Unterstützung der Präsentation diese zusätzlichen Materialien verwenden:

[PPT_F2F_Modul1](#)

Icebreaker Aktivität

Icebreaker 1 - Atemübungen - 7 Min

- Die Teilnehmenden stehen in einer neutralen Körperhaltung (Knie und Hüften leicht gebeugt, Rücken gerade, Füße bequem gespreizt und fest auf dem Boden).
- Die Teilnehmenden führen langsame Roll-down- und Roll-up-Übungen durch, um ihren Körper zu entspannen.
- Im Stehen auf die Bauchatmung konzentrieren.

Icebreaker 2 - 5 Min

- Die Gruppe kann sich frei im Raum bewegen und sich dabei auf den Blickkontakt mit einer Person aus der Gruppe konzentrieren. Wenn der Blickkontakt beidseitig bestätigt wurde, bleibt das Paar für eine Sekunde stehen und bewegt sich dann weiter durch den Raum.

Icebreaker 3 - 7 Min

- Die Gruppe bewegt sich frei im Raum, wenn eine Person stehen bleibt, bleiben alle stehen. Dann kann jede:r aus der Gruppe die Bewegung wieder aufnehmen. Dies wird mehrmals wiederholt. Ziel ist es, die Aufmerksamkeit jedes Teilnehmenden auf seinen Körper und die Gruppe zu lenken.

Modul 1 – Plan: Lektion 1

Aktivität 1: Die Sprache der Inklusion - Wichtige Begriffe für Sozialarbeiter:innen

Dauer	5 Min
Methoden	Eigenständige Leseaufgabe
Benötigte Materialien	Gedruckte Handouts - Liste mit Definitionen. Hier klicken, um auf das Material zuzugreifen.
Schritt-für-Schritt Anleitung	Jede:r Teilnehmende bekommt ein Blatt mit Definitionen. Fortsetzung in der nächsten Aktivität.

Aktivität 2: Videoanalyse zur Unterscheidung der Begriffe “Migrant:innen, Geflüchtete, Asylsuchende”

Sinn des Videos	Das Video zeigt die Merkmale der Definitionen, die in Lektion 1 erlernt wurden, auf.
Diskussions-/ Reflexionsfragen	Das Material ist eine Videoquelle, die Erklärungen zu den in Aktivität 1 verwendeten Definitionen enthält. Da es sich um eine andere Art von Materialien handelt, kann es sinnvoll sein, verschiedene Lernformen einzusetzen, um die gedruckte Version der Definitionen zu festigen.
Link	https://www.youtube.com/watch?v=CGftwNQ_LXI

Modul 1 – Plan: Lektion 1

Aktivität 3: Fokus auf Empathie

Dauer	15 Min
Methoden	Diskussion, Round Table
Ziel	• Einbringen von Empathie und Verständnis in der Arbeit mit Zielgruppen. • Entwicklung der Fähigkeit, sich auf unterschiedliche Personengruppen einzustellen.
Art des Materials	Liste mit Definitionen (Hier klicken, um auf das Material zuzugreifen.)
Benötigte Materialien	• Gedruckte Version der Definitionen für alle Teilnehmenden (A4-Format) • Tafel oder größere Blätter, z. B. 100 x 70 cm, Marker
Schritt-für-Schritt Anleitung	1. Anhand einer Liste mit Definitionen aus Aktivität 1 (ausgedruckte Version der verwendeten Definitionen „Asylsuchende“, „Geflüchtete“, „Einwanderer:innen“, „Integration“, „unbegleitete Minderjährige“, „soziale Inklusion“, „Selbstresilienz“, „Wohlbefinden“) diskutieren die Teilnehmenden Assoziationen verschiedener Emotionen zu den Definitionen (z. B. Selbstresilienz: Hoffnung, Stärke/mentale Stärke, emotionales Gleichgewicht). 2. Die Teilnehmenden diskutieren die Emotionen und Assoziationen, die ihnen zu jeder Definition einfallen, und schreiben sie auf eine Tafel oder ein großes Blatt Papier um den Begriff herum.

Modul 1 – Plan: Lektion 1

Aktivität 4: Fallbeispiel - “Welche Definition passt?”

Ziel

Dieses Fallbeispiel gibt den Teilnehmenden die Möglichkeit, die Definitionen richtig anzuwenden. Dadurch können sie sich auch einen anderen Kontext für jede der verwendeten Personen vorstellen und einen Bezug zu unterschiedlichen Erfahrungen aus ihrem eigenen Leben herstellen. Dies hilft ihnen, die Definitionen in ihrer beruflichen Praxis zu verstehen und anzuwenden.

Fallbeispiel

Profil 1: Persönliche Angaben

- Vollständiger Name: Amina Al-Sayed
- Alter: 32 Jahre
- Geschlecht: weiblich
- Nationalität: syrisch
- Familienstand: verheiratet (ihr Ehemann wird vermisst)
- Kinder: 2 (ein 5-jähriger Sohn und eine 3-jährige Tochter)
- Sprachen: Arabisch (Muttersprache), Grundkenntnisse in Englisch

Profil 2: Persönliche Angaben

- Vollständiger Name: Mohammed Hassan
- Alter: 28 Jahre
- Geschlecht: männlich
- Nationalität: äthiopisch
- Ethnische Herkunft: Oromo
- Familienstand: ledig
- Kinder: keine
- Sprachen: Amharisch (Muttersprache), Grundkenntnisse in Englisch

Profil 3: Persönliche Angaben

- Vollständiger Name: Maria Lopez
- Alter: 35 Jahre
- Geschlecht: weiblich
- Nationalität: mexikanisch
- Familienstand: verheiratet
- Kinder: 1 (eine 6-jährige Tochter)
- Sprachen: Spanisch (Muttersprache), Grundkenntnisse in Englisch

Modul 1 – Plan: Lektion 1

Angabe/ Reflexion

Gruppendiskussion: Ordnen Sie jedem Profil die passende Definition aus Aktivität 1 zu. Begründen Sie Ihre Wahl.

Wichtigste Erkenntnisse

- Definitionen den jeweiligen Situationen zuordnen.
- Die Unterschiede zwischen den Definitionen verstehen.
- Kulturelle Unterschiede, Sprachbarrieren und die emotionale Belastung durch die Trennung von der Familie bewusst machen.

Zusätzliches Material 1

Titel

Refugees on the move - Focus on Europe

Kontext

Ein kurzes Video, das die Geschichte von Migrant:innen syrischer und palästinensischer Herkunft in Europa erzählt.

Sinn

Das Material hilft den Teilnehmenden, die Schwierigkeiten kennen zu lernen, die oft hinter dem Leben der Einwanderer stehen.

Link

<https://www.youtube.com/watch?v=Qms6ihffYMc>

Zusätzliches Material 2

Titel

On Immigration and Refugees

Kontext

Ein Buch von Sir Michael Dummett.

Sinn

Das Material kann eine zusätzliche Informationsquelle darstellen und dazu beitragen, das jeweilige Thema besser kennenzulernen.

Link

<https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9780203465516/immigration-refugees-sir-michael-dummett>

Modul 1 – Plan: Lektion 1

Zusätzliches Material 3

Titel The Ungrateful Refugee

Kontext Ein Buch von Dina Nayeri

Sinn Der Roman kann eine zusätzliche Informationsquelle darstellen und das jeweilige Thema auf einer tieferen Ebene kennenlernen.

Link <https://www.amazon.com/Ungrateful-Refugee-What-Immigrants-Never/dp/1948226421>

Modul 1 – Plan: Lektion 2

Aktivität 5: Bedürfnisse und Selbstreflexion

Dauer	15 Min
Methoden	Eigenständiges Lesen und Reflexion
Benötigte Materialien	• Gedruckte Handouts. Hier klicken, um auf das Material zuzugreifen.
Schritt-für-Schritt Anleitung	• Die Teilnehmenden lesen die Handouts und beantworten folgende Fragen individuell: „Können Sie min. zwei Bedürfnisse für jeden Bereich nennen?“ „Würden Sie der Liste einen weiteren Bereich hinzufügen? Warum?“ • Ordnen Sie die Bereiche (von wichtigsten zu unwichtigsten). • Diskutieren Sie die Ergebnisse in der Gruppe. Tauschen Sie Ideen aus.

Aktivität 6: Bedürfnis-Fragebogen

Dauer	15 Min
Methoden	Arbeit in Zweiergruppen, Gruppendiskussion
Benötigte Materialien	• Gedrucktes Handout • Papier, Stifte
Schritt-für-Schritt Anleitung	• Der:die Trainer:in teilt die Teilnehmenden in Zweiergruppen ein und stellt die Aufgabe vor: Das Ziel ist es, einen Fragebogen zu erstellen, der verschiedene Bereiche abdeckt, z. B. Liebe/Zuneigung, Verbundenheit/Zugehörigkeit, • Jede Zweiergruppe liest seine Fragen vor. • Ideenaustausch innerhalb der gesamten Gruppe. • Versuchen Sie gemeinsam, einen Fragebogen zu erstellen, der alle Bereiche abdeckt und mindestens 15 bis 20 Fragen enthält.

Modul 1 – Plan: Lektion 2

Aktivität 7: Fallbeispiel - “Bedürfnisse - wie definieren?”

Ziel Die Fähigkeit erlernen, bei der Arbeit mit Zielgruppen Bedürfnisse zu definieren, zu benennen und richtig zu identifizieren.

Fallbeispiel • Teilen Sie die Teilnehmenden in zwei Gruppen auf. Jede Gruppe arbeitet an einer anderen Profilbeschreibung.

Profil 1

- Name: Aleksandr Ivanov
- Alter: 29 Jahre alt
- Geschlecht: männlich
- Nationalität: ukrainisch
- Ethnische Zugehörigkeit: slawisch (ukrainisch)
- Familienstand: ledig
- Kinder: keine
- Sprachen: Ukrainisch (Muttersprache), Russisch (fließend), Englisch (Grundkenntnisse)
- Kontext: Aleksandrs Eltern, Ivan und Olga, leben noch in der Ukraine. Sein Vater arbeitet als Ingenieur, seine Mutter ist Lehrerin. Er hat eine jüngere Schwester, Darya, die an einer Universität in Kiew Medizin studiert. Aleksandr verließ Kiew, nachdem der Konflikt in der Ostukraine ausgebrochen war. Obwohl seine Heimatstadt nicht direkt von den Kämpfen betroffen war, hatte er aufgrund der Instabilität und der ständigen Unsicherheit in der Region das Gefühl, dass er wegziehen musste, um sich eine bessere Zukunft aufzubauen.

Profil 2

- Vollständiger Name: Rania Al-Hassan
- Alter: 32 Jahre
- Geschlecht: weiblich
- Nationalität: syrisch
- Familienstand: verwitwet
- Kinder: 2 (ein 5-jähriger Sohn, Samir, und eine 3-jährige Tochter, Layla)
- Sprachen: Arabisch (Muttersprache), Grundkenntnisse in Englisch

Modul 1 – Plan: Lektion 2

- Kontext: Ranas Ehemann Fadi wurde 2015 bei einem Bombenangriff in Aleppo getötet. Durch diesen tragischen Verlust muss Rania nun allein für ihre beiden Kinder sorgen. Ranas Eltern und ihre beiden jüngeren Brüder leben in einem Flüchtlingslager in Jordanien, wohin sie nach der Eskalation des Konflikts geflohen sind. Als der Krieg immer heftiger wurde, lief Rania Gefahr, in Kreuzfeuer zu geraten oder Gewalt durch bewaffnete Gruppen ausgesetzt zu sein. Sie fürchtete um das Leben ihrer Kinder und wusste, dass ein Verbleib in Syrien keine Option mehr war.

Versuchen Sie, eine Liste mit den Bedürfnissen der beschriebenen Person zu erstellen.

Angabe/ Reflexion

Welche Faktoren im Profil haben Sie dazu veranlasst, sich auf bestimmte Bedürfnisse zu konzentrieren?

Welche Prioritäten würden sich für jedes Profil ergeben?

Wichtigste Erkenntnisse

- In der Lage sein, unterschiedliche Bedürfnisse je nach Situation zu erkennen.
- Sich der kulturellen Unterschiede, Sprachbarrieren, emotionalen Belastung des wirtschaftlichen Kontextes durch die Trennung von der Familie bewusst werden und verschiedene Prioritäten für jede Person erkennen.

Zusätzliches Material 4

Titel

Why Maslow's Hierarchy of Needs Matters

Kontext

Der Kurzfilm zeigt den Wert von Maslows Bedürfnishierarchie und ihre Bedeutung für das Leben jedes Einzelnen.

Sinn

Hilft dabei, die Bedürfnisse und deren Hierarchie im Leben der Menschen zu verstehen.

Link

<https://www.youtube.com/watch?v=L0PKWTta7IU>

Modul 1 – Plan: Lektion 2

Zusätzliches Material 5

Titel	What refugees need to start new lives Muhammed Idris
Kontext	Muhammed Idris spricht über die Bedürfnisse von Geflüchteten.
Sinn	Beispiele für Erfolgsgeschichten, als Inspiration und Motivation dienen können.
Link	https://www.youtube.com/watch?v=RLz3AYVlqes

Zusätzliches Material 6

Titel	The Seven Human Needs: A practical guide to finding harmony and balance in everyday life
Kontext	Ein Buch von Gudjon Bergmann.
Sinn	„Voller leicht umsetzbarer Ideen, die die Bedürfnisse von Gesundheit, Geist und Körper miteinander verbinden, um ein ganzheitliches Leben zu schaffen. Es ist entscheidend, die Bedürfnisse des Menschen auf persönlicher Ebene zu verstehen.“
Link	https://www.amazon.com/Seven-Human-Needs-practical-everyday/dp/1419636669

Modul 1 – Plan: Lektion 3

Aktivität 8: Freundschaft, Peer-Learning, Wohlbefinden - Schlüsselaspekte

Dauer 7 Min

Methoden Einzelarbeit, Selbstreflektion

Benötigte Materialien

- Gedruckte Handouts. [Hier](#) klicken, um auf das Material zuzugreifen.

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Handouts an alle Teilnehmenden verteilen.
- Die Teilnehmenden haben 5 Minuten Zeit, die Listen zu lesen und die Fragen zu beantworten.
- Schauen Sie sich die wichtigsten Aspekte der Freundschaft auf dem Handout an und beantworten Sie die Frage.
„Welche der folgenden Punkte sind für Sie in einer Freundschaft am wichtigsten und warum?“

Aktivität 9: (Fortsetzung) Freundschaft, Peer-Learning, Wohlbefinden - Schlüsselaspekte

Dauer 15 Min

Methoden Partnerarbeit

Benötigte Materialien

- Gedruckte Handouts. [Hier](#) klicken, um auf das Material zuzugreifen.

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Die Gruppe in Zweiergruppen einteilen.
- In Zweiergruppen beantworten die Teilnehmenden die oben gestellte Frage:
Welche zwei der oben genannten Aspekte von Freundschaft und Peer-Beziehung sind für dich am wichtigsten? Warum?
Welche Gemeinsamkeiten findest du zwischen Freundschaft und Peer-Beziehung?

Modul 1 – Plan: Lektion 3

- Nennen Sie mindestens drei Vorteile von Freundschaft und Beziehungen zu Gleichaltrigen.
- Was sind die Unterschiede zwischen Freundschaft und Beziehungen zu Gleichaltrigen? Nenne mindestens drei.
- Denken Sie über Grenzen nach: Wie funktionieren sie in Freundschaften und wie funktionieren sie in Beziehungen zu Gleichaltrigen? Gibt es Unterschiede?

Aktivität 10: Fallbeispiel mit Analyse - “Freundschaft als Teil von Anpassungsprozessen”

Ziel

Dieses Fallbeispiel gibt Teilnehmenden die Möglichkeit, sich in die Zielgruppe hineinzuversetzen. Sie können deren Gefühlslage nachvollziehen und mit eigenen Erfahrungen aus ihrem Leben in Verbindung bringen; so kann sich jeder in die Erfahrung von Einsamkeit, Verlassenheit oder Ausgrenzung aus einer Gruppe hineinversetzen. Es regt auch zum kreativen Denken an und lädt dazu ein, sich auf positive Lösungen zu konzentrieren.

Fallbeispiel

Einleitung:

Migrant:innen stehen beim Anpassen an das Leben in einem neuen Land oft vor besonderen Herausforderungen, darunter Sprachbarrieren, kulturelle Unterschiede und das Gefühl der Isolation. Eine der Möglichkeiten, mit diesen Herausforderungen umzugehen, ist das Knüpfen von Freundschaften. Positive Beziehungen zu Gleichaltrigen bieten Migrant:innen nicht nur emotionale Unterstützung, sondern helfen ihnen auch, sich im komplexen Leben in einem fremden Land zurechtzufinden. Dieses Fallbeispiel zeigt die Freundschaft zwischen zwei Migrantinnen, Atafeh und Maria, die aus verschiedenen Ländern nach Dänemark gezogen sind. Ihre Aufgabe ist es, die Rolle zu erklären, die ihre Freundschaft in ihrem Anpassungsprozess spielt.

Hintergrund:

Atafeh: Eine 30-jährige Frau, die aus dem Iran eingewandert ist. Sie ist eine qualifizierte Ingenieurin, ist aber aufgrund des anhaltenden Konflikts in ihrem Heimatland nach Dänemark gezogen. Atafeh sah sich aufgrund von Sprachbarrieren und kulturellen Unterschieden mit Herausforderungen konfrontiert.

Modul 1 – Plan: Lektion 3

Maria: Eine 28-jährige Frau, die aus Kolumbien eingewandert ist. Sie zog nach Dänemark, um zu studieren und beschloss später, sich dort niederzulassen, um eine Karriere im Marketing zu verfolgen. Ihre anfänglichen Schwierigkeiten waren vor allem, dass sie sich von ihrer Familie und Freund:innen in ihrer Heimat getrennt fühlte.

Setting: Atafeh und Maria leben in derselben Stadt in Dänemark und haben sich über eine lokale Unterstützungsgruppe für Migrant:innen kennengelernt, die Neuankömmlingen bei der Integration in die Gemeinschaft hilft.

Angabe/ Reflexion

- Beantworten Sie die Fragen:

Was haben Atafeh und Maria gemeinsam?

Wie können sie sich gegenseitig unterstützen?

- Beschreiben Sie diese Schlüsselfaktoren ihrer Freundschaft: Kultureller Austausch und Empathie; Gemeinsame Erfahrungen mit Schwierigkeiten; Emotionale und soziale Unterstützung; Sprache und Kommunikation.

- Beschreiben Sie diese Herausforderungen in ihrer Freundschaft:

Kulturelle Missverständnisse; Identitätskonflikte; Das neue Leben in Einklang bringen.

- Beschreiben Sie die folgenden Ergebnisse:

Stärkeres Zugehörigkeitsgefühl; Überbrückung kultureller Unterschiede; Unterstützung bei der Integration; Empathie und Kommunikation; Aufbau eines Unterstützungssystems; Stärkung der Resilienz

Wichtigste Erkenntnisse

- Die wichtige Rolle von Freundschaften unter Migrant:innen als Mittel, sich in einem neuen Land einzuleben, Herausforderungen zu meistern und in einer neuen Umgebung zu gedeihen, verstehen.
- Sich kultureller Unterschiede, Sprachbarrieren und der emotionalen Belastung durch die Trennung von der Familie bewusst werden.
- Sich der Bedeutung von Gemeinschaft und Verbundenheit für die Erfahrung von Migrant:innen und der Kraft von Freundschaften bei der Überwindung von Widrigkeiten bewusst werden.

Modul 1 – Plan: Lektion 3

Zusätzliches Material 7

Titel	The purpose of friendship.
Kontext	Film von The School of Life über die Bedeutung von Freundschaft.
Sinn	Hilft dabei, zu verstehen, dass Freundschaft im Leben der Menschen wichtig ist.
Link	https://www.youtube.com/watch?v=aGedUxTAfBk

Zusätzliches Material 8

Titel	How friendship affects your brain? - Shannon Odell
Kontext	TED-Video darüber, wie Freundschaft das menschliche Gehirn beeinflusst.
Sinn	Hilft dabei, die Bedeutung von Freundschaft auf einer anderen Ebene zu verstehen.
Link	https://www.youtube.com/watch?v=YmVpwXH4jhA

Modul 1 – Plan: Lektion 3

Zusätzliches Material 9

Titel Friends. Understanding the Power of our Most Important Relationships

Kontext Ein Buch von Robin Dunbar

Sinn „Robin Dunbar ist ein weltbekannter Psychologe und Autor, der die berühmte Dunbar-Zahl entdeckt hat: Wie unsere Fähigkeit, Freundschaften zu schließen, auf etwa 150 Menschen begrenzt ist. In *Friends* betrachtet er Freundschaft in ihrer Gesamtheit, die Art und Weise, wie verschiedene Arten von Freundschaften und familiäre Beziehungen sich überschneiden, oder die komplexen psychologischen und verhaltensbezogenen Mechanismen, die Freundschaften untermauern und ermöglichen – und wie kompliziert es eigentlich ist, Freund:innen zu finden und zu behalten. *Friends* verbindet Erkenntnisse aus wissenschaftlicher Forschung mit persönlichen Erfahrungen und Kultur und integriert Wissen aus Disziplinen wie Psychologie, Anthropologie, Neurowissenschaften und Genetik zu einem einzigen magischen Geflecht, das uns einen Einblick in die unglaubliche Komplexität der sozialen Welt gewährt, in die wir alle so tief eingebettet sind. Robin Dunbar, der sowohl auf wissenschaftlicher als auch auf persönlicher Ebene zu diesem Thema arbeitet, hat ein Buch darüber geschrieben, wie und warum wir Freund:innen sind.“

Link <https://www.amazon.com/Friends-Robin-Dunbar/dp/1408711737>

Modul 2

Mentor:innen und Vorbilder: Theorien, Fallbeispiele, und Aktivitäten

Ziele & Zweck

Das Modul „Mentor:innen und Vorbilder“ ist ein wichtiger Bestandteil des Schulungsprogramms, das die Integration, Stärkung und das langfristige Wohlergehen von Geflüchteten und Asylsuchenden fördern soll. Die Bewältigung des Alltags in einem neuen Land ist oft mit enormen persönlichen und beruflichen Herausforderungen verbunden – von der kulturellen Anpassung und emotionalen Belastbarkeit bis hin zu Hindernissen bei der Arbeitssuche und sozialer Ausgrenzung.

Dieses Modul vermittelt den Teilnehmenden das Wissen und die Hilfsmittel, um:

- die wichtige Rolle von Mentoring für die persönliche Heilung, Entwicklung von Fähigkeiten und Wiederherstellung eines Sinnstrebens zu verstehen
- Unterstützungssysteme wie Mentor:innen und Vorbilder zu erkennen und zu suchen, die sie durch komplexe Übergänge im Leben begleiten können
- Selbstvertrauen und Handlungsfähigkeit aufzubauen und so die aktive Teilnahme an der eigenen Entwicklung und Integration in die Gesellschaft zu fördern
- kulturelle und strukturelle Unterschiede zu überbrücken, indem man lernt, Herausforderungen zu meistern und nachhaltige, vertrauensvolle Beziehungen aufzubauen, die langfristige Wirkung zeigen.

Lernergebnisse

Wissen

- Mentoring-Theorien und deren Bedeutung für die persönliche und berufliche Entwicklung erkennen.
- Mentor:innen und positive Vorbilder in diversen Kontexten analysieren
- Wissen über Kontroversen rund um das Thema „Geflüchtete“

Fähigkeiten

- Strategien entwickeln, um mit Mentor:innen und Vorbildern in Kontakt zu treten.
- Die Wirksamkeit von Mentoring-Beziehungen bewerten und reflektieren.
- Aktuelle Ereignisse und gesellschaftliche Themen bewerten.

Haltung

- Offen für Neues sein und von anderen lernen.
- Positiver Mentor:innen für die Mitmenschen sein.

Modul 2

Mentor:innen und Vorbilder: Theorien, Fallbeispiele, und Aktivitäten

Zielgruppe

- Pädagogische Fachkräfte
- Sozialarbeiter:innen

Dauer

- Präsenz: 3-4 h (1 akademische Stunde = 45 Minuten)
- Selbstorganisiertes Lernen: 2h

Behandelte Themen

- Die Rolle der Persönlichkeitsentwicklung bei der Integration von Geflüchteten
- Mentor:innen und Vorbilder finden
- Gemeinsame Herausforderungen und Chancen

Lektionsplan

Lektion 1 - Persönliche und professionelle Entwicklung

Diese erste Lektion vermittelt Verständnis darüber, wie Mentoring Geflüchtete dabei unterstützen kann, ihr Leben mit Würde, Sinn und Chancen neu aufzubauen. Die Teilnehmenden setzen sich mit emotionalen, sozialen und praktischen Dimensionen der persönlichen und beruflichen Entwicklung auseinander, einschließlich häufiger Hindernisse für die Inklusion (z. B. Diskriminierung, Ausgrenzung,...). Anhand interaktiver Diskussionen und Fallbeispielen wird die wichtige Rolle des Mentorings für ein starkes Selbstvertrauen, den Ausbau von Kompetenzen und die Schaffung von Zugang zu Bildung, Beschäftigung und psychischem Wohlbefinden aufgezeigt.

Lektion 2 - Kontakte zu potenziellen Mentor:innen und Vorbildern knüpfen

Diese Lektion konzentriert sich auf den Aufbau sinnvoller Mentoring-Beziehungen durch die Identifizierung und Einbindung potenzieller Mentor:innen und Vorbilder innerhalb von Gemeinschaften und beruflichen Netzwerken. Die Teilnehmenden erarbeiten praktische Strategien zum Aufbau von Vertrauen und zur Überwindung von Kommunikations- oder kultureller Barrieren. Durch gemeinsame Aktivitäten und Hilfsmittel werden kreative Lösungen entwickelt, um die Distanz zwischen Mentor:innen und Mentees zu überbrücken und nachhaltige und stärkende Beziehungen aufzubauen.

Modul 2

Mentor:innen und Vorbilder: Theorien, Fallbeispiele, und Aktivitäten

Lektion 3 - Herausforderungen und Chancen für das Mentoring von Geflüchteten

In dieser Lektion werden die Teilnehmenden den weiteren Kontext von Mentoring für Geflüchtete kritisch beleuchten (z. B. rechtliche, soziale und wirtschaftliche Herausforderungen). Durch die Identifizierung gemeinsamer Hindernisse und anhand von Beispielen aus der Praxis wird die Gruppe gemeinsam praktische Strategien zur Überwindung dieser Hürden erarbeiten. Wir werden auch die Stärken und Möglichkeiten untersuchen, die innerhalb von Gemeinschaften und Institutionen vorhanden sind, um stärkere, inklusivere Mentoring-Programme aufzubauen.

Vorbereitung

- Sicherstellen, dass die technische Ausstattung verfügbar und funktionsfähig ist: Projektor, Internetverbindung
- Den Raum reservieren
- Die Zielgruppe über den Zeitplan der Lektion informieren
- Die für den Lektionsplan erforderlichen Materialien vorbereiten (siehe unten).
- Die Kaffeepause vorbereiten (falls geplant).
- Zur Unterstützung der Präsentation verwenden Sie bitte diese zusätzlichen Materialien: **PPT_F2F_Modul2**

Icebreaker Aktivität

Energizer 1 - “One Word, One Feeling” (10min) | **Modul2_PPT S.7**

Zweck: Einen reflektierenden und inklusiven Ton anzuschlagen und die Teilnehmenden mit der emotionalen Landschaft von Geflüchteten und Mentoring in Verbindung zu bringen.

- Bitten Sie alle Teilnehmenden, sich ein Wort auszudenken, das beschreibt, wie sie sich fühlen würden, wenn sie ein neues Leben in einem anderen Land beginnen müssten, dessen Sprache sie nicht sprechen, dessen Kultur sie nicht kennen und in dem sie anfangs keine/ kaum Unterstützung haben.
- Ermutigen Sie zu einer kurzen Gruppendiskussion.

Modul 2 – Plan: Lektion 1

Theoretischer Kontext

Persönliche und berufliche Entwicklung für Geflüchtete

- Persönliche Entwicklung bezieht sich auf den Prozess des Erwerbs von Selbstvertrauen, emotionaler Widerstandsfähigkeit und kultureller Anpassung in einer neuen Umgebung. Für Geflüchtete umfasst dies das Erlernen der Landessprache, den Aufbau sozialer Kontakte, das Verstehen kultureller Normen und die Entwicklung eines Zugehörigkeitsgefühls zur Aufnahmegesellschaft.
- Die berufliche Entwicklung umfasst den Erwerb von Wissen, Fähigkeiten und Möglichkeiten, die für eine Ausbildung oder Karriere in einem neuen Land notwendig sind. Dazu können die Anerkennung übertragbarer Fähigkeiten, der Zugang zu beruflicher Bildung, die Vernetzung, die Arbeitssuche und das Wissen über Erwartungen am Arbeitsplatz gehören.

Durch Mentoring erhalten Geflüchtete in beiden Bereichen Unterstützung, die ihnen hilft, ihr Leben mit Selbstvertrauen und Unabhängigkeit neu aufzubauen.

Aktivität 1: Einführungsspiel zu Ausgrenzung und Diskriminierung

Dauer 15 Min

Methoden Gemeinsames Spiel und Diskussion

Benötigte Materialien

- Papier, Schere, Kleber, Filzstifte, Buntstifte
- Ausgedruckte Anweisungen für Moderation
- Flipcharts und Marker für Gruppendiskussionen

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Bilden Sie vier Gruppen und weisen Sie jeder Gruppe eine Ecke des Raumes zu.
- Bitten Sie jede Gruppe, einen Beobachter zu bestimmen, der Notizen zu den Äußerungen und Handlungen der Gruppenmitglieder macht.

Modul 2 – Plan: Lektion 1

- Gehen Sie zu den Gruppen, verteilen Sie Materialien und geben Sie diese Anweisungen:
 - Gruppe 1: „Zeichnet den Frühling. Ihr könnt anfangen, wann ihr wollt.“
 - Gruppe 2: „Zeichnet den Sommer.“
 - Gruppe 3: „Zeichnet den Herbst.“
 - Gruppe 4: Geben Sie eine unverständliche Anweisung in einer erfundenen Sprache, die Sie ernsthaft aussprechen. Beispiel: „Mso, flosand berabtz entolè tuburene tomatilim yeteson bula batra gom.“ Dann sagen Sie: „Ihr könnt anfangen, wann ihr wollt.“
- Während die Gruppen arbeiten, ermutigen und unterstützen Sie die Gruppen 1, 2 und 3, kritisieren jedoch Gruppe 4 dafür, dass sie die Anweisung nicht befolgt.
- Bitten Sie nach einiger Zeit jede Gruppe, ihre Bilder vorzustellen und ihre Anweisungen zu erklären.
- Leiten Sie eine Diskussion, in der Sie die Aktivität mit Situationen aus dem realen Leben verbinden:
 - Wen repräsentiert Gruppe 4 in der Gesellschaft?
 - Warum neigen wir dazu, diejenigen auszuschließen oder abzulehnen, die Ungerechtigkeit erfahren?
 - Wie haben sich die Mitglieder von Gruppe 4 gefühlt?
- Bitten Sie die Beobachter:innen, ihre Notizen zu dem, was sie gesehen und gehört haben, mitzuteilen (Moderator:in sollte besonders auf die Emotionen der vierten Gruppe achten, da deren Frustration “eskalieren” könnte).

Aktivität 2: Video Analyse TEDx Talk – “Erfolgsfaktoren, die jede:r von Geflüchteten lernen kann” von Liyah Babayan

Kontext des Videos

Liyah Babayan floh als Kind aus, dem vom Krieg zerrütteten, Aserbaidshon in die USA. In ihrem Vortrag reflektiert sie ihren Integrationsweg, die emotionalen und sozialen Hürden, denen sie begegnet ist, und wie sie diese durch Selbstvertrauen und die Unterstützung anderer und ihrer Gemeinschaft überwunden hat. Sie spricht nicht nur als Geflüchtete, sondern auch als Geschäftsfrau und Fürsprecherin und gibt Einblicke, welche Rolle Mentoring – sowohl formell als auch informell – für sie gespielt hat.

Modul 2 – Plan: Lektion 1

Sinn des Videos

Die Geschichte verdeutlicht die Kraft des Mentorings, auch wenn es nicht offiziell so genannt wird. Es wird deutlich, wie Beziehungen, Inklusion und der Glaube an das eigene Potenzial die persönliche und berufliche Entwicklung eines Menschen prägen können. Es ist ein eindrucksvoller Beweis dafür, dass Mentoring nicht immer in Form von strukturierten Programmen stattfinden muss, sondern auch aus alltäglicher Unterstützung und Chancen entstehen kann.

Benötigte Materialien

Digitale & Online Tools

- Projektor und Lautsprecher (für Videoanalysen)
- Zugang zu gemeinsam genutzten Online-Ordnern oder Laufwerken (für Fallbeispiele, Vorlagen)
- Diashow-/PowerPoint-Präsentationen zur Zusammenfassung der Theorie und der Ziele

Diskussions- -/Reflexionsfragen

- Vor dem Video
 - Wie könnte Erfolg für jemanden aussehen, der/die in einem neuen Land neu anfängt?
 - Welche Art von Unterstützung würden Sie benötigen, wenn Sie Ihr Leben komplett neu aufbauen müssten?
 - Haben Sie jemals jemanden gehabt, der an Sie geglaubt oder Ihnen Sie in einer schweren Zeit unterstützt hat?
- Anweisungen
 - Gemeinsam als Gruppe ansehen
 - Teilen Sie die Teilnehmenden nach dem Video in Paare oder kleine Gruppen auf.
- Diskussionsfragen
 - Welche Elemente der persönlichen Entwicklung sind in ihrer Geschichte besonders hervorzuheben?
 - Wie hat Liyah Mentoring beschrieben – direkt oder indirekt?
 - Welche Lektionen sind für Ihren eigenen Kontext oder Ihre Arbeit relevant?

Link

https://www.ted.com/talks/liyah_babayan_keys_to_success_everyone_can_learn_from_refugees

Modul 2 – Plan: Lektion 1

Aktivität 3: Fallbeispiel “UNICEF - Educational mentoring”

Ziel Analysieren Sie, wie Bildungsmentoring die persönliche und berufliche Entwicklung von unbegleiteten Asylsuchenden und Geflüchteten unterstützt, und diskutieren Sie die Herausforderungen, die dadurch angegangen werden.

Fallbeispiel Das Refugee Support Network (RSN) im Vereinigten Königreich betreibt ein Bildungsmentoringprogramm für unbegleitete asylsuchende und geflüchtete Jugendliche. Durch die Erkenntnis, dass sie oft mit Bildungsunterbrechungen, traumatischen psychischen Problemen und einem Mangel an kontinuierlicher Unterstützung durch Erwachsene konfrontiert sind, vermittelt das RSN ihnen ausgebildete lokale Mentor:innen.

Zu den wichtigsten Aspekten des Programms gehören

- 1:1 Betreuung: Jede:r Mentee wird einem Mentor/ einer Mentorin zugewiesen, der sich wöchentlich mit ihm trifft, um gemeinsam die vom Jugendlichen festgelegten Bildungsziele zu erreichen.
- Gute Schulung: Die Mentor:innen werden in den Bereichen Asylverfahren, Bildungsbarrieren, Schutzmaßnahmen und Unterstützung von Sprachlernenden geschult.
- Strukturierte Überwachung: Regelmäßiges Feedback und halbjährliche Überprüfungen stellen sicher, dass die Mentoring-Beziehung effektiv bleibt und auf die Bedürfnisse des Mentees eingeht.

Erfolge: Rund 90 % der Teilnehmenden bleiben in der Ausbildung, und 85 % erzielen konkrete Fortschritte bei der Erreichung ihrer Ziele.

Angabe/ Reflexion

Gruppendiskussion mit den Teilnehmenden

- Was waren die größten Herausforderungen für die Mentees im Fallbeispiel?
- Wie hat das Mentoring diese angegangen?
- Welche Rolle spielten die Mentor:innen für die persönliche und berufliche Entwicklung der Geflüchteten?

Modul 2 – Plan: Lektion 1

Wichtigste Erkenntnisse

Bildungslücken schließen: Mentoring bietet individuelle akademische Unterstützung, die in großen Klassen oft nicht möglich ist, und hilft dabei, aufzuholen und sich zu entfalten.

Aufbau von Vertrauen und Selbstvertrauen: Durch beständige, persönliche Beziehungen zu Mentor:innen entwickeln die Mentees ein Gefühl der Stabilität und Selbstvertrauen.

Engagement in der Gemeinschaft: Die Rekrutierung von Mentor:innen aus lokalen Gemeinschaften fördert die kulturelle Integration und das gegenseitige Verständnis.

Ganzheitliche Entwicklung: Über den akademischen Bereich hinaus unterstützt Mentoring das emotionale Wohlbefinden und die soziale Integration geflüchteter Jugendlicher.

Zusätzliches Material 1

Titel	Sozioökonomische Integration von Geflüchteten aus der Ukraine
Kontext	Diese Seite der IOM bietet einen umfassenden Überblick über die Integration von Geflüchteten mit Schwerpunkt auf Bildung, Arbeit und sozialem Zusammenhalt.
Sinn	Hilft den Teilnehmenden, die systemischen Barrieren und politischen Rahmenbedingungen zu verstehen, die den Zugang zu persönlicher und beruflicher Entwicklung prägen – unerlässlich für Mentor:innen, um sich als Fürsprecher:innen zu engagieren.
Link	https://poland.iom.int/sites/g/files/tmzbd11346/files/documents/2024-10/2024-socio-economic-inclusion-iom-regional-ukraine-response_compressed.pdf

Modul 2 – Plan: Lektion 1

Zusätzliches Material 2

Titel ENESP Broschüre – European Network for Educational Support Projects

Kontext Diese Broschüre, die vom Europäischen Netzwerk für Bildungsförderungsprojekte (ENESP) erstellt wurde, stellt diverse Initiativen vor, die sich auf die Unterstützung von Jugendlichen mit Migrations- und Geflüchtetenhintergrund konzentrieren.

Es werden Programme vorgestellt, in denen Mentor:innen, die oft einen ähnlichen ethnischen und sozialen Hintergrund wie ihre Mentees haben und Jugendliche dabei unterstützen, sich im Bildungssystem zurechtzufinden und sozioökonomische Herausforderungen zu meistern. Die Wichtigkeit davon, Mentoring-Ansätze auf die spezifischen Bedürfnisse und Lebensumstände der Mentees zuzuschneiden und dabei Faktoren wie den kulturellen Hintergrund und Lebenserfahrungen zu berücksichtigen wird betont.

Sinn Diese Materialien bieten praktische Einblicke, wie Mentoring die persönliche und berufliche Entwicklung von Geflüchteten und Migrant:innen fördern kann. Sie unterstreichen die Bedeutung von Mentor:innen als Vorbilder, zu denen ein Bezug hergestellt werden kann, was die Wirksamkeit von Mentoring-Beziehungen erhöht. Anhand von Beispielen aus der Praxis für erfolgreiche Mentoring-Programme liefert die Broschüre wertvolle Strategien zur Förderung von Empowerment, Kompetenzentwicklung und Karrierewegen für Geflüchtete.

Link <https://www.verikom.de/wp-content/uploads/ENESP-Brochure.pdf>

Modul 2 – Plan: Lektion 2

Theoretischer Kontext

Herausforderung, Mentor:innen für die Unterstützung von Geflüchteten zu finden

Die Suche nach Mentor:innen für die Unterstützung von Geflüchteten kann aufgrund einer Kombination aus sozialen, kulturellen und systemischen Barrieren eine Herausforderung sein. Viele potenzielle Mentor:innen fühlen sich möglicherweise unvorbereitet oder sind unsicher, ob sie in der Lage sind, jemanden mit anderen Lebenserfahrungen zu unterstützen. Es kann zu Missverständnissen darüber kommen, was Mentoring eigentlich bedeutet, was zu Unsicherheit oder Angst führt, etwas Falsches zu sagen oder zu tun. Darüber hinaus können der emotionale und zeitliche Aufwand, den Mentoring mit sich bringt, Freiwillige abschrecken, insbesondere wenn sie mit der Realität von Geflüchteten nicht vertraut sind. Manche unterschätzen auch den positiven Einfluss, den sie haben können, weil sie davon ausgehen, dass professionelles Fachwissen eine Voraussetzung ist, obwohl Empathie und Beständigkeit oft wichtiger sind.

Eine weitere zentrale Herausforderung liegt in der sozialen Kluft und Mangel an Interaktionen zwischen Geflüchteten und der breiten Öffentlichkeit. Potenzielle Mentor:innen haben möglicherweise keinen regelmäßigen Kontakt zu Geflüchteten, was die Entstehung natürlicher Mentoring-Beziehungen erschwert. Diese Kluft kann durch Sprachbarrieren, kulturelle Unterschiede und einen Mangel an inklusiven Gemeinschaftsräumen, die den Kontakt erleichtern, noch verstärkt werden. Darüber hinaus erfordern Mentoring-Programme oft Infrastruktur, Schulungen und Koordination, um effektiv zu sein – dies ist so oftmals nicht verfügbar oder hat eine geringe Priorität, insbesondere ohne finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten der Institutionen. Daher erfordert die Gewinnung und Bindung von Mentor:innen gezielte Öffentlichkeitsarbeit, Sensibilisierungsmaßnahmen und Unterstützungsstrukturen, die Vertrauen auf beiden Seiten fördern. (siehe [Modul2 PPT](#)).

Modul 2 – Plan: Lektion 2

Aktivität 4: Durchführung einer Sensibilisierungskampagne

Ziel

Kennenlernen praktischer und kontextsensitiver Strategien zur Mentor:innenfindung durch lokale Sensibilisierungskampagnen.

Die Teilnehmenden analysieren ein reales Beispiel (von IOM) und reflektieren, wie solche Kampagnen an ihren lokalen Kontext angepasst werden können, um Mentor:innen für Initiativen zur Unterstützung von Geflüchteten zu gewinnen.

Fallbeispiel

In diesem Leitfaden stellen sie eine Strategie zur Suche nach Mentor:innen vor. Ziel ist es, potenzielle Mentor:innen aus lokalen Gemeinschaften zu gewinnen und zu motivieren, neu angekommene Geflüchtete durch Mentoring zu unterstützen.

Die wichtigsten Punkte Schritt für Schritt:

- Zielgebiete identifizieren: Identifizieren Sie die Orte, an denen Geflüchtete untergebracht sind oder werden, und kartieren Sie lokale Gemeinschaften, in denen Mentor:innenunterstützung benötigt wird.
- Botschaft der Kampagne vorbereiten
 - Erläutern Sie klar den Zweck des Mentor:innenprogramms.
 - Heben Sie hervor, wer die Mentees sind (speziell neu angekommene Geflüchtete).
 - Beschreiben Sie, was Mentoring beinhaltet (Rollen, Grenzen, Erwartungen).
 - Betonen Sie, dass Mentoring eine Unterstützung ist und keine Ersatz für formelle Dienstleistungen. Entwerfen Sie informative Materialien.
- Erstellen Sie einfache, kultursensible Flyer oder Poster mit folgenden Informationen:
 - Warum ist Mentoring wichtig?
 - Wer kann Mentor:in werden?
 - Was wird von Mentor:innen erwartet (Zeitaufwand, Aufgaben)?
 - Vorteile für Mentor:innen und Mentees.

Modul 2 – Plan: Lektion 2

- Wählen Sie effektive Kommunikationskanäle. Nutzen Sie zum Beispiel:
 - Traditionelle: Plakate in Schulen, Bibliotheken, religiösen Einrichtungen, Gemeindezentren.
 - Digitale Werkzeuge: Soziale Medien, lokale Community-Websites, WhatsApp-Gruppen, Newsletter.
 - Gemeinschaftsräume: Lokale Veranstaltungen, Informationsveranstaltungen oder Gruppentreffen.
- Passen Sie die Kampagne an den lokalen Kontext an
 - Passen Sie Sprache und Bildmaterial an die Kultur und Werte der jeweiligen Gemeinschaft an.
 - Beziehen Sie vertrauenswürdige lokale Persönlichkeiten (Lehrkräfte, Kommunale Vertreter:innen, etc.) ein, um die Botschaft zu verbreiten.
- Gehen Sie auf mögliche Bedenken ein
 - Transparenz über die erforderliche Verpflichtung.
 - Klären Sie Grenzen und Erwartungen.
 - Versichern Sie, dass Mentoring offizielle Dienste unterstützt, aber nicht ersetzt.
- Nachfassen und unterstützen
 - Kontaktstelle für interessierte Mentor:innen bereitstellen.
 - Bieten Sie Infoveranstaltungen oder kurze Gespräche an, um Fragen zu beantworten.
 - Halten Sie die Kommunikation offen und unterstützen Sie diejenigen, die Interesse bekunden.
- Was sind die wichtigsten Elemente einer wirksamen Sensibilisierungskampagne zur Mentor:innenfindung für die Unterstützung von Geflüchteten?
- Wo wären in Ihrem lokalen Umfeld die besten Orte für eine solche Kampagne (physisch und/oder digital), und warum?
- Wie könnte eine solche Kampagne Ihrer Meinung nach am besten in bestehende Gemeinschaftsinitiativen oder Bildungseinrichtungen integriert werden?
- Fällt Ihnen eine kreative Idee oder ein Hilfsmittel (Video, Social-Media-Challenge, Veranstaltung etc.) ein, das in eine Sensibilisierungskampagne aufgenommen werden könnte, um sie ansprechender oder nachvollziehbarer zu gestalten? (Als Einführung für die nächste Aktivität).

Angabe/ Reflexion

Modul 2 – Plan: Lektion 2

Brainstorming (5 Min.)

Schreiben Sie einzeln auf einen Post-It zwei kreative Ideen oder Hilfsmittel, die in eine Sensibilisierungskampagne aus der letzten Frage oben aufgenommen werden könnten.

Ideen der Teilnehmenden:

- -
- -
- -

Aus diesen Ideen werden wir mit der Design-Thinking-Methode einen Prototyp erstellen, der in einer solchen Kampagne verwendet werden könnte.

Wichtigste Erkenntnisse

Identifizieren Sie, wo Geflüchtete leben, und konzentrieren Sie Ihre Bemühungen auf diese Orte.

Erklären Sie klar und deutlich, wer die Mentees sind, was Mentoring beinhaltet und warum es wichtig ist – verwenden Sie dabei eine leicht verständliche, kultursensible Sprache.

Kombinieren Sie traditionelle (Plakate, lokale Veranstaltungen) und digitale Werkzeuge (soziale Medien, WhatsApp-Gruppen der Gemeinde), um eine möglichst große Reichweite zu erzielen.

Beziehen Sie vertrauenswürdige lokale Persönlichkeiten (Lehrkräfte, Freiwillig Engagierte, etc.) ein, um die Kampagne zu bewerben und Vertrauen aufzubauen.

Bieten Sie laufende Beratung, Fragemöglichkeiten und Ansprechpartner:innen.

Aktivität 5: Design-Thinking

Dauer

30 Min

Methoden

Aus den Ideen der vorherigen Aktivität werden mit Hilfe der Design-Thinking-Methode ein Prototyp erstellt, der in einer Kampagne verwendet werden könnte. Wählen Sie einige Ideen aus der vorherigen Aktivität aus. Teilen Sie die Teilnehmenden entsprechend der Anzahl der ausgewählten Ideen in kleine Gruppen ein. Jede Gruppe arbeitet an einer bestimmten Idee.

Benötigte Materialien

- Große Blätter Papier (A3 oder Flipchart)
- Marker, Stifte, Buntstifte
- Post-its

Modul 2 – Plan: Lektion 2

- Schere und Kleber (optional, für Entwürfe)
- Zugang zu früheren Ideen (aus der Gruppendiskussion)
- Timer oder Uhr
- Optional: Vorlagen oder visuelle Hilfsmittel als Inspiration

Schritt-für-Schritt Anleitung

A – Plan mit schnellen Antworten: 5 Minuten

- Was ist das?
- Für wen ist es gedacht?
- Wie wird es verwendet?
- Welche Botschaft vermittelt es?
- Was macht es ansprechend und zugänglich?

B – Prototyp: 10 Minuten

- Verwenden Sie Papier, Stifte, Marker oder Haftnotizen, um Ihr Konzept zu skizzieren oder zu skizzieren.
- Das kann ein Posterentwurf, ein Video-Storyboard, ein Social-Media-Beitrag oder das Layout einer Broschüre sein.
- Seien Sie visuell und einfach, es ist nur die erste Version.

C – Stellen Sie Ihre Idee der Gruppe kurz vor.

- Jede Gruppe präsentiert in einer Minute:
- Was ist Ihre Idee?
- Warum wird sie funktionieren?
- Wie hilft sie dabei, Mentor:innen mit dem Programm zur Unterstützung von Geflüchteten in Verbindung zu bringen?

Zusätzliches Material 3

Titel

IOM – Guidelines for Piloting Mentorship Schemes

Kontext

Ein umfassendes Handbuch, das von der Internationalen Organisation für Migration (IOM) zur Unterstützung der Entwicklung lokaler Mentor:innenprogramme entwickelt wurde.

Sinn

Bietet konkrete, schrittweise Strategien für die Suche, Schulung und Unterstützung von Mentor:innen – ideal für Lernende, die an der Programmumsetzung oder Öffentlichkeitsarbeit beteiligt sind.

Link

https://eca.iom.int/sites/g/files/tmzbd1666/files/documents/Guidelines_Piloting%20Mentorship%20Schemes%20%281%29.pdf

Modul 2 – Plan: Lektion 3

Theoretischer Kontext

Mentoring für Geflüchtete im Kontext: Auswirkungen und Kontroversen

Es ist wichtig, den breiteren gesellschaftlichen und politischen Kontext zu verstehen, in dem Mentoring für Geflüchtete stattfindet. In verschiedenen Ländern löst die Anwesenheit von Geflüchteten oft komplexe Debatten aus, die die öffentliche Wahrnehmung prägen und sich auf die Unterstützung für Mentoring-Programme auswirken. Diese Debatten beeinflussen die Interaktion zwischen Mentor:innen und Mentees und darüber, ob die Unterstützung durch die Gemeinschaft und Institutionen stark oder schwach ist.

Wirtschaftliche Auswirkungen

Geflüchtete werden hinsichtlich ihrer wirtschaftlichen Rolle oft aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtet. Einerseits zeigen Belege, dass viele Geflüchtete einen kritischen Arbeitskräftemangel ausgleichen, insbesondere in alternden Gesellschaften oder Branchen mit geringer Rekrutierung, wie der Pflege, der Landwirtschaft oder dem Bauwesen. Einige werden zu Unternehmern und gründen Unternehmen, die Einheimische und andere Geflüchtete gleichermaßen beschäftigen. Kritiker argumentieren jedoch, dass Neuankömmlinge eine Belastung für öffentliche Materialien wie Wohnraum, Gesundheitsversorgung oder Sozialsysteme darstellen – insbesondere wenn die Unterstützungssysteme bereits unter Druck stehen. Diese Befürchtungen können zu Ressentiments oder Widerstand in den Aufnahmegemeinden führen und die Bereitschaft zur Teilnahme an Mentoring- oder Integrationsinitiativen beeinträchtigen.

Sicherheitsbedenken

Sicherheit ist ein weiterer Streitpunkt. In bestimmten politischen Kontexten werden Geflüchtete mit Risiken für die nationale Sicherheit oder den sozialen Zusammenhalt in Verbindung gebracht, was durch die Berichterstattung in den Medien oft noch verstärkt wird. Dies kann bei potenziellen Mentor:innen oder Gemeinden Ängste und Misstrauen schüren.

Zahlreiche Studien zeigen jedoch, dass Geflüchtete überwiegend friedlich sind und selbst vor Gewalt und Verfolgung fliehen. Befürworter betonen, dass Mentoring und Inklusion eine der besten Möglichkeiten sind, Isolation und Radikalisierung zu verhindern und stärkere und sicherere Gemeinschaften für alle zu fördern.

Modul 2 – Plan: Lektion 3

Integration

Integration beschreibt einen gegenseitigen Prozess des Zusammenwachsens, bei dem Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen, Erfahrungen und Kulturen in einer Gesellschaft gleichberechtigt teilhaben können. Dabei geht es sowohl um die Unterstützung beim Ankommen – etwa durch Sprache, Bildung und Arbeit – als auch um gegenseitige Offenheit, Respekt und Teilhabe. Integration bedeutet nicht Anpassung im Sinne von Aufgabe der eigenen Identität, sondern ein Miteinander, das Vielfalt anerkennt und Gemeinsamkeiten stärkt.

Rechtliche und ethische Debatten

Schließlich gibt es komplexe Debatten über Asylgesetze und die internationale Verantwortungsteilung. Während das Völkerrecht das Recht auf Asyl bekräftigt, variieren die Auslegung und Umsetzung dieser Gesetze stark. Einige Länder nehmen eine hohe Zahl von Geflüchteten auf, während andere ihre Grenzen schließen oder Asylanträge nur langsam bearbeiten. Diese ungleiche Verteilung wirkt sich darauf aus, wie leicht Mentoring-Programme umgesetzt werden können. In Ländern mit einer feindseligen oder restriktiven Politik kann es schwieriger sein, Mentor:innen zu finden, und die Mentees leben möglicherweise mit mehr Zukunftsangst oder Unsicherheit. Befürworter:innen fordern oft ethische und rechtsbasierte Ansätze, die Integration und Inklusion durch Bildung, Beschäftigung und Mentoring zugleich fördern.

Modul 2 – Plan: Lektion 3

Aktivität 6: Fokusgruppe

Dauer 20 Min

Methoden Fokusgruppe

Objective Entwickeln und präsentieren Sie einen konkreten Aktionsplan zur Bewältigung der Herausforderungen beim Mentoring.

Benötigte Materialien Papier, Filzstifte, Buntstifte, Kleber, Schere...

Schritt-für-Schritt Anleitung

1. Die Teilnehmenden werden in kleine Gruppen aufgeteilt, denen jeweils eine unterschiedliche Mentoring-Herausforderung zugewiesen wird. Jede Gruppe wählt eine reale oder hypothetische Herausforderung aus einer vorgegebenen Liste (oder aus ihrem eigenen Kontext) aus.
 - Beispiele: „Mangelndes Vertrauen zwischen geflüchteten Jugendlichen und potenziellen Mentor:innen“, „Mentor:innen haben zu wenig Zeit“, „In ländlichen Gebieten gibt es keine Mentoring-Programme“.
2. Gruppendiskussion (15 Min.)
3. Identifizierung der Ursachen der Herausforderung.
 - Mindestens 3 praktische Lösungen oder Maßnahmen brainstormen.
 - Beteiligte Akteure, benötigte Materialien und Möglichkeiten zur Erfolgsmessung berücksichtigen.
4. Präsentation (5 Min. pro Gruppe):
 - Jede Gruppe präsentiert einen konkreten Aktionsplan: Problemstellung, vorgeschlagene Strategie und erwartete Auswirkungen.
5. Nachbesprechung mit der gesamten Gruppe: Reflexion:
 - Welche Herausforderungen kamen am häufigsten vor?
 - Welche kreativen Lösungen wurden gefunden?
 - Wie können diese Ideen geteilt, getestet oder skaliert werden?

Modul 2 – Plan: Lektion 3

Zusätzliches Material 4

Titel	“11 Myths and Misconceptions About Refugees Debunked” (UNHCR)
Kontext	Eine faktenbasierte Sammlung von Materialien, die Vorurteile gegenüber Geflüchteten durch globale Daten und Forschungsergebnisse widerlegt.
Sinn	Stattet Mentor:innen und Trainer:innen mit Sprachmitteln aus, um auf Vorurteile oder Widerstände in ihren Gemeinschaften reagieren zu können. Auch für Sensibilisierungskampagnen und Interessenvertretung nützlich.
Link	https://www.rescue.org/uk/article/11-myths-and-misconceptions-about-refugees-debunked

Zusätzliches Material 5

Titel	“Migration Policy Institute”
Kontext	Dieser Bericht des Europarats aus dem Jahr 2023 untersucht den Prozess der Integration von Migrant:innen und Geflüchteten. Es wird betont, dass Integration ein dynamischer, wechselseitiger Prozess ist, der allen zugutekommt. Der Bericht plädiert für einen „neuen Sozialvertrag“, der die Rechte und Pflichten aller Beteiligten klar definiert und so gegenseitiges Verständnis und Zusammenarbeit fördert. Er stützt sich dabei auf erfolgreiche Beispiele u.a. aus Norwegen, Schweden und Finnland.
Sinn	Diese Materialien befürworten strukturierte Mentoringprogramme und das Engagement der Gemeinschaft und unterstreichen die Rolle von Mentor:innen bei der Integration von Geflüchteten. Der Schwerpunkt des Berichts auf kooperativen Ansätzen und geteilter Verantwortung bietet einen Rahmen für die Entwicklung wirksamer Strategien, die den soziopolitischen Kontexten der Aufnahmeländer Rechnung tragen. Die Einbindung dieses Berichts in Lektion 3 wird das Verständnis für Mentoring für Geflüchtete erweitern und die Teilnehmenden in die Lage versetzen, nachhaltige Programme zu konzipieren und umzusetzen.
Link	https://rm.coe.int/integration-of-migrants-and-refugees-benefits-for-all-parties-involved/1680aa9038

Modul 3

Kernkompetenzen

Ziele & Zweck

Vermittlung von Fähigkeiten, die die Resilienz, kulturelle Inklusion und das persönliche Wohlbefinden von Geflüchteten fördern:

- Unterstützung des psychischen Wohlbefindens von Geflüchteten.
- Stärkung praktischer/sozialer Kompetenzen zum Aufbau respektvoller Beziehungen.
- Förderung einer empathischen Denkweise, kultureller Wertschätzung und Empowerment/Eigenverantwortung.
- Entwicklung eines historischen und politischen Verständnisses für Flüchtlingsbewegungen und ihre gesellschaftlichen Auswirkungen.

Lernergebnisse

Wissen

- Grundlegende Lebenskompetenzen für psychische Gesundheit.
- Faktoren für das Wohlbefinden von Geflüchteten bei der Integration.
- Statistiken und Daten zu Asylsuchenden in Europa.

Fähigkeiten

- Problemlösungstechniken anwenden.
- Aktives Zuhören und effektive Kommunikation.
- Kulturellen Austausch und Inklusion fördern.

Haltung

- Wachstumsorientiertes Denken und persönliche Entwicklung.
- Förderung kultureller Vielfalt
- Einsatz für das Wohlergehen von Geflüchteten.

Zielgruppe

- Pädagogische Fachkräfte
- Sozialarbeiter:innen

Modul 3

Kernkompetenzen

Dauer

- Präsenz: 3,5 -5 h (1 akademische Stunde = 45 Minuten)
- Selbstorganisiertes Lernen: 2h

Behandelte Themen

- Psychisches Wohlbefinden
- Praktische Lebenskompetenzen für ein erfolgreiches Leben
- Kulturelle Vielfalt und Integration
- Nonverbale Kommunikation und Empathie
- Eigenverantwortung und Rechte von Geflüchteten

Lektionsplan

Lektion 1 - Psychisches Wohlbefinden und Lebenskompetenzen für ein erfolgreiches Leben

In dieser Lektion setzen sich die Teilnehmenden mit dem Konzept des psychischen Wohlbefindens und seiner grundlegenden Rolle im Anpassungsprozess von Geflüchteten auseinander. Sie verstehen, wie wichtig psychische Gesundheit, Resilienz und emotionale Ausgeglichenheit für eine erfolgreiche Integration und Selbstständigkeit sind. Der praktische Teil konzentriert sich nun auf wesentliche Lebenskompetenzen wie Problemlösungstechniken.

Lektion 2 - Brücken bauen: Kulturelle Vielfalt, aktives Zuhören und empathische Kommunikation

Lektion 2 konzentriert sich auf die Förderung des kulturellen Austauschs und der Integration als Mittel zur Verringerung von Marginalisierung, zur Förderung der sozialen Inklusion und zur Ermutigung der Teilnehmenden, vielfältigen kulturellen Erfahrungen mit Offenheit und Respekt zu begegnen. Sie entwickeln außerdem Kommunikationsfähigkeiten, die für den Aufbau von Vertrauen unerlässlich sind, darunter aktives Zuhören, Empathie und das Verstehen der Aussagekraft nonverbaler Signale. Am Ende dieser Lektion sind die Teilnehmenden besser in der Lage, sinnvolle Verbindungen zu Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund aufzubauen und so zu einem inklusiveren und unterstützenderen Umfeld beizutragen.

Modul 3

Kernkompetenzen

Lektion 3 - Empowerment durch Eigenverantwortung und Inklusionsstrategien

In der letzten Lektion lernen die Teilnehmenden die Bedeutung von Eigenverantwortung für Geflüchtete kennen und verstehen, wie wichtig diese für die Navigation durch komplexe Systeme und die Durchsetzung persönlicher Rechte ist. Die Lektion umfasst die Auswertung von Statistiken und offiziellen Daten zu Asylsuchenden, wodurch Datenkompetenz und kritisches Denken gefördert werden.

Vorbereitung

- Stellen Sie sicher, dass die technische Ausstattung verfügbar und funktionsfähig ist: Projektor, Internetverbindung.
- Reservieren Sie den Raum.
- Informieren Sie die Zielgruppe über den Zeitplan der Lektion.
- Bereiten Sie die erforderlichen Materialien für den Lektionsplan vor (siehe unten).
- Bereiten Sie die Kaffeepause vor (falls geplant).
- Zur Unterstützung der Präsentation verwenden Sie bitte diese zusätzlichen Materialien: [PPT_F2F_Modul3](#)

Icebreaker Aktivität

Energizer 1 - Brainstorming zu Überlebensfähigkeiten (5 Min.)

- Fragen Sie die Teilnehmenden: „Welche Fähigkeiten sind Ihrer Meinung nach unerlässlich, um in einer neuen Umgebung erfolgreich zu sein?“
- Schreiben Sie die Antworten an eine Tafel oder in ein digitales Hilfsmittel (z. B. Miro), um eine Diskussion anzuregen.
- Ermutigen Sie zu einer kurzen Gruppendiskussion.

Energizer 2 - Skill Tree

- Fragen Sie: „Stellen Sie sich vor, Sie entwerfen eine Figur für ein Spiel. Welche drei wesentlichen Fähigkeiten benötigt sie, um in einer neuen Umgebung zu überleben und sich zu entfalten?“
- Jeder schreibt drei Fähigkeiten auf ein „Charakterblatt“ (auf Papier oder digital auf Miro oder Jamboard).
- Kehren Sie zur Gruppe zurück.
- Sammeln Sie ähnliche Fähigkeiten auf einem „Fähigkeitenbaum“. Jeder Zweig stellt eine Kategorie dar (z. B. Kommunikation, Belastbarkeit, Problemlösung).
- Verwenden Sie Diskussionsimpulse wie:
 - „Welche dieser Fähigkeiten fällt Ihnen am schwersten?“
 - „Gab es Fähigkeiten, die die Gruppe überrascht haben?“

Modul 3 – Plan: Lektion 1

Theoretischer Kontext

Psychisches Wohlbefinden

Definition: Psychisches Wohlbefinden bezieht sich auf die emotionale, mentale und soziale Gesundheit eines Menschen. Es umfasst das Wohlfühlen (positive Emotionen), das gute Funktionieren (effektive Bewältigungsmechanismen) und das Aufrechterhalten sinnvoller Beziehungen.

Anwendbarkeit: Für Geflüchtete ist die Aufrechterhaltung des psychischen Wohlbefindens entscheidend, um mit den Herausforderungen der Vertreibung, des Traumas und der kulturellen Anpassung fertig zu werden. Besseres Wohlbefinden trägt dazu bei, das Risiko psychischer Probleme zu verringern und die Widerstandsfähigkeit beim Wiederaufbau ihres Lebens zu stärken.

Trauma

Definition: Ein Trauma ist eine psychologische und emotionale Reaktion auf belastende oder verstörende Erlebnisse. Es kann akut (nach einzelnen Ereignissen), chronisch (nach wiederholtem, längeren Belastungen) oder komplex (nach vielfältigen, mehrfachen traumatischen Ereignissen) sein. Es beeinflusst, wie man Emotionen verarbeitet, mit anderen umgeht und Sicherheit wahrnimmt.

Anwendbarkeit: Viele Geflüchtete haben aufgrund von Konflikten, Verfolgung, Vertreibung oder Verlust Traumata erlebt. Das Verständnis von Traumata ist sowohl für pädagogische Fachkräfte als auch für Sozialarbeiter:innen von entscheidender Bedeutung, da es hilft, sensibel auf Einzelpersonen zuzugehen und eine erneute Traumatisierung zu vermeiden. Traumainformierte Ansätze fördern Vertrauen, Sicherheit und Empowerment – Schlüsselemente für eine erfolgreiche Integration und das Wohlbefinden.

Problemlösung

Definition: Problemlösung ist der Prozess, bei dem Hindernisse identifiziert und durch logisches Denken, Kreativität und strukturierte Schritte praktische Lösungen gefunden werden. Zu den Techniken gehören Brainstorming, Ursachenanalyse oder Entscheidungsfindungsmodelle.

Anwendbarkeit: Geflüchtete stehen täglich vor Herausforderungen wie dem Umgang mit Rechtssystemen, dem Zugang zu Dienstleistungen oder der Überwindung von Sprachbarrieren. Durch das Vermitteln strukturierter Problemlösungsstrategien werden sie befähigt, diese Herausforderungen proaktiv anzugehen und wieder ein Gefühl der Kontrolle über ihr Leben zu erlangen.

Modul 3 – Plan: Lektion 1

Warm-up Aktivität: Psychisches Wohlbefinden

Dauer	5-10 Min
Methoden	Gruppendiskussion
Benötigte Materialien	• Flipchart + Schreibmaterial ODER Computer + Digitales Whiteboard (z. B. Miro-Board) + Projektor – Vorschlag: Mentimeter-App
Schritt-für-Schritt Anleitung	• <u>Stellen Sie folgende Frage: „Was bedeutet für Sie ‚psychisches Wohlbefinden‘?“</u> • <u>Notieren Sie Schlüsselwörter oder Konzepte auf einem Flipchart/digitalen Board (z. B. Miro-Board).</u> • <u>Stellen Sie der Gruppe eine einfache/verständliche Definition von psychischem Wohlbefinden vor: „Psychisches Wohlbefinden bezieht sich auf den Zustand der psychischen Gesundheit, in dem Menschen sich selbst und ihr Leben positiv wahrnehmen und die Fähigkeit besitzen, mit Stress umzugehen.“ (Siehe Modul3 PPT).</u> • <u>Erläutern Sie kurz, warum psychisches Wohlbefinden für das Gedeihen in jedem Kontext unerlässlich ist, insbesondere für marginalisierte Gruppen.</u>

Aktivität 1: Praktische Lebenskompetenzen

Dauer	20 Min
Methoden	Brainstorming in der Gruppe
Benötigte Materialien	• Gedrucktes <u>Arbeitsblatt 1: Szenariobasierte Problemlösungsaktivitäten</u> mit Problemlösungsszenarien. • Optional: Flipchart oder Tafel zum Zusammenfassen der Überlegungen der Gruppe
Schritt-für-Schritt Anleitung	• Beginnen Sie damit, die Bedeutung der Problemlösung im täglichen Leben zu erklären.

Modul 3 – Plan: Lektion 1

Theorie: Diese Fähigkeiten helfen Einzelpersonen dabei, Herausforderungen effektiv zu meistern, um Ziele zu erreichen, insbesondere in schnelllebigem oder ressourcenbeschränkten Umgebungen, wie sie Geflüchtete und marginalisierte Gruppen oft erleben (siehe [Modul3 PPT](#)).

Gruppenaktivität – Szenariobasierte Problemlösung:

- Teilen Sie die Teilnehmenden in Paare oder kleine Gruppen ein und geben Sie ihnen ein Problemlösungsszenario zum Thema Zeitmanagement (z. B. „Sie haben nur begrenzt Zeit, um sich auf ein Vorstellungsgespräch vorzubereiten, müssen aber gleichzeitig familiäre Verpflichtungen und begrenzte Ressourcen unter einen Hut bringen. Wie würden Sie Ihre Zeit effektiv einteilen?“ ODER „Sie haben für den Tag eine Reihe von Aufgaben zu erledigen: an einer Besprechung teilnehmen, einen Bericht vorbereiten, ein Kind von der Schule abholen und Zeit zum Entspannen finden. Wie würden Sie Ihren Tag organisieren, um diese Anforderungen unter einen Hut zu bringen?“ Verwenden Sie das Aktivitätsblatt – siehe „Benötigte Materialien“.
- Bitten Sie jede Gruppe, 1 Szenario zu diskutieren und Lösungen zu finden. Geben Sie ihnen Problemlösungs- und Zeitmanagement-Tools. Optionale Verwendung: [prioritizing tasks sheet](#), [problem-solving cards](#).
- Geben Sie ein paar Minuten Zeit, um ihre Gedanken zu ordnen und ihre Lösungen vorzustellen. Sie können ihnen Fragekarten mit Reflexionsfragen geben, wie zum Beispiel:

PROBLEMLÖSUNG

- Welche Strategien würden ihrer Meinung nach in diesem Szenario gut funktionieren, um die Zeit zu managen?
- Was könnten die größten Herausforderungen bei der Lösung des Problems sein?
- Wie können Problemlösungsansätze in diesem Szenario angewendet werden?

Modul 3 – Plan: Lektion 1

Gruppenreflexion und Wrap-Up:

- Diskutieren Sie mit der ganzen Gruppe:

-Wie helfen Zeitmanagement- und Problemlösungsfähigkeiten bei der Bewältigung von Herausforderungen, insbesondere für Geflüchtete?

-Welche Zeitmanagement-Tools oder -Strategien fanden die Teilnehmer in der Aktivität am nützlichsten (z. B. Priorisierung, To-do-Listen, Zeitblockierung)?

-Wie kann man diese Fähigkeiten bei der Arbeit mit geflüchteten Menschen oder in persönlichen Lebenssituationen anwenden?

Fassen Sie die wichtigsten Erkenntnisse zusammen und betonen Sie, wie wichtig effektive Problemlösungs- und Zeitmanagementfähigkeiten sind, um in komplexen, herausfordernden Umgebungen erfolgreich zu sein.

Zusätzliches Material 1

Titel	Buch: "The Body Keeps the Score" – Bessel van der Kolk
Kontext	Ein Buch, das die Auswirkungen von Traumata untersucht und dabei Resilienz und Behandlungsansätze für traumatischen Stress betont.
Sinn	Hilft zu verstehen, wie traumatische Erfahrungen persönliche Beziehungen beeinflussen können und wie Resilienz durch Beziehungen gefördert werden kann.
Link	https://www.wook.pt/livro/the-body-keeps-the-score-bessel-van-der-kolk/16461858?srsId=AfmBOooKGd18LM4cW3-KJ5MX_4tcsuMmQmjg1-tSsgc5pW7CtFOTUoTP

Modul 3 - Plan: Lektion 1

Zusätzliches Material 2

Titel	Podcast: "Far From Home"
Kontext	Ein Podcast, der Geschichten von außergewöhnlichen Reisen erzählt und Themen wie Abenteuer, Verbundenheit und menschliche Widerstandsfähigkeit behandelt.
Sinn	Hebt hervor, wie gemeinsame Erfahrungen und Herausforderungen Bindungen stärken und Freundschaften vertiefen können.
Link	https://open.spotify.com/show/6WalvlyPNBaqhm8geyEGRf

Modul 3 – Plan: Lektion 2

Theoretischer Kontext

Kultureller Austausch

Definition: Kultureller Austausch ist der gegenseitige Austausch von Bräuchen, Werten, Traditionen und Erfahrungen zwischen Menschen mit unterschiedlichem kulturellen Hintergrund. Er basiert auf Neugier, Offenheit und der Bereitschaft, voneinander zu lernen, ohne dominante Perspektiven aufzuzwingen.

Anwendbarkeit: Kultureller Austausch ist der gegenseitige Austausch von Bräuchen, Werten, Traditionen und Erfahrungen zwischen Menschen mit unterschiedlichem kulturellen Hintergrund. Er basiert auf Neugier, Offenheit und der Bereitschaft, voneinander zu lernen, ohne dominante Perspektiven aufzuzwingen.

Integration

Definition: Integration ist ein wechselseitiger Prozess, in dem sich Neuankömmlinge und Aufnahmegemeinschaften gegenseitig anpassen, mit dem Ziel einer vollständigen Teilhabe am sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Leben unter Wahrung der kulturellen Identität. Im Gegensatz zur Assimilation schätzt die Integration Vielfalt und gemeinsame Verantwortung.

Anwendbarkeit: Integration zu unterstützen bedeutet, inklusive Räume zu schaffen, in denen sich Geflüchtete willkommen fühlen und aktiv teilnehmen können. Für Pädagog:innen und Sozialarbeiter:innen bedeutet dies nicht nur, Zugang zu Ressourcen zu ermöglichen, sondern auch kulturelle Sichtbarkeit, Interaktion und respektvollen Umgang zu fördern.

Aktives Zuhören

Definition: Aktives Zuhören ist die Praxis, sich voll und ganz zu konzentrieren, zu verstehen, zu reagieren und sich zu merken, was gesagt wird. Es erfordert, dem Sprecher volle Aufmerksamkeit zu schenken und verbale und nonverbale Signale zu verwenden, um Engagement zu zeigen.

Anwendbarkeit: Bei der Arbeit mit Geflüchteten trägt aktives Zuhören dazu bei, dass ihre Bedürfnisse, Sorgen und Erfahrungen wirklich gehört und berücksichtigt werden, was ihr Gefühl von Sicherheit und Respekt stärkt.

Modul 3 – Plan: Lektion 2

Empathie

Definition: Bei der Arbeit mit Geflüchteten trägt aktives Zuhören dazu bei, dass ihre Bedürfnisse, Sorgen und Erfahrungen wirklich gehört und berücksichtigt werden, was ihr Gefühl von Sicherheit und Respekt stärkt.

Anwendbarkeit: Empathie gegenüber Geflüchteten schafft ein unterstützendes Umfeld, in dem sie sich sicher fühlen, ihre Geschichten und Herausforderungen zu teilen, was für eine effektive Betreuung und Unterstützung entscheidend ist.

Non-verbale Kommunikation

Definition: Nonverbale Kommunikation umfasst Mimik, Gestik, Körperhaltung, Blickkontakt und Tonfall, die eine Botschaft ohne Worte vermitteln.

Anwendbarkeit: Sprachbarrieren sind in Geflüchtetenunterkünften sehr verbreitet, daher wird nonverbale Kommunikation zu einem wichtigen Mittel, um sich zu verständigen, eine Beziehung aufzubauen und eine einladende Atmosphäre zu schaffen, selbst wenn die verbale Kommunikation eingeschränkt ist.

Warm-up Aktivität: Cultural Mix

Dauer 5 Min

Methoden Energizer-Diskussion, Gruppenreflexion

Benötigte Materialien

- Whiteboard/Flipchart und Marker (oder digitale Tafel).
- Optional: PowerPoint-Folie mit Definitionen von kultureller Demut und Kompetenz (siehe [Modul3 PPT](#)).

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Begrüßen Sie die Teilnehmenden und erklären Sie ihnen, dass es sich hierbei um eine Aufwärmübung handelt, um kulturelle Kommunikation zu erforschen und Erfahrungen auszutauschen.
- Stellen Sie eine Reflexionsfrage. Beispiel: „Können Sie sich an eine Situation erinnern, in der Sie ein kulturelles Missverständnis erlebt haben? Wie haben Sie es gelöst?“
- Geben Sie den Teilnehmenden einen Moment Zeit, um individuell nachzudenken.
- Bitten Sie einige Freiwillige, ihre Erfahrungen kurz mit der Gruppe zu teilen.

Modul 3 – Plan: Lektion 2

- Schreiben Sie wichtige Antworten/Konzepte an die Tafel/auf den Flipchart, um verschiedene Perspektiven und Lösungen hervorzuheben.
- Fassen Sie die gemeinsamen Erfahrungen zusammen und leiten Sie zu einer kurzen Einführung in die Konzepte des kulturellen Austauschs und der Integration über, nutzen Sie **Modul3 PPT**.
- Optional können Sie Definitionen dieser Konzepte verteilen, um das Lernen zu vertiefen und die Grundlage für die nächste Aktivität zu schaffen. Seite erwähnen

Aktivität 2: Non-Verbale Kommunikation

Dauer 10 Min

Methoden Zweierarbeit, Gruppendiskussion

Benötigte Materialien

- Optional: Gedrucktes Dokument zur **Aktivität 2 Beobachtungsbogen Nonverbale Kommunikation** Alle Teilnehmenden sollten nonverbale Signale beachten.
- Optional: Flipchart oder Tafel zur Zusammenfassung der Diskussionspunkte

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Erklären Sie das Ziel der Aktivität: Verständnis nonverbaler Kommunikation und ihrer kulturellen Unterschiede.
- Teilen Sie die Teilnehmenden in Paare ein.
- Weisen Sie einer Person in jedem Paar die Aufgabe zu, eine einfache Botschaft (z. B. eine Emotion, eine Begrüßung oder den Ausdruck eines Bedürfnisses) nur mit Körpersprache, Gesten und Mimik still zu kommunizieren.
- Die zweite Person im Paar versucht, die Botschaft nur anhand dieser nonverbalen Signale zu interpretieren.
- Wechseln Sie nach einigen Minuten die Rollen, damit beide Teilnehmenden beide Seiten der Übung erleben.

Modul 3 – Plan: Lektion 2

- Bringen Sie die Gruppe zusammen und moderieren Sie eine kurze Diskussion:
 - Gab es Missverständnisse? Warum?
 - Wie wirken sich kulturelle Unterschiede auf die Interpretation nonverbaler Signale aus?
- Schließen Sie mit einer Reflexion über die Relevanz nonverbaler Kommunikation in der Arbeit mit Geflüchteten und Migranten und betonen Sie dabei die Bedeutung der Sensibilität für kulturelle Nuancen.

Aktivität 3: Auslöser erkennen, Reaktion anpassen

Dauer	25 Min
Methoden	Videos/Rollenspielszenarien, Beobachtung zu zweit, Gruppenbesprechung
Benötigte Materialien	• <u>Aktivität 3 Beobachtungsbogen Finde den Hinweis</u> • Timer oder Stoppuhr • (Optional) Audio-/Videoplayer für Clips
Schritt-für-Schritt Anleitung	• Bitten Sie die Teilnehmenden vor Beginn, ihre Kenntnisse über nonverbale Kommunikation zu teilen: „Auf welche nonverbalen Kommunikationssignale achten Sie?“. • Notieren Sie diese auf einem digitalen/Papier-Whiteboard. Fahren Sie dann mit der Aktivität fort. • Stellen Sie den Zweck der Aktivität vor: Sensibilisierung für nonverbale Signale und Übung zur Anpassung. • Verteilen Sie das Arbeitsblatt. Zeigen Sie einen 2–3-minütigen Videoclip. • Die Teilnehmenden notieren zu zweit die von ihnen beobachteten Signale („Art des Signals“ und „konkretes Beispiel“), wie sie diese interpretiert haben („Interpretation/mögliche Bedeutung“) und wie sie auf die Situation reagieren würden („Wie könnten Sie unterstützend reagieren?“).

Modul 3 – Plan: Lektion 2

Übung zur adaptiven Reaktion

Die Teilnehmenden beantworten weiterhin zu zweit fünf Reflexionsfragen auf dem Beobachtungsbogen.

Gruppenreflexion. Versammeln Sie alle Teilnehmenden wieder und diskutieren Sie folgende Fragen:

1. Was war das auffälligste Signal, das Sie beobachtet haben?
2. Haben Sie ein Signal falsch interpretiert?
3. Hat sich Ihre Interpretation im Laufe der Situation geändert?
4. Wie einfach oder schwierig war es, angemessen zu reagieren?
5. Was würden Sie in einer realen Situation anders machen?

Zusammenfassung: Fassen Sie die wichtigsten Erkenntnisse zusammen: die Bedeutung von nonverbaler Wahrnehmung, schneller Anpassung und Empathie.

Modul 3 – Plan: Lektion 3

Theoretischer Kontext

Selbstvertretung

Definition: Selbstvertretung ist die Fähigkeit von Individuen, ihre Bedürfnisse, Wünsche und Rechte effektiv und selbstbewusst zu kommunizieren und fundierte Entscheidungen über ihr eigenes Leben zu treffen.

Anwendbarkeit: Für Geflüchtete ist Selbstvertretung ein wichtiges Instrument zur Selbstermächtigung. Sie ermöglicht es ihnen, sich in komplexen Systemen zurechtzufinden, ihre Bedürfnisse in rechtlichen oder sozialen Kontexten zu artikulieren und ihre Rechte in Bezug auf Wohnen, Arbeit, Bildung und darüber hinaus einzufordern.

Datensätze zu Geflüchteten

Definition: Datensätze zu Geflüchteten umfassen statistische Informationen und offizielle Berichte über Flüchtlingsbewegungen, Asylanträge, Integrationsergebnisse und demografische Profile.

Anwendbarkeit: Das Verständnis dieser Datensätze hilft sowohl Geflüchteten als auch Fachkräften, Trends zu erkennen, auf evidenzbasierte Ressourcen zuzugreifen und Daten zu nutzen, um Advocacy-Bemühungen und Initiativen zur Unterstützung der Gemeinschaft zu informieren.

Eintreten für Rechte

Definition: Die Verteidigung von Rechten umfasst Maßnahmen, die darauf abzielen, Entscheidungsträger zu beeinflussen und das Bewusstsein für den Schutz und die Förderung der Menschenrechte, insbesondere für marginalisierte Gruppen, zu schärfen.

Anwendbarkeit: Geflüchtete, die sich Fähigkeiten zur Interessenvertretung aneignen, werden zu aktiven Akteuren des Wandels, die in der Lage sind, sich für politische Reformen einzusetzen, Diskriminierung zu bekämpfen und inklusive Praktiken in ihren Aufnahmegemeinschaften zu fördern.

Modul 3 – Plan: Lektion 3

Warm-up Aktivität: Was ist Selbstvertretung?

Dauer	5 Min
Methoden	Gruppendiskussion, Brainstorming
Benötigte Materialien	• Flipchart + Schreibmaterial ODER Computer + Digitales Whiteboard (z. B. Miro-Board) + Projektor • Optional: Digitales Whiteboard/Projektor zum Anzeigen von Fragen oder Zusammenfassen von Antworten
Schritt-für-Schritt Anleitung	1. Erklären Sie kurz, dass Selbstvertretung eine wichtige Fähigkeit ist, die Einzelpersonen dabei hilft, ihre Bedürfnisse, Rechte und Wünsche zu äußern. 2. Stellen Sie eine reflektierende Frage, um die Sitzung zu beginnen. Beispiel: „Was bedeutet Selbstvertretung für Sie und warum ist sie für Geflüchtete wichtig?“. 3. Geben Sie den Teilnehmenden einen Moment Zeit zum Nachdenken und bitten Sie sie dann um Antworten. Schreiben Sie die Antworten auf die Tafel oder den Flipchart und heben Sie wichtige Punkte wie Empowerment, Unabhängigkeit und Rechte hervor. 4. Stellen Sie kurz das Thema Selbstvertretung im Zusammenhang mit der Stärkung von Geflüchteten vor und erwähnen Sie, wie sie Geflüchteten hilft, Zugang zu Dienstleistungen zu erhalten, für ihre Rechte einzutreten und sich in ihre neuen Gemeinschaften zu integrieren. 5. Schließen Sie mit dem Übergang zum nächsten Abschnitt der Lektion, in dem die Teilnehmenden tiefer in die praktischen Fähigkeiten der Selbstvertretung eintauchen werden.

Modul 3 – Plan: Lektion 3

Aktivität 4: Was uns die Zahlen verraten

Dauer

15 Min

Methoden

Gruppendiskussion, Präsentation

Benötigte Materialien

- Computer + Projektor
- Datensatz zu Geflüchteten (Asylanträge, Bildung, Beschäftigung usw.)
- Whiteboard/Flipchart + Marker ODER digitale Tafel (z. B. Miro-Board)
- Klicken Sie hier, um auf ein vollständiges Zusatzmaterial mit Fragen, Antworten und aktuellen Quellen zuzugreifen, das Sie flexibel zu einem interaktiven Quiz gestalten können.

Schritt-für-Schritt Anleitung

1. Stellen Sie die Aktivität kurz vor (siehe [Modul3 PPT](#)), Erklären Sie, dass die Teilnehmenden reale Daten zu Geflüchteten analysieren werden, um deren Auswirkungen auf die Selbstvertretung besser zu verstehen.

2. Bitten Sie die Teilnehmenden, einen Datensatz zu Geflüchteten zu suchen (z. B. Anzahl der Asylanträge, Zugang zu Bildung oder Beschäftigungsstatistiken). Achten Sie darauf, dass der Datensatz zuverlässig, einfach und leicht zu interpretieren ist. Vorschläge für seriöse Quellen:

- UNHCR Refugee Data Finder
- Eurostat – Asylanträge
- OECD – Datenbanken zu Migration
- IOM Global Migration Data Analysis Centre
- Weltbank

3. Teilen Sie die Teilnehmenden in Gruppen ein und geben Sie ihnen die folgenden Fragen, die sie auf den vorgeschlagenen Daten-Websites recherchieren sollen:

Erhalten Geflüchtete mehr finanzielle Unterstützung als Staatsangehörige?

(Suchen Sie nach Informationen über Sozialprogramme, Arbeitslosenunterstützung oder finanzielle Hilfe für Geflüchtete im Vergleich zu Staatsangehörigen.)

Modul 3 – Plan: Lektion 3

Tragen Geflüchtete zu höheren Kriminalitätsraten bei?

- (Suchen Sie nach Statistiken zu Kriminalitätsraten und nach einem Zusammenhang mit Geflüchtetenzahlen.)

Wie viel Prozent der Geflüchteten finden innerhalb der ersten fünf Jahre tatsächlich eine Beschäftigung?

- (Suchen Sie nach Beschäftigungsquoten für Geflüchtete und vergleichen Sie diese mit denen der Gesamtbevölkerung.)

Sind Geflüchtete bei der Inanspruchnahme sozialer Leistungen überrepräsentiert?

- (Suchen Sie nach Berichten oder Daten zur Inanspruchnahme von Gesundheitsversorgung, Bildung und anderen sozialen Leistungen durch Geflüchtete.)

4. Die Teilnehmenden teilen ihre Ergebnisse und konzentrieren sich dabei darauf, wie die Daten im Gegensatz zu den sozialen Wahrnehmungen/Stigmatisierungen stehen, die sie von anderen Menschen/Medien/sozialen Medien hören. Schreiben Sie die wichtigsten Punkte an die Tafel/auf das Flipchart.

5. Betonen Sie, wie wichtig zuverlässige Daten sind, um sich für eine Geflüchteten-freundliche Politik einzusetzen und wie dies mit Selbstvertretung zusammenhängt.

Aktivität 5: Empowerment-Rollenspiel – Rechte von Geflüchteten

Dauer 15 Min

Methoden Rollenspiel, Gruppendiskussion

Benötigte Materialien

- **Aktivität 5 Arbeitsblatt Empowerment-Rollenspiel: Rechte von Geflüchteten**(gedruckt oder digital).
- Optional: Flipchart oder Tafel zum Zusammenfassen der Überlegungen der Gruppe

Modul 3 – Plan: Lektion 3

Schritt-für-Schritt Anleitung

1. Stellen Sie die Rollenspielaktivität vor, bei der die Teilnehmenden die Rollen eines Geflüchteten und einer hauptamtlich tätigen Person (z. B. Sozialarbeiter:in) übernehmen.
2. Teilen Sie die Teilnehmenden in Paare ein. Eine:r übernimmt die Rolle eines Geflüchteten, der sich für seine Rechte einsetzt (z. B. Zugang zu Bildung oder Beschäftigung), und der andere übernimmt die Rolle einer hauptamtlich tätigen Person, der/die sich möglicherweise mit der Anfrage des Geflüchteten befassen muss.
3. Geben Sie jedem Paar zwei Minuten Zeit, um das Rollenspiel-Szenario durchzuspielen. Der Geflüchtete sollte seine Rechte mit den erlernten Strategien einfordern, und der Beamte sollte angemessen reagieren (z. B. Informationen geben, Fragen stellen oder Lösungen anbieten).
4. Nach der ersten Runde tauschen die Teilnehmenden die Rollen und wiederholen das Rollenspiel, wobei sie sich darauf konzentrieren, Selbstvertretung aus der gegenteiligen Perspektive zu üben.
5. Bringen Sie nach beiden Runden die Gruppe zusammen, um die Rollenspiele zu besprechen. Schreiben Sie wichtige Erkenntnisse auf das Whiteboard/den Flipchart. Stellen Sie einige Fragen, um die Nachbesprechung anzuleiten. Beispiel:
 - Welche Strategien haben sich bei der Verteidigung der Rechte von Geflüchteten bewährt?
 - Vor welchen Herausforderungen standen Sie während des Rollenspiels und wie sind Sie damit umgegangen?
 - Wie können Sie Ihre Strategien zur Selbstvertretung in Zukunft verbessern?
6. Schließen Sie mit einer Bekräftigung der Bedeutung der Selbstvertretung für Geflüchtete und der Anwendbarkeit dieser Strategien in realen Situationen. Knüpfen Sie dabei an die nächste Aktivität an, die Analyse erfolgreicher Fallstudien zur Selbstvertretung von Geflüchteten.

Modul 3 – Plan: Lektion 3

Zusätzliches Material 3

Titel	Buch: “We Are Displaced: My Journey and Stories from Refugee Girls Around the World” by Malala Yousafzai
Kontext	Ein Buch von Malala Yousafzai, in dem sie persönliche Geschichten von Mädchen erzählt, die vertrieben wurden, und Themen wie Resilienz, Hoffnung und menschliche Verbundenheit behandelt.
Sinn	Hebt die Bedeutung von Beziehungen und Unterstützungsnetzwerken bei der Bewältigung von Vertreibung und dem Wiederaufbau des Lebens hervor.
Link	<u>https://amzn.eu/d/04vhJbUc</u>

Modul 4

Von Geflüchteten identifizierte gute Praktiken für Pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen

Ziele & Zweck

Pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen mit dem Wissen, den Fähigkeiten und den bewährten Verfahren ausstatten, die für eine wirksame Unterstützung von Geflüchteten erforderlich sind:

- Tiefgreifendes Verständnis für die Herausforderungen, denen Geflüchtete in Bildungs- und sozialen Einrichtungen gegenüberstehen.
- Erlernen, wie man integrative und einladende Umgebungen schafft.
- Entwicklung kulturell sensibler Unterstützungsprogramme.

Lernergebnisse

Wissen

- Kenntnisse über bewährte Praktiken für Pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen.
- Verständnis für die besonderen Bedürfnisse von Geflüchteten im Bildungs- und Sozialbereich.

Fähigkeiten

- Schaffung integrativer und einladender Lernumgebungen für Geflüchtete.
- Entwicklung von Programmen, die den Bedürfnissen der Zielgruppe entsprechen.

Haltung

- Zeigen Sie kulturelle Sensibilität und Respekt für die Erfahrungen der Geflüchteten.
- Setzen Sie sich für Inklusion und Chancengleichheit ein.
- Wertschätzung kultureller Vielfalt und Interkulturalität.

Zielgruppe

- Pädagogische Fachkräfte
- Sozialarbeiter:innen

Modul 4

Von Geflüchteten identifizierte gute Praktiken für pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen

Dauer

- Präsenz: 4-5h (1 akademische Stunde = 45 Minuten)
- Selbstorganisiertes Lernen: 2h

Behandelte Themen

- Gemeinsame Herausforderungen für Geflüchtete
- Die Bedeutung der Berücksichtigung von Bildungs- und Sozialbedürfnissen.
- Die Rolle von pädagogischen Fachkräften und Sozialarbeiter:innen für die Integration.
- Praktische Strategien für Inklusion (z. B. Verwendung einfacher Sprache, kulturelle Anpassungen).
- Beispiele für erfolgreiche Programme.
- Die Rolle der kulturellen Sensibilität und des Selbstbewusstseins bei Interaktionen.

Lektionsplan

Lektion 1 - Bedürfnisse und Herausforderungen von Geflüchteten verstehen

Die Teilnehmenden werden sich anhand einer World-Café-Übung und einer Fallbeispielanalyse mit den Bedürfnissen und Herausforderungen von Geflüchteten auseinandersetzen und dabei mit ihrem kollektiven Wissen ihr Verständnis vertiefen.

Lektion 2 - Bewährte Methoden zur Schaffung integrativer Umgebungen

Diese Lektion stellt das Forumtheater als Instrument vor, mit dem Teilnehmende befähigt werden, integrative Umgebungen zu schaffen, Unterdrückung zu bekämpfen und Narrative zu verändern. Diese spezielle Methode, das Forumtheater, wird bekanntermaßen in Konfliktgebieten und bei Menschen eingesetzt, die verschiedenen Formen der Unterdrückung ausgesetzt sind, um sie zu befähigen, ihre Stimme zu erheben und das Narrativ zu verändern.

Lektion 3 - Entwicklung von Programmen zur Förderung kultureller Sensibilität

Die Teilnehmenden lernen, wie sie inklusive und kulturell sensible Unterstützungsprogramme entwickeln können, die ein Umfeld schaffen, das auf die besonderen Bedürfnisse von Geflüchteten zugeschnitten ist.

Modul 4

Vorbereitung

- Sicherstellen, dass die technische Ausrüstung verfügbar und funktionsfähig ist: Projektor, Internetverbindung.
- Den Raum reservieren.
- Die Zielgruppe über den Zeitplan der Sitzung informieren.
- Die erforderlichen Materialien für den Lektion-Plan vorbereiten (siehe unten).
- Die Kaffeepause vorbereiten (falls geplant).
- Zur Unterstützung der Präsentation verwenden Sie bitte diese zusätzliche Ressource: [PPT_F2F_Modul4](#)

Icebreaker Aktivität

Energizer 1

- Die Moderatoion stellt den Teilnehmenden Fragen.
- Der Raum wird in JA/NEIN/VIELLEICHT-Bereiche (oder andere Optionen) unterteilt, und die Teilnehmenden müssen sich entsprechend ihrer Antworten positionieren.
- Nach jeder Frage/Aussage bittet die Moderation die Teilnehmenden, die in der Mitte sitzen (vielleicht-Position), zu erklären, warum sie sich dafür entschieden haben, dort zu sitzen.

Mögliche Aussagen (können je nach Bedarf geändert werden):

„Ich habe mindestens 6 Monate lang in einem anderen Land als meinem Herkunftsland gelebt.“

„Ich habe schon einmal eine Situation erlebt, in der ich nicht verstanden habe, was die Leute gesagt haben.“

„Ich habe als Erwachsener eine neue Sprache gelernt und fand das schwierig/einfach?“

„Ich glaube, dass kleine Gesten, wie ein Lächeln oder eine Begrüßung in der Muttersprache einer Person, dazu beitragen können, dass sich Menschen willkommen fühlen.“

„Es ist möglich, die Erfahrungen eines anderen Menschen vollständig zu verstehen, ohne sie selbst gemacht zu haben.“

Modul 4 – Plan: Lektion 1

Theoretischer Kontext

Klare Kommunikation

Verwenden Sie leicht verständliche Sprache, stellen Sie bei Bedarf Übersetzungen zur Verfügung und sorgen Sie dafür, dass die Materialien leicht verständlich sind.

Kulturelle Sensibilität

Seien Sie sich der kulturellen Unterschiede in Bezug auf Kommunikationsstile, Lernpräferenzen und Komfortniveaus bewusst.

Sicherheit und Vertrauen

Bauen Sie eine Beziehung zu den Geflüchteten auf und sorgen Sie dafür, dass sie sich gehört, respektiert und sicher fühlen, insbesondere wenn sensible Themen besprochen werden.

Mitarbeit

Bieten Sie Geflüchteten mehrere Möglichkeiten zur Teilnahme an (z. B. Diskussionen mit Gleichaltrigen, schriftliche Antworten, nonverbales Feedback), damit jede:r auf seine/ihre Weise einen Beitrag leisten kann.

Modul 4 – Plan: Lektion 1

Aktivität 1: Herausforderungen und Bedürfnisse von Geflüchteten

Dauer 1-1,5 h (abhängig von der Diskussion)

Methoden Gruppendiskussion

Benötigte Materialien

- Flipcharts + Schreibmaterial

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Bereiten Sie 3 Flipcharts mit folgenden Themen vor:
 - Gemeinsame Herausforderungen für Geflüchtete
 - Bildungs- und soziale Bedürfnisse
 - Rolle von Pädagogischen Fachkräften und Sozialarbeiter:innen

- Legen Sie jedes Flipchart auf einen Tisch in Ihrem Arbeitsraum.
- Teilen Sie die Gruppe in drei kleinere Gruppen auf und bitten Sie jede Gruppe, sich an einen Tisch zu setzen.
- Jede Gruppe hat fünf Minuten Zeit, um so viele Ideen wie möglich zu dem Thema zu notieren, das auf ihrem Tisch steht.
- Nach fünf Minuten wechseln die Gruppen die Tische und wiederholen den Vorgang.
- Nach weiteren fünf Minuten wechseln sie erneut, dies ist der letzte Wechsel.
- Bitten Sie nach den drei Runden eine Person pro Gruppe, die Ideen auf dem Flipchart vor ihnen zusammenzufassen.

Sie können die anderen bitten, weitere Informationen hinzuzufügen, falls sie welche haben

Beenden Sie die Aktivität mit einer kurzen Nachbesprechung und fragen Sie die Teilnehmenden:

„Wie hat Ihnen die Aktivität gefallen?“

„Haben Sie etwas Neues entdeckt?“

„Welche Ideen nehmen Sie mit nach Hause?“

Modul 4 – Plan: Lektion 1

Aktivität 2: Fallbeispielanalyse

Dauer 20-30 Min

Methoden Gruppendiskussion und Fallbeispielanalyse

Benötigte Materialien

- Flipcharts + Schreibmaterial
- Gedruckte Fallbeispiele
- Gedrucktes [Fallbeispiel-Arbeitsblatt](#)

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Teilen Sie die Teilnehmenden in kleinere Gruppen ein, 3 Gruppen.
- Geben Sie jeder Gruppe ein ausgedrucktes Fallbeispiel (siehe Fallbeispiel-Blatt).
- Neben den Fragen, die sie unter jedem Fallbeispiel finden, müssen sie auch Folgendes identifizieren:

- Die wichtigsten Herausforderungen für Geflüchtete
- Mögliche Lösungen für Pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen
- Bewährte Verfahren

- Nach 15 Minuten bittet die Moderation jede Gruppe, ihr Fallbeispiel und die Antworten auf ihre Fragen vorzustellen.
- Der/die Moderator:in hebt gute Praktiken hervor, die sich aus den Diskussionen ergeben haben, und schreibt sie auf ein Flipchart.

Als abschließende Nachbesprechung fragen Sie:

„Wie hat ihnen die Aktivität gefallen?“

„Konnten sie Parallelen zu ihrer Arbeit erkennen?“

„War es schwierig, die Herausforderungen zu identifizieren und mögliche Lösungen zu finden?“

„Sind diese Lösungen in ihrer täglichen Arbeit anwendbar?“

Modul 4 – Plan: Lektion 1

Fallbeispiel

Fallstudie 1 – "Aminas Reise"

Amina, eine 32-jährige alleinerziehende Mutter aus Syrien, kam mit ihren beiden Kindern (5 und 10 Jahre) in ein europäisches Land. Sie ist aufgrund von Krieg und Verfolgung aus ihrer Heimat geflohen. Sie spricht kaum die örtliche Landessprache und ist ausgebildete Krankenschwester. Sie musste erleben, wie eine Bombe in ihr Krankenhaus geworfen wurde und hat dabei diverse Kolleg:innen verloren. Sie und ihre Kinder leben seit sechs Monaten in provisorischen Unterkünften für geflüchtete Menschen.

Fallstudie 2 – "Mohammeds Herausforderung"

Mohammed, ein 19-jähriger Heranwachsender mit Fluchtbiographie aus Afghanistan, kam nach der Vertreibung seiner Familie allein im Gastland an. Aufgrund des Konflikts musste er die Schule vorzeitig verlassen und konnte sein Abitur nicht beenden. Er möchte unbedingt arbeiten, hat aber Probleme mit Bewerbungen und legalen Dokumenten. Trotz seiner Begeisterung wird er von potenziellen Arbeitgebern diskriminiert und weiß nicht, wie er sich im System zurechtfinden soll. Außerdem leidet er unter Ängsten und Einsamkeit, da er von seiner Familie getrennt ist.

Fallstudie 3 – "Oksana and der kleine Danylo"

Oksana, eine 28-jährige Mutter aus der Ukraine, floh nach der Verschärfung des Krieges mit ihrem 3-jährigen Sohn Danylo aus ihrer Heimat. Ihr Mann blieb zurück, um die Verteidigungsbemühungen zu unterstützen. Sie kam im Gastland mit nur einem kleinen Koffer und begrenzten finanziellen Mitteln an. Sie war in ihrem Herkunftsland selbstständige Friseurin, aber sie hat Schwierigkeiten mit der neuen Landessprache und der Bürokratie hinsichtlich ihrer Selbstständigkeit. Sie ist auch emotional erschöpft, da sie das Trauma der Vertreibung mit der Notwendigkeit, sich um ihren Sohn zu kümmern, der unter häufigen Albträumen und Trennungsangst leidet, in Einklang bringen muss.

Modul 4 – Plan: Lektion 1

Angabe/ Reflexion

Was sind Aminas dringendste Bedürfnisse?

Wie können Erzieher:innen und Sozialarbeiter:innen sie und ihre Kinder unterstützen?

Welche Ressourcen und Dienstleistungen sollten zur Verfügung gestellt werden, um ihr bei der Integration und mental zu helfen?

Wie können Sie Mohammed helfen, seine Fähigkeiten und sein Selbstvertrauen zu verbessern?

Welche Dienstleistungen mit dem Ziel der Arbeitsmarktintegration könnten Sie anbieten?

Welche Strategien könnten eingesetzt werden, um Mohammed bei der sozialen Integration zu helfen?

Welche unmittelbare Unterstützung braucht Oksana, um sich an ihre neue Umgebung anzupassen?

Wie könnten Sie ihr dabei helfen, ihre Sprachkenntnisse zu verbessern und Arbeit zu finden bzw. erneute Selbstständigkeit aufzubauen?

Welche Strategien könnten Danylo helfen, das Trauma zu bewältigen und sich in seiner neuen Umgebung sicher zu fühlen?

Wie kann die Gemeinschaft Oksana und andere geflüchtete Mütter unterstützen?

Wichtigste Erkenntnisse

Sprachunterstützung, die Kinderbetreuungsmöglichkeiten bietet, ist unerlässlich.

Traumatasensible und emotionale Unterstützung sind erforderlich.

Berufsberatung und Orientierung im System

Modul 4 – Plan: Lektion 1

Zusätzliches Material 1

Titel	Integration Handbook: Promoting welcoming and inclusive societies vom UNHCR
Kontext	Online-Artikel mit Schwerpunkt auf der Förderung einer Willkommenskultur und integrativer Gesellschaften. Er skizziert Strategien zur Förderung des sozialen Zusammenhalts in Neuansiedlungsländern und betont die Rolle von Regierungen und Gemeinden bei der Schaffung eines Umfelds, das die Integration von Geflüchteten durch gesetzliche Rahmenbedingungen, das Engagement der Gemeinschaft und integrative Medienberichte unterstützt.
Sinn	Es bietet einen klaren, evidenzbasierten Rahmen für die Förderung des sozialen Zusammenhalts und der Inklusion. Es hilft Fachleuten zu verstehen, wie Politik, öffentliche Kommunikation und lokale Engagementmaßnahmen eine positivere Einstellung gegenüber Geflüchteten fördern können, und zeigt gleichzeitig praktische Wege auf, um Zugehörigkeit zu fördern und Diskriminierung zu verhindern. Was lernen Sie? Konkrete Strategien, um Aufnahmegemeinschaften einzubinden und soziale Spannungen abzubauen. Die Bedeutung inklusiver öffentlicher Narrative und der Teilhabe von Geflüchteten am gesellschaftlichen Leben. Wie lokale Programme mit umfassenderen nationalen oder internationalen Inklusionsbemühungen in Einklang gebracht werden können. Mithilfe dieses Leitfadens können Fachleute Programme und Ansätze entwickeln, die nicht nur den unmittelbaren Bedürfnissen der Geflüchteten gerecht werden, sondern auch zu langfristigen, systemischen Veränderungen beitragen. Er versetzt sie in die Lage, nicht nur als Dienstleister zu agieren, sondern auch als Brückenbauer in der Gemeinschaft, die den gegenseitigen Respekt und die Zusammenarbeit zwischen Neuankömmlingen und der Bevölkerung vor Ort fördern.
Link	https://www.unhcr.org/handbooks/ih/welcoming-inclusive-societies/promoting-welcoming-and-inclusive-societies

Modul 4 – Plan: Lektion 2

Warm-up Aktivität: Inklusive Umfeld

Dauer 5 Min

Methoden Energizer Diskussion

Benötigte Materialien

- Whiteboard/flipchart und Stifte

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Begrüßen Sie die Teilnehmenden und erklären Sie ihnen, dass es sich hierbei um eine Aufwärmübung handelt, um inklusive Umgebungen zu erkunden.
- Stellen Sie der Gruppe folgende Frage:

„Was bedeutet für Sie eine inklusive Umgebung?“

- Geben Sie den Teilnehmenden einen Moment Zeit, um individuell nachzudenken.
- Bitten Sie die Teilnehmenden, ihre Gedanken zu teilen und sie mit ihren beruflichen Erfahrungen in Verbindung zu bringen.
- Notieren Sie wichtige Antworten/Konzepte an der Tafel/auf dem Flipchart, um verschiedene Perspektiven hervorzuheben.
- Wenn es von den Teilnehmenden nicht erwähnt wird, fügen Sie der Liste Folgendes hinzu:

-Klare, zugängliche Kommunikation.

-Aufbau einer guten Beziehung und von Vertrauen zu den Teilnehmenden

-Kulturelle Sensibilität in Diskussionen und Aktivitäten.

-Allen Teilnehmenden die Möglichkeit geben, sich einzubringen und sich gehört zu fühlen.

Modul 4 – Plan: Lektion 2

Aktivität 3: Bewältigung realer Situationen durch Forumtheater

Dauer 1-1.5 h

Methoden Theaterspiel

Benötigte Materialien

- PowerPoint-Folie mit einer Definition von Forum Theater und Anleitung (Siehe [Modul 4 PPT](#))

Schritt-für-Schritt Anleitung

Erklärung des Forumtheaters (5 Min.): Stellen Sie das Forumtheater als interaktive Methode vor, mit der reale Herausforderungen und Lösungen erkundet werden können.

Wichtige Elemente:

Eine kurze Szene zeigt eine Herausforderung (z. B. einen Geflüchteten, der in einem Bildungs- oder sozialen Umfeld ausgegrenzt wird).

Das Publikum („Zuschauer:innen-Schauspieler:innen“) kann eingreifen, das Szenario ändern und alternative Lösungen vorschlagen.

Schritt 1 (20-30 Min.):

Die Moderation teilt die Gruppe in zwei Teile, wobei ein Teil die Schauspieler:innen und der andere Teil die Zuschauer:innen sein wird. Der Teil, der die Schauspieler:innen sein wird, begibt sich in einen anderen Raum oder einen separaten Teil des Raumes, sodass der andere Teil sie weder hören noch sehen kann. Gemeinsam müssen sie sich auf eine einfache Situation einigen, die aus ihrer Arbeitserfahrung stammen kann, in der ein Geflüchteter ausgegrenzt wurde.

[Beispielszenario](#) (falls den Teilnehmenden nichts einfällt):

Ein Sozialarbeiter leitet einen Workshop für eine Gruppe von Geflüchteten, aber ein Teilnehmender (ein Geflüchteter mit begrenzten Sprachkenntnissen) wird unbeabsichtigt aus den Diskussionen ausgeschlossen. Die Moderation verwendet komplexe Fachbegriffe, und wenn der Geflüchtete versucht, sich zu beteiligen, ignorieren ihn die anderen (siehe unten für das gesamte Szenario).

Modul 4 – Plan: Lektion 2

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Nachdem die Gruppe das Szenario vorbereitet und die Rollen festgelegt hat, spielt sie es vor.

Schritt 2: Erste Schauspielrunde (10-15 Min.)

- Einige Freiwillige spielen die Szene aus dem Drehbuch.
- Der Rest der Gruppe beobachtet die Dynamik.

Schritt 3: Die Zuschauer:innen werden zu Schauspieler:innen (20-30 Min.)

- Unterbrechen Sie die Szene und starten Sie die Diskussion:
„Was waren Inklusionshindernisse in diesem Szenario?“
„Was hätte der Sozialarbeiter anders machen können?“

Die Teilnehmenden werden eingeladen, in die Rolle des Sozialarbeiters oder anderer Charaktere zu schlüpfen und verschiedene Ansätze auszuprobieren.

Die Szene wird mehrmals wiederholt, sodass verschiedene Interventionen möglich sind.

Schritt 4: Nachbesprechung und Erkenntnisse (5-10 Min.)

- Diskussion über die gewonnenen Erkenntnisse.

Reflexion: Wie können diese Strategien in realen Situationen angewendet werden?

Aktivität abschließen, indem die wichtigsten Strategien für die Schaffung eines inklusiven Workshops zusammengefasst werden:

Klare Kommunikation: Verwenden Sie eine leicht verständliche Sprache, stellen Sie bei Bedarf Übersetzungen zur Verfügung und sorgen Sie dafür, dass die Materialien leicht verständlich sind.

Kulturelle Sensibilität: Seien Sie sich der kulturellen Unterschiede bewusst.

Sicherheit und Vertrauen: Bauen Sie eine Beziehung zu den Geflüchteten auf und sorgen Sie dafür, dass sie sich gehört, respektiert und sicher fühlen, insbesondere wenn sensible Themen besprochen werden.

Mitarbeit: Bieten Sie Geflüchteten mehrere Möglichkeiten zur Teilnahme an (z. B. Diskussionen mit Gleichaltrigen, schriftliche Antworten, nonverbales Feedback), damit jede:r auf eigene Weise einen Beitrag leisten kann.

Modul 4 – Plan: Lektion 2

Zusätzliches Material 2

Titel	Theatre of the Oppressed (Forum Theatre): Therapists Managing Complicity in Hospitals
Kontext	Youtube-Video, das das Konzept und die Geschichte der Methodik vorstellt, mit Schwerpunkt auf dem Forumtheater, gefolgt von einem Beispiel, das zeigt, wie Therapeuten mit ethischen Dilemmata im Krankenhausumfeld umgehen und diese angehen.
Sinn	Auch wenn das Thema des Theaterstücks nicht mit unserem Thema in Verbindung steht, behandelt das Video sehr gut die Theorie und Geschichte hinter der Methodik des Theaters der Unterdrückten, und das Theaterstück ist ein gutes Beispiel dafür, wie diese funktioniert und für jedes beliebige Thema eingesetzt werden kann. Was lernt man? • Wie man Forumtheater als Reflexionsinstrument einsetzt, um Machtdynamiken, Kommunikationsbarrieren und institutionelle Beschränkungen in der eigenen Praxis zu untersuchen und zu hinterfragen. • Die Bedeutung partizipativer Lernmethoden für die Aufarbeitung komplexer emotionaler und kultureller Szenarien, insbesondere im Zusammenhang mit Geflüchteten und Migrant*innen. • Wege zum Umgang mit ethischen Dilemmata, denen sie begegnen können, wenn sie sich in Systemen bewegen, die nicht immer inklusiv oder gerecht sind.
Link	https://www.youtube.com/watch?v=3y83wTEGPiY

Modul 4 – Plan: Lektion 2

Zusätzliches Material 3

Titel	Buch: Theatre of the Oppressed von Augusto Boal
Kontext	In diesem Buch stellt der brasilianische Theaterregisseur und Aktivist Augusto Boal sein einflussreiches Konzept des „Theaters der Unterdrückten“ vor, eine Methode, die passives Publikum in aktive Teilnehmende („Zuschauer:innen-Schauspieler:innen“) verwandelt. In Anlehnung an die Arbeit von Paulo Freire präsentiert Boal das Theater als Instrument für Dialog, Reflexion und sozialen Wandel – insbesondere in marginalisierten Gemeinschaften. Das Buch beschreibt Techniken wie Forumtheater, Bildtheater und Unsichtbares Theater, die heute weltweit in den Bereichen Bildung, Sozialarbeit und Gemeindeentwicklung eingesetzt werden.
Sinn	Dieses Buch ist sehr nützlich und wertvoll für alle, die diese Methode anwenden und mehr über die Grundlagen erfahren möchten. Man lernt: •Wie man partizipatives Theater als Methode zur Stärkung und Inklusion einsetzt, insbesondere bei Gruppen, die Marginalisierung erfahren haben, wie Geflüchtete und Migrant:innen. •Strategien zur Förderung von kritischem Denken und kollektiver Problemlösung, wobei die Aufführung als Raum für die Vorstellung und Einübung von Veränderungen in der realen Welt genutzt wird. •Wie man Machtverhältnisse in Lern- und Unterstützungsumgebungen verschiebt und diejenigen, die traditionell von Entscheidungsprozessen ausgeschlossen sind, eine Stimme und Handlungsfähigkeit gibt. Kreative Techniken, um sensible Themen (z. B. Trauma, Diskriminierung, Macht) auf eine nicht bedrohliche, kooperative Weise zu erforschen.
Link	https://www.amazon.com/Theatre-Oppressed-Augusto-Boal/dp/0930452496

Modul 4 – Plan: Lektion 3

Warm-up Aktivität: Kulturelle Sensibilität

Dauer	15 Min
Methoden	Energizer Diskussion
Benötigte Materialien	PowerPoint-Folie mit Definition und wichtigen Punkten (siehe Modul4 PPT)
Schritt-für-Schritt Anleitung	Die Moderation beginnt die Sitzung mit einigen Ausführungen zum Thema kulturelle Sensibilität und deren Bedeutung. Er erwähnt dabei, wie wichtig es ist, nicht nur die Bedürfnisse und Herausforderungen der Geflüchteten, mit denen sie arbeiten, zu erkennen, sondern auch effektive und kulturell sensible Lösungen in Form von Projekten oder Programmen zu entwickeln, die diesen Bedürfnissen gerecht werden. (Siehe Handout Lektion Plan 3 Modul 4)

Aktivität 4: Unterstützungsprogramme entwickeln

Dauer	40 Min - 1h
Methoden	Gruppenarbeit
Benötigte Materialien	• PowerPoint-Folie mit Themen und Anleitung (Siehe Modul4 PPT) • Vorlage Unterstützungsprogrammplan • Flipchart oder A4-Papier • Stifte

Modul 4 – Plan: Lektion 3

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Die Moderation teilt die Teilnehmenden in drei Gruppen ein und gibt jeder Gruppe ein Thema aus den folgenden Themenbereichen sowie eine Vorlage der Unterstützungsprogramme:

-Unterstützung für psychische Gesundheit - Wie können wir Geflüchteten zugängliche, kultursensible psychologische Betreuung anbieten?

-Berufsbereife -Wie können wir Geflüchtete beim Einstieg in den Arbeitsmarkt unterstützen und dabei kulturelle und persönliche Barrieren berücksichtigen?

-Sprachlernen - Wie können Sprachprogramme inklusiver gestaltet werden und besser auf die vielfältigen Bedürfnisse von Geflüchteten eingehen?

- Jede Gruppe muss ein Brainstorming durchführen und ein realistisches, nachhaltiges und kulturell sensibles Unterstützungsprogramm zu dem vorgegebenen Thema entwickeln. Sie müssen die vorgegebene Vorlage ausfüllen.

Diskussion 10 Min.

- Jede Gruppe präsentiert ihre Idee den anderen Gruppenmitgliedern, die dann Fragen zur Klärung stellen oder darüber diskutieren können, ob ein solches Programm wirksam wäre und ob es in ihrem Land/ihrer Umgebung umgesetzt werden könnte. Einige Beispiele für Fragen:

„Inwiefern respektiert Ihr Programm kulturelle Vielfalt?“

„Wie könnte dieses Programm an verschiedene Gemeinschaften von Geflüchteten angepasst werden?“

„Wie kann dieses Programm langfristig aufrechterhalten werden?“

„Was sind die größten Herausforderungen für den Erfolg des Programms und wie könnten diese angegangen werden?“

Modul 4 – Plan: Lektion 3

Zusätzliches Material 4

Titel	Webinar: Cultural Sensitivity and Inclusivity
Kontext	Das Video bietet einen detaillierten Einblick, wie kulturelle Sensibilität und Inklusion für eine effektive Unterstützung von Geflüchteten unerlässlich sind. Es befasst sich mit den Herausforderungen und betont, wie wichtig es ist, unterschiedliche kulturelle Hintergründe zu verstehen und zu respektieren. Anhand von Beispielen aus dem realen Leben und Expertenmeinungen zeigt das Video Strategien für die Schaffung inklusiver Umgebungen auf, die Vertrauen und Engagement zwischen verschiedenen Bevölkerungsgruppen fördern.
Sinn	Das Video liefert zusätzliche Informationen und legt den Schwerpunkt auf kulturelle Sensibilität. Sie lernen: • Kulturelle Sensibilität verstehen: Gewinnen Sie Einblicke in die Bedeutung kultureller Sensibilität im Umgang mit Geflüchteten und Migrant:innen und erfahren Sie, wie sich diese auf die Erbringung von Dienstleistungen und die Integration in die Gemeinschaft auswirkt. • Strategien für Inklusion: Lernen Sie praktische Ansätze kennen, um ein inklusives Umfeld zu schaffen, das kulturelle Vielfalt respektiert und wertschätzt und so die Wirksamkeit von Unterstützungsprogrammen verbessert. • Vertrauen und Engagement aufbauen: Entdecken Sie Methoden, um Vertrauen zu Geflüchteten aufzubauen, indem Sie ihre kulturelle Identität anerkennen und wertschätzen, was zu einer stärkeren Teilhabe und besseren Ergebnissen führt. • Bewältigung von Herausforderungen: Verstehen Sie häufige Hindernisse für kulturelle Sensibilität und Inklusion und erkunden Sie Lösungen, um diese Herausforderungen in verschiedenen Profi-Umgebungen zu bewältigen.
Link	https://www.youtube.com/watch?v=n-9ZkJydkGY

Modul 5

Selbstresilienz von Geflüchteten unterstützen und stärken

Ziele & Zweck

Dieses Modul hilft Pädagogischen Fachkräfte und Sozialarbeiter:innen, ihre Fähigkeiten zur Unterstützung der Selbstresilienz von Geflüchteten zu stärken. Es kombiniert Theorie, partizipatives Lernen und praktische Hilfsmittel, um das Verständnis von Resilienz, Trauma und Empowerment zu vertiefen. Die Teilnehmenden lernen, wichtige Modelle wie das Resilienz-Modell und Posttraumatisches Wachstum anzuwenden, reflektieren ihre eigene Rolle mithilfe des Forumtheaters und erarbeiten konkrete Strategien zum Aufbau von Autonomie und sozialem Kapital sowie zum Abbau struktureller Barrieren. Praktische Hilfsmittel wie das Energizing Jar und Selbstcheck-In-Methoden bieten direkte Methoden für den täglichen Einsatz in Bildungs- und Unterstützungskontexten.

Lernergebnisse

Wissen

- Verstehen Sie die Konzepte der Selbstständigkeit und Resilienz im Kontext von Geflüchteten.
- Lernen Sie wirksame Strategien zur Förderung der Selbstbestimmung kennen.

Fähigkeiten

- Entwickeln und implementieren Sie Pläne zur Stärkung der Resilienz.
- Fördern Sie Aktivitäten, die Selbstbewusstsein und Autonomie von Geflüchteten stärken.

Haltung

- Fähigkeit zur Selbsthilfe von Geflüchteten fördern.
- Verpflichten Sie sich, sich für die Rechte und die Selbstbestimmung von Geflüchteten einzusetzen.

Zielgruppe

- Pädagogische Fachkräfte
- Sozialarbeiter:innen

Modul 5

Selbstresilienz von Geflüchteten unterstützen und stärken

Dauer

- Präsenz: 3-4,5 h (1 akademische Stunde = 45 Minuten)
- Selbstorganisiertes Lernen: 2h

Behandelte Themen

- Was Resilienz bedeutet, wie sie sich entwickelt und wie Trauma und Vertreibung sie beeinflussen.
- Forumtheater zur Erforschung realer Herausforderungen von Geflüchteten, zum Testen unterstützender Interventionen und zur Förderung kritischer Reflexion.
- Methoden zur Förderung der Autonomie von Geflüchteten, sozialer Verbindungen und des Zugangs zu Materialien.

Lektionsplan

Lektion 1: Theoretischer Hintergrund

Was Resilienz bedeutet, wie sie sich entwickelt und wie Trauma und Vertreibung sie beeinflussen.

Forumtheater zur Erforschung realer Herausforderungen von Geflüchteten, zum Testen unterstützender Interventionen und zur Förderung kritischer Reflexion.

Methoden zur Förderung der Autonomie von Geflüchteten, sozialer Verbindungen und des Zugangs zu Materialien.

Lektion 2: Aktives Lernen

Dieses Modul nutzt das Forumtheater, um die Resilienz von Geflüchteten durch interaktive Dramatisierung zu erforschen. Die Teilnehmenden agieren als „Zuschauer:innen-Schauspieler:innen“, um Reaktionen auf Widrigkeiten zu proben und so Empathie, kritisches Denken und gemeinsame Lösungsstrategien zu fördern.

Lektion 3: Strategien zur Unterstützung der Selbstresilienz von Geflüchteten

Dieses Modul vermittelt den Teilnehmenden Strategien zur Förderung der Resilienz von Geflüchteten durch Stärkung ihrer Autonomie, ihres Sozialkapitals und ihrer emotionalen Unterstützung. Anhand praktischer Hilfsmittel wie Peer-Netzwerken und Stressbewältigungstechniken lernen sie, nachhaltige, auf Stärken basierende Unterstützung zu leisten.

Modul 5

Selbstresilienz von Geflüchteten unterstützen und stärken

Vorbereitung

- Stellen Sie sicher, dass die technische Ausstattung verfügbar und funktionsfähig ist: Projektor, Internetverbindung.
- Bereiten Sie gedruckte Handouts, Flipcharts, Marker und Arbeitsblätter vor.
- Bringen Sie Kunstmaterialien mit oder bereiten Sie diese vor (z. B. für das Energiespenderglas und kulturelle Ausdrucksaktivitäten).
- Organisieren Sie Erfrischungen für die Pausen (Kaffee/Tee, Wasser, Snacks).
- Ordnen Sie die Sitzplätze in einem Kreis oder Halbkreis an, um den Dialog und die Teilnahme zu fördern.
- Stellen Sie gegebenenfalls einen kleinen Tisch für Materialien bereit, die die Teilnehmenden erstellen, z. B. Zeichnungen, Tagebücher oder Reflexionsnotizen. Reservieren Sie den Schulungsraum und die erforderliche Ausstattung (z. B. Projektor, Flipchart, Sitzplätze im Kreis).
- Zur Unterstützung der Präsentation verwenden Sie bitte diese zusätzlichen Materialien: [**PPT_F2F_Modul5**](#)

Icebreaker Aktivität

Energizer 1 - Zwei Wahrheiten und ein Wunsch

- Jede:r Teilnehmende teilt zwei Fakten und einen Wunsch für die Zukunft mit.
- Die anderen raten, welcher davon der Wunsch ist.

Dies ermöglicht einen sanften Austausch und zukunftsorientiertes Denken.

Energizer 2 - Speed-Pair-Gespräche

- In wechselnden Paaren beantworten die Teilnehmenden kurz zwei persönliche, aber leichte Fragen (z. B. „Was hat Ihnen diese Woche Energie gegeben?“ und „Was schätzen Sie an anderen Menschen?“).

Fördert den schnellen Aufbau von Beziehungen ohne Druck.

Modul 5 – Plan: Lektion 1

Theoretischer Kontext

Dieses Modul vermittelt grundlegende psychologische Konzepte im Zusammenhang mit **Resilienz**, wobei der Schwerpunkt auf deren Relevanz im Kontext von Geflüchteten liegt.

Zunächst wird Resilienz als die Fähigkeit definiert, sich angesichts von Widrigkeiten positiv anzupassen.

In dieser Lektion werden interne und externe Faktoren untersucht, die Resilienz fördern, wie emotionale Regulierung, soziale Unterstützung und Sinnhaftigkeit. Außerdem werden Hindernisse untersucht, denen Geflüchtete häufig begegnen und die Resilienz hemmen können, wie Traumata, Verlust, Instabilität und systemische Ausgrenzung. Es werden zwei evidenzbasierte psychologische Modelle vorgestellt:

- Das Resilienz-Modell von Angie Hart et al., das stärkenbasierte, ökologische und praktische Ansätze zum Aufbau von Resilienz betont.
- Das Posttraumatische Wachstumsmodell (PTG) von Tedeschi und Calhoun, das die Möglichkeit persönlicher Weiterentwicklung durch widrige Umstände hervorhebt.

Diese Theorien helfen Pädagog:innen und Sozialarbeiter:innen, Resilienz als einen Prozess zu verstehen, der durch individuelle, relationale und systemische Faktoren geprägt ist. Eine detaillierte Beschreibung finden Sie hier: [Handbuch](#)

Modul 5 – Plan: Lektion 1

Aktivität 1: Versteckte Resilienz bei Geflüchteten erkennen und fördern

Dauer 40 Min

Methoden Präsentation

Benötigte Materialien

- Gedrucktes Fallbeispiel Handout (“Nouras Versteckte Stärken”)
- Reflexionsarbeitsblatt
- Flipchart oder Whiteboard und Stifte
- Modul5 PPT Folien über Resilienz und Theorien
- Beamer und Computer
- Papier und Stifte für Notizen

Schritt-für-Schritt Anleitung

- Einleitung & Modulübersicht
- Theoretischer Hintergrund: Verwenden Sie das Lektion Plan 1 Handbuch, um die Lektion zu kontextualisieren.
- Gruppendiskussion:
„Wie äußert sich Resilienz bei Geflüchteten anders als in der allgemeinen Gesellschaft?“

Zusätzliches Material 1

Titel Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. Psychological Inquiry.

Kontext Untersucht, wie Menschen nach einem Trauma Wachstumserfahrungen machen, wobei der Schwerpunkt auf Resilienz und transformativen Veränderungen liegt.

Sinn Bietet eine theoretische und empirische Grundlage für das Verständnis posttraumatischen Wachstums.

Link https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327965pli1501_01

Modul 5 – Plan: Lektion 1

Zusätzliches Material 2

Titel	Boingboing Resilience (YouTube Channel)
Kontext	Behandelt die psychologischen und sozialen Faktoren, die eine Transformation nach widrigen Umständen begünstigen.
Sinn	Bietet einen tieferen Rahmen zum Verständnis, wie soziale Unterstützung, kognitive Veränderungen und Resilienz zum posttraumatischen Wachstum beitragen.
Link	https://www.boingboing.org.uk/

Zusätzliches Material 3

Titel	TEDx Talk: Post-Traumatic Growth – Finding Meaning and Creativity in Adversity
Kontext	Ein TEDx-Vortrag, der anhand von Beispielen aus dem wirklichen Leben und fesselnden Erzählungen das Konzept des posttraumatischen Wachstums untersucht.
Sinn	Bietet eine klare und leicht verständliche visuelle Erklärung des posttraumatischen Wachstums und ergänzt theoretische und akademische Perspektiven durch praktische Einblicke.
Link	https://www.youtube.com/watch?v=q9OTnObqFSQ

Modul 5 – Plan: Lektion 2

Aktivität 2: Forumtheater – Selbstbehauptung von Geflüchteten durch partizipatives Theater

Dauer 30 Min

Methoden Forumtheater (Methode des Theaters der Unterdrückten), Partizipative Performance. Diskussion in kleinen Gruppen, kritische Reflexion

Benötigte Materialien

- Gedruckte **Forumtheater Szene** (basierend auf Hamid vom Sozialamt)
- Rollenkarten für die Teilnehmenden
- Freier Raum mit beweglichen Stühlen (Theateraufbau)
- Flipchart oder Whiteboard für Notizen nach der Aktivität
- Timer oder Glocke für Pausen und Rollenwechsel
- Optional: einfache Requisiten (z. B. Schreibtischschild, Ordner, Schals) für mehr Realismus

Schritt-für-Schritt **Fallbeispiel Präsentation** (20 Min):

Anleitung

Diese Aktivität nutzt die Methode des Forumtheaters, eine partizipative und interaktive Theatertechnik aus Augusto Boals Theater der Unterdrückten. Ein realer oder fiktiver Fall eines Geflüchteten, der Selbstresilienz bewiesen hat, wird dramatisiert. Die Teilnehmenden sind nicht nur Zuschauer:innen, sondern auch „Schauspieler:innen“, die eingreifen, Handlungen vorschlagen und sogar in Rollen schlüpfen können, um verschiedene Ergebnisse und Lösungen zu erkunden. Diese Methode fördert Empathie, kritisches Denken und kollaborative Problemlösung.

Rollen und Interaktion im Forumtheater:

Im Forumtheater erforschen und proben die Teilnehmenden soziale Veränderungen durch Live-Aufführungen. Jede Lektion umfasst in der Regel die folgenden Rollen:

Modul 5 – Plan: Lektion 2

- Protagonist:in – Die Hauptfigur, die mit Widrigkeiten konfrontiert ist, beispielsweise ein Geflüchteter, der systemische oder zwischenmenschliche Herausforderungen bewältigen muss.
- Unterdrücker:in – Figuren, die diskriminierende Kräfte, institutionelle Barrieren oder Konflikte repräsentieren.
- Verbündete/Zuschauer:innen – Personen, die den Protagonisten unterstützen, ignorieren oder behindern können.
- Moderator:in (Joker) – Leitet den Prozess, erklärt die Regeln, fordert zur Intervention auf und sorgt für einen respektvollen und inklusiven Raum.
- Spect-Actors – Zuschauer:innen, die befähigt sind, in das Stück einzutreten, Rollen zu übernehmen, alternative Handlungen vorzuschlagen und verschiedene Strategien zur Überwindung von Hindernissen auszuprobieren.

So funktioniert die Interaktion:

- Es wird eine kurze Szene gezeigt, die eine Herausforderung darstellt (z. B. sich im Asylsystem zurechtfinden, Rassismus ausgesetzt sein, Dienstleistungen verweigert bekommen).
- Die Szene endet ohne Auflösung.
- Die Moderation fordert das Publikum auf, alternative Handlungen vorzuschlagen und zu spielen, die die Hauptfigur stärken könnten.
- Die Zuschauer:innen können das Stück unterbrechen, in jede Rolle schlüpfen (außer in die des Jokers) und ausprobieren, wie eine andere Reaktion zu einem gerechteren oder widerstandsfähigeren Ergebnis führen könnte.

Diese Methode fördert kritisches Nachdenken, Empathie und Empowerment und ist daher besonders wertvoll in der Bildung, Ausbildung und Unterstützung von Geflüchteten.

(Kleine) Gruppendiskussion (10 Min.):

„Welche externen und internen Faktoren haben geholfen?“

„Welche Rolle haben Sozialarbeiter:innen/Pädagog:innen gespielt?“

„Wie können wir das auf unsere Arbeit übertragen?“

Modul 5 – Plan: Lektion 2

Zusätzliches Material 4

Titel	Augusto Boal – Games for Actors and Non-Actors
Kontext	Das grundlegende Handbuch zum Theater der Unterdrückten und zum Forumtheater mit Techniken und Übungen zum partizipativen Theater.
Sinn	Bietet praktische Hilfsmittel zur Förderung des Dialogs, des sozialen Wandels und der kollektiven Problemlösung durch interaktive Theatermethoden.
Link	https://www.amazon.com/Games-Actors-Non-Actors-Augusto-Boal/dp/0415267080

Zusätzliches Material 5

Titel	Theatre of the Oppressed NYC (Organisation)
Kontext	Praktische Anwendungen des partizipativen Theaters in Gemeinden, mit Schwerpunkt auf der Bekämpfung sozialer Unterdrückung und der Förderung von Inklusion.
Sinn	Zeigt anhand von Beispielen aus der Praxis, wie Techniken des Theaters der Unterdrückten marginalisierte Gruppen stärken und Räume für sozialen Dialog und Wandel schaffen.
Link	https://www.tonyc.nyc/

Modul 5 – Plan: Lektion 2

Aktivität 3: Strategien zur Förderung der Selbstbeherrschung

Dauer	40 Min
Methoden	• Kurze Präsentationen, interaktive Gruppendiskussionen, praktische Übungen (Energizing Jar), Selbstreflexion
Benötigte Materialien	• Ausgedruckte Vorlagen für „Energizing Jar“ oder leeres Papier mit Umrissen eines Glases • Farbige Marker oder Stifte (zwei Farben) • Flipchart oder Whiteboard zum Zusammenfassen der Erkenntnisse der Gruppe • Ausgedruckte Handouts mit den Strategien (Autonomie, Sozialkapital, Beseitigung von Hindernissen) • Stifte und Notizblöcke für individuelle Reflexionen
Schritt-für-Schritt Anleitung	Übung „Energieglas“ (Interaktive Zusammenarbeit) Wozu dient die Übung? • Selbstbewusstsein: Macht das Unsichtbare sichtbar. • Prioritäten setzen: Hilft Ihnen, Energielieferanten zu verdoppeln und Energieverbraucher zu reduzieren. • Gesprächsstarter: Eignet sich gut für Coaching, Team-Check-ins oder Therapien. Was Sie benötigen: • Ein durchsichtiges Glas/Papier mit aufgemaltem Glas. • 2 Farben: Farbe 1 = Energiespender (Dinge, die Energie geben); Farbe 2 = Energiefresser (Dinge, die Energie rauben) Was Sie tun müssen • Nehmen Sie sich 5 Minuten und schreiben Sie Aktivitäten, Personen, Orte und Gewohnheiten einer Woche auf. • Beschriften Sie alles mit „Energiespender“ oder „-fresser“. • Schreiben Sie Ihre Energiespender und -fresser in verschiedenen Farben auf und stecken Sie diese ins Glas. • Selbstreflexions-Check-ins • Tägliche Zielsetzung und Selbstanerkennung • Geführte Atem- und Stressbewältigungstechniken

Modul 5 – Plan: Lektion 3

Zusätzliches Material 6

Titel	UNHCR Resettlement Handbuch – 2023
Kontext	Ein umfassender Leitfaden mit praktischen Strategien und Rahmenbedingungen für die Neuansiedlung, Integration und Stärkung von Geflüchteten.
Sinn	Dient als unverzichtbare Materialien zum Verständnis bewährter Verfahren bei der Neuansiedlung von Geflüchteten, zur Förderung der Inklusion und zur Schaffung nachhaltiger Unterstützungssysteme.
Link	https://www.unhcr.org/resettlement-handbook/

Zusätzliches Material 7

Titel	Resilient Therapy (Hart, Blincow, Thomas)
Kontext	Ein praktischer Ansatz zum Aufbau von Resilienz bei Kindern, Familien und Gemeinschaften, der sich auf umsetzbare Strategien und Anwendungen im realen Leben konzentriert.
Sinn	Strukturierter Rahmen zur Förderung der Resilienz, der die Bedeutung von Beziehungen, Gemeinschaft und praktischen Maßnahmen zur Bewältigung von Herausforderungen hervorhebt.
Link	https://www.routledge.com/Resilient-Therapy-Working-with-Children-and-Families/Hart-Blincow-Thomas/p/book/9780415403856?srsId=AfmBOoptEa6refHslwiElvvz70kxRaANnWX2Y01-W7Ho-aqkFKDOO-dU

Modul 5 – Plan: Lektion 3

Zusätzliches Material 8

Titel	TED Talk: The Power of Belonging and Social Connection von Susan Pinker
Kontext	Untersucht die Rolle menschlicher Beziehungen und Zugehörigkeit für die Förderung von Gesundheit, Glück und Resilienz.
Sinn	Hebt den Einfluss sozialer Bindungen auf das Wohlbefinden hervor und verdeutlicht anhand von Forschungsergebnissen und Beispielen aus dem realen Leben die Kraft von Beziehungen.
Link	<u>https://www.unhcr.org/resettlement-handbook/</u>

Selbstorganisiertes Lernen

Zusätzliche Ressourcen

Als Ergänzung zum Präsenzunterricht haben wir Ressourcen zusammengestellt, die Sie unabhängig voneinander erkunden können. Diese Materialien sollen Ihnen helfen, Ihr Verständnis zu vertiefen und auf den in diesem Modul besprochenen Konzepten aufzubauen.

Vorgeschlagene Zeit

Ca. 2 Stunden

Material

Nachstehend finden Sie Links zu externen Dokumenten und Ressourcen. Klicken Sie einfach auf die Links, um auf die Materialien zuzugreifen.

- [Selbstorganisiertes Lernen Modul 1](#)
- [Selbstorganisiertes Lernen Modul 2](#)
- [Selbstorganisiertes Lernen Modul 3](#)
- [Selbstorganisiertes Lernen Modul 4](#)
- [Selbstorganisiertes Lernen Modul 5](#)

Verwendung der Materialien:

- Gehen Sie jedes Dokument in der vorgeschlagenen Reihenfolge durch.
- Machen Sie sich Notizen zu den wichtigsten Punkten und Fragen für die Diskussion in zukünftigen Sitzungen.
- Lösen Sie die in den Ressourcen enthaltenen Reflexionsübungen oder Anwendungsaufgaben.

Quellenverzeichnis – E-Book

Zusätzliche Materialien

(p. 14)

Dummett, S. M. (2001). On immigration and refugees (1st ed.). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780203465516>

(p. 15)

Nayeri, D. (2019). The ungrateful refugee: What immigrants never tell you. Canongate Books.

(p. 19)

Bergmann, G. (2006). The seven human needs: A practical guide to finding harmony and balance in everyday life. Booksurge Publishing.

(p. 24)

Dunbar, R. (2021). Friends: Understanding the power of our most important relationships. Little, Brown.

(p. 32)

International Organization for Migration. (2024). Socio-economic inclusion: IOM regional Ukraine response [Relatório]. IOM Regional Office for the European Economic Area, the European Union and NATO. (PDF available poland.iom.int)

(p. 33)

Schneider, J., & Crul, M. (Eds.). (2013). European Network for Educational Support Projects (ENESP): Mentoring. verikom & partners.

(p. 38)

International Organization for Migration. (2021). Guidelines for piloting mentorship schemes [Guidelines]. IOM Regional Office for the European Economic Area, the European Union and NATO.

(p. 42)

International Rescue Committee. (2023, 26 março). 11 myths and misconceptions about refugees, debunked. International Rescue Committee UK.
<https://www.rescue.org>

Quellenverzeichnis – E-Book

(p. 42)

Council of Europe. (2023). Integration of migrants and refugees: Benefits for all parties involved [Issue paper]. Council of Europe. <https://rm.coe.int/integration-of-migrants-and-refugees-benefits-for-all-parties-involved/1680aa9038>

(p. 49)

Van der Kolk, B. A. (2015). The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma. Viking.

(p. 61)

Yousafzai, M. (2019). We are displaced: My journey and stories from refugee girls around the world. Little, Brown Books for Young Readers.

(p. 70)

United Nations High Commissioner for Refugees. (2023). Promoting welcoming and inclusive societies (Welcome and Inclusive Societies Handbook). UNHCR. <https://www.unhcr.org/handbooks/ih/welcoming-inclusive-societies/promoting-welcoming-and-inclusive-societies>

(p. 75)

Boal, A. (1985). Theatre of the oppressed (C. A. McBride & M.-O. L. McBride, Trans.). Theatre Communications Group.

(p. 83)

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). TARGET ARTICLE: “Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence.” *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

(p. 87)

Boal, A. (2002). Games for actors and non-actors (2nd ed., A. Jackson, Trans.). Routledge.

(p. 89)

United Nations High Commissioner for Refugees. (2011). UNHCR resettlement handbook (Revised edition). UNHCR. <https://www.unhcr.org/resettlement-handbook>

(p. 89)

Hart, A., Blincow, D., & Thomas, H. (2007). Resilient therapy: Working with children and families. Routledge.