

## Einladung für den NURmobil „Teergarten“-Workshop

Liebe Interessenten/-innen,

mit dieser Einladung möchten wir Ihnen noch einmal den Inhalt sowie die Organisation unseres Projektes nahebringen.

Das Projekt „**NURmobil**“ ist ein aufsuchendes Psychoedukationsprogramm. Dieses führen wir einmalig in einer Gruppe mit ca. 5 – 10 Teilnehmenden (Gruppengröße kann jedoch nach Bedarf und Setting variieren) durch und benötigen grob 2,3 bis 3 Stunden hierfür.

Wir möchten in Gemeinschaftsunterkünften mit unserem Workshop für Geflüchtete ein Angebot machen, insbesondere mit zwei Zielen:

- 1) Informationen über das westliche Verständnis von psychischer Gesundheit / Krankheit, Stress, mögliche Symptome und Umgang sowie Bewältigungstechniken**
- 2) Kurze Beschreibung der deutschen Versorgungslandschaft und potentielle Anlaufstellen bei psychischen Schwierigkeiten**

Unser Hauptanliegen besteht darin, Geflüchteten die Möglichkeit zu geben, über sich und ihre Erfahrungen zu sprechen. Hierbei ziehen wir bei Bedarf Dolmetscher/-innen hinzu. Wir möchten diese Veranstaltung so niedrigschwellig wie möglich durchzuführen, weswegen uns ein positives Klima wichtig ist.

### Was wir mitbringen:

Wir sind Psychologen/-innen und bringen somit Fachkompetenz und Erfahrung in der psychologischen Beratung von Geflüchteten mit. Weiterhin nehmen wir die meisten (technischen) Geräte, die wir brauchen, selbst mit. Dies beinhaltet Präsentationen, aber auch Tee, Gebäck und ähnliches. Bei Bedarf organisieren auch wir die Dolmetscher/-innen.

### Womit Sie uns unterstützen können:

Wir versuchen, den Aufwand von Ihrer Seite so gering wie möglich zu halten. Unsere Bitte an Sie besteht darin, sich etwa Zeit für unseren Vorbesuch zu nehmen sowie an dem Workshop-Abend ein paar Tassen und ähnliche Kleinigkeiten bereitzustellen, sowie im Vorfeld die Bewohner/-innen auf unser Angebot aufmerksam zu machen und uns rückmelden, wer kommen möchte.

### Was wir machen und was für Sie entlastend sein kann:

Wir werden mit den Anwesenden einen Abend gestalten, der sehr intensiv wird, aber unserer Erfahrung nach eine Entlastung darstellen wird. Wir möchten einen Raum geben, über problematische Situationen zu sprechen, was Ihre alltägliche Arbeit entlasten könnte. Dies versuchen wir zu vermitteln mit ressourcenorientiertem Vorgehen, Normalisierungstechniken und verschiedenen Übungen. Da dieser Workshop kein psychotherapeutisches Angebot im engeren Sinne darstellen kann und ein einmaliges Angebot leider nur an Oberflächen kratzen kann, möchten wir auch versuchen, mit Ihnen und den Regelversorgungsdiensten in Kontakt zu bleiben, um weitere Bedarfe abzuklären und gegebenenfalls zu vermitteln!

Anja Franzen, Patricia Mandimika, Niko Büechl

**NURmobil** ist eine Erweiterung des Projektes [NUR-Neue UfeR](#), ein Angebot des Psychologischen Dienstes für Ausländer.