

Integration gemeinsam gestalten

Ein Gruppenangebot für Geflüchtete und Ehrenamtliche

Von 2019 - 2024 fanden (unterbrochen durch die Coronazeit) kontinuierlich Gruppenangebote für Geflüchtete und Ehrenamtliche statt. Im Rahmen dieser Gruppe wurde gemeinsam über Erfahrungen, Erfolge und erlebte Schwierigkeiten jeweils zu einem bestimmten Thema gesprochen mit dem Ziel, sich im Gespräch gegenseitig zu unterstützen und nach guten Wegen für die weitere Entwicklung zu suchen.

Im Hintergrund war das Ziel dieses Angebotes, durch die Gespräche über emotional relevante Themen die psychosoziale Integration zu fördern, indem Geflüchtete lernten, offen über ihr Erleben der Situation zu sprechen und damit auch psychischen Problemen vorzubeugen und die Ehrenamtlichen zu unterstützen, mehr Verständnis für das Erleben der Geflüchteten und ihrer eigenen Situation als Ehrenamtliche zu haben. Auf diese Weise sollten auch Handlungsansätze für die Integration gefördert werden. Das Angebot fand statt in Kooperation mit der Ehrenamtskoordinatorin Ute Pratsch-Kleber. Die Leitung der Abende erfolgt ehrenamtlich durch Walter Dreser, Diplom-Psychologe und Psychologischer Psychotherapeut, vor seinem Renteneintritt Leiter der Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Caritasverbandes für den Rhein-Erftkreis in Erftstadt. Die Treffen fanden statt im Ev. Gemeindezentrum, 50374 Erftstadt-Lechenich, An der Vogelrute 8.

Hier die Themen der einzelnen Abende:

Donnerstag, 07.11.2019, 19:15 – 20:45 Uhr: Kulturelle Unterschiede zwischen Herkunftsland und Deutschland

Für Menschen, die neu in Deutschland angekommen ist vieles fremd. Manches findet man gut und mag es übernehmen. Manchmal ist man traurig, weil Vertrautes verlorengegangen ist. Wie kann ich damit gut umgehen?

Donnerstag, 05.12.2019, 19:15 – 20:45 Uhr: Bedeutung von Religion im Herkunftsland, in Deutschland und in meinem Leben

Religion kann Hilfe sein, sie kann aber auch Anlass für Konflikte sein. Besonders in neuem Umfeld ist es nicht einfach, seinen eigenen Weg zu finden, weil Religion etwas sehr Persönliches ist. Außerdem hat sie hier in Deutschland vielleicht einen ganz anderen Stellenwert als im Heimatland.

Donnerstag, 09.01.2020, 19:15 – 20:45 Uhr: Umgang mit Enttäuschungen

Sich in einem Land neu einzuleben heißt auch, zu entdecken, dass sich manches nicht erfüllt, was man erhofft hat. Vielleicht wurden auch Erfahrungen von Ablehnung und Fremdenfeindlichkeit gemacht. Auch für Ehrenamtliche ist es manchmal enttäuschend, dass gut gemeinte Hilfe nicht so angenommen wird, wie man es erwartet hatte. Wie kann man hier gute Lösungen finden.

Donnerstag, 06.02.2020, 19:15 – 20:45 Uhr: Die Rolle von Männern und Frauen im Herkunftsland und in Deutschland

In einem neuen Umfeld gibt es nicht selten Herausforderungen, sich damit auseinandersetzen, wie will ich als Frau, als Mann leben. Alte Selbstverständlichkeiten können verloren gehen und es ist nötig, sich bewusst für einen eigenen Weg zu entscheiden.

Donnerstag, 05.03.2020, 19:15 – 20:45 Uhr: Die Erziehung und Bedeutung von Kindern im Herkunftsland und in Deutschland

Wie man selber erzogen wurde und welche Rechte und Pflichten Kinder hier in Deutschland haben, da gibt es manchmal große Unterschiede. Welche Meinung habe ich dazu?

Donnerstag, 08.10.2020, 19:15 – 20:45 Uhr: Corona – Eine belastende Zeit für Geflüchtete und Einheimische

Alle Menschen mussten lernen, mit einer Gefahr umzugehen, indem sie Abstand hielten. Oft war das mit Angst, Sorgen und Unsicherheit verbunden. Was war schwierig? Was hat geholfen? Welche Unterschiede zwischen den Menschen waren zu beobachten?

Donnerstag, 09.09.2022, 19:15 – 20:45 Uhr: Die Bedeutung der Geschichte eines Landes I (Bundesrepublik Deutschland)

Die Geschichte eines Landes hat Einfluss darauf, was Menschen wichtig ist, worauf sie stolz sind und was sie nicht mögen. Auch wenn sie schon lange zurückliegt, so ist die Zeit des Nationalsozialismus und des 2. Weltkrieges (1933 – 1945) immer noch von großer Bedeutung für die Menschen in der Bundesrepublik Deutschland. Das Gespräch soll helfen, diese Bedeutung zu verstehen.

Donnerstag, 07.10.2021, 19:15 – 20:45 Uhr: Die Bedeutung der Geschichte eines Landes II am Beispiel eines Herkunftslandes der Flüchtlinge

Am Beispiel eines Herkunftslandes, das beim Termin am 05.11. gemeinsam ausgewählt wird, soll besprochen werden, welche Bedeutung die Geschichte dieses Landes für die Menschen in der Heimat und hier hat.

Donnerstag, 04.11.2021, 19:15 – 20:45 Uhr: Vorurteile – Wie sie entstehen und wie man damit umgehen kann?

Vorurteile (= ungeprüfte, oft negative Meinungen über andere Menschen) gibt es überall. Es ist schwierig damit umzugehen, wenn man selber betroffen ist. Welche Vorurteile sind im Alltag zu beobachten und wie kann man damit umgehen?

Donnerstag, 02.12.2021, 19:15 – 20:45 Uhr: Die Beziehung zu den anderen Geflüchteten aus dem eigenen Herkunftsland

Mit Menschen, die aus dem gleichen Land kommen, wie man selber, fühlt man sich oft stärker verbunden und die gemeinsame Sprache erleichtert das Miteinander. Doch auch da gibt es Meinungsverschiedenheiten, z.B. weil die Situation hier oder im Heimatland unterschiedlich erlebt wird. Welche Erfahrungen machen Sie? Wie kann Unterstützung gelingen?

Donnerstag, 13.01.2022, 19:15 – 20:45 Uhr: Ehrenamtliches Engagement für die Gemeinschaft

Viele Menschen setzen sich ohne Bezahlung für Aufgaben ein, die das Miteinander verbessern und Einzelnen bei ihrer Entwicklung helfen sollen. Wir wollen miteinander darüber sprechen, was solche Menschen bewegt und welche Ziele sie haben.

Donnerstag, 09.06.2022, 19:15 – 20:45 Uhr: Gewalt gegen Frauen

Gewalt gegen Frauen ist weltweit ein Problem. Wir werden darüber sprechen, was Ursachen dafür sein können. Vor allem wird es darum gehen, wie Schutz vor solcher Gewalt möglich ist, was Einzelne zum eigenen Schutz tun können, aber auch was in einer Gemeinschaft hilfreich ist, um Gewalt vorzubeugen?

Donnerstag, 01.09.2021, 19:15 – 20:45 Uhr: Der Weg in die Arbeit

Regelungen und Bürokratie können den Einstieg in die Arbeit erschweren. Aber auch herauszufinden, welche Arbeit den eigenen Fähigkeiten entspricht und mit der bisherigen Ausbildung möglich ist, ist nicht einfach. Was kann dabei helfen, wie komme ich an gute Informationen? Welche Schwierigkeiten können im Arbeitsleben auftauchen und was hilft dabei? Mit diesen Fragen wollen wir uns an diesem Abend beschäftigen.

Donnerstag, 03.11.2022, 19:15 – 20:45 Uhr: Was habe ich als Fortschritt erlebt?

Der eigene Weg in einem fremden Land ist oft schwierig und manchmal kann das Gefühl auftauchen, es geht nicht voran. Was kann in solchen Situationen Mut machen? Wie kann ich selber den Blick darauf lenken, die eigenen kleinen Schritte nach vorne zu sehen und mich dafür anzuerkennen? Mit wem kann ich sprechen, um Auswege zu finden?

Donnerstag, 01.12.2022, 19:15 – 20:45 Uhr: Offenes Thema

Im Laufe der Abende werden meist neue Fragen deutlich und an diesem Abend soll Gelegenheit sein, solche Fragen aufzugreifen.

Donnerstag, 12.01.2023, 19:15 – 20:45 Uhr: Wessen Meinung ist wichtiger?

Kulturen unterscheiden sich darin, wie wichtig die Meinungen der anderen Menschen sind. Was mache ich, wenn stärker meine eigene Meinung gefragt ist, ich aber gewohnt bin, mich nach den Anderen zu orientieren? Wie kann ich einen guten Weg finden, das zu schätzen, was ich gelernt habe, und trotzdem Neues auszuprobieren?

Donnerstag, 09.02.2023, 19:15 – 20:45 Uhr: Kontakte zu Einheimischen

Für die Integration in einem Land und für das Lernen der einheimischen Sprache ist wichtig und hilfreich, genügend Kontakte zu Einheimischen zu haben. Dies gilt für Kinder genauso wie für Erwachsene. Wie kann das gelingen? Was sollte man berücksichtigen? Welche Schwierigkeiten können auftreten? Was kann man bei Problemen tun?

Donnerstag, 02.03.2023, 19:15 – 20:45 Uhr: Unterschiede zwischen den Generationen

Wenn Eltern und Kinder in unterschiedlichen Kulturen groß werden oder geworden sind, ist das nicht immer einfach. Es gibt unterschiedliche Selbstverständlichkeiten. Eltern machen sich manchmal Sorgen, ihre Kinder passen sich zu sehr an die andere Kultur an, Kinder dagegen fühlen sich nicht selten eingeengt. Wie lassen sich solche Konflikte lösen?

Auch im Kontakt mit Eltern im Heimatland werden nicht selten unterschiedliche Meinungen deutlich, was ein angemessenes Verhalten ist. Wie kann hier ein guter Weg gefunden werden?

Donnerstag, 04.05.2023, 19:15 – 20:45 Uhr: Zwischen Neugier und „Kulturschock“

Erfahrungen in der neuen „Heimat“ können verunsichernd sein. Manche sprechen sogar von einem „Kulturschock“. Solche Herausforderungen können entmutigen und auch Rückzug bewirken. Sie können aber auch neugierig machen, Ansporn sein, diese Schwierigkeiten zu bewältigen. Was hilft dabei und wie kann ich mich selber unterstützen, wenn Ängste es mir schwer machen?

Donnerstag, 01.06.2023, 19:15 – 20:45 Uhr: Alte Heimat, neue Heimat?

Vieles im Herkunftsland ist einem noch sehr vertraut, an manches denkt man gern zurück, anderes war belastend. Auch in der neuen Umgebung hier in Deutschland gibt es widersprüchliche Erfahrungen. Was will ich beibehalten? Was will ich hier anders machen. Wie kann ich einen guten Weg finden, der zum mir ganz persönlich passt und mich hier zufrieden sein lässt. Diese Fragen sollen an diesem Abend besprochen werden.

Donnerstag, 11.04.2024 19:15 – 20:45 Uhr: Geschichten, die ich erzählen will

Alle Menschen kennen Geschichten, die ihnen so wertvoll sind, dass sie diese anderen Menschen, in der Familie, den Kindern, im Bekanntenkreis erzählen wollen. Geschichten, die man selber erlebt hat oder die man gehört hat. Sie sind wertvoll, weil sie etwas von dem vermitteln, was Bestand haben soll, oder sie dienen dazu, deutlich machen, was man gerade nicht mehr erleben möchte. An dem Abend geht es um den Austausch zu solchen Geschichten und die Frage, wie man sie gut erzählen kann.

Donnerstag, 02.05.2024 19:15 – 20:45 Uhr: Was wünsche ich mir für die nächste Generation? Neben der Bewältigung zahlreicher Alltagsprobleme kann immer wieder auch die Frage auftauchen, wie soll es meinen Kindern und überhaupt der nächsten Generation gehen, die schon hier geboren ist oder viel Zeit ihrer Kindheit und Jugend hier verbracht hat. Was kann ich tun, dass sie gut ihren Weg in der „neuen Heimat“ finden, aber wie kann ich auch vermitteln, dass sie wertschätzen, was ich/wir aus unserem Herkunftsland an Wertvollem mitgebracht haben? Wie können wir gemeinsam in der Familie und mit Freunden und Bekannten darüber sprechen. Wie gehen wir mit Konflikten um, die sich dabei ergeben. Um diese Fragen wird es an dem Abend gehen.

Donnerstag, 04.07.2024 19:15 – 20:45 Uhr: „Die aktuelle politische Diskussion zu Migrationsfragen und ihre Bedeutung für das Anliegen der Integration“

Auch die aktuelle Wahl zum Europaparlament hat gezeigt, dass sich die Stimmung zu Fragen der Migration verändert hat. An dem Abend soll es darum gehen, wie wir selber das erleben. Welche Auswirkungen hat dies auf uns und die Gespräche untereinander? Wie können wir gut reagieren?

Donnerstag, 05.09.2024 19:15 – 20:45 Uhr: „Antworten auf fremdenfeindliche Äußerungen“

In der öffentlichen Diskussion haben die Kritik an Migranten und fremdenfeindliche Äußerungen zugenommen. Dies stellt Menschen, die sich diesem Bereich engagieren vor die Frage, wie sie in solchen Situationen reagieren wollen. Auch Migrantinnen und Migranten sind davon betroffen. An dem Abend soll es darum gehen, wie man sich hier selber stärken kann, was gute Argumente sein können und was hilft, sich gut zu entscheiden, ob man überhaupt reagiert oder nicht.

Donnerstag, 10.10.2024 19:15 – 20:45 Uhr: „Wut ist ein Geschenk“ So lautet der Titel eines Buches von Anrun Gandhi, einem Enkel von Mahatma Gandhi. Wut kann helfen, Widerstand zu leisten, aber sie kann auch zu Überreaktionen und Hass führen. An dem Abend soll es darum gehen, was hilfreich sein kann, hier einen angemessenen Umgang mit den eigenen Gefühlen zu finden und gewaltfreie konstruktive Lösungen anzustreben.

Donnerstag, 07.11.2024 19:15 – 20:45 Uhr: „Ehrenamt in der Flüchtlingshilfe im Gespräch“ In Zeiten veränderter öffentlicher Stimmung zur Willkommenskultur führt auch das Engagement in diesem Bereich zu Diskussionen. An diesem Abend soll es darum gehen, sich mit der Wahrnehmung des Engagements durch Geflüchtete und durch Einheimische zu beschäftigen und Sicherheit zu entwickeln, den eigenen Standpunkt gut zum Ausdruck bringen zu können.