



Psychosozialer Support für Geflüchtete  
Soutien Psychosocial aux Réfugiés  
Psychosocial Support for Refugees

## **Projekt ComPaxion**

# **Psychosoziales Counseling für Geflüchtete in der eigenen Sprache**

## **Fachtagung Fachverband Sucht**



Tawfiq Hamidi Counselor, Esther Oester Geschäftsleiterin  
[www.paxion.ch](http://www.paxion.ch)

2. Dezember 2025

# Was ist ComPaxion?



**Ziel:** ComPaxion stärkt die psychische Gesundheit von Menschen mit Flucht- oder Migrationshintergrund; es vermindert Stress und hilft, Alltagsprobleme besser zu bewältigen

## **Umsetzung:**

Psychosoziale Beratungen durch professionelle Counselors mit eigenem Flucht- oder Migrationshintergrund

Die Beratung folgt der Methodik Value Based Counseling VBC und hilft in belastenden Lebensumständen

Die Counselors sind angestellt bei Paxion und werden in Supervision begleitet von Ipso - International Psychosocial Organisation

# Ausgangslage



- 40 % – 80 % der Asylsuchenden sind psychisch belastet, davon leiden 50 % – 60 % an einer Traumafolgestörung (Quelle BAG)
- Grosse Versorgungslücke in der psychischen Gesundheit
- **Gründe für psychische Belastung bei Geflüchteten:** Gewalterfahrungen im Ursprungsland, auf der Flucht, Belastungen in der Schweiz
- **Nicht alle sind krank, aber viele sind durch die Erfahrungen/ Lebensumstände beeinträchtigt, ihnen hilft das Counseling**
- Zugangshürden bei Klient:innen: Angst vor Stigmatisierung und Vorurteile, fehlendes Vertrauen und Unsicherheit

# Counselor:innen



**Weiterbildung:** Ein Jahr (Beratungsmethodik, Selbsterfahrung, Praktikum)

**Voraussetzung:** Berufliche Qualifikation Sozial- oder Gesundheitsbereich

**Wöchentliche Supervision:**  
Einzel oder Gruppe



**Team Paxion heute:** 10 Counselor:innen (Teilzeit)

**Sprachen:** Dari, Farsi, Paschtu, Usbekisch, Kurdisch-Kurmanji, Arabisch, Türkisch, Ukrainisch, Russisch

**Beratungsstellen in Aarau und in Zug, Pilotberatung in Nidwalden**



**Psychodynamischer strukturierter Gesprächsansatz in 7 Schritten; international erprobt, ressourcenorientiert und auf Augenhöhe**

**3-8 Einzelgespräche à 50 Minuten**

1. Symptome, innere Situation verstehen (Gedanken, Gefühle)
2. Analyse der psychosozialen Stressoren im ursächlichen Zusammenhang mit Symptomen
3. Psychoedukation
4. Entwicklung Hauptbeschwerde mit grösstem Einfluss auf die Alltagsfunktionalität

# Value Based Counseling VBC®



5. Entwickeln Lösungsansatz vereinbar mit den persönlichen und kulturellen Werten der Klient:in
6. Triage, individuelle psychosoziale Intervention wie z.B. Trauerarbeit, Konfliktlösungsansätze, Trauma-Guideline
7. Verankerung , Zusammenfassung, Ausblick

**Wirkung:      Stabilisierung und Symptomreduktion, Wiedererlangen von Alltagstauglichkeit und Selbstwirksamkeit**

# ComPaxion hilft



- bei Sorgen, ständiger Erschöpfung oder sozialem Rückzug
- Schlaf- oder Konzentrationsproblemen
- Nervosität, Gereiztheit oder Niedergeschlagenheit
- wenn Orientierung und Stabilität im Alltag fehlen
- bei körperlichen Beschwerden ohne klare medizinische Ursache
- wenn nach einem vertraulichen Unterstützungsangebot in der eigenen Sprache gesucht wird



# Für wen?



- Personen ab 16 Jahren, die (Asyl-) Sozialhilfe beziehen (inkl. Schutz-status S)
- Kantone: Aargau, Zug, Nidwalden
- Finanzierung mittels SiL (Situationsbedingte Leistungen, Sozialbudget) - Kostengutsprachen durch fallführende Stellen der (Asyl-) Sozialhilfe





# Anmeldung



Download des Anmeldeformulars unter [www.paxion.ch](http://www.paxion.ch)

## **Kanton Aargau:**

Anmeldeformular an [beratung@paxion.ch](mailto:beratung@paxion.ch) (möglichst verschlüsselt)

## **Kantone Zug und Nidwalden:**

über die jeweilige Fachperson der Sozialen Dienste Asyl

# Ohne Alkohol ist alles leer



- 18-jähriger junger Mann aus Afghanistan
- Seit zwei Jahren in einer (KU) Kollektivunterkunft in der Schweiz
- Mit 13 Jahren während rd. 5 Jahren alleine Richtung Europa unterwegs wegen der extremen Armut seiner Familie
- Arbeit auf Baustellen usw. in der Türkei und Griechenland, trotzdem wurde seine kleine Schwester «verkauft»
- Unter diesem grossen Druck begann er Alkohol und Marihuana zu konsumieren, um die innere Unruhe zu beruhigen



# Ich trinke, um nichts mehr zu fühlen



## **Vor dem Counseling:**

Regelmässiger Konsum von Alkohol und Marihuana.  
Gefühle von Einsamkeit, Traurigkeit, Orientierungslosigkeit,  
schwere Konzentrations- und Lernschwierigkeiten, Müdigkeit,  
Motivationsverlust, wenig Selbstwertgefühl und Vergesslichkeit.

**Wenn man das von Aussen betrachtet, könnte man denken, er  
ist abhängig vom Alkohol.**

## **Doch VBC stellt andere Fragen:**

- Wovor versucht dieser junge Mensch zu fliehen?
- Was macht sein Leben so Leer?
- Was will er nicht mehr fühlen?



# Innerer Konflikt - Neuorientierung



- Verstanden werden durch Counselor aus dem gleichen Kontext
- Wertearbeit: „Was gibt meinem Leben Sinn?“
- Gemeinsam Wege suchen, wie ohne Alkohol leben
- Erkenntnis: Konsum als kurzfristige Bewältigungsstrategie gegenüber Schmerz und Sinnlosigkeit im Konflikt mit seiner Selbstachtung
- Er kann die innere Spannung auflösen und sein Verhalten ändern



# Nach dem Counseling



- Konsum deutlich reduziert
- Nicht mehr traurig, sportlich aktiv
- Bessere Leistungen in der Schule
- Wunsch nach Automechanikerlehre, Schnupperlehre

**Wenn wir mit geflüchteten Menschen arbeiten, die mit Abhängigkeit und Trauma kämpfen, sollten wir uns weniger fragen: Wie können wir sie verändern? Sondern vielmehr: Wie können wir ihnen helfen, wieder mit ihren eigenen Werten und Ressourcen in Kontakt zu kommen.**

# Danke für die Aufmerksamkeit



[www.paxion.ch](http://www.paxion.ch)

Einblick in unsere Arbeit: [Video](#) auf YouTube 6'  
[Paxion - Psychosozialer Support für Geflüchtete](#)