



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.pexion.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-Kurmançî, 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

Kanton Aargau:

Anmeldeformular an 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



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