

**Online-Seminare Ukraine-Hilfe
für ehrenamtliche und hauptberufliche
Mitarbeitende**

Evangelisch-Lutherische
Kirche in Bayern



Montags, 18.00 – 19.00 Uhr Online-Sprechstunde

Montags, und Donnerstags, 19.00 – 21.00 Uhr Online Schulung

<https://us02web.zoom.us/j/86274241798?pwd=U1ViSE04cGVGTXUyWXNCMysxYjZTZz09>

Referentin: Karina Tiutiunyk, Theologisch-Pädagogische Mitarbeiterin, Projektstelle der Evang.-Luth. Kirche in Bayern in Kooperation mit dem CVJM Bayern & evtl. weitere Referent/innen

Kontakt: karina.tiutiunyk@elkb.de

<https://www.interkulturell-evangelisch.de/ukrainisch>

Montag, 20.06.2022, 19.00 – 21.00 Uhr

„Erste Hilfe: Was wichtig ist zu wissen, wenn du ukrainischen Geflüchteten hilfst.“ (Wiederholung wegen großer Nachfrage)

- Kontaktaufnahme: Was ist wichtig für die Kommunikation? (Begrüßungen, Tabus, Kommunikationsbesonderheiten)
- „Minenfeld“ russisch-ukrainisch
- Kulturunterschiede mit Neugierde und Humor begegnen
- Zusammen wohnen: Was Ukrainer und Deutschen voneinander wissen müssen
- Hilfe anbieten – Hilfe nehmen: Einstellungen in Deutschland und in der Ukraine vergleichen.
- Wie ermögliche ich es einer ukrainischen Familie, Hilfe anzunehmen, ohne dass sie sich dabei unwohl fühlen?
- Wie geht es dir? Sensibler Umgang mit ukrainischen Geflüchteten im Alltag

Donnerstag, 23.06.2022, 19.00 – 21.00 Uhr

Helfer*in sein und Helfer*in werden: Von dem Umgang mit Grenzen, Frustration und Enttäuschung

- Welche Grenzen sind für uns als Helfer*in notwendigerweise zu setzen?
 - Wie kommuniziere ich meine Grenzen?
 - Wie gehe ich damit um, wenn meine Grenzen übertreten sind?
 - Quellen der Frustration und Spannungen erkennen und sie besser verstehen
 - Eigene Rolle als Helfer*in reflektieren und neu denken
 - Mit wem und womit muss ich mich versöhnen, wenn ich Menschen auf Dauer helfen möchte?
-

Montag, 27.06.2022, 19.00 – 21.00 Uhr

Gemeinsam leben: Stabilisieren und Wohlbefinden verbessern

(Wiederholung wegen großer Nachfrage)

- Was treibt in den Zustand der Hilfslosigkeit?
 - Wo lohnt es sich anzusetzen, um aus der Hilfslosigkeit rauszukommen? (Körper, Seele, Geist)
 - Tipps und Austausch: Was kann ich tun, um meinem Gegenüber zu helfen, in Deutschland anzukommen und stabiler zu werden?
 - Von der Kraft des Selbstmitgefühls
 - Unterschwellige Techniken der Stressregulation
 - Wie einige Kulturbesonderheiten der Entspannung und der Stressregulation stören und was man dagegen tun kann.
 - Selbst als Helfer stabil und gelassen (sein) werden
-

Donnerstag, 30.06.2022, 19.00 – 21.00 Uhr

Kulturunterschiede wahrnehmen und besser verstehen. Teil 1

- Von der Hermeneutik des Fremden (Theo Sundermeier) und Gewaltfreier Kommunikation (M. Rosenberg) lernen
 - Zwischen deutscher und ukrainischer Kultur: einige Missverständnisse und Enttäuschungen und Umgang damit (Situationen 1-4)
 - Was ist die Kultur Jesu Christi?
 - Wie finde ich neue Hoffnung und Kraft für weitere Beziehung und Kommunikation?
 - Wie schützt man das eigene Herz vor Missverständnissen und Enttäuschungen, die unbedingt und berechtigt in der Zukunft vorkommen werden?
 - Tipps und Austausch
-

Montag, 4.07.2022, 19.00 – 21.00 Uhr

Wie fühlt es sich als Migrant/in an, in Deutschland zu sein?

Impulse und Talkrunde mit einigen Migrant/innen, die sich über ihre erste Zeit in Deutschland austauschen (Wiederholung wegen großer Nachfrage)

- Von der Identitäts- und Weltbildkrise bis zum Streit wegen Türen und Wasserhähnen
 - Sensibilisierung, wie es geflüchteten Ukrainer/innen im Alltag geht und welche Selbstverständlichkeiten für sie zu unerwarteten Herausforderungen werden
 - Was könnten wohltuende und geistliche Angebote sein, die Geflüchteten guttun könnten? Worauf sollten wir achten?
-

Donnerstag, 7.07.2022, 19.00 – 21.00 Uhr

Seelsorge für ukrainische Geflüchtete, Teil 1

- Seelsorge trotz Sprachbarriere: Wie kann ich für eine ukrainische Familie da sein, wenn wir keine gemeinsame Sprache sprechen?
- Von der Kraft der nonverbalen Kommunikation
- Psychoedukation und Yandex-Übersetzer als Hilfe
- Ermutigung neu definieren: Was ist Verhalten und Worte der Ermutigung?

- Mein Christ-Sein in der Seelsorge: Zwischen nicht zu nahe treten zu wollen und eigene christliche Identität als Helfer*in leben zu dürfen
 - Tipps und Austausch
-

Montag, 11.07.2022, 19.00 – 21.00 Uhr

Helfer*in sein und Helfer*in werden: Vom Umgang mit Erwartungen und Enttäuschung

- Erwartungen als Quelle von Frustration und Spannungen
 - Erwartungen wahrnehmen, würdigen und hinterfragen
 - Wie kommuniziere ich meine Erwartungen?
 - Biblischer Blick auf Erwartungen und Hilfsangeboten
 - Eigene Rolle als Helfer*in reflektieren und neu denken
 - Mit wem und womit sollte ich mich versöhnen, wenn ich Menschen auf Dauer helfen möchte?
-

Donnerstag, 14.07.2022, 19.00 – 21.00 Uhr

Kulturunterschiede wahrnehmen und besser verstehen. Teil 2

- Von der Hermeneutik des Fremden (Theo Sundermeier) und Gewaltfreier Kommunikation (M. Rosenberg) lernen
 - Zwischen deutscher und ukrainischer Kultur: einige Missverständnisse und Enttäuschungen und Umgang damit (Situationen 5-9)
 - Fortsetzung: Was ist die Kultur Jesu Christi? Grenzen setzen und Grenzen erweitern
 - Wie finde ich neue Hoffnung und Kraft für weitere Beziehung und Kommunikation?
 - Wie schützt man das eigene Herz vor Missverständnissen und Enttäuschungen, die unbedingt und berechtigt in der Zukunft vorkommen werden?
 - Tipps und Austausch
-

Montag, 18.07.2022, 19.00-21.00 Uhr

Seelsorge für ukrainische Geflüchtete. Teil 2

- Fortsetzung: Seelsorge trotz Sprachbarriere: Wie kann ich für eine ukrainische Familie da sein, wenn wir keine gemeinsame Sprache sprechen?
- Fortsetzung: Von der Kraft der nonverbalen Kommunikation
- Gute Anliegen und ihre Wirkung
- Im Gespräch mit ukrainischen Geflüchteten bleiben (Yandex-Übersetzer als Hilfe)
- Fortsetzung: Mein Christ-Sein in der Seelsorge: Zwischen nicht zu nahe treten zu wollen und eigene christliche Identität als Helfer*in leben zu dürfen
- Tipps und Austausch

<https://us02web.zoom.us/j/86274241798?pwd=U1ViSE04cGVGTXUyWXNCMysxYjZTZz09>