

## AUFWIND

Trauma- und Sozialberatung für junge Zugewanderte

## KONTAKT

### EINRICHTUNGSLEITERIN UND TRAUMABERATERIN



**Linda Bruchholz**  
linda.bruchholz@kja.de  
Mob.: 0176 19213537

### TRAUMA- UND SOZIALBERATERIN



**Michelle Mayamba**  
michelle.mayamba@kja.de  
Mob.: 0176 19213538

### TRAUMABERATERIN



**Clara Pfändner**  
clara.pfaendner@kja.de  
Mob.: 0176 19213539

## AUFWIND

### WIRD GEFÖRDERT VON:

Kämpgen-Stiftung



Balthasar Delhaes-Stiftung

Erzbistum  
Köln



Stiftung  
Kölner Opferhilfe



## ADRESSE

An Zint Jan 1  
50678 Köln

Tel.: 0221 921335-83  
Mail: aufwind-koeln@kja.de

[www.aufwind-koeln.de](http://www.aufwind-koeln.de)

KVB-Haltestelle  
Severinstraße  
Linien 3,4, 17, 106, 132



### TRÄGERIN DER EINRICHTUNG

**KJA Köln**

**An St. Katharinen 5  
50678 Köln**

Gemäß unserem kirchlichen Auftrag ergreifen wir Partei für junge Menschen, mischen uns ein und nehmen Einfluss auf ihre Lebensbedingungen – getreu unserem Motto: „Gutes verlässlich tun“.

### WIR SIND EIN STARKER ARBEITGEBER

Mit 650 Mitarbeitenden in 90 Einrichtungen und Projekten sind wir ein großer Arbeitgeber in den Bereichen Sozialpädagogik, Sozialarbeit und Erziehung. Unsere engagierten Mitarbeitenden machen sich stark für Kinder und Jugendliche. Wir suchen fortwährend Fachkräfte, die ihren Job mit Herzblut machen und die teamorientiert sind.

**Jungen Menschen Mut zu machen und ihnen zu zeigen,  
wie sie stark werden, ist unser Ziel.**

Jetzt bewerben unter  
[www.starkestellen.de](http://www.starkestellen.de)



# Aufwind

Trauma- und Sozialberatung  
für junge Zugewanderte



**AUFWIND**  
BERATUNGSSTELLE

## AUFWIND

### Trauma- und Sozialberatung für junge Zugewanderte

*Aufwind* ist eine Beratungsstelle für junge Menschen zwischen 12 und 27 Jahren, die unter den Folgen von stark belastenden Erfahrungen leiden. Das können Erlebnisse im Herkunftsland, auf der Flucht oder in Deutschland sein. Viele haben nahestehende Menschen verloren oder zwischenmenschliche Gewalt erlebt. Besonders Mädchen und junge Frauen sind oft Überlebende sexualisierter Gewalt. Viele junge Geflüchtete leiden so stark an den Folgen der Erlebnisse, dass es ihnen nicht oder nur sehr eingeschränkt möglich ist, sich auf die aktuelle Situation einzustellen, insbesondere auf die Integration in die Aufnahmegesellschaft.

Wir geben *Aufwind*. Wir unterstützen junge Menschen in Köln und im Rhein-Erft-Kreis, unabhängig von ihrer Herkunft, ihrer Religion oder ihrem Aufenthaltsstatus. Unser Ziel ist es, junge Zugewanderte so zu stärken, dass sie ihren Alltag (wieder) meistern und die Möglichkeiten zur Integration erfolgreicher nutzen können – was sich in aller Regel wiederum positiv auf das seelische Befinden auswirkt.

*Aufwind* kombiniert zwei essenzielle Unterstützungselemente: Die traumapsychologische Fachberatung und die auf Integration spezialisierte Sozialberatung. Die beiden beteiligten Berater\*innen stimmen ihre Eindrücke und Interventionen engmaschig aufeinander ab, sodass eine passgenaue und umfassende Hilfe angeboten werden kann.

Wir beraten und begleiten jeden jungen Menschen individuell – solidarisch, mit Mitgefühl und auf Augenhöhe. Denn gerade für Menschen, die zwischenmenschliche Gewalt erlebt haben, ist eine wertschätzende und verlässliche Beziehung zum\*zur Berater\*in besonders wichtig.

Unterstützt werden unsere drei festen Mitarbeiterinnen von mehreren freiberuflichen Traumaberater\*innen, darunter auch Muttersprachler\*innen verschiedener Sprachen.



**Sowohl die Beratungen als auch die Kleingruppen werden bei Bedarf dolmetschergestützt angeboten.**

**Unsere Berater\*innen behandeln alle Themen vertraulich und unterliegen der Schweigepflicht.**

**Auf Wunsch kann die Beratung auch anonym erfolgen.**

## UNSERE ANGEBOTE

### Traumaberatung

- ▶ Begleitung des natürlichen Verlaufprozesses der Traumaverarbeitung
- ▶ Stabilisierung und Mobilisierung von Selbstheilungskräften
- ▶ Psychoedukation zu Trauma, möglichen Traumafolgen und Bewältigungswegen
- ▶ Unterstützung im Umgang mit Symptomen wie Depressionen, Ängsten, Schlafstörungen, flash-backs

### Sozialberatung

- ▶ Beratung bei alltäglichen, persönlichen und insbesondere einwanderungsbedingten Schwierigkeiten
- ▶ Unterstützung beim Umgang mit Ämtern und Institutionen
- ▶ Vermittlung in Sprachkurse und Begleitung der Schul-, Ausbildungs- und Berufsfindung

### Kleingruppen

Neben den individuellen Beratungen bieten wir Gruppen zu folgenden Themen an:

- ▶ Psychoedukative Kleingruppe für junge Menschen mit Traumaerfahrungen und missbräuchlichem Konsumverhalten/Verhaltenssüchten
- ▶ *Romeo sucht Julia bzw. Julia sucht Romeo*: geschlechtergetrennte Gesprächsgruppe zu Themen wie Flirten, Partner\*innensuche, Erwartungen an mich als Frau/Mann/diverse Person