



Für Helfer:innen

Was Sie für Menschen mit Fluchterfahrung tun können

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Die Flüchtlingsambulanz wird gefördert von



Hamburg | Sozialbehörde



Children for Tomorrow



Areej Zindler

Dr. Areej Zindler

Ärztliche Leiterin

Verlässlichkeit und Struktur schaffen

Wer geflüchtete Kinder und Jugendliche sowie deren Angehörige begleiten möchte, sollte sich über das persönliche Leistungsvermögen im Klaren sein. Wie viel Zeit kann ich investieren? Wo sind meine Grenzen? Welche Angebote kann ich verbindlich zusagen und aufrecht erhalten? Diese Fragen müssen vorab beantwortet werden.

Wer sich dann dafür entscheidet, geflüchtete Familien etwa aus der Ukraine, die in Hamburg angekommen sind, (ehrenamtlich) zu unterstützen, findet bei uns in der Flüchtlingsambulanz des UKE entsprechende Hilfsangebote. Erste Empfehlungen für den Umgang mit diesen Menschen, die eine Fluchterfahrung haben und Opfer von Gewalt und Krieg geworden sind, haben wir Ihnen in diesem Flyer zusammengestellt. Für weitere Angebote sprechen Sie uns gern persönlich an.

Wir bleiben. In Bewegung.

Über uns

Seit 1998 bieten wir ambulante psychiatrisch-psychotherapeutische und psychosoziale Versorgung für geflüchtete Kinder und Jugendliche und deren Angehörige in Hamburg an. Ein Schwerpunkt unserer Arbeit liegt in der Behandlung von Traumafolgestörungen und damit verbundenen Symptomen wie Ängsten, Schlafstörungen und Depressionen. Ein interdisziplinäres und multikulturelles Team hat es sich zur Aufgabe gemacht, den seelischen Wiederaufbau dieser Kinder zu fördern. Zu den Berufsgruppen zählen Ärzt:innen, Psycholog:innen, Psychotherapeut:innen, Kunsttherapeut:innen, Pädagog:innen, Sozialpädagog:innen, Familientherapeut:innen sowie Sprachvermittler:innen.

Wir bleiben. In Bewegung.

Koordination psychosozialer Versorgung

Seit 2022 koordiniert die Flüchtlingsambulanz die psychosoziale Versorgung von geflüchteten Kindern, Jugendlichen und deren Angehörigen aus der Ukraine, die in Hamburg angekommen sind. In Einzelfällen können diese direkt in der Flüchtlingsambulanz behandelt werden.

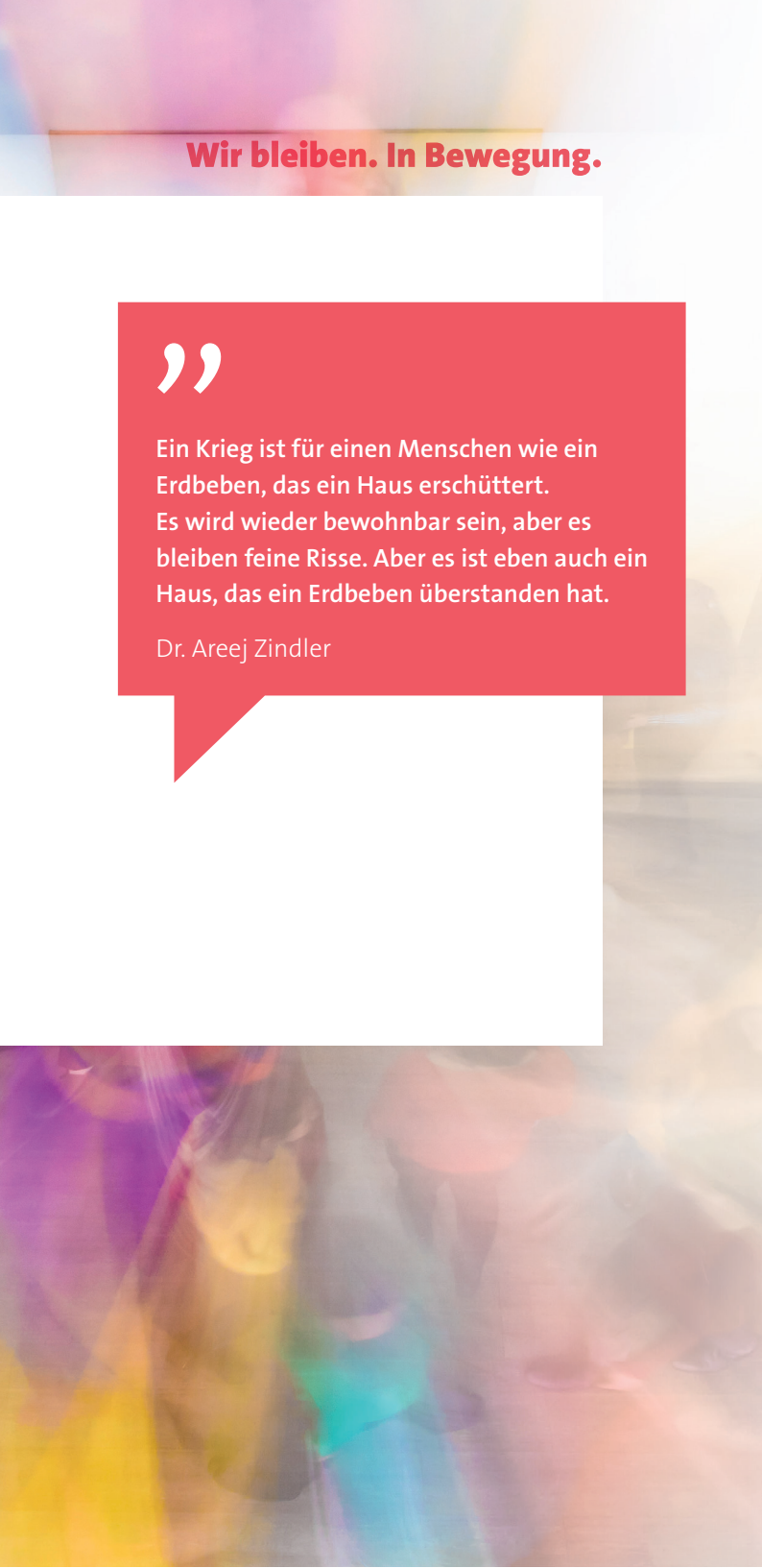


uke.de/fluechtlingsambulanz-koordination

Woran erkenne ich, ob ein Kind Hilfe benötigt?

- Wenn Kinder nicht mehr aufhören zu weinen oder zu schreien
- Wenn Kinder aufhören zu sprechen
- Wenn Kinder unter starken Schlafstörungen und Alpträumen leiden
- Wenn Kinder wieder einnässen/-koten
- Wenn Schulkinder den Schulbesuch vermeiden
- Wenn Kinder im Spiel/in der Interaktion mit Gleichaltrigen vermehrt unter aggressiven Impulsdurchbrüchen leiden
- Wenn Kinder Ängste entwickeln, die den Alltag einschränken





Wir bleiben. In Bewegung.

”

Ein Krieg ist für einen Menschen wie ein Erdbeben, das ein Haus erschüttert. Es wird wieder bewohnbar sein, aber es bleiben feine Risse. Aber es ist eben auch ein Haus, das ein Erdbeben überstanden hat.

Dr. Areej Zindler

Was muss ich bei der Kontaktaufnahme beachten?

- Signalisieren Sie Offenheit, ohne sich aufzudrängen
- Sorgen Sie für eine ruhige Atmosphäre
- Sprechen Sie ruhig und langsam
- Beachten Sie die Grundbedürfnisse der Person:
Hunger, Durst, Wärme, Schlaf
- Vermitteln Sie Sicherheit durch eigene Körpersprache/
Blickkontakt
- Initiieren Sie nur dann tröstende Berührungen, wenn Sie sich absolut sicher sind, dass dies gewünscht ist
- Nutzen Sie ruhig Online-Dienste für nötige Übersetzungsleistungen

The background of the entire page is a blurred photograph of children in motion. In the upper half, a child with long dark hair is seen from behind, wearing a red shirt. To their right, another child in a red shirt is partially visible. In the lower half, the legs and feet of several children are visible as they move across a light-colored wooden floor. The overall effect is one of dynamic movement and activity.

Wie kann ich spontan am besten helfen?

- Geben Sie Orientierung
- Helfen Sie, Kinderbetreuungsangebote zur Entlastung der Bezugspersonen zu finden
- Bedienen Sie sich nonverbaler Ausdrucksmöglichkeiten für Kinder (Malen, Basteln, Musik, Bewegungsspiele)

Wir bleiben. In Bewegung.

Wie kann ich perspektivisch helfen, wohin verweisen?

- Stellen Sie Kontakt zu weiteren psychosozialen Unterstützungssystemen her
- Nehmen Sie Kontakt zu uns, der Flüchtlingsambulanz im UKE, auf
- Anmeldung Ausländerbehörde Hammer Straße
- Jugendamt
<https://www.hamburg.de/ukraine/>



- Arbeitsvermittlung: Arbeitsamt, Sozialamt, Jobcenter
- Hanseatic Help
<https://www.hanseatic-help.org/>



- Rechtliches: Fluchtpunkt
<https://fluchtpunkt-hamburg.de/>



- Familienzentren

<https://www.fz-hh.de/de/>



- Wohnraumkoordination F&W

<https://www.foerdernundwohnen.de/>



Was sind absolute No-Gos im Umgang mit hilfebedürftigen Kindern und Jugendlichen?

- Zwingen Sie Kinder nicht zum Reden
- Geben Sie keine falschen Sicherheiten/Versprechen. Bleiben Sie bei der Wahrheit
- Nehmen Sie der Person nicht Ihre Selbstwirksamkeit, indem Sie all ihre Probleme für sie lösen
- Bewerten Sie Ihr Gegenüber nicht

Wie beziehe ich, falls vorhanden, Angehörige am besten mit ein?

- Holen Sie die Erlaubnis ein, mit den Angehörigen sprechen zu dürfen
- Stellen Sie Transparenz her, streben Sie gemeinsame Gespräche an, mittels Videotelefonprogrammen auch über lokale Grenzen hinweg

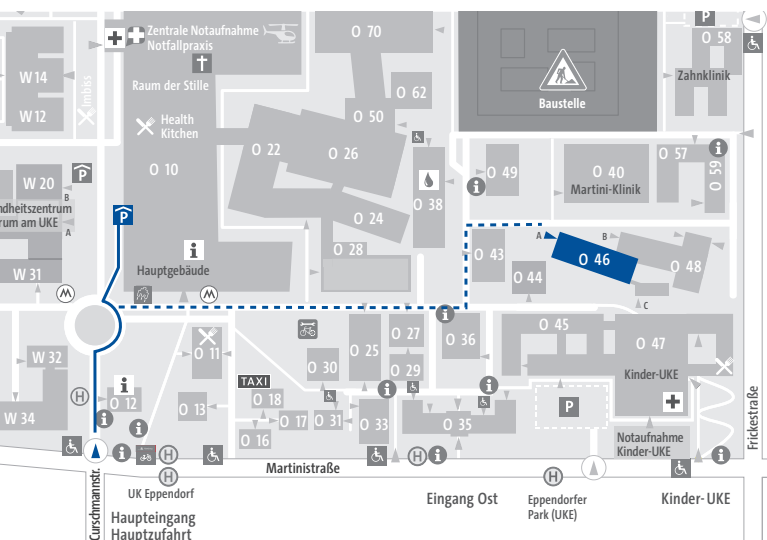
Wir bleiben. In Bewegung.

Unser Kontakt

Bei Interesse melden Sie sich gern telefonisch unter der Nummer (040) 7410 29400 oder schreiben Sie uns eine E-Mail an fortbildungen-fluechtlingsambulanz@uke.de.

Ambulanzzentrum des UKE GmbH
Flüchtlingsambulanz
Gebäude Ost (O) 44
Martinistraße 52, 20246 Hamburg

UKE-Lageplan



Impressum: Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf,
Martinistraße 52, 20246 Hamburg | Redaktion: KT | Gestaltung: SW |
Fotos: AK | Stand: 10.2025