



Sekretariat INPS
INPS Sekretariat,
c/o Denise Müller
Feilengasse 3
8008 Zürich
sekretariat@inps.ch

Informationen in ukrainischer, russischer, englischer und deutscher Sprache und andere nützliche Unterlagen für Menschen, die aus der Ukraine geflüchtet sind und Fachleute, die sie begleiten

Die folgenden Links hat der Vorstand auf Initiative des neuen Vorstandsmitglieds Torsten Berghändler gesammelt und auf die Website gestellt. Die Liste darf und soll ergänzt werden. Haben Sie Kenntnis von weiteren nützliche Links für Betroffene und Fachleute? Hinweise sind willkommen. Bitte schicken Sie eine kurze Überschrift mit dem vollständigen Link an info@inps.ch.

Für Betroffene

Psychologische Erste Hilfe (d,u,r):

<https://www.coe.int/en/web/pompidou/-/psychological-first-aid-for-ukrainian-people>

Gesundheitsinformationen des Roten Kreuzes mit Informationen für Menschen aus der Ukraine

www.migesplus.ch

Umgang mit Stress (d,u,r):

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240003927>

Information auf YouTube für Betroffene in Russisch und Englisch

[G TEP Paul Miller - YouTube](#)



Für Fachleute, die geflüchtete Menschen begleiten:

Traumasensibler Umgang mit Flüchtlingen (d, u):

https://www.baff-zentren.org/wp-content/uploads/2018/11/BAfF_Praxisleitfaden-Traumasensibler-Umgang-mit-Gefluechteten_2018.pdf

https://www.degpt.de/DeGPT-Dateien/Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention_deutsch.pdf

https://www.degpt.de/DeGPT-Dateien/Hobfall_deutsche_Zf_ukrainisch.pdf

Interview der ukrainischen Task Force Somatic Experiencing mit Stephen Porges über Beruhigung der kollektiv aktivierten Nervensysteme

<https://www.facebook.com/soniamaria.gomessilva.5/videos/4918952768220652/?d=n>

Impfen:

https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Downloads-COVID-19/Aufklaerungsbogen-Ukrainisch.pdf?__blob=publicationFile

Psycho-Tools:

Aufklärungs-Tools Psychische Traumatisierung auf Ukrainisch:

https://www.psychologytools.com/assets/ukraine/how_trauma_can_affect_you_cyp_uk.pdf

https://www.psychologytools.com/assets/ukraine/reactions_to_trauma_uk.pdf

Leitlinien des Dänischen Roten Kreuzes zum Umgang mit Migranten in Bezug auf seelische Gesundheit und psychosoziale Unterstützung:

https://pscentre.org/wp-content/uploads/2022/02/Guide-on-MHPSS-in-migration-and-displacement_DRC.pdf



Link für EMDR erfahrene Therapeuten zum Gruppentraining:

[Перша психологічна, Резильєнтність Роджер Соломон - YouTube](#)

Psychotrauma-Screening in Deutsch, Englisch und Ukrainisch:

https://de.global-psychotrauma.net/files/ugd/893421_287dd6a1dfac48e8bb0aaf81fedeb6c7.pdf

https://de.global-psychotrauma.net/files/ugd/893421_004d256d4e774219a4afb04275dbe912.pdf

https://www.traumameasuresglobal.com/files/ugd/be25b4_91da5f77f4dc4f37a4f954818989c48c.pdf

https://www.traumameasuresglobal.com/files/ugd/be25b4_542119c23f904aaf845c32d8eeeca9c9.pdf

<https://de.global-psychotrauma.net/gps>

<https://www.traumameasuresglobal.com/ukraine>

Weitere Links

European Society für Traumatic Stress Studies (ESTSS):

<https://estss.org/wp-content/uploads/2022/03/ukraine-russia-conflict-emergency-briefing-2022.pdf>



Center for the Study of Traumatic Stress (CSTS) der US Uniformed Services University:

<https://www.cstsonline.org/resources/resource-master-list/war-in-ukraine-mental-health-resources>

Deutschsprachigen Gesellschaft für Psychotraumatologie (DeGPT):

Informationen für Helfer, Betroffene und Fachpersonen, die laufend aktualisiert wird:

<https://www.degpt.de/aktuelles/wichtige-mitteilungen/ukrainekonflikt.html>

Stand: 7. Juni 2022