

## RED FLAGS FÜR LAIENHELFER/INNEN UND ANDERE FLÜCHTLINGSHELFER/INNEN



- Jemand kann über mehrere Tage nichts essen.
- Jemand berichtet, dass er viel Gewicht verloren hat.
- Jemand hat häufig Schlafstörungen.
- Jemand schreit nachts, schreckt nachts oft hoch aus den Träumen (Alpträume).
- Jemand sagt, dass er nicht zum Deutschkurs gehen kann, weil er nicht mit vielen Leuten in einem Raum sein.
- Jemand leidet häufig unter Kopf-, Magen-, Bauchschmerzen.
- Jemand wird sehr schnell wütend und aggressiv.
- Jemand hat häufige Erinnerungen an schmerzhaftere Ereignisse.
- Jemand hat häufig Angst oder Panik ohne Grund.
- Jemand fühlt sich immer sehr nervös und unruhig.
- Jemand vergisst sehr viel, auch in Alltagsdingen und kann sich schlecht konzentrieren.
- Jemand hat kein Interesse an seiner Umgebung, ist teilnahmslos, gleichgültig.
- Jemand trinkt regelmäßig Alkohol.

Jeder Punkt spricht für eine Belastung! Beobachten, ob die Symptome besser oder schlechter werden.

Wenn jemand den Alltag nicht mehr schafft, Kontakt mit SozialarbeiterInnen bez. anderen AnsprechpartnerInnen aufnehmen.

Bei Unsicherheit in der Einschätzung, kollegiale oder externe Fall-Beratung suchen.

## DEEP RED FLAGS!!!

- Jemand verletzt sich selbst, z.B. mit einem Messer oder Rasierklinge.
- Jemand hat Narben / Wunden von Verletzungen, z.B. am Arm, die er sich selbst zugefügt hat.
- Jemand spricht (direkt oder indirekt) über Suizidgedanken oder -absichten.
- Jemand spricht darüber, einen anderen verletzen / töten zu wollen.
- Jemand greift eine andere Person heftig körperlich an.
- Jemand ist nicht orientiert zu Datum, Ort, Jahreszeit, zur eigenen Person.
- Jemand hört Stimmen, auch wenn er alleine ist oder sieht etwas, das es nicht gibt (Halluzination).
- Jemand ist (häufig oder schwer) betrunken oder nimmt illegale Drogen.

Mit der Person besprechen, dass ich mir Sorgen mache und sagen, dass ich mich deswegen mit KollegInnen und ggf. Fachleuten abspreche und dass abgeklärt werden muss, ob er/sie Behandlung braucht.

**Ggf. sofort Gespräch suchen mit SozialarbeiterInnen oder anderen AnsprechpartnerInnen in der Unterkunft und / oder extern!**

Entwickelt für die LaienhelferInnen im Projekt

