TESTIMONY

Online-Programm nach DDR-Heimerfahrung

Online-Programm nach DDR-Heimerfahrung

Schreibbasierte Unterstützung für ehemalige DDR-Heimkinder

Wir bieten wissenschaftlich abgesicherte Hilfe für Personen, die in der DDR in Heimen oder Jugendwerkhöfen untergebracht waren und durch die Erfahrungen belastet sind, die sie dort gemacht haben. Während des 6-wöchigen Programms erhalten Sie Schreibaufgaben zu unterschiedlichen Bereichen aus Ihrem Leben. Das Programm soll Sie dabei unterstützen, mit Ihren Erfahrungen besser umgehen zu können.

Kontakt

Unser Angebot ist kostenlos. Teilnehmen können Sie auf www.ddr-heimerfahrung.de, hier finden Sie auch weiterführende Informationen zu unserem Programm. Oder schreiben Sie uns direkt an kontakt@ddr-heimerfahrung.de

GEFÖRDERT VOM

Bundesministerium für Bildung und Forschung

MSB Medical School Berlin Hochschule für Gesundheit und Medizin

Teilnahmekriterien

- Sie waren in einem DDR-Kinderheim oder Jugendwerkhof
- Sie können sich über einen Zeitraum von sechs Wochen zweimal pro Woche für mindestens 45 Minuten mit dem Online-Programm beschäftigen

Ablauf

- ausführliche Diagnostik
- strukturiertes Online-Programm über 6 Wochen, basierend auf verhaltenstherapeutischen Prinzipien
- betreut durch speziell ausgebildete Psychologinnen und Psychologen

Inhalte

- Auseinandersetzung mit Schuld- und Schamgefühlen und der Stigmatisierung als »Heimkind«
- Strategien zum besseren Umgang mit ihren gemachten Erfahrungen