

MARTIAL ARTS FOR PEACE  
GEMEINNÜTZIGE GMBH

# PROJEKTBERICHT FACHKRÄFTEAUSTAUSCH



GEMEINSAM STARK  
NACH DER ERDBEBENKATASTROPHE  
TRAUMABEWÄLTIGUNG  
DURCH SPORT UND STORYTELLING



mit der finanziellen Unterstützung von



DEUTSCH-TÜRKISCHE  
JUGENDBRÜCKE  
GENÇLİK KÖPRÜSÜ  
TÜRKİYE-ALMANYA



# VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, Ihnen unseren Abschlussbericht zum Fachkräfteaustausch "Gemeinsam stark nach der Erdbebenkatastrophe - Traumabewältigung durch Sport und Storytelling" vorstellen zu können. Der Austausch, der von Martial Arts for Peace in Kooperation mit internationalen Partnern organisiert und von der Deutsch-Türkischen Jugendbrücke finanziell unterstützt wurde, hatte zum Ziel, Fachkräfte aus Deutschland und den Erdbebenregionen in der Türkei zusammenzubringen, um innovative Ansätze zur Traumabewältigung durch Sport und Storytelling zu entwickeln.

Auf den folgenden Seiten möchten wir Ihnen einen umfassenden Einblick in die Aktivitäten, Workshops und Erkenntnisse dieser inspirierenden Begegnungen in Izmir, Türkei und Frankfurt am Main, Deutschland geben. Wir freuen uns, dass dieser Austausch wichtige Impulse für die Traumabewältigung in den betroffenen Erdbebenregionen und darüber hinaus gegeben hat. Wir hoffen, dass dieser Abschlussbericht nicht nur einen Überblick über die durchgeführten Aktivitäten gibt, sondern auch zur Weiterentwicklung ähnlicher Initiativen beiträgt.

*Jasmin Dirinpur*  
**JASMIN DIRINPUR**

MARTIAL ARTS FOR PEACE  
GEMEINNÜTZIGE GMBH -  
GESCHÄFTSFÜHRERIN



**martialartsforpeace**

---

# EINFÜHRUNG

Hintergrund des Projektes war die schlimmste Naturkatastrophe in der Türkei seit Menschengedenken. Am 06. Februar 2023 um 4:17 Uhr erschütterte ein gewaltiges Erdbeben der Stärke 7,8 den Südosten des Landes. 65 lange Sekunden bebte die Erde. Elf Minuten später folgte ein zweites Beben mit einer Stärke von 6,7 auf der Richterskala. Während sich die ersten Rettungsmannschaften an die Arbeit machten, folgte um 13.24 Uhr ein dritter heftiger Erdstoß mit einer Stärke von 7,6 auf der Richterskala.

Elf südöstliche Provinzen mit 14 Millionen Einwohnern waren von der Katastrophe betroffen, ein Gebiet so groß wie die Niederlande und Belgien zusammen. Die Bilanz: 230.000 Gebäude mit 520.000 Wohnungen wurden schwer beschädigt oder stürzten ein.

50.738 Tote wurden aus den Trümmern geborgen, mehr als 125.000 Menschen verletzt, 1,9 Millionen Menschen obdachlos, darunter 850.000 Kinder.

Das Projekt hatte eine Laufzeit vom 01.07.2023 - 31.03.2024, in der 3 Online-Meetings und 2 physische Treffen in Izmir und Frankfurt am Main stattfanden. Die Organisatoren hätten gerne das erste Treffen in Gaziantep, das direkt vom Erdbeben betroffen ist, abgehalten. Dies war jedoch aufgrund der bestehenden Reisewarnung des Auswärtigen Amtes nicht möglich.

Als dritter Veranstaltungsort wurde aufgrund der guten Erreichbarkeit und des inhaltlichen Bezugs zum Thema Erdbeben Izmir gewählt. Die Stadt wurde 2020 von einem Erdbeben der Stärke 6,6 erschüttert, bei dem 119 Menschen ums Leben kamen und 1000 verletzt wurden.

Das Programm der beiden dreitägigen Treffen liegt diesem Bericht bei. Für die Umsetzung des Projektes erhielt Martial Arts for Peace von der Deutsch-Türkischen Jugendbrücke eine Zuwendung in Höhe von bis zu 19626,- Euro zur Deckung der Reise-, Übernachtungs-, Verpflegungs- und Organisationskosten für 14 Teilnehmer:innen. Ein detaillierter Verwendungsnachweis ist diesem Bericht als Anlage beigefügt.





## BETEILIGTE ORGANISATIONEN

Projekträger in Deutschland:

### **Martial Arts for Peace gemeinnützige GmbH**

Unsere Mission ist es, sozial benachteiligten Kindern und Jugendlichen Konfliktfähigkeit mit Affektkontrolle, Selbstvertrauen und einer auf Frieden und Kooperation ausgerichteten Geisteshaltung zu vermitteln. Durch die Gestaltung des Kampfkunstunterrichts schaffen wir Orte der Begegnung, der Bewegung und des Austausches, in denen innere und soziale Entwicklung stattfinden kann. Unsere Aktivitäten fördern soziales Miteinander, Resilienz und soziales Engagement, basierend auf der transformativen Bildungstheorie. Körpererfahrung, Sinneswahrnehmung, Selbstreflexion und Interaktion sind dabei von zentraler Bedeutung.

Durch das systematische Einüben bestimmter Bewegungsabläufe entwickeln Kinder und Jugendliche nachhaltig veränderte Werte und Einstellungen. Unsere friedensfördernde Inszenierung des Bewegungssettings und die Klarheit in der Kommunikation sind entscheidend, denn weder Kampfsport noch Erziehung wirken von sich aus friedensfördernd. Als gemeinnützige GmbH Martial Arts for Peace nutzen wir gezielt ästhetische Bildungspotenziale wie das spielerische Element der Bewegung und das Miteinander im Gegeneinander. Unser friedenspädagogischer Ansatz lehnt Gewalt als Mittel der Konfliktlösung ab, setzt auf das Erkennen von Konfliktursachen und fördert Kompetenzen zum friedlichen Umgang mit Konflikten.

Projektpartner in der Türkei:

**Ayıntap Dagcilik Arama Kurtama ve Spor Külübü Dernegi**

Der Verein hat sich zum Ziel gesetzt, alle Lebewesen unter allen Umständen aus Gefahrensituationen zu retten. Der Schwerpunkt liegt dabei auf Rettungseinsätzen bei Sportunfällen, Naturkatastrophen und anderen Ereignissen. Durch ehrenamtliche Arbeit und Ausbildung wird geeignetes Personal identifiziert und zertifiziert, um schnell und effektiv retten zu können. Sport spielt eine wichtige Rolle bei der Förderung von Freundschaft, Frieden, Liebe und Brüderlichkeit.

An der Umsetzung des Programms beteiligte Organisationen (in alphabetischer Reihenfolge):

**AFAD:** Die türkische Katastrophenschutzbehörde (AFAD) ist eine staatliche Einrichtung in der Türkei, die für die Koordination der Katastrophenvorsorge, -reaktion und -bewältigung zuständig ist. Sie arbeitet eng mit verschiedenen Regierungsstellen, NGOs und internationalen Organisationen zusammen, um eine effiziente Reaktion auf Naturkatastrophen und Notfälle zu gewährleisten.

**AKUT Dernegi:** AKUT Dernegi ist eine türkische Non-Profit-Organisation, die sich auf die Suche und Rettung von Menschen in Not, insbesondere in unwegsamem Gelände oder nach Naturkatastrophen, spezialisiert hat. Sie besteht aus Freiwilligen und arbeitet eng mit staatlichen Stellen und anderen Hilfsorganisationen zusammen, um eine schnelle und effiziente Reaktion auf Notfälle zu gewährleisten.

**Bayetav Stiftung:** Die Bayetav Stiftung mit Sitz in Izmir, Türkei, hat sich zum Ziel gesetzt, Bildungs- und Forschungseinrichtungen zu etablieren, die Wissen, Kunst und Politik in einem transdisziplinären Ansatz fördern, um die Kultur des Zusammenlebens zu stärken.

**Capoeira Frankfurt:** Capoeira Frankfurt, Teil der FTG Frankfurt, bietet ein dynamisches und kulturell bereicherndes Umfeld für die Ausübung dieser traditionellen brasilianischen Kampfkunst. Durch qualifizierte Trainer und ein vielfältiges Trainingsangebot wird nicht nur die körperliche Fitness gefördert, sondern auch historisches Wissen und kulturelle Verbundenheit vermittelt.

**I.S.A.R. Germany:** I.S.A.R. Germany ist eine gemeinnützige Hilfsorganisation, die 2003 in Duisburg gegründet wurde und weltweit tätig ist. Als Teil des "International Search and Rescue"-Netzwerks und in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Rettungshunde e.V. engagiert sie sich in der internationalen Hilfe, insbesondere bei Naturkatastrophen und humanitären Katastrophen. Zu den Aufgaben von I.S.A.R. gehört die Suche und Rettung von Erdbebenopfern mit Hilfe von Rettungshundeteams und hochqualifizierten Bergungsspezialisten, die mit modernster Technik ausgestattet sind.

**Kızılay:** Kızılay, auch bekannt als der türkische Rote Halbmond, ist eine Hilfsorganisation, die sich seit ihrer Gründung im Jahr 1868 der humanitären Hilfe verschrieben hat. Sie engagiert sich in verschiedenen Bereichen wie Katastrophenhilfe, Gesundheitsfürsorge und soziale Unterstützung für Bedürftige.

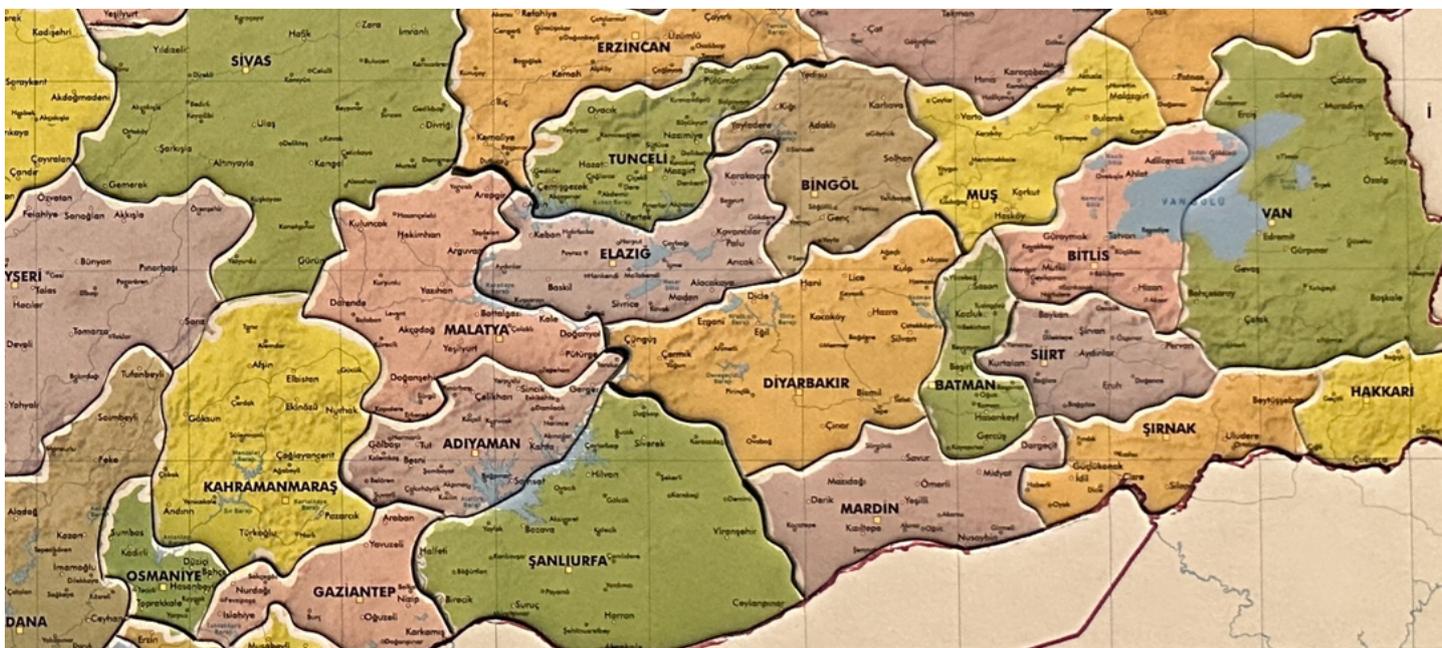
# TEILNEHMER:INNEN

Teilnehmer:innen aus den Erdbebenregionen in der Türkei und aus Deutschland  
(alphabetische Reihenfolge):

Akdemir, Pınar - Gaziantep - Bauingenieurin - Yapı Denetim - AFAD Freiwillige  
Bayram, Çimen - Diyarbakır - Projektbeauftragte - Support to Life  
Filiz, Volkan - Gaziantep - Lehrer - Ministerium für nationale Bildung  
Sarıkaya, Ümit - Adiyaman - Trainer und Betreuer - Ministerium für Jugend und Sport  
Süleymanoğlu, Melike - Gaziantep - Campleiterin - Ministerium für Jugend und Sport  
Volkan, Can - Hatay - Lehrer - Ministerium für nationale Bildung  
Taşçı, Fatma - Gaziantep - Beauftragte für Kinderschutz und MHPSS - Save the Children  
Tıbık, Ömer - Gaziantep - Trainer - Ministerium für Jugend und Sport & Ayıntap Dağcilik Arama Kurtama ve Spor Kulübü Derneği

Aratoğlu, Kayhan - Wing Chun Trainer und Mental Coach - eigene Kampfsport Akademie  
Beuck, Sera Tijen - Frankfurt am Main - NGO Mitarbeiterin - NG International  
Dirinpur, Jasmin - Düsseldorf - Projektleiterin - Derzeit in Elternzeit  
Fidan, Betül - Würzburg - Sozialpädagogin - Transfer GmbH und Co.  
Grybos, Natalia - Frankfurt am Main - Beraterin - GIZ GmbH  
Krings, Nora - Aachen - Pädagogische Mitarbeiterin - Háwar.help SCORING GIRLS\*  
\*Minarik, Martin - Göttingen - Wissenschaftlicher Mitarbeiter - Uni Göttingen  
\*Zimmerspitz, Sascha - Frankfurt am Main - Trainer - FTG (Frankfurter Turn- und Sportgemeinschaft) FIU (Familia Irmaos Unidos) Capoeira

\*sind für zwei Teilnehmer:innen eingesprungen, die in Izmir mit dabei waren, aber in Frankfurt nicht teilnehmen konnten.





## AKTIVITÄTEN UND WORKSHOPS

Auf den nächsten Seiten finden Sie eine Zusammenfassung der wichtigsten Aktivitäten und Workshops der Treffen in Izmir und Frankfurt am Main. Der Schwerpunkt lag auf den Bereichen Traumabewältigung, Resilienz durch Sport, Kampfsport, psychosoziale Unterstützung und Storytelling. Die Teilnehmenden hatten die Möglichkeit, theoretisches Wissen zu erwerben, praktische Fähigkeiten zu entwickeln und Erfahrungen auszutauschen.

### **Videokonferenz mit I.S.A.R. Deutschland**

I.S.A.R. Germany ist eine renommierte deutsche Hilfsorganisation, die sich auf internationale Katastrophenhilfe und Rettungseinsätze spezialisiert hat.

Michael Lesmeister, Geschäftsführer von I.S.A.R. Germany, der bereits nach dem großen Erdbeben 1999 in der Türkei im Einsatz war, gab uns einen einzigartigen Einblick in den Rettungseinsatz seines Teams nach dem verheerenden Erdbeben Anfang Februar 2023 in der türkischen Provinz Hatay. gab uns einen einzigartigen Einblick in den Rettungseinsatz seines Teams nach dem verheerenden Erdbeben Anfang Februar 2023 in der türkischen Provinz Hatay.

Die Teilnehmer:innen stellten zahlreiche Fragen, darunter zum Umgang mit Verschütteten, zur Koordination mit anderen Hilfsorganisationen, zu Unterschieden und Gemeinsamkeiten zum großen Erdbeben von 1999, zu erkennbaren Mustern bei Fluchtreaktionen und insbesondere zu den psychologischen Herausforderungen.

Die praxisnahe Darstellung seiner Erfahrungen und Herausforderungen gab uns wertvolle Einblicke in die Bewältigung von Naturkatastrophen und die psychosoziale Unterstützung der Betroffenen.

### **Besuch der Stiftung Bayetav**

Mitarbeiter:innen der Stiftung berichteten über die gemeinsame Arbeit, um die Wunden der Erdbebenkatastrophe zu heilen und beschrieben diese als eine transformierende Erfahrung, die das Gefühl des Zusammenlebens für alle an diesem Prozess beteiligten Akteure stärkte. Die unmittelbare Solidarität zwischen den Erdbebenopfern und den Bürgern und NGOs, die nicht direkt von der Katastrophe betroffen waren, und sogar die gemeinsame Mobilisierung des öffentlichen Sektors führten zu einer neuen und übergreifenden Erfahrung des Zusammenlebens.

Zu den Betroffenen in Izmir, die die Stiftung mit ihrem Engagement erreichte, gehörten auch Flüchtlinge aus Syrien, die zunächst traumatisiert durch den Krieg in Syrien nach Gaziantep und dann erneut traumatisiert durch das Erdbeben in Gaziantep in die Region Izmir gekommen waren.

Die Projekte der Stiftung umfassen verschiedene Maßnahmen zur Unterstützung von Gemeinden, die von Naturkatastrophen betroffen sind. Nach dem Erdbeben in Kahramanmaraş im Februar 2023 leistete die Stiftung Hilfe vor Ort und in Izmir, indem sie ein Solidaritätsteam gründete, psychologische Unterstützung anbot und Waldspaziergänge für betroffene Familien organisierte.

Die Spielzeugwerkstatt wurde von Freiwilligen ins Leben gerufen, um Spielzeug für Kinder in den Erdbebengebieten herzustellen und ihnen bei der Traumabewältigung zu helfen. Mit dem Schwerpunkt auf der Herstellung von Spielzeug, das den Kindern ein Gefühl der Zugehörigkeit und Freude vermittelt, wurde das Spielzeug an Erdbebenopfer in verschiedenen Provinzen verteilt, wobei besonders auf eine gerechte und diskriminierungsfreie Verteilung geachtet wurde. Um den Bedarf zu ermitteln, führte eine Gruppe von Wissenschaftlern Umfragen in den betroffenen Regionen durch. Um eine langfristige Unterstützung zu gewährleisten, werden auch Ausbildungsstipendien an vom Erdbeben betroffene Jugendliche vergeben.

### **Besuch bei der türkischen Katastrophenschutzbehörde AFAD**

Zuerst besuchten wir die AFAD-Direktion in Izmir, um durch eine Teilnehmerin, die als AFAD-Freiwillige in Gaziantep tätig ist, eine Dankesplakette für die Unterstützung nach dem Erdbeben zu überreichen.

Anschließend fuhren wir zum Trainingsgelände der AFAD, einem Übungsgelände, auf dem die Mitarbeiter der AFAD lernen, wie sie vorgehen müssen, um Menschen aus Trümmern zu retten. Dort erhielten wir einen praktischen Einblick in die Herausforderungen nach Rettungseinsätzen und die Erfahrungen aus der Naturkatastrophe vom 6. Februar. Die zahlreichen Probleme, die nach dem Erdbeben auftraten, wurden besprochen: Brände brachen aus, Berge verschoben sich, Felsbrocken lösten sich, Zufahrtswege wurden blockiert und Straßen durch Erdbeben zerstört.

Diese enormen Herausforderungen erschwerten die Hilfsmaßnahmen derart, dass sie nicht mehr alleine bewältigt werden konnten und erstmals die Notfallstufe 4 ausgerufen und internationale Hilfe angefordert werden musste.

Die verschiedenen Faktoren, von denen die Überlebenschancen von Verschütteten nach Naturkatastrophen wie Erdbeben abhängen, wurden erläutert. Die Verfügbarkeit von Sauerstoff, das Vorhandensein von Hohlräumen in den Trümmern und die Umgebungstemperatur beeinflussen die Überlebenszeit.

Auch der Gesundheitszustand der Verschütteten, insbesondere vorhandene Verletzungen und chronische Krankheiten, sowie der Zugang zu Nahrung und Flüssigkeit spielen eine entscheidende Rolle. Die Rettung von Verschütteten nach Naturkatastrophen erfordert zunächst deren Ortung durch verschiedene Mittel wie Rufe, Klopfzeichen oder Handysignale sowie den Einsatz von Spürhunden.

Ein Mitarbeiter erläuterte ausführlich, wie Spürhunde ausgebildet werden, damit sie sich auf lebende Personen unter den Trümmern konzentrieren. Wichtig sei auch die Auswahl spezieller Hunderassen, die keine lebenden Personen verletzen.

Anschließend müssen sich die Retter vorsichtig an die Verschütteten herantasten, indem sie Trümmer entfernen, wobei besondere Vorsicht geboten ist, um weitere Verletzungen zu vermeiden. Der Leiter des Ausbildungsteams stellte die Geräte vor, die bei der Suche nach Überlebenden eingesetzt werden, wie z.B. Bohrer, Betonschneider, Luftkissen zum Anheben von Steinen.

Sobald eine Person gefunden wurde, muss sie, auch wenn sie äußerlich unverletzt zu sein scheint, sorgfältig medizinisch versorgt werden, um eventuelle innere Verletzungen zu behandeln und ihr Leben zu retten. Das Ausmaß des Erdbebens und die Anzahl der Verletzten waren so groß, dass bei der medizinischen Nachsorge eine Triage vorgenommen werden musste.

Vor der Rückfahrt ins Hotel gedachten wir in einer Schweigeminute der Opfer und Betroffenen des Erdbebens vom 6. Februar 2023 sowie der Opfer und Betroffenen des Erdbebens von Izmir 2020.



**Podiumsdiskussion mit den Nichtregierungsorganisationen AKUT und Kızılay**

Am Nachmittag des zweiten Tages hatten wir eine spannende Podiumsdiskussion mit dem Türkischen Roten Halbmond (Kızılay), der Such- und Rettungsorganisation AKUT und Freiwilligen von AFAD.

Ein Mitarbeiter von Kızılay berichtete über seinen Einsatz in der Stadt Kahramanmaraş über Nahrungsmittelhilfe und mobile Küchen. In einem Neubaugebiet der Stadt Kahramanmaraş sind fast alle der 22 Wohnhochhäuser eingestürzt. 1.400 Bewohner kamen ums Leben. Viele der Häuser waren erst vor wenigen Jahren fertiggestellt worden. Viele Menschen starben nur deshalb, weil die Vorschriften für erdbebensicheres Bauen nicht eingehalten wurden.

Die Kritik an Kızılay und der Vorwurf des schlechten Umgangs der Regierung mit den Folgen der Naturkatastrophe wurden offen diskutiert. Der Türkische Rote Halbmond, die größte Hilfsorganisation in der Türkei, geriet in die Kritik, weil er den Erdbebenopfern nicht auf dem schnellsten Weg kostenlos Zelte zur Verfügung stellte, sondern 2050 Zelte für umgerechnet knapp 2,3 Millionen Euro an eine andere Hilfsorganisation verkaufte.



Zwischenzeitlich waren die Spendenbereitschaft und auch die Blutspenden zurückgegangen, aber die Negativkampagne ist überstanden und die Spendenbereitschaft nimmt wieder zu.

Die Regierung und die nationale Katastrophenschutzbehörde AFAD gerieten wegen schlechter Koordination und zu später Reaktion in die Kritik. Insbesondere wurde das laut einigen Kritikern das Ausmaß der Zerstörung zu spät erkannt und ausländische Hilfe nicht innerhalb der ersten 3-5 Stunden nach dem Beben, sondern erst einen Tag später angefordert.

Die Referent:innen waren sich einig, dass in ihren Organisationen über die Kritikpunkte nachgedacht und daraus gelernt wurde. So sollen Mitarbeiter:innen und Helfer:innen noch besser geschult werden und bei zukünftigen Ereignissen schneller reagieren können.

Der Teamleiter von AKUT berichtete von seinem Einsatz in der Stadt Osmaniye und betonte die Wichtigkeit der psychosozialen Unterstützung von Katastrophenopfern durch NGOs.

Die meisten Kinder vor Ort hätten die Angebote der psychosozialen Unterstützung angenommen, bei einigen habe es etwas gedauert, bis sie sich öffneten, bei den Erwachsenen habe es insgesamt länger gedauert.

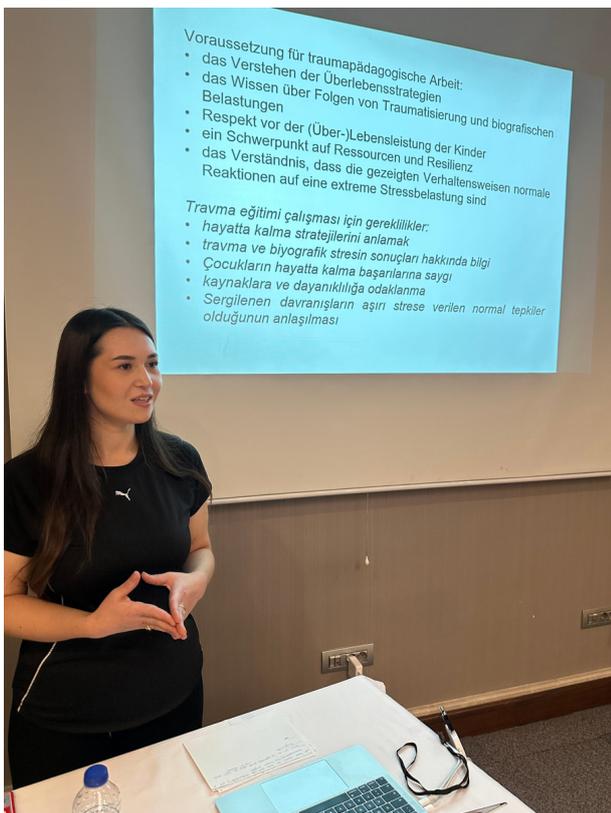
Der Verein hat landesweit rund 3.500 freiwillige Helfer, die auch bei der Bergung von Leichen aus den Trümmern eingesetzt werden. Wenn beispielsweise Alltagsgegenstände in den Trümmern gefunden werden, kann dies zu einer erheblichen emotionalen Belastung der Helfer führen. In seinem Vortrag ging er im Detail auf den Umgang mit Emotionen und die psychische Belastung der Helfer:innen ein.



Das Programm beinhaltete neben externen Inputs eine Reihe von Workshops, die von den Teilnehmer:innen selbst vorbereitet und geleitet wurden.

### Trauma

Der Workshop zum Traumabegriff befasste sich mit der Definition von Trauma sowie den verschiedenen Arten und Unterscheidungen traumatischer Erfahrungen. Ein besonderer Schwerpunkt lag auf den Faktoren, die die Auswirkungen von Traumata beeinflussen können. Darüber hinaus wurde diskutiert, wie Menschen auf traumatische Erlebnisse reagieren und welche Symptome und Folgen insbesondere bei Kindern und Jugendlichen auftreten können.



Erfahrungsberichte innerhalb der Gruppe gaben zusätzliche Einblicke in die Vielschichtigkeit von Traumata und deren Bewältigung. So berichteten einige Teilnehmer:innen aus den Erdbebengebieten, dass sie sich zum Teil noch Monate nach dem Ereignis einbildeten, Erschütterungen gespürt zu haben, obwohl die Erde gar nicht gebebt hatte. Vor allem Kinder in der Region hätten immer noch Angst, in die oberen Stockwerke zurückzukehren, obwohl ihre Häuser nach eingehenden Untersuchungen als sicher eingestuft wurden. Deshalb würden die Familien weiterhin in Zelten ausharren.

### Capoeira & Yoga

Im Workshop Capoeira & Yoga in Izmir wurden Atemtechniken und der Einsatz von Capoeira als Ansatz in der Traumatherapie von Kindern und Jugendlichen erläutert. Dabei wurde auch die Geschichte der Capoeira beleuchtet, die eng mit afro-brasilianischen Traditionen und dem Widerstand gegen Unterdrückung verbunden ist. Die Teilnehmenden erfuhren, wie durch das Erzählen dieser Geschichten und die Integration von Capoeira-Elementen in das Storytelling ein tieferes Verständnis für die Bewältigung von Traumata geschaffen werden kann. Besonderes Augenmerk wurde auf die Integration von Bewegung, Atmung und Achtsamkeit gelegt, um den Heilungsprozess zu unterstützen.

In Frankfurt besuchten wir den Verein Frankfurter Turn- und Sportgemeinschaft (FTG) Familia Irmaos Unidos (FIU) Capoeira. Wir knüpften an die Inhalte von Izmir an und vertieften sowohl die praktischen Übungen als auch die Diskussion zu Storytelling, Gemeinschaft und Traumabewältigung. In der abschließenden "Roda", einem runden Raum, in dem sich die Capoeiristas treffen, um Capoeira zu spielen, Kräfte zu messen und Geschichten durch Bewegung und Musik zu erzählen, erlebten wir Vielfalt, Inklusion und Empowerment in der Gemeinschaft.

### Arbeit an Schulen

Im Workshop zur Arbeit in Schulen wurde von einem Lehrer aus Gaziantep der "Right to Play" Ansatz vorgestellt, der darauf abzielt, die Bildung und Entwicklung von Kindern durch spielerisches Lernen zu fördern. Es wurden verschiedene Methoden und Aktivitäten diskutiert, die darauf abzielen, die Rechte der Kinder zu stärken und ihre sozialen und emotionalen Kompetenzen zu verbessern.

Die Teilnehmer:innen erhielten Einblicke in die praktische Umsetzung des Right to Play Ansatzes und lernten, wie sie diese Methoden in ihren Schulalltag integrieren können, um eine positive Lernumgebung zu schaffen.

Ein Lehrer aus der Provinz Hatay beschrieb die einzigartige Situation in dieser historischen Region nach dem Erdbeben. Das Beben hatte Antakya, eine der ältesten Städte in der Türkei, fast vollständig zerstört, wodurch jeder Bewohner entweder geliebte Menschen, sein Zuhause oder beides verloren hat.

Etwa 90 Prozent der Gebäude sind zerstört und müssen komplett abgerissen werden, was für jeden weiteren Abriss einem weiteren Verlust an Heimat gleichkommt. Die Provinzhauptstadt Antakya, die über 500.000 Einwohner zählt, hat bereits Zehntausende von Menschen verloren, und große Teile der Wirtschaft liegen am Boden, was zu einem starken Anstieg der Arbeitslosigkeit geführt hat.



Er selbst hat inzwischen geheiratet und ist zu seiner Frau nach Istanbul gezogen. In seinem Vortrag in Frankfurt mit dem Titel "Schüler:innen und Lehrer:innen im Erdbebengebiet" ging er auf den Mehrwert des nationalen und internationalen Schüleraustausches ein und zeigte anhand eigener Austausch Erfahrungen auf, wie bereichernd ein Perspektivwechsel sein kann. Es bestehe ein Bedarf an Kapazitätsentwicklung für Lehrer:innen in diesem Bereich. Begegnungen zur Förderung des interkulturellen Lernens können dazu beitragen, das Post-Erdbeben-Trauma zu reduzieren.

### **Resilienz durch Sport**

Der Resilienz-Workshop bot einen dynamischen Einstieg in das Thema durch die Verbindung mit Sport. Zu Beginn tauchten die Teilnehmer:innen in theoretische Konzepte ein, die Resilienz und ihre Bedeutung für die persönliche Entwicklung beleuchten. Verschiedene Aspekte wie die Fähigkeit, Herausforderungen zu meistern und sich von Rückschlägen zu erholen, wurden diskutiert. Besonders hervorgehoben wurde die Rolle des Sports als wirksames Instrument zur Stärkung der Resilienz. Ein Höhepunkt des Workshops war die Vorstellung des innovativen Projekts SCORING GIRLS\* der Menschenrechtsorganisation HÁWAR.help, das Resilienz durch Sport gezielt fördert, insbesondere bei jungen Mädchen.

Es wurde betont, dass Resilienz für den erfolgreichen Umgang mit zusätzlichen Belastungen wichtig ist und als dynamisches Spektrum verstanden werden kann. Es wurden verschiedene Faktoren identifiziert, die zur Entwicklung von Resilienz beitragen, darunter personale Ressourcen wie kognitive Fähigkeiten, Persönlichkeitsmerkmale, Handlungs- und Sozialkompetenzen, Grundeinstellungen und Werthaltungen.

Darüber hinaus wurden Umweltressourcen hervorgehoben, darunter Beziehungsressourcen wie familiäre Bindungen und soziale Netzwerke sowie strukturelle Ressourcen wie Arbeitsmarktintegration, gesellschaftliche Teilhabe und Zugang zu Bildungs- und Gesundheitssystemen. Durch die Diskussion dieser Faktoren konnten die Teilnehmer:innen ein tieferes Verständnis für die Bedeutung und Entstehung von Resilienz entwickeln.

### **Kampfsport**

Im Kampfkunst-Workshop wurde anhand von praktischen Beispielen und Übungen die Anwendung von Kampfkunsttechniken in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen demonstriert. Ein zentrales Konzept war „Chum Kiu“, die Metapher der Brücke, die als Symbol für den Aufbau von Verbindungen zu Zielen, Menschen und zur Lösung von Problemen diente.

Es wurde darauf hingewiesen, dass es immer stärkere Kräfte geben wird, sei es in Form von körperlich überlegenen Gegnern oder Naturkatastrophen. Anstatt sich ihnen zu widersetzen, sollten wir lernen, ihre Energie zu nutzen, um vorwärts zu kommen. Ein wichtiger Grundsatz war, die Kraft dieser Herausforderungen für die Zukunft zu nutzen und sie als Antrieb für persönliches Wachstum zu sehen. Es wurde auch betont, dass wir lernen müssen, in schwierigen Situationen flexibel zu sein und Lücken zu erkennen und zu füllen, sei es im Kampf oder im Leben. Durch Wing Chun, was übersetzt „schöner Frühling“ bedeutet, können wir lernen, mit Stress umzugehen und wie im Frühling auch nach schwierigen Zeiten wieder aufzublühen und neue Kraft zu schöpfen, um uns den Herausforderungen des Lebens zu stellen und gestärkt daraus hervorzugehen.



In Frankfurt erzählte eine Teilnehmerin aus Gaziantep ihre bewegende persönliche Geschichte, wie Kampfkunst ihr geholfen hat, nach mehreren Traumata wieder ins Leben zurückzufinden.



### MHPSS

Im MHPSS (Mental Health and Psychosocial Support) Workshop lag der Fokus darauf, wie psychosoziale Unterstützung geleistet werden kann, ohne dabei Schaden anzurichten. Es wurde betont, dass bei der Bereitstellung von Hilfe sensibel vorgegangen werden muss, um keine weiteren Traumata oder Probleme zu verursachen.

Dabei wurde anhand verschiedener Beispiele aus dem Erdbebenkontext diskutiert, wie die Unterstützung angeboten werden sollte, um die Bedürfnisse der Betroffenen und ihre Selbstbestimmung zu respektieren. z.B. Menschen, insbesondere Kinder, nicht in Trümmern fotografieren; z.B. Kinder, die das Bedürfnis nach Nähe und Umarmung zeigen, zuerst beide Hände zum Klatschen anbieten. Ein Schwerpunkt lag auch darauf, die Teilnehmer:innen für potenzielle Risiken und ethische Herausforderungen in der psychosozialen Arbeit zu sensibilisieren und Strategien zur Minimierung von Schäden zu entwickeln. Insgesamt war der Workshop darauf ausgerichtet, die Qualität und Wirksamkeit der psychosozialen Unterstützung zu verbessern und sicherzustellen, dass sie den Prinzipien der "Do No Harm"-Philosophie entspricht.

**Storytelling**

Der Storytelling Workshop stellte das von Professor Mooli Lahad entwickelte BASIC-Ph Coping Modell vor, das sich auf sechs grundlegende Dimensionen der Traumabewältigung konzentriert. Diese sind: Glaube, Affekt, sozial, imaginativ, kognitiv und physiologisch. Unter Glaube versteht man die Überzeugung, dass man das Trauma überwinden und daraus lernen kann. Affekt bezieht sich auf die emotionalen Reaktionen auf das Trauma und wie diese durch das Erzählen von Geschichten ausgedrückt werden können. Sozial bezieht sich auf die sozialen Auswirkungen des Traumas und wie das Geschichtenerzählen dazu beitragen kann, soziale Unterstützung zu fördern.

Imaginativ bezieht sich auf den kreativen Ausdruck und die Nutzung der Vorstellungskraft, um die Traumageschichte zu verarbeiten. Unter Kognitiv werden die kognitiven Prozesse diskutiert, die helfen, das Trauma zu verstehen und neue Denkmuster zu entwickeln. Der Workshop wurde von einer Teilnehmerin aus Gaziantep moderiert, die entlang des Modells ihre persönliche Geschichte erzählte, wie sie das Erdbeben überlebt und die Zeit danach erlebt hat und wie sie mit ihrem Trauma umgegangen ist.





Maff

Weder Kampfsport noch Bildung wirken von sich aus friedensstiftend. Vielmehr muss das Bewegungssetting so in Szene gesetzt werden, dass es friedensfördernd wirken kann. Nützlich dafür (ästhetische Bildungspotenziale):  
Ne dövüş sanatlarının ne de eğitimin kendi başlarına barışı tesis edici bir etkisi vardır. Aksine, hareket ortamı, barış inşa edici bir etkiye sahip olabilecek şekilde sahnelenmelidir. Bunun için faydalıdır (estetik eğitim potansiyeli):

01

Das spielerische Moment  
Eğlenceli bir an

02

Die eigenleibliche Bewegung  
Bedensel hareket

03

Das Miteinander im Gegeneinander  
Birbirlerine karşı birlikte çalışmak

## Schlussfolgerungen

In diesem Abschnitt teilen wir unsere Schlussfolgerungen auf der Grundlage der Erfahrungen und Erkenntnisse der Teilnehmer:innen und Referent:innen mit. Sport als Mittel zur Traumabewältigung und Förderung des psychosozialen Wohlergehens hat sich als äußerst wirksam erwiesen. Durch körperliche Aktivität und den Einsatz von Atemtechniken, werden neurobiologische Prozesse angeregt, die sich positiv auf die Emotionsregulation und den Stressabbau auswirken. Die Ausschüttung von Endorphinen und die Förderung von Neurotransmittern wie Serotonin unterstützen das emotionale Gleichgewicht. Darüber hinaus ermöglicht der Aufbau von körperlicher Kraft und Ausdauer den Traumaüberlebenden ein stärkeres Gefühl von Selbstwirksamkeit und Kontrolle über ihren Körper.

Neben den neurobiologischen Effekten hat Sport auch wichtige soziale und psychosoziale Aspekte. Durch die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten können Traumaüberlebende ein Gefühl der Zugehörigkeit und Gemeinschaft erleben, was zur Stärkung ihres sozialen Netzwerks beiträgt. Darüber hinaus bietet Sport oft Struktur und Routinen, die Sicherheit und Stabilität fördern können, während gemeinsames Training oder Wettkämpfe die Entwicklung von Teamarbeit, Kommunikation und Vertrauen ermöglichen. Sportliche Erfolge dienen oft als Metapher für persönliches Wachstum, während Bewegung als Ausdruck von Emotionen den emotionalen Verarbeitungsprozess unterstützt.

Auf der anderen Seite spielt Storytelling eine wichtige Rolle bei der Bewältigung von Traumata. Unter Storytelling verstehen wir die Kunst, Geschichten zu erzählen und dabei Informationen, Emotionen und Botschaften spannend und überzeugend zu vermitteln.

Durch das Erzählen der eigenen Geschichte können Überlebende eine narrative Identität aufbauen und einen Sinnzusammenhang herstellen. Dieser Prozess der Selbstreflexion und des Ausdrucks ermöglicht es traumatisierten Menschen, eine aktive Rolle in ihrem Heilungsprozess einzunehmen, was Empowerment und das Gefühl der Kontrolle über die eigene Lebensgeschichte fördert. Darüber hinaus schafft Storytelling Verbindungen zwischen Menschen mit ähnlichen Erfahrungen, indem es in Gruppentherapiesitzungen ein Gefühl von Gemeinschaft und Verständnis erzeugt.

Sport und Storytelling können auf verschiedene Weise kombiniert werden, um Menschen bei der Traumabewältigung zu helfen, ihre Erfahrungen zu verarbeiten und ihren Gefühlen Ausdruck zu verleihen:



1) Geschichten von Sportlern können von Trainer:innen oder Therapeut:innen genutzt werden, um die Bedeutung von Widerstandsfähigkeit und der Überwindung von Herausforderungen hervorzuheben. Sie können als Inspiration dienen und den Betroffenen die Botschaft vermitteln, dass es möglich ist, trotz eines Traumas erfolgreich zu sein. Als ein Beispiel wurde die Geschichte von Yusra Mardini angeführt, einer herausragenden syrischen Schwimmerin, die aufgrund des Bürgerkriegs in Syrien fliehen musste. Sie gelangte nach Europa und wurde später als Mitglied des Refugee Olympic Teams bei den Olympischen Spielen 2016 in Rio de Janeiro bekannt. Mardini ist ein Symbol für Mut, Entschlossenheit und die Fähigkeit, trotz außergewöhnlicher Herausforderungen weiterzumachen.

2) Der Selbsta Ausdruck durch sportliche Betätigung ermöglicht es traumatisierten Menschen, ihre Erlebnisse zu verarbeiten und sich gestärkt zu fühlen. Diese Verarbeitung kann auf verschiedene Weise erfolgen, z.B. durch das Führen eines Tagebuchs, das Erstellen von Kunstwerken oder das Aufnehmen von Videos, in denen die sportlichen Erlebnisse dokumentiert werden.

3) Gemeinsame sportliche Aktivitäten in der Gruppe schaffen einen geschützten Raum, in dem traumatisierte Menschen ihre Erfahrungen austauschen und sich gegenseitig unterstützen können.

Durch die gemeinsame Bewältigung sportlicher Herausforderungen entstehen starke Bindungen zwischen den Teilnehmern und ein Gefühl der Zusammengehörigkeit, das dazu beiträgt, dass sie sich weniger isoliert fühlen. Ein schönes Beispiel für die Verbindung von Sport und Storytelling ist die brasilianische Kampfkunst Capoeira. Sie verbindet Bewegung und Musik zu einer faszinierenden Form des Geschichtenerzählens. In ihren rhythmischen Kämpfen und Tänzen erzählen Capoeiristas Geschichten von Widerstand, Freiheit und Kultur. Diese kraftvolle Verbindung von Sport und Erzählung ermöglicht es, die Geschichte und Identität einer Gemeinschaft lebendig zu halten und zu feiern.

4) Symbolik im Sport kann sich auf bestimmte Sportarten oder Bewegungen beziehen, die metaphorische Bedeutungen haben und mit der Bewältigung von Traumata in Verbindung gebracht werden können. Zum Beispiel kann das Besteigen eines Berges beim Wandern oder Klettern als Symbol für das Überwinden von Hindernissen interpretiert werden. Als weiteres Beispiel wurde im Kampfkunst-Workshop die Brückenmetapher "Chum Kiu" vorgestellt und durch eine entsprechende Übung veranschaulicht, um den Aufbau von Verbindungen zu Zielen, Menschen und Problemlösungen zu symbolisieren. Die Lehren des Wing Chun, was wörtlich übersetzt "schöner Frühling" bedeutet, unterstrichen, dass wir auch nach schwierigen Zeiten wie im Frühling wieder aufblühen und neue Kraft schöpfen können.

Die Kombination von Sport und Storytelling bietet einen vielversprechenden Ansatz zur Traumabewältigung, der ganzheitlich, empowernd und gemeinschaftlich ist.



## Feedback und Bewertung

Im Anschluss an die Treffen in Izmir und Frankfurt am Main wurden mündliche und schriftliche Rückmeldungen gesammelt, um ein umfassendes Feedback zum Projekt zu erhalten. Die Ergebnisse des Fragebogens sind im Folgenden zusammengefasst:

*Wie beurteilst du die Organisation und Planung des Austauschs, einschließlich der Anmeldung und der Kommunikation im Vorfeld?*

Die Teilnehmer:innen bewerteten die Organisation und Planung des Austauschs insgesamt positiv, lobten die effektive Kommunikation im Vorfeld sowie die Nutzung der Slack-App zur Organisation. Die meisten Teilnehmer empfanden die Kommunikation als flüssig und zuverlässig. Insgesamt wurde die Veranstaltung als gut organisiert, super und unkompliziert bewertet.

*Welche Workshops oder Programmpunkte haben Dir am besten gefallen und warum?*

Die Teilnehmer:innen genossen die Vielfalt der Workshops und Programmpunkte, da jeder eine neue Perspektive bot, die als hilfreich angesehen wurde. Der Ausflug zum Haus von Bayetav wurde als besonders bereichernd empfunden, ebenso der Ausflug zu dem Übungsgelände von AFAD. Die Teilnehmer:innen schätzten auch die Mischung aus praktischen Übungen, Beiträgen der Teilnehmer:innen selbst und inhaltlichen Inputs von externen Fachexpert:innen. Als besonders herausragend wurden in Izmir der fachliche Input zu Trauma, der Workshop zu Kampfsport und in Frankfurt der Vortrag zur Verbindung von Sport & Storytelling bewertet.

*Gibt es bestimmte Inhalte oder Themen, die Du gerne im Programm gehabt hättest, die aber gefehlt haben?*

Das Zwischenfeedback nach der Veranstaltung in Izmir ergab, dass einige Teilnehmer:innen sich gewünscht hätten, dass das Programm stärker auf den Zusammenhang mit Traumabewältigung eingegangen wäre und auf dieser Grundlage Bewältigungshilfen erarbeitet worden wären. Eine andere Teilnehmerin hätte sich gewünscht, dass mehr zum Thema Storytelling gearbeitet und mehr praktische Übungen durchgeführt worden wären. Ein anderer Teilnehmer schlug vor, mehr Gewicht auf Storytelling und andere Sportarten zu legen.

Es wurde versucht, auf dieses Feedback zu reagieren, indem in Frankfurt mehr Wert auf Storytelling gelegt wurde und auch mehr praktische Übungen eingebaut wurden.

*Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 10 (ausgezeichnet), wie gut ist es gelungen, die Inhalte aus den Workshops in IZMIR in FRANKFURT zu vertiefen?*

Die Frage, inwieweit das Treffen in Frankfurt an die Themen von Izmir anknüpfen und diese vertiefen konnte, wurde im Mittel mit 8,3 bewertet.

*Wie beurteilst Du die Qualität der Referent:innen und Trainer:innen? Gab es herausragende Trainer:innen oder Referent:innen?*

Die Qualität der Referent:innen und Trainer:innen wurde insgesamt als sehr gut bewertet, wobei alle als fachlich kompetent und in der Lage, ihr Wissen professionell zu vermitteln, wahrgenommen wurden.

Die Teilnehmer:innen schätzten die Vielfalt der Beiträge, die von persönlichen Erfahrungen bis hin zu verschiedenen Methoden reichten, und fanden die bunte Mischung interessant. Insgesamt wurden die Referenten:innen und Trainer:innen als super bewertet.

*Wie empfandest Du die Möglichkeiten zur Interaktion und zum Networking mit anderen Teilnehmer:innen?*

Die Teilnehmer:innen bewerteten die Möglichkeiten zur Interaktion und zum Networking als sehr gut. Die Nutzung von Plattformen wie Slack und WhatsApp sowie die gemeinsame Unterbringung boten gute Möglichkeiten, in Kontakt zu bleiben und gemeinsame Aktivitäten zu unternehmen. Die Möglichkeit der Übersetzung erleichterte das Networking zusätzlich. Auch wenn die türkische Sprache in den Diskussionen manchmal dominierte und Sprachbarrieren auftraten, waren alle sehr bemüht, eine gemeinsame Verständigung zu finden. Insgesamt wurden die Interaktionsmöglichkeiten als sehr gut bewertet.

*Glaubst Du, dass das Gelernte in Deiner beruflichen Praxis anwendbar ist?*

Die Teilnehmer:innen sind sich einig, dass viele Konzepte und Erkenntnisse aus den Workshops direkt in ihre berufliche Praxis übertragbar sind. Auch wenn nicht alle sportlichen Aspekte relevant sind, können die gewonnenen Erkenntnisse helfen, das Selbstbewusstsein zu stärken, Resilienz aufzubauen und individuelle Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Die Diskussion über den Transfer in die Praxis wurde als sehr hilfreich empfunden und insgesamt wurden die Workshop-Programme als bereichernd für die berufliche Praxis bewertet.

*Auf einer Skala von 1 (sehr schlecht) bis 10 (ausgezeichnet), wie würdest Du den Fachkräfteaustausch insgesamt bewerten?*

Die durchschnittliche Bewertung der Teilnehmer:innen aus Deutschland für die Veranstaltung in Izmir liegt bei 9 die durchschnittliche Bewertung der Teilnehmer:innen aus der Türkei liegt bei 8,5. Die durchschnittliche Bewertung der Teilnehmer:innen aus Deutschland für die Veranstaltung in Frankfurt liegt bei 9,6 die durchschnittliche Bewertung der Teilnehmer:innen aus der Türkei liegt bei 8,2.

*Hast Du sonstiges Feedback oder Verbesserungsvorschläge für zukünftige Veranstaltungen dieser Art?*

Einige Teilnehmer:innen schlugen vor, einen weiteren Seminartag einzuplanen, um das Programm zu entzerren und mehr Zeit für Workshops und Austauschrunden zu haben. Sie waren auch der Meinung, dass mehr Pausen den Tag entspannter gemacht hätten. Das Hotel wurde im Großen und Ganzen als angenehm empfunden, aber einige Teilnehmer:innen hätten es praktisch gefunden, wenn es in der Nähe mehr Infrastruktur zum Essen und Einkaufen gegeben hätte (Hotel Feedback bezieht sich auf das Treffen in Izmir). Insgesamt waren die Teilnehmer:innen jedoch sehr dankbar für den Austausch und die Veranstaltung.



## Ausblick und Danksagung

Basierend auf den Erfahrungen und Diskussionen des Fachkräfteaustausches wird in einem nächsten Schritt ein Handbuch als praktischer Leitfaden für Fachkräfte im Bereich Traumabewältigung durch Sport und Storytelling erstellt. Des Weiteren sind Projektideen für einen Austausch mit Lehrkräften aus den Regionen Gaziantep und Hatay in Vorbereitung. Wir möchten uns bei allen bedanken, die zum Gelingen dieses Austausches beigetragen haben. Von den Organisator:innen und Referent:innen bis hin zu den Teilnehmer:innen und Unterstützer:innen - ohne Eurer Engagement und Eure Unterstützung wäre dieser Austausch nicht möglich gewesen.

## Impressum

Herausgeber  
Martial Arts for Peace gemeinnützige GmbH  
Eschersheimer Landstr. 42  
60322 Frankfurt am Main  
+49 69 24756649  
contact@martialartsforpeace.org  
www.martialartsforpeace.org

Verantwortlich  
Jasmin Dirinpur

Redaktion und Gestaltung  
Martial Arts for Peace

**FOLLOW US**

