

Förderung psychischer Gesundheit von Flüchtlingen

Fachtagung
„Sprach- und Kulturmittlung“
16.-17. Juni 2004 Berlin



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Arbeit



Europäische Union
Europäischer Sozialfonds

Gemeinschaftsinitiative
Equal

Menschen auf der Flucht!

Wer kommt ?

**Es kommen auch
psychisch Beeinträchtigte !**

Traumaverarbeitung - Erinnern und Trauern

Beschießung eines Waffendepots



SEPA

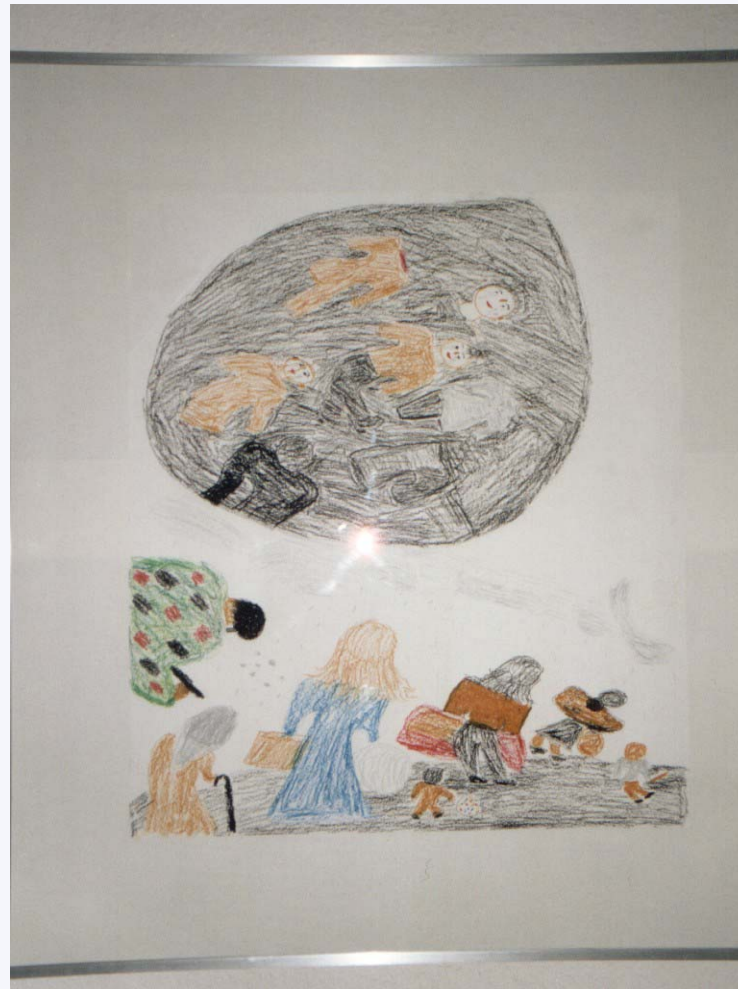
GEMEINSCHAFTSINITIATIVE EQUAL

Zitate

- ▶ *Manchmal möchte ich schreien, aber der Schrei bleibt im Hals stecken. Ich bin untergegangen.*
- ▶ *Ich denke immer, dass ich gerne einen Teil meiner Jugend zurück hätte, als ich stark war, Kraft hatte und ich dachte, dass mich nichts zerstören und zurückwerfen könnte. Ich kämpfe, um mich von der Angst zu befreien, um selber glücklich zu werden.*

Muslimin aus Bosnien

Grube mit Leichen und Leichenteilen



Zitate

- ▶ *Ich hasse Männer, manchmal auch meinen Mann. Er kann nichts dafür, was andere Männer mir angetan haben, aber trotzdem kommt der Hass. Ich sage es ihm nicht.*
- ▶ *Ich habe keine Heimat, ich hasse alles. Früher wusste ich nicht, was Hass ist. Er kommt von selbst.*
- ▶ *Ich schäme mich dafür, vergewaltigt worden zu sein.*
- ▶ *Ich frage mich, warum ich nicht umgebracht wurde nach all den Qualen.*
- ▶ *Ich muss für das Kind leben. Ich habe keine Zukunftsperspektive.*

Moslemische Lehrerin aus Bosnien

Traumaverarbeitung - Trauern und Erinnern

Die Augen eines getöteten Mädchens am Wegesrand



Zitate

- ▶ ***Ich habe ständig Angst. Angst, wenn jemand ein Messer in der Hand hält; Angst, wenn jemand am Haus entlang geht. Ich erschrecke bei jedem Geräusch.***
- ▶ ***Ich mag Musik sehr gerne und möchte auch tanzen. Jedes Mal, wenn ich singe, fange ich an zu weinen. So als ob ich nichts Schönes mehr erleben dürfe, weil dann immer gleich das Schlimme kommt. Wenn ich etwas Schönes erlebe, kommen gleich Schuldgefühle: „Ich darf mich nicht mehr freuen nach all dem Leid.“***

Kroatische Frau aus Bosnien

Traumverarbeitung - Trauern und Erinnern

Flucht, Verfolgung und Versteck im Wald



Zitate

- ▶ *Was hat man vom Leben? Ich lebe, aber was ist das für ein Leben? In diesem Leben gibt es nichts mehr. Das Leben ist nicht mehr schön. Der Regen ist nicht mehr schön. Alles ist anders.*
- ▶ *Wenn ich erzähle, kommen immer wieder die Erinnerungen. Deshalb vermeide ich darüber zu erzählen. Es wird nie weggehen. Bis zu meinem 18. Lebensjahr (1992) war mein Leben schön.*
- ▶ *Die Vergangenheit lebt in mir. Ich werde nie vergessen können.*

Muslimin aus Srebrenica

Zitate

- ▶ ***Im Frieden hast du Freunde, im Krieg nicht. Im Frieden kann man den Menschen glauben, im Krieg nicht.***
- ▶ ***Vielleicht denke ich zuviel. Der Krieg ist vorbei, aber ich denke immer an den Krieg. Ich möchte vergessen können, einen neuen Anfang machen.***

Moslemischer Mann aus Bosnien

Traumaverarbeitung - Erinnern und Trauern

Rettungsboote für die Flucht



Zitat

- ▶ ***Ich habe alles in meinem Inneren tief eingeschlossen, das Schlimme, das ich im Krieg erlebt habe. Es darf nicht hochkommen, das wäre zu schlimm. Jemand muss für die Familie sorgen, sie zusammenhalten.***

Moslem aus Bosnien

Die klinische Sichtweise Symptome psychischer Störungen

- ▶ **Schlaflosigkeit, Alpträume, wiederkehrende Erinnerungen auch am Tage**
- ▶ **Psychosomatische Störungen**
- ▶ **Depressionen und Ängste**
- ▶ **Initiativlosigkeit und Zukunftsangst**
- ▶ **Verlust von Selbst- und Weltvertrauen**
- ▶ **Misstrauen und soziale Isolation**
- ▶ **Reizbarkeit**

Verstärkung der Symptomatik durch interne und externe Faktoren

- ▶ **Interne Beeinträchtigungen durch psychische Belastungen (psychosomatische Beschwerden, Hilflosigkeit) und das Fehlen von Fertigkeiten und Kenntnissen (Sprachkenntnisse, berufliche Fertigkeiten)**
- ▶ **Beeinträchtigung durch Einschränkung der Gesundheitsversorgung während des Verfahrens (Reduzierung auf das medizinisch Unabdingbare)**
- ▶ **Externe Beeinträchtigungen durch restriktive rechtliche Rahmenbedingungen während des Verfahrens (Arbeitserlaubnis, Residenzpflicht, Sachleistungsbezug)**

Förderung der psychischen Gesundheit bei SEPA

Integrierter SEPA Ansatz

| | |
|--------------------------------------|---|
| Psychosoziale Perspektive | Qualifizierungs- perspektive |
| Ziel Arbeitsfähigkeit | Ziel Beschäftigungs- fähigkeit |

Förderung der psychischen Gesundheit bei SEPA

- ▶ **Förderung von Arbeits- und Beschäftigungsfähigkeit von Flüchtlingen durch einen integrierten Ansatz mit psychosozialen und qualifizierenden Komponenten**
- ▶ **Innerhalb des integrierten Ansatzes aus psychologischer Sicht folgende Teilelemente:**
 - ▶ **Therapie als Vorbereitung für Qualifizierungen**
 - ▶ **Qualifizierung als Teil der Therapie**
 - ▶ **Psychologische Begleitung der Qualifizierung bei einigen als Teil der Therapie und bei anderen zur psychischen Stabilisierung**

Förderung der psychischen Gesundheit bei SEPA - Zielgruppen -

Zielgruppen:

- AsylbewerberInnen
- Flüchtlinge mit nicht gesichertem Aufenthalt
- Geduldete

Besondere Zielgruppen:

- Frauen, die oftmals besonders isoliert sind
- Jugendliche, die oftmals die Schule besuchen
- Traumatisierte, die meistens zusätzlich in Behandlung sind

Flüchtlinge, die alle unter den vielfältigen Belastungen der Flüchtlingssituation leiden

Förderung der psychischen Gesundheit bei SEPA

- Ziele -

- ▶ **Verbesserung des psychischen Wohlbefindens**
- ▶ **Stabilisierung und Unterstützung**
- ▶ **Linderung des Leides der Betroffenen**
- ▶ **Prävention gegen die Entstehung oder Verschlimmerung von psychischen Störungen**
- ▶ **Stützung nach Klinikaufenthalt zur weiteren „Rehabilitation“**
- ▶ **Aufbau von sozialer und berufsbezogener Handlungskompetenz**
- ▶ **Erhöhung der Fähigkeit zum Selbst-Management der Betroffenen**

Förderung der psychischen Gesundheit bei SEPA

- Angebote I -

Psychologische Einzelgespräche

- ▶ Begleitung von Lernfortschritten in SEPA-Maßnahmen
- ▶ Lebensplanbezogene Beratung zur Entwicklung von Qualifizierungs- und Berufsperspektiven
- ▶ Beratung bei akuten Problemen in der Sammel-unterkunft während des SEPA-Programms

Psychologische Gruppenangebote

- ▶ Stressbewältigung: allgemeine Methoden und Auseinandersetzung mit konkreten Situationen

Förderung der psychischen Gesundheit bei SEPA - Angebote II -

- ▶ **Psychoedukation** zu Traumatisierung, Kulturschock, Trauma des Exils
- ▶ Gruppenarbeit zu Problemlösung, Entspannungstraining und Belastungsausgleich

- ▶ **Gesprächsrunden** mit wechselnden Themen
- ▶ Kontakt und Informationsveranstaltungen mit Sozialarbeitern und Anleiterinnen der SEPA-Qualifizierungsmaßnahmen
- ▶ Kontakte mit Behörden
- ▶ Kontakt ggf. Überweisung zu Psychotherapeuten und Kliniken
- ▶ Vernetzung mit beteiligten Personen und Institutionen (Ärzte, Rechtsanwälte, Ämter)

Förderung der psychischen Gesundheit bei SEPA

- Ergebnisse -

- ▶ **Ermöglichung aber auch Vermeidung von Klinikaufenthalten**
- ▶ **Entwicklung von vertrauensvollen Bindungen in Gruppen der sozialen Unterstützung**
- ▶ **Strukturierung von Alltagsabläufen**
- ▶ **Lernfortschritte und Überwindung der sozialen Isolation in der Lerngruppe**
- ▶ **Aufrechterhaltung einer Berufstätigkeit trotz Belastung**

- ▶ **Zertifikaterwerb auch von belasteten Personen**

Förderung psychischer Gesundheit von Flüchtlingen

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !

www.equal-sepa.de

