

Maßnahmenkatalog

Empfehlungen für Maßnahmen zur Verbesserung des
psychischen Wohlbefindens von Menschen mit
Migrationshintergrund

Stand Juli 2019

Im Rahmen des Kooperationsprojekts „Blickwechsel – Migration und psychische Gesundheit“ – durchgeführt von der Gesundheit Österreich Forschungs- und Planungs GmbH und FEM Süd und finanziert aus Mitteln der Gemeinsamen Gesundheitsziele aus dem Rahmen-Pharmavertrag – wurden unter anderem Empfehlungen für Maßnahmen zur Verbesserung der psychischen Gesundheit von Menschen mit Migrationshintergrund abgeleitet. Diese Empfehlungen berücksichtigen das vielfältige Verständnis psychischer Gesundheit und die konkreten Hürden, aber auch die förderlichen Faktoren, die Menschen mit Migrationshintergrund bei der Inanspruchnahme von psychosozialen Unterstützungsleistungen erleben. Bei einem Workshop im Mai 2019 wurden zusätzlich konkrete Anregungen für die Planung und Umsetzung von Maßnahmen formuliert und bestehende Aktivitäten bzw. gelungene Beispiele aus der Praxis als Anknüpfungsmöglichkeiten identifiziert. Die Empfehlungen und Anregungen wurden folgendermaßen strukturiert: Maßnahmen zur Förderung individueller Kompetenzen (ab Seite 3), strukturelle Maßnahmen (ab Seite 10) und Maßnahmen auf gesellschaftlicher Ebene (ab Seite 14).

Zu dem Workshop wurden jene Fachleute eingeladen, die bereits in das Projekt eingebunden waren, sowie die Mitglieder der *ExpertInnengruppe für psychosoziale Gesundheit von Menschen mit Fluchthintergrund*. An dem Workshop nahmen vor allem Fachleute aus dem Raum Wien teil, weshalb auch die meisten Beispiele aus Wien kommen. Dies bedeutet jedoch nicht, dass nicht auch in anderen Bundesländern gelungene Praxisbeispiele zu finden wären.

**Wir möchten uns bei allen Beteiligten für
ihre Mitwirkung und die Anregungen bedanken!**

Weitere Informationen und den Link zum Projektbericht finden Sie hier:
www.goeg.at/Blickwechsel

Redaktion:

Marion Weigl
Sylvia Gaiswinkler
Huberta Haider
Hilde Wolf

Zitiervorschlag: Weigl, Marion; Gaiswinkler, Sylvia; Wolf Hilde; Haider, Huberta (2019): Maßnahmenkatalog. Empfehlungen für Maßnahmen zur Verbesserung des psychischen Wohlbefindens von Menschen mit Migrationshintergrund. Gesundheit Österreich und FEM Süd. Wien

Eigentümerin, Herausgeberin und Verlegerin: Gesundheit Österreich GmbH,
Stubenring 6, 1010 Wien, Tel. +43 1 515 61, Website: www.goeg.at

Maßnahmenpaket 1

Maßnahmen zur Förderung individueller Kompetenzen

Maßnahmen, die sich an Mitarbeiter/-innen aus relevanten Einrichtungen richten

◆ Förderung von kultursensiblen Arbeiten

Alle Berufsgruppen, die im Rahmen einer medizinischen Untersuchung oder Behandlung, eines psychosozialen Unterstützungsangebots oder in einem Beratungssetting (z. B. Familien- und Frauenberatungsstellen, Arbeitsmarktservice etc.) mit Menschen mit Migrationshintergrund zu tun haben, sollten grundsätzlich für kultursensibles Arbeiten sensibilisiert werden. Dazu gehört vor allem die Vermittlung entsprechender Kompetenzen und Haltungen. Es ist dabei auch wichtig, Wissen über mit Migration einhergehende Lebensrealitäten zu erwerben und Bewusstsein dafür zu entwickeln, dass sich z. B. das Gesundheitssystem – und damit die zur Verfügung stehenden Angebote – in den Herkunftsländern von dem österreichischen unterscheiden kann, was wiederum manche Reaktionen bzw. Handlungen erklären kann.

Ein weiterer wichtiger Aspekt in diesem Zusammenhang ist das Arbeiten mit Sprachmittlern/-mittlerinnen bzw. der Einsatz von Videodolmetschern. Das Hinzuziehen von Personen zur Übersetzung erfordert nicht nur eine entsprechende Vor- und Nachbereitung, es müssen auch während des Einsatzes gewisse Regeln beachtet werden (z. B. Rollen erklären, ausreichend Zeit für Nachfragen zulassen). Ausführliche Empfehlungen zu diesem Thema liegen bereits vor¹.

Es scheint aber auch wichtig zu sein, das Bewusstsein für potenzielle langfristige Auswirkungen des eigenen Tuns auf die migrantischen Communitys zu schärfen: Dieses kann zu einem verbesserten Verständnis psychischer Gesundheit, ihrer Ursachen und möglicher Unterstützungsangebote nicht nur bei einzelnen Betroffenen, sondern auch in den Communitys beitragen. Es kann aber auch – je nach Erfahrungen der Betroffenen – zur Entstehung und Verbreitung eines positiven oder negativen Narrativs in den Communitys führen und damit einen nachhaltigen Einfluss auf das Vertrauen in das System haben.

1

beispielsweise Kluge, U. (2018): Sprach- und Kulturmittler im interkulturellen psychotherapeutischen Setting. In: Machleidt, W., et al. (2018): Praxis der interkulturellen Psychiatrie und Psychotherapie. Elsevier GmbH, München

Förderung von kultursensiblen Arbeiten: Was ist zu tun?

Um dies zu erreichen, sollten verstärkt entsprechende Fortbildungen (Seminare bzw. Workshops) angeboten und das Thema in die Ausbildung integriert werden. Idealerweise erfolgt dies in Kooperation mit der jeweiligen Berufsgruppenvertretung, z. B. der Ärztekammer. Als eine besonders wichtige Zielgruppe wurden Ärzte/Ärztinnen für Allgemeinmedizin identifiziert, da sie oft die erste Anlaufstelle für Menschen mit Migrationshintergrund sind, aber auch Psychologen/Psychologinnen, Psychotherapeuten/-therapeutinnen und Psychiater/-innen. Primärversorgungseinheiten können zukünftig ebenfalls eine wichtige Rolle spielen, entsprechende Fortbildungen sollten daher auch den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen dieser Einrichtungen angeboten werden.

◆ Förderung der Wahrnehmung psychischer Belastungen

Darüber hinaus sollte dafür sensibilisiert werden, psychische Belastungen wahrzunehmen. Dies gilt insbesondere für das Erkennen von Krisen, Suizidalität und Depression, aber auch für den Umgang mit Gewalt. Psychische Probleme werden oft über körperliche Symptome angedeutet (z. B. Schlafstörungen, Schmerzen am ganzen Körper, Konzentrationsprobleme) und können so auch angesprochen bzw. erfragt werden. Angst ist eine normale Reaktion auf traumatisierende Ereignisse und kann relativ leicht thematisiert werden. Auch hier ist es zusätzlich notwendig, die für den Umgang mit einem doch sehr sensiblen Thema benötigten Kompetenzen zu vermitteln. Dazu gehört z. B. die Fähigkeit, psychische Belastungen in einer nicht stigmatisierenden Art und Weise anzusprechen (z. B. die Häufigkeit des Auftretens dieser Symptome zu erwähnen, nach Konzentrationsstörungen oder Schlafstörungen zu fragen), die Vermittlung zu entsprechenden Angeboten anzuregen (dabei auf deren Schweigepflicht hinzuweisen) und zu deren Inanspruchnahme zu motivieren.

◆ Förderung des Einsatzes verschiedener psychologischer / psychotherapeutischer Methoden

Ergänzend sollten Psychologen/Psychologinnen, Psychotherapeuten/-therapeutinnen und Psychiater/-innen spezifische Fortbildungen angeboten werden, die es ihnen ermöglichen, auf die jeweilige individuelle Situation einzugehen und herauszufinden, welche Methoden am erfolgversprechendsten scheinen. Dazu gehören ebenfalls bestimmte Haltungen (wie Offenheit und Unvoreingenommenheit), aber auch eine große Flexibilität hinsichtlich der eigenen Arbeitsweise und Wissen zu spezifischen Methoden, um z. B. auch weniger sprachlastig arbeiten zu können. Auch das Akzeptieren von unbekanntem Ritualen (die von den Betroffenen womöglich parallel eingesetzt werden) wird leichter, wenn sich in der Auseinandersetzung damit z. B. herausstellt, dass sie den uns bekannten Ritualen (wie Räuchern) durchaus ähnlich sind. Gute Erfahrungen liegen beispielsweise in Hinblick auf die Anwendung kunsttherapeutischer und körperorientierter Methoden vor.

Förderung des Einsatzes verschiedener psychologischer / psychotherapeutischer Methoden: Was ist zu tun?

Neben Fortbildungen zu spezifischen Methoden ist auch ein verstärkter Einsatz von Video-dolmetschen förderlich. Des Weiteren sollte die Entwicklung einer kultursensiblen Diagnostik durch Kooperationen mit entsprechenden Fachleuten forciert werden.

◆ Förderung von Reflexion und Erfahrungsaustausch

Kultursensibles Arbeiten zu erlernen ist ein Prozess, der nicht im Rahmen einer einmaligen Fortbildung abgeschlossen werden kann. Um Sicherheit gewinnen, Erlerntes abstrahieren und auf andere Situationen umsetzen zu können, braucht es die Möglichkeit, Praxiserfahrungen regelmäßig zu reflektieren und sich auszutauschen. Vor allem die Weitergabe bewährter Strategien sollte mit unterschiedlichen Formaten (z. B. anonymisierte Fallbeschreibungen diskutieren und über Plattformen zu Verfügung stellen) unterstützt werden.

Förderung von Reflexion und Erfahrungsaustausch: Was ist zu tun?

In diesem Sinne werden Vernetzungstreffen als hilfreich erachtet, aber auch verstärkte Möglichkeiten für Beratung, Supervision und Intervision ganz allgemein sowie insbesondere in Krisensituationen.

❖ Anknüpfungsmöglichkeiten

Auf Basis der vorliegenden Studienergebnisse wird bis Ende 2019 von FEM Süd und der GÖG ein Fortbildungskonzept entwickelt und getestet, das sich v. a. an Mitarbeiter/-innen verschiedener Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialbereichs richtet, die zwar mit Menschen mit Migrationshintergrund arbeiten, aber sich noch nicht intensiv mit dem Thema befassen. Umfassendere Fortbildungen wie Lehrgänge werden von verschiedenen Universitäten und Fachhochschulen angeboten. Auch Fortbildungsangebote für Psychologen/Psychologinnen, Psychotherapeuten/-therapeutinnen und Psychiater/-innen zu spezifischen Methoden bzw. zu transkulturellem Arbeiten bestehen teilweise bereits. Hier stellt sich v. a. die Frage, wie diese Angebote in Anspruch genommen werden und ob es einen Anpassungsbedarf gibt, damit das Wissen möglichst breit gestreut werden kann. Zur allgemeinen Sensibilisierung für das Thema können auch Fachtagungen und Kongresse für verschiedene Berufsgruppen (z. B. für die Primärversorgung) vermehrt genutzt werden.

Zur Förderung der Vernetzung der mit dem Thema befassten Fachleute kann u. a. die von der GÖG koordinierte Expertengruppe für psychosoziale Gesundheit von Menschen mit Fluchthintergrund genutzt werden.

Maßnahmen, die sich an Menschen mit Migrationshintergrund richten

◆ Gezielte Förderung von Gesundheitskompetenz

Um der Heterogenität dieser Zielgruppe gerecht zu werden, braucht es vielfältiges Informationsmaterial über potenzielle psychische Belastungen und Erkrankungen, damit möglicherweise einhergehende Symptome, zugrundeliegende Ursachen und verfügbare Interventionen. Dieses sollte nicht nur unterschiedliche Wissensniveaus und Sprachkenntnisse berücksichtigen, es sollte v. a. auch positive Beispiele hervorheben und den Nutzen von Interventionen für die Betroffenen und ihre Familien aufzeigen. Die Erfahrungen zeigen auch, dass ein starker Einsatz von Bildmaterial oder auch animierte Kurzvideos vorteilhaft sind, wenn u. a. auch Menschen mit geringen Deutschkenntnissen oder womöglich Analphabetinnen/Analphabeten erreicht werden sollen. Das Material sollte auf möglichst vielfältige Weise verbreitet werden, wobei insbesondere auch Schlüsselpersonen und Vereine aus den verschiedenen Communitys sowie andere Multiplikatoren/Multiplikatorinnen einbezogen werden sollten. Aber auch Angebote aus anderen Bereichen, bei denen Menschen mit Migrationshintergrund anzutreffen sind (z. B. Deutschkurse, Schulen, Moscheen, Arztpraxen, Krankenhäuser), sowie das Internet bzw. soziale Medien sollten dafür genutzt werden. Bei der Gestaltung von Informationsmaterialien und -veranstaltungen sollten Vertreter/-innen der verschiedenen Communitys eingebunden werden (um z. B. auf passende Bildsprache achten zu können und so unerwünschte Assoziationen zu verhindern).

Erfahrungen aus verschiedenen Bereichen zeigen jedoch, dass die Weitergabe von Informationsmaterial allein nicht ausreichend ist. Es braucht auch eine Form der Interaktion, um eine Auseinandersetzung mit dem Thema anstoßen zu können. Workshops für Menschen mit Migrationshintergrund (insbesondere für Menschen, die sich erst seit Kurzem in Österreich aufhalten) sollten daher zusätzlich verstärkt angeboten werden. In diesen sollte der Fokus auf Empowerment, d. h. Hilfe zur Selbsthilfe, und Psychoedukation gelegt werden. Geprüft werden sollte auch, inwieweit sich für diesen Zweck Apps eignen, insbesondere wenn es darum geht, junge Menschen zu erreichen. Aber auch geschulte und bezahlte Vermittler/-innen aus den migrantischen Communitys sollten dafür verstärkt eingesetzt werden.

Neben diesen Informationen über psychische Belastungen braucht es auch zielgruppengerechte Informationen über die konkrete Angebote bzw. Einrichtungen. Bestehendes Material sollte mit Vertretern/Vertreterinnen aus verschiedenen Communitys getestet und allenfalls adaptiert werden.

Des Weiteren müssen diese Informationen den vielen Einrichtungen und Fachleuten zur Verfügung gestellt werden, die mit Menschen mit Migrationshintergrund arbeiten, damit diese sich nicht nur einen Überblick verschaffen, sondern auch gezielt Personen an die Angebote vermitteln können. Eine Website mit gesammelten Informationen wird zwar als hilfreich erachtet, die Erfahrungen aus der Praxis zeigen jedoch, dass es aufgrund der häufigen und raschen Veränderungen der Angebote äußerst schwierig ist, eine solche Sammlung aktuell zu halten.

Gezielte Förderung von Gesundheitskompetenz: Was ist zu tun?

Zielgruppengerechtes Material sowohl zu Symptomen, Ursachen und möglichen Interventionen als auch zu den verfügbaren Angeboten und Einrichtungen muss erstellt und möglichst breit gestreut werden. Für die Vermittlung dieser Informationen gilt es, vielfältige und möglichst aufsuchende Wege zu finden, um das Knüpfen von Kontakten und die Weitergabe der Informationen möglichst in den Alltag einzubauen.

◆ Berücksichtigung der Familien als Multiplikatorinnen und Ressource

Wie auch die vorliegende Studie zeigt, spielt die Familie in migrantischen Communitys eine sehr wichtige Rolle, insbesondere dann, wenn es um sensible Themen wie psychosoziale Belastungen oder psychische Erkrankungen geht. Die Familie hat dabei eine wichtige Funktion als Unterstützerin und als Vermittlerin zu psychosozialen Angeboten. Zusätzlich zu den bereits genannten Maßnahmen sollten daher Familien gezielt gestärkt werden, damit sie diese Rolle gut wahrnehmen können. Neben der Wissensvermittlung geht es dabei auch um spezifische Angebote für Angehörige zum Erfahrungsaustausch. Idealerweise werden sie dabei auch motiviert, über ihre positiven Erfahrungen in den Communitys zu berichten. Gruppenangebote für Angehörige könnten hilfreich sein, die Erfahrungen damit sind jedoch widersprüchlich. Individuelle Beratung ist jedenfalls wichtig, ebenso wie die Verknüpfung mit sozialen Themen. Letzteres erleichtert den Aufbau von Kontakten und ermöglicht es, ganzheitlich zu arbeiten.

Darüber hinaus spielen Familien eine wichtige Rolle für die langfristige psychosoziale Gesundheit der Kinder. In der frühen Kindheit wirken sich Belastungen der Eltern nicht nur unmittelbar auf die Kinder aus, sie beeinflussen auch ihre langfristige Entwicklung. Daher sollten Familien möglichst frühzeitig unterstützt und gestärkt werden, sodass psychosoziale Belastungen reduziert, die Erziehungs- und Gesundheitskompetenzen der Eltern gefördert und in der Folge psychische Beeinträchtigungen bei den Kindern möglichst reduziert bzw. verhindert werden können².

2

weitere Informationen unter: <https://www.fruehehilfen.at/de/Fruehe-Hilfen/Wieso-Fruehe-Hilfen.htm>

Berücksichtigung der Familien als Multiplikatorinnen und Ressource: Was ist zu tun?

Spezifische Angebote zur Stärkung von Angehörigen sollten unter deren aktiver Einbindung entwickelt werden. Um möglichst frühzeitig präventiv ansetzen zu können, sollte u. a. ein Ausbau der Frühen Hilfen angestrebt werden.

❖ Anknüpfungsmöglichkeiten

Die vorliegenden Ergebnisse könnten in die Arbeit der Österreichischen Plattform für Gesundheitskompetenz einfließen bzw. über diese verbreitet werden.³ Bei der Gestaltung von Informationsmaterial und Veranstaltungen kann auf bereits bestehende Empfehlungen zurückgegriffen werden (z. B. Weigl/Gaiswinkler 2016⁴).

Als gelungene Beispiele für zielgruppengerechtes Material kann auf die *Trauma Booklets*⁵ der *NOW Working Group Trauma Surviving* verwiesen werden. Sie wurden von internationalen Fachleuten erstellt und mit Jugendlichen getestet. Auch das in Deutschland entwickelte *Traumabilderbuch*⁶ richtet sich an Flüchtlingsfamilien, aber auch an ihre Unterstützer/-innen. Weitere konkrete Beispiele gibt es bisher jedoch eher für andere Themen (z. B. Videos zum Thema „Gesundheitssystem / Arztbesuch“ der Asylkoordination oder zum Thema „Schwangerschaft“ von FEM Süd) als für den Bereich psychische Gesundheit. In Bezug auf Psychoedukation kann auf Erfahrungen / Angebote von FEM Süd⁷ bzw. MEN⁸ und Interface zurückgegriffen werden. Des Weiteren kann auf ein aktuelles Projekt der TU Wien verwiesen werden, das eine Verbesserung des Zugangs zu psychischen Interventionen durch den Einsatz von Technologie untersucht (TEAM⁹), sowie auf ein Projekt der MedUni Wien zur Entwicklung eines Online-Selbsthilfeprogramms.

3
weitere Informationen unter: <https://oepgk.at/>

4
Weigl, M., Gaiswinkler, S. (2016): Handlungsmodule für Gesundheitsförderungsmaßnahmen für/mit Migrantinnen und Migranten. GÖG, Wien

5
Diese sind unter <https://www.act-n-o-w.com/de/trauma-support/booklets/> verfügbar.

6
zu finden unter: <http://www.susannestein.de/VIA-online/traumabilderbuch.html>

7
weitere Informationen unter: http://www.fem.at/FEM_Sued/femsued.htm

8
weitere Informationen unter: <http://www.men-center.at/uebersicht.html>

9
weitere Informationen unter: <http://igw.tuwien.ac.at/hci/projects/team>

Zur Stärkung von Familien gibt es ebenfalls bereits verschiedene Ansätze in der Elternbildung, die ausgebaut werden könnten. Grundsätzlich bieten die Kinder- und Jugendhilfe bzw. Eltern- / Mütterberatungsstellen ein breites Spektrum an Angeboten zur Stärkung von Eltern- / Erziehungskompetenz an, die prinzipiell auch Eltern mit Migrationshintergrund offenstehen. Allerdings stellt sich auch hier die Frage, inwieweit diese Angebote auch tatsächlich von dieser Zielgruppe genutzt werden. Die Frühen Hilfen, die sich an Familien mit Schwangeren und/oder Kind/Kindern im Alter von 0–3 Jahren in belastenden Lebenslagen richten¹⁰, werden von Menschen mit Migrationshintergrund sehr gut angenommen. Allerdings werden auch die Frühen Hilfen derzeit in Österreich noch nicht flächendeckend umgesetzt. Familien mit Fluchthintergrund gehören jedoch ganz klar zu ihrer Zielgruppe (vgl. Positionspapier¹¹). Auch im Bereich der Suchtprävention gibt es diverse Programme, die auf eine Stärkung von Familien abzielen (z. B. *Familien stärken*) oder sogar speziell auf Eltern mit Migrationshintergrund ausgerichtet sind (z. B. *Mamma Mia*)¹².

Das Projekt *Kräfte stärken – Trauma bewältigen* des Vereins AFYA verbindet z. B. zielgruppengerecht aufbereitetes Informationsmaterial zur psychosozialen Gesundheit mit einer Stärkung von Eltern mit Fluchthintergrund¹³. Ein Leitfaden für geflüchtete Eltern und eine App erklären Reaktionen auf traumatische Erlebnisse und geben praktische Tipps für Eltern und Kinder, beides in verschiedenen Sprachen¹⁴.

Zu klären wäre, wie die vorhandenen Materialien und Angebote besser verbreitet und genutzt werden können, und ob in Bezug auf das Thema „psychosoziale Gesundheit“ Adaptierungsbedarf besteht. Zu klären wäre auch, welche Lücken es gibt und wie diese geschlossen werden können, z. B. inwiefern Eltern auch eine Multiplikator-Funktion für den Umgang mit psychosozialen Belastungen ausüben können und welche Rahmenbedingungen dafür notwendig bzw. hilfreich sind. Verschiedene Programme der Gesundheitsförderung setzen bereits geschulte Multiplikatoren/Multiplikatorinnen als Gesundheitslotsen/-lotsinnen ein (z. B. *MigrantInnen für Gesundheit* in Wien oder die Salzburger *Gesundheitslotsinnen*). Eine offene Frage ist auch, inwieweit diese bereits das Thema „psychosoziale Gesundheit“ ansprechen bzw. es stärker in ihre Arbeit aufnehmen können. Aber auch ein Ausbau und eine Professionalisierung dieser Angebote wären anzustreben.

¹⁰
weitere Informationen unter: www.fruehehilfen.at

¹¹
zu finden unter: <https://www.fruehehilfen.at/de/Service/Materialien/Artikel-Dokumente-Praesentationen/Positionspapier-Fluechtlingsfamilien.htm>

¹²
siehe auch: Horvath, I., et al. (2018): Bericht zur Drogensituation 2017. GÖG, Wien. bzw. die Websites der Fachstellen für Suchtprävention

¹³
weitere Informationen unter: <https://www.afya.at/gesundheitskreise.php>

¹⁴
zu finden unter: <https://www.afya.at/links.php>

Maßnahmenpaket 2 Strukturelle Maßnahmen

Maßnahmen auf regionaler Ebene

◆ Förderung eines systematischen und frühzeitigen Erkennens psychischer Belastungen und Beeinträchtigungen

Ein Screening aller neu zugezogenen Menschen mit Fluchthintergrund in Hinblick auf psychische Belastungen könnte dazu beitragen, dass Betroffene systematisch identifiziert und bei Bedarf gezielt an passende Unterstützungsleistungen weitervermittelt werden. Dies wird – u. a. aufgrund der hohen Prävalenz von traumatisierenden Erfahrungen – insbesondere für diese Zielgruppe empfohlen. Bei der Gestaltung eines entsprechenden Angebots ist darauf zu achten, dass es nicht zu einer (weiteren) Stigmatisierung beiträgt. Ideal ist daher eine Form, mit der es gelingt, Normalität herzustellen.

Förderung eines systematischen und frühzeitigen Erkennens psychischer Belastungen und Beeinträchtigungen: Was ist zu tun?

In diesem Sinne wird vorgeschlagen, die Empfehlungen der EU-Aufnahmerichtlinie für Erstaufnahmezentren und große Flüchtlingsunterkünfte umzusetzen.

◆ Bereitstellung eines vielfältigen und möglichst niederschwellig zugänglichen Angebots

Aufgrund der Heterogenität der Zielgruppe (in Bezug auf Herkunft, Lebenssituation und Akkulturation) sollte ein möglichst vielfältiges Angebot bereitgestellt werden, das auch muttersprachliche Betreuung bzw. Dolmetschleistungen sowie verschiedene methodische Zugänge einschließt. Gruppenangebote sollten z. B. auch für Männer ausgebaut werden. Besonderes Augenmerk sollte auf den Zugängen bzw. den Vermittlungsprozessen liegen: Damit sie gelingen, ist zum Teil besondere Sensibilität und eine intensive Begleitung erforderlich. Es sollte auch berücksichtigt werden, dass sich die Situation und Bedürfnisse der Betroffenen im Laufe der Zeit ändern; somit können sich auch hinsichtlich der verwendeten Sprache, der beteiligten Personen und der eingesetzten Methoden neue Möglichkeiten auftun. Eine regelmäßige Reflexion des Iststandes sowie allenfalls eine Adaptierung der Vorgangsweise sollten daher möglich sein.

Unabhängig davon sollte bei der Gestaltung von Angeboten grundsätzlich auch darauf geachtet werden, dass sie sozioökonomisch bzw. sozial benachteiligte Menschen gut erreichen. Diesbezüglich stellen besonders Selbstbehalte und Wartezeiten eine beträchtliche Hürde dar. Aufsuchende mobile Angebote wiederum sind in dieser Hinsicht sehr erfolgreich. Aber auch spezifische Dienste wie Gesundheitstaxis und die Übernahme von Fahrtkosten können v. a. im ländlichen Raum eine wichtige Rolle spielen. Auch bei der Planung diesbezüglicher Angebote kann auf bestehende Empfehlungen zurückgegriffen werden (z. B. Klein et al. 2015¹⁵).

Idealerweise sollte das vorhandene Angebot adaptiert und, nur wo notwendig, durch neue spezifische Angebote ergänzt werden. Dadurch kann verhindert werden, dass Stereotype sich verfestigen. In verschiedenen Bereichen zeigt sich, dass durch die Auseinandersetzung mit kultursensiblen Arbeiten und durch Anpassungen von Angeboten letztendlich auch sozioökonomisch bzw. sozial benachteiligte Menschen ohne Migrationshintergrund besser erreicht werden können.

Hinsichtlich einer strukturellen Verbesserung der psychosozialen Versorgung von Menschen mit Migrations- bzw. insbesondere mit Fluchthintergrund sind auch die verschiedenen Berufsvertretungen (z. B. medizinische Fachgesellschaften) gefordert, Handlungsempfehlungen auszuspähen und Leitlinien zu erarbeiten.

Es sollte auch überlegt werden, wie kultursensible Kompetenzen sichtbar gemacht werden können. Mehrsprachige Informationen sind dazu gut geeignet, da sie auch eine akzeptierende Haltung vermitteln – und damit ein Zugehörigkeitsgefühl ermöglichen. Die Vernetzung mit Schlüsselpersonen und Vereinen aus den Communitys trägt ebenfalls dazu bei.

Multiplikatoren/Multiplikatorinnen aus den Communitys können nicht nur dafür eingesetzt werden, Gesundheitskompetenz zu vermitteln, sie könnten z. B. auch Aufgaben übernehmen, die das Kennenlernen weiterführender Angebote fördern (z. B. kleine Gruppen zu einem Tag der offenen Tür begleiten). Sie könnten auch daran beteiligt werden, aktiv positive Erfahrungen mit psychosozialer Unterstützung zu sammeln, aufzubereiten und in ihren Communitys zu verbreiten. Allerdings ist darauf zu achten, dass Multiplikatoren/Multiplikatorinnen für ihre wichtige Vermittlerrolle auch angemessen entlohnt werden sollten. Und sie sollten auch dabei unterstützt werden, sich selbst zu präsentieren (z. B. über Blogs, Podcasts).

Darüber hinaus sollte die regionale Vernetzung mit migrantischen Communitys (Vertreter/Vertreterinnen von Religionsgemeinschaften) gefördert werden, um gegenseitiges Kennenlernen und – bei Bedarf – eine fallbezogene Kooperation zu fördern.

15

Klein, C., Fröschl, B., Kichler, R., Pertl, D., Tanios, A., Weigl M. (2015): Empfehlungen zur Chancengerechtigkeit in der Gesundheitsförderung. GÖG, Wien

Bereitstellung eines vielfältigen und möglichst niederschwellig zugänglichen Angebots: Was ist zu tun?

Aufbauend auf einer regionalen Iststandsanalyse sollte ein möglichst vielfältiges und niederschwellig zugängliches Angebot bereitgestellt werden, das auf bestehenden Angeboten aufbaut und diese bei Bedarf adaptiert und/oder ergänzt. Zu beachten ist, dass durch das Angebot selbst und dessen Verortung zusätzliche Stigmatisierung verhindert wird.

❖ Anknüpfungsmöglichkeiten

Die Ergebnisse der Studie könnten in die Planung und Umsetzung von Maßnahmen zu den Gesundheitszielen „Psychosoziale Gesundheit fördern“ und „Gesundheitliche Chancengerechtigkeit für alle Menschen in Österreich sicherstellen“ einfließen. Besonders bei der Gestaltung der psychosozialen Versorgung in Österreich aber auch von Einrichtungen und Angeboten der Flüchtlingshilfe könnte darauf Bezug genommen werden. Bestehende Initiativen zum Einsatz von Peers (z. B. Gesundheitslotsinnen) sollten ausgeweitet und allenfalls adaptiert werden.

Auch in diesem Bereich bestehen bereits einige erfolgversprechende bzw. erfolgreiche Angebote, die besser bekannt gemacht und/oder ausgeweitet werden könnten. Konkret seien hier Hemayat¹⁶ und ESRA¹⁷ mit ihren etablierten zielgruppengerechten Angeboten der psychosozialen Betreuung und Psycho-/Traumatherapie genannt. Die sozialmedizinische Beratungsstelle der Diakonie¹⁸ und die direkt in eine Flüchtlingsunterkunft der Caritas eingebettete psychosoziale Beratung sind zwei Beispiele für sehr niederschwellige Zugänge zu psychosozialer Unterstützung. Die bewährten mehrsprachigen Beratungs- und Unterstützungsangebote von FEM Süd und MEN wurden um ein neues Angebot erweitert: *NEDA* bietet Workshops zur Psychoedukation sowie psychologische Beratung aufsuchend und an den drei Standorten in verschiedenen Sprachen an und ist damit auch sehr niederschwellig zugänglich. Auch der Verein AFYA arbeitet direkt mit Betroffenen und bietet zur Bewältigung von Traumata sowohl Gesundheitskreise für Erwachsene als auch Workshops für Kinder und Jugendliche an, beides in verschiedenen Sprachen¹⁹. Ein hochspezialisiertes Angebot des Psychosozialen Dienst (PSD) für Geflüchtete, das mit qualifizierten Dolmetschern/Dolmetscherinnen arbeitet, ergänzt das Angebots im Bereich der fachärztlichen Versorgung. Die Kriseninterventionszentren haben ihre Angebote durch Fortbildungen für die Mitarbeiter/-innen an die Bedürfnisse von Menschen mit Migrationshintergrund angepasst. Im stationären Bereich ist die

¹⁶
weitere Informationen unter: <http://www.hemayat.org/>

¹⁷
weitere Informationen unter: <https://www.esra.at/>

¹⁸
weitere Informationen unter: <https://fluechtlingsdienst.diakonie.at/einrichtung/med-beratung>

¹⁹
weitere Informationen unter: <https://www.afya.at/>

Ambulanz für Transkulturelle Psychiatrie mit ihrem spezialisierten Angebot zu erwähnen, die derzeit auch an der Entwicklung eines Online-Selbsthilfeprogramms beteiligt ist.

Zum Teil sind bei den genannten Angeboten jedoch die Kapazitäten nicht ausreichend oder die Vermittlung funktioniert nicht wie erwartet. Hier wäre einerseits zu klären, ob die Inanspruchnahme durch verstärkte Vernetzung und zielgruppengerechte Information gefördert werden kann. Andererseits wären ein Ausbau der Angebote sowie ein Überführen erfolgreicher Projekte in eine Regelversorgung wünschenswert. Des Weiteren bleibt zu klären, welche Lücken noch bestehen und wie diese geschlossen werden können.

Beispiele für Handlungsempfehlungen und Leitlinien finden sich in Deutschland oder Schweden. Für Österreich ist das Positionspapier²⁰ der Österreichischen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik (ÖGPP) und der Österreichischen Gesellschaft für Sozialpsychiatrie (ÖGSP) zu erwähnen, das Empfehlungen für die psychosoziale Versorgung geflüchteter Menschen enthält.

20

zu finden unter: https://www.oegpp.at/fileadmin/user_upload/news/Positionspapier_Fluechtlinge_2018-01-17_LV_OEGPP-OEGSP.pdf

Maßnahmenpaket 3 Maßnahmen auf gesellschaftlicher Ebene

◆ Entstigmatisierung von Menschen mit psychischen Belastungen

Neben den bereits erwähnten Maßnahmen zur gezielten Förderung der Gesundheitskompetenz in migrantischen Communitys, die über die Vermittlung von Wissen auch zur Entstigmatisierung beitragen, gilt es, weitere spezifische Maßnahmen zu setzen. Dazu sollten Aktivitäten, die mit dem Ziel der Entstigmatisierung psychisch kranker Menschen in Österreich geplant bzw. umgesetzt werden, auf notwendige Adaptierungen für verschiedene Communitys hin überprüft und z. B. übersetzt sowie mit jeweils passenden Beispielen versehen werden. Die Erfahrungen mit der türkischsprachigen Community zeigen, dass für solche Aktivitäten auch muttersprachliche bzw. spezifische Medien genutzt werden sollten. Grundsätzlich sollten entsprechende Maßnahmen in einem partizipativen Prozess entwickelt werden. Darüber hinaus gilt es, eine aktive Kommunikation über positive Erfahrungen zu fördern, um auch über diesen Weg zu einer „Normalisierung“ beizutragen.

Entstigmatisierung von Menschen mit psychischen Belastungen: Was ist zu tun?

Einerseits sollte die Wahrnehmung psychosozialer Belastungen als Normalität gefördert und andererseits spezifische Maßnahmen partizipativ entwickelt werden.

◆ Verbesserung der gesellschaftlichen Teilhabe von Menschen mit Migrationshintergrund

Wie bereits vielfach beschrieben, bestätigen auch die im Rahmen der vorliegenden Studie geführten Interviews den großen Einfluss der aktuellen Lebenssituation auf das psychische Wohlbefinden. Menschen mit Migrationshintergrund sind oft sozioökonomisch und sozial benachteiligt und haben daher mit vielfältigen Problemen zu kämpfen, die sich – wie auch bei Menschen ohne Migrationshintergrund – als soziale Determinanten auf die psychische Gesundheit auswirken. Dazu gehört die Verbesserung des Arbeitsmarktzugangs (z. B. durch Anerkennung bestehender Kompetenzen bzw. die Schaffung sinnvoller Beschäftigungsmöglichkeiten). Auch die Erfahrungen mit der türkischsprachigen Community bestätigen, dass sich die Förderung von Bildung v. a. in den späteren Generationen positiv auswirkt. Im Rahmen einer besseren Ausbildung kann nicht nur relevantes Grundlagenwissen (zu gesundheitlichen Zusammenhängen) vermittelt werden, sie trägt auch wesentlich zu besseren Zukunftsperspektiven der Menschen bei (z. B. bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt) und somit indirekt wiederum zu einem verbesserten psychischen Wohlbefinden.

Besonders negativ scheinen sich Rahmenbedingungen auszuwirken, die zu einem „Im-Kreis-Schicken“ führen. Es ist daher notwendig, auf solche problematischen Vermittlungs-/Zuweisungsprozesse und deren Auswirkungen aufmerksam zu machen und diese für alle Betroffenen zu verbessern.

Aufgrund des Zusammenhangs von sozialen Determinanten und psychischer Gesundheit sind auch die verschiedenen Berufsvertretungen (z. B. medizinische Fachgesellschaften) gefragt, Empfehlungen zu Integrationsmaßnahmen bzw. zu bestehenden Hürden für Integration abzugeben.

Ein wichtiges Thema in diesem Zusammenhang sind Diskriminierungserfahrungen. Es sollten daher gezielte Aktivitäten gesetzt werden, die solche Erfahrungen reduzieren bzw. verhindern helfen. Dies kann z. B. durch Maßnahmen zur Bewusstseinsbildung oder durch das Schaffen von Fakten durch entsprechende Dokumentation und das Aufzeigen von Diskriminierung erfolgen. Negative Zuschreibungen in den Medien sowie erlebte Diskriminierung wirken sich auf das psychische Wohlbefinden aus und können zur Entwicklung psychischer Probleme beitragen. Die personelle Vielfalt in Redaktionsteams sollte gezielt gefördert werden. Role Models als positive Beispiele, aber auch das Thematisieren im Schulunterricht kann sowohl zur Bewusstseinsbildung als auch zur Stärkung von Menschen mit Migrationshintergrund beitragen. Die Förderung eines verstärkten Austausches zwischen Menschen ohne und Menschen mit Migrationshintergrund kann ebenfalls zu einem besseren Miteinander führen.

Verbesserung der gesellschaftlichen Teilhabe von Menschen mit Migrationshintergrund: Was ist zu tun?

Die Gestaltung jener Rahmenbedingungen, die Möglichkeiten einer gesellschaftlichen Teilhabe von Menschen mit Migrationshintergrund beeinflussen, sollte unter dem Motto „Vielfalt als Chance“ erfolgen. Negative Konsequenzen aber auch erlebte Diskriminierung sollten aufgezeigt werden. Eine positive Kommunikation und der verstärkte Einsatz von Role Models (z. B. in Schulen) sollten gefördert werden.

❖ Anknüpfungsmöglichkeiten

Die Ergebnisse könnten in die Gestaltung und Umsetzung von Maßnahmen zum Gesundheitsziel „Durch sozialen Zusammenhalt die Gesundheit stärken“, aber auch zum Gesundheitsziel „Gesundheitliche Chancengerechtigkeit für alle Menschen in Österreich sicherstellen“ einfließen. Aufbauend auf dem Positionspapier der Österreichischen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik (ÖGPP) und der Österreichischen Gesellschaft für Sozialpsychiatrie (ÖGSP), das auch Empfehlungen hinsichtlich Integrationsmaßnahmen für Menschen mit Fluchthintergrund enthält, könnten weitere Handlungsempfehlungen bzw. Leitlinien erarbeitet werden. Aufgrund der Empfehlungen könnten aber auch bestehende Integrationsmaßnahmen überprüft und verbessert werden.

Bei der Planung und Gestaltung von Maßnahmen zur Entstigmatisierung kann unter Umständen auch auf Ergebnisse anderer Arbeiten (z. B. der an der GÖG in der Abteilung Psychosoziale Gesundheit angesiedelten Kompetenzgruppe Entstigmatisierung) zurückgegriffen werden. Gleichzeitig sollte das Thema „Migration“ in diesen Arbeiten stärker Berücksichtigung finden. Spezifische Initiativen zur Entstigmatisierung (z. B. Jugendliche als *young champions* berichten über ihre Therapieerfahrungen, Anna Freud Centre UK) sollten etabliert werden.

Sowohl die bestehenden Möglichkeiten zur Förderung von Aus- und Weiterbildung (z. B. über ÖIF, AMS, VHS, ABZ Austria) als auch die vielfältigen Initiativen zur Förderung des sozialen Zusammenhalts (z. B. *Lobby.16*²¹, *projektXchange* des Roten Kreuzes²², *Heroes*²³) sollten unterstützt und ausgebaut werden. Des Weiteren könnte die Arbeit des Vereins *ZARA – Zivilcourage und Anti-Rassismus-Arbeit* gestärkt werden, damit Antidiskriminierungsworkshops breiter angeboten und genutzt werden. Spezifische Workshops für Menschen mit Migrationshintergrund wären eine gute Ergänzung. Von der Armutskonferenz wurde z. B. ein Leitfaden erarbeitet, der armutsbetroffene Menschen dabei unterstützen soll, selbst gegen Beschämung aktiv zu werden²⁴. Dieser könnte auch in Peer-Workshops zum Thema „Antidiskriminierung“ eingesetzt werden. Ein weiterer Leitfaden richtet sich an Mitarbeiter/-innen von Gesundheitseinrichtungen und Behörden. Aber auch Aktivitäten zur Förderung von Kontakten zwischen Menschen mit und ohne Migrationshintergrund sollten fortgesetzt werden (z. B. diverse Buddy-Projekte wie *connecting people* der asylkoordination österreich²⁵ oder *Start with a Friend Austria*²⁶).

Letztendlich sollte auch die vom Presserat erstellte Checkliste „Verantwortungsvoller Journalismus in der Flüchtlingsberichterstattung“²⁷ stärker bekanntgemacht und deren Einhaltung eingefordert werden.

21
weitere Informationen unter: <https://www.lobby16.org/>

22
weitere Informationen unter: <https://www.roteskreuz.at/migration-suchdienst/integration/projektxchange/>

23
weitere Informationen unter: <https://www.heroes-net.de/>

24
zu finden unter: <http://www.armutskonferenz.at/aktivitaeten/tu-was-gegen-beschaemung.html>

25
weitere Informationen unter: <http://www.connectingpeople.at/>

26
weitere Informationen unter: <https://www.start-with-a-friend.de/>

27
zu finden unter: https://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20161129_OTS0033/checkliste-des-presserats-zur-berichterstattung-ueber-fluechtlinge