

BARMER

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

B.A.G
SELBSTHILFE

AKTIVE MITGLIEDER GESUCHT

SELBSTHILFE DER ZUKUNFT

Auswertung der Interviewreihe
zum Thema
„Migration und Selbsthilfe“



Inhalt

S. 3__1. Einleitung

S. 4__2. Die Ergebnisse der Interviewreihe

S. 6__3. Ansätze zur Öffnung der Selbsthilfe für Menschen mit Migrationsgeschichte

S. 6__ Kommunikation

S. 6__ Die Angebote

S. 6__ Vernetzung

S. 7__ Förderung von Kompetenzen innerhalb der Selbsthilfeorganisation

1. Einleitung

Selbsthilfegruppen von und mit Menschen mit Migrationsgeschichte sind insgesamt selten. Auch sonst engagieren sich bislang unterdurchschnittliche viele Menschen mit Migrationshintergrund in der Selbsthilfe. Eine Befragung der NAKOS hat ergeben, dass 43 von 210 Selbsthilfegruppen fremdsprachliche Selbsthilfegruppen, mit insgesamt 14 verschiedenen Sprachen sind. Darüber hinaus gaben nur etwa 10% der Selbsthilfeorganisationen bei einer weiteren Befragung der NAKOS an, dass es bei Ihnen Angebote für Migrantinnen und Migranten gäbe, unter anderem mehrsprachige Informationsbroschüren, fremdsprachige Beratungsangebote, bundesweite Treffen und Selbsthilfegruppen, die sich ausschließlich mit Problemlagen von Menschen mit Migrationshintergrund beschäftigen. Es ist also klar erkennbar, dass es noch viel Nachholbedarf bei der Gewinnung und Aktivierung von Menschen mit Migrationsgeschichte in der Selbsthilfe gibt.

Dabei ist es nicht so, dass es dahingehend noch keinerlei Bemühungen gegeben hätte. Seit etwa 10 Jahren wird das Thema „Migrant*innen in der Selbsthilfe“ zunehmend im Selbsthilfekontext diskutiert, insbesondere vor dem Hintergrund einer sich wandelnden Gesellschaft zur Multikulturalität.

Die BAG SELBSTHILFE hat sich im Rahmen des Projekts „Selbsthilfe der Zukunft“ mit dem Themenkomplex „Migration und Selbsthilfe“ intensiv beschäftigt. Dabei sind zahlreiche Arbeitshilfen und Strategiepapiere entstanden, die sie unter <https://www.bag-selbsthilfe.de/informationen-fuer-selbsthilfe-aktive/die-projekte-der-bag-selbsthilfe/selbsthilfe-der-zukunft/-/aktive-mitglieder-gesucht> aufrufen können. Unter anderem wurde auch eine Interviewreihe mit Menschen mit Migrationsgeschichte durchgeführt, um einen Blick auf die Selbsthilfe aus der Sicht von Menschen mit Migrationsgeschichte zu werfen.

Die Interviewpartner*innen

Nachdem gemeinsam mit der wissenschaftlichen Begleitung des Projekts, Frau Dr. Seidel ein Fragenkatalog ausgearbeitet worden ist, wurden Selbsthilfeaktive mit Migrationsgeschichte für die Interviewreihe angefragt. Die Gruppe der Interviewpartner*innen setzte sich aus sieben Betroffenen und Expert*innen aus verschiedenen Herkunftsländern, im Alter zwischen 35 und 50 zusammen. Hierbei waren fünf Personen weiblich und zwei Personen männlich. Die Interviews wurden aufgrund der Covid-19 Pandemie online durchgeführt. In dieser Reihe sollten gezielt Bedarfe und Wünsche besprochen werden, welche die Interviewpartner*innen oder andere Menschen mit Migrationsgeschichte an die gesundheitsbezogene Selbsthilfe in Deutschland haben. Die Auswertung der Interviewreihe soll SHOs und Verbände bei der Öffnung der Selbsthilfe für Menschen mit Migrationsgeschichte und einen sensibleren Umgang mit ihnen, unterstützen.

2. Die Ergebnisse der Interviewreihe

Aus der Interviewreihe konnten einige interessante Aussagen für die Selbsthilfelandchaft in Deutschland getroffen werden. Auffallend ist, dass viele Betroffene einen recht umständlichen Weg in die Selbsthilfe hinter sich haben. In vielen Ländern ist die gesundheitliche Selbsthilfe kaum bekannt. Hinzu kommt, dass es in Deutschland, nach Aussagen, der Interviewpartner*innen, nicht ausreichend Informationsmöglichkeiten zu Angeboten der Selbsthilfe in verschiedenen Sprachen gibt. Die meisten Betroffenen erhalten Informationen über Selbsthilfeangebote aus dem Internet oder eher beiläufig von Verwandten, Freunden oder Nachbarn, die ihrerseits schon Erfahrungen mit der Selbsthilfe haben. Auch wenn sich der Weg in die Selbsthilfe oft als schwierig erweist, haben alle Befragten, größtenteils positive Erfahrungen in der Selbsthilfe gemacht. Gerade der Austausch mit anderen Betroffenen oder deren Verwandten, wirkt sich aus Sicht der Interviewpartner*innen auf den Umgang mit chronischen Erkrankungen oder Behinderungen sehr positiv aus. Ein anderer nicht zu vernachlässigender Aspekt, warum sich Menschen mit Migrationsgeschichte in Selbsthilfegruppen, die sich aus Menschen mit Migrationsgeschichte zusammensetzen sehr wohl fühlen, ist der gemeinsame Austausch über Migrationserfahrungen in Deutschland. Diese Gruppen sind dann ausschließlich für Betroffene mit Migrationsgeschichte gedacht, wobei das Herkunftsland hier nur eine untergeordnete Rolle spielt.

Menschen mit Migrationshintergrund brauchen Angebote, die genau ihren Bedarfen entsprechen. Diese sind, wie bei allen Menschen sehr vielfältig und nicht auf einen einzelnen Nenner zu bringen. Viele Betroffene informieren sich untereinander in ihren Communities und kommen so an Informationen zu Selbsthilfegruppen, Angebote etc. Die Selbsthilfe muss besser auf die Betroffenen zugeschnitten arbeiten und Informationen streuen. Hier gilt es kultursensibel zu arbeiten und leicht erreichbare Informationen so breit, wie möglich zu streuen.

Bezüglich der Verfügbarkeit von Informationen waren die Aussagen der Befragten sehr unterschiedlich. Einige Betroffene gaben an, dass sie sich sämtliche Informationen zu Selbsthilfethemen selbst beschaffen können, andere sagten, dass die Informationsbeschaffung ihrer Erfahrung nach, gut funktioniert. Auch ob der Qualität und der Nützlichkeit der Informationen waren die Antworten sehr verschieden. Aufgrund der verschiedenen Lebenssituation, lassen die Antworten darauf schließen, dass es einige Verbände und SHOs gibt, die ihre Angebote speziell für Menschen mit Migrationsgeschichte allgemein oder Menschen aus einem speziellen Herkunftsland anpassen. Wenn Betroffene mit diesen Verbänden in Kontakt treten und auf deren Expertise zurückgreifen können, sind diese vergleichsweise gut mit Informationen versorgt. Wenn die Menschen

aber auf sich alleingestellt sind, fällt es deutlich schwerer überhaupt Zugang zur Selbsthilfe und den dazugehörigen Angeboten zu erhalten. Deshalb fühlen sie sich mit ihren Sorgen und Problemen häufig allein gelassen. Hier muss die Selbsthilfe ansetzen und Informationen transparenter und für möglichst viele Menschen zugänglich zu machen. Die Expert*innen sagten hierzu, dass das größte Problem sei, dass Menschen generell zu wenig Informationen über das Gesundheitswesen haben. Es ist für Menschen mit Migrationshintergrund tendenziell noch schwerer an Informationen zu kommen. Eine größere Hürde sei hier aber das Alter, als der Migrationshintergrund. Es fällt älteren Menschen immer schwerer an die Informationen zu kommen, die sie brauchen. Hier sieht es so aus, als bestünde hier ein großer Nachholbedarf bei der Bereitstellung von nützlichen, leicht zugänglichen Informationen in leichter Sprache.

Wie wichtig die Verbreitung von Informationen zu Selbsthilfegruppen oder Selbsthilfeorganisationen ist, sieht man daran, dass für alle Befragten der Austausch mit Gleichbetroffenen und das Miteinander in der Gruppe das Wichtigste an der Selbsthilfearbeit sind. Man sieht also, dass Menschen mit Migrationshintergrund sich in der Selbsthilfe sehr wohl fühlen, sobald sie ihren Zugang dazu gefunden haben. Genau dieser Mangel an Informationen ist einer der meist genannten Verbesserungsvorschläge der Befragten gewesen. Des Weiteren muss die Kultursensibilität in der Selbsthilfe verbessert werden. Die Mitarbeitenden müssen dafür geschult werden sich mit verschiedenen Gruppen von Menschen auseinanderzusetzen und offen für ihre Bedarfe zu sein. Menschen mit Migrationshintergrund wollen nicht generalisiert werden. Sie brauchen spezielle Angebote und Gruppen, die ihre Bedarfe adressieren, andernfalls gibt es nur wenig bis gar kein Interesse an der Selbsthilfe.

3. Ansätze zur Öffnung der Selbsthilfe für Menschen mit Migrationsgeschichte

In den Interviews wurde deutlich, dass Menschen mit Migrationsgeschichte grundsätzlich offen für die Selbsthilfe sind, sich aber nicht ausreichend informiert fühlen.

Es gibt verschiedene Denkansätze und Ideen, wie man die gesundheitliche Selbsthilfe noch weiter für Menschen mit Migrationsgeschichte öffnen kann, welche Schritte dafür in die Wege geleitet werden müssen und worauf man in der Ansprache und im Umgang mit den Betroffenen mit Migrationshintergrund achten sollte, damit die Öffnung der Selbsthilfe erfolgreich sein kann:

Kommunikation

- » Man muss den Betroffenen auf Augenhöhe begegnen.
- » Die Ansichten des Gegenübers müssen akzeptiert und toleriert werden.
- » Stigmatisierung muss vermieden werden.
- » Kenntnis über Werte, Normen, Kultur etc. des gegenüber müssen vorhanden sein.
- » Die Ansprache sollte so gestaltet sein, dass sie von möglichst vielen Betroffenen verstanden werden kann.
- » Ggf. können Dolmetscher*innen eingesetzt werden.

Die Angebote

- » Angebote müssen speziell auf die Zielgruppe zugeschnitten sein.
- » Die Bedarfe müssen im Vorhinein bekannt sein, um die Angebote dahingehend anzupassen.
- » Die Ansprache sollte einfach und der Umgang freundlich sein, sodass die Betroffenen sich möglichst wohl fühlen.
- » Idealerweise sind die Angebote kostenlos, sodass fehlende finanzielle Mittel keine zusätzliche Barriere darstellen.

Vernetzung

- » Hierbei steht die Gewinnung von Multiplikatoren, die die Muttersprache der Migrant*innen sprechen, zweisprachige Mitarbeitende und dolmetschende, erwachsene Familienangehörige als Unterstützung im Fokus.
- » Des Weiteren ist es wichtig Kooperationen mit verschiedenen Organisationen voranzutreiben, die sich an der Verbreitung der Angebote beteiligen können.

- » Die Zusammenarbeit mit Migrant*innenorganisationen und Selbsthilfeaktiven mit Migrationshintergrund sind essenziell, um ein großes Netzwerk aufzubauen und möglichst viele Menschen zu erreichen!

Förderung von Kompetenzen innerhalb der Selbsthilfeorganisation

- » Um eine funktionierende Kultur für Menschen mit Migrationshintergrund zu etablieren, müssen auch die Mitarbeitenden in interkulturellen Kompetenzen geschult werden.
- » Nur so fühlen sich die Betroffenen gut aufgehoben, was grundlegend für eine langfristige, erfolgreiche interkulturelle Arbeit in Selbsthilfeorganisationen ist.