

# Kultursensible Aktivierung

## Migration und Selbsthilfe

### DOROTHÉE KÖLLNER

Dorothée Köllner ist Leiterin der Selbsthilfe-Kontaktstelle Bochum. Für die Laufzeit des Modellvorhabens »Migration und Selbsthilfeaktivierung« hat sie dessen Koordination übernommen.

[www.sozialeprojekte.de](http://www.sozialeprojekte.de)

### Migrantinnen und Migranten nehmen eher selten an einer Selbsthilfegruppe teil. Ein Projekt in Nordrhein-Westfalen sucht deshalb neue Wege für eine kultursensible Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung.

Im Austausch mit anderen in der Selbsthilfegruppe finden Menschen Verständnis, da sie Personen mit ähnlichen Erfahrungen treffen. Dies ist wertvoll, denn Gleichgesinnte verstehen ihre Lebenssituation. In der Gruppe tauschen sie sich aus und so profitieren alle von dem Wissen und den Erfahrungen der Einzelnen. An diesem »Schatz« sollen mehr Menschen mit Migrationsgeschichte teilhaben können.

In dem zweijährigen praxisorientierten Gemeinschaftsmodell »Migration und Selbsthilfeaktivierung« geht es darum, vorhandene Erkenntnisse über kultursensible Selbsthilfeaktivierung in die Fläche zu bringen, neue Wege der Selbsthilfeaktivierung zu finden sowie Impulse für eine kultursensible Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung zu geben. Die Kernziele sind: die Selbsthilfeaktivitäten von Menschen mit Migrationsgeschichte zu fördern und die interkulturelle Kompetenz in der Selbsthilfeunterstützung auszubauen.

Im Rahmen des Projektes erproben, angegliedert an die Selbsthilfekontaktstellen, zwei Modellstandorte in Trägerschaft des Paritätischen exemplarisch konkrete Maßnahmen der Selbsthilfeaktivierung. Der Modellstandort Duisburg hat den Schwerpunkt, die Selbsthilfeaktivierung türkischstämmiger Menschen voran zu bringen. Der Modellstandort Bielefeld nimmt die Zielgruppe mit russischem Hintergrund in den Blick.

Fünf weitere Standorte dienen als Knotenpunkte für alle weiteren Selbsthilfeaktivitäten und Selbsthilfe-Kontaktstellen in Nordrhein-Westfalen. Sie führen eigene örtliche Aktivitäten durch und stellen Ansprechpartnerinnen und

Ansprechpartner zur Verfügung, die für den Wissenstransfer der Projekterfahrungen sorgen.

Auf diese Weise wird eine flächendeckende Vernetzung in Nordrhein-Westfalen zwischen Selbsthilfeaktiviven, Migrantensebstorganisationen und der Gesundheitsselbsthilfe auf Landesebene gewährleistet.

### Selbsthilfe für und mit Menschen mit Migrationsgeschichte

Menschen mit Migrationsgeschichte die Selbsthilfe als ein wichtiges Feld in der Gesundheitsversorgung näher zu bringen, ist ein Langzeitprojekt. Der Paritätische Nordrhein-Westfalen als Verband der Selbsthilfe und des Bürgerengagements fördert gemeinsam mit den Projektpartnern die interkulturelle Öffnung in der Selbsthilfearbeit sowie die Ansprache von Menschen mit Migrationsgeschichte. Dies stellt bereits seit einigen Jahren eine zukunftsweisende Herausforderung für die Selbsthilfeunterstützung als auch für die örtliche Selbsthilfearbeit dar.

Die Anzahl der Menschen mit Migrationsgeschichte in den »klassischen« deutschsprachigen Selbsthilfegruppen hat stark zugenommen, ganz besonders in den Bereichen Suchtselfhilfe, Krebs und psychische Belastungen. Darüber hinaus gibt es allein in Nordrhein-Westfalen über hundert muttersprachliche Selbsthilfegruppen, davon haben einige den eindeutigen Bezug zum Thema Gesundheit bereits im Gruppennamen. Aber auch in den übrigen Gruppen, beispielsweise in türkischsprachigen Frauengruppen, spielt das Thema Gesundheit natürlich

## Neue Wege suchen



Das Projekt »Migration und Selbsthilfeaktivierung« will Selbsthilfe als unterstützender Faktor in der Krankheitsbewältigung auch bei Menschen aus anderen Kulturen bekannt machen. Neue Wege zur Selbsthilfe sollen erprobt und Impulse für eine kultursensible Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung gegeben werden. Das sind die Zeile des Gemeinschaftsprojekts »Migration und Selbsthilfeaktivierung«. Es hat eine zweijährige Laufzeit bis Ende 2017 und wird vom Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter, von der AOK NordWest und der AOK Rheinland/Hamburg sowie vom Paritätischen Nordrhein-Westfalen gefördert. Träger ist die Gemeinnützige Gesellschaft für soziale Projekte mbH. Weitere Partner sind die Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung Nordrhein-Westfalen (KOSCON) und die Gesundheitsselbsthilfe Nordrhein-Westfalen ([www.sozialeprojekte.de](http://www.sozialeprojekte.de)).

Dorothée Köllner

eine wichtige Rolle, auch wenn das nach außen nicht eindeutig erkennbar ist.

Gleichwohl ist Selbsthilfe als eine Form der Krankheitsbewältigung in vielen Kulturkreisen noch weitgehend unbekannt. Daher finden Menschen mit Zuwanderungsgeschichte noch zu selten den Weg in die Selbsthilfe.

Wie also können für und mit Menschen mit Migrationsgeschichte Zugänge zur Selbsthilfe geschaffen werden? Wie lässt sich Selbsthilfearbeit in diesem Kontext anregen und welche neuen Bilder von Selbsthilfe ergeben sich dabei?

Die Erfahrungswerte in der Selbsthilfeunterstützung aus vergangenen und diesem Projekt zeigen, dass ein vernetztes und professionsübergreifendes Handeln gewinnbringend ist.

### Selbsthilfeaktivierung und Zugangswege

Die Unterstützung muttersprachlicher Gruppengründungen ist neben der Vermittlung in bestehende deutschsprachige Selbsthilfegruppen ein Anliegen des Projektes. Muttersprachliche Gruppen sind wichtig, da es in der Muttersprache oft einfacher ist, über Gefühle zu sprechen. Soziale und kommunikative Regeln stehen in einem gemeinsamen Kontext, es gibt kein Unwohlsein aufgrund kultureller Missverständnisse unter den Gruppenmitgliedern. Das bedeutet aber nicht, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die deutsche Sprache nicht beherrschen.

Wichtige Multiplikatoren im Projektverlauf sind Fachleute aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich mit eigenem Migrationshintergrund. Sie haben eher als andere Kenntnisse über kulturspezi-

fische Umgangsweisen. Sie unterstützen den Selbsthilfegedanken und vermitteln ratsuchende Menschen, Patienten, Kunden in die Selbsthilfe. Diese Akteure genießen das Vertrauen der Menschen.

Migrantenselbstorganisationen sind ein bedeutsamer Bestandteil der Zivilgesellschaft und damit wichtige Partner im Projekt. Sie leisten bedeutsame Beiträge zur gesellschaftlichen Partizipation und Integration von Migrantinnen und Migranten. Sie übernehmen vor Ort Brückenfunktionen, um die Mitglieder beispielsweise im Kulturverein oder in der Gemeinde über Selbsthilfe zu informieren. Es hat sich herausgestellt, dass die Information über Selbsthilfe für die Vereinsmitglieder interessant sein kann, da der einzelne eventuell mit einer Erkrankung lebt. Um Kontakte zu knüpfen ist die Fachberatungsstelle Migrantenselbstorganisation des Paritätischen Nordrhein-Westfalen mit im Boot.

ausgebaut. Hierbei erfüllt medizinisches Fachpersonal mit eigener Migrationsgeschichte eine Schlüsselfunktion.

Bewährt hat sich die Einbeziehung (ausgebildeter) »Dialogbegleiterinnen« und »Dialogbegleiter«, die sehr oft Frauenbeauftragte in Migrantenselbstorganisationen sind, beispielsweise in Kultur- und Moscheevereinen. Dies gilt auch für muttersprachliche »In-Gang-Setzer«, ein bundesweites Modellprojekt des Paritätischen Nordrhein-Westfalen ([www.paritaet-nrw.org/soziale-arbeit/projekte/in-gang-setzer](http://www.paritaet-nrw.org/soziale-arbeit/projekte/in-gang-setzer)). »In-Gang-Setzer« sind geschulte, ehrenamtliche Begleiterinnen und Begleiter bei der Gründung von Selbsthilfegruppen.

Für die Öffentlichkeitsarbeit gilt, dass die Mund-zu-Mund-Weitergabe beispielsweise über eine neue Selbsthilfegruppe, erfolgreicher ist als jeder (zwei-/muttersprachliche) Flyer. Deshalb ist der Modellstandort Duisburg regelmäßig mit Infoständen auf dem Markt in Duis-

### »Erfolgreich bei der Selbsthilfeaktivierung ist vor allem ein vernetztes und professionsübergreifendes Handeln«

Große Arbeitgeber, vorrangig mit eigenen Sozialdiensten oder Kulturmittlern, sind gleichfalls Partner im Projekt, da hier Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer mit Migrationsgeschichte angegesprochen werden.

Bestehende Kooperationen zwischen Fachkliniken, Krankenhäusern und der Selbsthilfe werden in Richtung kulturspezifischer Ansprache von Patienten

burg-Marxloh – ein Stadtteil mit hohem türkischstämmigen Bevölkerungsanteil – mit einer zweisprachigen Ansprechbarkeit vertreten, um die Zielgruppe zu erreichen. Je bürgernaher und aufsuchender ein Angebot ist, desto gewinnbringender.

In der interkulturellen Begegnung in Hinblick auf Selbsthilfe ist es sinnvoll, immer auf bereits bestehende mutter- und zweisprachige Selbsthilfegruppen

hinzuweisen - dies senkt die Hürde und vermittelt, dass die Teilnahme an Selbsthilfegruppen ein aktuelles Thema ist. Ergänzend weisen die Selbsthilfeunterstützer auf eine mutter- oder deutschsprachige Beratung in den Fachberatungen und Selbsthilfe-Kontaktstellen hin.

### Berührungsängste abbauen

Fortbildungen zur Stärkung der interkulturnellen Öffnung und Kompetenzen von Selbsthilfeaktivisten und Selbsthilfeunterstützer tragen maßgeblich dazu bei, Berührungsängste abzubauen. Die Selbsthilfeakademie Nordrhein-Westfalen des Paritätischen bietet daher regelmäßig »Schnupperkurse« in interkultureller Öffnung an ([www.paritaetische-akademie-nrw.de/selbsthilfeakademie-nrw](http://www.paritaetische-akademie-nrw.de/selbsthilfeakademie-nrw)).

- Eine flexiblere Anfangszeit in der Selbsthilfegruppe wird unter Umständen dem (kulturspezifischen) Umgang mit Zeit gerecht.
- Eine anerkannte Autorität von außen (beispielsweise ein mutter- und zweisprachiger Arzt) begleitet die Startphase der Gruppe.
- Bei Themen im Bereich psychischer Belastungen treffen sich Frauen und Männer eher in getrennten Gruppen.
- Beziehungsorientierte Kommunikationsformen bestimmen den Austausch in der Gruppe gegenüber der meist üblichen sachbezogenen Gesprächsform.
- Die Startbegleitung einer (muttersprachlichen) Selbsthilfegruppe durch ehrenamtliche oder fachliche Selbsthilfeunterstützerinnen und Selbsthilfeunterstützer benötigt oft mehr Zeit, als gewohnt.

### »Ein Projektziel ist die flächendeckende Vernetzung zwischen den Akteuren«

Darüber hinaus werden im Rahmen des Projektes auch auf regionaler Ebene Workshops für Selbsthilfegruppen angeboten um in den Gruppen eine Willkommenskultur für Menschen mit Migrationsgeschichte zu schaffen.

Gestärkt werden soll auch eine kreative Haltung der Gruppen, in ihre bisherigen Regeln und Begegnungsformen die Gewohnheiten von Menschen mit Migrationsgeschichte einzubeziehen. Was bedeutet das für die Begleitung der Selbsthilfe für und mit Menschen mit Zuwanderungsgeschichte unter der Prämisse, dass Selbsthilfe immer von den Menschen selbst bestimmt wird? Einige Beispiele:

- Die interkulturelle Ausrichtung von öffentlichen Selbsthilfe- oder Gesundheitstagen sichert die Beteiligung von muttersprachlichen Gruppen.
- Der Austausch zwischen »traditionellen« deutschsprachigen und Gruppen mit Migrantinnen und Migranten sichert ein Voneinanderlernen.

Das Modell »Migration und Selbsthilfeaktivierung« in Nordrhein-Westfalen wird durch eine Projektkoordination begleitet. Die Ergebnisse der Projektstandorte sollen in einem Leitfaden für Selbsthilfeaktive und Selbsthilfeunterstützer bis Ende 2017 festgehalten werden.

### Selbsthilfe und Migration

Obwohl mittlerweile 18,4 Prozent der Bevölkerung in Deutschland einen Migrationshintergrund haben, finden und fanden viele von ihnen bis heute nicht den Weg zur Selbsthilfe als Form bürgerschaftlichen Engagements und der Lebensalltagsbewältigung. Der Austausch und die Zusammenarbeit in Selbsthilfegruppen, wie sie in Deutschland in großer Vielfalt bestehen, ist für viele hier lebende Migrantinnen und Migranten unterschiedlichster Nationalitäten nahezu unbekannt. Hinzu kommt, dass die unterschiedliche Sprache und die unterschiedlichen Sprachebenen spezielle Probleme für Menschen aus anderen Kulturkreisen darstellen. Die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) hat auf ihrer Webseite eine Auswahl von Aktivitäten im Feld der gemeinschaftlichen Selbsthilfe von und für Migrantinnen und Migranten zusammengestellt.  
[www.nakos.de/themen/migrantinnen](http://www.nakos.de/themen/migrantinnen)

## Wohlfahrtsstaat im Wandel



### Beratung und Vermittlung im Wohlfahrtsstaat

Herausgegeben von Dr. Frank Sowa und Dr. Ronald Staples  
 2017, 465 S., brosch., 49,- €  
 ISBN 978-3-8487-3949-3  
 eISBN 978-3-8452-8273-2  
[nomos-shop.de/29260](http://nomos-shop.de/29260)

Welche Spannungen entstehen durch tiefgreifende Reformprozesse der Beratungs- und Vermittlungsorganisationen unter dem Eindruck aktivierender Sozialpolitik?

Die international vergleichende Perspektive in diesem Werk zeigt erstmalig Ähnlichkeiten, aber auch Unterschiede im Wandel europäischer wohlfahrtsstaatlicher Institutionen auf sowie dessen Folgen für Verwaltungsbedienstete und BürgerInnen.

