



psychiatrizentrum münsingen
bzw. *gemeinsam lösungen finden.*

pzm

Migration

Prof. Dr. med. Thomas Reisch
Ärztlicher Direktor
Psychiatrizentrum Münsingen



bündnis
gegen
DEPRESSION
bern

Überblick

1. Werte
2. Kultur
3. Migration
4. Suizidalität
5. Psychiatrische Inzidenz
6. Känguruhstrategie
7. Therapie (Herr S)

Werte



Was löst diese
Kopfbedeckung
aus?



Werte bestimmen Bewertungen



Bewertungen geschehen oft schnell und nicht bewusst

Gianfranco Cecchin

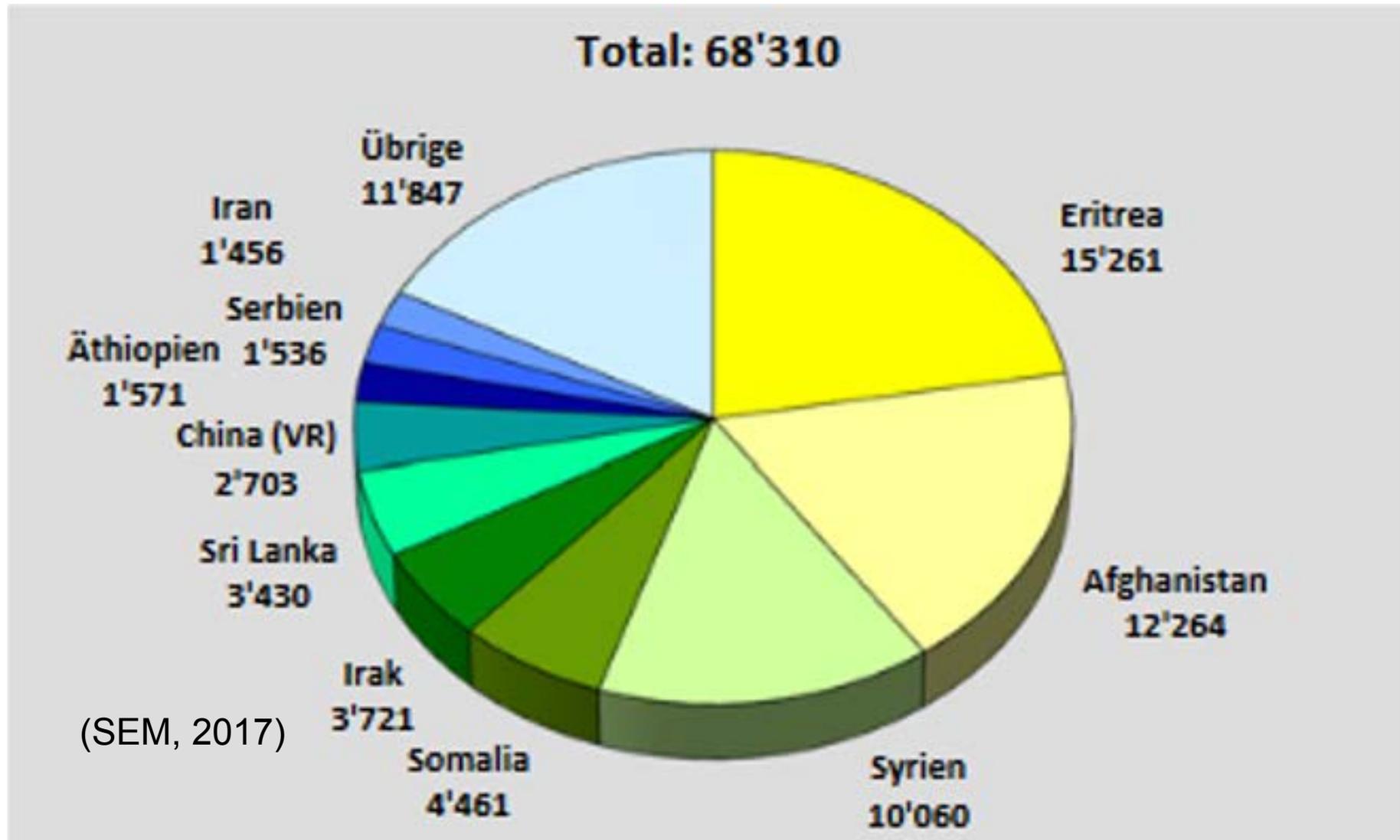
(in: «Wenn Eltern aufgeben»)

Es ist nicht möglich keine Vorurteile zu haben.

→ Wichtig eigene Bewertungen gut zu kennen und radikal zu akzeptieren.

Migration in die Schweiz

Personen im Asylprozess 2016



Definition: Migration (WHO)

= lat. Wanderung

- Veränderung des Lebensmittelpunktes über eine bedeutsame Entfernung
- >12 Monate

Person mit Migrationshintergrund

- in die Schweiz migriert
- **oder**
- Eltern im Ausland geboren

Migration & Berthold Brecht (1937)

- Die Perspektive des Betroffenen:

***«Immer fand ich den Namen falsch den
man uns gab: Wir sind doch keine
Auswanderer, Vertriebene sind wir,
Verbannte ...»***

Political Correctness

- Flüchtling
→ Geflüchteter
- Asylant
→ Asylbewerber
- Migrant
→ Menschen mit Migrationshintergrund
- Vertriebener, Refugee

Diversity / Diversity Management



Sadiq Khan Bürgermeister von London



Wir tolerieren einander nicht einfach - so wie man Zahnschmerzen toleriert. Wir respektieren, umarmen und feiern einander.

We're not simply tolerating each other - you tolerate a toothache, I don't want to be tolerated. We respect, we embrace, and we celebrate,

Kultur

- Set von Interpretationsmustern
(Jürgen Habermas, 1929)

→ Verhaltensmustern

Wie bestellt der Schweizer
einen Kaffee?

„Ich hätte gerne einen Kaffee, bitte.“

Wie bestellt der Deutsche
einen Kaffee?

„Ich krieg `nen Kaffee.“

Ins Fettnäpfchen getreten



Wie reagiert der Schweizer,
der Deutsche,
der Brite?

Ins Fettnäpfchen getreten

Schweizer:

Vielleicht könnten Sie das in Zukunft ändern.

Deutsche:

Ihr Verhalten ist total daneben.

Brite:

You must have had your reasons.

Direktheit

- Deutschland ist Weltmeister
- (Schweiz ist aber immer noch hoch)

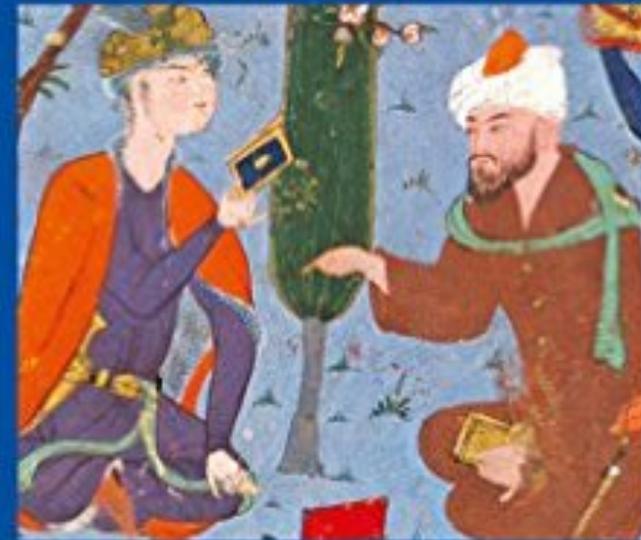
Storytelling /Metaphern = Geschichten erzählen

- Angebot von Problemlösung
- nicht direktiv
- Leichtigkeit
- Humor
- = sprechen ohne zu sprechen

Geschichten- sammlung

Nossrat Peseschkian Der Kaufmann und der Papagei

Orientalische Geschichten
in der Positiven Psychotherapie



Schamkulturen

- der gute Ruf ist zentral
- Ehre muss gewahrt bleiben
- Kulturen unterscheiden sich darin, wo die Schamgrenze liegt



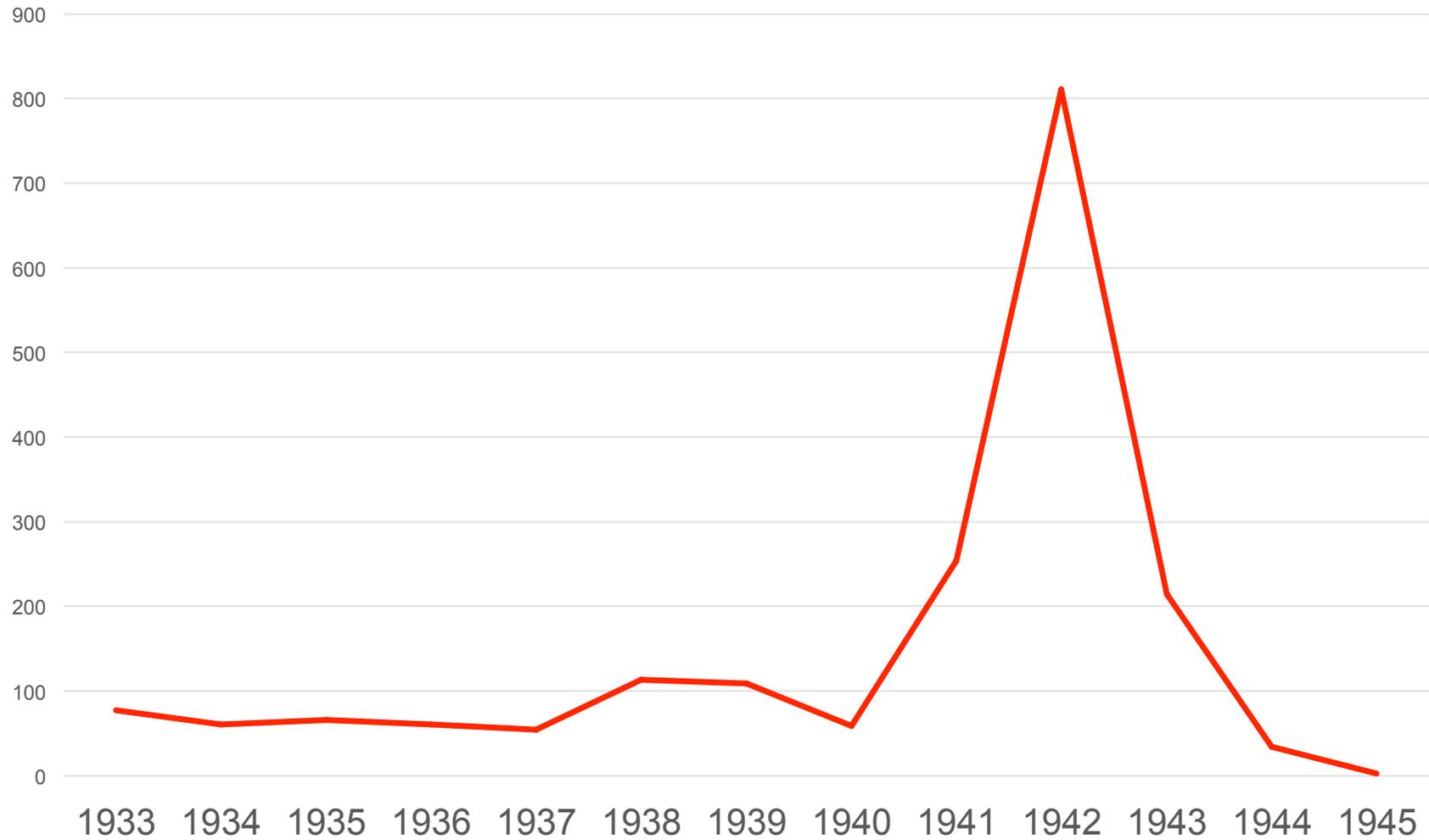
- Kulturen unterscheiden sich darin, wo die Schamgrenze liegt

Bewertung kultureller Faktoren

- Unterbewertung → Missverständnisse
- Überbewertung → Pauschalisierung

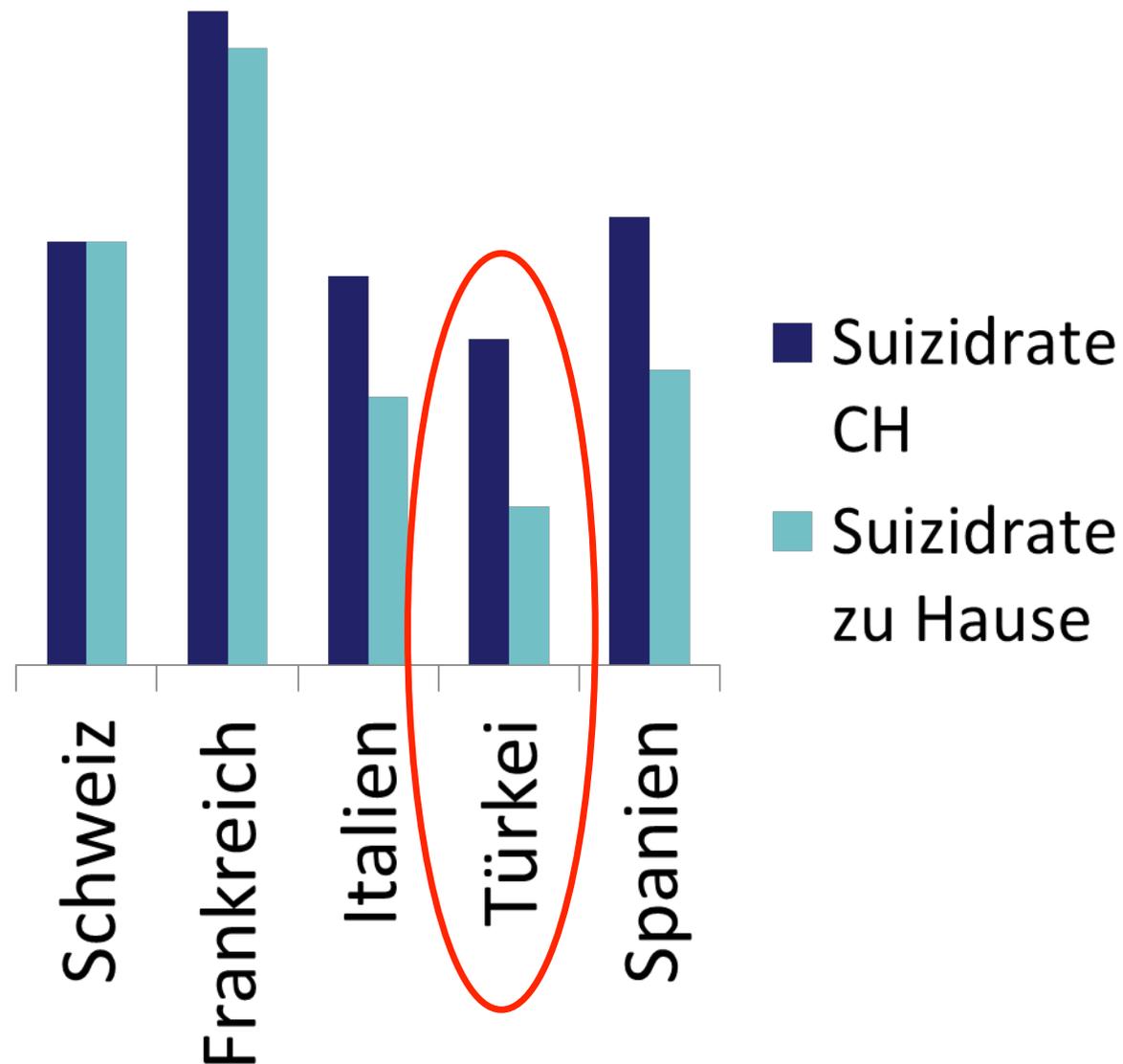
Suizidalität und Migration

Suizide von Juden in Berlin (Friedhof Weissensee)



Suizidrate im Gastland Schweiz

Suizidrate zu Hause



Freiwillige Migration

- Lebensbereicherung
- aktiv-selbstbestimmt
- friedlicher Abschiedsprozess

Expatriates

- Wirtschaftlich und bildungsmässig gut gestellte Migranten

**Asylant
(Nordafrika)**

INTEGRATION

Expatriates

WIR ERWARTEN
DIE BEREITSCHAFT,
SICH AUF UNTER-
NIVEAU HERAB-
ZULASSEN!



Erzwungene notwendige Migration

- existentielle Bedrohung
- Verlust an Zukunftsvisionen
- oft Traumatisierung
- Fremdbestimmtheit

Eingliederung = Akkulturation

Akkulturationsmodell nach Berry

		Beibehaltung eigener kultureller Identität	
		ausgeprägt	unwichtig
Beziehungen zum Aufnahmeland	vorhanden	Integration	Assimilation
	nicht vorhanden	Segregation	Marginalisierung

Assimilation (= Angleichung)

- Kulturwandel
(beruflich, sozial,
emotional)
- Gefahr der
Identitätsstörung



Selbstdeklaration



Verhaltensstrategien im Gastland



Känguruh-Strategie



- Kind wird vor der bösen Umwelt geschützt
 - ängstlich-vermeidend
 - eigene Kultur wird hochgehalten
- Segregation

→ Schlechtere Chancen



Kuckuck-Strategie



- Kind wird in das fremde Nest gelegt
 - Kind soll fremde Kultur ganz annehmen
 - Eigene Kultur wird entwertet
- = Assimilation

→ Gefahr der kulturellen Desorientierung



Chamäleon- Strategie



- Bikulturelle Orientierung
 - in der Familie: eigene Kultur
 - Anpassung nach aussen
- Integration

= Akkulturation

→ beste Prognose

Psychische Erkrankungen von Migranten

Folgen der Traumatisierung (Folter und Vertreibung)

- PTSD: 31% (Steel et al. 2009)
- Depression: 31% (Steel et al. 2009)
- Schmerzen: 76% (Olsen et al. 2007)

→ Trauma **≠** PTSD

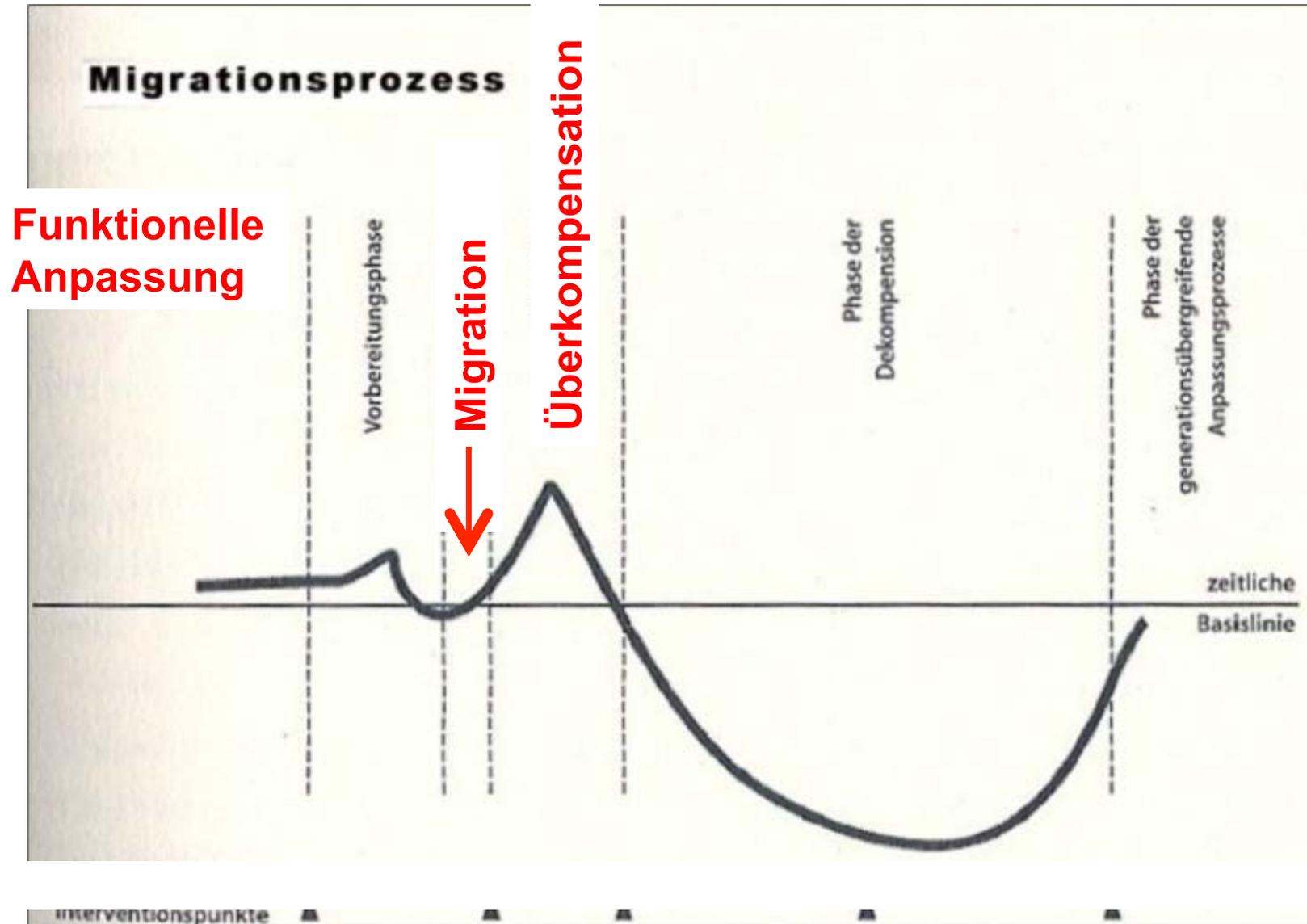
→ die meisten haben **kein** PTSD

Psychotherapie

wichtig:

- nicht alle Traumatisierten brauchen Therapie
- Therapie wird oft erst nach einiger Zeit nötig

Phasen Migrationsprozess (Sluzki-Modell)



Erstkontakt Herr S.

- aus Burma (Myanmar)
- akutes verzweifelteres Zustandsbild



→ Dolmetscher

Dolmetscher aus sozialem Umfeld

- preiswert
- «unkompliziert»

- aber: befangen, verfolgt oft selbst eigene Interessen

Profi-Dolmetscher

Dolmetscher

- Vorteile:
 - differenzierte Botschaften sind möglich
 - Quelle für Kulturverständnis
- Nachteile:
 - persönliche Atmosphäre ist gestört
 - Übersetzer filtert Informationen
 - Übersetzer kommt nicht selten aus nicht-neutralem Umfeld

Der optimale Doletscher

- hat klares Rollenverständnis
- klärt, ob Probleme bestehen könnten
- übersetzt direkt (Spricht in Ich-Form)

- gibt nachher Information über Kulturspezifisches («zwischen den Zeilen lesen»)

Das Dolmetschergespräch

- Vorgespräch:
 - Tabuthemen der Kultur
 - Wie muss ich Fragen stellen um genuine Antworten zu erhalten?
 - Absprache der Regeln

Das Dolmetschergespräch

- Nachgespräch:
 - Persönlicher Eindruck des Dolmetschers
 - Zusätzliche Informationen aus der kulturspezifischen non-verbale Kommunikation

Migrationsspezifische Anamnese

- Herkunftsgeschichte
- Migrationsgeschichte
- Integrationsgeschichte

Man erfährt nur das, was man
erfragt.

Herkunftsgeschichte

- Wie war das Leben vor der Flucht? (Beruf, Familie etc.)
- Status etc.

Migrationsgeschichte

- Traumatisierungen: Erfahrungen von Verfolgung, Vertreibung, Misshandlungen, Tod von Nächsten, Verschwinden von Nächsten, Entbehrungen
- Trennungen: Wer ist zurückgeblieben?
- Verluste: materieller, sozialer und symbolischer Art

Integrationsgeschichte

- Aufenthaltsdauer Schweiz
- Aufenthaltsstatus
- soziale Situation: Situation, Grösse und Zusammensetzung der Familie, soziales Umfeld, Netzwerk, schulische und berufliche Entwicklung, Arbeits- und Wohnsituation
- transnationales Netzwerk:
grenzüberschreitende Kontakte/Bindungen

Integrationsgeschichte

- ökonomische Situation: finanzielle Grundlagen, Verpflichtungen
- politische Situation: aktuelles politisches Engagement
- Gesundheitsverhalten:
Gesundheitsangebote und Nutzung,
Informationsstand, Integration ins
Gesundheitssystem

Therapie: Anamnese

Narrativ:

- Was ist Ihre Geschichte? Nehmen Sie sich Zeit, ich möchte verstehen wie es gekommen ist, dass Sie hier sind.
- Ich werde keine Aufzeichnungen machen
- (wichtig bei laufendem Aufnahmeprozess damit keine widersprüchlichen Angaben entstehen)

→ Zuhören, nicht festhalten

Anamnese Herr S.

- aus ländlichem Burma (Myanmar)
- 32 Jahre
- religiöse Minderheit (nicht anerkannt)
- musste mit ansehen wie das Elternhaus von Militär in Brand gesetzt wurde



Wie geht man mit Migranten
um?

Medizinisches Bild

- Erwartungen erfragen
- oft kein Verständnis für Psychotherapie
- oft rein pharmakologisches Bild von der Medizin

«Ich brauche die richtige Pille»

Psychotherapie (FSP)

- zielorientiert
- auf Basis von Krankheits- und Behandlungstheorien
- ethisch verantwortbare Handlungen

Begleitung und Psychotherapie:

offene Haltung

- beobachten, ohne Bewertung/ Urteil
- beschreiben lassen und beschreiben
- nachfragen

→ neugierig sein

Hilfreiche Neugierdefragen

- Wie nennen Sie dieses Problem?
- Wie wäre man in Ihrem Heimatland damit umgegangen?
- Wie wirkt es sich auf Ihren Körper und Ihre Seele aus?

Beziehungskredit



**Inter-
vention**

Validierung

- = Wertschätzung, Anerkennung
- → Beziehungsverbesserung

Validierung
Validierung
Validierung
Validierung

Veränderung



Therapie Herr S.

- Stützende Gespräche
- Paargespräch
- Gespräche mit Anwalt
- Begleitung bis zur Aufenthaltsbewilligung
- Organisation der Begleitung zur Polizei



Herr S (4) Nachlese

- Habe ich wirklich geholfen?
- Treffen auf der Strasse:



«Herr Reisch, ich bin froh, dass ich Sie einmal treffe, ich wollte mich bei Ihnen bedanken, weil Sie mir das Leben gerettet haben.»

Neugierde und Engagement
kann Leben retten.



psychiatrizentrum münzingen
bzw. *gemeinsam lösungen finden.*

pzm

**Herzlichen
Dank!**