



EU-MiCare
Training the EU Health Workforce to Improve
Migrant and Refugee Mental Health Care

EU-MiCare

Einführung

Der EU-MiCare-Kurs und sämtliches darin enthaltenes Lernmaterial wurden mit größter Sorgfalt zusammengestellt und basieren auf zuverlässigen Informationsquellen. Sofern nicht anders angegeben, sind die im Kurs enthaltenen Daten zum Stand vom 31.12.2024 korrekt und aktuell. Aktualisierungen des Lehrplans können nach diesem Datum möglicherweise nicht mehr bereitgestellt werden.



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Von der Europäischen Union finanziert.

Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



Diese Arbeit ist lizenziert unter einer

[Creative Commons Namensnennung-Nicht kommerziell 4.0
International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) (CC-BY-NC 4.0).

Im Dezember 2024 redigiert vom **Babel Day Centre** im Rahmen der Syn-Eirmos NGO für soziale Solidarität, in Zusammenarbeit mit allen Projektpartnern, als Teil des Arbeitspakets Nr. 3 – The EU-MiCare Methodology and Training.

Willkommen zum EU-MiCare E-Learning-Kurs!

Dieser Kurs ist das Ergebnis einer gemeinsamen Zusammenarbeit von Partnerorganisationen aus Deutschland, Griechenland, Italien, Spanien und Zypern. Er wurde entwickelt, um Fachkräfte und Ehrenamtliche bei ihrer Arbeit mit Migrant:innen und Geflüchteten zu unterstützen, indem er einen soliden Rahmen bietet, der sowohl auf Theorie als auch auf praktischen Anwendungen basiert. Durch die Erkundung zentraler psychosozialer Dimensionen zielt diese Schulung darauf ab, das Verständnis für Migration als eine komplexe und vielschichtige Erfahrung zu vertiefen.

Die Lage der Migrant:innen verstehen

Migration ist nicht nur das Überqueren von Grenzen; sie ist ein tiefgreifender Umbruch, der Identität, Gemeinschaft und das Gefühl von Heimat erschüttert. Menschen migrieren aus verschiedenen Gründen – einige suchen bessere Chancen, andere fliehen vor Konflikten oder Verfolgung. Jede Reise ist einzigartig, und die Erfahrungen von Migrant:innen und Geflüchteten bei ihrer Ankunft in einem neuen Land variieren stark. Der Migrationsprozess verläuft typischerweise in drei sich überschneidenden Phasen: Vor-Migration, Migration und Post-Migration, die jeweils auf unterschiedliche Weise die psychische Gesundheit beeinflussen. Besonders vulnerable Gruppen wie Frauen, Kinder, ältere Menschen und LGBTQ+ Personen stehen während ihrer Reise vor zusätzlichen Herausforderungen.

Die Anpassung an eine neue Kultur, auch als Akkulturation bekannt, kann eine große Belastung darstellen, die durch Erfahrungen von Fremdenfeindlichkeit, Rassismus und den Druck, sich anzupassen, noch verstärkt wird. Oftmals werden Menschen primär als Migrant:in identifiziert und wahrgenommen. Das kann ihre Integration erschweren und ihr Gefühl der Zugehörigkeit beeinträchtigen. Trotz dieser Herausforderungen zeigen viele Migrant:innen und Geflüchtete eine bemerkenswerte Resilienz, reagieren vielfältig und können trotz Widrigkeiten persönlich vorankommen.

Es wird zunehmend erkannt, dass psychische Erkrankungen bei Migrant:innen durch eine Kombination verschiedener Faktoren entstehen. Dazu gehören persönliche Lebensgeschichten, aktuelle Umstände, soziale Unterstützung, Zugang zu Versorgung sowie Integrationspolitik. Um diese Herausforderungen wirksam anzugehen, ist ein ganzheitlicher Ansatz notwendig, der über die reine Bereitstellung von

psychologischen oder schützenden Diensten hinausgeht. Es ist wichtig, andere zentrale Komponenten der psychosozialen Betreuung zu integrieren. Das bedeutet, Maßnahmen zu ergreifen und interdisziplinäre, mehrstufige psychosoziale Interventionen zu entwickeln, die die breiteren sozialen und systemischen Determinanten für das Wohlbefinden berücksichtigen.

Für Geflüchtete ist dabei besonders die unfreiwillige Verlusterfahrung ihres Zuhauses ein zentrales Thema – ein gemeinsames Element für alle, die aufgrund verschiedener Umbrüche vertrieben wurden. Auch wenn sie es nicht immer offen ausdrücken, steht die Suche nach einem neuen Zuhause oft im Mittelpunkt ihrer Reise. Die Rolle von Fachkräften im Feld ist es, sie auf diesem Weg zu begleiten, ihnen Unterstützung zu bieten und sie bei der Bewältigung dieses schwierigen Übergangs zu unterstützen. Das erfordert, die eigene Komfortzone zu verlassen und sich ehrlich und respektvoll mit den Betroffenen auseinanderzusetzen, ihre volle Menschlichkeit und ihre einzigartigen Erfahrungen anzuerkennen.

Der synergetische therapeutische Komplexitätsansatz

Der Kurs basiert auf dem synergetischen therapeutischen Komplexitätsansatz (*Synergic Therapeutic Complexity Approach*), der von Renos Papadopoulos (2021) entwickelt wurde und drei zentrale Prinzipien betont:

- **Komplexität:** Anerkennung dafür, dass die Erfahrungen von Migrant:innen und Geflüchteten durch das Zusammenspiel zwischen den Individuen, den Menschen, die sie unterstützen, und dem breiteren soziopolitischen Kontext geprägt sind. Dabei wird auch berücksichtigt, dass Menschen unterschiedlich auf Widrigkeiten reagieren – ob negativ, neutral oder positiv.
- **Einzigartigkeit:** Das Verständnis, dass die Erfahrungen jeder migrierten und/oder geflüchteten Person einzigartig sind und sich kontinuierlich weiterentwickeln.
- **Ganzheitlichkeit:** Über den Status oder die Bezeichnung „Migrant:in“ oder „Geflüchtete:r“ hinauszublicken, um die volle Menschlichkeit der Personen zu würdigen und sie gleichzeitig als aktive Akteur:innen ihres eigenen Wandels anzuerkennen.

Als Fachkräfte und Ehrenamtliche, die in der Betreuung von Menschen tätig sind, die ihre Heimat verlassen haben, besteht die Aufgabe nicht nur darin, Leid zu lindern, sondern auch für mehr Offenheit und

Menschlichkeit im Umgang mit den Herausforderungen, denen sie begegnen, einzutreten. Das bedeutet, Menschen mit Mitgefühl zu begegnen, ohne Pathologisierung oder Medikalisierung überzubewerten, und sicherzustellen, dass psychosoziale Unterstützung eine würdevolle und respektvolle Reaktion auf ihre Bedürfnisse bleibt. Der synergetische Ansatz fordert zudem Fachkräfte und Ehrenamtliche dazu auf, ihre eigenen Vorurteile und Annahmen zu reflektieren, um zu erkennen, wie gesellschaftliche Narrative und professionelle Praktiken unbeabsichtigt Stereotype verstärken oder Personen auf vereinfachte Kategorien reduzieren können.

Ziele und Ergebnisse des Kurses

Der EU-MiCare E-Learning-Kurs lädt Fachkräfte und Ehrenamtliche dazu ein, sich einen menschenzentrierten, psychosozialen Rahmen für die Arbeit mit Migrant:innen und Geflüchteten zu eigen zu machen. Durch eine Kombination aus theoretischen Grundlagen, Erfahrungsübungen, reflektierenden Aktivitäten und praktischen Instrumenten wie dem *Adversity Grid*, der *Ulysses-Skala* und dem *Rad der Macht/Privilegien* soll dieser Kurs den Teilnehmenden helfen, die verschiedenen Auswirkungen der Migration zu erkennen und darauf zu reagieren und sinnvolle Veränderungen in ihrer Arbeit voranzutreiben.

Die Teilnehmende werden folgende Kenntnisse erwerben:

- ➔ **Wissen:** Ein tieferes Verständnis der psychosozialen Dimensionen der Migration, einschließlich der besonderen Herausforderungen, mit denen Migrant:innen und Geflüchtete in den verschiedenen Phasen ihrer Reise konfrontiert sind.
- ➔ **Fertigkeiten:** Praktische Werkzeuge, um einfühlsame, effektive Unterstützung zu leisten und dabei über traumazentrierte Ansätze hinauszugehen, um das gesamte Spektrum der Reaktionen auf Widrigkeiten zu erkennen und anzugehen.
- ➔ **Haltungen:** Eine reflektierte, kulturell angepasste Perspektive, die die Komplexität, Einzigartigkeit und Ganzheitlichkeit der Erfahrungen eines jeden Menschen anerkennt.
- ➔ **Verbindungen:** Gelegenheiten, sich mit einem Netzwerk von Dienstleistern und Expert:innen aus ganz Europa zu vernetzen, um die Zusammenarbeit und das gemeinsame Lernen im Bereich der psychosozialen Gesundheit von Migrant:innen und Geflüchteten zu fördern.

Zielgruppen

Die primären Zielgruppen des Kurses umfassen:

- Fachkräfte im Gesundheitsbereich (z. B. Psycholog:innen, Sozialarbeiter:innen, Ärzt:innen, Pflegepersonal) und andere Fachkräfte (z. B. Kulturmittler:innen, Dolmetscher:innen, Berater:innen, Betreuer:innen unbegleiteter Minderjähriger), die mit Migrant:innen und Geflüchteten in verschiedenen Settings in Europa arbeiten, wie Aufnahmezentren, gemeinnützige Organisationen, öffentliche Gesundheitszentren, Krankenhäuser und Unterkünfte.
- Anbieter:innen von Berufsausbildung und -training (VET), Entwickler:innen von VET-Programmen sowie akademische Institutionen, die den Kurs weiter nutzen und fördern werden.
- Relevante Berufsverbände, öffentliche Stellen und zivilgesellschaftliche Organisationen, die im Bereich Gesundheit von Migrant:innen und Geflüchteten tätig sind.

Kursstruktur

Der Lehrplan wurde mit partizipativen Methoden entwickelt und berücksichtigt die Beiträge von Fachkräften aus der Praxis während des gesamten Gestaltungsprozesses. Zusätzlich wurden die Perspektiven von migrantischen und geflüchteten Erwachsenen, Familien und Kindern indirekt durch die Expertise von Partnerorganisationen vertreten, die psychische Gesundheits- und Sozialdienste für diese Zielgruppen anbieten. Der Kurs folgt einer logischen Progression von allgemeinen zu spezifischen Themen und besteht aus 4 Modulen mit insgesamt 17 Einheiten, deren detaillierte Beschreibungen unten aufgeführt sind. Die Module 2 und 3 werden in zwei separaten Varianten angeboten, um unterschiedlichen beruflichen Rollen gerecht zu werden.

Modul 1: Grundlagen der psychosozialen Betreuung im Migrationskontext

(geschätzte durchschnittliche Dauer für die Bearbeitung des Moduls: 13,5 Stunden)

- **Einheit 1.1 – Psychosoziales Wohlbefinden im Kontext der Migration:** Überblick über zentrale Konzepte, die im gesamten Curriculum auftauchen werden.
- **Einheit 1.2 – Soziale Determinanten der psychischen Gesundheit:** Die nichtmedizinischen Faktoren, die Gesundheit und psychische Gesundheit im Verlauf der Migration und in verschiedenen Phasen beeinflussen.
- **Einheit 1.3 – Risiko-, Schutz- und Resilienzfaktoren:** Faktoren, die das Wohlbefinden von migrantischen und geflüchteten Personen beeinflussen, einschließlich spezifischer Gruppen wie Frauen, ältere Erwachsene und LGBTQ+ Personen.
- **Einheit 1.4 – Psychologische Dimensionen des Migrationsprozesses:** Zentrale Theorien und Konzepte zum komplexen psychologischen Weg von migrantischen und geflüchteten Personen.
- **Einheit 1.5 – Häufige psychische Gesundheitsstörungen bei Migrant:innen und Geflüchteten:** Überblick über Epidemiologie und Erscheinungsformen psychischer Herausforderungen, mit denen diese Gruppen konfrontiert sind.

Modul 2: Kompetenzen zur Erkennung und Erfassung der psychischen Gesundheitsbedürfnisse von Migrant:innen stärken

(Zwei Versionen: Fachkräfte aus dem Bereich psychischer Gesundheit, Andere)

(geschätzte durchschnittliche Dauer für die Bearbeitung des Moduls: 12,5 Stunden)

- **Einheit 2.1 – Das Zusammenspiel von Kultur und psychischer Gesundheit verstehen:** Die Beziehung zwischen Kultur und psychischer Gesundheit.
- **Einheit 2.2 – Intersektionale Perspektiven auf Migration und psychische Gesundheit:** Migration und Wohlbefinden durch die Linse der Intersektionalität.
- **Einheit 2.3 – Ansätze zur Erfassung psychischer Gesundheit bei Migrant:innen und Geflüchteten:** Überblick über kulturell sensible Ansätze zur Erkennung von psychischen Gesundheitsbedürfnissen.
- **Einheit 2.4 – Psychologische Erste Hilfe - PEH ("Psychological First Aid" - PFA):** in einer akuten Krisenphase sofortige Unterstützung leisten.

Version für Fachkräfte aus dem Bereich psychischer Gesundheit: Diese Version richtet sich an Fachkräfte, die mit klinischer Sprache vertraut sind und psychische Gesundheitschecks, Einschätzungen, Diagnosen oder Behandlungen/Therapien in ihrem jeweiligen Kontext durchführen. Dazu gehören Ärzt:innen, Psycholog:innen, Psychotherapeut:innen und Pflegefachkräfte.

Version für andere Fachkräfteprofile und Ehrenamtliche: Diese Version ist für Fachkräfte und Ehrenamtliche gedacht, die eng mit Migrant:innen und Geflüchteten in nicht-klinischen Kontexten zusammenarbeiten, wie z. B. Kulturmittler:innen, Dolmetscher:innen, Sozialarbeiter:innen, Berater:innen, Betreuer:innen unbegleiteter Minderjähriger und Ehrenamtliche.

Modul 3: Verbesserung der Fähigkeiten im Umgang mit den psychischen Gesundheitsbedürfnissen von Migrant:innen

(Zwei Versionen: Dolmetscher:innen bzw. Kulturmittler:innen, Andere)

(geschätzte durchschnittliche Dauer für die Bearbeitung des Moduls: 13,5 Stunden)

- **Einheit 3.1 – Effektive Kommunikation:** Techniken für unterstützende und gewaltfreie Kommunikation.
- **Einheit 3.2 – Kulturelle Bewusstheit:** Das Verständnis und der Respekt vor kulturellen Unterschieden.
- **Einheit 3.3 – Zusammenarbeit für effektives Dolmetschen und kulturelle Mediation:** Grundprinzipien für eine erfolgreiche Zusammenarbeit mit Dolmetscher:innen und Kulturmittler:innen.
- **Einheit 3.4 – Interdisziplinäre Zusammenarbeit in der psychischen Gesundheit und psychosozialen Unterstützung:** Erforschung sektorübergreifender Ansätze für psychosoziale Interventionen.
- **Einheit 3.5 – Reaktion auf die besondere Situation von Kindern:** Berücksichtigung der einzigartigen Bedürfnisse junger Menschen im Kontext der Migration, einschließlich unbegleiteter Minderjähriger.

Version für Dolmetscher:innen und Kulturmittler:innen: Diese Version richtet sich an Personen, die dafür verantwortlich sind, kulturelle und sprachliche Barrieren bei der Arbeit mit Migrant:innen und Geflüchteten zu überbrücken, wie z. B. Dolmetscher:innen und Kulturmittler:innen.

Version für Andere (Fachkräfte und Ehrenamtliche): Diese Version ist für alle anderen Fachkräfte und Ehrenamtliche gedacht, die nicht in die oben genannten Profile fallen, aber dennoch mit Migrant:innen und Geflüchteten in verschiedenen Funktionen arbeiten, wie z. B. Ärzt:innen, Psycholog:innen, Psychotherapeut:innen, Pflegekräfte, Sozialarbeiter:innen, Berater:innen, Betreuer:innen unbegleiteter Minderjähriger und Ehrenamtliche.

Modul 4: Selbstfürsorge und Wohlbefinden des Personals

(geschätzte durchschnittliche Dauer für die Bearbeitung des Moduls: 9,5 Stunden)

- **Einheit 4.1 – Auswirkungen auf Fachkräfte und Ehrenamtliche in der Arbeit mit Migrant:innen:** Psychologische Folgen der Art der Arbeit.
- **Einheit 4.2 – Selbstfürsorge:** Praktische Strategien zur Erhaltung der eigenen psychischen Gesundheit.
- **Einheit 4.3 – Mitarbeitendenfürsorge:** Unterstützung des Wohlbefindens von Kolleg:innen und Teammitgliedern im organisationalen Kontext, mit besonderem Augenmerk auf die Bedürfnisse und Herausforderungen, denen Ehrenamtliche begegnen.

Obwohl für jedes Modul eine durchschnittliche geschätzte Dauer für das Lesen angegeben ist, kann die tatsächliche Zeit variieren. Daher werden die Teilnehmenden ermutigt, den eigenen Zeitbedarf für jede Einheit einzuschätzen und das Lerntempo entsprechend anzupassen. Die Module bestehen aus Texten, Videos, multimedialen Ressourcen und interaktiven Lernaktivitäten.

Bewertung und Teilnahmezertifikat

Die Bewertung erfolgt durch eine Reihe von Fragen sowie vier Fallbeispiele (Vignetten), die jeweils einem der Kursmodule zugeordnet sind. Diese Vignetten basieren auf realen Geschichten aus der Praxis und behandeln unterschiedliche Szenarien, denen Fachkräfte und Freiwillige bei ihrer Arbeit mit migrantischen und geflüchteten Menschen begegnen können.

Nach erfolgreichem Abschluss aller Fragen im Anschluss an die Module können Teilnehmenden ein Teilnahmezertifikat erhalten.

Lernwerkzeuge und Ressourcen

- **Theoretische Grundlagen:** Jede Einheit enthält eine ausführliche Literaturübersicht und Referenzen, die auf aktuelle globale Forschungen zur Betreuung von Migrant:innen und Geflüchteten basieren.
- **Reflexive Übungen:** Praktische Aktivitäten, die dazu dienen, das Verständnis zu vertiefen und die Fähigkeiten im Umgang mit der psychischen Gesundheit von Migrant:innen und Geflüchteten zu verbessern.
- **Glossar:** Eine umfassende Ressource im Repository, die Definitionen wichtiger Migrationsbegriffe enthält und auf Englisch verfügbar ist.
- **Ergänzende Materialien:** Zusätzliche Werkzeuge wie Videos, Grafiken und andere hilfreiche Ressourcen, die im Repository zugänglich sind (nur in englischer Sprache).
- **Community of Knowledge:** Ein spezielles, unabhängig betriebenes Forum, das Lernende in ganz Europa verbindet, um Ideen auszutauschen, Einblicke zu teilen, Netzwerke aufzubauen und eine Gemeinschaft der Praxis zu entwickeln.

E-Learning-Symbole und visuelle Kennzeichnungen



Repository



Hauptpunkt



Video



Reflexionspause

mental health

Definition des Begriffs im Glossar (nur in englischer Sprache)

Abschließend...

Migration ist eine Reise, die von Komplexität und tiefgreifendem Wandel geprägt ist. Diejenigen, die Migrant:innen und Geflüchtete unterstützen, spielen eine entscheidende Rolle dabei, Einzelpersonen und Gemeinschaften dabei zu helfen, ein Gefühl von Zuhause und Zugehörigkeit wieder aufzubauen. Am Ende des Kurses werden die Teilnehmenden besser darauf vorbereitet sein, den Bedürfnissen von Migrant:innen und Geflüchteten mit Fachkompetenz und kultureller Sensibilität zu begegnen und so zu besseren Ergebnissen in ihrer Arbeit beizutragen.