

Was sollen wir denn zusammen tun?

... diese Frage stellen
sich viele Freiwillige zu
Beginn ihres Einsatzes
als Mentor eines
Asylsuchenden...



Wer wir sind...

- Wir sind Ergotherapeutinnen - wir haben in unterschiedlichen Bereichen der Flüchtlingshilfe praktische Erfahrungen.
- Ergotherapie ist eine medizinische Leistung der Grundversicherung. Das Ziel von Ergotherapie ist, den Patienten wieder für seinen Alltag aktiv / kompetent zu machen.
- Ergotherapie als präventive Massnahme in der Flüchtlingshilfe
→ eine Arbeitsgruppe vom Berufsverband (evs)

Inhalt Präsentation

- Ausgangslage
- Was bedeutet «Tun» eigentlich?
- Was bringen die Freiwilligen mit?
- Kommunikation und richtiges Fragestellen
- Kulturelle Missverständnisse
- Probleme im Tun:
 - Einfluss von Flucht / Migration
 - Ausgrenzung vom Tun
 - Folgen von Traumatisierung
- Motivation erkennen und erhalten
- Anpassungsmöglichkeiten
- Vorschläge für gemeinsames Tun
- Fragen und Austauschrunde

Ausgangslage

- Manchmal ist es schwierig, etwas Gemeinsames zu finden
- Von den Betroffenen kommt manchmal wenig Reaktion / eigene Meinung
- Unterschiedliche Haltung / Handlungsweise kann zu Problemen führen

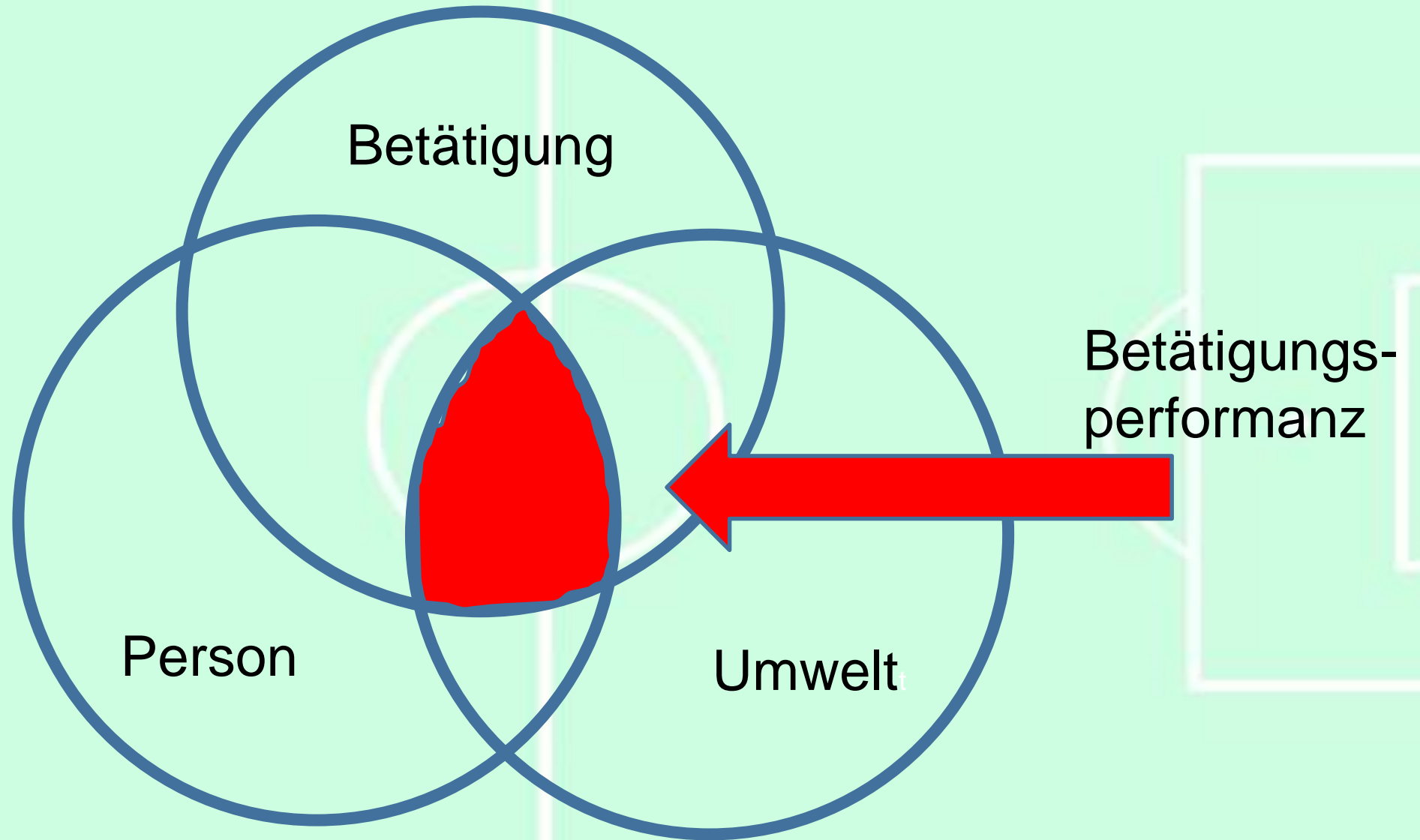


Was sind Handlungen/Aktivitäten?

- «Der Mensch ist was er tut» (Wilcock,1998)
→ Identität
- «Man tut was man kann» (Zitat unbekannt)
→ Kompetenzen
- Wir müssen aktiv etwas tun, um zu leben
→ Selbstversorgung, Alltagsbewältigung
- Gemeinsames Tun verbindet uns mit der Umwelt

In der ergotherapeutischen Fachsprache heisst das **“Betätigung”**

Was sind Betätigungen?



Aufwärmrunde

Was bringe ich mit?

- Welche Hobbys, Vorlieben, Freizeitbeschäftigungen habe ich selber?
- Was tut mir selber gut?



Aufgabe: Füllt bitte das vorliegende "Assessment" über Interessen aus
→ 5 Min.

Einen Pass an den Mentee

Wie finde ich heraus, was der MNA gerne tut?

- Kommunikation
 - Wie stelle ich die richtigen Fragen?
 - Offene Fragen stellen
 - Details erfahren (möglichst konkret)
 - Aspekte der Tätigkeit in Erfahrung bringen
 - Sprache: mit Händen und Füßen sprechen, gleichsprachige Personen um Hilfe bitten, mit Bildern arbeiten, Google Translator, langsam sprechen und einfache Wörter benutzen
- Interessencheckliste

Wer spielt auf welcher Position?

Was kann der andere tun?

- Woher kommt der MNA?
- Welchen kulturellen Hintergrund bringt er mit?
- Grundlegende Informationen über das Herkunftsland sammeln
 - "Ich hab gehört, dass das so und so ist»
- Dem MNA Entscheidungsfreiheiten geben und ihm ermöglichen, mir etwas beizubringen (z.B. Sprache, Kultur, sich kleiden, Frisuren, Tanz, Rezepte, Kartenspiele, Sportarten, Lieder hören...)

Der Schuss ging daneben

Kulturelle Missverständnisse beim Tun

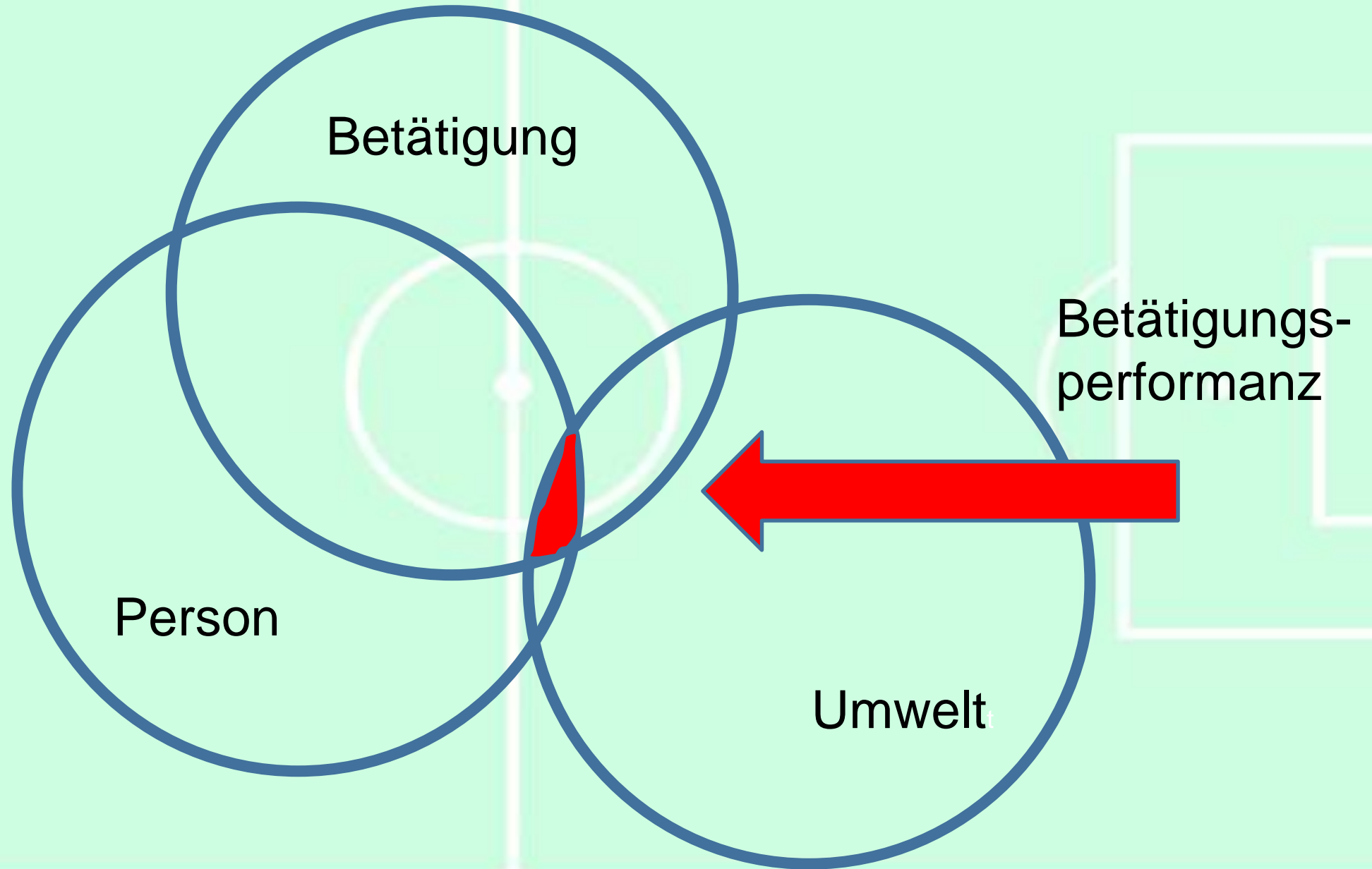
- Unterschiedliches Verständnis von Freizeit
- Andere Wertvorstellungen
- Unterschiedliche Bedürfnisse

Einfluss von Flucht und Migration auf das Tun

- Stellen Sie sich vor....
- Der Verlust von bedeutenden Betätigungen führt zu
 - Verlust von Fähigkeiten
 - Verschlimmerung der Verletzlichkeit
 - Verschlimmerung der Armut und Gesundheit
 - Verschlimmerung der Isolation
- Aktuell sind 62'424 Personen in der Schweiz im Asylprozess

Stand November '18

Einfluss von Flucht auf das Tun:



Ausgrenzung vom Tun: Betätigungsdeprivation

- bewusste Ausgrenzung von Betätigung ist ein Machtmittel, das auch in unserer Gesellschaft genutzt wird
 - Langeweile ist jedoch gesundheitsschädigend / kreiert sozial destruktives Verhalten
 - das Asylwesen in der Schweiz grenzt Asylsuchende von wichtigen Betätigungen (zeitweise) aus
- kulturelle Traditionen / Normen = gesellschaftliche Akzeptanz?
- gewohnte Umgebung: Bedingung für Selbstversorgung, Alltagsbewältigung und Routinen
 - Asylsuchende können in eine Passivität / Langeweile rutschen

Folgen von Traumatisierung auf das Tun:

- Kulturschock
- Traumatisierung durch Kriegs- und / oder Fluchterfahrung
→ sinnvolles Tun ist eingeschränkt!

Interventionen dagegen

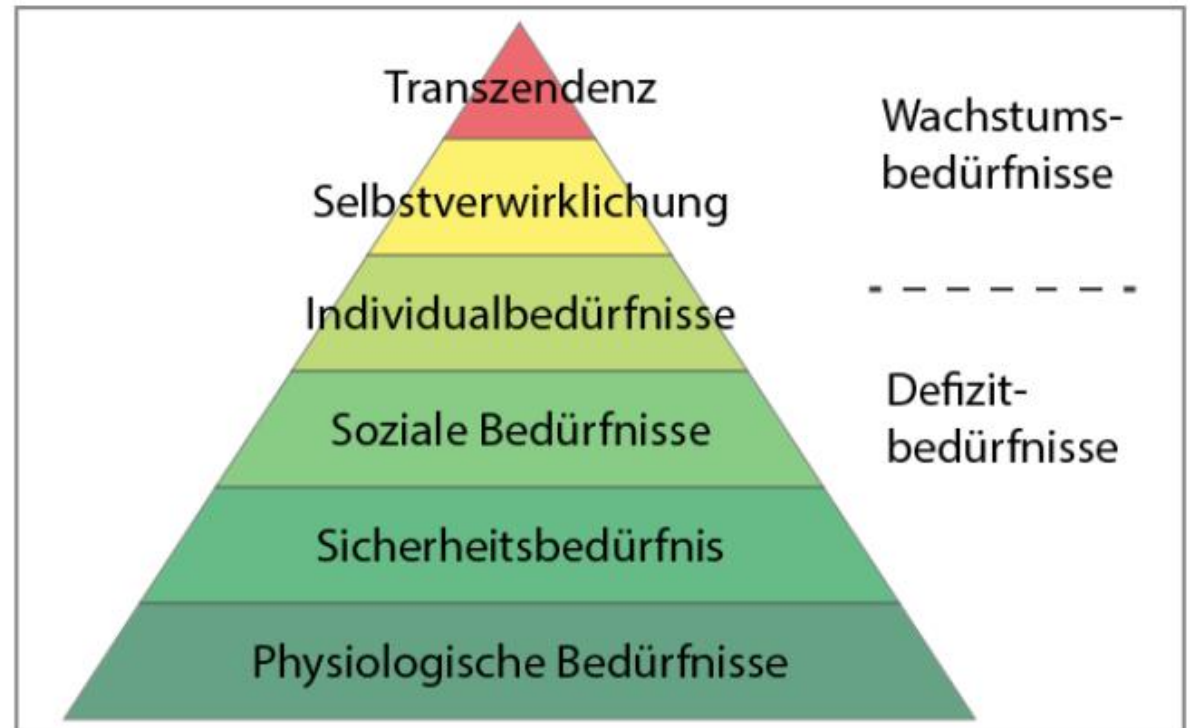
- aktiv sein = Erleben der eigenen Selbstwirksamkeit = Heilung
- in der akuten Phase: nicht wissen, was tun
- Mitmachen als 1. Schritt
- selber gestalten / Wünsche formulieren als Ziel

Wer spielt auf welcher Position?

Was motiviert mich?

- Jedem Tun liegt eine Erfüllung eines Bedürfnisses zugrunde
- Um den anderen mitzunehmen, muss ich meiner Motivation bewusst sein:
 - welche Bedürfnisse habe ich?
 - was mache ich gerne (Charakter)?

Die Maslowsche Bedürfnispyramide



Wichtigste Spielregeln

Was können wir zusammen tun?

- Wichtigste Spielregeln:
 - Kontinuität, Stabilität und Vertrauen vor andauernd neuen und «besseren» Aktivitäten
 - Weniger ist mehr
 - Erwartungen an sich selbst und an das tun nicht zu hoch stellen
 - Einfach dabei sein
- Grenzen: wenn der Freiwillige zunehmend belastet ist, dann professionelle Hilfe (z.B. therapeutische Begleitung) anbieten

Anpassungsmöglichkeiten

Ich möchte gerne / der Asylsuchende möchte gerne... aber es geht nicht:

- Aktivität vereinfachen
- Teilschritte der Aktivitäten durchführen
- Mitmachen, vor- und Nachmachen
- Gemeinsam die Aktivität erlernen
- Die Zeit anpassen
- Andere Personen aus dem Freundeskreis dazu ziehen
- Finanzen: Materialien ausleihen, aus dem Brocki holen, Second Hand, Materialien gemeinsam herstellen...
- Sprache: mit Händen und Füßen sprechen, gleichsprachige Personen um Hilfe bitten, mit Bildern arbeiten, Google Translator, langsam sprechen und einfache Wörter benutzen

Tausende Möglichkeiten

- Kulturelle Aktivitäten
 - Lieder/Musik
 - Essen
 - Kleidung
 - Kulturelles Handwerk
 - Tanz
 - Traditionelle Feste
 - Besondere Begebenheiten
 - Typisch Schweiz
 - ...

Tausende Möglichkeiten

- Sportliche Aktivitäten
 - Fussball
 - Federball
 - Boccia
 - Tischtennis
 - Velofahren
 - Spazieren
 - Schwimmen (Achtung Nichtschwimmer)
 - Wandern
 - Gartenarbeit
 - ...

Tausende Möglichkeiten

- Gemeinsam kreativ sein
 - Fotografieren
 - Zeichnen
 - Musizieren
 - Singen
 - Waldbilder
 - Kreatives Handwerk – Deko basteln, ein Spiel aus Holz erstellen, einen Drachen bauen, Modellbauen, Tasche nähen, Schlüsselanhänger basteln...
 - ...

Tausende Möglichkeiten

- Ruhige Aktivitäten
 - Spazieren
 - Essen
 - Trinken
 - Kochen
 - Sprache lernen
 - Gespräch
 - Vorlesen
 - Bräteln
 - Film schauen
 - Musik hören

Tausende Möglichkeiten

- Spiele

- Uno
- Vier gewinnt
- Ligretto
- Phantomime
- Jenga
- Jassen beibringen
- Mikado
- Rummikub
- Montagsmaler
- Puzzle
- ...

Tausende Möglichkeiten

- Ausflüge
 - das möchte ich zeigen
 - das möchtest Du zeigen

Abpiff

Austausch, Fragen und vielen Dank!

