

«Die Bestimmung
des Menschen liegt
in seiner Seele.»

(HERODOT)



WENN
DIE SEELE
SCHMERZT

IAMANEH Schweiz | Suisse

Aeschengraben 16
CH-4051 Basel

T +41 61 205 60 80
F +41 61 271 79 00

info@iamaneh.ch
www.iamaneh.ch

PC: 40-637178-8



IAMANEH Schweiz | Suisse

Gesundheit für Frauen und Kinder
Santé pour femmes et enfants

INFO

Psychosoziale Arbeit benötigt Zeit



Liebe Mitglieder,
liebe Spenderinnen und Spender
Sehr geehrte Damen und Herren

«Der Krieg in Bosnien-Herzegowina ist lange her. Weshalb braucht es denn heute immer noch psychosoziale Unterstützung?». Diese Frage ist mir in meinen zehn Jahren Programmverantwortung bei IAMANEH immer wieder gestellt worden. Dass es nach dem Jahrhundertbeben in Haiti oder für die Flüchtlingsfrauen aus Srebrenica neben medizini-

scher Nothilfe auch psychosoziale Unterstützung brauchte, wurde von niemandem in Frage gestellt. Dass wir aber fast 20 Jahre nach dem Krieg in Bosnien-Herzegowina weiterhin die Notwendigkeit von psychosozialen Arbeitsansätzen betonen, muss immer wieder erklärt werden.

Neben körperlicher Gesundheit sind gemäss WHO auch die psychische und die soziale Gesundheit Kernelemente eines internationalen Gesundheitsverständnisses und des Menschenrechts auf Gesundheit. Die psychosoziale Dimension von Gesundheit kann also nicht ausser Acht gelassen werden.

In Bosnien-Herzegowina führen Gewalterfahrungen im Krieg, kollektives Schweigen über die erfahrene Gewalt und andauernde stark destabilisierte Lebenssituationen aufgrund von Vertreibung, Arbeitslosigkeit, Armut und ethnischer Diskriminierung zu einer Überlagerung von Traumata, deren Bearbeitung individuell wie auch kollektiv angegangen werden muss. Wenn die stark angestiegene häusliche Gewalt ein Ausdruck von massiver gesellschaftlicher Zerrüttung, zerbrochenen männlichen Identitäten und fehlender Bewältigungskapazität auf

individueller und sozialer Ebene ist, dann müssen ihre Folgen nicht nur medizinisch und individuell, sondern auch psychologisch und sozial, also gesellschaftlich, bearbeitet werden.

Aber auch in Afrika bedeutet eine Beschneidung, eine Geburtsfistel oder die körperliche und auch sexuelle Ausbeutung von Hausmädchen einen schweren Einschnitt in das Leben der Betroffenen, welcher nicht nur durch medizinische Hilfe repariert werden kann. Auch hier muss der Frage nachgegangen werden, wie sie selbst, aber auch ihr unmittelbares soziales Umfeld damit umgehen und welche Unterstützungsformen notwendig sind, damit positive Zukunftsperspektiven entwickelt werden können.

In unseren Partnerorganisationen im Westbalkan und in Westafrika arbeiten multidisziplinäre Teams von Fachpersonen eng zusammen und bieten neben der medizinischen und therapeutischen Begleitung auch Rechtsberatung, sozialarbeiterische Begleitung, pädagogische Unterstützung, Bildung und ökonomische Stärkung an. Es ist von zentraler Bedeutung, dass diese multidisziplinäre Arbeit kulturell und kontextspezifisch gut eingebettet ist. Wenn wir uns vor Augen führen, dass Handlungsfähigkeit erst dann wiederhergestellt werden kann, wenn neben der eigenen Verarbeitung auch Veränderungsprozesse auf gesellschaftlicher und politischer Ebene stattfinden, wird klar, dass diese Arbeit viel Zeit und häufig mehr als eine Generation benötigt.

Herzlichst,

Maja Loncarevic
Programmverantwortliche Westbalkan, IAMANEH Schweiz

Was bedeutet Gesundheit für Sie?

Viele denken bei dem Begriff zuerst an die körperliche Verfassung. Jedoch gibt es keine Gesundheit ohne psychosoziale Gesundheit: Die Einstellung des Menschen zu sich selbst und zu seinem Umfeld ist grundlegend für sein Wohlbefinden. Selbstsicherheit und die Überzeugung, selbst über die nötigen Ressourcen zu verfügen, um Probleme zu lösen, sind kennzeichnend für eine stabile psychische Verfassung und Teil des allgemeinen Gesundheitszustandes.

Die psychosoziale Dimension spielt deshalb in der internationalen Gesundheitszusammenarbeit eine zentrale Rolle. Es genügt nicht, lediglich die materiellen Lebensverhältnisse bedürftiger Menschen zu verbessern. Die psychologische Behandlung gehört immer dazu. Neben medizinischer Versorgung brauchen diese Personen Zuwendung und die Gewissheit, dass sich jemand um sie kümmert. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Gesundheit denn auch als einen Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens.

Die psychosoziale Unterstützung konzentriert sich dabei insbesondere auf die sozialen und emotionalen Bedürfnisse des Menschen. Durch Gespräche und Offenheit werden innere Ängste thematisiert und das Selbstvertrauen gestärkt. Den Männern und Frauen wird geholfen, Verluste zu bewältigen und wieder Vertrauen in sich und das Leben zu fassen.

KÖRPER UND SEELE

In der Zusammenarbeit mit gewaltbetroffenen Menschen ist die Rücksichtnahme auf psychosoziale Bedürfnisse und Schwierigkeiten besonders wichtig. Andernfalls können diese Personen oft nicht von Projekten profitieren, weil sie infolge ihrer Traumatisierung oder bestehender Diskriminierung nicht fähig sind, ein Angebot für sich zu nutzen. Aspekte der psychosozialen Gesundheit müssen auch bei einer Fistelerkrankung oder bei HIV/Aids berücksichtigt werden, da diese physischen Einschränkungen auch die psychische Verfassung und die sozialen Kontakte der Betroffenen beeinträchtigen. Die psychosoziale Vulnerabilität ist besonders bei Frauen und Kindern hoch, da ihnen oft Entscheidungsmacht und der Schutz körperlicher Integrität fehlt.

GANZHEITLICHER ANSATZ

Umgekehrt nimmt die psychische Verfassung auch Einfluss auf die körperliche Gesundheit. So hat sich gezeigt, dass Kinder von deprimierten oder traumatisierten Müttern besonders häufig an Mangelernährung, Durchfallkrankheiten und Malaria leiden. Traumatisierte Menschen verlieren oft die Fähigkeit, ihren Lebensunterhalt zu verdienen. Kinder und Jugendliche bleiben besonders häufig der Schule fern oder ihre Leistungen lassen aufgrund von Konzentrationsschwierigkeiten nach. Die sich abwärts drehende Spirale der Armut beeinflusst dann wiederum ihre psychische Verfassung.

Die psychosoziale Unterstützung muss deshalb einem ganzheitlichen Ansatz folgen, wenn sie nachhaltig wirken soll. Auf psychosoziale Betreuung spezialisierte Dienste und Projekte sollten wenn möglich immer auch in Sektoren wie Einkommensförderung, Bildung oder politischer Partizipation fördern. Im Kontext der internationalen Gesundheitszusammenarbeit müssen zudem kulturelle Faktoren berücksichtigt werden. Psychosoziale Bedürfnisse unterscheiden sich je nach gesellschaftlichem Umfeld. Dieser Tatsache muss in den entsprechenden Beratungen Rechnung getragen werden.

Wenn es zu Hause nicht mehr geht

Alma war mit ihren Kräften am Ende. Ihr Körper schmerzte von den Schlägen ihres Mannes, ihre Gedanken kreisten um den Streit des Vorabends. Sie fühlte sich leer und einsam, überfordert mit sich selbst, mit ihrer Ehe und mit der Erziehung ihres Sohnes.

Wenn sich eine Frau im Therapiezentrum Vive Zene in Bosnien-Herzegowina anmeldet, wird sie von einem Team verschiedener Fachkräfte in Empfang genommen. Sie beurteilen sorgfältig ihre Situation und erstellen davon ausgehend ein individuelles Behandlungsprogramm. Das Ziel der Behandlung ist die psycho-emotionale Stabilisierung der Klientin. Sie wird einerseits über die Thematik häusliche Gewalt und ihre persönliche Rechte aufgeklärt und andererseits dazu befähigt, effektiv mit den bestehenden Herausforderungen umzugehen.

Eine dieser Klientinnen ist die 31-jährige Alma. Als sie ins Zentrum kam, war sie bereits seit zehn Jahren mit einem zehn Jahre älteren Mann verheiratet, gemeinsam hatten sie einen 9-jährigen Sohn. Alma war in einer patriarchalen Familie aufgewachsen, in welcher der autoritäre Vater das Familienleben und die Mutter dominiert hatte. Almas späterer Ehemann teilte dieselbe Einstellung gegenüber Frauen wie ihr Vater: dass die Frau sich ihrer



Im Therapiezentrum Vive Zene finden gewaltbetroffene Frauen Hilfe.

Familie und dem Haus widmen sollte, dass sie keine Stelle zu haben braucht und ihr kein Sozialleben zusteht.

Als ihr Mann sie zum ersten Mal körperlich angriff, war Alma schwanger gewesen. Er entschuldigte sich und versprach, sich zu ändern. Alma entschied sich, ihm eine zweite Chance zu geben. Sieben Jahre später kam es zu weiteren Handgreiflichkeiten. Almas Eltern rieten ihr daraufhin, geduldig zu bleiben und erklärten

ihr, dass solche Zwischenfälle in einer Ehe nun einmal passieren würden. Die Ehe solle aber trotzdem über allem gewahrt werden. Weitere Spannungen ergaben sich in den folgenden Monaten und nach wiederholten Tätlichkeiten entschied sich Alma, ihren Mann zu verlassen und vorübergehend zu ihrer besten Freundin zu ziehen. Kurze Zeit später hörte sie vom Zentrum Vive Zene und entschied sich, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

VERSTÄNDNIS UND RESPEKT ENTGEGENBRINGEN

Die ersten Nächte im Zentrum brachte Alma mit wenig Schlaf zu. Sie beschwerte sich über psychische Störungen in Form von Alpträumen, Schock und Verlustgefühlen. Sie träumte von fremden Personen, die sie verletzen wollten. Alma wirkte erschöpft. Sie hatte Angst um ihr Ansehen und sorgte sich um ihre Gesundheit.

In der ersten Phase der Behandlung wurde mit Alma über das Geschehene gesprochen. Ziel dieses Schrittes ist es, die Situation objektiv zu betrachten und der Klientin zu zeigen, dass ihre Symptome eine normale Reaktion auf die schwierigen Erlebnisse sind. Sie lernt, dass es sich bei dabei nicht um eine Krankheit handelt, sondern um Schutzreaktionen und somit um einen temporären Zustand. Alma verhielt sich zu Beginn der Behandlung sehr abwehrend, anders als andere Klientinnen. Sie war rebellisch und trotzig – eine Haltung, die sie sich über die vielen schwierigen Ehejahre zugelegt hatte. Sie reagierte allergisch auf Regeln und Kritik, und sogar die gut gemeinten Worte der anderen Bewohnerinnen des Zentrums brachten sie aus der Fassung. Im Wissen um ihre intensiven Schuld- und Schamgefühle war es wichtig, Alma mit viel Verständnis und Respekt zu begegnen und sie stets für ihren Mut zu loben,



Der Austausch mit anderen Betroffenen ist ein wichtiger Schritt in der Verarbeitung des Erlebten.

Hilfe in Anspruch zu nehmen. Diese Phase war ein Schlüsselpunkt der Therapie, denn hier wurden die Grundsteine der Behandlung gelegt.

Die Zusammenarbeit zwischen Klienten und Therapeuten ist massgebend für den Verlauf der jeweiligen Therapie.

DIE SELBSTWAHRNEHMUNG STÄRKEN

In der individuellen Therapie wurde Alma mit ihrem eigenen Verhalten konfrontiert und lernte, wie sie die Schutzmechanismen, die sie gegenüber ihrem Ehemann angewendet hatte, ablegen konnte. Sie lernte, ihre Reaktionen der Situation anzupassen und mittels Atemtechniken, Bewusstseinsübungen und Körperübungen Stress zu regulieren und ihren Körper und ihre Emotionen selber unter Kontrolle zu bringen. Langsam begann Alma zu merken, dass ihr Verhalten gegenüber den anderen Klientinnen im Frauenhaus unangebracht und vielmehr ein Resultat ungesunder Beziehungsmuster war, als eine gerechtfertigte Antwort auf das Verhalten der anderen Teilnehmerinnen.

Ergänzend zur individuellen Therapie hatte Alma in der Gruppentherapie die Möglichkeit, sich mit anderen Klientinnen auszutauschen, die mit ähnlichen Problemen zu kämpfen hatten. Ihre traumatische Kindheit, die gewaltgeprägte Beziehung mit ihrem Ehemann, die Beziehungsprobleme mit ihrem Sohn – diese Themen konnte sie in der Gruppe ansprechen und verarbeiten. Der Austausch half ihr, die gegenwärtige Situation zu akzeptieren und neuen Mut für die Zukunft zu fassen.

PRAKTISCHE HILFE IN ALLTÄGLICHEN ANGELEGENHEITEN

Mithilfe des Zentrums für Sozialarbeit wurde zudem Kontakt mit Almas Ehemann aufgenommen, um die Besuchsrechte für den gemeinsamen Sohn für die Zeit bis zum Gerichtsentscheid zu regeln. In Zusammenarbeit mit der Polizei und der Staatsanwaltschaft wurde der Gerichtsprozess gegen ihren Mann eingeleitet und Schutzmassnahmen festgelegt. Auch die Möglichkeit einer Ehetherapie wurde abgeklärt. Da Almas Mann jedoch keine Bereitschaft zeigte, Verantwortung für seine Taten zu übernehmen, wurde diese Option vorerst ausgeschlossen.

Alma verbrachte fast zwei Monate im Zentrum. Während dieser Zeit machte sie grosse Fortschritte und fällte Entscheidungen, die im Hinblick auf ihr heutiges Leben wichtig waren. Sie liess sich von ihrem Ehemann scheiden, mietete eine Wohnung in einer anderen Stadt und fand eine Arbeitsstelle. Ihr Mann wurde wegen Belästigung verurteilt. Der gemeinsame Sohn lebt zurzeit bei ihm und besucht Alma an den Wochenenden. Almas nächstes Ziel ist es, bessere finanzielle Bedingungen zu schaffen, um das Sorgerecht für ihren Sohn zurückzuerhalten.

**Von Elmira Ibračić und Amra Muradbegović
Therapeuten Vive Zene**



Das Programm unserer bosnischen Partnerorganisation Vive Zene ist spezialisiert auf die Betreuung von kriegstraumatisierten und misshandelten Frauen und Kinder. Im Rahmen einer maximal 5-monatigen stationären oder ambulanten Psychotherapie wird ihnen psychotherapeutische, medizinische, soziale und pädagogische Betreuung geboten.

Neben der Arbeit im Therapie-Zentrum in Tuzla engagiert sich Vive Zene in der Betreuung von Rückkehrenden in ihre ehemalige ostbosnische Heimat. Mittels pädagogischer und kreativer Workshops soll ihre Integration gefördert werden.

Das Schweigen brechen

Senegal ist ein Land der Gegensätze. Ein Land, in dem Modernisierung, Tradition und Religion koexistieren. Die Geschlechterbeziehungen sind geprägt von einer Dominanz des Mannes, sowohl auf Ebene der Familie, der Religion als auch in der öffentlichen Verwaltung.

Diese Hierarchie erklärt zu einem grossen Teil die hohe Gewalttätigkeit gegenüber Frauen und die Schwierigkeiten, die diesen in gerichtlichen Verfahren und im Kampf um Gerechtigkeit begegnen.

Auch in Kaolack, einer Stadt mit ungefähr 200'000 Einwohnern, ist die Gewalt an Frauen weit verbreitet. Eine symbolträchtige Figur in diesem Zusammenhang ist die 22-jährige Doki Niass. Die junge und damals schwangere Frau wurde im Jahr 1993 von ihrem Ehemann mit Fausthieben brutal umgebracht, anscheinend weil sie das Abendessen zu spät serviert hatte.

WIE ALLES BEGANN

Ihr Schicksal war es denn auch, das die Gewalt an Frauen zum ersten Mal zum Thema gemacht und an die Öffentlichkeit gebracht hat. Ihre Geschichte hat die Organisation APROFES (Association pour la Promotion de la Femme Sénégalaise) in ihrem Anliegen bestärkt, gegen die Straflosigkeit und Banalisierung häuslicher

Gewalt vorzugehen und gewaltbetroffenen Frauen und Mädchen Orientierung zu bieten. Ndèye Dieumbe Diagne, Verantwortliche der Beratungsstelle, bestätigt: «Die Mobilisierung durch den Fall Doki Niass hat bei gewaltbetroffenen Frauen, die nicht wussten, wie sie ihren Peinigern entkommen konnten, eine Welle der Entschlossenheit ausgelöst.» Sie fügt hinzu: «Während dieser Zeit hat APROFES allen Frauen, die in unseren Büros vorbeikamen, psychosoziale Unterstützung geboten. Dank eines Kredits konnte dann schliesslich unsere heutige Anlaufstelle geschaffen werden, die geschützt vor Neugierigen und anderen Besuchern Raum bietet für Beratungsgespräche.» Laut Ndèye Dieumbe Diagne wünschen die gewaltbetroffenen Frauen, die die Beratungsstelle aufsuchen, in der Regel Ruhe und Diskretion. Sie wollen ihre Umstände nicht an die grosse Glocke hängen. «Wie in einem Gesundheitszentrum ist der Empfang entscheidend. Die Frauen, die zu uns kommen, befinden sich in einem traumatischen Zustand. Sie brauchen eine ruhige und vertrauenswürdige Betreuung. Wir zögern nicht, ihnen mit viel Wertschätzung zu begegnen, damit sie sich wohl fühlen. Wir ermutigen sie jedoch dazu, selbst zu entscheiden, wie in ihrem Fall weitergefahren werden soll.»



Misshandelte Frauen werden bei APROFES mit Diskretion und Wertschätzung begleitet.



Auch bei Sorgerechtsprozessen steht APROFES den Frauen beratend zur Seite.

GEWALT IN DER EHE – KEINE AUSWEGLOSE SITUATION

D.D., eine junge Frau, die von ihrem Ehemann mit Schlägen trütiert wurde, ist eine der

Klientinnen, die bei der Beratungsstelle Hilfe gefunden hat. Sie erzählt: «Von Leuten in meinem Umfeld hatte ich von der Anlaufstelle bei APROFES gehört. Als mein Ehemann sich

auch noch entschied, unsere Kinder aus der öffentlichen Schule zu nehmen und sie stattdessen in einer Koranschule einzuschreiben, habe ich all meinen Mut zusammen genommen und bin bei der Beratungsstelle vorbei gegangen. Ich erkannte dann, dass häusliche Gewalt keine ausweglose Situation ist. Die Verantwortlichen des Beratungszentrums haben mich während dem Gerichtsprozess gegen meinen Mann und den Verhandlungen über das Sorgerecht begleitet und mir ein kleines Apartment gemietet, in dem ich nach dem Gerichtsentscheid für zwei Monate wohnen konnte.»

Im Jahr 2013 registrierte APROFES 34 Scheidungen. Weitaus häufiger entscheiden sich die Klientinnen jedoch für eine Mediation, in der sie gemeinsam mit ihrem Partner und einem Vermittler, beispielsweise einem Imam oder einem Quartierchef, Wege zur Konfliktlösung suchen. K.N., eine Lehrerin, die von ihrem Mann verprügelt wurde, hat sich für diese Vorgehensweise entschieden in der Hoffnung, dass ihr Mann seine Verfehlungen einsehen und die Arztkosten übernehmen würde. Tatsächlich wurden ihm im Verlauf der Gespräche die Konsequenzen seiner Übergriffe bewusst und ihre Beziehung hat sich seither merklich verbessert.



Kleinkredite verhelfen zu finanzieller Selbständigkeit.

DIE SELBSTACHTUNG ZURÜCKGEWINNEN

Zusätzlich zu den individuellen Gesprächen organisiert APROFES Gesprächsgruppen, in denen gewaltbetroffene Frauen untereinander über ihre Erfahrungen und Schwierigkeiten austauschen können. Gemeinsam werden Lösungen und Wege gesucht, mittels derer die bestehenden Herausforderungen gemeistert werden können.

Überdies hilft APROFES Klientinnen, einen Kredit aufzunehmen. Dank dieses Kredits können die Frauen einkommensfördernde Aktivitäten in Angriff nehmen und allmählich finanzielle Selbständigkeit erlangen.

DIE NACHHALTIGKEIT SICHERSTELLEN

Auf gesellschaftlicher Ebene führt APROFES Ausbildungskurse zu bürgerlichen Rechten und Pflichten durch. Frauen mit Kommunikations- und Führungskompetenzen sowie Para-Juristen statten verschiedenen Dörfern Besuche ab, um die Bevölkerung zu sensibilisieren und zu beraten. Ein Para-Jurist ist eine Person mit Grundkenntnissen im Rechtswesen. Er stellt seine Dienste den Dorfbewohnerinnen zur Verfügung und hilft ihnen in Rechtsfragen weiter.

Um die Situation in den Dörfern nachhaltig zu verbessern, werden jeweils Gruppen von Bürgern gebildet, die sich aktiv gegen die Gewalt an Frauen engagieren wollen. Zu ihren Aufgaben gehört es, Schlüsselpersonen zu mobilisieren, Mediation und Lobbying zu betreiben und sich im Falle von Rechtsverletzungen gegenseitig zu informieren.

Von Ndèye Dieumbe Diagne und Soguy Ndiaye

Verantwortliche des Beratungszentrums und Programmkoordinatorin APROFES

APROFES hat 1996 eine Beratungsstelle für gewaltbetroffene Frauen und Mädchen ins Leben gerufen. In Fällen schwerer gewalttätiger Übergriffe wird diesen zu einer medizinisch beratenen Behandlung verholfen und es werden juristische Schritte gegen die Täter in die Wege geleitet. APROFES arbeitet hierfür mit Ärzten und Juristen zusammen. Frauen und deren Kinder, die nicht mehr zu ihrem Mann zurückkehren können, werden vorübergehend finanziell unterstützt.

Zwischen 150 und 200 Frauen und Mädchen wenden sich jährlich an die Beratungsstelle von APROFES. Die Organisation führt zudem Informations- und Sensibilisierungsaktivitäten hinsichtlich Frauenrechten und der Gewalt an Frauen durch.

Psychosoziale Gesundheit in der Pflege

Wird der Begriff «psychosoziale Gesundheit» oder «psychosocial health» im Internet in die Suchmaschine Google eingegeben, findet man innerhalb von 0.44 Sekunden ungefähr 975'000 Treffer in deutscher Sprache und circa 15'100'000 englischsprachige Treffer.

Diese Beiträge im World Wide Web thematisieren unter anderem die ganzheitliche Entwicklung des Menschen, berufliche Probleme, Determinanten der Gesundheit, psychiatrische Erkrankungen, Kommunikation, Führung, Beziehung, alternative Heilmethoden, das Glück, spät Mutter zu werden, Verlustbewältigung von Kindern in Afrika, Programme zur Förderung der Lebenskompetenzen und viele Themen mehr. Psychosoziale Gesundheit scheint für verschiedenste Themengebieten essentiell zu sein, aber auch sehr unterschiedlich verwendet zu werden. Dadurch ist sie schwer fassbar und der Gefahr der Beliebigkeit ausgesetzt.

Die Pflege befasst sich mit der Prävention von Krankheiten sowie mit den Auswirkungen von Erkrankungen und ihren Symptomen im Alltag der Menschen. Hierbei geht es also um das «Krank-sein» und weniger um die Krankheit. Bei allen genannten Themen spielen psychosoziale Faktoren eine grosse Rolle. Wir gehen davon aus, dass Krankheit und Gesund-

heit sich auf einem Kontinuum befinden. Das heisst beispielsweise, Menschen können sich trotz Krankheit gesund fühlen und trotz medizinisch bestätigter Gesundheit können Menschen ein «Krank-sein» erleben. Der Mensch als komplexes Wesen ist nie absolut gesund oder vollständig krank. In unserer Forschungsarbeit an der Berner Fachhochschule interessiert uns also, was psychosoziale Gesundheit ausmacht, wie sie gefördert werden kann und wie sie sich auf das Krankheitsmanagement und die Lebensführung auswirkt. Dazu ist es natürlich wichtig zu wissen, wovon man spricht, wenn man von psychosozialer Gesundheit redet.

WIR ALLE SIND VERLETZBAR

Damit psychosoziale Gesundheit erforscht werden kann, ist es wichtig sie zu beschreiben. Psychosoziale Gesundheit lässt sich in ihren kennzeichnenden Merkmalen nur schwer umfassend charakterisieren. Dies wiederum erschwert es, sie zu messen – eine unabdingbare Voraussetzung, um Forschung zu betreiben. Daher verwundert es nicht, wenn die neuere Forschung zum Verhalten des Menschen stark auf biologische Merkmale und materielle Faktoren setzt. Soziobiologie und andere evolutionstheoretische Ansätze zeichnen ein

Bild, welches das menschliche Verhalten und selbst die Kultur als primär genetisch gesteuert sieht. In den Wissenschaftsgebieten der Psychologie, Psychiatrie und der Pflege hat sich jedoch ein Konsens herauskristallisiert, der von einem «biopsychosozialen» Zusammenhang zwischen Neurobiologie, menschlichem Denken und Fühlen sowie sozialem Umfeld ausgeht. Zwar ist nicht wirklich geklärt, wie Biologie, Psyche und Gesellschaft aufeinander reagieren und ineinander greifen. Heute wird jedoch davon ausgegangen, dass sowohl die Krankheitsentstehung als auch die Krankheitsbewältigung in erheblichem Masse von psychischen und sozialen Voraussetzungen abhängig sind. Wir alle sind mehr oder weniger verletzbar durch schwierige Lebensbedingungen, kritische Ereignisse oder traumatische Erfahrungen. Diese Verletzbarkeiten werden gegenwärtig unter dem Stichwort «Vulnerabilität» (Verletzlichkeit) erforscht. Bei der Krankheitsbewältigung ist zudem unser Umgang mit Belastungen und Beeinträchtigungen sehr relevant, dies wird unter der Bezeichnung «Coping» untersucht. Beides, Vulnerabilität und Coping, hängt auch sehr eng mit der sozialen Einbindung (Familie, Freunde, Gesellschaft) des betroffenen Menschen zusammen. Wenn wir über kein oder nur ein unzureichend unterstützendes soziales



Die soziale Einbindung eines Patienten hat grossen Einfluss auf dessen Krankheitsbewältigung.

Netz verfügen, beeinflusst dies einerseits die Krankheitsentstehung und andererseits die Bewältigung negativ.

Psychosoziale Gesundheit lässt sich also folgendermassen beschreiben und etwas fassbarer machen: Psychosoziale Gesundheit bezieht sich auf psychische und körperliche Belastungen bis hin zur Erkrankung, die in einem sozialen Umfeld entstehen und sich auf das betroffene Individuum und sein/ihr soziales Umfeld auswirken können. Zentral ist die Schaffung von Bedingungen für den Erhalt sowie die Wiedererlangung von Gesundheit und Wohlbefinden.

HOHE BELASTUNG FÜR PFLEGENDE

Innerhalb des Forschungsfelds Psychosoziale Gesundheit der Forschung Pflege an der Berner Fachhochschule führen wir Forschungsprojekte in der Akutversorgung, der Alters- und Langzeitpflege oder der psychiatrischen Pflege durch. Diese Projekte befassen sich gleichermaßen mit der psychosozialen Gesundheit von Patienten sowie Mitarbeitenden.

Wir befassen uns beispielsweise mit Aggression am Arbeitsplatz, da 25% dieser Fälle im Gesundheitswesen stattfinden und Pflegenden weltweit zu den gefährdetsten Berufsgruppen gehören.

Aggression wird in diesem Kontext von Patienten und Angehörigen ausgeübt. Unsere Forschung in diesem Bereich zeigt, dass zur effektiven Aggressionsprävention umfassende Massnahmen durch das Spitalmanagement auf organisatorischer und personeller Ebene eingeleitet werden müssen. Organisatorisch ist es beispielsweise wichtig, Aggression zum Thema zu machen, eine interdisziplinäre Schulung im Umgang mit Angst und Aggression anzubieten, Rückzugsmöglichkeiten für Patienten und ihre Angehörigen zu schaffen (Privatsphäre) und eine demenzgerechte Pflege anzubieten. Auf personeller Ebene sind eine wertschätzende interdisziplinäre Zusammenarbeit, hohe kommunikative Kompetenzen, rasche Unterstützung bei Angst und Unsicherheit (insbesondere von jungem Personal) wichtig.

Unsere Studien haben aufgezeigt, dass über 50% der Pflegenden innerhalb eines Jahres Patientenaggressionen erleben. Die psychische Belastung dieser Erlebnisse ist so gross, dass Pflegefachpersonen aus dem Beruf aussteigen. In Anbetracht des Personalmangels im Gesundheitswesen ist es also dringend notwendig, gegen diese gefährliche Belastung am Arbeitsplatz wirkungsvolle Interventionen anbieten zu können.

PSYCHOSOZIALES LEIDEN WELTWEIT NOCH IMMER VERNACHLÄSSIGT

Psychosoziale Gesundheit ist unabdingbar für eine moderne und kompetente Pflege und Betreuung. Mit unseren Projekten versuchen wir sie zu fassen, um unsere Erkenntnisse zum Wohle der Patientinnen und Patienten einsetzen zu können. In der internationalen Vernetzung erleben wir, dass psychosoziale Gesundheit insbesondere im Bereich der onkologischen Pflege weit voran geschritten ist, z.B. in England, wo sich Studien mit der gesundheitsfördernden Umgebung für krebserkrankte Menschen befassen. In den sich entwickelnden Ländern scheint psychosoziale Gesundheit in der Pflege und Betreuung noch wenig explizit Ausdruck zu finden. Dies obwohl Umweltkatastrophen, Kriege oder Seuchen hier die Menschen nicht nur in körperlichen Unversehrtheit beeinträchtigen, sondern auch psychische und soziale Faktoren des Lebens in Mitleidenenschaft ziehen. Wo es aber darum geht, Basisbedürfnisse wie Nahrung, Hygiene oder physische Erkrankung zu lindern, gerät das psychosoziale Leiden, beispielsweise die Traumatisierung infolge von Krieg und Migration, leider ins Hintertreffen.



Prof. Dr. Sabine Hahn ist Leiterin der Angewandten Forschung & Entwicklung/Dienstleistung Pflege an der Berner Fachhochschule. Sie arbeitet zudem als Dozentin an der University of Central Lancashire (UK) in der School of Mental Health Nursing. Nach langjähriger Erfahrung in der praktischen psychiatrischen Pflege und mehrjähriger Lehrtätigkeit setzt sich Sabine Hahn als Forscherin für den Wissenstransfer und die Weiterentwicklung der Disziplin Pflege ein.



Prof. Dr. Dirk Richter ist Dozent an der Berner Fachhochschule. Er bringt Berufserfahrung in der psychiatrischen Pflege und als Qualitätsmanager im Gesundheitswesen mit. Heute forscht er im Wesentlichen im Bereich der Psychosozialen Gesundheit.

i

Unser neuer Botschafter, Laurin Buser

Du bist Slam-poet, Rapper und Schauspieler. Was haben für dich die Musik und das Dichten mit Gesundheit zu tun?

Die Musik und das Schreiben haben für mich tatsächlich viel mit Gesundheit zu tun. Beides fördert meine geistige Gesundheit. Das Schreiben ist ein Ventil, eine Selbstreflexion. Wenn ich länger nicht schreibe, fühle ich mich nicht wohl. Andere haben jedoch andere Ventile – das Malen zum Beispiel, oder den Sport. Trotzdem denke ich, gerade das Theater und das Auf-der-Bühne-Stehen bringen jedem etwas. Sie fördern das Selbstvertrauen. Du machst etwas, das du dir nicht zutraust, du überschreitest die eigenen Grenzen.

Bist du selbst schon mit der Entwicklungszusammenarbeit in Berührung gekommen?

Anfangs dieses Jahres war ich im Rahmen eines Theaterprojekts für drei Wochen in Burkina Faso. Das war zwar keine Entwicklungszusammenarbeit, aber ein spannender Kulturaustausch. Es war zugleich meine erste Reise nach Afrika und somit ein Sprung ins kalte Wasser – oder besser: in die heisse Wüste.

Welche Verbindung siehst du zwischen Musik, Theater und der Entwicklungszusammenarbeit?

Theater und Musik kann man als Mittel zum Zweck nutzen. Beide Kommunikationsformen funktionieren international. Gerade die Musik wird ja oft als die einzige internationale Sprache bezeichnet. Das kann ich bestätigen. Während meiner Zeit in Ouagadougou gab ich ein kleines Konzert, und obwohl die Liedtexte in Deutsch waren, kam die Vorstellung sehr gut an. Die Leute haben mich über den Rhythmus und die Melodie verstanden.

Welche Ungerechtigkeit würdest du angehen, wenn du könntest?

Das wären wohl die grossen Themen: Krieg, Hunger, und wofür sich IAMANEH Schweiz einsetzt: die Bekämpfung von Krankheiten und die Verbesserung des Zugangs zu medizinischer Versorgung. Ein Mann, den ich in Burkina Faso kennengelernt habe, hatte schon fünfmal Malaria. Er sagte, er und seine Familie würden sich jeweils mit Teeaufgüssen vor der Krankheit schützen. Da konnte ich nur leer schlucken.

Was hat dich überzeugt, Botschafter von IAMANEH zu werden?

Ich stehe hinter den Zielen, für die sich IAMANEH Schweiz einsetzt. Zudem gefällt mir, dass die Organisation eine überschaubare Grösse hat. Man weiss genau, woher das Geld kommt und wohin es geht. Das ist mir sympathisch. Transparenz ist wichtig. Als Botschafter werde ich mein Netzwerk auf IAMANEH Schweiz aufmerksam machen und wenn ich damit irgendwie helfen kann, ist das schön.



Der junge Künstler Laurin Buser ist neu Botschafter von IAMANEH Schweiz.

Vier Fragen an unser neues Vorstandsmitglied

Claudia Kessler, wo arbeiten Sie?

Ich arbeite für die Dienstleistungsorganisation Public Health Services GmbH als Expertin und wissenschaftliche Mitarbeiterin. Wir haben verschiedene Mandate und betreuen diverse Projekte. Dabei geht es hauptsächlich um die Verbesserung der öffentlichen Gesundheit in der Schweiz – wobei es sich hier um nicht übertragbare Krankheiten handelt.

Weshalb interessiert Sie die Gesundheit von Frauen und Kindern?

Als Ärztin habe ich einige Jahre im Bereich Gynäkologie und Geburtshilfe gearbeitet. Danach war ich viele Jahre in der internationalen Zusammenarbeit tätig, habe in verschiedenen afrikanischen Ländern humanitäre Hilfe geleistet und mich in die längerfristige Entwicklungszusammenarbeit investiert. Auch da standen die sexuelle und reproduktive Gesundheit und Themen wie HIV, Müttergesundheit und Mädchenbeschneidung im Zentrum.

Auch hier in der Schweiz setze ich mich gerne für benachteiligte und vulnerable Gruppen ein – und da gehören Frauen und Kinder dazu. Somit begleitet mich das Thema noch immer, einfach auf einer anderen Ebene.

Was liegt Ihnen besonders auf dem Herzen?

Eine gerechtere Verteilung der Gesundheit, der Ressourcen und des Zugangs zu medizinischer Versorgung.

Zudem ist die Zusammenarbeit ein wichtiges Thema für mich – die Zusammenarbeit sowohl zwischen Süden und Norden, als auch unter verschiedenen Akteuren. Ich bedaure die mangelnde und fehlende Zusammenarbeit in Gegenden mit wenigen Ressourcen und bin überzeugt, dass die Gesundheitsversorgung mit einer besseren Zusammenarbeit sehr viel effizienter und wirkungsvoller sein könnte – und auch viel mehr Spass machen würde!

Was bringen Sie mit?

Ich bringe sicherlich ein grosses Know-How mit in der Entwicklungszusammenarbeit und insbesondere im Themenbereich, in dem IAMANEH arbeitet.



Claudia Kessler
ist seit Juni
im Vorstand von
IAMANEH Schweiz.

Zudem verfüge ich über viel Felderfahrung und Zusammenarbeitserfahrung mit der DEZA und habe auch einige Erfahrung im Projektmanagement.

In Bezug auf persönliche Eigenschaften hoffe ich, mit meiner kommunikativen Kompetenz, meinem strategischen Denken und meinem Flair für Teamarbeit eine Bereicherung für IAMANEH Schweiz sein zu können.

Demnächst

WILLKOMMEN ZU HAUSE IN BASEL

Im Rahmen der 16-Tage-Kampagne gegen Gewalt an Frauen organisiert IAMANEH Schweiz vom 25.11. bis 5.12.2014 gemeinsam mit sechs Trägerorganisationen aus der Region die Wanderausstellung «Willkommen zu Hause». Begehbare Ausstellungselemente mit alltäglichen häuslichen Situationen zeigen das Thema in all seinen Facetten und ermöglichen einen berührenden Einblick in die Lebensrealität von Betroffenen. Die Ausstellung soll Mut zum Hinsehen machen und zeigt Wege aus der Gewalt auf, indem sie über das lokale Hilfsangebot und geltende Gesetze informiert.

An der von IAMANEH Schweiz und terre des hommes schweiz organisierten Podiumsdiskussion vom 27. November wird zudem ein globaler Blick auf die Thematik geworfen, indem über weltweite Präventionsmassnahmen häuslicher Gewalt diskutiert wird.

Weitere Informationen zur Ausstellung finden Sie auf unserer Webseite www.iamaneh.ch

WEIHNACHTSAKTION «PATENSCHAFT AUF ZEIT»

Sind Sie auf der Suche nach einem tollen Weihnachtsgeschenk für Ihre Liebsten? Dann haben wir Ihnen dieses Jahr einen ganz besonderen Tipp! Schenken Sie Freunden oder Verwandten eine zeitlich begrenzte Patenschaft für unser Dorfprojekt in Togo. Der Beschenkte erhält eine schöne Urkunde und wird während diesem Zeitraum laufend über die Fortschritte im Projekt informiert. Interessiert? Dann melden Sie sich direkt bei uns auf info@iamaneh.ch oder unter 061 205 60 80. Weitere Informationen finden Sie zudem auf unserer Webseite www.iamaneh.ch



IMPRESSUM

Herausgeberin

IAMANEH Schweiz, Basel

Redaktion

Manuela Di Marco, Fiona Eisenhut

Haben an dieser Ausgabe mitgearbeitet

Maja Loncarevic, Elmir Ibralić, Amra Muradbegović, Dr. Sabine Hahn, Dr. Dirk Richter, Soguy Ndiaye, Ndèye Dieumbe Diagne

Übersetzung

Göldi Übersetzungen, Uster

Gestaltung

Newsign Grafik GmbH, Reinach BL

Bildrechte

IAMANEH Schweiz
Timo Eisenhut, Titelbild
Thierry Bruder, S.13

Druck

Stuedler Press AG, Basel

Auflage

Deutsch: 5800 Ex.
Französisch: 165 Ex.
Gedruckt auf Cyclus Print, Recycling Papier

Basel, November 2014