

## ***WS 9: Migrant/innen in Selbsthilfegruppen***

**Wie kann es gelingen,  
Menschen mit Migrationshintergrund gut zu integrieren?**

- 1.) Ein paar Daten: Menschen mit Migrationshintergrund in Deutschland**
- 2.) Barrieren beim Einbezug von Menschen mit Migrationshintergrund in die Selbsthilfe**
- 3.) Migrant/innen in der Selbsthilfe**
- 4.) Was können wir tun?**
- 5.) Projekte und Aktivitäten zur interkulturellen Öffnung der Selbsthilfe**

## **1.) Ein paar Daten: Menschen mit Migrationshintergrund in Deutschland**

Als Grundlage sollte man zwei Begriffe unterscheiden:

### **1.) Wer ist ein Migrant / eine Migrantin?**

Duden:

*Einwanderer, Einwanderin, Immigrant, Immigrantin, Zuwanderer, Zuwanderin*

Bundesamt für Migration und Flüchtlinge:

*"Von Migration spricht man, wenn eine Person ihren Lebensmittelpunkt räumlich verlegt. Von internationaler Migration spricht man dann, wenn dies über Staatsgrenzen hinweg geschieht"*

⇒ Von „Migrant/innen“ wird aber allgemein im Zusammenhang mit internationaler Migration gesprochen, oder noch eingegrenzter, wenn jemand aus einem Kulturkreis eingewandert ist, der allgemein nicht dem der westlichen Industriestaaten zugeordnet wird.

### **2.) Wer ist ein „Mensch mit Migrationshintergrund“?**

Als Personen mit Migrationshintergrund definiert werden

*„...alle nach 1949 auf das heutige Gebiet der Bundesrepublik Deutschland Zugewanderten, sowie*

*alle in Deutschland geborenen Ausländer und*

*alle in Deutschland als Deutsche Geborenen mit zumindest einem nach 1949 zugewanderten oder als Ausländer in Deutschland geborenen Elternteil“*

(Quelle: Statistisches Bundesamt)

## **1.) Ein paar Daten: Menschen mit Migrationshintergrund in Deutschland**

### **Woher kommen Menschen mit Migrationshintergrund....**

Die fünf bedeutsamsten Herkunftsländer

Türkei	17,9 Prozent
Polen	13,1 Prozent
Russland	8,7 Prozent
Kasachstan	8,2 Prozent
Italien	5,3 Prozent

(Quelle: Website der Bundeszentrale für politische Bildung aus Zensus 2011, Stichtag im Mai 2011)

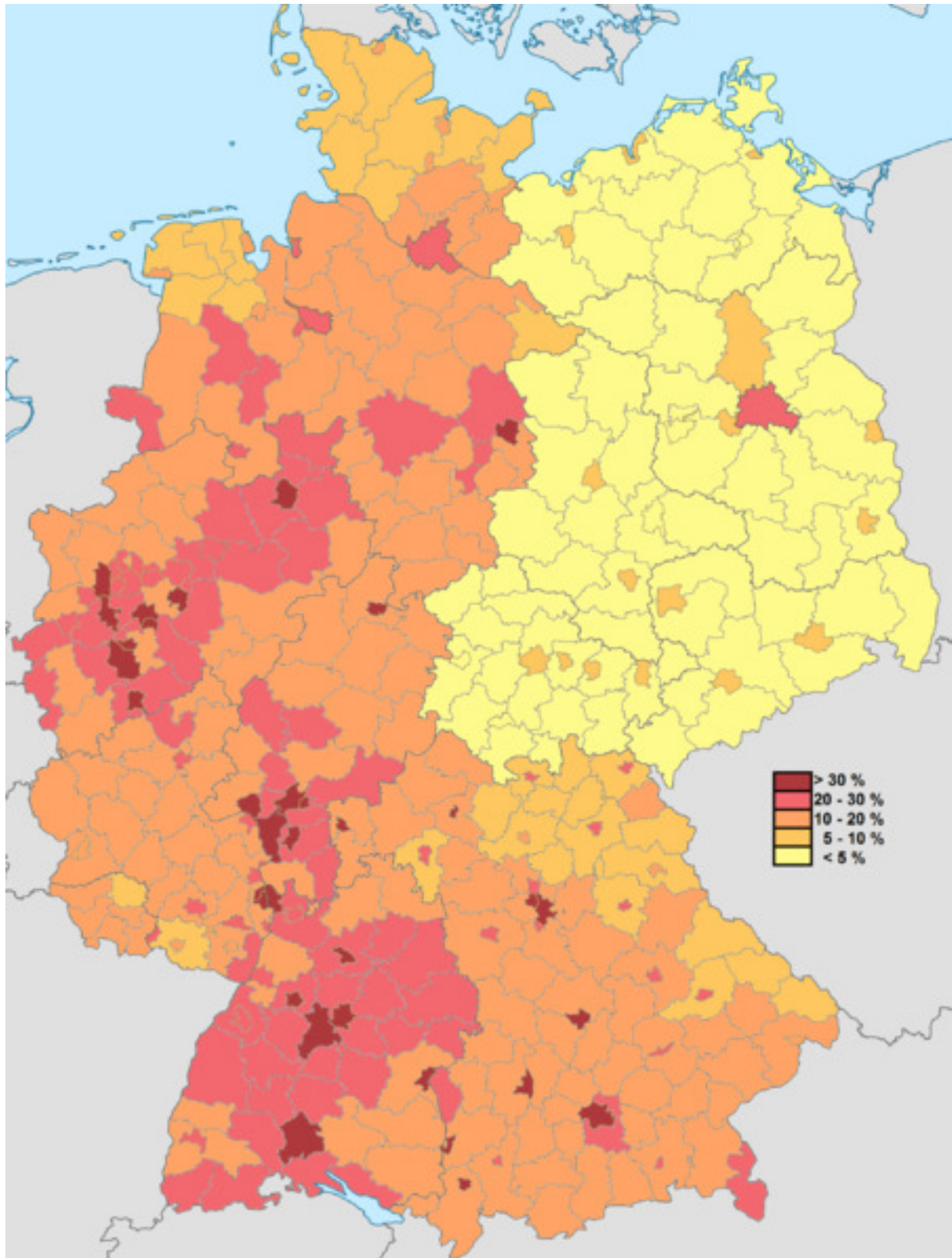
⇒ Aus diesen fünf Staaten kommen mehr als 50 Prozent aller Menschen mit Migrationshintergrund.

⇒ Aus allen anderen Herkunftsländern stammen jeweils weniger als 5 Prozent der Menschen mit Migrationshintergrund.

## WS 9: Migrant/innen in Selbsthilfegruppen

Wie kann es gelingen, Menschen mit Migrationshintergrund gut zu integrieren?

... und wo leben sie?



Anteil der Bevölkerung mit Migrationshintergrund (Zensus 2011 auf Kreisebene)

Autor: Michael Sander, Erfurt, auf Wikipedia

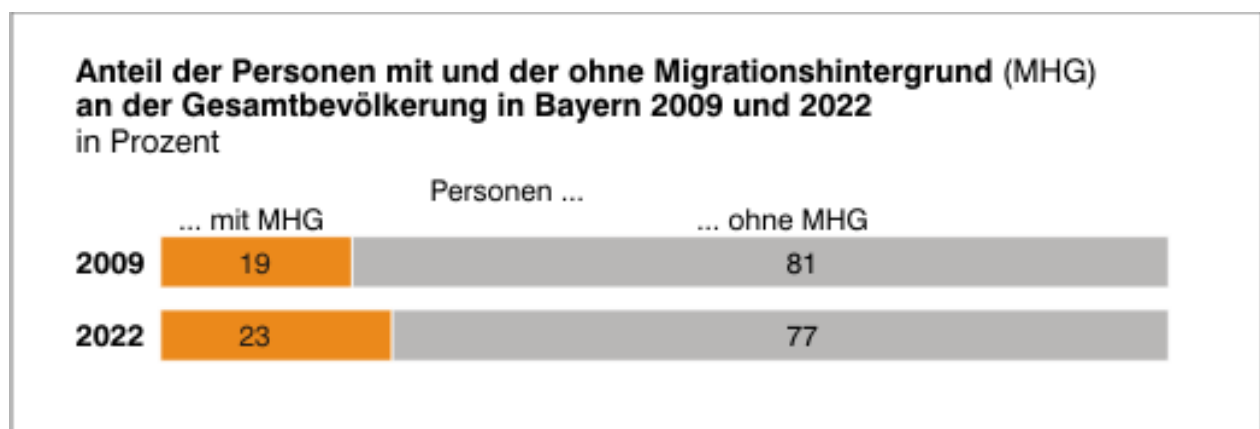
## Menschen mit Migrationshintergrund in Deutschland 2011

	Bevölkerung mit Migrationshintergrund	
	Anteil an der Gesamtbevölkerung, in Prozent	Anzahl Personen mit Migrationshintergrund
Hamburg	27,5	465.000
Baden-Württemberg	25,2	2.627.000
Bremen	25,1	162.000
Hessen	24,9	1.481.000
Nordrhein-Westfalen	24,2	4.215.000
Berlin	23,9	781.000
Rheinland-Pfalz	18,7	744.000
<b>Bayern</b>	<b>18,6</b>	<b>2.294.000</b>
Niedersachsen	16,5	1.274.000
Saarland	16,2	161.000
Schleswig-Holstein	11,7	325.000
Brandenburg	4,4	108.000
Sachsen	4,3	171.000
Mecklenburg-Vorpommern	3,7	59.000
Sachsen-Anhalt	3,5	79.000
Thüringen	3,3	71.000
<b>Gesamt Bund</b>	<b>18,9</b>	<b>15.017.000</b>

(Quelle: Website der Bundeszentrale für politische Bildung, aus Zensus 2011, Stichtag im Mai 2011, Darstellung ergänzt und leicht verändert)

## 1.) Ein paar Daten: Menschen mit Migrationshintergrund in Deutschland

**Wie hoch wird der Anteil der Personen mit Migrationshintergrund zukünftig in Bayern sein?**



(Quelle: Beitragsheft: Vorausberechnung der Bevölkerung mit Migrationshintergrund in Bayern bis 2022 des bayerischen Landesamtes für Statistik und Datenverarbeitung)

⇒ Voraussichtlich wird der Anteil der Menschen mit Migrationshintergrund an der deutschen Bevölkerung steigen – ein Grund mehr, sich um die Integration dieses Bevölkerungsteils in Selbsthilfegruppen zu kümmern.

## **2.) Barrieren beim Einbezug von Menschen mit Migrationshintergrund in Selbsthilfeaktivitäten**

***Menschen mit Migrationshintergrund, die gut integriert sind (gute Deutschkenntnisse haben), nehmen auch an Selbsthilfegruppen teil.***

(⇒Fazit aus telefonischen Gesundheitssurvey des Robert-Koch-Institutes und Projekt „Schwer erreichbare Zielgruppen“ von Trojan, Kofahl et al am UKE)

### **Für die anderen gibt es eine Reihe möglicher Barrieren**

- Mangel an Selbstvertrauen
- Schamgefühle und Ängste, insbesondere wenn das eigene Problem einen sozialen Makel darstellt, Beispiel: Sucht
- Probleme werden eher mit der eigenen Familie besprochen und nicht nach außen getragen
- Unterschiedliche Vorstellungen im Umgang mit Krankheit und Gesundheit oder sozialen Problemen
- Selbsthilfegruppen unbekannt, Zugangswege unbekannt
- Mangelndes gegenseitiges Verständnis in einer kulturell heterogenen Selbsthilfegruppe (Zusammenarbeit, Umgang mit eigenen Gefühlen oder Gefühlen anderer, Konfliktlösung)
- Sprachbarrieren
- Gruppenzusammensetzung: Männer und Frauen in derselben Gruppe
- Zu wenige potenzielle Teilnehmer/innen, wenn Selbsthilfegruppe mit Mitgliedern der gleichen Sprache / des gleichen kulturellen Hintergrundes gewünscht ist

***Aber:***

***jeder Mensch ist eine eigene Persönlichkeit – in jedem Kulturkreis!***

⇒ Viele Barrieren bestehen auch bei der deutschstämmigen Bevölkerung. Einige Barrieren kennen wir alle.

### **3.) Migrant/innen in der Selbsthilfe**

#### **Selbsthilfe und Menschen mit Migrationshintergrund in Niedersachsen: Umfrage Mai/Juni 2011**

*(geantwortet hatten 19 von 30 anerkannten Selbsthilfe-Kontaktstellen)*

- 62 % der befragten Selbsthilfe-Kontaktstellen: im Einzugsgebiet gibt es Selbsthilfegruppen, in denen Betroffene **mit und ohne** Migrationshintergrund gemeinsam aktiv sind
- 37 % der Selbsthilfe-Kontaktstellen: im Einzugsgebiet gibt es Selbsthilfegruppen, in denen sich **ausschließlich** Menschen mit Migrationshintergrund treffen
- Themenbeispiele: Sucht, Depression, Krebs, Trennung, Migration, Angehörige Suchtkranker
- 68 % der Selbsthilfe-Kontaktstellen: Unterstützung für Menschen mit Migrationshintergrund wird nachgefragt (aber meist „selten“)
- 100 % kooperieren mit Einrichtungen im Bereich Migration oder zum Thema Migration  
(z.B. Integrationsbüro, -beauftragter, -beirat, Integrationslotsen, Runder Tisch Migration, Migrationsberatungen, Ethno-medizinisches Zentrum (MiMi-Gesundheitslotsen), Deutsch-türkische Freundschaftsgesellschaft, Heimatverein Russlanddeutsche, Pro Asyl, Flüchtlingsrat u.v.m.)



### **3.) Migrant/innen in der Selbsthilfe**

#### **Befragung der hannoverschen Selbsthilfegruppen (durch KIBIS Hannover)**

Zwei Ergebnisse der Befragung:

##### **I.) 2 % der SHG-Engagierten in Hannover haben Migrationshintergrund**

⇒ Das Ergebnis kann unterschiedliche Gründe haben, z.B.:

- 1.) Es haben sich nur relativ wenige Selbsthilfegruppen an der Umfrage beteiligt: eventuell gerade die mit höherem Migrant/innenanteil nicht?
- 2.) Die Selbsthilfegruppen haben aufgrund der guten Integration viele Menschen nicht als Menschen mit Migrationshintergrund erkannt.
- 3.) Selbsthilfegruppen von Menschen mit Migrationshintergrund treffen sich unter anderer Bezeichnung an Orten, die den Kontaktstellen manchmal nicht bekannt sind. Diese konnten auch nicht befragt werden.
- 4.) Es gibt weniger Menschen mit Migrationshintergrund in der Selbsthilfe als deren Anteil an der Bevölkerung entspricht (lt. Zensus 2011 wären das 20-30 %)

##### **II.) Herkunftsländer vor allem:**

- Türkei
- ehem. Sowjetunion (Russland, Ukraine, Kasachstan, Kirgisien)
- Polen
- ehem. Jugoslawien (Serbien, Kroatien, Montenegro, Bosnien)
- arabische Staaten
- Italien
- Griechenland
- Südamerika
- Iran
- Thailand

(Quelle: Rita Hagemann, KIBIS Hannover)

⇒ Damit entspricht die Reihenfolge der Herkunftsländer in etwa der Reihenfolge der Herkunftsländer von Menschen mit Migrationshintergrund.

### **3.) Migrant/innen in der Selbsthilfe**

#### **Fremdsprachige Selbsthilfegruppen in Bayern**

- Russisch 8
- Türkisch 3
- Spanisch 2
- Polnisch 2
- Englisch 2
- Kroatisch 1
- Serbisch 1
- Arabisch 1
- Persisch 1

(Quelle: Einträge der Website [www.nakos.de](http://www.nakos.de), ROTE ADRESSEN)

⇒ Auch hier gibt es in etwa eine Entsprechung der Herkunftsländer allgemein. ACHTUNG! Hier handelt es sich um sprachhomogene Gruppen. Gut (sprach-)integrierte Menschen können daher auch in deutschsprachigen Gruppen zu finden sein (z.B. mit türkischem Hintergrund, aber in Deutschland aufgewachsen)

⇒ Fazit aus allen Befragungen / Erhebungen: es gibt Ansätze zur Integration aber immer noch wenige Menschen mit Migrationshintergrund in Selbsthilfegruppen.

## **4.) Was können wir tun? – Ideensammlung für Selbsthilfegruppen**

### ***Fragen stellen***

- Was trauen wir uns zu, um Migrant/innen besser zu integrieren? Was können wir schaffen?
- Wie sehen wir unsere Erkrankung / unser Problem? Wie gehen wir damit um?
- Wie gehen Menschen aus anderen Kulturen mit der Erkrankung / mit dem Thema um, mit der / mit dem wir uns beschäftigen?
- Gibt es in dem Kulturkreis der türkischen / russischen / kroatischen / arabischen / ... Gleichbetroffenen etwas, das einer Selbsthilfegruppe ähnlich ist?
- Gibt es Gemeinsamkeiten? Können wir daran anknüpfen?

### ***Auf der praktischen Ebene***

- Einen für alle machbaren ersten Schritt gehen
- Persönliche Kontakte zu Migrant/innen suchen (Besuch in Gemeinde/ Moschee/ bei interkulturellen Projekten/ ...; einladen zu einer eigenen Veranstaltung (z.B. Adventskaffee))
- Ggf. Vermittler/innen dafür suchen (Selbsthilfe-Kontaktstelle, Integrationsbeauftragte, Kulturvermittler/innen etc.)
- Als Selbsthilfegruppe gemeinsam ein interkulturelles Training besuchen
- Veranstaltung gemeinsam mit Gruppen aus anderen Kulturen

### **Alle begegnen sich auf gleicher Augenhöhe!**

**Wir können nicht andere Menschen verändern, aber wir können durch unsere Aufnahmekultur deren Integration erleichtern.**

Durch Probleme nicht entmutigen lassen, aber auch nicht unter Druck setzen lassen. Auch mit ‚Deutschen‘ gibt es immer mal Probleme; auch diese bleiben nicht in einer Selbsthilfegruppe, wenn es ihnen nicht zusagt. Das muss nichts mit dem Migrationshintergrund zu tun haben.

## **4.) Was können wir tun? – Ideensammlung für Selbsthilfe-Kontaktstellen / Selbsthilfeorganisationen**

### **Fragen stellen**

- Ist Selbsthilfe ein Thema für Migrant/innen?
- Passt das Selbsthilfekonzept in andere Kulturkreise?  
(In welche? In welche nicht? Passt bei letzteren ein abgewandeltes Konzept?)
- Haben Migrant/innen Interesse an Selbsthilfe?
- Können sie durch Selbsthilfe-Kontaktstellen sinnvoll unterstützt werden?  
(Falls ja, wie? Falls nein, durch wen und gibt es dann sinnvolle Kooperationsmöglichkeiten?)
- Welche Unterstützungsangebote können Selbsthilfe-Kontaktstellen Menschen mit Migrationshintergrund machen?
- Welche Form der Öffentlichkeitsarbeit / Information erreicht welche Gruppen von Migrant/innen?
- Welche Rahmenbedingungen brauchen welche Betroffenen, um Selbsthilfe für sich nutzen zu können?

## **4.) Was können wir tun? – Ideensammlung für Selbsthilfe-Kontaktstellen / Selbsthilfeorganisationen**

### **Praktische Maßnahmen**

- Muttersprachliche und kulturadaptierte Informationen über Selbsthilfe und Selbsthilfe-Unterstützung
- Vermittlung zwischen Betroffenen und Selbsthilfekontaktstellen und/oder Selbsthilfeorganisationen
- Gewinnung von Multiplikator/innen aus den jeweiligen Kulturkreisen
- Unterstützung bei der Weiterentwicklung von Curricula / Schulungsprogrammen für Multiplikator/innen
- Medien / Fachinformationen aufarbeiten unter Berücksichtigung von Fachinformationen aus Herkunftsländern

**Grundsatz I: immer Menschen aus dem jeweiligen Kulturkreis einbeziehen / beteiligen**

**Grundsatz II: das Engagement dieser Menschen wertschätzen**

(Quelle: Kofahl 2007, verändert)

## **5.) Projekte und Aktivitäten zur interkulturellen Öffnung der Selbsthilfe**

**Bundesweit:** Selbsthilfe bei Migrantinnen und Migranten fördern und unterstützen; NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen): Konzepte und Praxis, Band 2, 2009

**Berlin:** Migration und Selbsthilfe – Broschüre zum Thema, Informationen in verschiedenen Sprachen, Überblick über Selbsthilfegruppen aus unterschiedlichen Kulturkreisen; SEKIS Berlin

**Bayern, München:** Übersetzungen von Informationsmaterial / Website, Fachgespräche (Veranstaltungen) zum Thema „Selbsthilfe und Migration“

**Bremen:** Migration und Selbsthilfe – Initiierung von Selbsthilfegruppen von MigrantInnen für MigrantInnen. (Selbsthilfevermittler/innen); Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen

**Hamburg:** Weiterentwicklung der Selbsthilfeunterstützung für Migranten in Hamburg; KISS Hamburg

**Nordrhein-Westfalen:** „Selbsthilfe baut Brücken“, türkisch/deutschsprachige DVDs zum Thema Selbsthilfegruppen; Landesverbände des Gesundheitsselbsthilfe Wittener Kreis, PariSozial Warendorf gGmbH, Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Warendorf

**Hessen, Offenbach:** Zugänge schaffen – Migration und Gesundheitsselbsthilfe. Der Paritätische. Offenbach am Main

**Niedersachsen, Delmenhorst:** Integrationslotsin als Vermittlerin zwischen unterschiedlichsten Kulturen und Selbsthilfe, Selbsthilfe-Kontaktstelle im Gesundheitsamt

**Niedersachsen, landesweit:** „Selbsthilfe und Integration“, Vernetzung, Veranstaltungen (u.a. interkulturelle Trainings gemeinsam für Selbsthilfegruppen und Migrant/innen) und Entwicklung regionaler Strategien in den Landkreisen. Vernetzung, Veranstaltungen, Fortbildung für Selbsthilfe-Kontaktstellen, mehrsprachige Website auf Landesebene; Selbsthilfe-Büro Nds., Selbsthilfe-Kontaktstellen, Integrationsbereich

**Vielen Dank für die  
angeregte und  
engagierte Diskussion!**