

Mind-Spring

1. Internationaler Mind-Spring Fachtag für Multiplikator*innen

27. Juni 2019

Gruppenorientierte Gesundheitsprävention von Geflüchteten für
Geflüchtete

*“Mind-Spring ‘empowert’ Geflüchtete, erweitert ihr Resilienz-
reservoir und stärkt die Identitätsbildung in ihrem neuen Land”*

Paul Sterk, Mind-Spring Gründer

Inhalt

Programmablauf.....	2
Grußwort Landrat Roland Bernhard	3
In Memoriam Paul Sterk.....	5
Begrüßung von Frau Katharina Pfister, Amtsleiterin Migration und Flüchtlinge	6
Einleitung „Was ist Mind-Spring?“	8
Paul Sterk: „Warum braucht Europa Mind-Spring?“	11
Podiumsdiskussion: Good-Practice aus den Niederlanden und Dänemark - Ansätze, Erfahrungen, Ergebnisse.	28
Niederlande. Bet-El Teklemariam und Willeke de Jong	28
Dänemark. Anna Mathilde Jensen, Tove Madsen	31
Interview mit Mind-Spring Trainerin Rana Agha	36
Podiumsdiskussion: Good-Practice aus Belgien und Deutschland: Ansätze, Erfahrungen, Ergebnisse.	38
Belgien. Mahmoud Jaber, Maryam Tawfiq Marwan.....	38
Deutschland. Dr. Janine Benson-Martin, Mariam Hijazi, Nazanin Lakkamari.....	47
Podiumsdiskussion mit Repräsentanten aus den 4 Ländern: Wünsche für die Zukunft	72

Programmablauf

1. Internationaler Mind-Spring-Fachtag – Gruppenorientierte Gesundheitsprävention von Geflüchteten für Geflüchtete für Multiplikator*innen

27. Juni 2019 – 09.00h bis 13.45h

Landratsamt Böblingen – Parkstraße 16 – 71034 Böblingen – Großer Sitzungssaal

- 08:30h** Ankommen bei Kaffee
- 09:00h** **Grußwort Landrat Roland Bernhard**
- 09:05h** **Begrüßung Frau Katharina Pfister**, Amtsleiterin Migration und Flüchtlinge
- 09:15h** **Warum braucht Europa Mind-Spring?** Paul Sterk erklärt die Gründe des Erfolgs des Gruppenorientierten, Peer-to-Peer basierten psycho-edukativen Ansatzes Mind-Spring – Gruppenorientierte Gesundheitsprävention von Geflüchteten für Geflüchtete.
- 09:45h** **Best-Practice aus den Niederlanden und Dänemark: Ansätze, Erfahrungen, Ergebnisse.** Moderation: Cristina Visiers-Würth
Niederlanden: Miranda Dabboubi-Broersen; Willeke de Jong; Bet-El Teklemariam
Dänemark: Anna Mathilde Jensen; Tove Madsen; Rana Agha
- 10:30h** Fragen aus dem Publikum
- 10:45h** Kaffeepause
- 11:00h** **Best-Practice aus Belgien und Deutschland: Ansätze, Erfahrungen, Ergebnisse.** Moderation: Cristina Visiers-Würth.
Belgien: Maryam Tawfiq Marwan; Mahmoud Jaber
Deutschland: Dr. Janine Benson-Martin; Mariam Hijazi; Nazanin Lakamari
- 11:45h** Fragen aus dem Publikum
- 12:00h** Mittagspause und informeller Austausch
- 13:00h** **Podiumsdiskussion** mit Repräsentanten aus den 4 Ländern: Wünsche für die Zukunft. Moderation: Cristina Visiers-Würth
Zusammenfassung und Ausblick Frau Katharina Pfister
- 13:45h** Ende der Multiplikatoren-Tagung

Grußwort Landrat Roland Bernhard



Sehr geehrte Damen und Herren,

liebe Kolleginnen und Kollegen,

Paul Sterk, der Gründer von Mind-Spring, hat vor 20 Jahren nicht nur einen wichtigen Ansatz im Gesundheitswesen erkannt und realisiert, sondern es auch praktisch umgesetzt. Menschen, die flüchten mussten, leiden oft unter schwierigen psychischen Belastungen. Die Betroffenen benötigen jedoch zusätzlich zu den bestehenden psychiatrischen und psychologischen Behandlungsangeboten niedrigschwellige, gruppenorientierte Ansätze.

Diese sollen in erster Linie Menschen dabei helfen, ihre inneren und äußeren Ressourcen – trotz allem – zu erkennen, einen Raum anbieten, wo sie geschützt und in ihrer Muttersprache und mit fachlicher, kompetenter Begleitung über sich und ihre Belastungen sprechen können, zudem aber auch über ihre Identität, ihre noch verfügbaren Freiräume und Möglichkeiten – und darüber, wie sie damit umgehen können.

Wir haben uns im Landkreis auf die Suche nach präventiven, niedrigschwelligen und erprobten Ansätzen gemacht, die helfen können, sich selbst besser zu verstehen und neu zu motivieren für das Leben in Deutschland.

Dabei haben wir einen Verbündeten im Enzkreis gefunden und sind gemeinsam auf das von dem Holländer Paul Sterk erprobte Konzept MIND SPRING gestoßen, das ein gruppenorientiertes und psychoedukatives Programm zur Gesundheitsprävention vorsieht. Das Programm umfasst acht Sitzungen, durchgeführt in der Herkunftssprache der Teilnehmenden von einem ebenfalls aus der Kultur der Teilnehmenden stammenden Trainer*in und einer/m fachspezifischen und hauptamtlichen Co-Trainer*in.

Ziel ist es, insbesondere das psychische Wohlbefinden zu steigern und konkrete Hilfestellungen zu leisten. So werden Kapazitäten freigesetzt, um die Mühen des Lebens im Exil und die Alltagsbewältigungsstrategien zu unterstützen.

Mind-Spring ist ein Projekt, das begeistert. Es begeistert die, die es kennenlernen. Und es fördert die Kooperation und die Netzwerkarbeit, durch welche das Projekt fortentwickelt wird. Frau Dr. Benson Martin aus dem Enzkreis hat das Projekt durch den Gründer kennengelernt, nach Deutschland gebracht und das Amt für Migration und Flüchtlinge „mit ins Boot geholt“, um als Verbündete im Projekt zu sein. Jetzt sind zusätzlich Konstanz, Rastatt, Ost-Alb-Kreis und Ludwigsburg hinzugekommen, die am gleichen Strang ziehen.

Mind-Spring weckt viel Interesse und wirkt, wie die ersten Ergebnisse in unserem Landkreis zeigen. Jetzt geht es darum, gemeinsam zu überlegen, wohin dieses Boot uns führt, das heißt, Mind-Spring gemeinsam in Deutschland weiter zu entwickeln und eine langfristige Nachhaltigkeit zu sichern. Der Landkreis Böblingen ist gerne Vorreiter bei sinnvollen Projekten, die ein besseres Wohlbefinden und Miteinanderleben aller Bürger*innen und Bürger ermöglichen und gleichzeitig gerne Gastgeber. Das zeigt auch der heutige Tag mit der hohen Teilnahme Ihrerseits.

Deshalb dieses Internationale Treffen mit Mind-Spring Repräsentant*innen aus Holland, Dänemark und Belgien, um uns über unsere Erfahrungen, Ideen und Entwicklungsstände auszutauschen.

In diesem ersten Internationalen Fachtag haben wir Expert*innen und Experten aus den Niederlanden, Belgien und Dänemark, die jahrelange Erfahrung mit dem Projekt haben, eingeladen, um von ihren Erfahrungen zu lernen und miteinander über Ergebnisse, Herausforderungen und Lösungsansätze in den verschiedenen Kontexten zu sprechen. Die Protagonist*innen, Organisator*innen, Trainer*innen und Co-Trainer*innen werden im Mittelpunkt stehen und aus erster Hand berichten.

Die ersten Schulungsdurchläufe zeigen bereits positive Wirkungen. Geflüchtete fühlen sich in ihrem Weg gestärkt und schöpfen neuen Mut. Wir erwarten mit dem Ansatz auch mittel- und langfristig erfolgreich zu sein, denn das Konzept ist international erprobt und findet aktuell nicht nur in Holland statt, sondern auch in Belgien und Dänemark.

Das Programm MIND SPRING im Landkreis Böblingen verbindet nicht nur die Themen Integration und Gesundheit, sondern führt auch verschiedene Akteure zusammen; Multiplikator*innen, die den Ansatz weitertragen und dafür werben. Daher verstehen wir heute den Fachtag auch als Multiplikatorentagung. Zu dieser Zielgruppe gehören Sie als Integrationsmanager*innen, Sozialbetreuer*innen, Vertreter*innen von Sprachkursträgern, Schulen, Krankenkassen, der Agentur für Arbeit und des Jobcenters sowie psychosozialer Einrichtungen. Ihre Teilnahme und Ihr Interesse bestärkt uns darin, dass der Ansatz richtig gewählt, notwendig und tragfähig ist.

Die vorliegende Dokumentation des Fachtages führt alle Vorträge zusammen, stellt die Ergebnisse aus den Arbeitsgruppen dar und zeigt einen Ausblick über das weitere Vorgehen mit entsprechenden Umsetzungsstrategien.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung, Mitarbeit und den weiteren Austausch.

Ihr

Roland Bernhard

Landrat

In Memoriam Paul Sterk

„Leben heißt nicht atmen, sondern handeln“
Jean-Jacques Rousseau



Während der Erstellung dieser Dokumentation hat uns die Nachricht erreicht, dass Paul Sterk am 30. November verstorben ist. Im Nachgang zu dieser Dokumentation möchten wir an ihn erinnern und seiner gedenken.

Den Kontakt zu Paul Sterk hat Frau Dr. Janine Benson-Martin aus dem Enzkreis hergestellt, die einen präventiven Ansatz zu Gesundheitsfragen für geflüchtete Menschen suchte. Dabei sollten die Bedarfe der Zielgruppe berücksichtigt, die Betroffenen miteinbezogen und dahingehend befähigt werden, bei Gesundheitsfragen mitzuwirken zu können.

Bei der Recherche stieß Frau Dr. Janine Benson-Martin auf das Konzept Mind-Spring von Paul Sterk. Die Idee, den präventiven Schulungsansatz zu Gesundheitsthemen, nach Deutschland zu übertragen, begeisterte Paul. Obwohl gesundheitlich schon angeschlagen, führte er im Herbst 2017 die ersten Schulungseinheiten in Pforzheim durch. Kolleginnen aus dem Amt für Migration und Flüchtlinge des Landratsamtes Böblingen nahmen ebenfalls daran teil. Im Januar 2019 stellte Paul Sterk im Landratsamt Böblingen das weitere Vorgehen vor, um in Deutschland das Mind-Spring-Modell weiterzuentwickeln und langfristig zu verankern. Mit großer Freude und großem Engagement verfolgte er die Planungen für den internationalen Fachtag und war sehr glücklich darüber, dass er trotz gesundheitlicher Einschränkungen daran teilhaben konnte.

Paul Sterk hinterlässt uns eine Botschaft, sein erprobtes Konzept weiter zu denken und fortzuführen. Im Austausch mit den internationalen Partnern Ergebnisse zusammenzuführen und auszuwerten, um eine institutionelle Überzeugungsarbeit voranzubringen.

Er hat uns mit seinem Engagement, seiner Bescheidenheit, seinem Humor und seiner Menschlichkeit sehr beeindruckt.

Durch die Fortführung der Mind-Spring-Schulungen setzten wir seine Gedanken fort und sind dankbar, ihn in seinem Wirken kennengelernt zu haben.

In Erinnerung an Paul Sterk

Carolina Monfort Montero

Sachgebietsleitung Integration

Begrüßung von Frau Katharina Pfister, Amtsleiterin Migration und Flüchtlinge

Ich möchte sie herzlich willkommen heißen und mit einer Parabel vom uruguayischen Schriftsteller, Eduardo Galeano, aus dem Buch *Kinder der Tage* mit dem Titel: „*Sie wussten zuzuhören*“, meine Rede einleiten.

Im Jahre 1973 kamen die Professoren Gudrun und Karl Lenkersdorf nach Mexiko. Dort traten sie in die Welt der Mayas ein, eine Gemeinschaft der Tojolabal, und stellten sich ihnen so vor:

„Wir kommen um zu lernen“.

Die Tojolabal schwiegen.

Nach einer Weile erklärte einer von ihnen ihr Schweigen:

„Dies ist das erste Mal, dass Jemand so etwas zu uns sagt“.

Und lernend blieben sie dort, Gudrun und Karl, viele, viele Jahre lang.

Von der Maya-Sprache lernten sie, dass es keine Hierarchie gibt, die das Subjekt vom Objekt trennt, „denn ich trinke das Wasser, das mich trinkt, und werde von allem gesehen, dass ich sehe“.

Und sie lernten, so zu grüßen: „Ich bin ein anderes Du - Du bist ein anderes Ich“¹.

Diese Geschichte kann uns für den heutigen Tag in verschiedener Hinsicht inspirieren:

Heute sind wir gemeinsam zusammengekommen, um zu lernen. Wir wollen nicht nur über Geflüchtete sprechen, sondern auch von ihren Erfahrungen hören, ihnen zuhören.

Denn Bescheidenheit ist eine der wichtigsten Kompetenzen in der Transkulturellen Arbeit mit Geflüchteten und Migrant*innen.

Wir kommen aus unterschiedlichen Ländern, in denen unterschiedliche Sprachen gesprochen werden und unterschiedliche Weltanschauungen gegeben sind, dennoch wollen wir voneinander lernen.

Und unser gemeinsames Tagungsziel ist u.a. zu verstehen, dass „Ich ein anderes Du bin, und Du ein anderes Ich“, also, dass das Menschliche, das uns verbindet, essenzieller ist, als alle Kulturunterschiede.

Herzlich Willkommen an Sie, die aus unserem Landkreis Böblingen kommen und an Sie, die aus anderen Landkreisen kommen. Stellvertretend möchte ich Frau Joggers, Gesundheitsamtsleiterin aus dem Enzkreis begrüßen, die mit uns gemeinsam an der Umsetzung und Weiterentwicklung des Mind-Spring-Ansatzes arbeitet.

Und ein herzliches Welcome an die internationalen Gäste aus Den Niederlanden, Belgien, Dänemark und Island, die den heutigen internationalen Austausch ermöglichen. Und besonderen Dank an Paul Sterk, dessen Anwesenheit eine große Bereicherung ist.

¹ Eduardo Galeano, *Kinder der Tage*, übersetzt von Lutz Kliche, Peter Hammer Verlag, 2012.

Ich möchte mich ebenfalls bei Frau Dr. Janine Benson Martin bedanken, die Mind-Spring entdeckt und nach Deutschland gebracht hat.

Besonderer Dank gilt dem Organisationsteam der Tagung und den vielen Helfer*innen aus dem AMT 23, insbesondere den Koordinatorinnen von Mind-Spring für unseren Landkreis: Frau Hijazi, Frau Dr. Anastasaki und Frau Visiers Würth.

Wir, die „frisch gebackenen Mind-Springer*innen in Deutschland“, haben erfahrene Mind-Springer*innen aus anderen Ländern eingeladen und sie gebeten, ihr Wissen mit uns zu teilen, um gemeinsam zu überlegen, wie wir das Projekt in Deutschland optimal weiterentwickeln können. Da das Projekt auf so viel Interesse in anderen Landkreisen und im Bundesgebiet gestoßen ist, ist es uns eine besondere Freude, dass Sie mit uns und den geladenen Expert*innen an dieser ersten internationalen Tagung teilhaben können.

Heute sind die Mind-Springer*innen und Mind-Springer die Hauptakteure. Daher bitte ich alle Co-Trainer*innen und Trainer aufzustehen. Sie sind die Protagonist*innen, ohne sie ist die Umsetzung von Mind-Spring nicht möglich. Sie sind heute von nah und fern gekommen, um ihre Erfahrung mit uns zu teilen und gemeinsame Antworten auf Herausforderungen zu erarbeiten. Daher bitte ich Sie um einen großen Applaus.

Im Mittelpunkt stehen heute zentrale Fragen, die wir gemeinsam mit Ihnen besprechen, diskutieren und beleuchten wollen. Welchen Mehrwert hat der Mind-Spring-Ansatz für den Einzelnen? Welche gemeinsamen und unterschiedlichen Erfahrungen haben die Trainer*innen und Co-Trainer*innen sammeln können? Wie können die Erfahrungswerte als präventiver Ansatz in den Gesundheitssystemen verankert werden? Wie kann Mind-Spring finanziell und langfristig abgesichert werden? Wie können die Schulungen optimiert werden? Welche Gruppen bzw. Kooperationspartner*innen können (auch zusätzlich) für den Mind-Spring-Gedanken gewonnen werden? Wie können die Erfahrungswerte und Ergebnisse evaluiert werden und länderübergreifend ins Verhältnis gesetzt werden? Sie hören, wir haben uns viel vorgenommen und möchten den heutigen Tag mit allen anwesenden Expert*innen ausgiebig nutzen.

Der heutige Fachtag ist von Internationalität gekennzeichnet und beinhaltet den Austausch in unterschiedlichen Sprachen. Dafür haben wir für Übersetzungshilfen gesorgt. Sie nimmt mehr Zeit in Anspruch, und man muss manchmal geduldig sein. Auf der anderen Seite hat man mehr Zeit zum Nachdenken, die Information hat eine größere Verweildauer und es kann uns dabei helfen, den Kontext besser zu verstehen bzw. verschiedene Perspektiven einzunehmen.

In vielen internationalen Kongressen wird in mehreren Sprachen debattiert und diskutiert - heute haben wir diese Internationalität in unseren Landkreis gebracht. Dies bedeutet, dass wir ohne zu Reisen, eine besondere interkulturelle Erfahrung haben können. Das ist uns heute viel Wert; dafür bedanken wir uns bei unseren internationalen Gästen, dass sie alle auf Englisch sprechen, damit wir eine gemeinsame Verkehrssprache haben.

Ich wünsche uns allen einen guten Austausch, bestätigende und neue Erkenntnisse sowie ein gutes Gelingen!

Vielen Dank.

Einleitung „Was ist Mind-Spring?“

Begründung

Die Leopoldina - Nationale Akademie der Wissenschaften Leipzig empfiehlt in ihrer Stellungnahme in April 2018 *„den Einsatz von Peer-Beraterinnen und -Beratern bei der Begleitung traumatisierter Flüchtlinge. Die beschriebenen Maßnahmen sollten in den Bereich bestehender Integrations- und Unterstützungsangebote des Bundes, der Länder und der Kommunen eingegliedert werden, die dafür auch entsprechend finanziell ausgestattet werden müssen“*.

[...] der Fokus [ist] auf die psychosoziale Unterstützung der geflüchteten Personen im Sinne gestufter Interventionen, bei denen ein starkes Gewicht auf die Unterstützung und Förderung bestehender Ressourcen, die Fortbildung der Geflüchteten und ihr „empowerment“ zur gegenseitigen Hilfe liegt. Im Sinne salutogenetischer Ansätze soll dies bei den weitergebildeten Personen selbst, aber auch in ihrem Umfeld die Fähigkeiten und Fertigkeiten im Umgang mit den Herausforderungen der neuen Lebenssituation stärken und helfen, Verständigungsschwierigkeiten zu verringern, den Zugang zum Gesundheitssystem zu verbessern und eine an den Bedürfnissen der betroffenen Personen orientierte Versorgung sicherzustellen².

MindSpring Projekt im Landkreis Böblingen

Das Projekt Mind-Spring wurde im Jahr 2018 im Amt für Migration und Flüchtlinge etabliert und richtet sich an Geflüchtete aus den Gemeinschaftsunterkünften und Anschlussunterbringungen wie an zweiter Stelle an Migrantinnen und Migranten des Landkreises. Mind-Spring ist ein präventives gruppenorientiertes Gesundheitsprogramm für Geflüchtete von Geflüchteten, das sie in ihrem neuen Lebensumfeld, welches oft belastend ist und ihr soziales Leben beeinträchtigt, unterstützen soll. Ursprünglich wurde das Konzept vom Psychologen Paul Sterk bei seiner Arbeit in Krisengebieten erarbeitet, inzwischen wurde das Mind-Spring-Projekt methodisch aufbereitet und auf die Ankunftsländer der Geflüchteten angepasst. In den Niederlanden wird das Projekt seit 20 Jahren umgesetzt und auch in Belgien und Dänemark adaptiert eingeführt. Die Finanzierung des Projektes wird in den Niederlanden über das Gesundheitssystem gewährleistet, da es sich als präventives Gesundheitsprogramm etabliert hat. In Deutschland sind die Landkreise Böblingen und Enzkreis (Pforzheim) gemeinsam und als Vorreiter in der Bundesrepublik gestartet.

Ziel des Projektes ist es, durch Psychoedukation ein besseres Verständnis ihrer Situation und die damit verbundenen Stressfaktoren zu erlangen. Gleichzeitig werden die Ressourcen der Menschen durch diese Wissensvermittlung und das einhergehende Empowerment gestärkt. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der psychosozialen Unterstützung der geflüchteten Personen, bestehende Ressourcen werden gefördert, die Fortbildung der Geflüchteten und ihr „Empowerment“ zur gegenseitigen Hilfe werden angestrebt. Dies soll bei den

² A. Heinz und F. Schneider, Psychiatrische und psychotherapeutische Versorgung geflüchteter Personen. Herausforderungen und Perspektiven. Nervenarzt 2017 · 88:1–2. Online publiziert: 19. Dezember 2016.

weitergebildeten Personen selbst, aber auch in ihrem Umfeld die Fähigkeiten und Fertigkeiten im Umgang mit den Herausforderungen der neuen Lebenssituation stärken und helfen, Verständigungsschwierigkeiten zu verringern, den Zugang zum Gesundheitssystem zu verbessern und eine an den Bedürfnissen der betroffenen Personen orientierte Versorgung sicherzustellen.

Durchgeführt wird das Programm in Form von Gruppentreffen von speziell geschulten Geflüchteten. Diese (Trainer*innen) werden dabei von Fachkräften (Co-Trainer*innen) unterstützt. Zentral am Projekt ist, dass die Gruppentreffen in den Muttersprachen der Geflüchteten stattfinden und so alle Teilnehmenden unabhängig von ihren Deutschkenntnissen erreicht werden können. In den Gruppentreffen behandeln die Trainer*innen in der Muttersprache mit den Teilnehmenden die Themen Stress und Stressreduzierung, Positionsbestimmung -„wie geht es dir?“, Trauer und Trauerarbeit, Trauma, Identität und veränderte Identität, Sucht und Konsum, Gesundheitswesen, Energie und Kraftquellen, Rational-Emotionales Training u.a.

Die Trainer*innen leiten also die Sitzungen in ihrer Muttersprache. Die Co-Trainer*innen begleiten die Sitzungen, unterstützen die Gruppendynamik und greifen bei besonderem Bedarf mit ihren Fachkompetenzen ein. Die Trainer*innen besprechen sich nach den Sitzungen mit den Co-Trainer*innen. Für Trainer*innen und Co-Trainer*innen aller Gruppen gibt es Austauschtreffen und Supervisionsangebote.

Die Umsetzung im Landkreis Böblingen gestaltet sich dabei wie folgt:

Drei Fachkräfte aus dem Amt für Migration und Flüchtlinge wurden in Herbst 2017 von MindSpring-Gründer Paul Sterk im Rahmen einer Ausbildung zu Multiplikatoren für das Projekt ausgebildet. Diese Fachkräfte bilden Sozialbetreuer*innen, Schulsozialarbeiter*innen und Integrationsmanager*innen aus dem Landkreis zu Co-Trainer*innen aus. Es wurden insgesamt 22 Co-Trainer*innen geschult und 19 stehen aktuell (Ende 2019) für Gruppen zur Verfügung.

Alle Sozialbetreuer*innen und Integrationsmanager*innen können Geflüchtete vorschlagen, die zu Trainer*innen ausgebildet werden. Voraussetzung für eine Teilnahme ist, dass sie eine der Zielsprachen sprechen und ihre Deutschkenntnisse für eine Schulung ausreichend sind (Lese-, Sprach- und Kommunikationskompetenz). Im Idealfall haben sie Erfahrungen oder eine Ausbildung aus dem medizinischen, sozialen, pädagogischen Bereich, sind älter als 25 Jahre, stabil und stressresistent, offen, diskret und interessiert. Die Trainer*innen Schulung umfasst 49 Stunden.

Die TrainerInnen werden für ihre Tätigkeit bezahlt und erhalten ein Zertifikat.

Nach Abschluss der Schulungen werden MindSpring-Gruppen in den Unterkünften bzw. in den Volkshochschulen (Sprachkurse) im Landkreis gebildet. Mit eigenem mehrsprachigen Informationsmaterial werben Trainer*innen und Co-Trainer*innen und andere hauptamtliche Mitarbeiter*innen des Amtes für Migration und Flüchtlinge für die Gruppen.

MindSpring-Gruppen werden nach Sprachen eingeteilt und bestehen aus maximal 12 Personen. Die Trainer*innen und Co-Trainer*innen führen 8-9 Sitzungen durch. Die Teilnehmenden sollen an allen Sitzungen teilnehmen, da diese inhaltlich aufeinander aufbauen.

Die Evaluation des Projektes umfasst folgende Elemente: Auswertungsformular nach jeder Sitzung, Abschlussbericht nach jedem Kurs, Anwesenheitslisten und Auswertung des WHO-5 Fragebogen.

Der WHO 5 ist ein internationaler, von der Weltgesundheitsorganisation validierter und anerkannter Fragebogen. Einerseits dient er zur Evaluation des Programms, um die Ergebnisse aus den Workshops der Landkreise Böblingen/Enzkreis und europäischen Workshops zu vergleichen. Andererseits dient es den Teilnehmer*innen, sich über ihr eigenes Wohlbefinden Gedanken zu machen und „nachzuspüren“, ob die Workshops Einfluss auf ihr Wohlbefinden gehabt haben.

Projektkoordination Mind-Spring Deutschland

Projektkoordination im Landkreis Böblingen:

Amt für Migration und Flüchtlinge, Parkstrasse 16, 71034 Böblingen

Dr. Elena Anastasaki, e.anastasaki@lrabb.de / Telefon: 07031/663-2151

Mariam Hijazi, m.hijazi@lrabb.de / Telefon: 07031/4101709 /

Cristina Visiers Würth, c.visierswuerth@lrabb.de / Tel: 07031/663-2315

Projektkoordination im Enzkreis:

Gesundheitsamt Enzkreis und Stadt Pforzheim, Bahnhofstraße 28, 75172 Pforzheim

Dr. Janine Benson Martin, Email: janine.benson.martin@enzkreis.de,

Tel.: 07231/308-9763

Heiko Römmele, Email: heiko.roemmele@enzkreis.de, Telefon: 07231/308-9713

Paul Sterk: „Warum braucht Europa Mind-Spring?“



Paul Sterk, Moderatorin Cristina Visiers Würth

Paul Sterk (Msc)

Paul Sterk ist der Gründer von Mind-Spring und Senior Expert in Fragen psychischer Gesundheit für Asylbewerber*innen, Geflüchtete und Rückkehrende.

Er ist Psychologe und Orthopädagoge und hat viele Jahre für unterschiedliche Organisationen wie Ärzte ohne Grenzen, War Child und Healthnet TPO in Kriegsgebieten gearbeitet (u.a. Kosovo, Sierra Leone, Burundi).

Nach seiner offiziellen Pensionierung hat er als Berater und Senior-Trainer für Fachkräfte und Multiplikatoren im Bereich der psychischen Gesundheit von Asylsuchenden und Geflüchteten weitergearbeitet.

Zusammenfassung des Vortrags

Herr Sterk schildert sowohl die Konzipierung und Entstehung, als auch die Geschichte des Mind-Spring Projektes. Es handelt sich um ein psychoedukatives Programm, bestehend aus einer niedrigschwelligen, thematisch strukturierten Reihe von 8 Einheiten. Diese Einheiten werden in einer Gruppe mit 8-12 geflüchteten Menschen in ihrer Muttersprache durchgeführt. Herr Sterk hat Manuals (Handlungsanleitungen) für Erwachsene, für Kinder von 8 bis 13 Jahren, für Jugendliche (13-18 Jahre) und ihren Eltern („Co-Parenting“) sowie für unbegleitete Minderjährige entwickelt. Ziel ist es, Informationen über psychische Belastungssymptome in Situationen, die mit der Flucht verbunden sind, zu vermitteln, und durch „Peer Education“ das Empowerment der Teilnehmenden zu aktivieren und in einen Ressourcenorientierten Ansatz umzukehren. Wichtig ist es, den geflüchteten Menschen dabei zu helfen aus der Opferrolle herauszukommen, damit sie ihr Leben wieder in ihre eigenen Hände nehmen können.

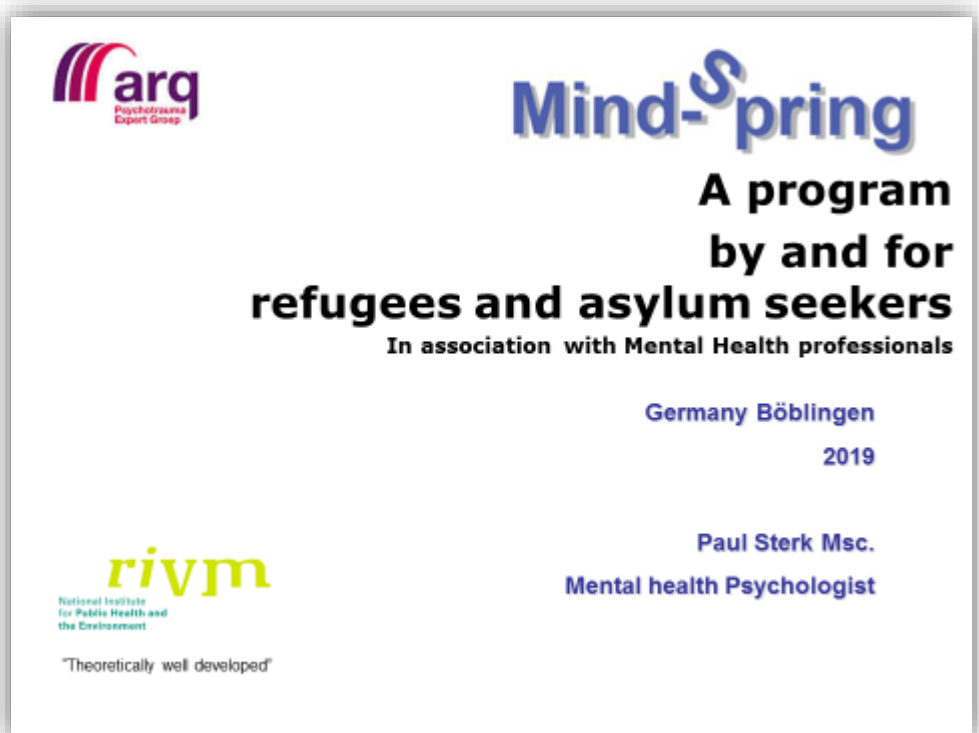
Die Evaluierung des Projektes hat gezeigt, dass die Teilnehmenden nach der Workshop-Reihe geringere psychosomatische Beschwerden aufwiesen, ruhiger schlafen konnten, sich besser

aufgestellt fühlen im Umgang mit Konflikten und im Allgemeinen ein höheres Selbstvertrauen gewonnen hatten.

Die Trainer*innen, die selbst eine Fluchtgeschichte haben, wirken und fungieren als Vorbilder, die „Neuangekommenen“ Mut machen und Hoffnung geben können.

Das „Co-Parenting“-Programm hilft besonders bei kulturspezifischen Erziehungsproblemen. Wichtige Themen sind hier Erziehungsmethoden (z.B. aktives Zuhören), Kommunikationsstrategien, um über Probleme und Sorgen innerhalb der Familie zu sprechen, Identitätsfragen usw. Zwischen zwei Kulturen ist es oft schwierig eine Balance zu finden. Viele Ängste sind vorhanden und verursachen Probleme in den Familienbeziehungen. Der Mind-Spring-Ansatz kann dabei helfen diese Ängste zu verarbeiten und sie eventuell aufzuheben.

Mind-Spring-Junior fokussiert sich auf die Stärken und Ressourcen der Kinder, auf ihre Gefühle und wie sie sie besser zum Ausdruck bringen können, auf ihre Beziehungssituation zu den Eltern, ihre Vorbilder (Held*innen), ihr Resilienzreservoir und ihre Identitätsbildung.



Why Mind-Spring

- Creating awareness about migration and refugees.
- Creating self awareness about effects of the forced migration.
- Preparing “mind-set” for integration, by psycho education.
- Prevention first, is the key. (treatment only when needed)

Overview presentation

- General information about the Mind-Spring concepts
- An overview of the content of:
 - Psycho education
 - Mind-Spring parenting support
 - Mind-Spring Junior groups
 - Mind-Spring for intermediaries
 - International

Mind-Spring

What is in a name?

Mind

Looking after

Observing

Spirit

Intellect / cognition



Spring

the season of renewal

A spring where water wells naturally to start a river

Refers to the power of people to adapt to a new situation

A mechanism to release tension or energy or absorb energy (like a shock absorber).

Recoiling



Mind-Spring methodology

Psycho education for

- Asylum seekers
- Refugees (status)
- Migrants

Parenting support

- Asylum seekers
- Refugees (status)

MS-International

- Belgium (2011)
- Denmark (2013)
- Germany (2017)
- ??????????

"Returnees"

- Sierra Leone (2009)
- Burundi (2010)
- Undocumented in NL.

Mind-Spring Junior

- * 8 – 13 years
- * 13 plus
- * Unaccompanied Minors

Training for intermediaries working with those groups

- COA; IOM; Refugee counsel
- Voluntary MSF; M.du.M. Red Cross

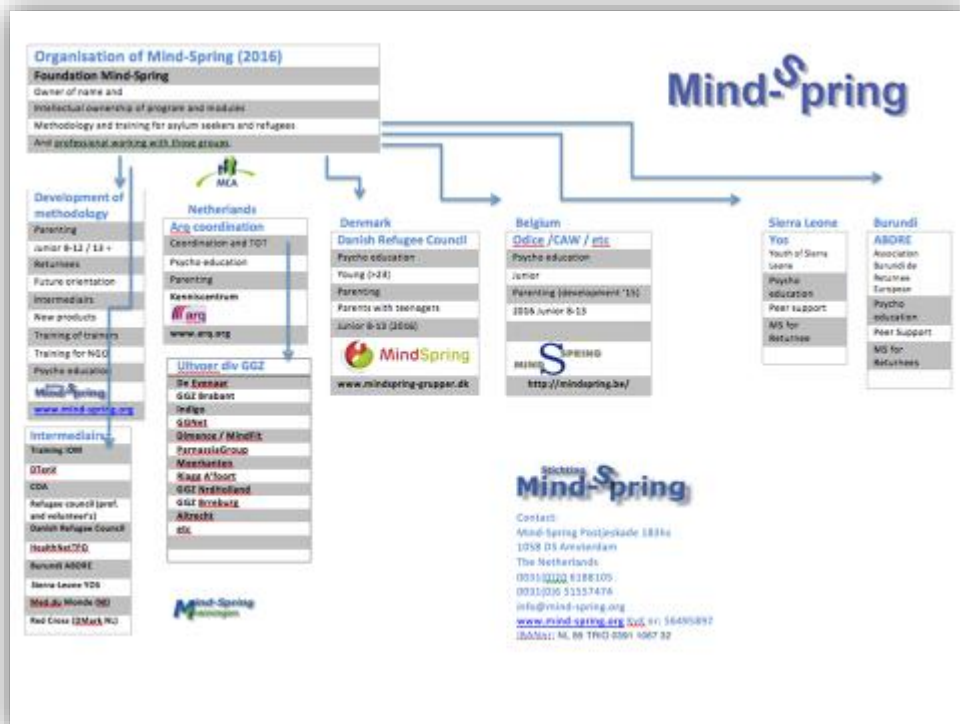


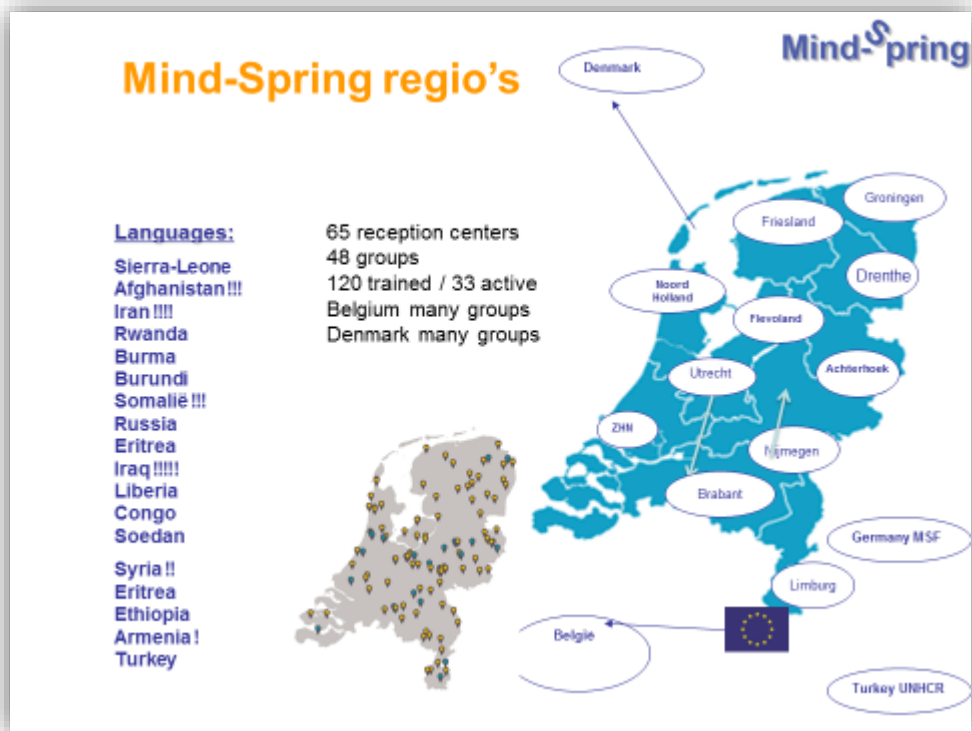
Mind-Spring methodology

- **Psycho education**
- **Parenting support**
- **Cognition** (CBT – R.E.T.)
- **Empowerment** (learn to help yourself)
- **Knowledge by experience** (from trainers)
- **Peer education**
- **Culture specific**
- **Deal with daily hassles**

how

- Training of Trainers
- Training of intermediary
- Countrywide coordination





Mind-Spring a *preventive* intervention

Mind-Spring

Psycho-education, psychosocial and parenting support for refugees and asylum seekers **in their own language and culture (peer support/education)**

Carried out by a **trainer with a refugee background** and a **professional** from within the mental health care system.



*Meet some of our trainers
Over 160 trained*

Objectives of Mind-Spring

Training and learning (empowerment)

- Sharing of experiences, but also sharing feelings of sorrow, anger and frustration
- Coping with problems and their consequences
- Rediscovering one's own strengths and defining areas of control
- Learning to be responsible for one's **own** well-being. Not depending on others, not getting absorbed in **victim role**
- Developing positive self (identity)
- Participants learn how to recognize their own problems and how to ask for further help
- When necessary, participants can be referred to professional help by the trainers

ACCES	Tools of Mind-Spring
A awareness	Making sense of survival processes experiences, recognizing differences, values, feelings of guilt, as witnesses and loss of achievement and identity (how to move forward)
C coping	Learning coping strategies and skills to deal with above mentioned problems
C counseling	Giving individuals advice and supporting an internal process in the specific situation of an asylum seeker
E empowerment	Learning coping skills and skills to find out what is in their own power to be in control of their own lives
S signaling	Referring to a more professional help if needed
S support	Offering psycho-social support

Mind-Spring

content Psycho-education groups

1. Psycho education "the normal reaction on abnormal situation"
2. Stress and handling stress.
3. How are you today (really?)
4. Identity and changing Identity
5. RET / Cognitive Behaviour training (CBT)
6. Loss and grief
7. Addiction (optional)
8. Evaluation and future learning



MindSpring

"effects"



Evaluation

- Less somatic complains
- Sleeping better
- Less conflicts
- Less irritated or aggression
- acceptance of (in-)possibilities
- More positive self esteem
- More initiatives in centers
- more trust in others
- Feeling more "at ease"
- More effective referral if needed
- More trust in Mental Health Service.



Mind-Spring

Effects of the Mind-Spring program

Some quotes from participants

"I experienced the training as being a personal support, I learned a lot."

"I consider the subjects in the training as very relevant to the situation that I am in right now."

"I notice I do not get as agitated as I did before the course. Whenever someone got angry at me, I reacted furiously. I do not do this anymore and also have less problems sleeping."

"We now have become our own doctors".

"Mind-Spring is like a community" (facilitates trust and recognition)

"It helped me to learn that I am not the only one having problems."

"I now have more understanding of mental problems."

"I sleep better now"

Spin off, for the Mind-Spring trainers

- Useful work experience, chance to prove qualities
- Internship for studies (social work/psychology)
- Practicing (Dutch) language in field of profession
- Integration
- Helpful for one's own personal problems
- Meaningful way to spend time
- Improved self-esteem
- Helpful for one's own personal problems
- Peer educators are accepted and much appreciated in NI

Trainers as role models

Active role of refugee trainer is important factor for success

They went through the same process

They know the language / culture History.

Can act as a role model.

Participants ask information how to become a trainer themselves



Content of parenting support

1. Culture specific parenting, between two cultures
2. Role as a parent
3. Parenting tools and active listening
4. Parental worries
5. Parents identity (in new situation)
6. See only problems
7. Runners, pushers and lover boys/girls &
8. Addiction (alcohol, drugs en gambling)

Parenting support

Supporting the parenting role

**Awareness building,
making choices & self-evaluation**

- Raising children between two cultures and in times of stress.
- Which choices do you make and do you recognise why you make that choice?
- What basic assumptions do you have? (fear, anxiety)
- Are you aware of hidden fears and motives that influence your parenting style ?



Mind-Spring Junior[®]



Our sponsor !! →

Mogelijk gemaakt door:



KINDERPOSTZEGELS
voor kinderen door kinderen
25

* Mind-Spring Junior

- * For children 8 – 13 in reception center and schools
- * The making of a HeroBook



Mind-Spring Junior

The power of children: recognition, re-finding power and how to use in new situation?

regaining self confidence

Learn to speak about emotions
Recognise your own strength.
Finding support



How are you today?



27



Effects ? Evaluation

Contact between parent and child better and speaking about "real life"

Children give examples about stress solving. (swimming, etc)

Children learn about their own role in conflicts

Children feel taken seriously

Children learn that you can ask support, even if adults have own difficulties.

Children learn that you as a child may take time to learn. It is not making mistakes, you have to learn more!

Children are proud on their Certificate and HeroBook.

There is much bullying we have to find ways to stop that.



* Mind-Spring Junior 13 plus

- * Youngsters 13 – 17
- * Including unaccompanied minors (18-23)



30

Mind-Spring Junior 13^{plus}



The resilience of children; recognition, explore, refinding (power) and learn to use those qualities.

Objectives of 13 Plus:

- Learn coping strategies
- Rebuilding Self esteem, recognition of own qualities
- Lear to recognise stressful situations
- Re-finding a positive identity!!!!
- Finding support
- Learn to use supporting factors and network.

Huiswerk:
 Hier en daar zijn wat suggesties voor huiswerk beschreven. De sterkste huiswerk opdracht die echt werkt in de verschillende pilots: **"bespreek met je ouders wat je hebt gedaan, en vraag hen wat je hoe dat voor hun was/is"** (veranderende identiteit, Stress en oplossingen van Stress en problemen waar bent U bang voor en wat doet U daarvoor?)



Colofon nr 227 00
 Progressie:
 "Wat heb ik gedaan? Wat was het? Wat heb ik geleerd?"

Story boards

32

Mind-Spring for Intermediaries

- Train the intermediaries and raise awareness



International

- Learn from each other
- Protecting the mind-spring concepts.
- Share findings and tools.
- International exchange.
- Sustainability and joint fund raising (EU)
- Shared efforts to spread the mind-spring message and methodology.

MindSpring
Training for refugees,
asylum seekers, returnees
and professionals
www.mind-spring.org

drs. Paul Sterk
Mental Health psychologist

Postjeskade 183hs
1058DS Amsterdam
The Netherlands
0031(0)651357474

p.sterk@zonnet.nl
www.paulsterk.com

35

Podiumsdiskussion: Good-Practice aus den Niederlanden und Dänemark - Ansätze, Erfahrungen, Ergebnisse

Niederlande. Bet-El Teklemariam und Willeke de Jong



Von links nach rechts: Anna Mathilde Jensen, Tove Madsen, Willeke de Jong und Bet-El Teklemariam in der ersten Podiumsdiskussion.

Bet-El Teklemariam (BA)

Bet-El wurde in Eritrea geboren und ist Anfang der achtziger Jahre nach Deutschland geflohen. Sie hat ihr Studium als Sozialpädagogin 1998 in Bochum abgeschlossen. Nach ihrem Studium arbeitete Bet-El im Jugendamt und begleitete Migrant*innen, die sich in psychiatrischer Behandlung befanden.

Seit ihrem Umzug in die Niederlande (Jahr 2000) hat sie eritreische Geflüchtete professionell beraten, begleitet und betreut. Ihr Fokus liegt auf gefährdete Gruppen (wie Frauen und Kinder), die sich in schwierigen Lebenssituationen (wie häusliche Gewalt und institutionelle Vernachlässigung) befinden. Bet-El ist Mind-Spring Trainer*in; sie unterstützt und berät u.a. niederländische Kommunen, den niederländischen Flüchtlingsrat und die niederländische Vormundschaftsorganisationen Nidos, GGD, Arq/Centrum 45.

Willeke de Jong (Systemtherapeutin)

Willeke de Jong arbeitet beim Jeugd ggz, Teil von der Dimence Groep, ein Psychisches und Gesundheitsfürsorgezentrum in den Niederlanden. Sie ist Projektkoordinatorin von Programmen für Flüchtlinge wie Mind-Spring für Erwachsene und für Junior (8-12 und 13+), Familientherapeutin, sozialpsychiatrische Krankenschwester und Team-Coach.

Zusammenfassung der Präsentation

Die Besonderheit und die Herangehensweise, dass die Mind-Spring-Gruppen in der Muttersprache der Teilnehmenden stattfinden, verschaffen einen schnellen und emotional bezogenen Zugang zu den Geflüchteten.

Bet-El Teklemariam untermauert den Mind-Spring Ansatz, wie wichtig es ist, in der Muttersprache, im bekannten kulturellen Kontext, die Gruppen zu führen. Sie betont, dass es sich bei Mind-Spring nicht um eine einseitige Hilfe und um „Mitleidsbekundung“ gegenüber den Geflüchteten handelt, sondern, dass sie sich untereinander stützen können und ihre (vorhandenen) Ressourcen gestärkt werden sollen.

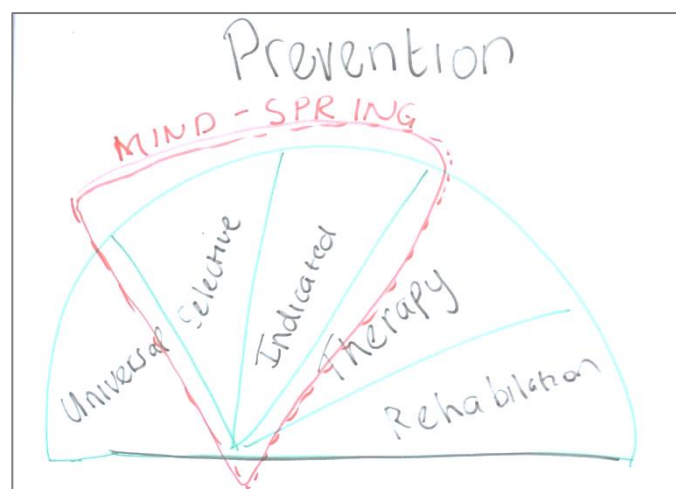
Frau Teklemariam ergänzt, dass eine Vertrauensbasis in den Gruppen nicht selbstverständlich ist – sie muss erst aufgebaut werden; dabei gehören der *small talk* untereinander sowie kleine snacks ebenfalls dazu.

Die Trainer*innen müssen selbst ihre Rolle definieren und sich z.B. von der Rolle des Übersetzers abgrenzen.

Der Erfolg ist in niederländischen Landeserstaufnahmestellen höher, da es kaum Aktivitätsangebote gibt und die Geflüchteten dadurch sehr viel Zeit zur Verfügung haben. In den späteren Unterkünften (z.B. in der Anschlussunterbringung) ist es schwieriger sie zu mobilisieren, um an den Sitzungen teilzunehmen. Oft ist zu konstatieren, dass die Geflüchteten in den folgenden Unterbringungsmodellen depressiv werden, da sie plötzlich unter Einsamkeitsgefühlen leiden.

Willeke de Jong berichtet von ihren Erfahrungen mit den Mind-Spring-Junior-Gruppen – da sind die jungen Menschen nicht müde nach den Gruppentreffen, sondern voller Energie, trotz eines langen Tages (Schule und danach Mind-Spring) und voller Emotionen, die sie in den Gruppensituationen erlebt haben (sie lachen und weinen oft).

Paul Sterk erinnert daran, dass Mind-Spring im Bereich der selektiven und indizierten bzw. indikativen Prävention einzuordnen ist.



Laut Definition der WHO³ ist in Bezug auf Prävention von psychischen Krankheiten, folgende Definition nachzulesen:

- Universale Prävention: richtet sich an die allgemeine Bevölkerung,
- Selektive Prävention: richtet sich an Individuen oder Gruppen, deren Gefahr unter einer psychischen Störung zu leiden, signifikant höher liegt, als bei der allgemeinen Bevölkerung,
- Indizierte bzw. Indikative Prävention richtet sich an stark gefährdete Personen, bei denen minimale, aber feststellbare Signale oder Symptome, die eine psychische Störung andeuten, festzustellen sind, jedoch nicht die Kriterien für eine Diagnose erfüllen.

³ https://www.who.int/mental_health/evidence/en/Prevention_of_Mental_Disorders.pdf. Hervorgerufen am 19.08.2019

Dänemark. Anna Mathilde Jensen, Tove Madsen

Anna Mathilde Jensen (MA)

Anna Mathilde Jensen hat einen Magister Artium (Master of Arts) in Psychologie und kulturelle Begegnungen. Sie ist Koordinatorin und Beraterin beim Mind-Spring Kompetenzzentrum im dänischen Flüchtlingsrat seit 2012.

Tove Madsen (M.Sc.)

Tove Madsen hat einen Magister der Naturwissenschaften (Master of Science) in Soziologie. Sie ist Koordinatorin und Beraterin beim Mind-Spring Kompetenzzentrum im dänischen Flüchtlingsrat seit 2017.

Zusammenfassung der Präsentation

In Dänemark ist Mind-Spring seit 2010 im thematischen Kontext Integration angesiedelt und wird aus privaten sowie staatlichen Mitteln finanziert. Seit 2011 wird auch Mind-Spring für Eltern und seit 2014 für Kinder von 9 bis 14 Jahren angeboten. Die Themen sind Kulturnormen, Identitätsveränderung, Stress, Trauma und andere gruppenspezifische Themen.

Ziel ist es, psychosoziale Probleme, die durch das Leben im Exil entstehen können, durch gezielte Wahrnehmung und „Empowerment“ zu lindern bzw. zu vermeiden. Das Projekt hat einen Abschluss bzw. eine Beteiligungsquote (kontinuierliche Teilnahme, kaum Abbrüche) von 86%. Mind-Spring Trainer*innen und Co-Trainer*innen aus ganz Dänemark treffen sich zu Austauschrunden zwei Mal jährlich und einmal zu einer gemeinsamen Fachveranstaltung.

Die größte Herausforderung für das Koordinierungsteam ist, dass sie zentral für das ganze Land zuständig sind. Die Rekrutierung von Teilnehmenden und Trainer*innen sowie die langfristige Finanzierung sind die Bereiche mit den meisten Schwierigkeiten. Die Evaluation des Projekts läuft in Dänemark durch verschiedene Instanzen (siehe Kapitel „Workshop Evaluation“).

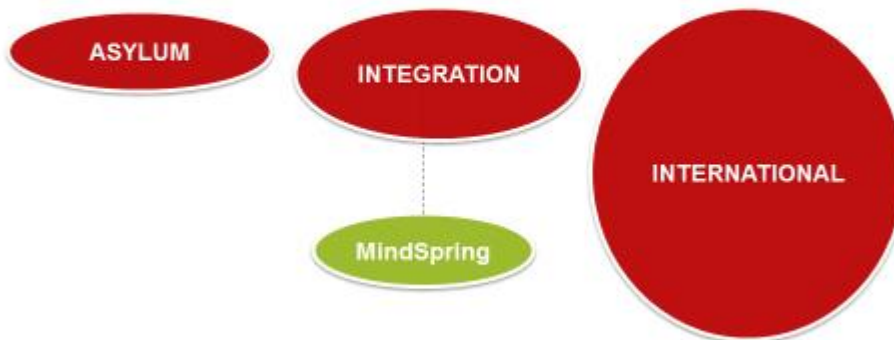


Mind
Spring

MindSpring in Denmark

Anna Mathilde Jensen, Tove Madsen and
Rana Agha
Böblingen Germany – June 27th 2019

Danish Refugee Council



History

Implemented in Denmark 2010 with state and private funding

Target groups are:

- Parents (since 2011)
- Youngsters (since 2013)
- Children 9-14 years old (since 2017)

Topics:

- Culture and norms
- Identity change
- Stress and trauma
- + target group specific themes



Main purpose

To **prevent** social and psychological problems related to life in exile and refugee experiences...

...through increased **awareness** and **empowerment**.

Output?

86 % completion

Participants are very satisfied, empowered and feel more capable handling problems related to life in exile. Also they create their social network.

Supporting activities

- 2 yearly 7-day training of trainers
- 2 yearly meetings to exchange experiences
- One Annual Assembly for all MindSpring-trainers and co-trainers

Challenges

- Logistics – language and geography
- Recruiting hosts and trainers
- Implementation and economy

Evaluating and developing MindSpring

Evaluation and research:

- 6 qualitative evaluations (to be unfolded in the workshop)
- 1 research project (2016- ca. 2022): to investigate the preventive effects
- Children's MindSpring by a SDQ research questionnaire

New target groups and settings

- New-MindSpring (from 2017)
- Rejected asylumseekers (2019)
- Young people born in DK by refugee parents (2019)
- Greenlanders in Denmark (maybe 2019)

Export

- Interest from Iceland and Finland

Thank you!

Contact us:

Tove Madsen

tove.madsen@drc.ngo +45 3373 5066

Anna Mathilde Jensen

anna.mathilde.jensen@drc.ngo +45 3373 5255

Facebook.com/MindSpringkompetencecenter

www.mindspring-grupper.dk



Interview mit Mind-Spring Trainerin Rana Agha

Frau Agha war Kinderärztin in Syrien. Seit 2018 arbeitet sie in Dänemark als Mind-Spring Trainerin für Kinder und Eltern. Sie konnte leider nicht aus Aufenthaltsrechtlichen Gründen an der internationalen Tagung teilnehmen. Frau Jensen und Frau Madsen stellten das Interview, das sie mit ihr geführt hatten, vor.

(Siehe Anlage für das vollständige Interview auf English)

Rana Agha: „Als ich nach Dänemark kam, beobachtete ich, dass es eine Spaltung zwischen Dänen und Ausländern gab. Ich wollte dies vermeiden, diesen Prozess stoppen. Ich wollte eine Mentalitätsveränderung erzielen, eine Brücke zwischen Einheimischen und Ausländern bauen.“

Als ich am Mind-Spring-Projekt teilnahm, hatte ich das Gefühl, „das Dänemark“, das ich mir vorgestellt hatte, endlich gefunden zu haben – ein demokratisches Land mit einer freien Gesellschaft, das ich während meines Integrationsprozesses nicht vorgefunden hatte.

Mind-Spring hat mich persönlich verändert; ich bin ruhiger geworden und nutze die Übungen auch in meinem Alltag. Meine Beziehung zu meinen Kindern hat sich auch verbessert und ich habe ein soziales Netzwerk aufgebaut.

Mind-Spring hilft den Kindern mit den Konflikten zwischen Erwartungen und Sozialnormen besser umzugehen. Das Projekt wirkt wie ein Schlüssel, der Türen öffnet, um Chancen und Träume zu verwirklichen – „Vielleicht KANN ich es schaffen!“.

Mind-Spring hilft den Eltern stabilere Beziehungen zu Ihren Kindern aufzubauen. Eine Mutter mit einem Sohn im Teenageralter hat zu mir gesagt: „Jetzt kann ich meinen Jungen besser verstehen“.

Ich glaube, dass Mind-Spring einen ersten Schritt zur Veränderung darstellt. Die Teilnehmenden haben etwas Grundsätzliches in Bezug zu demokratischen Gesellschaften gelernt. Sie haben gelernt, dass es in Ordnung ist, nicht gleicher Meinung bzw. Ansicht sein zu dürfen/zu können und trotz unterschiedlicher Ansichten im Dialog bleiben zu können. Diese Einstellung unterstützt einen reibungsloseren Integrationsprozess“.

Zusammenfassung der Diskussion

In Dänemark ist Mind-Spring anders eingeführt und strukturiert als in den Niederlanden. Die Kurse finden in Schulen und im „Mind-Spring-Kompetenzcenter“ statt. Die dänische Mind-Spring-Koordination arbeitet mit ehrenamtlichen Übungsleitern zusammen, da es sich als nicht zuverlässig erwies, nur auf Migranten oder Muttersprachler*innen zu vertrauen. Die Übungen werden daher im Tandem von einer Fachkraft und einer/m Ehrenamtlichen durchgeführt, die eine große Anzahl von Geflüchteten erreichen. Die Ehrenamtlichen sind flexibel einsetzbar und verursachen geringere Kosten. Der Kurs wird von jeweils 2 Ehrenamtlichen durchgeführt. Der Fokus wird auf Übungen zu Identitäts- und Erziehungsfragen und Fragen zu Werten und Normen gelegt. Atemübungen und weitere Übungen wie der „Life-Tree“ (siehe folgende Präsentation) werden umgesetzt. Die Rückmeldungen der Teilnehmenden sind auch in Dänemark sehr positiv.

Seit 2011 gibt es die Eltern-Mind-Spring-Gruppen und ab 2013 wurden die Gruppen für Jugendliche eingeführt. Auch in Dänemark ist das Ziel von Mind-Spring eine Präventivarbeit zu

leisten, um möglichen sozialen und psychologischen Problemen vorzubeugen. So werden die Eltern empowert (Stärkung der Handlungskompetenz) und das Selbstbewusstsein von Jugendlichen gestärkt. Das war besonders erfolgreich, denn so lernten sich die Eltern und deren Kinder besser zu verstehen und konnten ihre Erfahrungen nach den Kursen austauschen. Seit 2019 gibt es das Mind-Spring-Angebot für in Dänemark geborene Jugendliche von geflüchteten Eltern, darüber hinaus auch Mind-Spring-Gruppen für abgelehnte Asylbewerber*innen.

Die Teilnehmenden in den Gruppen erleben Mind-Spring als ersten Schritt zu einem Veränderungsprozess.

Die Kosten werden zu einem Großteil von den Krankenkassen abgedeckt. Die restlichen Kosten werden aus Landesmitteln (Projektfördergelder) übernommen.

Podiumsdiskussion: Good-Practice aus Belgien und Deutschland: Ansätze, Erfahrungen, Ergebnisse



Von links: Heiko Römmele, Laila Wahab, Janine Benson-Martin, Mariam Hijazi, Nazanin Lakamari, Mahmoud Jaber und Maryam Tawfiq Marwan in der zweiten Podiumsdiskussion.

Belgien. Mahmoud Jaber, Maryam Tawfiq Marwan

Mahmoud Jaber (BA)

Mahmoud Jaber hat englische Sprachwissenschaften, Literatur und westliche Kulturwissenschaften studiert. Er hat in Syrien und Kuwait als Lehrer und Übersetzer gearbeitet, danach auch in Belgien. Seit 2004 arbeitet er für die Flämische Agentur für Integration und Bürgerschaft als Lehrer für die „soziale Orientierung von Neuankömmlingen“ (in Arabisch, Niederländisch und Englisch). Er unterrichtet ebenfalls Fremdsprachen und ist beglaubigter Übersetzer für die Sprachen Englisch, Arabisch und Niederländisch.

Er ist seit 2013 im Mind-Spring-Kontext involviert. Zuerst als Dolmetscher bzw. Übersetzer tätig, danach als Co-Trainer und Trainer.

Maryam Tawfiq Marwan (BA)

Maryam Tawfiq Marwan hat orientalische Wissenschaften und Kulturen studiert. Zurzeit arbeitet sie für CAW, „Zentrum von General Wohlergehen“ in der Stadt Gent in Belgien, als Projektunterstützerin für Mind-Spring. Ihre Tätigkeitsfelder sind: Rekrutierung von Gruppen, Organisation von Trainer*innen- und Co-Trainer*innen-Schulungen, Trainerin und Co-Trainerin für Gruppen und Öffentlichkeitsarbeit.

Sie ist seit 2017 im Mind-Spring-Kontext eingebunden. Zuerst in der Funktion als Dolmetscherin für Arabischsprechende, danach als Trainerin für Mind-Spring-Gruppen für Erwachsene, Junior 8-13 Jahre und 14-18 Jahre tätig.

Zusammenfassung der Präsentation

In Belgien hat Mind-Spring mit einer Kooperation zwischen Paul Sterk und der Agency of Integration and Citizenship in 2010 begonnen. Seit 2011 bieten sie auch Mind-Spring-Junior an. 2016 ist das CAW OVL (Center for General Welfare East Flanders) hinzugekommen und durch diese Zusammenarbeit konnte das Angebot als Unterstützungsleistung für Kinder und Eltern erweitert werden. CAW OVL ist für die Qualitätskontrolle zuständig und organisiert die Schulungen, die Intervision, die Workshops etc. Sie arbeiten in Kooperation mit Städten, Kommunen und Schulen, die z.B. VKL-Klassen haben, zusammen.

Mind-Spring wurde in den Sprachen: Arabisch, Dari, Farsi, Paschto, Tigrinja, Somali, Kurdisch, Türkisch, Albanisch, Englisch, Französisch, Russisch, Tschetschenisch, Georgisch, Mongolisch, Urd und Niederländisch angeboten. Zielgruppen sind Asylbewerber*innen, Anerkannte Geflüchtete oder mit Subsidiärem Schutz und Personen mit Migrationshintergrund. Im Jahr 2018 wurden 62 Gruppenschulungen durchgeführt und insgesamt 600 Menschen nahmen daran teil.

Die größten Herausforderungen sind:

- die Zusammenarbeit zwischen Trainer*innen, Co-Trainer*innen und Dolmetscher*innen zu organisieren und optimal auszugestalten,
- die Teilnehmer*innen für eine Teilnahme zu motivieren und langfristig einzubinden,
- der Aspekt des „Aftercares“ (Unterstützungsleistungen nach Beendigung der Schulungseinheiten) und
- das Dauerthema einer langfristigen und stabilen Finanzierung.



Mind-Spring – Belgium



4
9

How did Mind-Spring start?

- Agency of Integration and Citizenship in collaboration with Paul Sterk:
 - 2010: Mind-Spring +18
 - 2011-2012: Mind-Spring Junior 14-18 years old
- CAW OVL (Center for General Welfare East Flanders) in collaboration with Paul Sterk 2016
 - Mind-Spring Junior 8-13 years old
 - Mind-Spring Parents Support in upbringing their children (ouderkracht)



5
0

Mind-Spring Flanders

CAW OVL is responsible for quality control (certification, copyright, ...) and organizes:

- Training to become a Mind-Spring trainer and co-supervisor
- Intervisions for Mind-Spring trainer and co-supervisor and interpreters
- Workshops, trainings, study days, ...



5
1

MIND-SPRING

- Mind-Spring groups organized in cooperation with cities, municipal authorities, OCMW's (Public center for Social Welfare), OKAN schools (Reception class for non-native speakers)
- Infosession, 6 sessions of 2 hours, return session
- 8-15 participants
- Final evaluation with participants and with applicant



5
2

Languages & Relaxation exercises

- Languages: Arabic, Dari, Farsi, Pashto, Tigrinya, Somali, Kurdish, Turkish, Albanian, English, French, Russian, Chechen, Georgian, Mongolian, Urdu, Dutch...
- Relaxation exercises in 10 languages on the website of Sarah Strauven: www.care4refugees.org



5
3

Target Group

- Asylum seekers
- Recognized refugees, subsidiary protection, family reunification
- Migration background



5
4

Supervision

- Mind-Spring trainer
 - Refugee background
 - Expert
 - Trained to be Mind-Spring trainer
- Mind-Spring co-supervisor
 - Professional from the social, medical, educational sector
 - Trained to be Mind-Spring co-supervisor
- Interpreter



5
5

Mind-Spring in Flanders

Center for General Welfare East Flanders organizes Mind-Spring courses in East Flanders since march 2016

- 2016 – 42 Mind-Spring groups, 16 trainers & 26 co-supervisors trained
- 2017 – 35 Mind-Spring groups, 34 co-supervisors trained
- 2018 – 62 groups, approximately 600 participants



5
6

Impression Trainer/Co-supervisor

- "I was an accountant in my homeland, but thanks to Mind-Spring I know my calling now: helping and supporting people who are struggling." (M-S - trainer)
- "I wish I could have followed a Mind-Spring course when I arrived in Belgium." (M-S - trainer)
- "Mind-Spring offers me as a social worker a structured way to work with refugees." (M-S - co-supervisor)
- "Being employed as a co-supervisor meant a deepening of my own coaching as a counselor." (M-S - co-supervisor)



5
7

Impression Participants

- I greatly appreciate that the Belgian authorities offer these sessions in my own language. I appreciate that they not only think about material issues, but also about the feeling of well-being of refugees and this is even more important.
- I am not alone, other refugees also have the same problems and questions.
- I learned how to convert my negative thoughts into positive ones.
- I finally have hope. I no longer see my future as gloomy as before the Mind-Spring sessions.
- I can sleep better and I am less dependent on medication.
- I now know more about Belgian culture.
- I no longer think with clichés.
- I am no longer lonely. I made friends here.
- I am reborn. I stayed in bed at the refugee reception center until noon and didn't want to go outside. Now I have breakfast with my daughter and I have a purpose.



5
8

Challenges

Organizational:

- Collaboration Trainer-Co-supervisor-Interpreter
- Motivation & Reference of the target group by the partners
- Announcement well-being partners
- Aftercare: the possibilities to refer participants to external partners in the context of aftercare depends on region
- Planning groups is a puzzle



5
9

Challenges

Financial:

- Remains a project story
- CAW helps with the organization, provides training for the trainers and co-supervisors
- The applicant must provide approximately 1500 euros to pay trainer, co-supervisor & interpreter
- Biggest challenge in long term: Structural solution



6
0

Questions?

Maryam Tawfiq Marwan
Project-Supporter Mind-Spring CAW Oost-Vlaanderen
+32 499 75 88 37
maryamtawfiqmarwan@cawoostvlaanderen.be

Website:
<https://www.caw.be/hoe-wij-helpen/preventie/mind-spring/>



6
1

Zusammenfassung der Diskussion

Auch in Belgien ist Mind-Spring fest verankert. Seit Jahren baut man hier auf eine gute Vernetzung mit Lehrer*innen, Kooperationen mit Schulen, Beratungsstellen und schulpsychologischen Diensten. Außerdem besteht ein gutes Netzwerk zum Gesundheitsamt. So werden die Geflüchteten und Migranten, die professionelle Hilfe benötigen, adressatengenau weitergeleitet: eine schnelle Terminfindung kann stattfinden bzw. eine Therapie gewährleistet werden.

In Belgien haben sich die Elterngruppen bewährt. Vor allem nach dem Kursinhalt „Identität“ tauchen viele Fragen auf, die Eltern besonders beschäftigen. Darum werden Kurse oft parallel für Eltern und Jugendliche veranstaltet.

Belgien stellt sich in den sozialen Medien breit auf. So sind beispielsweise auf YouTube Videos online, die Mind-Spring vorstellen und beschreiben.

Außerdem werden kontinuierlich Qualitätskontrollen durchgeführt, damit „nicht zu sehr“ vom Mind-Spring-Originalkonzept abgewichen wird. Das heißt, die Übungsleiter*innen müssen nach drei Jahren Praxisausübung erneut ein Zertifikat ablegen, um weitere Kurse durchführen zu dürfen.

Die Gruppen in Belgien sind nicht nur für Geflüchtete, sondern auch für Migrant*innn offen.

Deutschland. Dr. Janine Benson-Martin, Mariam Hijazi, Nazanin Lakkamari

Dr. Janine Benson-Martin (Dr. Med.)

Dr. Janine Benson-Martin ist eine Psychiaterin aus Südafrika, die in den Bereichen Psychiatrie, psychische Gesundheit und Frauengesundheit arbeitet. Sie hat in Südafrika, Großbritannien, der Schweiz und Deutschland gearbeitet. Sie ist im engen Kontakt mit Universitäten in den Bereichen der Forschung und Lehre tätig, hier in Deutschland an der Universität Heidelberg. Sie ist Amtsärztin im Gesundheitsamt Pforzheim/Enzkreis. Schwerpunkt ihrer Arbeit ist das öffentliche Gesundheitswesen in Bezug auf Geflüchtete. Sie hat Mind-Spring in Deutschland eingeführt.

Mariam Hijazi

Mariam Hijazi ist seit 2013 im Landratsamt Böblingen als Sozialbetreuerin für Flüchtlinge und Spätaussiedler angestellt. Sie ist Mitglied des Christlich-Muslimischen Dialogs. Sie hat eine Zusatzausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse absolviert. Frau Hijazi ist seit 2017 Co-Trainerin und Koordinatorin von Mind-Spring (geschult 2017 in Pforzheim von Paul Sterk).

Nazanin Lakamari

Frau Nazanin Lakamari ist mit ihrer Familie vor 4 ½ Jahren aus dem Iran nach Deutschland geflüchtet. Sie hat im Iran Anglistik studiert und ist im Böblinger Mind-Spring-Team seit 2018 als Trainerin tätig. In ihrer Funktion als Trainerin hat sie bereits Gruppen geleitet. Nach ihrer dreijährigen ehrenamtlichen Dolmetschertätigkeit ist sie als Sprachvermittlerin für den Sprachvermittlerpool des Landkreises Böblingen tätig.

Zusammenfassung der Präsentation

In Deutschland müssen im Allgemeinen Personen (Personen der Aufnahmegesellschaft sowie mit Migrationshintergrund gleichermaßen) lange auf eine psychologische Beratung bzw. Unterstützungsleistung warten. Dieses grundsätzliche strukturelle Problem, in Kombination mit langatmigen Kostenübernahmeverfahren und Sprachproblemen, führt dazu, dass es für Geflüchtete sehr schwierig ist, psychologische Hilfestellungen zu bekommen. Die professionellen Ressourcen des deutschen Gesundheitssystems für traumatisierte Flüchtlinge sind dadurch sehr begrenzt (lange Wartezeiten, zeitaufwendige Verfahren über Kostenübernahmen, fehlende, psychologisch geschulte Fachüberse-tzer*innen etc.). Häufigste zitierte Probleme, die zu weiteren psychischen Belastungen führen können, sind: fehlender Zugang zu Deutschkursen, Lärm in den Camps, Vorurteilsbehaftete Behandlungen in der Verwaltung, Konfrontation mit rassistischen Äußerungen, Mangel an Arbeitsmöglichkeiten und auftretende Verzweiflungszustände. Die Idee, das Mind-Spring-Programm als psychosoziales Primärpräventionsprogramm vorzuschalten, einzusetzen und anzuwenden, kann dabei helfen, die beschriebenen psychischen Belastungs- und Erscheinungssymptome zu mildern. Das Mind-Spring-Team Pforzheim wurde 2017 von Paul

Sterk geschult. Darüber hinaus wurden „Tapping“-Übungen mit Erfolg eingebunden⁴.



Enzkreis

TABLE 3.2 WHO PROJECTIONS OF MENTAL DISORDERS IN ADULT POPULATIONS AFFECTED BY EMERGENCIES¹

	Before the emergency: 12-month prevalence (median across countries and across level of exposure to adversity) ²	After the emergency: 12-month prevalence (median across countries and across level of exposure to adversity)
Severe disorder (for example, psychosis, severe depression, severely disabling form of anxiety disorder)	2% to 3%	3% to 4% ³
Mild or moderate mental disorder (for example, mild and moderate forms of depression and anxiety disorders, including mild and moderate PTSD)	10%	15% to 20% ⁴
Normal distress / other psychological reactions (no disorder)	No estimate	Large percentage

Notes: Adapted from WHO (2001). PTSD indicates post-traumatic stress disorder.
Observed rates vary with setting (for example, time since the emergency, socio-cultural factors in coping and community social support, previous and current disaster exposure) and the assessment method.
1. The assumed baseline rates are the median rates across countries as observed in the World Mental Health Survey 2000.
2. This is a best guess based on the assumption that traumatic events and loss may contribute to a relapse in previously stable mental disorders, and also may cause severely disabling forms of mood and anxiety disorders.
3. It is established that traumatic events and loss increase the risk of depression and anxiety disorders, including posttraumatic stress disorder.

Inter-Agency Standing Committee. (2007). IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings

⁴ Trauma Tapping ist eine Form von sensorischer Behandlung. Gunilla Hamne, die Initiatorin der sogenannten „Trauma Tapping Technique“ (TTT), in Zusammenarbeit mit dem Hypnotherapeuten und Musiker Ulf Sandström, hat die Organisation „Peaceful Heart“ gegründet (<https://peacefulheart.se/>), die TTT in der Behandlung und Instruktion von Überlebenden von Bürgerkrieg und Genozid einsetzt. Die Methode stimuliert die Sinne und kann jede Art von emotionalem Stress reduzieren. Außerdem befähigt sie Menschen, sich selbst und anderen zu helfen



BARRIERS TO MENTAL HEALTH CARE FOR REFUGEE



Enzkreis

Numerous Barriers in both LMIC & HIC

- EBI (CBT; NET; EMDR) –delivered by highly trained specialists (psychologists, psychiatrists)
-shortage of specialists to cover refugees with psych.stress
- In Europe 80-90% refugees with psych problems **do not** visit specialized MH Services
- Language Barriers & lack of native language speaking psychologists & psychiatrists
- Physical Distance to specialized MHC

und dadurch auch ein Stück Kontrolle über das eigene Leben zurückzugewinnen. (Quelle: Enzkreis, Pressemitteilung 72/2017)

- Long waiting lists to get into therapy (in DE. This is also a problem for the general population!)
- Use of professional interpreters are expensive
- AND use of family for interpretation real problem
 - Parentalization refugee children in De.
- Lack of Information about current services
- Distrust of MH Pract., shame, stigma (fear of being labelled ‚mad‘ or ‚crazy‘)

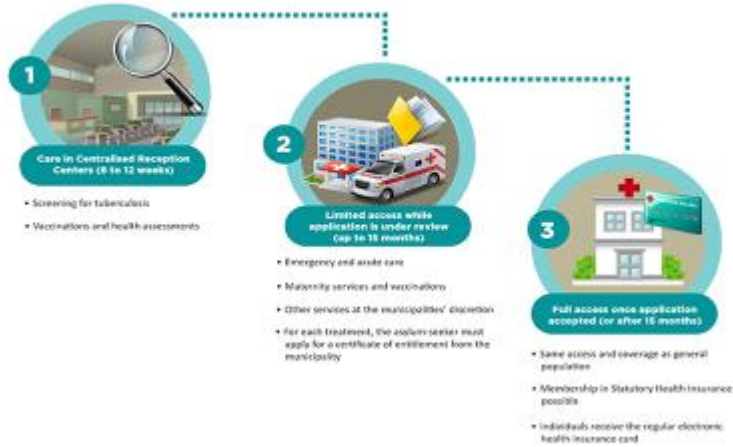
MY BIGGEST CRITICISM....

- Almost all types of ‚Psychological Challenges‘ are put into one category.
- **Medical Insurance & ICD-10 code based**
- And ALL are referred for ‚Therapy‘

- We know that Health Systems are challenged by Conflicts & Disasters esp. refugees
- Ideally- Health Systems should be able to react
 - Quickly
 - Ability to identify and adequately respond to the Needs of a large ,new' vulnerable population
- Reality...has shown the opposite
- And to deliver EBI to Displaced Persons- fundamentally lack human resources



REFUGEE & ASYLUM SEEKERS HEALTH CARE IN GERMANY



<http://healthaffairs.org/blog/2015/10/22/the-public-health-dimension-of-germanys-refugee-crisis/>

- Differ with respect to the degree of access to healthcare
- Depends on their Status
 - Undocumented Migrant vs
 - Asylum seeker vs
 - Recognised Refugee Status
- **Strict Gatekeeping Mechanisms-** only get access to secondary care services via referral from GP so...
- **Access to Care**
 - is therefore largely dependant on the **level of training of primary care professional** in both mental health & refugee health
 - Dependant on **Level of Cultural Competence**
 - Level of Language Competencies/ **Interpreter Services**

The German Chamber of Psychotherapists have estimated that at least 50% of refugees have psychological problems, of which 40% is related to trauma

Bundespsychotherapeutenkammer, 'Mindestens Die Hälfte Der Flüchtlinge Ist Psychisch Krank' (2015) <<http://www.bptk.de/aktuell/einzelseite/artikel/mindestens-d.html>> [Accessed 16/10 2015].

The German Health System is not, as yet, geared towards the multi-complex treatment of traumatized refugees

Position Paper: Deutsche Gesellschaft fuer Psychiatrie und Psychotherapie Psychosomatik und Nervenheilkunde, 'Psychosoziale Versorgung Von Fluechtlingen Verbessern', 2016.

Landesaerztekammer Baden-Wuerttemberg, and Landespsychotherapeutenkammer Baden-Wuerttemberg, '2.Versorgungsbericht. Ambulante Medizinische, Psychosoziale Und Psychotherapeutische Versorgung Von Traumatisierten Migrantinnen in Baden-Wuerttemberg', (Baden-Wuerttemberg, 2016).

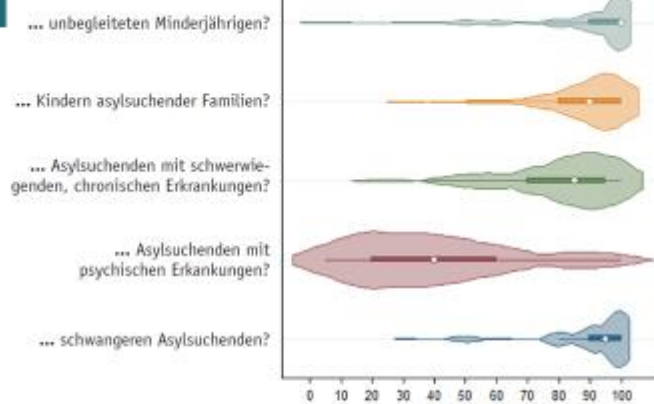
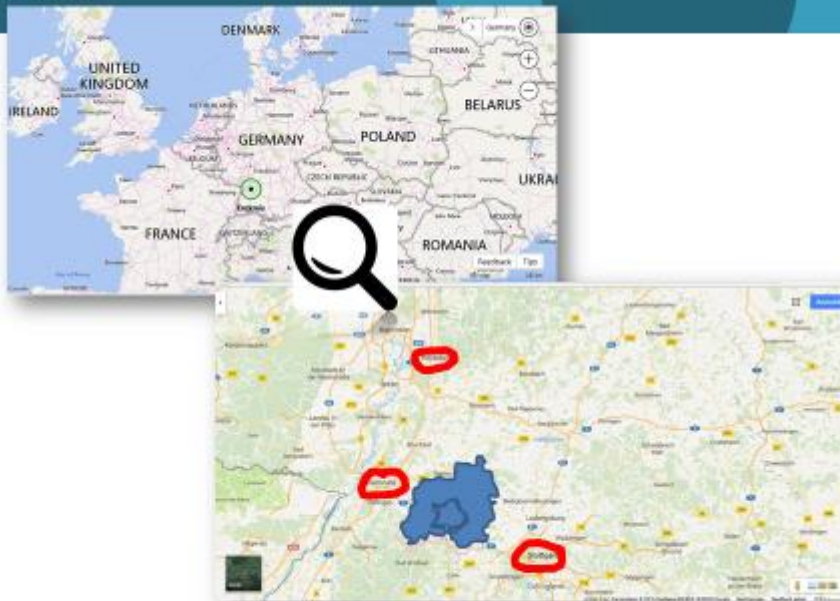


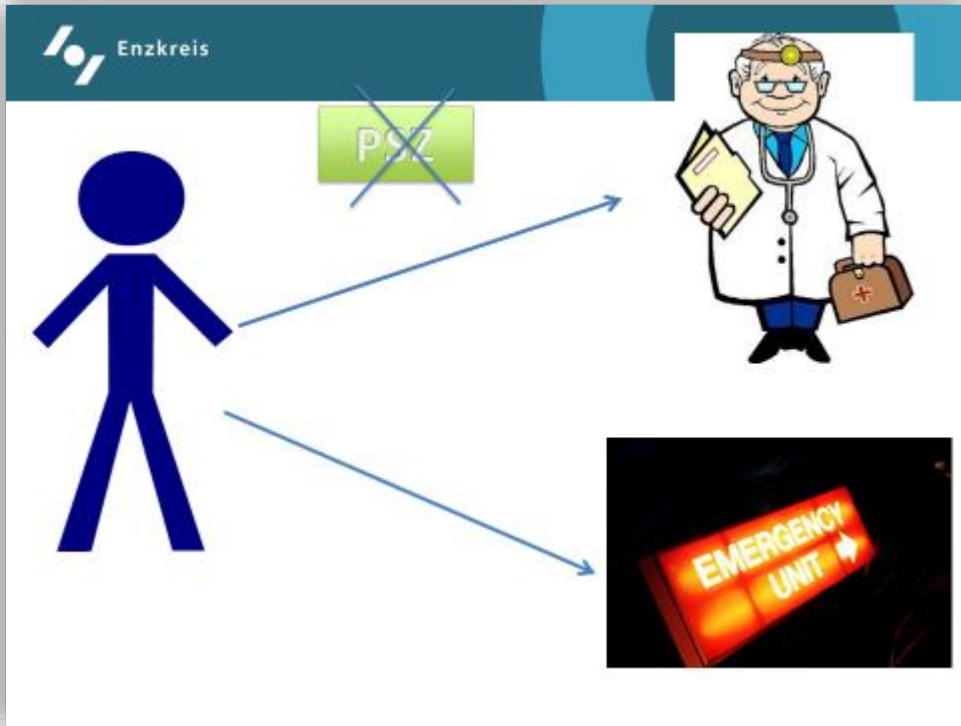
Abb.1: Beurteilung des Ausmaßes der Sicherstellung der Gesundheitsversorgung durch teilnehmende Amtsleiter. Die Frage lautete: „[...] Alles in allem betrachtet; in welchem Ausmaß ist aus Ihrer Sicht die lokale Gesundheitsversorgung folgender Gruppen gewährleistet?“ Antwortoptionen: Rating von 0-100%. Violinplot mit Kernel-Dichtefunktion der Verteilung der Werte. Weiße Raute: Median, Balken: Interquartil-Abstand bzw. der Bereich, in dem 50% der Antworten liegen. Unterschiedlicher Nenner, N=90-94 Gesundheitsämter je nach Antwortmöglichkeit.

Bozorgmehr K, Noest S, Thaiss MH, Razum D: [Health care provisions for asylum-seekers: a nationwide survey of public health authorities in Germany]. Bundesgesundheitsblatt 2016. 1-11.

PSYCHO-SOCIAL CENTRES (PSZ) FOR REFUGEE MENTAL HEALTH IN GERMANY

- Psychosoziale Zentren für Flüchtlinge und Folteropfer (BAFF):
- „Insgesamt standen in den 32 Zentren während eines durchschnittlichen Monats fast 1700 Menschen auf der Warteliste“ (2016)
 - **Countrywide there are 32 Centres- On average in 2016 there was a monthly average of 1700 persons on the waiting list**
- Stuttgart („Refugio“), Ulm, Lörrach, Villingen-Schwenning
- My Health District (Enzkreis & PF)- none available







Concept of Mental Health & Psychosocial Support (MHPSS)

„Any type of local or outside support that aims to protect or promote psychosocial well-being and/or prevent or treat mental disorder“

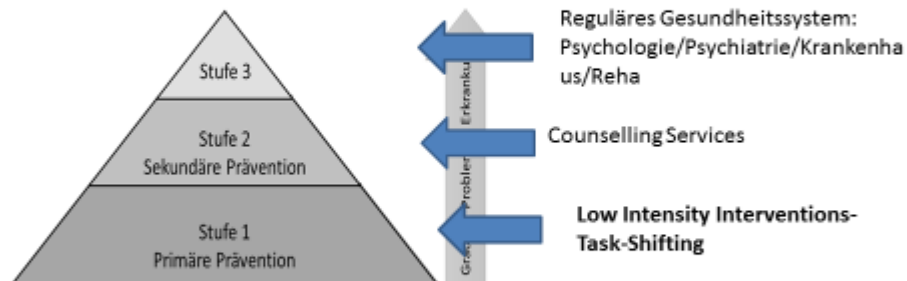
Inter-Agency Standing Committee. (2007). IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings

Gesundheitsförderung bedeutet: **Aktivitäten und Unterstützung** um alle **potentiell veränderbaren Bestimmungsfaktoren von Gesundheit zu adressieren**.
Dazu gehören sowohl **Maßnahmen**, mit denen Menschen ihre Gesundheit **selber erhalten** können, als auch Maßnahmen, die **gesunde Lebensbedingungen und Settings unterstützen**.

The **promotion of protective factors** such as **Resilience** and the **reduction in risk factors** that could lead to mental health problems

Den **Aufbau von Schutzfaktoren/ Belastbarkeit (Resilienz)** und die **Verringerung von Risikofaktoren** für psychische Probleme unter der Flüchtlingsbevölkerung





Modified: from <https://www.nice.org.uk>



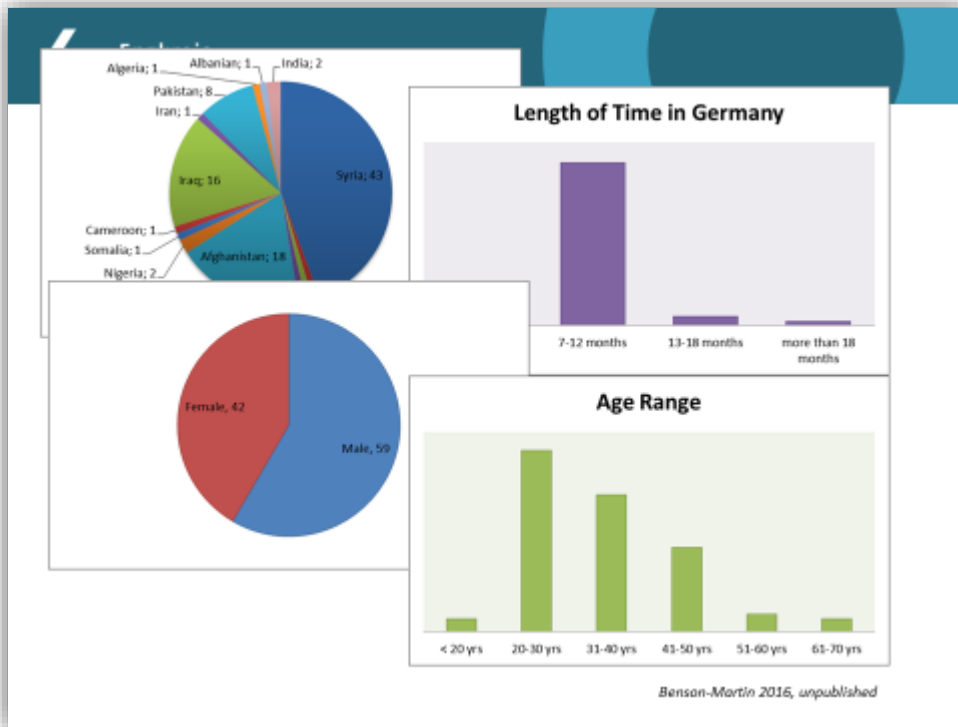
- Participatory assessment: participation by community members
- Local perspective of problems and coping
- Free-Listing (Bolton 2004)
- Stratified purposive sampling according to language
- Students from local University
- 15 days, 3 hours/day, 3 interviewers (Farsi, Arabic translator, Urdu, Kurdish), supervised
- Total duration of interviews approximately 135 hours
- Semi-structured interviews
- Diffuse sample- sometimes individual, sometime groups of people



Why chose this method ?

- Needs Assessment: Rapid Ethnographic Assessment
- Why chose this method:
 - Emic/Etic dichotomy considered
 - ‚practice-based evidence‘ ([Bolton & Tang, 2004](#))
 - Rapid results needed
 - Time and resource-limited







Enzkreis

HÄUFIGSTE ZITIERTEN PROBLEME (2016)

- Fehlende Zugang zu Deutschkursen / Poor access to language courses
- Lärm in den Camps / Noise in the Camps
- Voreingenommene Behandlung von der Seite der Verwaltung, die auf ethnischer Herkunft basieren/ Differential management by administration based on Country of Origin

HÄUFIGSTE ZWISCHENMENSCHLICHE UND INTRAPERSONALE PROBLEME ZITIERT:

- **Vorurteile / Rassismus** bei Flüchtlingen/ Racism amongst refugees
- allgemeines Unglück mit dem Leben im Camp/Unhappiness in Camp
- **Mangel an Selbstverwirklichung** wegen **mangelnder Arbeit** und **Sorgen um Familie** in ihrem Herkunftsland /Lack of Confidence and worry about the family
- **Verzweiflung /Worry**
- *Informell geteilt im 2017: Abschiebung; Familie Nachzug /Deportation and Family not receiving asylum*



UniversitätsKlinikum Heidelberg

WAS TUN MENSCHEN/SOLLTEN MENSCHEN TUN, UM PROBLEME ZU BEWÄLTIGEN?

- regelmäßige Deutschkurse/ regular language courses
- ‚zusammensetzen‘/ um Rat Fragen /‘sit together and talk‘
- Integration- Deutschkurse anbieten und Arbeit anbieten/ Intergration & Work
- Religion/zu Beten- gibt Hoffnung und Kraft & 'Religion hilft bei Stark bleiben,‘/ Religion helps to remain strong



UniversitätsKlinikum Heidelberg

- Psychosocial Distress related to **Post-Migratory factors** – currently less focus on past
- Other than Language & Integration, MHPPS should be
 - Group-based & Language-based
 - Focus on strengthening innate/present coping mechanisms
 - Information –transfer including Psychoeducation
- Noted: Psychological problems such as flashbacks, poor sleep, anxiety not identified as „problems“ per se
- *however **stigma & local explanatory models** of „illness“/distress must be considered in results.*

- Psychosoziale Belastung im Zusammenhang mit **Post-Migratorischen Faktoren** – derzeit weniger Fokus auf Vergangenheit
- Anders als Sprach- & Integrationskurs sollte **psychosoziale Primärprävention:**
 - **Gruppenbasiert (geeignete Gruppe!) & sprachbasiert sein**
 - Sich auf die **Stärkung der angeborenen Bewältigungsmechanismen konzentrieren**
 - **Informationsvermittlung**

DIENSTLEISTER: HÄUFIGSTE ZITIERTE PROBLEME(N=13)

- **Vorurteile** zwischen Gruppe. *Racism/prejudice between groups*
- **Sprachproblematik** / *Language problems*
- berichtete **Schlafprobleme**/ *Sleep Problems reported*
- Lärmpegel im Camp/ *Noise in Camp*
- **Kulturelle Unterschiede**/ *Cultural differences*
,Andere Mentalität‘

HÄUFIGSTE VORSCHLÄGE VOM DIENSTLEISTER

- ‚Trauma‘ anders zu begegnen
- Dolmetscher/ Übersetzungsdienste

Most frequent problems cited (total number of Interviews n=101)	n
Not having opportunity to learn German language or to learn more German	32
Tension	25
Racism/prejudice amongst refugees	20
Too much noise in Camp	20
Unfair treatment/ nicht Gleichgerechicht: Other asylum-seekers from other nationalities have more advantages	14
Heimweh: misses family in CO	18
General unhappiness with living in camp	18
Camp dirty/Hygiene (eg shower not working,kitchen dirty, the camp is dirty)	17
Nothing to do/boredom in Camp	16
Worry: e.g. about the family in CO, and along the refugee route eg Greece	13
Physically ill, feels not getting the help they should be/ or should not be in Camp because of illness/ or being in Camp has worsened their illness	13
Lack clear information and/or struggle to understand the Asylum Process/Keine Information	14
"PAPERS' asylum documents not in order	11
The living space is too small (with little storage space)	10
Everything takes so long	10
Despair: receives little information about issues. life here and how things work	10

What do/could...(refugees)...people do in order to cope with such problems?	n
Attend more regular german courses	16
RELIGION/PRAYERS/READ KORAN- gives hope and strength & 'Religion hilft bei Stark bleiben"	11
TALKING TO OTHERS/FRIENDS/ASK ADVICE/"zusammensetzen" & reden mit Personell oder mit anderen Flüchtlingen	9
Intergration- Deutsch anbieten und Arbeit anbieten	7
INTEGRATION- to integrate with the locals	4
In CONTAINER HABEN SIE PRIVATSPHAERE UM PRIVAT ZU TRAUEN; NEED PRIVATE SPACE (retreat to his small space)	4
Halten Abstand von Andere; halten sie nur mit ihre eigeen Leute	3
WEINEN HAEUFIG (aber die Kinder sehen es auch und werden traurig)	3
FAMILIE UNTERSTUTZT EINANDER	2
HEIMLEITER IST SEHR HILFREICH	2
KONFLIKT IN CAMP VERMEIDEN, LIEBER SCHWEIGEN. REDEN STATT GEWALT	2
REMAIN POSITIVE	1
GLAUBT WUNDEN HEILEN MIT DER ZEIT	1
NEED MORE SPORT ACTIVITY	1
Beschaeftigung/to KEEP BUSY, EVEN FOR NO MONEY	1
wollen mehr Information wie es weiter geht	1

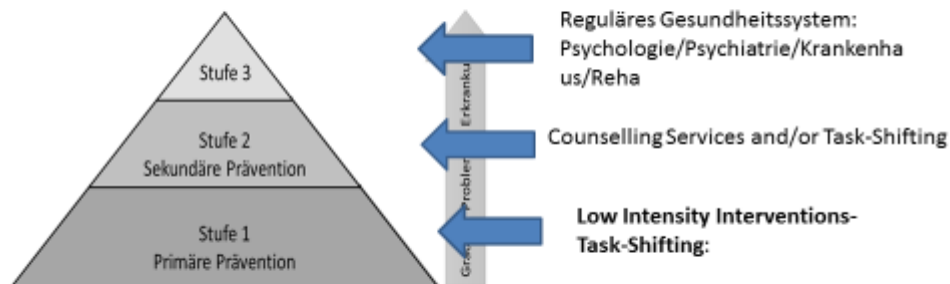
Length of time taken to perform the Needs assessment (due to staff capacity).

Individual Interviews inadvertently often ended up as group interview (people curious and influence each others answers)

Performed by students that had limited training in unbiased interview methods. (received 2 hour basic training session)

Often the answers of the asylum seekers will be influenced by the student's perceptions of what they think the problem is.

The interview was translated by the interviewer into their language while interviewing. In back translation to german, some content could be lost, or 'germanized'.



Modified: from <https://www.nice.org.uk>

Enzkreis MIND- SPRING HOLLAND

A program by and for refugees and asylum seekers

"Mind-Spring" 2009

drs. Paul Sterk
drs. Barbara Kieft

www.mind-spring.org

our sponsors: menzis, GGZ Dijk

Mind-Spring © P. Stek & B. Kieft 2002-2009

Enzkreis MIND SPRING DENMARK & BELGIUM

MindSpring
CAW Oost-Vlaanderen

Home | Search | Tutorials | Welkom by CAW | Slogans by CAW | Voor professionals

CAW
VERBODEN WERVEN

Hoe wij helpen Over het CAW Contact CAW Oost-Vlaanderen JAC

Mind-Spring

Mind-Spring congressen in Oost-Vlaanderen

Mind-Spring Junior (A-B) Dordrecht
Plaats: Overijssel, Dordrecht 12, 3000 Gent
Data
Inhoud: 3 april 2019 om 11u
Sessies:
03.04.2019 dondag 15:00 - 17:00
04.04.2019 vrijdag 14:00 - 17:00
05.04.2019 zaterdag 15:00 - 17:00
10.04.2019 dondag 14:00 - 17:00
12.04.2019 dondag 14:00 - 17:00

Maryam Tawfik Elwan, CAW Oost-Vlaanderen
maryam.tawfik@cawvlaanderen.be
0934 3956 20.08.22

Silvia Emstadius, CAW Oost-Vlaanderen
silvia.emstadius@cawvlaanderen.be
0934 3956 20.08.22

Mind-Spring Junior (A-B) Porthos Gent
Plaats: Overijssel, Dordrecht 12, 3000 Gent

www.mindspring-grupper.dk

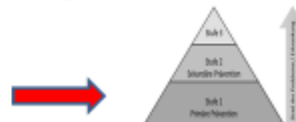
<https://solidair.stad.gent/kalender/worksheets/over-het-caw-voor-hulpverleners>

<http://www.cawoostvlaanderen.be/mind-spring>

STEP 1: PSYCHOEDUKATION AS GROUP INTERVENTION FOR REFUGEES & ASYLUM SEEKERS: „MIND-SPRING“

- ‘Psychoeducation in own language(Own Cultural understanding & “Idioms of Distress”)
- Led in Tandem:
 - Refugee ‘Trainer’
 - Support by presence of ‘local co-Trainer’ (Field of Social Work, People with experience in Refugee Work, ‘Psychological Minded’ Persons)
- Supervision fortnightly with psychologist

- Aim: As a support system for refugees- Building on Resilience
- Themes: Normal Response to an abnormal situation, Stress, Grounding Techniques, Mourning, Change of social Identity, Coping strategies, Substance Abuse
- Act as a Filter and Catalyst- Services can be ,scaled up’ as necessary
- Trainer and Co-Trainer supervised fortnightly by a psychologist



Co-Trainer Training :16-18 October 2017

Train the Trainer:Jan 2018; 8-19 October 2019

First groups May 2018 (Persian and Arabic speaking)

Mind-Spring

من خلال هذا البرنامج ، التلاميذ تكون في إطار مجموعة.

الهدف يكون بتلك التلميذ ان يتعلمون عن المواضيع التي تهمهم.

الهدف مع التلميذ ان يتعلمون ويضعوا هدفًا.

تحدث مع تلميذ ذوي خبرة يقومون لك المعلومات والدعم لازم تحدث عن: الإجهاد أو التوتر والحياة التحكم فيه حالات العزلة التسلات المتعلقة حول موضوع الهوية الأقران والمشاعر الخاصة.

من خلال هذا البرنامج يمكنك المشاركة بتجاربك الإيجابية والسلبية مع المجموعة وتعلم منهم حياتك الخاصة بشكل أفضل.

تعلم معًا مع بقية أعضاء المجموعة لإيجاد طرق التعامل مع الصعوبات بشكل أفضل.

تقوم بالتعلمين المناسبة التي تمتلك من تحسين حالتك .

نحن في ألمانيا ولكن منذ مدة قصيرة فقط ؟
 نشعر الجهد أن في شدة أصبح أكبر من طاقتك ؟
 أحيانًا أن في شدة أصبح أكبر من طاقتك ؟
 تريد التلم بأي عمل حتى تحسن وضعيتك ؟
 برنامج مبادسبرينج يمكن أن يساعدك !
 برنامج مبادسبرينج يمكن أن يساعدك !

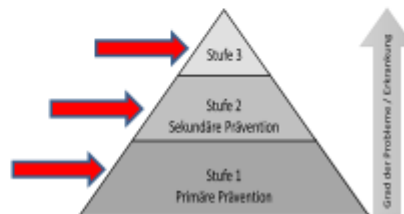
www.mt

Die h

.....



- „Grounding Technique“/Beruhigung
- Mind-Body Intervention– Rhythmic tapping of important acupuncture points
- Einfach einzusetzen
- Workshop in March 2017- 60 Leute, Waiting List 35



Besten Dank!

Art by Heike Theilmann

Heike.Theilmann@enzkreis.de



Dr. med. Janine Benson-Martin
Janine.Benson.Martin@enzkreis.de

Interview mit Trainerin Nazanin Lakkamari, durchgeführt von Co-Trainerin Mariam Hijazi

Was war Dir besonders wichtig in der Mind-Spring-Gruppe?

Die gute Atmosphäre, der Zusammenhalt in der Gruppe und insbesondere, dass es eine reine Frauengruppe war; toll war auch die Zusammenarbeit mit der Co-Trainerin.

Welche Themen waren schwierig zu erklären und welche Themen waren vom meisten Interesse?

Trauer und Verlust waren die schwierigsten Themen. Die interessantesten Themen waren die deutsche Kultur und welche Möglichkeiten es für Geflüchtete in Deutschland gibt. Auch das Thema Jugendamt wurde stark nachgefragt; die Teilnehmer*innen waren sehr besorgt darüber, dass es die Kinder „wegnehmen“ kann und wollten wissen, wann und warum.

Woran hast Du gemerkt, dass die Gruppe gut lief?

Das viele Frauen daran teilgenommen haben und die Gruppe sich danach selbstständig weitergetroffen hat.

Haben dich die Inhalte weiterbeschäftigt, die Dir die Teilnehmer*innen erzählt haben? Hast Du sie mit „nach Hause“ genommen?

Ja, weil vieles persönliches und Intimes berichtet wurde, ich selbst mich mit beschriebenen Situationen konfrontiert sah und sie am eigenen Leib erfahren musste.

Hattet ihr nach den Workshops noch einmal Kontakt? Gab es im Nachgang Rückmeldungen?

Ja, und viele Nachfragen kamen aus der Gruppe, die wir dann besprochen haben. Danach sind weitere gemeinsame Aktivitäten entstanden, wie z.B. gemeinsames Kochen.

Zusammenfassung der Diskussion

In der anschließenden Diskussion mit dem Publikum wurde über die Entwicklung von Mind-Spring gesprochen. Über die Möglichkeit, neben der Zielgruppe von Geflüchteten, verstärkt Migrant*innen als Trainer*innen und Teilnehmende in Mind-Spring miteinzubeziehen und zu gewinnen. Es wurde auch über die Fähigkeiten der Trainer*innen gesprochen, die nicht nur die Zielsprache beherrschen, sondern auch eine gewisse psychische Stabilität besitzen sollten.

Die unterschiedlichen organisatorischen Herausforderungen, vor allem in Bezug auf Finanzierung, Rekrutierung und Herangehensweisen wurden ebenfalls besprochen. Einige mögliche Handlungsstränge und Strategien wurden genannt, wie z.B.:

- Die verstärkte Nutzung von sozialen Medien (beispielhaft in Belgien mit Videos zur Rekrutierung) soll bei der Rekrutierung und bei der Adhärenz⁵ behilflich sein.

⁵ Adhärenz bezeichnet das Ausmaß, in dem das Verhalten einer Person, wie z.B. eine Lebensstiländerung, mit den mit dem Therapeuten vereinbarten Empfehlungen übereinstimmt

- Für die Rekrutierung sollten Schulen, Familienvereine und Migrantenorganisationen verstärkt angesprochen werden, vor allem für Mind-Spring-Junior und Co-Parenting (beispielhaft in Dänemark); aber auch schulpsychologische Dienste und Beratungsstellen.
- Sprachkursträger werden und sollen verstärkt miteinbezogen (in Deutschland werden die Mind-Spring-Gruppenschulungen nach den stattfindenden Integrationskursen in denselben Räumlichkeiten angeboten und durchgeführt) werden.
- Für die Finanzierung wurde über die Möglichkeit gesprochen, die Krankenkassen miteinzubeziehen: Mind-Spring als ein Präventionsprogramm vorzuschalten und einzubinden, das von den Krankenkassen gefördert wird (in den Niederlanden bereits der Fall - im Enzkreis auf temporärer Basis).

Podiumsdiskussion mit Repräsentanten aus den 4 Ländern: Wünsche für die Zukunft



Von links: Heiko Römmele, Laila Wahab, Dr. Janine Benson-Martin, Mariam Hijazi, Nazanin Lakamari, Mahmoud Jaber, Maryam Tawfiq Marwan in der finalen Podiumsdiskussion

Alle Beteiligten waren sich darüber einig, dass die Zukunft des Mind-Spring-Projektes international ausgerichtet sein sollte. Die internationale Zusammenarbeit könnte dabei unterstützen, dass das Projekt mehr Verbreitung und Verstärkung erfährt, um möglichst viele Geflüchtete und Migranten zu unterstützen und zu erreichen. Zentraler Handlungsansatz aller Beteiligten ist es, dieser Zielgruppe Instrumente zur Stärkung der Handlungskompetenz zu vermitteln, damit sie „ihr Leben wieder in ihre Hände nehmen können“.

Der heutige Austausch auf nationaler und internationaler Ebene war der erste Schritt zum Abgleichen von Erfahrungswerten und Vorgehensweisen. Daraus ergeben sich weitere Ideen, wie z.B. die Einführung einer gemeinsamen Qualitätskontrolle und Evaluation. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse und Daten wären sehr dienlich, um den Mind-Spring-Gedanken in den länderspezifischen Präventionsprogrammen der Gesundheitskassen zu verankern. Die größte Herausforderung ist und bleibt die institutionelle Verankerung des Mind-Spring-Konzeptes.

Aufgrund der unterschiedlichen internationalen Umsetzungsaspekte- und Bedingungen sowie Organisationsmodelle bleibt es ebenfalls eine Herausforderung, den Ursprungsgedanken von Mind-Spring zu bewahren und sich gleichzeitig den unterschiedlichen länderspezifischen Voraussetzungen anzupassen.

Die Podiumsrunde konstatiert, dass Mind-Spring im Wesentlichen ein peer-group-Projekt für alle Menschen mit Migrationsgeschichte ist.

Die Podiumsteilnehmer*innen verweisen darauf, dass durchaus eine Gefahr bei der anwachsenden Mind-Spring-Community besteht, die Grundlinien und Grundgedanken aus den Augen zu verlieren. Kontinuierliche Trainingseinheiten, Intra- und Supervisionen, Supervisionen und weitere gruppenspezifische Szenarien, die den Austausch fördern, können dafür Sorge tragen, den zentralen Ansatz zu bewahren.

Eine gemeinsame Webseite bzw. Plattform, auf der jedes Land seine eigene Webseite einspeisen könnte, würde eine engere Zusammenarbeit zwischen den Akteuren ermöglichen und den „Mind-Spring-Gedanken“ international bewerben. Diese Website könnte auch verschiedene Materialien und Dokumente beinhalten, wie z.B. Erfahrungsberichte von Teilnehmenden.

Die Podiumsrunde verweist darauf, dass Mind-Spring sich auch an neue Bedarfe und Zielgruppen ausrichten hat und sich dementsprechend weiterentwickeln muss. Das bedeutet z.B. eine kontinuierliche Rekrutierung von Trainer*innen mit neuen, zusätzlichen Sprachkenntnissen sowie die Anpassung von Schulungsmodulen, wenn es sich z.B. um die 2. und 3. Generation von Migranten handelt.

Für die Rekrutierung ist es ebenfalls empfehlenswert kreative Ansätze zu nutzen und soziale Medien miteinzubeziehen: Videos, Facebook, Whats-Aps-Gruppen etc.

Die Kooperation zwischen den internationalen Mind-Spring-Akteuren soll bestehen bleiben und gefördert werden, um das Projekt auch in anderen Ländern verankern zu können (wie z.B. in Island, die als interessierte Gäste bei dieser Tagung anwesend waren).

Festzuhalten gilt, dass die Länder verschiedene Ansätze und Organisationsformen haben, die sich nach den koordinierenden Institutionen sowie Trägerschaften ausrichten. Und dennoch gilt es den ursprünglichen Mind-Spring-Gedanken zu bewahren, der auch nach 20 Jahren nichts an seiner Wirksamkeit eingebüßt hat.

“You don’t have to change what we have been thinking about for 20 years“. (Paul Sterk)

Impressum:

Landratsamt Böblingen

Amt für Migration und Flüchtlinge

Sachgebiet Integration

Parkstraße 16

71034 Böblingen

Mind-Spring Koordinations- und Organisationsteam:

Cristina Visiers Würth

c.visierswuerth@lrabb.de

Mariam Hijazi

m.hijazi@lrabb.de

Dr. Elena Anastasaki

e.anastasaki@lrabb.de

Redaktionell verantwortlich:

Carolina Monfort Montero

c.monfort-montero@lrabb.de

Stand Dezember 2019