

Jahresbericht

2022



## INHALT

<b>Die Präsidentin hat das Wort</b>	<b>3</b>
<b>Die Geschäftsleiterin hat das Wort</b>	<b>4</b>
<b>Das Jahr in Zahlen</b>	<b>5</b>
<b>Neues und Highlights im Jahr 2022</b>	<b>6</b>
<b>Angebote von Psy4Asyl</b>	<b>8</b>
Überblick	8
Therapie und Beratung	9
Gesundheitsförderung	11
Weiterbildungen für Fachpersonen und Freiwillige	17
Sensibilisierungs- und Öffentlichkeitsarbeit	19
Netzwerk – Vernetzung	19
<b>Ausblick</b>	<b>20</b>
<b>Herzlichsten Dank</b>	<b>21</b>

## Die Präsidentin hat das Wort

Nach ihrem Eindruck zum Verein Psy4Asyl gefragt, sagte letztthin jemand: «Furchtlos, unerschrocken, anpackend...».

Die Rückmeldung tut gut, drückt sie doch aus, wie wir unsere Tätigkeit und unseren Vereinszweck verstehen: Anpacken wo Geflüchtete psychologische Unterstützung brauchen, reagieren auf aktuelle und längerfristige Notlagen sowie identifizieren und umsetzen von zielgerichteten Angeboten in Anbetracht von stets neuen Gegebenheiten.

Diese Fähigkeiten brauchten wir 2022 noch verstärkt (siehe auch Bericht der Geschäftsleiterin Sara Michalik).

Der Angriffskrieg gegen die Ukraine konfrontierte unsere Geschäftsstelle, unseren Vereinsvorstand und das Netzwerk der Mitarbeitenden mit einem weiterhin steil ansteigenden Bedarf an Therapieplätzen für Geflüchtete (129 neu geschaffene Therapieplätze, im Gegensatz zu 93 im Vorjahr; Weiterführung von 30 bestehenden Therapien) sowie explodierenden Anfragezahlen von Fachpersonen (188 Anfragen; im Vorjahr 139).

Zusätzlich wurde schnell klar, dass aufgrund der vielen Privatunterbringungen von ukrainischen Geflüchteten Unterstützungsangebote für diese neue Zielgruppe der Gastfamilien und Betreuenden dringlich waren. Auch hier reagierte die Geschäftsstelle schnell, unerschrocken und praktisch: innert Kürze fanden die ersten Weiterbildungsanlässe für Gastgeber\*innen statt – und wurden von diesen höchst geschätzt. Gleichzeitig wurden geflüchtete Fachpersonen aus der Ukraine in diese Anlässe einbezogen und damit doppelt gestärkt: als Fachpersonen und ukrainische Geflüchtete.

So traurig, aufwühlend und erschreckend die Nachrichten aus den ukrainischen Kriegsgebieten waren, so überwältigend gross die Zahl der

Geflüchteten von dort – beides hatte auch einen wichtigen Effekt für die Wahrnehmung von Kriegs- und Fluchtfolgen in der Gesamtbevölkerung. Krieg, Flucht und deren traumatisierende Auswirkungen waren plötzlich ganz «nah». Und der Bedarf an psychologischen Unterstützungsangeboten plötzlich klarer, unbestrittener – offen bleibt jedoch, inwiefern dem Bedarf Rechnung getragen werden kann.

Es war und ist unserem Verein ein zentrales Anliegen, dass Geflüchtete aus allen Weltregionen gleich wahrgenommen werden und deren Bedarf an psychologischer sowie praktischer Unterstützung gleichmässig anerkannt wird.

Nebst den vielen neuen Herausforderungen verstärkten wir auch Bewährtes (Abklärung und Vermittlung von Therapieplätzen, Workshops in UMA-Unterkünften, Weiterbildungen für Betreuungspersonen, Öffentlichkeitsarbeit, etc.). Diese Mischung hat es möglicherweise ausgemacht, dass wir auch im Jahr 2022 weiterhin dringlichst nötige finanzielle Unterstützung sowie weitreichende öffentliche Anerkennung erhielten. Dabei hat uns der 2. Platz beim Aargauer Sozialpreis (verliehen durch die Landeskirchen und Benevol Aargau) ganz speziell gefreut! Oder auch der «Bedanken-Preis» des Flüchtlingsparlaments Schweiz und NCBI!

Bedanken möchte auch ich mich bei so vielen Menschen für das hohe Engagement und das Dranbleiben auch in sehr «struben» Zeiten: der unermüdlichen Geschäftsleiterin Sara Michalik und ihrem Team, den circa 40 Netzwerkmitarbeitenden für ihren professionellen Einsatz für Geflüchtete und deren Umfeld, den Vorstandsmitgliedern fürs Mitdenken, Anpacken und die gute Zusammenarbeit – und allen die uns in unserer Arbeit vertrauen und unterstützen!

Claudia Rederer  
Präsidentin Verein Psy4Asyl



## Die Geschäftsleiterin hat das Wort

Seit der Gründung von Psy4Asyl brachte jedes Jahr neue Herausforderungen mit sich. Dank der mehrjährigen Erfahrung mit unseren Angeboten und der bereits sehr etablierten Zusammenarbeit mit den Fachstellen und Behörden aus dem Asylbereich, bin ich von einem ruhigeren Jahr ausgegangen. Ein Jahr in dem wir unsere Angebote «festigen» und Bewährtes ausbauen könnten, ohne die grosse Absicht Neues aufzubauen.

Doch seit der Gründung von Psy4Asyl wurde 2022 das herausforderndste Jahr von allen.

2022 war geprägt durch den Angriffskrieg gegen die Ukraine und infolgedessen durch die vielen Schutzsuchenden Menschen. Doch nicht nur die Schutzsuchenden Menschen aus der Ukraine stellten das Asylwesen vor neue Herausforderungen: Der Kanton Aargau verzeichnete 13-Mal mehr zugewiesene Geflüchtete als im Jahr zuvor (2021: 581; 2022: 7730). Die Solidarität und Hilfsbereitschaft der Bevölkerung den ukrainischen Menschen gegenüber war grossartig. Vor diesem Hintergrund waren aus unserem Blickwinkel zwei Aspekte wichtig: 1. Sollten die Geflüchteten anderer Herkunft nicht vergessen gehen und die gleichen Möglichkeiten erhalten und 2. War es für uns klar, dass es Unterstützungsangebote für Gastgeber\*innen geben musste, damit diese Hilfsbereitschaft nicht in Überforderung resultiert. Wir entwickelten daher zusätzlich zu unserem bisherigen Angebot zwei neue Projekte: Eine Weiterbildung für Gastgeber\*innen zum Thema «Ukrainische Flüchtlinge begleiten - Wie können Freiwillige und Gastgeber die psychische Gesundheit von Schutzsuchenden stärken und dabei gut auf die eigene Gesundheit achten?» (vgl. unten) und das Projekt «Niederschwellige Gesundheitsförderung durch Ukrainische Fachpersonen für ukrainische Schutzsuchende» (vgl. weiter unten).



Eine weitere Herausforderung im Jahr 2022 zeigte sich darin, dass die geflüchteten Menschen aus den anderen Ländern scheinbar immer längere und gefährliche Fluchtwege auf sich nehmen müssen und somit immer stärker belastet bei uns ankommen. So zeigen Befragungen, dass die Menschen im Schnitt 4 Jahre unterwegs sind und bis zu 7 gewalttätigen oder lebensbedrohlichen Situationen ausgesetzt waren. Insbesondere die unbegleiteten minderjährigen Asylsuchenden (UMAs) zeigen hohe Belastungswerte und negative Copingstrategien wie Selbstverletzendes Verhalten oder Suchtgefährdung.

All dies zeigt die Dringlichkeit auf, unsere Angebote nicht nur stabil aufrechtzuerhalten, sondern gleichzeitig auszubauen.

Erfreulich ist, dass die Angebote und Ansätze von Psy4Asyl sehr geschätzt werden und als «Best Practice»-Beispiele gelten. So durften wir 2022 an diversen nationalen Anlässen und bei verschiedenen interkantonalen Austauschplattformen unsere Angebote vorstellen.

Sara Michalik  
Geschäftsleiterin Psy4Asyl

## Das Jahr in Zahlen

### Das Expert\*innen - Netzwerk von über 35 Fachpersonen des VereinsPsy4Asyl hat 2022:

- ✓ 129 Therapie- und Beratungsplätze für geflüchtete Menschen geschaffen und dabei insgesamt 56 Frauen und 73 Männer aus 20 verschiedenen Ländern unterstützt.
- ✓ über 1000 Therapie- und Beratungstunden durchgeführt, die Hälfte dieser Sitzungen (515 Stunden) wurden durch professionelle, interkulturelle Dolmetschende begleitet.
- ✓ für 39 Unbegleitete Minderjährige Asylsuchende (UMA) einen Therapieplatz ermöglicht.
- ✓ 75 Workshops in den kantonalen Unterkünften für Unbegleitete Minderjährige Asylsuchende (UMA) durchgeführt und damit ein psychoedukatives, stabilisierendes Angebot für über 150 UMAs ermöglicht.
- ✓ in 17 gesundheitsfördernden Anlässen über 280 geflüchtete Menschen erreicht.
- ✓ über 470 Fachpersonen, Betreuer\*innen und Freiwillige zu Themen wie Trauma und Flucht weitergebildet und einen trauma-sensitiven Ansatz vermittelt.
- ✓ neue Angebote spezifisch für ukrainische Schutzsuchende und ihre Gastgeber\*innen entwickelt.
- ✓ über diverse kantonale und nationale Medienkanäle eine Sensibilisierung für die psychische Gesundheit von Geflüchteten erreicht.
- ✓ aktiv an der kantonalen und interkantonalen interdisziplinären Vernetzung von Freiwilligen wie auch Fachpersonen, die in der Asylpolitik tätig sind, mitgestaltet.
- ✓ zu Entstigmatisierung, Wissensvermittlung, Lobbyarbeit und politischem Engagement beigetragen.

## Neues und Highlights im Jahr 2022

### Weiterbildungen für Gastgeber\*innen

Die Solidarität der Schweizer Bevölkerung den ukrainischen Schutzsuchenden gegenüber war beeindruckend. Über 70'000 ukrainische Menschen sind in die Schweiz geflüchtet, dabei hat beinahe die Hälfte dieser Menschen bei Gastfamilien eine Unterkunft gefunden. Vor dem Hintergrund dieser Grosszügigkeit war uns klar, dass die Gastgeber\*innen aufgrund der Belastungssituation der geflüchteten Personen ohne die notwendige fachliche Unterstützung wiederholt an ihre Belastungsgrenzen kommen. Gerade auch in psychologischer Hinsicht ist das Zusammenleben mit belasteten Schutzsuchenden eine Herausforderung und könnte sogar bis zu Sekundärtraumatisierung oder Erschöpfungszuständen bei Gastgebern führen. Deshalb haben wir innert kürzester Zeit Weiterbildungen für Gastgeber mit dem Titel «Ukrainische Flüchtlinge begleiten - Wie können Freiwillige und Gastgeber die psychische Gesundheit von Schutzsuchenden stärken und dabei gut auf die eigene Gesundheit achten?» organisiert und in verschiedenen Regionen im Kanton Aargau durchgeführt (vgl. unten).

### Gesundheitsförderung durch ukrainische Fachpersonen

Unter den geflüchteten Menschen aus der Ukraine befanden sich unter anderen Fachpersonen aus dem Bereich Psychologie und Therapie. Aufgrund der Schwierigkeit und Dauer bei der Anerkennung ihrer Fachtitel in der Schweiz, können sie ihr Wissen und Können jedoch in der Schweiz meist nicht zeitnah beruflich einsetzen. Gleichzeitig gibt es einen grossen Bedarf an psychologischer Unterstützung durch ukrainisch und russisch sprechende Fachpersonen. Diese Bedarfslücke wurde vom Verein erkannt und durch das Projekt «Gesundheitsfördernde Angebote von ukrainischen Fachpersonen (PsychologInnen) für ukrainische Schutzsuchende in Zusammenarbeit mit Psy4Asyl» zu schliessen versucht. Im Projekt «Gesundheitsfördernde Angebote von ukrainischen Fachpersonen (PsychologInnen) für ukrainische Schutzsuchende in Zusammenarbeit mit Psy4Asyl» bereitet ein Team von Fachpersonen von Psy4Asyl zusammen mit ukrainische Fachpersonen niederschwellige, gesundheitsfördernde Workshops für ukrainische Schutzsuchende vor. Die Workshops für die Schutzsuchenden werden in den Unterkünften oder an den Orten der Treffpunkte in Zusammenarbeit mit den Regelstrukturen (Asylwesen Kanton Aargau, RIF bzw. Regionale Integrationsfachstellen) oder NGOs (z.B. HEKS, Netzwerk Asyl Aargau) in den verschiedenen Regionen im Kanton Aargau durchgeführt.

In der Zusammenarbeit mit Psy4Asyl wird es einerseits möglich, dass die Fachpersonen ihr Fachwissen in ihrer Muttersprache einbringen können. Andererseits können gewaltbetroffene, traumatisierte / belastete Menschen aus der Ukraine durch sogenannte niederschwellige Angebote (Psychoedukation, psychosoziale Beratung, Vermittlung von Stabilisierungstechniken und weiteren Skills) unterstützt werden. Durch die Zusammenarbeit zwischen ukrainischen Fachpersonen und dem Verein Psy4Asyl kann von der gegenseitigen Expertise (Expertenwissen von Psy4Asyl, kulturelles Wissen der ukrainischen Fachpersonen) profitiert werden und Zugänge zu den ukrainischen Betroffenen und ebenso zum Schweizer Gesundheitswesen (weiterführende Angebote z.B. Psychiatrie, Suchtberatung, etc.) bei Bedarf gewährleistet werden.

### Ausbau der niederschweligen gesundheitsfördernden Angebote

Nicht nur durch die zusätzlichen Angebote durch das ukrainische Team bestehend aus ukrainischen Fachpersonen und Freiwilligen von Psy4Asyl, sondern generell konnten wir unsere niederschweligen Angebote im Jahr 2022 ausbauen. Besonders stolz sind wir auf die fast 80 Workshops in den kantonalen UMA-Unterkünften. Aber auch durch die Zusammenarbeit mit HEKS AltuM (Alter und Migration) fanden zusätzliche niederschwellige Angebote statt.



### Psychotherapie in der Grundversicherung

Mit der Änderung zum Anordnungsmodell Mitte 2022 erhofften wir uns eine Verbesserung der Zugänge für Asylsuchende und Geflüchtete in die psychotherapeutische Versorgung. Entgegen unserer Hoffnung führte der Systemwechsel rasch zu einer Überlastung der psychotherapeutischen Fachpersonen und so wurde es ab Herbst 2022 eher schwieriger als in den Jahren zuvor einen Psychotherapieplatz für geflüchtete und schutzsuchende Menschen zu finden. Die grundsätzliche Unterversorgung im psychotherapeutischen / psychiatrischen Bereich spitzte sich Ende Jahr 2022 noch mehr zu.

### Sozialpreis und «Bedanken-Preis»

Eine wunderbare Auszeichnung unserer Tätigkeit war 2022 der 2. Platz beim Sozialpreis Aargau, verliehen von den Aargauer Landeskirchen und benevol Aargau als Anerkennung für soziales Engagement und Freiwilligenarbeit. Eine besondere Anerkennung war auch der [«Bedanken-Preis» des Flüchtlingsparlaments Schweiz und NCBI](#).



Den Sozialpreis entgegennehmen durften (von links nach rechts): Oksana Schweizer, Kurt Brand, Sara Michalik, Christina Barry, Claudia Rederer und Samuel Rom (vom Vorstand fehlte Ruth Treyer).

### Psy4Asyl in den Medien

Aufgrund des Angriffskrieges auf die Ukraine gab es 2022 wieder besonders viele [Mediananfragen](#) zum Thema Flüchtlinge und Schutzsuchende. Uns war es dabei wichtig, die psychische Gesundheit und aktuelle Situation aller Geflüchteter aus allen Ländern darzulegen. Die Fachpersonen von Psy4Asyl wurden 2022 sechsmal für Interviews angefragt. Neben Beiträgen in der Aargauer Zeitung (AZ) oder Regionalzeitungen, wurde z.B. auch ein Interview vom Sonntagsblick durchgeführt.

Ein besonderes Highlight war, dass das Team der Gesundheitssendung «Puls» einen Beitrag über die niederschweligen Angebote in den UMA-Unterkünften in der Sendung [«Krieg und Flucht – Wie leben mit dem Trauma?»](#) publizierte. Für diese Sondersendung bekam das Team vom SRF sogar den Ehrenpreis in der Kategorie Wissenschaft und Umwelt.

## Angebote von Psy4Asyl

### Überblick

Das Kernanliegen des Vereins Psy4Asyl ist die Verbesserung der psychischen Gesundheit von Asylsuchenden, anerkannten und abgewiesenen Flüchtlingen, welche im Kanton Aargau wohnen.

Die Hauptaktivitäten dafür sind:

- **Beratung und Therapie für geflüchtete Menschen**
- **Weiterbildung für Fachpersonen und Freiwillige**
- **Gesundheitsförderung für Geflüchtete**
- **Sensibilisierung der Öffentlichkeit durch Medienbeiträge**



Die über 35 Fachpersonen arbeiten nach bewährten Therapie- und Behandlungsmethoden, wobei ein integrativer Ansatz (also nicht nur Gespräche, sondern auch Kunsttherapie, Körpertherapie, Lerntherapie, Komplementärtherapien usw.) angeboten wird. Um mehr

Asylsuchende zu erreichen, bietet Psy4Asyl schon seit Jahren auch Gesundheitstage für U-MAs und gesundheitsfördernde Workshops für geflüchtete Menschen sowie auch Weiterbildungen für Bezugspersonen an.



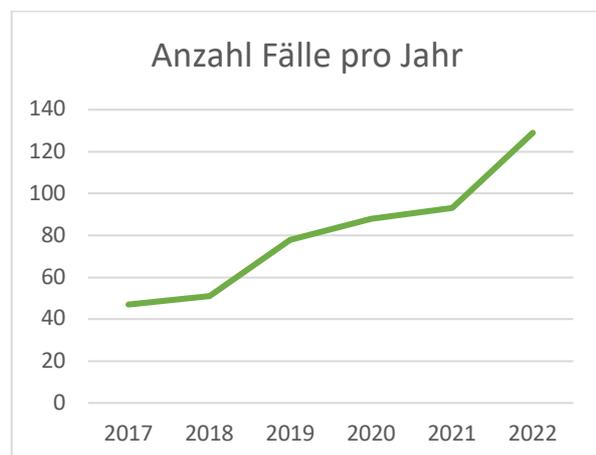
## Therapie und Beratung

Die Fachstelle Psy4Asyl wurde 2022 in **188 Fällen** von Sozialdiensten, Freiwilligen, Hausärzten, Fachpersonen wie Caritasmitarbeiter\*innen und Betreuungs- und Bezugspersonen aus dem Asylwesen kontaktiert. 2021 waren es 139 und 2020 86 Anfragen.

In **79 Fällen** fand eine **einmalige Beratung** statt, in welcher an passende externe Fachstellen (Suchtberatung, ausserkantonale Angebote usw.) verwiesen oder eine fachliche Beratung zu einem konkreten Anliegen durchgeführt werden konnte.

### Langfristige Therapie- und Beratungsplätze

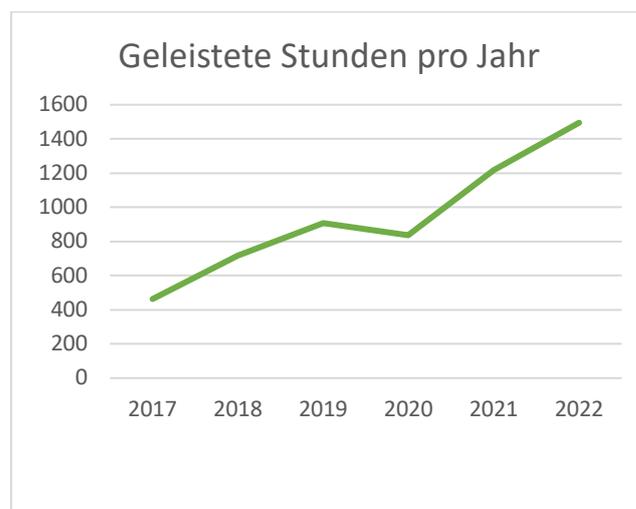
Für **129 geflüchtete Personen** wurde 2022 ein **Therapie- oder Beratungsplatz** bei einer Fachperson des Netzwerks Psy4Asyl gefunden (2021 waren es 93, 2020 88 Therapieplätze). Rund 30 Personen wurden bereits seit 2021 begleitet.



Bei 71 Klient\*innen wurden die Sitzungen durch professionelle, interkulturelle Dolmetscher\*innen von HEKS Linguadukt begleitet. Insgesamt wurden 523 Stunden dolmetschergestützte Therapien durchgeführt (2021 waren es 464 Stunden, 2020 280 Stunden). 515 Stunden wurden über HEKS Linguadukt gebucht, davon 327 Stunden für Menschen (vorwiegend UMAs) aus Afghanistan.

10 Schutzsuchende fanden Unterstützung durch die ukrainische Fachpersonen, die von Psy4Asyl begleitet werden.

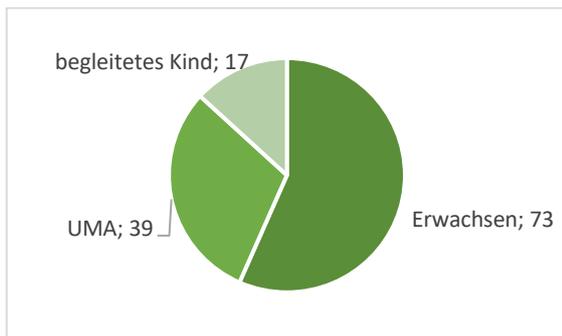
Es wurden über **1047 Stunden Therapiesitzungen** (2021 waren es 850; 2020 568 Stunden) durchgeführt. Dazu kamen **nochmals über 448 Stunden indirekte Arbeit**, in denen Berichte für Behörden verfasst, Gespräche mit Sozialdiensten geführt oder weitere Arbeiten ohne direkten Klient\*innenkontakt durchgeführt wurden. **Das sind insgesamt über 1495 Arbeitsstunden für geflüchtete Menschen mit einem Marktwert von über 224'000 CHF.** Über 70'000 CHF (1/3) davon wurde in Freiwilligenarbeit (pro bono) geleistet.



## Angaben zu den Klient\*innen

56 Frauen (43%) und 73 Männer (65%) bekamen einen Therapieplatz.

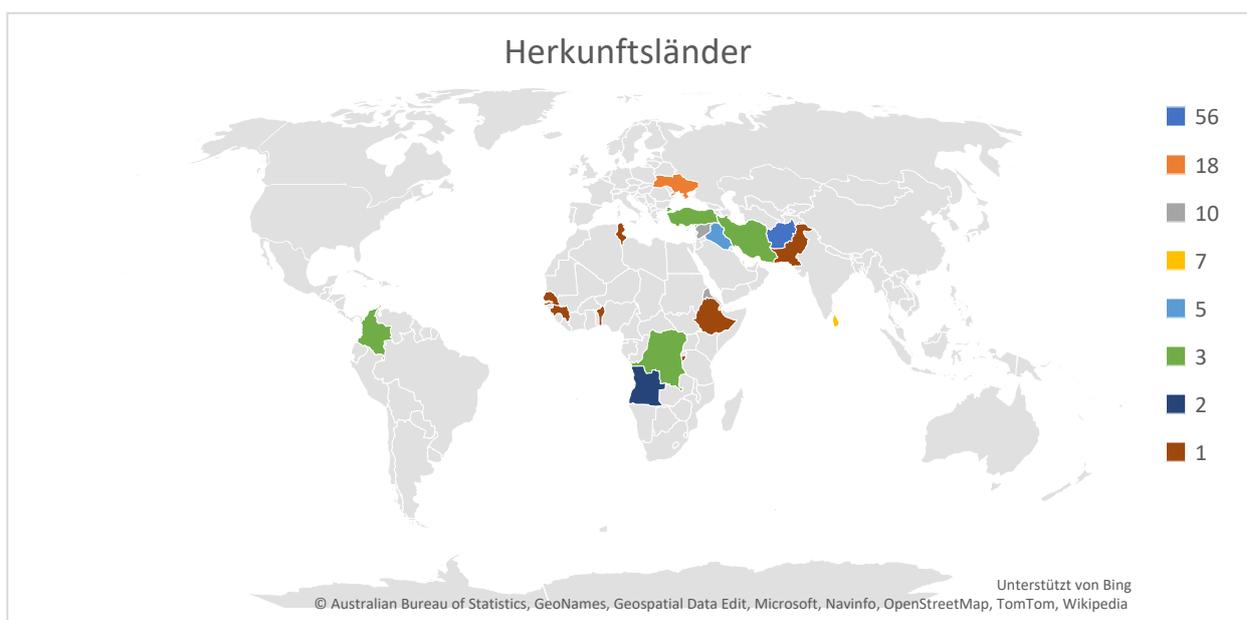
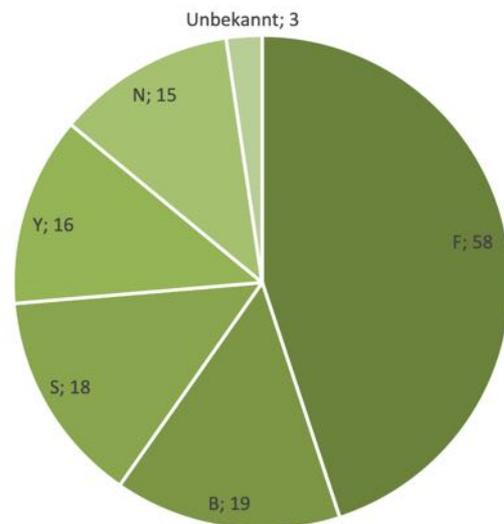
Wobei rund 30% der Therapieplätze von Unbegleiteten Minderjährigen Asylsuchenden in Anspruch genommen wurden.



Von den 129 Klient\*innen kam die grosse Mehrheit aus Afghanistan (43%, 56 Personen), 18 aus der Ukraine, je 10 aus Eritrea und aus Syrien. 11 weitere Menschen kam aus diversen Afrikanischen Ländern und 7 aus Sri Lanka.

Insgesamt wurden Menschen aus 20 verschiedenen Ländern begleitet.

58 Personen hatten den Status F (vorläufig aufgenommene Flüchtlinge), 19 Personen hatten Ende 2022 einen Status B, wobei einige zu Therapiebeginn noch einen anderen Status (Y, N) hatten. Die 18 Klientinnen aus der Ukraine hatten den Status S. Bei 15 Menschen war der Status noch hängig (Status N). Bei 16 Personen wurde die Wegweisung angeordnet (Status Y). Für diese Menschen ist die Lebenssituation in der Nothilfe besonders belastend.



## Gesundheitsförderung

Psy4Asyl bietet diverse gesundheitsfördernde Angebote für Geflüchtete Menschen an.

Diese niederschweligen Angebote, haben sich besonders bewährt da

- viele vulnerable Menschen auf einmal erreicht werden können,
- die Projekte auf Empowerment und Stärkung der Selbstwirksamkeit setzen,
- Ängste und Zugangshürden seitens der Asylsuchenden (z.B. Vorurteile gegenüber psychologischer Hilfe und Fachpersonen) abgebaut werden können und
- die Angebote von einem professionellen, interdisziplinären Team (z.B. Trauma-, Körper- und Kunsttherapeut\*innen) entwickelt und durchgeführt werden.

Die gesundheitsfördernden Angebote für Geflüchtete waren sehr gefragt. Durch die Zusammenarbeit mit anderen Organisationen und

NGOs wie z.B. HEKS Aargau konnten wir Geflüchtete gut erreichen.

So nahmen über 280 Geflüchtete an unseren Workshops teil. Zusätzlich konnten 150 UMAs von regelmässigen Angeboten in den UMA-Unterkünften profitieren (vgl. unten).

Folgende Anlässe konnten durchgeführt werden:

- Zwei Tanzanlässe für geflüchtete Frauen
- Zwei Anlässe «Gutes für die Seele und den Körper»
- Zwei Anlässe für ukrainische Schutzsuchende durchgeführt von ukrainischen Fachpersonen
- 11 Workshops für Geflüchtete in den von HEKS AltuM geführten Cafés.
- Insgesamt 75 Angebote für UMAs in den drei UMA-Unterkünften Aarau, Unterentfelden und Villmergen.

## Zielgruppenerreichung

Zielgruppen	Anzahl Teilnehmer
<b>Geflüchtete Menschen (Erwachsene und Kinder)</b>	<b>Insgesamt über 280</b>
- Gutes für die Seele und den Körper Suurli	33 Erwachsene und 30 Kinder
- Gutes für die Seele und den Körper, Programm BBB	34 Erwachsene und 18 Kinder
- 2 Tanzanlässe für Frauen, Suhr	19 Frauen und 18 Kinder
- Cafés (Marzipan, Herosé, Chura Berhan)	102 Erwachsene an insgesamt 11 Anlässen
- Gutes für die Seele und den Körper für ukrainische Schutzsuchende	28 Erwachsene
<b>UMAs (Unbegleitet Minderjährige Asylsuchende)</b>	
-75 Workshops in den UMA-Unterkünften	Pro Workshop 5-10 Jugendliche

### **Tanzen – Reden - Lachen – sich frei fühlen; Ein Workshop für Frauen aus der Welt**

Insgesamt 19 Frauen haben am Tanz - Workshop für geflüchtete Frauen teilgenommen. Damit auch Mütter mitmachen konnten, wurden die Kinder ganztägig betreut. Während sich die Frauen zunächst vorsichtig auf diese noch unbekannte Form der Gesundheitsförderung einliessen, blühten sie durch die kreativen und animierenden Tanz- und Bewegungsanregungen und die mitreissende Musik richtiggehend auf. Berührend war, wie intensiv sich die Frauen aus 8 Nationen auf diese Art von Begegnung und Körperarbeit einliessen. Ganz unter sich, schienen sie für ein paar Stunden weit weg von allen Sorgen, Wertvorstellungen, kulturellen Hindernissen und anderen Stressfaktoren.



### **Gutes für die Seele und den Körper**

An zwei Anlässen haben insgesamt 67 Erwachsene und 48 Kinder teilgenommen. Zunächst gab es einen gemeinsamen Einstieg zum Thema Erleben und Reaktion auf Stress (Psychoedukation). Dabei wurde gemeinsam an einem Erklärungsmodell gearbeitet und nach Copingstrategien gesucht. Anschließend wurden die Teilnehmer\*innen in Sprachgruppen eingeteilt. Jede Sprachgruppe wurde von einer Person begleitet, welche die Funktion als Dolmetscher übernommen hatte. Jede Gruppe besuchte nacheinander die 4-5 angebotenen Workshops. Die Workshops fokussierten sich dabei auf Themenbereiche der Resilienz, Stresscoping und Selbstfürsorge. Dabei fanden sich Workshops zu Schlafhygiene, Körperübungen, Entspannung, Ernährung und Musik.



### Anlässe für ukrainische Schutzsuchende

Unter den geflüchteten Menschen aus der Ukraine befanden sich unter Anderem Fachpersonen aus dem Bereich Psychologie und Therapie. Aufgrund der Schwierigkeit und Dauer bei der Anerkennung ihrer Fachtitel in der Schweiz, können sie jedoch ihr Wissen und Können in der Schweiz meist nicht zeitnah beruflich einsetzen. Gleichzeitig gibt es einen grossen Bedarf an psychologischer Unterstützung durch ukrainisch und russisch sprechende Fachpersonen.

Diese Bedarfslücke wurde vom Verein Psy4Asyl erkannt und durch das Projekt «Gesundheitsfördernde Angebote von ukrainischen Fachpersonen für ukrainische Schutzsuchende in Zusammenarbeit mit Psy4Asyl» zu schliessen versucht. In diesem «Unterprojekt» von Psy4Asyl bereitet ein Team von Fachpersonen von Psy4Asyl zusammen mit ukrainische Fachpersonen niederschwellige, gesundheitsfördernde Workshops für ukrainische Schutzsuchende vor. Die Workshops für die Schutzsuchenden werden in den Unterkünften oder an Orten der Treffpunkte in Zusammenarbeit mit den Regelstrukturen (z.B. RIF, Regionale Integrationsfachstellen) oder NGOS (z.B. HEKS, Netzwerk Asyl Aargau) in den verschiedenen Regionen im Kanton Aargau durchgeführt.

In der Zusammenarbeit mit Psy4Asyl wird es einerseits möglich, dass die Fachpersonen ihr Fachwissen in ihrer Muttersprache einbringen können. Andererseits können gewaltbetroffene, traumatisierte / belastete Menschen aus der Ukraine durch sogenannte niederschwellige Angebote (Psychoedukation, psychosoziale Beratung, Vermittlung von Stabilisierungstechniken und weiteren Skills) unterstützt werden. Durch diese Zusammenarbeit kann von der gegenseitigen Expertise (Expertenwissen von Psy4Asyl, kulturelles Wissen der ukrainischen Fachpersonen usw.) profitiert werden und Zugänge zu den ukrainischen Betroffenen und ebenso Zugänge zum Schweizer Gesundheitswesen (weiterführende Angebote z.B. Psychiatrie, Suchtberatung, ...) bei Bedarf gewährleistet werden. Zudem können durch diesen Ansatz viele Menschen gleichzeitig erreicht werden.



## Regelmässige Workshops in den drei kantonalen UMA-Unterkünften

Seit Ende 2021 führt Psy4Asyl regelmässig niederschwellige Workshops in den kantonalen Unterkünften für Unbegleitet Minderjährige Asylsuchende durch.

Die Angebote ermöglichten eine erste Stabilisierung sowie den Beginn einer Verarbeitung der belastenden Erlebnisse. Angestrebt wurden sowohl eine präventive Wirkung wie auch ein konstruktiver Umgang mit belastenden Situationen. Die Angebote zielten zudem auf eine Verbesserung der Integration ab. Einerseits wurden grundsätzliche Kompetenzen wie Verbindlichkeit, kulturelle Werte, gegenseitiger Umgang, neue Ressourcen usw. vermittelt. Andererseits sollten durch die vermittelten Inhalte psychische Gesundheit sowie die Integrationsfähigkeit dadurch gefördert werden.

Durch das Aufsuchen der Jugendlichen in den Unterkünften ist das Versorgungsangebot niederschwellig. Aufgrund eines breiten Angebotes (Musik, Gestaltung, Gespräche, Bewegung und Körpertherapeutische Ansätze, etc.) fühlten sich verschiedene Jugendliche – je nach Bedürfnissen und Interessen - angesprochen. Ein weiterer Vorteil war, dass durch das Gruppenangebot mehrere UMAs gleichzeitig erreicht werden können. Durch das Angebot können zudem Zugangshürden und Vorurteile gegenüber Hilfsangeboten abgebaut werden.

Das Projekt zielt auf Empowerment und Stärkung der Selbstwirksamkeit ab. Besonders belastete Jugendliche konnten frühzeitig identifiziert und weiterführenden Massnahmen zugeführt werden.



### Besondere Erfolgserlebnisse:

- ✓ An den Aarauer Flüchtlingstagen wurde am 18.06.2022 in der Stadtbibliothek Aarau „Kunstwerke“ der UMAs ausgestellt, die im Rahmen der niederschwiligen Workshops von Psy4Asyl erarbeitet wurden.
- ✓ Die SRF Gesundheitssendung Puls machte eine Berichterstattung über unsere Workshops (vgl. unten).
- ✓ Psy4Asyl durfte am 28. September 2022 bei der Tagung vom Internationalen Sozialdienst (ISS) in Bern unser Projekt unter dem Titel «Gesundheitsfördernde Workshops in den MNA-Zentren» (MNA = Minderjährige Asylsuchende) vorstellen. Über 80 Interessierte besuchten die zwei Workshops.



## Rückmeldung

«Im vergangenen Jahr haben die Fachpersonen von Psy4Asyl vielfältige gesundheitsfördernde Workshops in drei der regelmässigen Café Treffen von HEKS Alter und Migration ermöglicht. Das Ziel dieser Treffen ist die Stärkung der Gesundheits- und Alltagskompetenzen. Eines der Treffen wird mehrheitlich von ukrainischen Personen mit Schutzstatus S besucht. Ein weiteres Angebot hat hauptsächlich arabisch oder türkischsprechenden Teilnehmer:innen mit Fluchterfahrung. Beim dritten Treffen nehmen vor allem männliche Personen aus Eritrea und Äthiopien teil. Die diversen Workshops zu Themen wie Singen, Entspannung, Schlafen, Yoga, Psycho-Edukation, Malen, Trommeln, etc. waren bei den Teilnehmer:innen sehr beliebt. Immer wieder kam die Aussage "Das hat uns jetzt Kraft für die ganze Woche gegeben". Die Teilnehmer:innen konnten einander über die Aktivitäten auch besser kennenlernen und durch die gemeinsame, oft auch spassvollen Aktivitäten, hat sich das Gemeinschaftsgefühl gefestigt. Die Mehrheit der Teilnehmer:innen bringen belastende Erfahrungen mit, welche ihren Alltag stark prägen. Die Workshops waren für sie wie ein sicherer Ort, wo sie schöne Erlebnisse machen und den Alltag etwas vergessen konnten. Nicht zuletzt haben sie nebst den erheiternden Erfahrungen auch immer wieder praktische Erlebnisse und Informationen erhalten, um den Alltag etwas leichter zu gestalten.»

Tabea Osterwalder, Programmleiterin HEKS AltuM – Alter und Migration Aargau



## Weiterbildungen für Fachpersonen und Freiwillige

Im Jahr 2022 konnten besonders viele Menschen durch unsere Weiterbildungen erreicht werden. Das hat einerseits wohl mit dem steigenden Bekanntheitsgrad von Psy4Asyl und der grossen Nachfrage nach Weiterbildungen zu tun. Andererseits kann es wohl mit unserem Angebot für Gastgeber von ukrainischen Schutzsuchenden erklärt werden. An diversen Standorten des Kantons fanden insgesamt 9 Weiterbildungen für Gastgebende statt. Diese Anlässe wurden von insgesamt 146 Personen besucht. Folgende Fragen wurden im Rahmen der Weiterbildungen für Gastgeber bearbeitet:

Wie können Freiwillige und Gastgebende die psychische Gesundheit von Schutzsuchenden stärken und dabei die eigene Gesundheit nicht vernachlässigen? Was kann man zur Unterstützung leisten und wo sich abgrenzen? Wo stossen wir an Grenzen?

Diesen Fragen wurde in den Kursen „Ukrainische Flüchtlinge begleiten“ nachgegangen.

Zu den Zielen des Kurses gehört, dass Gastgebende und freiwillig Engagierte typische Reaktionen von belasteten oder traumatisierten Menschen einordnen lernen. Gemeinsam werden stabilisierende und ressourcenorientierte Handlungsmöglichkeiten erarbeitet. Zudem lernen die Kursteilnehmenden Massnahmen zur Selbstfürsorge kennen und bekommen transkulturelles und spezifisches Wissen zum zwischenmenschlichen Umgang vermittelt. Auch der Austausch mit anderen Freiwilligen über aktuelle Erlebnisse und Erfahrungen kommt nicht zu kurz.

**Insgesamt konnten ungefähr 470 Freiwillige und Fachpersonen geschult werden zu Themen wie Trauma, Traumafolgen und deren Auswirkungen, aber auch Psychohygiene und Selbstfürsorge.**



## Zielgruppenerreichung

Zielgruppen	Anzahl Teilnehmer	Bemerkungen
Fachpersonen aus dem Sozialbereich oder Gesundheitsbereich (Multiplikatoren)	Über 230	
Freiwillige und Gastgeber	Über 210	9 Anlässe für Gastgeber von ukrainischen Schutzsuchenden (146 Teilnehmer*innen )
Schlüsselpersonen und Fachpersonen der Regionalen Integrationsfachstellen	Insg. 30	

## Rückmeldungen

*«Auf sehr einfühlsame, verständliche und umfassende Art und Weise wurde von Sara Michalik vermittelt, was ein Trauma ausmacht. Obwohl ich an bisherigen Lebenserfahrungen zum Thema Trauma und Trigger anknüpfen konnte, wurde mir erstaunlicherweise erst jetzt bewusst, wie zentral dieses Thema bei Flüchtenden sein muss und auch wie vielfältig dieses im späteren Leben der Betroffenen sichtbar wird. Interessant war für mich auch das Aufzeigen der selbstwirksamen, ohnmachtlösenden Handlungsmöglichkeiten für Trauma-Betroffene. Ich konnte dazulernen, der versprochene Kursinhalt wurde auf jeden Fall erfüllt! Herzlichen Dank.»*

Esther Lang, Benevol Aargau

*«Wir durften diese Woche Christina bei uns in der Region begrüßen, die eine kunterbunt engagierte, kleine Gruppe von Gastgebenden und Freiwilligen durch den Abend und die Weiterbildung «ukrainische Geflüchtete begleiten» geführt hat. Ein toller, sehr wertvoller und wertgeschätzter Anlass, ein grosses Dankeschön an euch beide!»*

Pascalie, Impuls Zusammenleben aargauSüd

## Sensibilisierungs- und Öffentlichkeitsarbeit

Psy4Asyl wurde für andere Kantone und Organisationen zum Vorbild beziehungsweise zum Vorreiter.

Wir durften ein [Empfehlungsschreiben für die Gesundheitsförderung Schweiz](#) entwickeln und unsere Projekte an diversen nationalen Anlässen vorstellen. So führten wir zum Beispiel am 28. September 2022 bei der Tagung vom Internationalen Sozialdienst (ISS) in Bern zwei Workshops zum Thema «Gesundheitsfördernde Workshops in den MNA-Zentren» (MNA = Minderjährige Asylsuchende) durch.

2022 wurden wir zudem für [diverse Medienbeiträge / Interviews](#) angefragt. Die AZ Medien berichteten mehrfach über die Workshops für Gastgeber. Besonders stolz sind wir aber über die Erwähnung von Psy4Asyl in einem differenzierten, ausführlichen Artikel bei der Republik.

### Im Kopf explodieren die Bomben weiter

Mindestens die Hälfte der Geflüchteten in der Schweiz hat psychische Probleme. Jahrelang haben sich die Behörden die Verantwortung gegenseitig zugeschoben. Ist die Schweiz bereit für Tausende traumatisierte Ukrainer?

Von Raimo A. Blomqvist (Text) und Adam Maida (Illustration), 24.05.2022



Auch auf unserer Website haben wir die Online-Angebote ausgebaut. Auf der Seite für Geflüchtete finden Betroffene und Fachpersonen diverse [Angebote und Materialien zur Selbsthilfe](#).

Zusammen mit dem Verein «die Tanten» realisierten wir als neues Projekt sogenannte [«EGesundheitstage» mit online-Filmen](#) zu diversen Themen und weiteren Materialien zum selbständigen Abrufen.

Zudem findet man über diesen QR-Code hilfreiche Tipps zur Entspannung und Stabilisierung in diversen Sprachen. -Ein Projekt, dass zusammen mit dem Netzwerk Psychische Gesundheit Kanton Aargau entwickelt und laufend ausgebaut wird).



## Netzwerk – Vernetzung

Mit kantonalen und nationalen Fachstellen und Organisationen fand viel Vernetzung, Zusammenarbeit und Austausch statt. Einerseits über die gemeinsam durchgeführten Anlässe, andererseits durch eine enge Zusammenarbeit und den Austausch. Besonders eng war die Zusammenarbeit im Jahr 2022 mit dem Suizid-Netz Aargau, den Regionalen Integrationsfachstellen (RIF), HEKS und deren verschiedenen Cafés für Geflüchtete, dem SRK Aargau, Solibrugg Suhr, UMA-Schule und UMA-Betreuung, ECAP Schule, Benevol, Amt für Migration und Integration (MIKA) und Kantonaler Sozialdienst Bereich Asylwesen (KSD).

Regelmässig fanden Austauschrunden mit den Leitungspersonen des Asylbereichs des KSD statt. Weitere regelmässige Teilnahmen an: Runder Tisch UMA und Migrationskommission. In diesen Gremien bringen wir den Fokus immer wieder auf die psychische Gesundheit geflüchteter Menschen. Auch auf nationaler Ebene fanden diverse Vernetzungsanlässe statt. Zudem ist Psy4Asyl ein aktiver Teilnehmer beim Nationalen Netzwerk Psychische Gesundheit Schutzsuchender (NNPGS) unter der Leitung von Dr. St. Vetter (Fachzentrum für Katastrophen- und Wehrpsychiatrie).

## Ausblick

### Bereich Weiterbildung

Es besteht weiterhin eine kontinuierliche Nachfrage für Weiterbildungen. Wir wurden angefragt 2023 wiederum alle Betreuungspersonen der kantonalen Unterkünfte zu schulen. Im Fokus steht die Traumasensibilisierung, aber auch die Selbstfürsorge und Psychohygiene der Betreuer\*innen. Bei Bedarf sollen weitere Weiterbildungen spezifisch für Gastgeber\*innen durchgeführt werden. Auch andere Schulungen können kundengerecht angeboten und durchgeführt werden.

### Bereich Gesundheitsförderung

Der Trend zunehmender Flüchtlingszahlen und der zunehmenden Zuweisung von UMAs in den Kanton Aargau, wird auch 2023 weiterbestehen oder sogar steigen. Entsprechend dem Stepped-Care-Modell möchten wir daher unsere Angebote auf der niederschweligen Ebene (Psychoedukation, Vermittlung von Stabilisierungstechniken) und insbesondere auch die Gruppenangebote (vgl. Therapieangebote) ausbauen. Wir planen weiterhin wöchentliche Angebote direkt in den UMA-Unterkünften. Die Finanzierung dieser Zusatzeinsätze muss noch geklärt werden.

Geplant sind zudem niederschwellige, gesundheitsfördernde Angebote für ukrainische Schutzsuchende durch ukrainische Fachpersonen. Durch eine finanzielle Unterstützung von der Föderation der Schweizer Psychologinnen (FSP) können mindestens 10 Anlässe durchgeführt werden.

### Bereich Therapie /Beratung

Entgegen unserer Annahme hat sich durch die Möglichkeit der direkten Abrechnung psychologischer Psychotherapie über die Grundversicherung der Versorgungsnotstand für Geflüchtete nicht entspannt. Unsere Erfahrung ist, dass Fachpersonen v.a. dann einen Therapieplatz anbieten, wenn sie selbst in ihrer Arbeit gut unterstützt werden. Einen Ansatz die grosse Nachfrage besser abdecken zu können besteht darin, vermehrt ambulante Gruppentherapien anzubieten. Damit Fachpersonen für Einzel- und Gruppentherapien zur Verfügung stehen und Gruppen leiten können, müssen wir 2023 insbesondere Zeit in die Unterstützung und Weiterbildung von Fachpersonen investieren.

### Bereich Integrationsförderung

2022 publizierte das Staatssekretariat für Migration SEM eine Ausschreibung für die Kantone: «Stabilisierung und Ressourcenaktivierung von Personen mit besonderen Bedürfnissen».

Der Kanton Aargau hat sich mit dem Regionalen Pilotprojekt ComPaxion und Psy4Asyl an der Ausschreibung beteiligt und beide werden vom SEM für die Jahre 2023 und 2024 finanziell unterstützt.

Damit können wichtig Angebote von Psy4Asyl in den nächsten zwei Jahren finanziert werden.

## Herzlichsten Dank

- den vielen Fachpersonen unseres Netzwerks für ihre grossartige Arbeit und die Bereitschaft, ihr Fachwissen und ihre Zeit für die Gesundheit geflüchteter Menschen einzusetzen, vielfach auch in Freiwilligenarbeit.
- für die erfolgreiche Zusammenarbeit mit dem Kantonalen Sozialdienst (KSD). Es ist sehr erfreulich, dass wir jedes Jahr die psychische Gesundheit Geflüchteter etwas mehr in den Fokus des Bewusstseins rücken können und sich dadurch die Situation Betroffener verbessern kann. Wir sind dankbar, dass insbesondere durch die Deckung der Dolmetscherkosten so viele Therapieplätze geschaffen werden konnten.
- dem Netzwerk Psychische Gesundheit, Departement Gesundheit und Soziales (DGS) und dem Kantonalen Amt für Migration und Integration (MIKA) für die finanzielle Unterstützung der Weiterbildungen und gesundheitsfördernden Angebote.
- der Stanley Thomas Johnson Stiftung. Dank ihrer grosszügigen Unterstützung konnte Psy4Asyl in den letzten zwei Jahren die Fachstelle aufbauen und unsere Angebote rasch und effizient den Bedürfnissen der Geflüchteten und der aktuellen Situation anpassen.
- der Stiftung der Klinik Schützen, die unserem Angebot viel Vertrauen entgegenbringt und uns durch finanzielle Beiträge und fachlichen Support unterstützt.
- dem Pastoralraum Aarau, der durch eine grosszügige Unterstützung unsere Angebote für ukrainische Schutzsuchende und den Ausbau der Workshops für die UMAs ermöglicht hat.
- den engagierten Vorstandsmitgliedern. Sie geben dem Verein Psy4Asyl eine wichtige Struktur und ermöglichen damit eine langfristige Planung.
- all unseren Spender\*innen und Vereinsmitgliedern, welche durch ihre Unterstützung den Verein Psy4Asyl sowohl finanziell wie auch ideell mittragen und wichtige Angebote für die geflüchteten Menschen ermöglichen.



STANLEY THOMAS  
JOHNSON  
STIFTUNG



stiftung

FÜR PSYCHOSOMATISCHE,  
GANZHEITLICHE MEDIZIN  
RHEINFELDEN

