

Therapie und gesundheitsfördernde Angebote für Unbegleitete Minderjährige Asylsuchende (UMA) des Kanton Aargau

1. Ausgangssituation

Im Kanton Aargau leben derzeit rund 200 Unbegleitete Minderjährige Asylsuchende (UMA) in fünf kantonalen Unterkünften. Die Zahl der Asylgesuche von Minderjährigen hat seit 2021 deutlich zugenommen (Daniel Bach vom Staatssekretariat für Migration, SEM)¹. Mit einer weiteren Zunahme ist zu rechnen.

Eine besondere Herausforderung zeigt sich darin, dass die geflüchteten Menschen immer längere und gefährlichere Fluchtwege auf sich nehmen müssen und somit immer stärker belastet bei uns ankommen (vgl. Executive Summary von Safe the Children, 2022). So zeigen Befragungen, dass die Menschen im Schnitt vier Jahre unterwegs sind und bis zu sieben gewalttätigen oder lebensbedrohlichen Situationen ausgesetzt waren. Insbesondere die Unbegleiteten Minderjährigen Asylsuchenden (UMA) zeigen hohe Belastungswerte und negative Copingstrategien wie selbstverletzendes Verhalten oder Suchtgefährdung. Hinzu kommen die dramatische Situation im Herkunftsland, die Sorge um Angehörige, das Gefühl etwas für die Familie tun zu müssen oder die Angst vor einer Abschiebung. Viele reagieren auf diese Belastungen. Manche essen zu wenig, weil sie ihr wenig Geld an Familienangehörige senden, oft verstärken sich auch die Schlafprobleme wegen den Sorgen. Auch die Betreuungspersonen stellen fest, dass mehrheitlich stark belastete junge Menschen in die Schweiz kommen. Gleichzeitig spitzt sich auch der Versorgungs- und Betreuungsnotstand zu, da im Bereich der Betreuung Fachpersonal fehlt.

Zusätzlich zu der stetig wachsenden Anzahl von Unbegleiteten Minderjährigen Asylsuchenden (UMA) darf man auch die geflüchteten und schutzsuchenden Kinder, die in Begleitung angekommen sind, nicht vergessen.

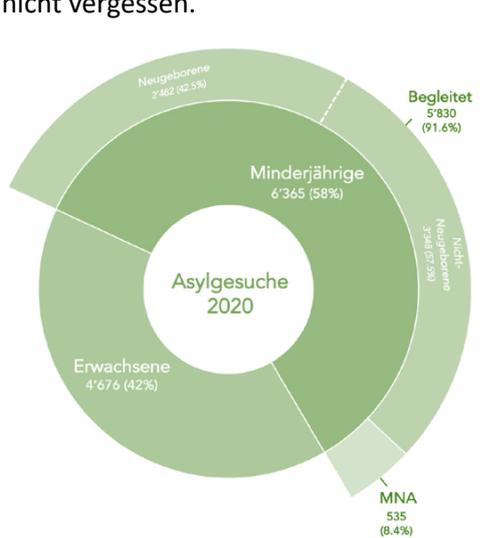


Abbildung 1: Asylgesuche 2020 aufgesplittet in Altersgruppen und Begleitsituation

¹ <https://www.srf.ch/news/schweiz/viele-teenager-aus-afghanistan-die-zahl-der-gefluechteten-jugendlichen-ohne-eltern-nimmt-zu?fbclid=IwAR3DvizKEy27E2KHidQ3yXrmlbvxsotjLPvdUDbNkrZMcifoFGI-3Pc0MQ8> und auch AZ vom Samstag, 15. Januar unter «Mehr junge Flüchtlinge ohne Eltern bitten um Asyl», S.4

Zudem war 2022 geprägt durch den Angriffskrieg gegen die Ukraine und infolgedessen durch die vielen Schutzsuchenden Menschen, die in der Schweiz ankamen. Der Kanton Aargau verzeichnete 2021 insgesamt 13-Mal mehr zugewiesene Geflüchtete als im Jahr zuvor (2021: 581; 2022: 7730).

Psychische Belastung, insbesondere Traumafolgestörungen bei Geflüchteten, stehen häufig in einem direkten Zusammenhang und in Wechselwirkung mit Integrationsschwierigkeiten und können zudem an die nächste Generation weitergegeben werden (Hefti et al., 2016). Ein Expertenbericht von Interface (2018) kommt zum Schluss, dass das Risiko einer Chronifizierung bei Traumafolgestörungen hoch ist, *„weshalb es wichtig ist, so früh wie möglich eingreifen zu können. Die Folgen dieser psychischen Störungen haben zudem grossen Einfluss auf die Fähigkeiten und Möglichkeiten der sozialen und beruflichen Integration der Betroffenen. Daher drängen sich Massnahmen auf, die helfen, solche psychischen Störungen früh zu erkennen, die Versorgung der Betroffenen zu verbessern, Risikofaktoren zu reduzieren, sowie die Belastbarkeit der Betroffenen zu erhöhen“* (Müller et al., 2018; Seite 31).

Unsere Gesellschaft ist gefordert, mehr Ressourcen für geflüchtete Kinder und Jugendlichen zur Verfügung zu stellen und passende Angebote zu schaffen. Dies ist eine besonders prekäre Herausforderung, da im Kinder- und Jugendbereich seit Jahren ein Versorgungsnotstand in der psychotherapeutischen / psychiatrischen Versorgung vorliegt.

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass die Herausforderungen vielschichtig sind: Es gibt eine generelle psychotherapeutische Unterversorgung; insbesondere im Kinder- und Jugendbereich ist die Lage prekär. Es fehlt insbesondere an Fachpersonen, die über spezialisierte Trauma-Weiterbildungen oder transkulturelles Wissen verfügen. Die Dolmetscherkosten werden nicht durch die Grundversicherung finanziert, obwohl keine Therapie ohne professionelle Übersetzung stattfinden kann, und es kommen immer mehr traumatisierte Kinder und Jugendliche in der Schweiz an.

2. Ansatz Stepped-Care-Modell

Um die Kinder und Jugendlichen beziehungsweise geflüchtete Menschen effizient unterstützen und diese grosse Herausforderung des Versorgungsnotstandes möglichst bewältigen zu können, arbeitet Psy4Asyl nach dem Stepped-Care-Modell. Dieses Modell bietet die Möglichkeit, ressourceneffiziente, interprofessionelle und bedarfsorientierte Unterstützung anzubieten. Interprofessionell bedeutet, dass die psychotherapeutischen und beraterischen Angebote durch bewährte Angebote aus den Bereichen Körpertherapie, Kunst- und Musiktherapie, aber auch Yoga, Ernährungsberatung, Entspannungsverfahren usw. ergänzt beziehungsweise bereichert werden, aber auch, dass die Fachperson eng zusammenarbeiten und sich austauschen, um die Arbeit zu professionalisieren.

Durch frühe und niederschwellige Interventionen wird das Risiko, psychische Folgeerkrankungen nach traumatischen Ereignissen zu entwickeln, respektive das Risiko von Chronifizierungen psychischer Beschwerden, reduziert. Zudem können durch das Stepped-Care-Modell deutlich mehr Menschen Unterstützung bekommen. Auch die Betreuungs- und Bezugspersonen werden direkt und indirekt, durch Empowerment der Geflüchteten, entlastet.

Dieser Ansatz berücksichtigt zudem ein ganzheitlicheres Verständnis von Stress und Trauma. Während bei einem rein klinischen Ansatz nur das Trauma der einzelnen Person in den Blick genommen und die Symptome behandelt werden, möchten wir auch die sozialen, politischen und gesellschaftlichen Bedingungen, unter denen die Betroffene leben (und lebten), berücksichtigen. Wir streben einen Ansatz an, der die Menschen – Kinder wie Erwachsene – empowert und die Selbsthilfe und Selbstfürsorge stärkt.

Weitere Informationen über die Angebote von Psy4Asyl finden sich auf unserer [Homepage](#) und insbesondere in den [Jahresberichten](#).



Abbildung 2: Stepped-Care Modell von Psy4Asyl, wobei Psy4Asyl die Stufen 1 – 5 abdeckt.

3. Angebote entlang der Versorgungspyramide

Stufe 1 Trauma-sensibilisierende Weiterbildungen für Betreuungs-, Lehr- und weitere Fachpersonen

Psy4Asyl bietet bereits seit Jahren Weiterbildungen für Fachpersonen und Bezugspersonen im Asylbereich an.

Da es schwierig ist, für die Asylunterkünfte Fachpersonal zu finden, werden in den UMA-Strukturen oft Personen angestellt, die über keine sozialpädagogische oder ähnliche Grundausbildung verfügen. Den Betreuer*innen der kantonalen Asylunterkünfte fehlt es zumeist an Grundwissen zu den Schlüsselthemen «Trauma / Trauma-Sensibilisierung / Traumapädagogik», sowie «Umgang mit herausforderndem Verhalten insbesondere von Jugendlichen». Dadurch stossen sie täglich an ihre Grenzen. Sowohl ihre eigene wie auch die psychische Gesundheit der Asylsuchenden in den Zentren ist gefährdet. Dank besserer Ausbildung der Betreuenden könnten zudem eskalierende Situationen frühzeitig und effektiver entschärft werden.

Psy4Asyl entwickelte niederschwellige, stark praxisorientierte Weiterbildungsmodule für die Betreuer*innen der kantonalen Unterkünfte, die diese im Umgang mit den täglichen Herausforderungen stärken. Die Weiterbildungen werden von verschiedenen Fachpersonen aus dem Team Psy4Asyl oder mit Fachpersonen aus dem Netzwerk von Psy4Asyl durchgeführt.

Zusammen mit dem Kantonalen Sozialdienst (KSD) wurde 2023 das Ziel gesetzt, möglichst alle Betreuungspersonen der kantonalen Unterkünfte weiterzubilden.

Neben den Betreuungspersonen der Asylstrukturen bieten wir auch Weiterbildungen für Freiwillige, Gastgeber, Lehrpersonen, Schlüsselpersonen usw. an. Auch diese Angebote werden rege genutzt, so dass es zu einer immer breiteren Sensibilisierung kommt.

Stufe 2 Beratung und Coaching für Betreuungs- und Bezugspersonen

Zusätzlich zu den Weiterbildungen wurde 2023 mithilfe von Psy4Asyl-Fachpersonen die Möglichkeit geschaffen, dass Betreuungspersonen aus den Asylunterkünften in Kleingruppen Coaching zum Thema Umgang mit Stress und belastenden Situationen besuchen dürfen. Die grundlegende Idee dahinter ist, dass eine verbesserte, stressfreiere Situation bei den Betreuungspersonen die Betreuung der Klient*innen verbessert. Die Betreuungspersonen lernen besser mit Stress und belastenden Situationen umzugehen. Dadurch gehen sie in der Betreuung anders mit herausfordernden Situationen um, was sich indirekt auf die psychische Gesundheit der zu betreuenden Personen auswirkt.

Stufe 3 Niederschwellige Angebote in den kantonalen UMA-Unterkünften

Seit 2020 bietet ein Team von Fachpersonen regelmässig in den UMA-Unterkünften des Kantons Aargau gesundheitsfördernde Workshops an. Die Fachpersonen arbeiten nach bewährten therapeutischen Konzepten aus der Psycho-, Kunst-, Körper- oder Musiktherapie oder sind ausgebildete Fachpersonen im Bereich Gesundheit oder Körperarbeit (z.B. Yogalehrpersonen, zertifizierter MBSR-Lehrer oder zertifizierte Coaches).

Die gesundheitsfördernden Angebote ermöglichen eine erste Stabilisierung sowie den Beginn einer Verarbeitung der belastenden Erlebnisse. Angestrebt werden auch eine präventive Wirkung und ein konstruktiver Umgang mit belastenden Situationen. Die Angebote zielen auch auf eine Verbesserung der Integration ab. Einerseits werden grundsätzliche Kompetenzen wie Verbindlichkeit, kulturelle Werte, gegenseitiger Umgang, neue Ressourcen usw. vermittelt. Andererseits ist bekannt, dass eine Verbesserung der psychischen Verfassung sich grundsätzlich positiv auf die Integrationsfähigkeit auswirkt.

Durch das Aufsuchen der Jugendlichen in den Unterkünften ist das Versorgungsangebot niederschwellig. Aufgrund eines breiten Angebotes (Musik, Gestaltung, Gespräche, Bewegung und Körpertherapeutische Ansätze, etc.) fühlen sich verschiedene Jugendliche – je nach Bedürfnissen und Interessen – angesprochen. Ein weiterer Vorteil ist, dass durch das Gruppenangebot mehrere UMAs gleichzeitig erreicht werden können. Zudem sind die einzelnen Angebote nicht oder nur wenig sprachgebunden. Es können Zugangshürden und Vorurteile gegenüber Hilfsangeboten abgebaut werden. Zudem zielt das Projekt auf Empowerment und Stärkung der Selbstwirksamkeit ab. Besonders belastete Jugendliche können frühzeitig identifiziert und weiterführenden Massnahmen zugeführt werden.

Vorgehen

In der ersten Jahreshälfte 2023 und ab den Herbstferien 2023 geht eine Fachperson wöchentlich an einem Abend für einen Workshop von 90 – 120 Minuten in eine UMA-Unterkunft. Durch die Zunahme von 2 auf 5 UMA-Unterkünfte sind ab 2024 pro Jahr 100 Workshops geplant (50 pro Semester; je 10 pro Unterkunft). Je nach Angebot wird die Fachperson von Dolmetschenden begleitet, damit die Kommunikation gewährleistet werden kann. Die Betreuungspersonen machen die Jugendlichen regelmässig, insbesondere an den Veranstaltungstagen auf das Angebot aufmerksam und bereiten die Räumlichkeiten vor. Die Projektleitung erstellt ein gut verständliches Programm. Dieses Programm wird in öffentlichen Räumen der Unterkünfte aufgehängt. An jedem Workshop können maximal 15 Asylsuchende teilnehmen. Die UMAs, die teilnehmen möchten, verpflichten sich beim ganzen Anlass dabei zu bleiben; es braucht eine verbindliche Teilnahme.

Insgesamt können alle im Kanton Aargau lebenden UMAs von diesen Angeboten profitieren.

Stufe 4 Gruppenangebot START (Stress –Traumasymptoms-Arousal-Regulation-Treatment, nach Dixius & Möhler)

Psy4Asyl möchte ab September 2023 das Angebot ausbauen und neu auch regelmässige, psycho-educative und stabilisierende Gruppensitzungen für geflüchtete Kinder und Jugendliche, insbesondere für UMAs anbieten. Dafür haben wir in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Roten Kreuz (SRK) Sektion Bern unsere Fachpersonen in der Methodik von START (Stress-Traumasymptoms-Arousal-Regulation-Treatment nach Dixius und Möhler) geschult.

«Im Programm START erlernen vulnerable Kinder und Jugendliche mit traumaassoziierten Migrationserfahrungen alltagstaugliche Methoden der Stressregulation (Sekundär-prävention). Ziel von START ist es, besonders verletzte Kinder und Jugendliche früh nach ihrer Einreise in die Schweiz mit einem aufsuchenden niederschweligen Angebot der Stressregulation zu erreichen. So soll eine frühzeitige emotionale Erststabilisierung als Voraussetzung für die Ressourcenreaktivierung und -stärkung der Kinder und Jugendlichen erreicht werden. ... Das Programm START wurde in Deutschland erprobt und von der Geschäftsstelle SRK für die Schweiz als aufsuchendes psychosoziales Gruppenangebot angepasst. Zentral ist, dass die Kinder und Jugendlichen ihre unter Umständen heftigen Reaktionen als normale Reaktionen des Körpers und der Psyche auf ihre früheren aussergewöhnlichen Erfahrungen und Erlebnisse einordnen und erfahren können („Ich bin normal“). Mit der Stressregulation und der emotionalen Stabilisierung („Ich kann etwas gegen Stress tun“) werden die Ressourcen der Kinder und Jugendlichen als Voraussetzung für ihre soziale und schulische Integration gestärkt (Erleben von Selbstwirksamkeit)» (Ausschreibung SRK Bern, Juni 2023).

Zum zertifizierten Programm START siehe <https://www.startyourway.de/start> .

Im Vordergrund stehen das Erlernen von Skills zur Stabilisierung und Stressregulation. Der Fokus liegt dabei NICHT auf der Aufarbeitung der traumatischen Erfahrungen.

Vorgehen

Fachpersonen von Psy4Asyl bieten in Zusammenarbeit mit Betreuungspersonen der UMA-Strukturen pro Jahr fünf Gruppenangebote nach der Methodik von START an. Die Inhalte der Gruppenangebote werden durch weitere bewährte Techniken ergänzt. Gruppen von 6 – 10 Kindern oder Jugendlichen treffen sich im Rahmen eines Turnus regelmässig zu sieben Terminen. Die Gruppen werden an verschiedenen Orten im Kanton Aargau durchgeführt, teilweise aufsuchend in den Unterkünften oder in den Praxen der Fachpersonen. Die Auswahl der Kinder und Jugendlichen für diese Gruppen erfolgt durch die UMA-Betreuungspersonen im Austausch mit Psy4Asyl. Die Teilnahme an den Angeboten ist für die Kinder und Jugendlichen freiwillig.

Es ist geplant, dass pro Jahr mindestens eine Gruppe für ukrainische Kinder und Jugendliche stattfinden soll. Diese Gruppenleitung wird durch ukrainische Fachpersonen in Zusammenarbeit und unter Anleitung von Psy4Asyl durchgeführt. Möglich sind solche Gruppenangebote zudem auch für andere begleitete Flüchtlingskinder bzw. Kinder, die in Pflegefamilien leben.

Stufe 5 Psychologische Beratung und Psychotherapie (Einzel)

Die Angebote dieser Stufe sind für Kinder und Jugendliche, die eine intensivere Begleitung in Form einer längeren individuellen Beratung oder einer ärztlich indizierten Psychotherapie benötigen und wünschen. In der Regel wird die Indikation für eine psychologische Beratung oder Psychotherapie bei den Kindern und Jugendlichen über eine Fachperson der kantonalen Psychiatrischen Dienste Aargau (PDAG) gestellt. Psy4Asyl hilft dabei über das Experten-Netzwerk eine geeignete Fachperson zu finden. Erfreulicherweise sind Psy4Asyl über 35 Fachpersonen angeschlossen. Diese übernehmen in regelmässigen Abständen die Therapie oder Beratung von Personen, dieser besonders vulnerablen Gruppe. 2022 konnten Dank diesem Expertennetzwerk 39 Therapieplätze für UMAs und weitere 17 Therapieplätze für Kinder, die in Begleitung in der Schweiz ankamen, geschaffen werden ([vgl.](#)

[Jahresberichte](#)). Auch geflüchtete Kinder, die in Gast- bzw. Pflegefamilien einen Platz finden, können zusammen mit ihren Pflegeeltern von diesem interprofessionellen Netzwerk profitieren.

Die Experten ihrerseits profitieren in Zusammenarbeit mit Psy4Asyl von internen Weiterbildungen, der Vernetzung, der gemeinsamen Plattform (Therapiematerialien, Informationen zum Themenbereich etc.), der Unterstützung durch die Geschäftsstelle und vieles Weitere (vgl. Angaben zum Overhead weiter unten). Zudem werden den Fachpersonen professionelle Dolmetschende von HEKS zur Verfügung gestellt, sollten sie eine geflüchtete Person in Behandlung haben.

Auf dieser Stufe kommt es je nach Symptomatik (Schlafstörungen, Ängsten, depressive Zustandsbilder, Traumafolgestörungen) zu einer symptom-spezifischen Behandlung des Kindes / Jugendlichen, bei Bedarf auch zu einer Traumabearbeitung.

Stufe 6 Psychiatrische Regelversorgung

Dies ist ein Angebot aus der Regelversorgung und geht über das Angebot von Psy4Asyl hinaus. Falls alle Massnahmen der früheren Stufen nicht ausgereicht haben und der Jugendliche eine psychiatrische Versorgung braucht, kommt es entweder zu einer Zusammenarbeit mit der PDAG, weiteren psychiatrischen Kliniken aus dem Kanton Aargau oder einem ambulanten Therapeuten. Je nach Indikation wird stationär, teilstationär oder ambulant zugewiesen. Wenn immer möglich wird die ambulante Therapie bei der vorhergehenden Fachperson von Psy4Asyl nach einem teilstationären oder stationären Aufenthalt wieder aufgenommen.

Overhead bzw. Rahmen dieser Stufen:

Die Grundlage für alle Stufen ist die Mitarbeit unserer Fachpersonen aus dem Netzwerk. Diese Fachpersonen bringen sich mit ihrem Fachwissen und ihrer Zeit ein. Daher ist eine Kernaufgabe der Geschäftsleitung, das Expertennetzwerk einerseits mithilfe interner Weiterbildungen, Schulungen und Fachinformationen auf dem neusten Stand zu halten und so die Qualität zu sichern. Andererseits ist es uns wichtig, das Expertennetzwerk zu pflegen und stärken. Die Pflege dieses Expertennetzwerks, die Koordination der Fachpersonen und deren Einsätze entlang der Versorgungspyramide sowie das Qualitätsmanagement via Schulungen etc. verlangt viel Zeit und Aufwand der Geschäftsleitung. Diese Arbeit im Sinne des Overheads konnte in den letzten Jahren nur bedingt und über Spenden- und Stiftungsgelder finanziert werden.

4. Ziele und Massnahmen

Ziele	Massnahmen	Auf welcher Stufe
Trauma-Sensibilisierung	Wissen über Trauma, Traumaentstehung, Traumafolgen und Traumaverarbeitung vermitteln. Verständnis für Reaktionen nach erlebtem Trauma fördern.	1
Psychoedukation	Können fremde / eigene Reaktionen und Emotionen im Zusammenhang mit dem Trauma einordnen. Verständnis im Sinne der Normalisierung: Nicht ich bin verrückt, sondern die lebensbedrohliche Situation (Krieg) war nicht normal.	1, 2, 4
Stabilisierung und Selbstfürsorge stärken	Kennen konkrete Massnahmen zur Stressregulation und Selbstfürsorge, welche sich stabilisierend auf das psychische Zustandsbild auswirken.	1, 2, 4, 5

Selbstwirksamkeit und Kontrolle	Erleben durch Übungen wie sie Kontrolle, Steuerungsfähigkeit über ihre Gedanken, Gefühle und Verhalten erlangen können.	1, 2, 3, 4, 5
Ressourcen aktivieren	Ressourcen identifizieren und aktivieren, neue Ressourcen entdecken	2, 3, 4, 5
Partizipation	Teilhabe; aktive Beteiligung und Beeinflussung ihres eigenen Lebens und der Lebensumstände	2, 3
Psychische Gesundheit stärken	Betroffene kennen verschiedene konkrete Massnahmen, die zur Gesundheitsförderung beitragen. Betroffene haben verschiedene Übungen dazu selber erlebt und ausprobiert.	1, 2, 3, 4, 5
Stärkung der Integration und Teilhabe	Lernen Kulturtechniken, Anforderungen an das Zusammenleben und Grundwerte der Schweiz kennen.	3, 4
Austausch und Kontakt unter Geflüchteten ermöglichen	Erleben „Ich bin nicht alleine“, „Gespräche tun mir gut“. Die Teilnehmenden sehen, wie andere mit ihrer Situation umgehen und Belastungen bewältigen.	3, 4
Fachpersonen werden sichtbar gemacht und begegnen den Betroffenen auf Augenhöhe	Das Angebot schafft innert kürzester Zeit eine Atmosphäre des Vertrauens, Ängste und falsche Vorstellungen Fachpersonen gegenüber werden abgebaut.	3, 4, (5)
Zugangshürden zu psychologischen und gesundheitsfördernden Angeboten reduzieren	Erleben Fachpersonen im sicheren Rahmen, lernen Angebote kennen, holen sich Hilfe, Stigmatisierung / Tabuisierung wird abgebaut.	3, 4 (5)
Traumabehandlung / Psychotherapie	Behandlung der spezifischen Symptome Verarbeitung der Erlebnisse Traumaaufarbeitung und Integration	5