



Medienmitteilung

Geflüchtete helfen Geflüchteten

Bern – 21. März 2024 **Menschen mit einem Fluchthintergrund haben aufgrund ihrer Geschichte oftmals schlimme Dinge erlebt und so ein erhöhtes Risiko, krank zu werden. Deshalb lanciert das Schweizerische Rote Kreuz Kanton Bern das Angebot SPIRIT – Geflüchtete helfen Geflüchteten.**

SPIRIT basiert auf dem Grundsatz Hilfe zur Selbsthilfe und richtet sich an Geflüchtete mit leichten bis mittelschweren psychischen Belastungen. Dabei handelt es sich um Menschen, die aufgrund traumatischer Erlebnisse im Krieg oder auf ihrer Flucht emotionale Belastungen mitbringen und durch die neue Lebenssituation in der Schweiz herausgefordert sind. Sogenannte Helfer, ebenfalls Personen mit Fluchthintergrund, vermitteln den Betroffenen Strategien zum Umgang mit Stress, Sorgen oder Problemen. Und sie helfen ihnen, sinnstiftende Aktivitäten zu finden und Ressourcen zu aktivieren. Das erhöht die psychische Gesundheit. Dadurch erhalten Geflüchtete rasch und niederschwellig Unterstützung. Alle Helfer haben eine Ausbildung für psychologische Kurzintervention absolviert.

Verstanden werden – nicht nur in der Sprache

«Gerade weil die Betroffenen von Menschen aus demselben Kulturkreis Unterstützung erhalten, entfallen sprachliche und kulturelle Barrieren» so Bettina Tanner, Verantwortliche des Angebots beim Schweizerischen Roten Kreuz (SRK) Kanton Bern. SPIRIT ist keine Therapie, sondern ein Projekt zur Gesundheitsprävention. Das Ziel ist es, die Resilienz der Betroffenen zu erhöhen. «Psychische Belastungen erschweren die notwendige Integration in die Gesellschaft und können zu hohen individuellen, familiären, aber auch gesellschaftlichen Folgekosten führen», so Bettina Tanner weiter.

Klare Struktur

SPIRIT steht für «**Scaling-up Psychological Interventions in Refugees In Switzerland**» – auf Deutsch skalierte psychologische Interventionen für Geflüchtete in der Schweiz. Das Verfahren beruht auf einer international erfolgreich erprobten Methode, welche von der Weltgesundheitsorganisation WHO entwickelt wurde. Nach einem vorgängigen Screening werden während fünf Sitzungen Strategien entwickelt, wie mit Stress umgegangen oder Probleme gelöst werden können. Danach erfolgt eine erneute Evaluation. Das Programm eignet sich nicht für Menschen, die eine schwere psychische Erkrankung haben oder suizidal sind.

Elf Sprachen

In der Pilotphase richtet sich SPIRIT an geflüchtete Personen, die in den Kollektivunterkünften des SRK Kanton Bern wohnhaft sind, später sollen weitere Geflüchtete davon profitieren können. Das Programm wird im Moment in elf Sprachen angeboten – von Farsi bis Französisch. 14 Helfer konnten bereits dafür ausgebildet werden – mit jeder Person, die daran teilnimmt, steigt der Kreis möglicher Helfer weiter. Das Programm wird im Aufbau durch den Integrationskredit des Bundes unterstützt und ist für Teilnehmende kostenlos.

Weitere Informationen zu SPIRIT finden Sie auf der Website www.srk-bern.ch/spirit



Das Rote Kreuz im Kanton Bern

Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) Kanton Bern setzt sich im ganzen Kanton für mehr Menschlichkeit ein. Rund 800 Mitarbeitende und 2'400 Freiwillige engagieren sich in den Bereichen Entlastung, Gesundheitsförderung, Bildung und Integration. Das SRK Kanton Bern unterstützt Geflüchtete dabei, sich in der Schweiz zurechtzufinden, die Sprache zu erlernen und eine Stelle zu finden.

Weitere Auskünfte:

SRK Kanton Bern

Eric Send, Verantwortlicher Medienarbeit

eric.send@srk-bern.ch

Telefon 031 919 08 40