



Medienmitteilung

Hilfe zur Selbsthilfe – SPIRIT zeigt Wirkung!

Bern – 29. April 2025 Seit eineinhalb Jahren setzt das SRK Kanton Bern mit SPIRIT auf ein Programm, mit dem Ziel, die psychische Gesundheit von Geflüchteten zu verbessern. Eine Erhebung bestätigt: Das Programm zeigt Wirkung. Und zwar nachhaltig.

Menschen mit Fluchterfahrung sind oft psychisch belastet. Viele von ihnen haben im Herkunftsland oder auf der Flucht traumatische Erfahrungen gemacht. In Kollektivunterkünften im Kanton Bern kommt deshalb seit Ende 2023 SPIRIT zum Einsatz – ein Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit und Stärkung der Resilienz. Mit grossem Erfolg, wie eine wissenschaftliche Befragung nun zeigt.

Weniger belastet als vor den Gesprächen

Insgesamt wurden im Kanton Bern über 150 SPIRIT-Beratungen durch 14 spezifisch geschulte Beraterinnen und Berater durchgeführt. Gemäss der Befragung gaben nun 42 % der Teilnehmenden an, nach Abschluss der Beratung keine schwerwiegende Belastung mehr zu verspüren. Das entspricht einer fast dreifach höheren Rate im Vergleich zur Ausgangslage. Auch Symptome wie Angst, depressive Verstimmungen oder posttraumatische Belastungen nahmen im Verlauf der Sitzungen ab. Diese Verbesserungen blieben laut Untersuchung über einen längeren Zeitraum stabil. Die Intervention zeigt damit eine nachhaltige Wirkung.

Beratungen in zehn Sprachen

SPIRIT ist kein Therapieangebot, sondern ein strukturiertes Unterstützungsprogramm zur Stärkung der psychischen Widerstandskraft. Ziel ist es, Betroffene zu befähigen, mit Belastungen umgehen zu können. Die Beratungen erfolgen stets in der Muttersprache der Klientinnen und Klienten und orientieren sich an einem klaren Ablauf. Am häufigsten wurden die Gespräche in Farsi, Türkisch und Arabisch geführt – insgesamt erfolgen die Beratungen beim SRK Kanton Bern in zehn verschiedenen Sprachen.

Langfristige Finanzierung noch offen

Eine grosse Herausforderung für die Zukunft stellt die Finanzierung von SPIRIT dar. In der Pilotphase wird das Programm auf kantonaler Ebene durch das Staatssekretariat für Migration SEM und Stiftungsgelder unterstützt. Diese Finanzierung ist im Kanton Bern bis Ende 2025 gesichert. Das SRK Kanton Bern ist bestrebt ein nachhaltiges Finanzierungsmodell zur Weiterführung des Angebots zu finden.

Was ist SPIRIT?

SPIRIT ist die Abkürzung für Scaling-up Psychological Interventions in Refugees in Switzerland (Skalierte psychologische Interventionen für Geflüchtete in der Schweiz). Es wurde vom Universitätsspital Zürich initiiert, welches das Projekt auf nationaler Ebene leitet und von Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt. Ziel ist es, die psychische Gesundheit und Resilienz von Geflüchteten in der Schweiz zu stärken. Die Beratungen werden durch speziell geschulte Personen mit Fluchthintergrund durchgeführt. SPIRIT richtet sich an Menschen mit leichter bis moderater psychischer Belastung und ist nicht geeignet für Personen mit schweren psychischen Erkrankungen oder akuter Suizidalität. Das Schweizerische Rote Kreuz Kanton Bern ist einer von acht Implementierungspartner und verantwortet das Angebot im Kanton Bern.



Weitere Auskünfte:

SRK Kanton Bern

Eric Send, Verantwortlicher Medienarbeit

eric.send@srk-bern.ch

Telefon 031 919 08 40



Bildlegende: SPIRIT bietet Geflüchteten Hilfe zur Selbsthilfe und trägt dazu bei, die Resilienz zu stärken. Annalisa Massa Boccia, SPIRIT-Mitarbeiterin, im Gespräch.

© SRK Kanton Bern