

## Forschungsprojekt

# “Prävention und Gesundheitsförderung bei älteren Menschen mit Migrationshintergrund”

Dr. Elke Olbermann

Fachtagung „Viele Welten des Alterns? Ältere Migranten im alternden Deutschland“  
des Deutschen Zentrums für Altersfragen (DZA) und des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge  
(BAMF) in Kooperation mit der Sektion Alter(n) und Gesellschaft  
der Deutschen Gesellschaft für Soziologie (DGS)

24. / 25. Juni 2010, Berlin

## Förderkontext

- Förderschwerpunkt des BMBF zur „Präventionsforschung“ im Rahmen des Regierungsprogramms „Gesundheitsforschung: Forschung für den Menschen“
- Laufzeit des Projektes: drei Jahre (2007 – 2010)
- Praxispartner/ Präventionsanbieter:  
AWO-Integrations gGmbH Duisburg in Kooperation mit Seniorengruppe  
AWO-Ortsverein Marxloh International,  
  
AWO Kreisverband Mönchengladbach e. V. in Kooperation mit  
DRIV – Deutsch-Russischer Integrationsverein e.V.

## Gliederung

1. Ausgangslage / Forschungsstand
2. Zielsetzung
3. Forschungsansatz und Methode
4. Ausgewählte Ergebnisse
5. Schlussfolgerungen für die Praxis der Gesundheitsförderung

# 1. Ausgangslage / Forschungsstand

## Gesundheitsförderung und Primärprävention älterer Migranten/innen: Ausgangslage

- Bevölkerungsgruppe mit besonderen gesundheitlichen Belastungen und Risiken, verhältnis- und verhaltensbedingt :
  - physisch und psychisch belastende Arbeits- und Lebensbedingungen
  - niedriger sozio-ökonomischer Status
  - gesundheitsgefährdende Verhaltensweisen und Gewohnheiten (z.B. hohe Raucheranteile bei Männern, Übergewicht bei Frauen)
  - Zugangsbarrieren zu Einrichtungen und Diensten des Sozial- und Gesundheitswesens, Fehl- und Unterversorgung
- Hinweise auf hohe Morbidität und schlechter subjektiver Gesundheitszustand
- hoher Bedarf an Prävention und Gesundheitsförderung (mit Ziel der Förderung von Lebensqualität, Selbstständigkeit und Selbstbestimmung sowie Vermeidung von Pflegebedürftigkeit)
- geringe Inanspruchnahme von präventiven und gesundheitsfördernden Maßnahmen
- kaum Erkenntnisse zur Wirksamkeit von Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung

## 2. Zielsetzung

## Zielsetzung

### Forschung

#### **Erkenntnisse gewinnen** zu

- Wirksamkeit von gesundheitsfördernden Maßnahmen (Verhaltens- und Verhältnisprävention)
- Zugängen zu älteren Migranten
- Selbsthilfe, Selbstorganisation und Beteiligung älterer Migranten (Empowerment)

### Praxis

#### **Wege aufzeigen** zur

- Entwicklung effektiver Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung bezogen auf ältere Migranten
- Erschließung neuer Zugangsmöglichkeiten zur Zielgruppe
- Auf- und Ausbau von gesundheitsfördernden Strukturen, die eine aktive Mitgestaltung älterer Migranten ermöglichen (Partizipation)

## 3. Forschungsansatz und Methode



## Forschungsdesign

Qualitative Studie mit drei Erhebungswellen (2008, 2009, 2010)

- **Zielgruppenbefragung** (individuelle Ebene):  
leitfadengestützte persönliche Interviews mit älteren Migranten/innen,  
40 Teilnehmer und Nicht-Teilnehmer an Präventionsmaßnahmen pro  
Erhebungswelle
- **Expertenbefragung** (strukturelle Ebene):  
leitfadengestützte persönliche Experteninterviews,  
10 Experten pro Erhebungswelle
- **Werkstattgespräche** mit älteren Migranten/innen, Experten und  
Multiplikatoren:  
2 Werkstattgespräche pro Projektstandort

## Zielgruppenbefragung

### **Ausgangspunkt und Fokus der Untersuchung:**

subjektive Bedeutungen und Sinnzuschreibungen, die ältere Migranten mit dem Thema Prävention und Gesundheitsförderung und diesbezüglichen konkreten Angeboten verbinden

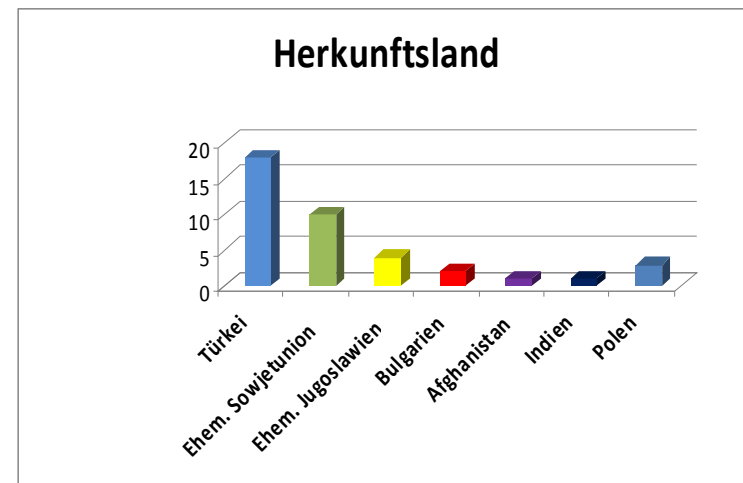
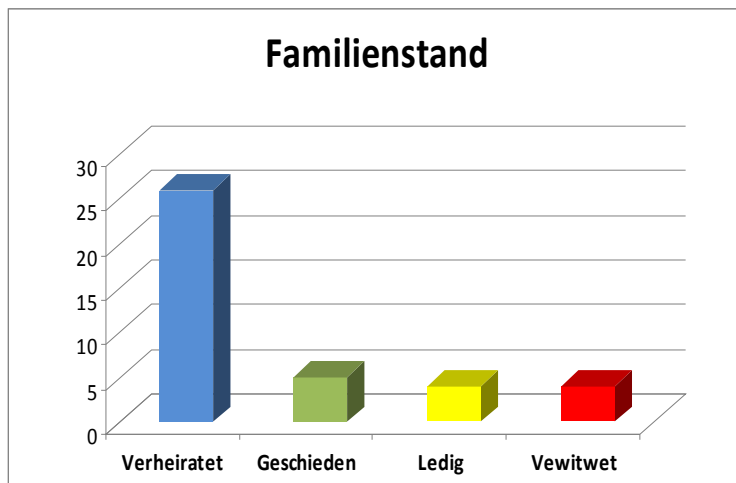
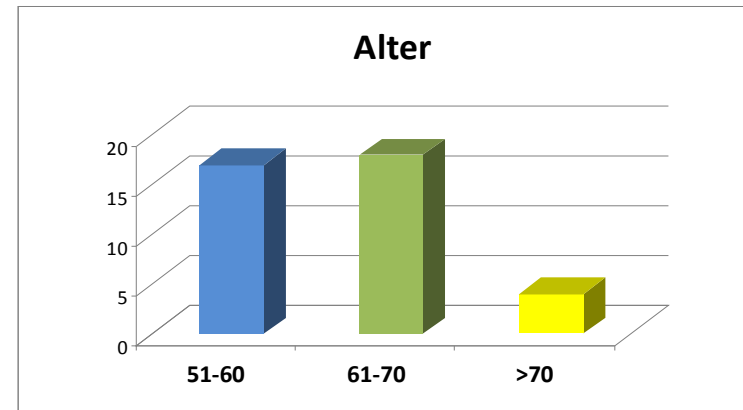
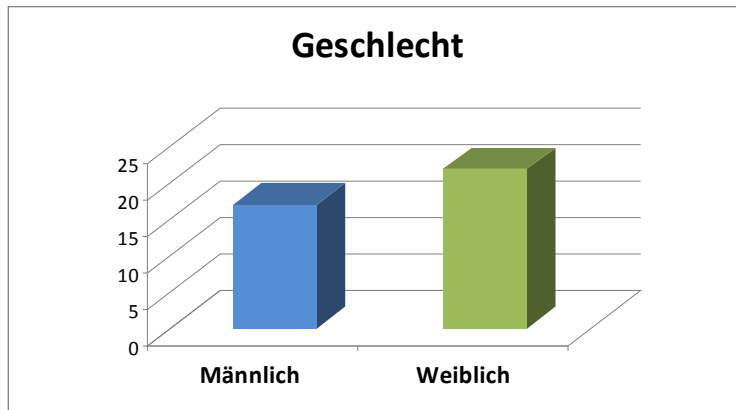
### **Angestrebtes Ergebnis:**

Rekonstruktion diesbezüglicher subjektiver Sichtweisen  
Typenbildung

### **Methode:**

Problemzentrierte Leitfadeninterviews

## Merkmale der Stichprobe (1. Welle, n = 39)



## 4. Ausgewählte Ergebnisse

## Fragestellung:

Welche Effekte und Wirkungszusammenhänge von Präventionsmaßnahmen sind bei der Zielgruppe der älteren Migranten feststellbar?

# Kategorien zu Wirkungen präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen

- Physische Effekte (Verbesserung der Beweglichkeit, Verringerung oder Verschwinden von Schmerzen, Steigerung der Fitness)
- Psychische Effekte (Entspannung und Stressabbau, Förderung von Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein, Emotionale Stabilität)
- Soziale Effekte (Erweiterung der sozialen Kontakte, Soziale Unterstützung, Aktivierung und soziale Teilhabe)
- Lerneffekte / Kompetenzerweiterung (Gesundheitswissen, Bewältigungsstrategien, Sozialverhalten)

## Beispielhafte Aussagen zu Wirkungen präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen

„Durch Schwimmen gehen meine Rückenschmerzen weg, weil sich die Muskulatur lockert, Beim Jogakurs ist es genau so, da entspannt man. Ja heute habe ich seit 24 Jahre Asthma, ich habe eine 100 % Behinderung. Dadurch, dass ich für meine Gesundheit was tue, habe ich seit Jahren keinen Anfall mehr gehabt, Gott sei Dank!“  
(63 J., weibl., Herkunft: Türkei)

## Beispielhafte Aussagen zu Wirkungen präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen

„Das hat einen positiven Einfluss auf die Gesundheit. ... Für mich ist es aber sehr wichtig Kontakt zu anderen Menschen zu haben. Auch, mit diesen Menschen zu sprechen, ... mit ihnen zu lachen, das bedeutet mir sehr viel ... Das erhält unser Leben, unsere Seele. Das macht uns ... stark, damit man nach vorne schauen kann.“  
(51 J., weibl., Herkunft: ehem. Jugoslawien)



## Beispielhafte Aussagen zu Wirkungen präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen

„Also diese Angebote sind für uns, besonders für uns, für Rentner absolut wichtig. Sich da zu sammeln mit Freunden, mit Heimatleuten, sich austauschen und unterhalten, das ist sehr wichtig. ... Etwas Schöneres als das kann es nicht geben.“

(74 J., männl., Herkunft: Türkei)

## Beispielhafte Aussagen zu Wirkungen präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen

„Eigentlich ist es so, natürlich kennt man viele Menschen, die ihre Probleme mitbringen, sei es seelische, seien es private Probleme. Wenn ich die sehe, merke ich schon, wie wenige Probleme ich habe. Ich fühle mich natürlich besser.

Es kommen auch kranke Menschen, problematische Menschen, die helfen sich gegenseitig, sie lösen Probleme gemeinsam. So was baut einen auf. Man bekommt gute Laune, es gibt nichts Schöneres als gegenseitiges Helfen.“

(63 J., weibl., Herkunft: Türkei)

## Beispielhafte Aussagen zu Wirkungen präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen

„... durch diese Veranstaltungen habe ich viel gelernt, ... Und dann finde ich es sehr schön, dass man noch etwas lernen kann und weitergeben ... dass man weiter anderen Leuten helfen kann, oder Informationen weitergeben, nicht nur für mich selber.“

(52 J., weibl., Herkunft: Bulgarien)

## Wirkungen präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen: Fazit

- Präventionsmaßnahmen bei älteren Migranten umfassen ein weites Spektrum von miteinander verknüpften Effekten der Belastungsreduzierung und Ressourcenvermehrung.
- Sie wirken sich positiv auf das Wohlbefinden und den subjektiven Gesundheitszustand aus.
- Den psycho-sozialen Aspekten kommt dabei eine besondere Bedeutung zu.

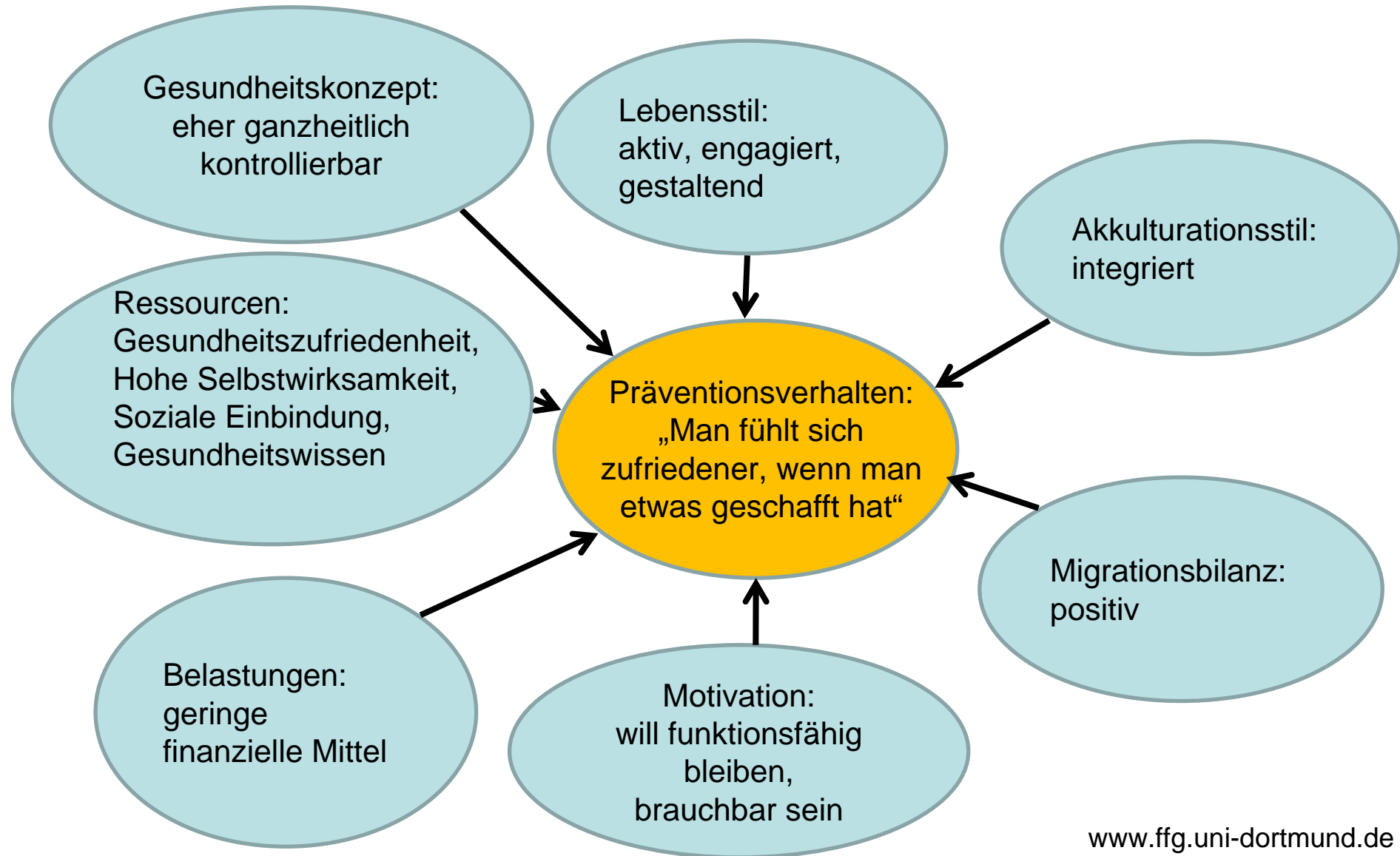
## Wirkungen präventiver und gesundheitsfördernder Maßnahmen: Fazit

- Die Ergebnisse verdeutlichen zudem die hohe Relevanz des persönlichen Austausches und gemeinschaftlicher Aktivitäten in muttersprachlichen Settings.
- Offenbar ist nicht allein die Teilnahme an einzelnen spezifischen Präventionsmaßnahmen (z.B. Kurse und Informationsveranstaltungen in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Entspannung), sondern die ergänzende Einbindung in dauerhafte Gruppenzusammenhänge maßgeblich für eine nachhaltige präventive und gesundheitsfördernde Wirkung.
- Der Gruppenbezug ist Türöffner für den Zugang und Verstärker der Wirkungen von spezifischen Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung bei älteren Migranten.

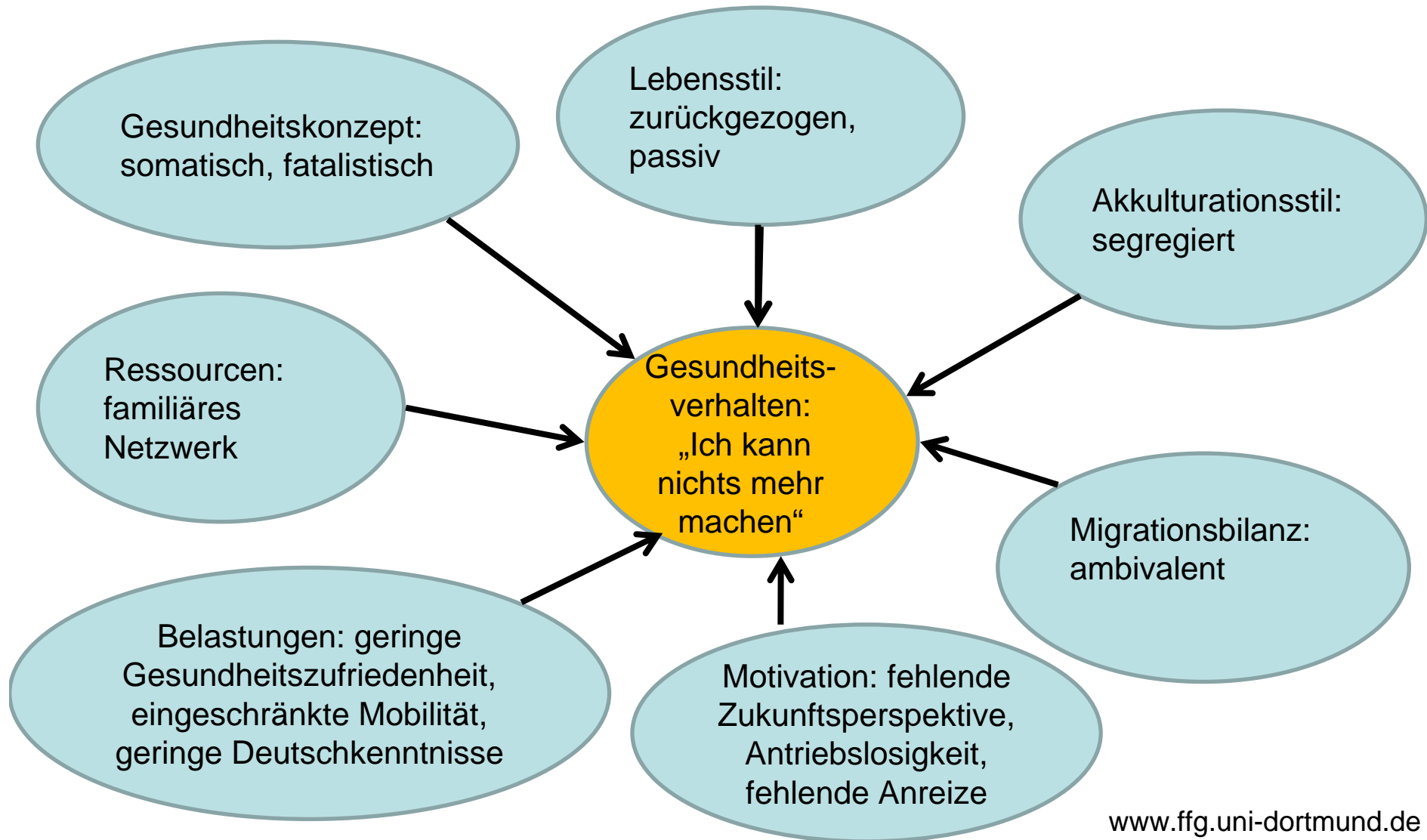
## Fragestellung:

Wie stellt sich das Präventionsverhalten der älteren Migranten im Kontext verschiedener Einflussfaktoren dar?

## Fallbeispiel: Herr B., 69 Jahre, verheiratet, Herkunftsland Türkei



## Fallbeispiel: Frau A., 60 Jahre, verwitwet, Herkunftsland Türkei





## 5. Schlussfolgerungen für die Praxis der Gesundheitsförderung

## Schlussfolgerungen für die Praxis der Gesundheitsförderung

- stärkere Gewichtung der Förderung sozialer Netzwerke und dauerhafter Gruppenzusammenhänge unter älteren Migranten als Maßnahme der Gesundheitsförderung
- Entwicklung integrierter ganzheitlicher Ansätze
- stärkere und zielgruppenorientierte Kooperation zwischen sozialen Dienstleistungsanbietern (Integrationsarbeit, Altenhilfe) und dem Gesundheitssystem
- Anpassung der Finanzierungspraxis (Alternativen zur bisherigen Praxis der Krankenkassen „Vorleistung und Rückerstattung“)
- Ausweitung und Weiterentwicklung des Settingansatzes in der Gesundheitsförderung
- Ressourcen der älteren Migranten nutzen und einbeziehen (u.a. durch spezielle Bildungsangebote für Multiplikatoren)

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

## Kontakt:

Dr. Elke Olbermann

Institut für Gerontologie an der Technischen Universität Dortmund

Evinger Platz 13

44339 Dortmund

Tel: 0231 728 488 29

Fax: 0231 728 488 55

E-mail: [elke.olbermann@tu-dortmund.de](mailto:elke.olbermann@tu-dortmund.de)

URL: <http://www.ffg.uni-dortmund.de>