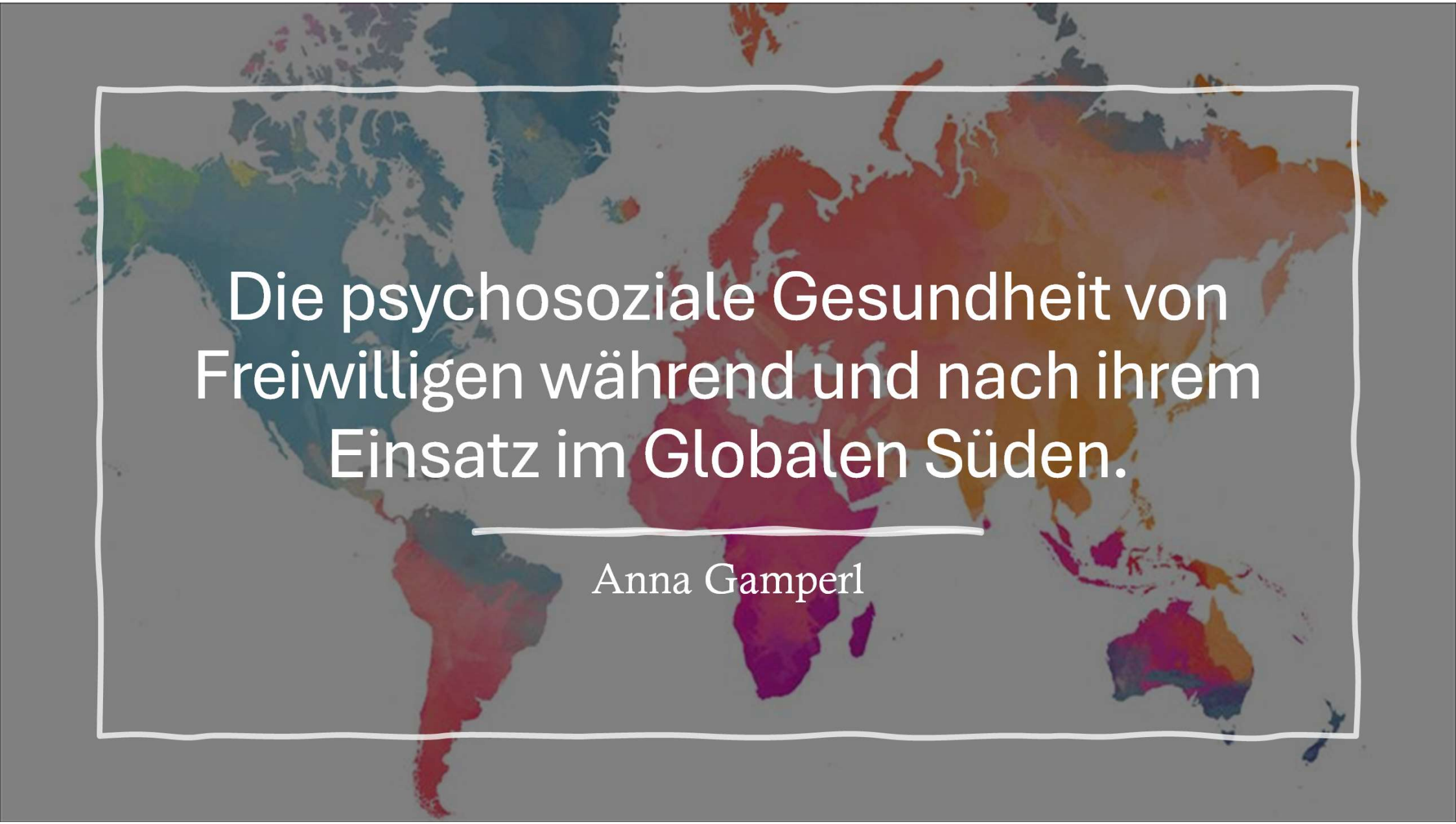
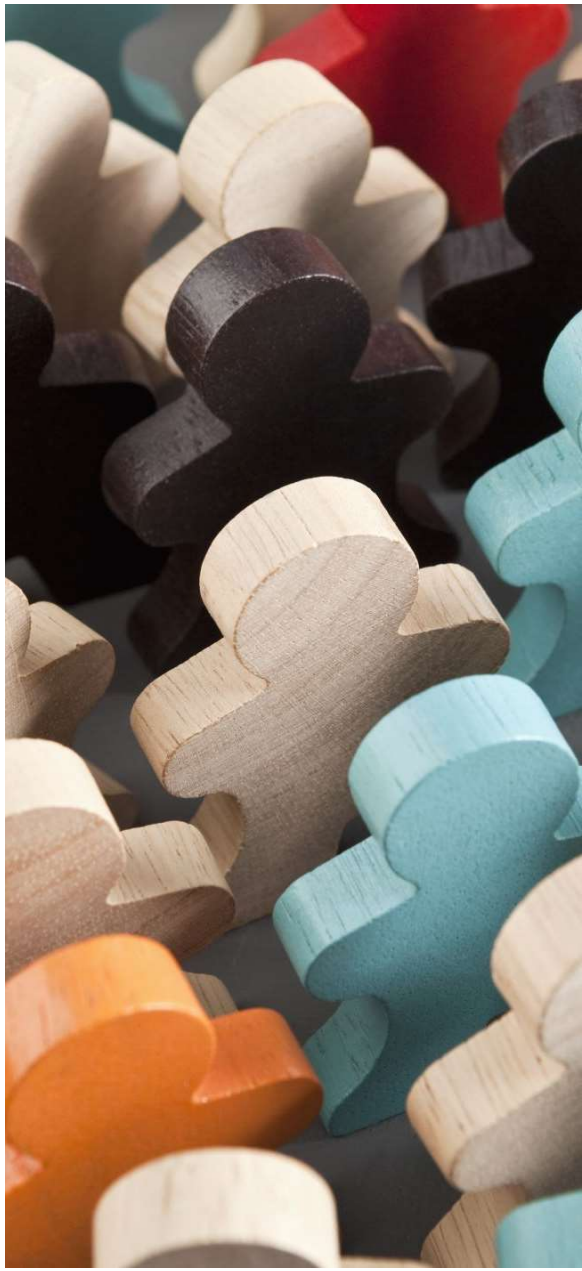


Die psychosoziale Gesundheit von Freiwilligen während und nach ihrem Einsatz im Globalen Süden.

Anna Gamperl

FORSCHUNGSINTERESSE

- Etablierte Freiwilligenkultur in Österreich (46%), die teils gut beforscht ist
- Mehrmonatige Freiwilligeneinsätze im Globalen Süden sind eine besondere Form des freiwilligen Engagements
- Vielfältige Beweggründe
- Unterschiedlichste Einsatzerfahrungen und ebenso diverse Auswirkungen auf die psychosoziale Gesundheit



FORSCHUNGSMETHODIK

- Zweigeteiltes Forschungsprojekt
- Retrospektive Erhebung
- Leitfadengestützte Interviews (14)
- Onlinebefragung (derzeit 88)
- Einbezug der Entsendeorganisationen

SAMPLE (N=88)

- Ausreise zwischen 2002 und 2023
- 19,5 Jahre (zwischen 18 und 26 Jahren)
- Einsatzdauer: 11,3 Monate
- 27% im Rahmen des Zivildienstes absolviert
- 80% direkt nach Abschluss der Schul- oder Berufsausbildung
- 75% waren bereits davor freiwillig tätig
- 56% würden den Einsatz definitiv nochmal machen, 8% definitiv nicht

ERGEBNISSE (1)

- Hohe Zufriedenheit mit der eigenen Gesundheit und sehr gute Lebensqualität vor dem Einsatz
- Vier Personen waren vor dem Einsatz in Psychotherapie
- Mögliche psychische Herausforderungen sind teilweise in den Vorbereitungen thematisiert worden
- Konkrete Strategien wurden kaum vermittelt
- Mögliche soziale Veränderungen durch den Einsatz wurden umfassender im Zuge der Vorbereitung besprochen

ERGEBNISSE (2)

- Zufriedenheit mit der Gesundheit während des Einsatzes sowie gute Lebensqualität
- Keine professionelle Unterstützung während der Einsatzzeit
- Mehr als 90% beschreibt mind. eine Phase der deutlichen Verschlechterung ihrer psychischen Gesundheit während des Einsatzes
- Vielfältige Herausforderungen genannt – Dynamiken in manchen Einsatzländern

ERGEBNISSE (3)

- Eigene Grenzen wurden bei 45% nicht gewahrt
- Eigene Bedürfnisse wurden zugunsten der Tätigkeit häufig vernachlässigt
- Schwierigkeiten, Arbeit abzulehnen oder Nein zu sagen
- Gespräche mit anderen Freiwilligen waren hilfreich
- 75% haben regelmäßig meditiert und/oder gebetet
- Sport, Musik oder Tagebuch schreiben sind die am häufigsten genannten Selbstfürsorgemaßnahmen

ERGEBNISSE (4)

- Mäßige Zufriedenheit der psychosozialen Gesundheit nach der Rückkehr
- Sehr gute Lebensbedingungen nach der Rückkehr
- 12 Personen nahmen psychotherapeutische und/oder psychiatrische Unterstützung in den drei bis sechs Monaten nach der Rückkehr in Anspruch
- Größte Herausforderung war Reintegration in den früheren Alltag

ERGEBNISSE (5)

- Austausch mit anderen Freiwilligen und das soziale Umfeld waren nach der Rückkehr besonders hilfreich
- Einsatzerfahrung hat nahezu alle Personen nach ihrer Rückkehr „eingeholt“
- Ähnliche Selbstfürsorgemaßnahmen wie im Einsatz selbst
- Selbstständigkeit und Gelassenheit als Hauptveränderungen durch den Einsatz

FAZIT

- Einsatzerfahrung hat Auswirkung auf die psychosoziale Gesundheit der Freiwilligen
- Inhalte der Vorbereitung wenig nützlich
- Selbstfürsorge ist Selbstverantwortung
- Phase der Rückkehr nach Österreich unterschätzt
- Es bräuchte ein stärkeres Bewusstsein für etwaige Schwierigkeiten im Einsatz und danach sowie zusätzliche strukturelle Angebote nach der Rückkehr.

Vielen Dank für Ihr Interesse!

Anna Gamperl

anna.gamperl@fh-campuswien.ac.at