

Dipl. Psych. Dieter G. David
Traumatherapie KST, Narrative Expositionstherapie (NET)

Evangelische Gesellschaft Stuttgart (eva Stuttgart)

*Psychologische Beratungsstelle für politisch Verfolgte und Vertriebene - PBV Stuttgart
Zentrum der Beratung, Begutachtung &
Psychotherapie für Überlebende traumatischer Gewalt*

„Wie ein rohes Ei ... ?“

**Psychologische und psychiatrische Traumatherapie mit
Flüchtlingen
(ein salutogenetischer Ansatz)**

Motto:

**„Den Wert von Menschen und Diamanten kann man erst dann
erkennen,
wenn man sie aus der Fassung bringt“
(orientalische Lebensweisheit)**

zitiert nach Dr. med. Nossrat Peseschkian

I. Behandlungsangebote PBV Stuttgart

Dipl. Psych. Dieter David

PBV Stuttgart

Centrum für Menschen, die in ihrer Biographie

- extreme, katastrophale Situationen durchlebt haben:

- Gewalt durch Menschen (man-made desaster)
- Naturkatastrophen

mit Todesnähe

= (potentiell) traumatische Erlebnisse

mögliche gesundheitliche Folgen:

- psychische und / oder körperliche Verletzungen
- Funktionsstörungen

Dipl. Psych. Dieter David

Behandlungsangebote in der *PBV Stuttgart*

Patienten: Jugendliche (>16 Jahre) und Erwachsene

1. Medizinische (internistisch u. psychiatrische) und psychologische Interventionen
2. Psychosoziale Beratung und Begleitung (psychologische Fallarbeit)
3. Therapiebegleitende Ressourcenarbeit in homogenen Gruppen: Erlernen / Üben von „Kunsth Handwerk“ und Sport

Behandlungsphilosophie: **salutogenetisch (nach A. Antonovsky)**

Methode:

Aktivierung und Mobilisierung von Widerstandskräften (Ressourcen) mit Rücksicht auf kulturelle Glaubenssätze des Pat.

Ziel der integrierten Behandlung: Stärkung des Pat.:

ohnmächtiges Opfer  vitaler Überlebender

Dipl. Psych. Dieter David

PBV Stuttgart: Behandlungsangebote

1. Medizinisch und psychologisch (mit geschulten Dolmetschern)

- Diagnostik
- med. Ganzkörperuntersuchung mit Berichterstattung: internistischer und kardiologischer Schwerpunkt
(vor und während der psychologischen Traumatherapie)
- psychiatrische Behandlung (Sprechstunde: 2 Mal / Monat)
Dr.med. Martin Roser, PIA Rudolf-Sophien-Stift
- psychologische Traumatherapie (einzeln für Jugendliche und Erwachsene)
VT, systemisch
hypnotherapeutisch (nur zur Aktivierung von personalen Ressourcen !)
- psychologische Gruppentherapie für potentiell traumatisierte Jugendliche u. UMF: 11 Sitzungen
à 1,5 Stunden
- psychiatrische und psychologische Begutachtung mit Berichterstattung

Dipl. Psych. Dieter David

PBV Stuttgart: Behandlungsangebote

3. Erlernen und Üben von „Kunst-Handwerk“ u. „Sport“ - Trainer
= Aktivierung und Mobilisierung von persönlichen Ressourcen

- Gruppe bildende Kunst: Zeichnen, Malen, Drucktechnik - **Designer, Kunstmalerin**
- Gruppe: Theater und Tanzen - **Schauspielerin**
- Schneiderwerkstätte - **Schneiderin**
- Kreativer Computerkurs: im Block, 10-tägig – **Industriedesigner**
- Internationale Kochgruppe
- Chorgruppe (Gospel) mit **Begleitung Klavier - Musikerin**
- Gruppe: rhythmische Gymnastik (nur für Frauen) – **Gymnastiklehrerin**
- Selbstverteidigung (AIKIDO) für jezidische Frauen u. deren Kinder (alle: ehemalige Sklaven von Daesh) – **Aikidotrainerin (schwarzer Gürtel) u. Sportlehrer (Gymnasium)**
- Gruppe Badminton - **Badmintontrainer (Sportlehrer)**

Dipl. Psych. Dieter David

II. Spezifika eines Flüchtlings im Exil

Dipl. Psych. Dieter David

Spezifika eines Flüchtlings (nach Einreise) Dauer: mindestens 1 Jahr !
 Dauerbelastungen → psychischer Stress mit:
 Angst, Ärger, Wut, Hass, Trauer, Scham (in Phasen)

personale

- kein Deutsch: „ich verstehe nichts ...“
- „Kulturschock“ : „alles ist hier anderes“ (Häuser, Verhalten der Menschen...)
- Unkenntnis: Asylverfahren, Bildungssystem, Gesundheitssystem, politisches System
- Heimweh
- „ich bin allein ...“

externe

- soziale
 - „zerbrochene Grossfamilie“, Tod von Familienangehörigen im Heimatland (Teilnahme am Begräbnis ist unmöglich !)
 - Freunde, Arbeitskollegen sind zu Hause oder verstreut „in allen Herren Ländern“
 - Diskriminierung: verbal oder nonverbal, aber „fühlbar“
- materielle
 - im Asylheim: eng, laut, Polizeikontrollen wg. Drogen, Abschiebungen, religiös motivierte Herabwürdigung durch andere Flüchtlinge
 - keine Arbeitsstelle
 - Schulden wg. Schlepperkosten und Rechtsanwalt (Asylverfahren)

Dipl. Psych. Dieter David

III. Traumatisches Erlebnis, Formen von traumatischen Stress (und mögliche gesundheitliche Folgen)

Dipl. Psych. Dieter David

Traumatisches Erlebnis (Ereignis)

Trauma (griechisch: Wunde, Bruch)

1. objektiv lebensbedrohliche Gewalt

und

2. „traumatische Zange“



biologische Notprogramm: „Überleben“
hormonale Stresskaskade ist universal

➤ ich kann nicht fliehen, entkommen, niemand kann mir helfen => Hilflosigkeit

➤ ich kann nicht dagegen ankämpfen, kann mich nicht wehren => Ohnmacht



überflutende Angst, Schock, Erlebnis von Todesnähe: „es ist aus“



Erfrieren (totstellen) mit körperlicher Anästhesie (Betäubung)



Unterwerfung (Dissoziation)
Erschlaffung der Muskulatur

Dipl. Psych. Dieter David

mögliche Folgen von traumatischem Stress

Gesund (nach Erholungsphase):

mit bleibende (gespeicherten) Erinnerungen an die Erlebnisse

oder

traumatisiert (= normale Reaktion auf SCHRECKLICHES)

mit bleibende (gespeicherten) Erinnerungen **und** psychische Störungen mit Verhaltensauffälligkeiten, die das Leben im Alltag beeinträchtigen

Dipl. Psych. Dieter David

PBV Stuttgart: traumatische Erlebnisse unserer Pat. (nur Flüchtlinge !) (Erfahrungen 2000 – Dez. 2018 (18 Jahre lang)

8

N Pat. = ca. 4500

- Deprivation oder systematische Familiengewalt in der Kindheit 0,20 %
- sexueller Missbrauch durch Familienangehörige 0,05 %
- körperliche und/oder seelische Gewalt durch Familie 1,50 %
in Kindheit u. Jugend, häusliche Gewalt durch Ehemann
aber (seit 2016): 30-40 % bei Pat. aus Irak, Syrien, Algerien und Afghanistan)

seit Dezember 2015: primäre traumatische Erlebnisse

- Krieg: Beschuss, Autobomben, Selbstmordattentate, Sehen von Leichen, Enthauptungen...
- Entführung und Erpressung von Lösegeld (Bagdad und Afghanistan)
- Vertreibung durch bewaffnete Paramilitärs (Syrien, Irak, Nigeria)
- Sklaverei: Menschenraub, Verkauf, Arbeits- und Sexsklavinnen (Täter: Isis, Boko Haram)
- während Inhaftierung: geschlagen, gefoltert, vergewaltigt, Todesdrohung
- auf der Flucht: Raubüberfall, sex. Nötigung, Vergewaltigung, Todesdrohung (Schlepper), Sehen von Leichen, Hunger und Durst (selten), Zeugenschaft von Ertrinken im Mittelmeer
- im Exilland Deutschland: „häusliche“ Gewalt in den Asylheimen (Messerattacken, religiös motivierte verbale Angriffe u. Beschimpfungen)



bis Ende 2014: 90 % gehören ethnisch-religiösen Minderheiten an

Dipl. Psych. Dieter David

Traumafolgestörungen - eine Auswahl

organisches Psychosyndrom nach Schädelhirntrauma
posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)
akute vorübergehende psychotische Störungen
Depressionen

generalisierte Angststörungen
 unkontrollierbare permanente Ängstlichkeit

Panikattacken

Herzrasen, Schwitzen, Zittern, Schwindel, „ich werde verrückt“, „ich erstickte“

dissoziative Störungen

Zustände von Abwesenheit des Bewusstseins (minuten-bis stundenlang)

somatoforme Störungen

- **Somatisierungsstörungen**
Beschwerden in verschiedenen körperlichen Bereichen
- **Schmerzstörungen**
chronischer Schmerz in Körperteilen

Dipl. Psych. Dieter David

Psychotisch anmutende Symptome bei Traumafolgestörungen (1) (eine Auswahl)

PTBS

- dissoziative Pseudo-Halluzinationen u. Pseudoillusionen
- dissoziative Flash-backs:
traumatisches Ereignis geschieht „hier und jetzt“

schwere Depression mit psychotischen Symptomen

- Schuldwahn
- Wahn von: Wertlosigkeit, körperlicher Krankheit
- Verfolgungswahn, akustische Halluzinationen: spöttische oder verdammende akustische Halluzinationen

Dipl. Psych. Dieter David

Psychotisch anmutende Symptome bei Traumafolgestörungen (2)
(eine Auswahl)

**Agoraphobie, Panikstörung,
generalisierte Angststörung**

- Angst, verrückt zu werden
- Gefühl, die Objekte sind unwirklich (Derealisation)
- Gefühl, man ist weit entfernt oder „nicht wirklich hier“ (Depersonalisation)

dissoziative Bewegungsstörungen

- kompletter oder Teilverlust der Bewegungsfähigkeit

paranoide Persönlichkeitsstörung

- häufige Beschäftigung mit unbegründeten Gedanken an „Verschwörungen“ (als Erklärung für traumatische Erlebnisse in der eigenen Biographie)

Dipl. Psych. Dieter David

Unspezifische Symptome als Folge von traumatischen Ereignissen

- kein Vertrauen zu den Menschen (Männern) und zu unserer Welt
Rückzug von den Menschen („scheu“)
- Beschäftigung mit dem Tod (suizidale Ruhewünsche / Selbstmordgedanken)
- Verlust von früheren religiösen oder politischen Überzeugungen / Wertvorstellungen („Glaubenssätzen“) ➡ **limitierende Glaubenssätze**
häufig: „wo war Gott ? ... warum lässt er diese Grausamkeit zu ?“
 - übermäßige Beschäftigung mit dem Täter
 - Verlust der Selbstachtung / Verlust der femininen Weiblichkeit
 - Selbstbeschuldigung: **Schuld - und Schamgefühle (quälend)**
 - Hilf/Hoffnungslosigkeit/Wertlosigkeit
- nach sex. Gewalt: sexuelle Störungen, sexuelle Aversion / Ekel / massive Störungen der Periode
- fast bei jedem traumatisierten Pat.:
Kopfschmerzen, schmerzhaft Muskelverspannungen, „Herzprobleme“, Magen- Darmbeschwerden... **chronische Schlafstörungen**

Dipl. Psych. Dieter David

PBV Stuttgart

Überlebende traumatischer Gewalt (in den Sitzungen)

wirken wie:

Champagnerglas

vs.

Weinglas



zerbrechlich

- scheu (schüchtern)
- überpünktlich
- grüssen freundlich, lächeln
- geduldig - nicht fordernd, werden selten laut
- „dankbar“ und hilfsbereit
- „vernünftiges“ Verhältnis zu ihrer Religion, aber: Pat. hadern mit Gott
- sehr viele sagen spontan „Hier in Deutschland werde ich das erste Mal in meinem Leben wie ein Mensch behandelt...“
- lernen relativ schnell Deutsch. Ausnahmen:
 - chronisch depressiv und/oder rezidivierende dissoziative Abwesenheitszustände des Bewusstseins
 - Analphabeten

Dipl. Psych. Dieter David

IV. Traumatherapie mit Flüchtlingen

Behandlungsphilosophie: salutogenetisch (nach A Antonovsky)

Achtung und Beachtung der Kultur (der regionalen Zivilisation)

Dipl. Psych. Dieter David

**SALUTOGENESE: Jeder Flüchtling, jeder Mensch / jedes Kind hat:
generalisierte Widerstandskräfte (GRR) = Ressourcen (nach A. Antonovsky)**

Personale Ressourcen

- biologische:
 - organische Stress-Resistenz
 - 8 Basisemotionen (Ergebnis der Evolution oder „von Gott gegeben“)
- psychologische:
 - Talente: Singen, Zuhören können, Bewegungstalente...
 - Fähigkeiten: Muttersprache, Kochen, Witze erzählen, erlernter Beruf ...
Erinnerungen aus der eigenen Biographie erzählen
 - Glaube an den „guten Gott“




Externe (beschützende) Ressourcen

- soziale:
 - Familie, Freunde (kultur-religiöse Heimattritiale feiern) ... Bekannte
 - freiwillige Helfer = ehrenamtliche Nachbarschaftshilfe
 - Pfarrer, Imam, Rabbiner ...
 - **Sozialarbeiter**, Lehrer, Sporttrainer, Rechtsanwalt, Trainer Polizist
 - Hausarzt, **Facharzt**, **Psychologe** ... Arzt im Krankenhaus
- materielle:
 - Wohnung im Asylheim, Sozialhilfe ... Lohnarbeit
 - Zugang zum Bildungs-und Gesundheitssystem und ... Sportvereine

Dipl. Psych. Dieter David

Typischer Verlauf psychologische Traumatherapie: Einzel
(VT, systemisch, hypnotherapeutische Elemente)

cave: Dolmetscher !

- Psychodiagnostik, medizinische Ganzkörperuntersuchung
- Psychoedukation u. Patientenaufklärung (auch mit Bezugspersonen in Gegenwart des Pat.)
- **salutogenetische Ressourcenmobilisierung**  **Talente, Fähigkeiten**
 **Kunst- Handwerk-Gruppen**  **externer Sportclub**
- Expositionsphase (Konfrontation mit Gewalterlebnissen)
- **psychiatrische Mitbehandlung: ist Psychopharmaka sinnvoll ?**
- Abschluss: selbstgewähltes Ritual und Rückfallprävention besprechen

bei Indikation, nach Beendigung der Traumatherapie : psychosomatische Reha

- bei akuter Eigen- / Fremdgefährdung: Überweisung in Psychiatrie
- immer: psychosoziale Fallarbeit = Beratung und Begleitung
- Fallbesprechungen (regelmäßig) mit:
 - Sozialbetreuung, Erzieher, Vormund (UMF), Lehrer
 - behandelnde Fachärzte wg. Medikation

Dipl. Psych. Dieter David

Traumafokussierte ärztlich-psychologische Behandlung

Wie ?

1. Aktivierung von persönlichen und externen Ressourcen
2. spezielle psychologische Traumatherapie
3. medizinische Ganzkörperuntersuchung
4. psychiatrische Mitbehandlung

Ziele:

von Scham und Schuld lösen
menschliche Verbundenheit vermitteln
Hoffnung und ... Lebensfreude

Ziele (nach A. Antonovsky):

- **Kontrolle:** ich kann mein Leben handhaben
- **Verständlichkeit:** ich verstehe, was in mir innen und aussen vorgeht
- **Sinnhaftigkeit:** ich bin wertvoll, mein Leben macht Sinn

Dipl. Psych. Dieter David

Fallvignette

Dipl. Psych. Dieter David

Fallvignette

Asylbewerber aus dem Irak - Einreise nach DE: Ende 2015
31 Jahre / Kurde, sunnitisch, Witwer

Traumatische Situationen

- 7 – 8 Ja. : Autounfall, Kopfverletzung, Krankenhaus, spricht nicht mehr (1 Jahr lang), in der Schule gehänselt u. geschlagen, verlässt die Schule
- 17 – 26 Ja.: Soldat der Peschmerga, Zeuge von Bombardierung Panzer durch US-Flugzeuge - 11 kurdische Soldaten werden zerfetzt
- 27 Ja.: Zeuge von Angriffen durch IS-Terrormiliz, viele Tote
- 27 Ja.: Zeuge von Ehefrau (18 Ja.), Nefte (7Ja.) und Nichte (5Ja.) ertrinken im Mittelmeer auf dem Weg Türkei nach Griechenland

Dipl. Psych. Dieter David

Fallvignette

Verlauf psychologische Traumatherapie mit Dolmetscherin
Beginn: Mai 2016

1. Notfallintervention wg. Suizidalität
2. Psychoedukation: Trauma, Schuld
3. Exposition (verbal und Zeichnen)
4. Aktivierung Ressourcen: Gärtner- Vermittlung zur Arbeit
5. Vermittlung Deutschkurs für Analphabeten

Restsymptomatik: kein Schlaf, deswegen:


6. Überweisung zu Dr. Roser: psychiatrische Mitbehandlung mit Dolmetscherin!
7. Fortführung der psychologischen u. psychiatrischen Therapie, regelmäßige

Dipl. Psych. Dieter David

Akute Beschwerden bei traumatisierten Flüchtlingen (1)

(kurz nach der Einreise in das Exilland)

- Durchfall, Verstopfung
- chronische Muskelverspannungen. Primär: Nacken und Rücken
- Schmerzen: Kopf, Magen-Darm, Brustbereich
- unregelmässige Periode

- Träume und Angstträume => **Angst vor der Nacht**  **chronischer Schlafmangel**
- Einschlafschwierigkeiten und Aufwachen in der Nacht
- Nervosität, „Streitsucht“, Wutanfälle (selten)
- sozialer Rückzug, ohne Energie
- Grübeln über Vergangenheit und Zukunft, Hoffnungslosigkeit

- Heimweh, Traurigkeit

- Phasen von Abwesenheit, Schwindelgefühle
- Psychotische anmutende Symptome

- Konzentrationsdefizite
- kompletter oder Teilverlust der Bewegungsfähigkeit => **Notarzt**
- plötzliche Erinnerungen an traumatisierende Erlebnisse => **Notarzt, Psychiatrie**
 - Angstattacken +Hyperventilation + Ohnmacht

Dipl. Psych. Dieter David

Akute Beschwerden bei traumatisierten Flüchtlingen (2)

(kurz nach der Einreise in das Exilland, bis dato kein positiver Bescheid über den Antrag auf Asyl)

Körperlich

- Kopfschmerzen, auch Migräneanfälle
- Herzrasen mit Atemnot
- Magenschmerzen
- Schmerzen im Brustbereich (primär: Herz)
- Muskelkrämpfe (Nacken u. Rücken)

- Verstopfung, Durchfall
- Tremor bei Stress

- unregelmässige Periode (extrem schmerzhaft) / Periode fällt aus für Monate / Dauerblutung (wochenlang)

- Pat. trinken zu wenig !

Dipl. Psych. Dieter David