

Dipl. Psych. Ingrid Ingeborg Koop
Psychotherapeutin

Flüchtlinge und Trauma

**Fachtag Stadt Bremerhaven
13.5.2016**



Beratungs- und
Behandlungszentrum
für Flüchtlinge
und Folteropfer

Refugio

Unterstützt durch:



EUROPÄISCHE KOMMISSION

EUROPÄISCHER FLÜCHTLINGSFONDS

SENAT DER FREIEN HANSESTADT BREMEN • BREMISCHE EVANGELISCHE KIRCHE
WALDEMAR KOCH STIFTUNG • AKTION MENSCH • TERRE DES HOMMES
UN GENF • UNO-FLÜCHTLINGSHILFE e.V. • PRIVATE SPENDEN

Trägerschaft: REFUGIO – psychosoziales Zentrum für ausländische Flüchtlinge e.V., Bremen; Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband



Vorstellung REFUGIO

www.refugio-bremen.de

REFUGIO – Schutzraum für die Seele

1989 Gründung des Vereins

1990 Aufbau des Behandlungszentrums

1992 Mitbegründerin des Bundesverbandes BAFF

2002 Umzug in die Parkstrasse und Ausweitung der Arbeit

2014 25jähriges Jubiläum und Gründung der „Stiftung Refugio“

www.refugio-stiftung.de

- **ca. 250 PatientInnen im Jahr, seit 2015 ca. 300-400**
- **1. Schwerpunkt: Wege ins Gesundheitssystem bahnen**
- **2. Schwerpunkt: Spezielle Psychotherapie/Traumatherapie
mit Hilfe von DolmetscherInnen**
- **Finanzierung durch Projektmittel von Land, Kirche, EU, UN und private Spenden**

Gesamtzahl 2015: 334 Ratsuchende

Davon Neuanmeldungen: 215

Haupt-Herkunftsgebiete:

Türkei (Kurden), Afghanistan, Iran, Irak, Syrien, Libanon,
ehemaliges Jugoslawien (v.a. Roma),

Tschetschenien und (ehemalige) Sowjetunion, West- und Ostafrika, Sri Lanka

Sprachen:

Englisch, französisch, farsi/dari, arabisch, portugiesisch, türkisch,
kurdisch (kurmanci, zaza), russisch, romanes, serbokroatisch, albanisch,
tamil, armenisch, tigrinja, somali

- 1. Primäre Traumatisierung:** Politische und ethnische Verfolgung, Krieg, Bürgerkrieg, Kindersoldaten
- 2. Sekundäre Traumatisierung der Kinder:** Familientabus, Familiengeheimnisse, eingefrorene Trauer, Veränderung der Beziehung zu den Eltern
- 3. Fehlende Sicherheit:** Kettenduldung und Abschiebedruck, Sorge um Angehörige im Heimatland
- 4. Hoher Alltagsdruck:** Residenzpflicht, verringerte Sozialhilfe, undurchschaubare Bürokratie, schlechte Wohnverhältnisse, Ausbildungs- und Arbeitsbeschränkungen, Diskriminierung und Übergriffe
- 5. Migrationsprobleme:** Aufgabenverwirrung und Rollenumkehr in der Familie, Kulturschock, Status- und Identitätsverlust, Mythen über (Ereignisse im) Heimatland und Flucht
- 6. Familiäre Probleme:** Generationenkonflikte, häusliche Gewalt u.a.

Das psychische Trauma

Definition nach ICD 10:

- ▶ „Kurz- oder langanhaltendes
- Ereignis oder Geschehen
-
- ▶ von außergewöhnlicher Bedrohung
-
-
- ▶ mit katastrophalem Ausmaß,
-
-
- ▶ das nahezu bei jedem tiefgreifende
- Verzweiflung auslösen würde.“

Traumasympptome

- 1. Übererregung (Nervosität, Konzentrationsprobleme, Schreckhaftigkeit, u.a.; AUCH: innere Abwesenheit, emotionale Betäubung; aggressives Verhalten, bes. bei Männern, Suizidalität, bes. bei Frauen)**
- 2. Erinnerungsdruck (Alpträume, Intrusionen, flashbacks u.a.; AUCH: Amnesien, Dissoziationen, psychogene Ohnmachten)**
- 3. Vermeidungsverhalten (Auslösereize, sozialer Rückzug und Isolation)**
- 4. Co-Erkrankungen (Angst/Depressionen, Persönlichkeitsstörungen, somatische Krankheiten u.a.)**

1. Trauma als „man made desaster“

2. Traumatisierung ist nicht gleich traumatischer Erkrankung

3. Trauma als Prozess

- ▶ Traumatisierung geschieht in Sequenzen.

- ▶ Nach dem Ende der direkten Bedrohung endet die Traumatisierung nicht automatisch.
- ▶ Der Verlauf der Zeit nach der direkten Bedrohung ist von entscheidender Bedeutung für die Entwicklung seelischer (Langzeit)schädigungen.
- ▶ Notwendig in dieser Zeit sind
 - **Schutz und Sicherheit**
 - **Gute Basisversorgung**
 - **Tragfähige Beziehungen**

- Ressourcenorientiert
- Kultursensibel
- Multimodal und integrativ (Körper-Seele-Geist-Einheit)
- Migrations- und traumabezogen
- Therapeutische Triade (DolmetscherIn)
- Netzwerkarbeit, Kooperation mit anderen Einrichtungen

- Schutz und Sicherheit, d.h. Sicherstellung der Basisversorgung incl. Aufenthalt
- Herstellen von Normalität
- Tragfähige Beziehungen anbieten, d.h. Zuwendung, Regeln, Grenzen
- Arbeiten im System, d.h. das (Hilfs-)system in Anspruch nehmen und auf Trab bringen, z.B. Überweisungsmöglichkeiten
www.psychinfo.de www.arztauskunftniedersachsen.de
- Eigene Standortbestimmung und Selbstfürsorge, z.B. Fortbildungen Schule www.schlau-schule.de

- **Psychoedukation: Erklären Sie!**

Thesen zum Begriff Kultur

- Kultur steht in enger Wechselwirkung mit den politischen, gesellschaftlichen und ökonomischen Bedingungen, in denen Menschen leben
- Soziale Komponente: Orientierungssystem und Sinnggebung durch Interaktionsmuster, Normen, Werte, Praktiken und Gewohnheiten
- Kultur ist dynamisch, der Prozess der Kultivierung ist permanent fließend. Jede Kultur ist in sich vielfach differenziert, gegliedert und geschichtet
- Kulturen sind keine in sich abgeschlossenen oder autarken Gebilde, sondern stehen in vielfältigen Beziehungen zueinander

Der Kulturbegriff ist eine deskriptive, keine normative Kategorie

Einige Stolpersteine:

- Sprache / Nonverbale Kommunikation
- Ethnozentrismus
- Interaktionsangst
- Falsche Annahmen über Ähnlichkeiten und Unterschiede zw. der eigenen und fremden Kulturen

Einige Schlüsselqualifikationen:

- Kulturwissen - über Hintergründe und die Systemzusammenhänge der eigenen und der fremden Lebenswelt
- Eigene Vorurteile erkennen, reflektieren und relativieren
- Rollendistanz – Fähigkeit, sich selbst zu beobachten
- Ambiguitätstoleranz – Gegensätze und Mehrdeutigkeiten aushalten können
- **Offen-neugierige Grundhaltung**

- Schaffen Sie Kontakt
- Fragen Sie nicht nach der Fluchtgeschichte
- Keine Rechtsberatungen
- Seien Sie nicht enttäuscht, wenn Ihre Angebote nicht angenommen werden: Wir haben es mit erwachsenen Menschen zu tun, die ihre eigenen Entscheidungen treffen
- Auf Augenhöhe: Seien Sie offen, wenn die Menschen auch Ihnen etwas beibringen wollen
- Umgang mit Pünktlichkeit
- Umgang mit Umwelt und Energie
- Bleiben Sie in Kontakt