

# Kultursensible Traumatherapie in einem psychosozialen Zentrum für Geflüchtete

**Berufsperspektiven für Psychologen, Universität  
Konstanz, 06.09.2022**

Katharina Schleifer, Psychologin (M.Sc.), Systemische Therapeutin

## Geplanter Ablauf:

- 1. Kurze Vorstellung der Einrichtung und des Versorgungskontextes**
- 2. Überblick über die Tätigkeiten als Psychologin in diesem Berufsfeld**
- 3. Einblicke in die therapeutische Arbeit**
- 4. Darstellung der Spezifika und an der Arbeit mit Geflüchteten**
- 5. Fragen**

# 1. Die Einrichtung: Behandlungszentrum für Folteropfer Ulm

- Gründungsjahr: **1995**
- Träger: **RehaVerein für soziale Psychiatrie Donau-Alb e.V.**
- Spitzenverband: **Der Paritätische**
- Mitglied der **BAfF**- Bundesweite Arbeitsgemeinschaft der Psychosozialen Zentren für Flüchtlinge und Folteropfer
- Finanzierung durch **Projektmittel**: LRA, Land BaWü, BMFSFJ, Kirchen, ai, Spenden
- Einzugsregion: Augsburg – Reutlingen, Würzburg –Friedrichshafen
- Schließt **Versorgungslücke im Gesundheitssystem**, insbesondere bzgl. Aufenthaltsstatus und Sprachmittlung

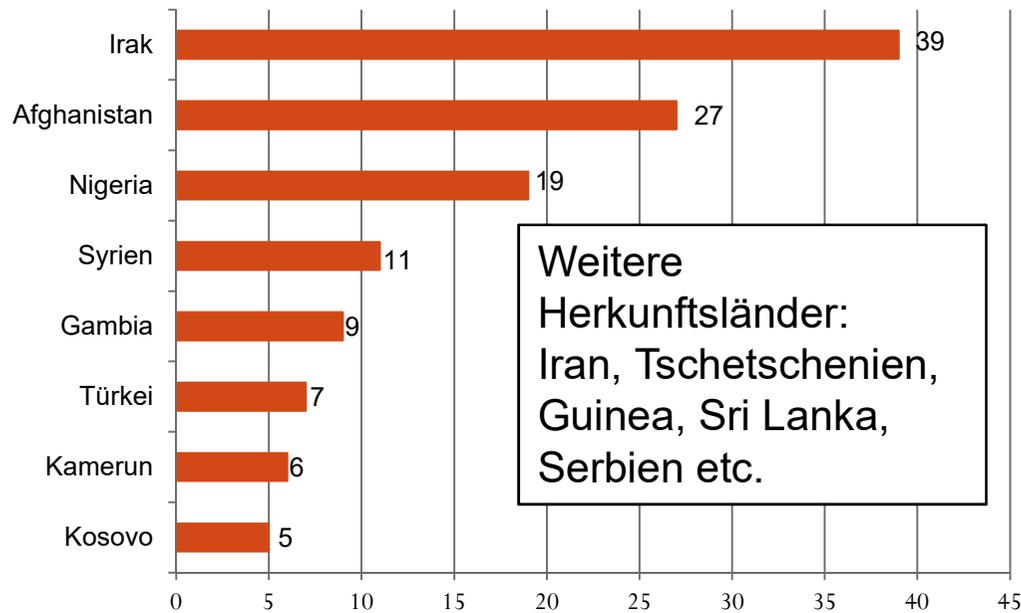
# Struktur des BFU

- Gesamtleitung
- Therapeutische Leitung
- Team:
  - 6 Psychotherapeut:innen (verschiedene therapeutische Ausrichtungen)
  - 2 Kunsttherapeutinnen
  - 2 Sozialarbeiterinnen
  - 1 Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin und Psychotherapie
  - 3 Verwaltungskräfte
  - 1 Projektassistent
  - versch. Mitarbeiter auf Honorarbasis (Öffentlichkeitsarbeit, Fundraising, HiWi...)
  - 1 Psychologie-Praktikant:in
  - etwa 30 Kultur- und Sprachmittler

# Klientel

- ca. **150 Personen** in laufender Behandlung
- **Geschlechterverhältnis:** 57% Männer, 43% Frauen

## Verteilung nach Herkunftsländern (absolute Zahlen)



## Aufenthaltsstatus:

- Aufenthaltserlaubnis: 45%
- Aufenthaltsgestattung: 29%
- Duldung: 18%
- Andere/unbekannt: 8%

## 2. Meine Tätigkeit im BFU

### Vielfältige Aufgaben als Psychologin:

- Diagnostik
- Einzeltherapie
- Gruppentherapie
- Dokumentation und Verfassen von Berichten
- Verfassen von Stellungnahmen im Asylverfahren
- Netzwerkarbeit und Kooperation mit Rechtsanwält:innen, Ärzt:innen, Sozialarbeiter:innen, Betreuer:innen, Ehrenamtlichen...
- Beratung von Angehörigen/ Personen im Helfersystem
- Überschneidungsbereich Sozialarbeit (Anliegen: Rechtsberatung, Ausbildung, Beschäftigung, Deutschkurs, Wohnungssuche, sozialer Anschluss...)
- Teamsitzungen, Konzeptuelle Planungen
- Intervision, Supervision
- Praktikantenanleiterin
- Fortbildungen für Ehrenamtliche und Professionelle
- Öffentlichkeitsarbeit vor Ort

Psychotherapie: Themen, Hintergründe und allgemeine Belastungsfaktoren traumatisierter Geflüchteter

**Biographische Vulnerabilität**

**Erlebnisse auf der Flucht**

**Erlebnisse im Heimatland**

**Zusätzliche Belastung durch Exilsituation**

(Enge, Langeweile,...)

**und unsichere Zukunft**

(Asyl, Familie,...)

# Potentiell traumatische Ereignisse

	<b>Man- made Traumata</b>	<b>Akzidentelle Traumata</b>
<b>Typ I Kurzdauernd</b>	Vergewaltigung Gewalttätiger Angriff	Naturkatastrophen Unfälle
<b>Typ II Längerdauernd/ Wiederholt</b>	Kriegserlebnisse Kampfhandlungen Inhaftierung Folter	Erdbeben

# "Traumafolgestörung"

- PTBS
- Depression
- Angststörungen
- Dissoziative Störungen
- Somatoforme Störungen
- Substanzmissbrauch (Sucht)
- Zwangsstörungen
- Persönlichkeitsstörungen

## Besondere Vulnerabilitäten

- Ständiges Erinnertwerden, z.B. durch Narben
- Schuldgefühle, „Überlebensschuld“
- Fehlende Anerkennung

## Relevante Dimensionen in der Begleitung

- körperliche Schädigungen
- psychosomatisch
- psychisch
- sozial
- rechtlich
- gesellschaftlich/ kulturspezifisch

### 3. Einblicke in die therapeutische Arbeit

#### Typische Themen und Ziele in der Therapie

- Stabilisierung
- Würdigung und Anerkennung
- Wiederaufbau von Vertrauen und stabilen Beziehungen
- Schlaf, Konzentration, Dissoziation, Schmerzen, Schuld und Scham, Gereiztheit und Aggression, Depression, Substanzmissbrauch
- Skills im Umgang mit Symptomatik
- Selbstverletzung und Suizidalität
- Umgang mit Familienangehörigen
- Traumabewältigung bei ausreichender äußerer und innerer Stabilität
- neue Lebensperspektiven entwickeln
- Finden einer eigenen, neuen Identität in der Integration verschiedener Kulturen

# Stabilisierung

- Psychoedukation
- Alltagsstruktur
  - Normalität wiederfinden
  - Tagesstruktur
  - Begleitung und Unterstützung beim Finden von Arbeit und Ausbildung
- Techniken zur Stressregulation/ Beruhigungstechniken
  - Atemübungen
  - Entspannungsphasen
  - Achtsamkeit
  - Imaginationstechniken
  - Distanzierung
  - Bewegung/Sport
  - Rituale und religiöse Elemente, z.B. Koransuren hören

# Stabilisierung

- **Ressourcenarbeit**
  - Zugang zu den Ressourcen, die in der Heimat präsenter waren
  - Welche Stärken wurden auf der Flucht gebraucht und eingesetzt?
  - Was tut mir gut? Was kann ich mir selber jeden Tag Gutes tun? → positives Netzwerk „am Laufen halten“
  - Selbstwert / Selbstwirksamkeit erhöhen
- **Gefühl von Kontrolle und Sicherheit wiederherstellen**
  - Wahlmöglichkeiten geben
  - Erklärungen geben
  - Autonomie stärken

# 4. Das Spezifische bei der Arbeit mit Geflüchteten

- **Therapie mit Traumatisierten**
  - Nicht familiäre Gewalt, sondern Gewalt, bedingt durch gesellschaftliche Verhältnisse und Strukturen ist meist Hintergrund der Traumata
  - Hohe Vergesslichkeit wegen Dissoziationsneigung (auch was Inhalte der Therapie betrifft)
- **Therapie mit Geflüchteten**
  - Oftmals Analphabeten, geringe Bildung
  - Unklare Aufenthaltsperspektive: noch nicht endgültig in Sicherheit, fehlende Zukunftsperspektive
  - Familienangehörige im Heimatland/ in der Not
  - Sehr ganzheitliches Arbeiten, verschiedene Ebenen, nicht rein psychotherapeutisch

- **Sprachmittlergestützte Therapie**

- Spezielles Setting, das Schulung erfordert
- verkompliziert den therapeutischen Prozess, sprachliche Missverständnisse
- benötigt wesentlich mehr Zeit

- **Interkulturelle Therapie**

- Kulturelle Besonderheiten und Missverständnisse (z.B. Höflichkeit)
- Vorstellungen von Psychotherapie
- Kultursensibilität
- Einbindung der Bezüge zur Heimat
- Religion / Spiritualität
- Metaphern und Bilder oft sehr hilfreich

## **Besonders wichtig in dem Arbeitsfeld erscheinen mir:**

- Realistische Zielvorgaben
- Gelassene Grundhaltung, Vermeidung von Hyperexposition und Fixierung
- Begrenzung von Fallzahlen & Arbeitslast
- Aushalten können von Unsicherheit und Ungerechtigkeit
- Einbettung in die Gesellschaft, Vernetzung statt Verfeindung
- Ambiguitätstoleranz
- Viel Geduld , Kreativität und Freude

Noch offene Fragen?

Weitere Fragen?

Fragen zum Praktikum?

**Herzlichen Dank!**

Kontakt, auch für Praktikumsanfragen:  
[k.schleifer@rehaverein.de](mailto:k.schleifer@rehaverein.de)