

Psychische Folgen von Gewalterfahrung / Verein Hemayat

Vortrag am 22. 10. 2008 von Dr. Cecilia Heiss, klinische Psychologin und Geschäftsführerin bei Hemayat, Betreuungszentrum für Folter- und Kriegsüberlebende.

Zusammenfassung:

Ein „traumatisches Ereignis“ liegt vor, wenn eine lebensbedrohliche Situation oder eine andere Bedrohung der körperlichen Unversehrtheit für sich selbst direkt erlebt oder beobachtet wird und mit intensiver Angst, Hilflosigkeit und Entsetzen verbunden ist. Diese Extremsituation führt häufig zu einer Posttraumatischen Belastungsstörung, einer Krankheit mit typischen Symptomen wie Wiedererleben der traumatischen Situation, Schlafstörungen, heftige Reizbarkeit, vermindertes soziales Interesse und Selbstverletzungen. Die Situation für AsylwerberInnen in Österreich bedingt zusätzlichen Stress und Unsicherheit, bietet also kaum Rahmenbedingungen, die psychischen Folgen von Gewalterfahrungen zu bewältigen. Der Verein „Hemayat“ bietet medizinische, psychische und psychotherapeutische Hilfe für Folter- und Kriegsüberlebende an. Ziel der Therapie ist die Stabilisierung und Hinwendung zur Zukunft. Hemayat leistet wichtige Arbeit als Basis einer besseren Integration dieser Personen, die Finanzierung ist derzeit jedoch gefährdet.

Mehr zum Thema:

In der Alltagssprache wird der Begriff Trauma heutzutage inflationär benutzt und für eine Reihe von unangenehmen oder erschreckenden Ereignissen verwendet. In der Regel sind damit "subjektiv belastende" Erlebnisse oder Situationen gemeint, die aber einer echten Bedeutung des Wortes Trauma nicht gerecht werden; das birgt die Gefahr, dass dadurch tatsächliche traumatische Erfahrungen banalisiert werden.

Wenn wir mit extremer (oder gar tödlicher) Bedrohung konfrontiert sind, reagieren wir meist instinktiv mit Reaktionsphänomenen, die als „fight or flight“ beschrieben wurden. Es wird mehr Energie zu den lebenswichtigen Organen und Muskeln zugeführt, was dem Organismus ermöglicht besser zu kämpfen oder eben zu fliehen. In der Regel kann man damit einem Trauma entrinnen, man kann sich wehren, entkommen, weglassen und Hilfe holen. Solche, sicher schwer zu verarbeitende Situationen, sind aber nicht automatisch auch traumatisch.

Erst wenn ein Entkommen oder Wehren aussichtslos ist, kommt es zu einem Phänomen, „freeze and fragment“ genannt, einer inneren Erstarrung und Distanzierung. Unter anderem durch Endorphinausschüttung wird in der Situation weniger Schmerz empfunden. Das Erleben der Situation wird zersplittert (Dissoziation), vieles davon wird verdrängt, nicht verarbeitet und ist später auch nicht nacherzählbar – eine traumatische Situation.

Ein „traumatisches Ereignis“ liegt vor, wenn eine lebensbedrohliche Situation für sich selbst oder für andere oder eine andere Bedrohung der körperlichen Unversehrtheit direkt erlebt oder beobachtet wird. Zusätzlich ist dieses Ereignis mit intensiver Angst, Hilflosigkeit und Entsetzen verbunden. Von „Extremtraumatisierung“ spricht man, wenn eine derartige Situation mit ungewisser Dauer und mit Aussicht auf Tod erlebt wird. Entscheidend ist das Erleben der absoluten Hilflosigkeit und der Ausweglosigkeit des eigenen Handelns.

Durch ein traumatisches Erleben wird der Glaube an die eigene Sicherheit, das Gute und Gerechte in der Welt erschüttert. Ein traumatisches Ereignis ist eine Extremsituation. Sie kann bewältigt werden oder zu einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) führen.

Diese Folgeerkrankung tritt eher auf, wenn die traumatische Situation langanhaltend oder wiederholt aufgetreten ist, wenn sie auf zwischenmenschlicher Gewalt beruht, der Täter ein nahe stehender Mensch war, wenn sich das Opfer mitschuldig fühlt, bei sexueller Gewalt

und sadistischer Folter, wenn schwere Verletzungen verursacht wurden und wenn mehrere Täter beteiligt waren.

Zusätzlich tritt die PTBS häufiger auf, wenn das Trauma anschließend durch andere nicht anerkannt wird, es an sozialer Unterstützung mangelt, es fortgesetzte negative Lebensereignisse gibt und wenn sekundäre Stressfaktoren (Umzug, etc.) hinzukommen. All dies ist für AsylwerberInnen in Österreich zumeist gegeben – d.h. die Situation hier ist ein zusätzlicher Krankheits-auslösender Faktor!

Die drei typischen Symptomgruppen sind:

1. Intrusionen: die traumatische Situation wird andauernd wiedererlebt, auch so, als ob sie real wäre (flashbacks), häufig sind Alpträume und Halluzinationen; die Konfrontation mit Reizen, die einen Aspekt des ursprünglichen Traumas symbolisieren oder daran erinnern, ist mit einer intensiven psychischen Belastung und entsprechenden körperlichen Reaktionen verbunden;
2. Vermeidung von Gedanken, Gefühlen, Orten, Aktivitäten, die an die traumatische Situation erinnern könnten; eine Unfähigkeit, sich genau an das Trauma erinnern zu können; das Gefühl von Entfremdung sich selbst und anderen Menschen gegenüber; verminderte soziale Interessen und Gefühle (abgesehen von Angst); keine Möglichkeit, sich für die Zukunft etwas Positives vorstellen zu können;
3. Hyperarousal, eine andauernde Übererregung, Ein- und Durchschlafstörungen, heftige Reizbarkeit, erhöhte Schreckreaktion und Überwachsamkeit; die Bereitschaft, sich zu wehren, ist hoch, es kommt zu Gewalt in der Familie; diesbezüglich ist die Situation in Asylheimen sehr belastend;

Zusätzlich werden auch oft Scham- und Schuldgefühle (auch gegenüber denjenigen, die nicht überlebt haben bzw. fliehen konnten), Selbstverletzungen, Depressionen, Angst, Sucht und Somatisierung beobachtet.

Die posttraumatische Belastungsstörung kann chronisch und zu einer Persönlichkeitsstörung werden, vor allem, wenn über eine längere Zeit keine Behandlung erfolgt.

„Hemayat“ bedeutet auf arabisch/persisch „Schutz, würdevolle Betreuung“. Der 1994 gegründete gemeinnützige Verein „Hemayat“ ist ein Betreuungszentrum und bietet medizinische, psychologische und psychotherapeutische Hilfe für Folter- und Kriegsüberlebende, vielfach AsylwerberInnen, an.

Die KlientInnen sind mehrfach belastet, zunächst durch Verfolgung, Folter oder Krieg als Auslöser ihrer Flucht. Die Flucht selbst, das Verschwinden oder Nicht-Wissen um Angehörige ist eine zusätzliche starke Belastung. Diese Menschen haben die Heimat verloren, vielfach Verwandte, aber auch Werte, Identität und Orientierung.

Die Ungewissheit um die Aufnahme im Asylland, das Warten auf Bescheide, die Befragungen im Asylverfahren, oft mit Verdächtigungen, vermitteln das Gefühl des Ausgeliefertseins und der Sprachlosigkeit, durch die erzwungenen Arbeitslosigkeit leidet zudem das Selbstwertgefühl. Es besteht die ständige Gefahr der Rückschiebung oder Schubhaft und damit die Gefahr, den Tätern oder der das Trauma auslösenden Situation neuerlich ausgesetzt zu werden. Somit trägt die Situation in Österreich ungewollt zur „seriellen Traumatisierung“ bei!

Unter diesen Rahmenbedingungen ist es innerhalb der Psychotherapie vorerst kaum möglich, das Trauma aufzuarbeiten. Vorrangig geht es daher um Stabilisierung und eine Besserung der Symptome – wesentliche Voraussetzungen für eine soziale Integration. Ziele der Therapie sind es, bei der Trauer zu begleiten, Selbstwert und Beziehungsfähigkeit zu verbessern und dabei zu unterstützen, wieder in der Gegenwart zu leben und Zukunftspläne zu entwickeln. Bei vielen von Hemayat betreuten Menschen sind diese Veränderungen spürbar, sie entwickeln Vertrauen und einen Blick in die Zukunft.

Beim Verein Hemayat arbeiten u.a. 17 PsychotherapeutInnen, 3 PsychiaterInnen, 21 DolmetscherInnen und eine Psychologin – alle für sehr geringe Honorare. Der Verein ist für die KlientInnen häufig der erste nicht-bürokratische Kontakt in Österreich. Für sie ist es eine wichtige Erfahrung, dass sie im Mittelpunkt stehen, ihnen zugehört wird, und dass das Zuhören ertragen werden kann und nicht als Belastung gesehen wird. 44% der KlientInnen

sind Frauen, fast alle haben Erfahrungen mit sexueller Gewalt. Wenn Kinder nicht selber Opfer der Gewalt wurden, dann liegt zumindest eine „sekundäre Traumatisierung“ vor, sie übernehmen Erfahrungen ihrer Eltern. Zugleich „funktionieren“ sie oft sehr gut, agieren etwa als Dolmetsch für die Familie.

Die Finanzierung der Arbeit von Hemayat erfolgt teilweise über das Innenministerium gemeinsam mit dem Europäischen Flüchtlingsfonds. Bisher hatte die Stadt Wien über den Fonds Soziales Wien die Therapie für PatientInnen in der Grundversorgung bezahlt, seit September 2008 sollte dies direkt durch das Innenministerium übernommen werden. Leider wird dies jedoch nicht übernommen. Daher muss Hemayat derzeit viele Menschen abweisen und kann nur eine Notversorgung mit Krisenbehandlung oder Medikamenten anbieten.

Aus der Diskussion:

Von mehr Öffentlichkeitsarbeit wird eine Verbesserung für die Situation von Hemayat erhofft. Das Thema ist einer breiten Öffentlichkeit jedoch „schwer verkäuflich“: einerseits sind die traumatische Erfahrungen so schlimm, dass sie nicht gehört werden wollen, andererseits kann man Folteropfer nicht öffentlich präsentieren, auch wird Psychotherapie oft nicht als unbedingt notwendige Behandlung angesehen.

In Österreich ist – unter anderem durch die Medien – das Flüchtlingsthema stark an das Thema „Sicherheit“ gekoppelt und wird daher vielfach als bedrohlich gesehen. Zugleich ist die Situation für Flüchtlinge in Österreich bedrohlich.

Hemayat hat zur Zeit 585 KlientInnen, die meisten haben etwa 1 Mal pro Woche Therapie, die schwierigen Lebensumstände bewirken häufige Einbrüche, die Behandlung dauert entsprechend länger.

Viele KlientInnen werden von anderen Organisationen zugewiesen, auch in den Flüchtlings-communities (z.B: Tschetschenen, Afghanen) hat Hemayat einen sehr guten Ruf. Es gibt sehr viele Anfragen, die zurzeit abgewiesen werden müssen. Die Warteliste ist lange, es besteht die Gefahr der Chronifizierung. Durch die PTBS ist die Aufmerksamkeit und Konzentration beeinträchtigt. Die meisten Menschen bleiben letztlich in Österreich, für eine Integration ist es sehr wichtig, die Krankheit zu behandeln. Sonst „züchten wir uns Zombies“. Finanzierung für Hemayat wäre besser investiert als etwa in Schubhaftentschädigungen.

Ähnliche Organisationen wie Hemayat gibt es zum Teil auch in anderen Bundesländern, es besteht ein Austausch.

Die Arbeit bei Hemayat ist sehr belastend. Für die MitarbeiterInnen gibt es Unterstützung durch Intervision und Supervision und die Vor- und Nachbesprechungen mit den DolmetscherInnen. Wichtig in der Arbeit ist der Fokus auf die Möglichkeit der Veränderung der Situation, auf eine positive Zukunft.

Spenden für den Verein Hemayat:

| | |
|-----------------|---|
| Kontonummer | 28 446 099 600 |
| Erste Bank, BLZ | 20 111 |
| EmpfängerIn | Hemayat – Verein zur Betreuung von Folter- und Kriegsüberlebenden |

Protokoll: Barbara Streicher