

Fachspezifischer Hintergrund der Arbeit von HEMAYAT:

Posttraumatische Belastungsstörung als Reaktion auf Krieg und Folter

Trauma (v. griech. τραύμα „Wunde“) heißt Verletzung. Es gibt Verletzungen, die von selbst heilen. Es gibt Verletzungen, die man mit 'Hausmitteln' behandeln kann. Aber es gibt auch Verletzungen, die einer professionellen Behandlung bedürfen. Die Männer, Frauen und Kinder, die bei HEMAYAT Hilfe suchen, haben so schwerwiegende psychische Verletzungen erlitten, dass sie traumatisiert und auf professionelle psychologische Hilfe angewiesen sind, um wieder gesund zu werden. Dabei zählt jeder Tag: Akute Belastungen infolge von Folter- und Kriegserfahrungen müssen so rasch wie möglich behandelt werden, um die Entwicklung chronischer Beschwerden zu verhindern.

Eine traumatische Situation geht mit intensiver unkontrollierbarer Angst, Hilflosigkeit oder Entsetzen einher; von Extremtraumatisierung spricht man, wenn diese Situation von völlig ungewisser Dauer ist und man als einzigen Ausweg den eigenen Tod erwartet. Sie bewirkt eine dauerhafte Erschütterung des Selbst- und Weltverständnisses und führt in vielen Fällen zu schweren psychischen Erkrankungen. Die Posttraumatische Belastungsstörung (PTSD) ist die häufigste Folgeerkrankung, die nach solchen Erfahrungen diagnostiziert wird. Bei Folteropfern liegt die Wahrscheinlichkeit für eine Folgeerkrankung bei nahezu 100 Prozent.

Die KlientInnen von Hemayat leiden meist an einer schweren posttraumatischen Belastungsstörung infolge serieller Traumatisierungen (meist Krieg, mehrmalige Folter, lebensgefährliche Flucht etc.), – nicht vergleichbar mit einem einzelnen Schockerlebnis, etwa nach einem Unfall. Auch hier in Österreich fühlen sich die KlientInnen von Hemayat noch nicht in Sicherheit. Die Existenz als Asylwerber und die Trennung von Angehörigen, Angst vor Abschiebung und Unsicherheit über den Ausgang der oft Jahre dauernden Asylverfahren stellen weitere Belastungen dar.

Um lebenslanges Leiden an den Folgen der traumatischen Ereignisse und darüber hinaus eine Weitergabe der Traumatisierung an die nächste Generation zu vermeiden, muss den Betroffenen so rasch wie möglich Hilfe zukommen. Denn erst durch das Verarbeiten der furchtbaren Erlebnisse mit professioneller medizinischer und therapeutischer Begleitung können die belastenden Symptome wie massive Schlafstörungen, Alpträume, Flashbacks, Depressionen und psychosomatische Schmerzattacken gelindert werden und ein Neubeginn und eine Integration in Österreich möglich.

Kernsymptome der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTSD)

Ein andauerndes Wiedererleben des traumatischen Ereignisses

Das zeigt sich in unkontrollierbaren, überflutenden Erinnerungen an das traumatische Ereignis (Bilder, Gedanken, Alpträume) oder in Handlungen oder Gefühlen, die ablaufen, als ob das traumatische Ereignis sich aktuell wiederholen würde. Die Konfrontationen mit Reizen, die einen Aspekt des ursprünglichen Traumas symbolisieren oder daran erinnern, sind mit einer intensiven psychischen Belastung und entsprechenden körperlichen Reaktionen verbunden.



An Jahrestagen, beim Anblick von Uniformen, in zellenähnlichen engen Räumen, bei verhörähnlichen Befragungen fühlen sich viele der von Hemayat betreuten Menschen wieder in die traumatisierende Situation und den damit verbundenen Schrecken zurückversetzt.

Das Bemühen, Situationen oder Reize, die dem ursprünglichen traumatischen Ereignis ähneln oder mit diesem assoziiert sind, zu vermeiden

Dies äußert sich in einem bewussten Vermeiden von Gedanken, Gesprächen, Aktivitäten, Orten, Menschen oder Situationen, die an traumatische Inhalte erinnern. Betroffene können sich oft an einzelne Aspekte oder das gesamte traumatische Ereignis, den Zeitraum seines Auftretens oder unmittelbar vorausgehende oder nachfolgende Zeitperioden nicht erinnern. In anderen Situationen, Bewusstseins- und Affektlagen werden Erinnerungen manchmal wieder zugänglich. Häufig besteht ein vermindertes Interesse oder eine verminderte Teilnahme an Aktivitäten, die früher für die Person wichtig waren, ein Gefühl von Entfremdung von sich selbst und von anderen Menschen, sowie das Gefühl, keine Zukunft mehr für sich zu sehen. Manche Betroffene haben sich von allen sozialen Kontakten zurückgezogen. Oft stellt es eine erste Herausforderung dar, im Rahmen der Therapie wieder eine Stunde mit einem anderen Menschen in einem Raum zu verbringen.

Eine andauernde Übererregung, die vor dem Trauma nicht bestand

Diese kann sich in Reizbarkeit oder Wutausbrüchen, Schlaf- und Konzentrationsstörungen, übertriebener Aufmerksamkeit und Wachsamkeit, Nervosität und erhöhter Schreckhaftigkeit, sowie in begleitenden körperlichen Reaktionen ausdrücken. Folterüberlebende erleben Stresssituationen des Alltags oft so als wären sie lebensbedrohlich.

Therapeutische Maßnahmen bei Hemayat

Im psychologischen/psychotherapeutischen Bereich werden bei Hemayat verschiedene Maßnahmen zur Stabilisierung und Therapie des psychischen Zustandes gesetzt:

- Kriseninterventionen erfolgen bei akuter, lebensbedrohlicher Destabilisierung, wobei abgeklärt wird, ob zusätzliche stationäre Behandlung notwendig ist;
- Kurzzeittherapien helfen den Betroffenen, schwierige Lebensphasen und akute Krisen zu bewältigen und adäquate Lösungsstrategien für die momentane Belastungssituation zu erarbeiten;
- Langzeittherapien dienen der Bearbeitung der traumatischen Erlebnisse. Die schwerwiegende und sozial beeinträchtigende Symptomatik kann gelindert bzw. bewältigt werden; Zukunftsorientierung im Hinblick auf die Integration in Österreich wird möglich.
- Psychiatrische, medikamentöse Behandlung zur Stabilisierung.

Bei Hemayat arbeiten Psychotherapeuten unterschiedlichster Ausrichtung mit verschiedenen anerkannten Psychotherapie-Methoden, z.B. systemische Familientherapie, Einzel-Gesprächstherapie, Kunst- und Bewegungstherapie in Gruppen und Kinderspieltherapie. Voraussetzung für die Aufnahme als Therapeut bei Hemayat ist die Spezialisierung auf die Behandlung von schwersttraumatisierten Menschen.

Rückfragen: Dr. Cecilia Heiss, Geschäftsführerin HEMAYAT, Mobil: +43 / 676 /724 71 73

cecilia.heiss@hemayat.org , www.hemayat.org

Basispressemappe HEMAYAT: <http://www.hemayat.org/presse.html>

Infos über Spendenmöglichkeiten: <http://www.hemayat.org/spenden.html>