Traumapädagogische Empfehlungen in der Arbeit mit jungen Flüchtlingen

Dr. Dima Zito, PSZ Düsseldorf

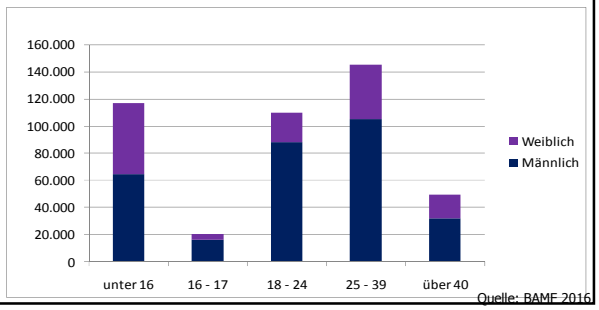
Kinder stärken für das Leben – was wirkt und hilft?
Ev. Jugendhilfe Menden – 7. Fachtagung, 10.11.2016

UNHCR-Statistik

- Weltweit 65,3 Mio. Menschen auf der Flucht
  - Binnenvertriebene 40,8 Mio. (2015: 8,6 Mio.)
  - Flüchtlinge: 21,3 Mio. (2015: 1,8 Mio.)
  - Asylsuchende: 3,2 Mio.
- Hauptherkunftsländer (54%): Syrien, Afghanistan, Somalia
- Hauptaufnahmeländer: Türkei, Pakistan, Libanon, Iran, Äthiopien, Jordanien
  - 86% aller Flüchtlinge bleiben in benachbarten Staaten / Entwicklungsländern

Wer kommt hier an?

•476.649 Asylanträge 2015
•davon 137.479 Minderjährige, d.h. etwas mehr als 1/4
•305.584 männlich, 136.115 weiblich, d.h. etwas mehr als 1/4



Quelle: BAMF 2016

Kinder mit Fluchterfahrung

- Fehlen sicherer Fluchtwege:
- Vulnerable Flüchtlinge und Kinder erreichen Deutschland nicht oder nur schwer
- Mit der Aussetzung des Familiennachzugs werden mehr Kinder auf den lebensgefährlichen Routen fliehen

Was kann ein Trauma auslösen?

- Konfrontation mit Tod dem (tatsächlich oder angedroht), schwerwiegenden Verletzungen oder sexualisierter Gewalt:
  - Direktes Erleben
  - Zeugenschaft
  - Erfahren, dass traumatisierendes Ereignis nahestehender Person zugestoßen ist
  - Wiederholte oder sehr extreme Konfrontation mit Details traumatischer Ereignisse (DSM V, 309.81)

Potentielle Traumata bei Flüchtlingskindern

- Krieg und Gewalt in Herkunftsländern
- Lebensgefahr, Überfälle, Gewalt in Transitländern in der Herkunftsregion
- Lebensgefahr auf der Überfahrt
  - Gefahr von Ertrinken und Verdursten
  - Zeugenschaft beim Tod anderer Menschen
- Belastung durch Trennung von Eltern(teilen)
- Gewalt, Unsicherheit, Inhaftierung in europäischen Transitländern
- Übergriffe in Deutschland

Flüchtlinge und Trauma

- Wahrscheinlichkeit psychischer Belastungen, insb. PTBS und schwerer Depressionen bei Flüchtlingen signifikant (ca. 10fach) erhöht (Fazel/Wheeler/Danesh 2005)
- Prävalenz von PTBS bei neu aufgenommenen Asylbewerbern
  - 40 % (Gäbel et al. 2006)
  - 33,2% (Niklewski/Richter/Lehfeld 2012)
- Leitlinie der deutschsprachigen Fachgesellschaft für Psychotraumatologie (DeGPT): 50% Prävalenz der PTBS bei Kriegs-, Vertreibungs- u. Folteropfern (Flatten et al. 2011).

Ereignisse treffen auf biographischen und situativen Boden…

- Ereignisfaktoren
  - Qualität / Quantität
- Schutzfaktoren
  - Soziale Unterstützung
    - Erwachsene als Bezugspersonen und Rollenmodell
    - Kontakte zu Gleichaltrigen
    - Qualität der Bildungsinstitutionen
  - Persönliche Kompetenzen und Haltungen, z.B.
    - positive Lebenseinstellung,aktive Bewältigungsstrategien
    - Intelligenz, Kreativität
    - Religiosität
- Risikofaktoren
  - geringes Alter
  - frühere belastende Erfahrungen / psychische Störungen
  - belastende Lebensbedingungen

Traumafolgen

- Posttraumatische Belastungsstörung
  - Hyperarousal (erhöhte angstbedingte Erregung)
    - Anspannung, Nervosität, Schreckhaftigkeit
    - Schlafstörungen
    - Aggressivität, Reizbarkeit
  - Intrusionen (Wiedererleben)
    - Sich aufdrängende Erinnerungen, Flashbacks
    - Alpträume
    - Reinszenierungen im Spiel
  - Konstriktion (Vermeidung)
    - Vermeidung traumarelevanter Reize, Gespräche
    - Sozialer Rückzug

Begleiterscheinungen

- Dissoziation
- Somatoforme Störungen
- Depressive Symptome
- Entwicklungsverzögerungen
  - Rückfall auf frühere Entwicklungsstufen
- Persönlichkeitsentwicklung
- „Ein Kind, das früh auf *Überleben* trainiert ist, wird sich zu einem perfekten Überlebenskämpfer entwickeln. Das heißt, dass seine Notfallprogramme *Flüchten, Kämpfen, Dissoziieren* und *Vermeiden* in die *Pole-Position* des individuellen Verhaltensrepertoires aufgenommen werden und so eine zentrale Grundlage für die Strukturierung der Gesamtpersönlichkeit bilden"
  (Scherwath/Friedrich 2012).

Sequentielle Traumatisierung

Belastungen / Risikofaktoren für Flüchtlingskinder in Deutschland

- Sequentielle Traumatisierung (Keilson 1979)
  - Für die Verarbeitung ist entscheidend, wie die Lebensphase danach gestaltet ist
- Aufenthaltsrechtliche Unsicherheit
  - Verfahren von unklarer Dauer und ungewissem Ausgang
- Lebensbedingungen in Flüchtlingsunterkünften
  - Schlechte räumliche & hygienische Bedingungen
  - Enge, keine Rückzugsmöglichkeiten
  - Konflikte, Razzien, Abschiebungen
- Belastungen / Traumatisierungen der Eltern
  - emotional weniger verfügbar / unterstützend

Grundsätzlich im Umgang mit traumatisierten jungen Flüchtlingen

- Traumasensible Haltung
  - Hinweise auf Traumatisierungen in Biographie / Verhalten wahrnehmen
- Achtsamkeit beim Umgang mit potentiell belastenden Themen
  - NICHT mit Fragen über Fluchthintergründe etc. bedrängen
- Grundsätzlich: Orientierung auf Gegenwart/Zukunft
- Wenn jemand berichten WILL
  - „Raum halten"
  - das Erlebte darf, aber muss nicht erzählt werden
  - für Stabilisierung sorgen (wie geht jemand nach Hause, was macht er nach dem Termin, gibt es Ansprechpartner)

Sicherheit

Sicherheit: Sichere Orte schaffen…

- Trauma erschüttert Selbst- und Weltvertrauen → Umgebung als Ort potentieller Gefahr
- Erfahrungsabhängige Erwartungshaltung → permanenten Aktivierung des Alarm- und Stresssystems des Organismus
- Äußere Sicherheit als Voraussetzung für innere Sicherheit
- Bei Flüchtlingen erschwert

Einrichtung als „sicherer Ort"

- Strukturelle Klarheit
  - Trauma: Unberechenbarkeit, Kontrollverlust
  - Bedürfnis nach Einschätzbarkeit, Kontrollierbarkeit
  - maximale Transparenz: Verbindliche Regeln, Einhaltung von Absprachen, klare Zeitstrukturen, Erreichbarkeit…
  - Tagesabläufe, „Rituale"
- Atmosphäre
  - Wertschätzung, Offenheit, Unterstützung
  - Umgangston?

Einrichtung als „sicherer Ort"

- Räume
  - räumliche Atmosphäre hat Auswirkungen auf Wohlbefinden
  - Räume als Spiegel oder Gegengewicht der Innenwelt
  - „Heile Räume", Geborgenheit vermitteln…
  - Eigenen „sicheren Ort" gestalten
- Gewaltfreiheit

Sicherheit fühlen

- Bei Traumasymptomatik
- Sicherheit und Ruhe vermitteln
  - Hier und jetzt ist alles in Ordnung!
- Orientierung in der Gegenwart
  - Kontakt herstellen (Ansprache)
  - Berührung? (Igelball, Kuscheltier)
  - Wahrnehmung auf Gegenwart fokussieren
  - Sinneswahrnehmungen (Aufstehen, bewegen, was sehe ich im Raum…)
- Auf Dauer: (therapeutische) Hilfe holen

(Äußere) Sicherheit herstellen

- Ohne soziale und physische keine psychische Stabilisierung
- Relevante Bereiche
  - Aufenthalt
  - Unterbringung
  - Tagesstruktur, Schule, Ausbildung
  - Behandlung eventueller körperlicher Erkrankungen, Infektionen oder Verletzungen
  - Soziales Umfeld (Sportverein, Gemeinde etc.)

Sichere Bindung

Fachkraft als „sicherer Hafen"

- Trauma: Vertrauen in die Welt, andere Menschen als Quelle von Schutz und Sicherheit beschädigt
- Bindungssystem zeitlebens offen und lernfähig
  - Möglichkeit, alte Erfahrungen zu überwinden, neue zu adaptieren
- Sichere Bindung
  - Schutzfaktor psychischer Widerstandkraft
  - Grundlage für erfolgreiches Lernen
  - beruhigtes Bindungssystem setzt Kräfte zur Welterkundung und Selbstentfaltung frei
- „Professionelle Nähe" als Kontrapunkt „professioneller Distanz"
  - impliziert Selbstfürsorge und Selbstschutzstrategien

Unterstützung positiver Selbstbilder

Positive Erfahrungen

- Positive Erfahrungen ermöglichen
  - Ausgleichende Erfahrungen zu negativen Erlebnissen
  - Schöne Erlebnisse organisieren
- „Gute Bilder"
  - Belastende Erinnerungsbilder
  - vom äußeren guten Bild zum inneren
  - Zugang zu schönen Bildern (Fotos, Kunst, Geschichten, Filme…)
- Partizipation
  - Trauma = Ausgeliefertsein
  - Möglichkeiten, (mit) zu entscheiden

Ressourcen?

- Alles, was ein Kind oder Jugendlicher gut und gerne macht und seine Energien wieder in den Fluss bringt, z.B.
- Kreative Ausdrucksmöglichkeiten, z.B
  - Malen, gestalten
  - Musik machen, singen
  - bauen
- Körperorientierte Tätigkeiten, z.B.
  - Bewegung, Sport, Tanz…
- Halt und Orientierung durch
  - Soziale Bindungen
  - Wertehaltungen
  - Zukunftsorientierung

Fazit

- Jugendhilfeeinrichtungen, KiTas etc. können ein „sicherer Ort" für Flüchtlingskinder sein, tragen zur Stabilisierung bei
- Realer Ort
  - als Gegengewicht, „zum auftanken"
- Struktur, Sicherheit, Einschätzbarkeit
- Förderliche Kontakte
  - (Erwachsene) Bezugspersonen
  - Kontakte zu Gleichaltrigen
- Förderung positiver Selbstbilder / Ressourcen
- Integration
  - Orientierung, Spracherwerb, Zugang zum Bildungswesen