

Catharina Zehetmair
Dr. sc. hum.

Implementierung und Evaluation imaginativer Stabilisierungsübungen für traumatisierte Geflüchtete in einem Erstaufnahme- und Registrierungszentrum des Landes Baden-Württemberg

Fach/Einrichtung: Psychosomatik/Familientherapie
Doktorvater: Prof. (apl.) Dr. med. Christoph Nikendei, MME

Aufgrund vielfältiger Gefahren und Belastungen vor, während und nach der Flucht weisen Geflüchtete im Ziel- oder Gastland eine hohe Prävalenz für psychische Störungen, wie die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) auf. Bislang gut erforschte traumafokussierende Interventionen zeigen bei Geflüchteten vielversprechende Ergebnisse für die Reduktion von Traumasymptomen, allerdings stellen die unklare örtliche Perspektive, die Instabilität des therapeutischen Settings innerhalb von Erstaufnahme- und Registrierungszentren sowie Gefahren einer verfrühten Traumakonfrontation vor allem in der frühen post-migratorischen Phase ein Hindernis in Bezug auf die Anwendung dieser dar. Da jedoch eine frühzeitige Behandlung der PTBS empfohlen wird, erscheinen in diesem Setting imaginative Stabilisierungsübungen nach Reddemann zur Förderung der Selbstberuhigungsfähigkeiten und -ressourcen als eine mögliche Intervention zur emotionalen Stabilisierung traumatisierter Geflüchteter. Ziel dieser Arbeit war es, die Wirksamkeit imaginativer Stabilisierungsübungen bei traumatisierten Geflüchteten im Erstaufnahme- und Registrierungszentrum Patrick-Henry-Village (PHV) zu untersuchen. Teilprojekt 1 („*Stabilisierungsgruppe*“) evaluierte anhand eines quantitativen Prä-Post-Designs ein offenes Gruppenkonzept mit Fokus auf imaginativen Stabilisierungsübungen für männliche, englischsprachige, traumatisierte Geflüchtete. In Teilprojekt 2 („*Stabilisierungsaudios*“) wurde mittels psychometrischer Fragebögen und qualitativer Interviews die Wirksamkeit von und Erfahrungen mit muttersprachlichen Audiodateien zum selbstständigen Üben imaginativer Stabilisierungsübungen bei traumatisierten Geflüchteten untersucht.

Teilprojekt 1 „*Stabilisierungsgruppe*“ fand von Mai 2017 bis April 2018 mit $N = 46$ männlichen, traumatisierten Geflüchteten statt. Die Teilnehmenden erhielten eine Basisdiagnostik vor der ersten Gruppensitzung mit Fragebögen zu PTBS, Depression und Angststörung (T1), welche nach Teilnahme an vier Sitzungen (T2) wiederholt wurde. Vor (Prä) und nach (Post) jeder Gruppensitzung füllten Geflüchtete Fragen zur momentanen Befindlichkeit (Freude, Arousal, Kontrolle) und zum Stresslevel aus. Zwei Wochen nach individuell letzter Teilnahme an den Gruppensitzungen wurden die Teilnehmenden

telefonisch nachverfolgt (Follow-Up). An Teilprojekt 2 „*Stabilisierungsaudios*“ nahmen von Mai 2018 bis Februar 2019 insgesamt $N = 42$ traumatisierte Geflüchtete teil. Am Einföhrungstermin (T1) erhielten die Geflüchteten zunächst eine Basisdiagnostik mit Fragebögen zu PTBS, Depression, Angststörung, der momentanen Befindlichkeit (Freude, Arousal, Kontrolle) und des Stresslevels und anschließend die Audiodatei zum selbstständigen Üben imaginativer Stabilisierungsübungen in den Sprachen Deutsch, Englisch, Französisch, Arabisch, Farsi, Serbisch oder Türkisch. Zum „Booster“-Termin (T2) neun Tage später wurden die Geflüchteten erneut gebeten, Fragen zur emotionalen Befindlichkeit und dem Stresslevel auszufüllen. Das Übungsverhalten, hinderliche und förderliche Faktoren in Bezug auf die Audiodateien wurde mittels 38 semi-strukturierter Interviews nach dem „Booster“-Termin (T2) und zwei Monate später (Follow-Up) erfasst.

Die Datenanalyse von Teilprojekt 1 „*Stabilisierungsgruppe*“ zeigte, dass die Teilnehmenden durch die Gruppensitzungen mit Fokus auf den imaginativen Stabilisierungsübungen eine signifikante Steigerung der emotionalen Befindlichkeit auf den Ebenen Freude und Kontrolle, eine Reduktion des Stresslevels sowie der Angstsymptome empfanden. PTBS, Depression und Arousal blieben unverändert. Anhand der Follow-Up-Interviews zeigte sich in 80% der Fälle ein selbstständiges Anwenden der erinnerten Übungsbestandteile. Bezüglich Teilprojekt 2 „*Stabilisierungsaudios*“ ergab sich bei dem T1-T2-Vergleich keine signifikante Veränderung der emotionalen Befindlichkeit und des Stresslevels. Die inhaltsanalytisch ausgewerteten Interviews verdeutlichten, dass durch das selbstständige Üben imaginativer Stabilisierungsübungen mittels Audiodateien klinisch relevante, positive Effekte in Bezug auf Arousal, Stimmung und Gedanken sowie in Bezug auf Empowerment spürbar waren. Als Schwierigkeiten wurden häufig post-migratorische Stressoren genannt. „Der innere sichere Ort“ wurde als beste Übung bezeichnet.

Anhand der Ergebnisse von Teilprojekt 1 „*Stabilisierungsgruppe*“ zeigte sich, dass ein Gruppenkonzept mit Fokus auf imaginativen Stabilisierungsübungen eine effektive und umsetzbare Intervention zur emotionalen Stabilisierung und Stärkung internaler Ressourcen in einem unsicheren Setting wie einem Erstaufnahme- und Registrierungszentrum ist. Auch nach der Teilnahme an den Gruppensitzungen zeigen sich die Teilnehmenden motiviert, die gelernten Übungen weiterhin anzuwenden. In Bezug auf die Ergebnisse von Teilprojekt 2 „*Stabilisierungsaudios*“ lässt sich abschließend feststellen, dass Audiodateien zum selbstständigen Üben imaginativer Stabilisierungsübungen von den Geflüchteten akzeptiert und auch längerfristig angewandt werden. Überdies entwickelten die Teilnehmenden eine psychosoziale Stabilisierung und einen besseren Umgang mit der Traumasymptomatik.