

- Zusammenfassung -

Irja Rzepka

Dr. med.

Geflüchtete mit Traumafolgestörungen: Wirksamkeit von audiobasierten Achtsamkeits- und imaginativen Übungen und Umgang mit & Auswirkungen der Posttraumatischen Symptomatik

Fach/Einrichtung: Psychosomatik

Doktorvater: apl. Prof. Dr. med. Christoph Nikendei

Die Prävalenz von Traumafolgestörungen wie der Posttraumatischen Belastungsstörung, depressiven Störungen oder Angststörungen ist bei Geflüchteten aufgrund von vielfältigen, potenziell traumatischen Erfahrungen vor, während und nach der Flucht im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung signifikant erhöht. Die Behandlungsmöglichkeiten dieser psychischen Erkrankungen sind jedoch aufgrund der rechtlichen Unsicherheiten im Rahmen des Asylverfahrens sowie sprachlichen und kulturellen Barrieren erheblich eingeschränkt. Im ersten Teilprojekt wurde eine randomisiert-kontrollierte Studie zu audiobasierten Achtsamkeits- und imaginativen Übungen mit eigenständiger, flexibler Anwendbarkeit durchgeführt, um die Wirksamkeit der Übungen bei Geflüchteten mit Posttraumatischer Symptomatik zu evaluieren. Zunächst wurde die Prävalenz der Posttraumatischen Belastungsstörung, Depression und Angststörung mit Hilfe von Screening-Fragebögen bei 106 erwachsenen Geflüchteten in sieben vorläufigen Unterkünften des Rhein-Neckar-Kreises erfasst. 47,2% der befragten Geflüchteten waren von Symptomen einer Posttraumatischen Belastungsstörung betroffen, 37,7% von Symptomen einer Depression und 29,2% von Symptomen einer Angststörung. Soziodemographische Variablen zeigten keinen Einfluss auf die Prävalenz. Im zweiten Schritt wurden n = 32 der Geflüchteten in die Interventionsstudie eingeschlossen, n = 25 nahmen an allen drei Terminen der Studie teil. Die audiobasierten Achtsamkeits- und imaginativen Übungen wurden an 12 Geflüchtete der Interventionsgruppe zur selbstständigen Anwendung zwischen T1 und T2 über 4 Wochen ausgegeben, 13 Geflüchtete aus der Wartelistekontrollgruppe erhielten die Übungen 6 Wochen nach dem

Follow-up. Die Wirksamkeit wurde mittels Varianz-/Kovarianzanalyse evaluiert. Es zeigten sich keine signifikanten Veränderungen der Symptomatik der Posttraumatischen Belastungsstörung, Depression und Angststörung bei der Interventionsgruppe im Vergleich zur Kontrollgruppe, soziodemographische Variablen zeigten ebenfalls keinen Einfluss. Mögliche Gründe dafür sind vor allem die kleine Stichprobe von $n = 25$, die kurze Anwendungsdauer der Übungen von 4 Wochen sowie die zu geringe eigenständige Anwendung durch die Geflüchteten.

Im zweiten Teilprojek wurden die bereits rekrutierten Geflüchteten zur Teilnahme an einem semi-strukturierten Interview zu Umgang und Auswirkungen der Posttraumatischen Symptomatik eingeladen. Insgesamt 14 Personen nahmen an den Interviews teil, welche zwischen 20 und 51 Minuten dauerten. Die Interviews wurden mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring ausgewertet. Die Teilnehmenden berichteten von unterschiedlichen traumatischen Ereignissen in der Vergangenheit. Vorrangig benannte Symptome waren Konzentrationsstörungen, intrusive Gedanken und ein unbestimmtes Gefühl, gestresst zu sein, an. Ein Zusammenhang zwischen den erlebten traumatischen Ereignissen und ihrer aktuellen Symptomatik wurde von den Geflüchteten erkannt. Als hilfreich im Umgang mit der Symptomatik benannten sie vor allem soziale Kontakte sowie Ablenkung durch Arbeit oder Deutsch lernen. Mit Hinblick auf die veränderte Sicht auf sich selbst, die Mitmenschen und die Umwelt wurde vor allem ein erhebliches Misstrauen beschrieben. Aktuelle Stressfaktoren bestanden vor allem durch den Asylprozess, Sorge um Angehörige und Mangel von vertrauenswürdigen Personen. Für eine gelingende Integration wurden vor allem die Notwendigkeit von Sprachkenntnissen und einem Arbeitsplatz benannt, kulturelle Unterschiede wurden als Herausforderung beschrieben. Die Konzentrationsstörungen zeigten sich in der Situation der Geflüchteten als Hindernis, da das Deutsch lernen als Ablenkungsstrategie zum Umgang mit der Posttraumatischen Symptomatik eingeschränkt war. Das Misstrauen gegenüber Mitmenschen kann als Folge des Erlebens traumatischer Ereignisse verstanden werden. Dies kann als Faktor zum erlebten Mangel an vertrauenswürdigen Personen beitragen. Die Integration zeigt sich durch die Schwierigkeiten beim Erwerb von Sprachkenntnissen sowie die rechtliche Unsicherheit während des Asylverfahrens und die damit einhergehenden Folgen für die Alltagsgestaltung als Herausforderung für die Geflüchteten. In der Zusammenschau zeigt sich, dass die psychische Belastung sowohl aufgrund von traumatischen Ereignissen und Posttraumatischer Symptomatik sowie aufgrund der post-migratorischen Herausforderungen entsteht und sich beide Faktoren gegenseitig beeinflussen und verstärken.