

Aaron Antonovsky (1923 – 1994)

SALUTOGENESE-Modell

KOHÄRENZ - SINN / KOHÄRENZ - GEFÜHL

(lat. *Cohaerere* = „zusammenhängen“)

„Das Kohärenzgefühl ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß eine Person (*Kind*) ein durchdringendes, dynamisches Gefühl des Vertrauens darauf hat, dass“:

- **Verstehbarkeit / Verständlichkeit**
der Mensch versteht, was „in ihm“ und „draußen“ vorgeht = Leben ist geordnet, vorhersehbar, verständlich
- **Kontrolle (Manageability)**
der Mensch kann sein Leben handhaben = optimistisches Vertrauen, Lebensaufgaben aus eigener Kraft oder mit sozialer Unterstützung meistern zu können
- **Sinnhaftigkeit**
Freude am Leben und grundlegendes Gefühl von der Bedeutsamkeit des eigenen Lebens

Aaron Antonovsky (1923 – 1994)

SALUTOGENESE

Entstehung von Wohlbefinden / Gesundheit

1970: Erhebung (Studie) über Anpassungsfähigkeit von Frauen unterschiedlicher Ethnien an die Menopause:

! unerwartetes Ergebnis !:

29 % der KZ-Überlebenden waren gesund (andere: 51 %)

Salutogenetische Fragen (1979)

- **wie kommt es, dass eine Person trotz vieler widriger Bedingungen ihr Wohlbefinden / Gesundheit bewahrt?**
- **wie entsteht oder erhält sich Wohlbefinden / Gesundheit ?**
- **welche Faktoren fördern Wohlbefinden / Gesundheit ?**

Antwort

jede Person oder jedes Sozialsystem hat Eigenschaften:

- **generalisierte Widerstandsquellen
(General Resistance Ressources = GRR)**

die bei

- **externen und internen Stressoren (Belastungen)**

aktiviert werden (können)

(Resilienzfähigkeit)

**Psychologische Beratungsstelle
für politisch Verfolgte und
Vertriebene**

PBV Stuttgart

***Zentrum der Beratung, Begutachtung &
Psychotherapie für Überlebende traumatischer Gewalt***

Therapie und Beratung traumatisierter Flüchtlinge

-Orientalische Lebensweisheit-

***„Den Wert von Menschen und Diamanten kann man erst dann erkennen,
wenn man sie aus der Fassung bringt“
zitiert nach Dr. med. Nossrat Peseschkian***

PBV Stuttgart

Behandlungsangebote

1. ärztlich-psychologisch

- Psychodiagnostik
- med. Ganzkörperuntersuchung
internistischer Schwerpunkt
- psychiatrische Begutachtung
- psychologische Traumatherapie (einzeln für Jugendliche und erwachsene)
VT, systemisch, hypnotherapeutisch
- psychologische Gruppentherapie für traumatisierte Jugendliche u. UMF

2. Kunstgruppen

- Theater und Tanz
- Zeichnen, Malen, Drucktechnik, Skulptur
- Schneiderwerkstätte
- kreative Nutzung von PC
- internationaler Kochkurs

Psychotisch anmutende Symptome bei Traumafolgestörungen (eine Auswahl)

PTBS

- dissoziative Pseudo-Halluzinationen
- dissoziative Flash-backs:
traumatisches Ereignis geschieht „hier und jetzt“

schwere Depression mit psychotischen Symptomen

- Schuldwahn
- Wahn von: Wertlosigkeit, körperlicher Krankheit
- Verfolgungswahn
- akustische Halluzinationen: spöttische oder verdammende akustische Halluzinationen

Psychotisch anmutende Symptome bei Traumafolgestörungen (eine Auswahl)

Agoraphobie, Panikstörung, generalisierte Angststörung

- Angst, verrückt zu werden
- Gefühl, die Objekte sind unwirklich (Derealisation)
- Gefühl, man ist weit entfernt oder
- „nicht wirklich hier“ (Depersonalisation)

dissoziative Bewegungsstörungen

- kompletter oder Teilverlust der Bewegungsfähigkeit

paranoide Persönlichkeitsstörung

- häufige Beschäftigung mit unbegründeten Gedanken an „Verschwörungen“ als Erklärung für Ereignisse in der eigenen Biographie

Akute Beschwerden bei traumatisierten Flüchtlingen

(kurz nach der Einreise in das Exilland)

- PTBS – Träume und Angstträume => Angst vor der Nacht
- Einschlafschwierigkeiten und Aufwachen in der Nacht
- Früherwachen

FOLGE: chronischer Schlafmangel

- kompletter oder Teilverlust der Bewegungsfähigkeit
- Nervosität, „Streitsucht“, Wutanfälle
- sozialer Rückzug
- ohne Energie
- plötzliche Erinnerungen an traumatisierende Erlebnisse
- stetige Vermeidung, über Gewalterlebnisse zu sprechen
- Angstattacken
- Grübeln über Vergangenheit und Zukunft, Hoffnungslosigkeit
- Heimweh , Traurigkeit
- Phasen von Abwesenheit , Schwindelgefühle
- Konzentrationsdefizite

Akute Beschwerden bei traumatisierten Flüchtlingen

(kurz nach der Einreise in das Exilland)

Körperlich

- Kopfschmerzen, auch Migräneanfälle
- Magenschmerzen
- Schmerzen im Brustbereich (primär: Herz)

- Verstopfung, Durchfall
- Tremor bei Stress
- Atemnot
- unregelmäßige Periode (extrem schmerzhaft) / Periode fällt aus für Monate/
Dauerblutung (wochenlang)
- Pat. trinken zu wenig !

**Patienten Fallvignette: PTBS (ICD-10 F43.1)
diss. Störung, gemischt (ICD-10 F44.7)**

Patient:

Herr K., 29 Jahre, ledig

Flüchtling aus Syrien, Araber, sunnitisch

März 2012: Flucht über Syrien, Ägypten, Libyen, Malta, Italien

Dez. 2013: Einreise in Deutschland

Überweisung durch behandelnde Hausärztin

Auftrag: psychologische Krisenintervention wg.:

„verlässt sein Zimmer nicht“

„spricht kaum“

„versteinerter Eindruck“

„ißt wenig“

„... nur noch Haut und Knochen...“

psychologische Traumatherapie

Beginn: 04.06.2014

Ende: 30.04.2015

N Sitzungen: 13

N Stunden: 22

Dolmetscher: Berber aus Algerien, deutscher Staatsbürger

psychologische Traumatherapie

Sitzung: 1-2 (Krisenintervention)

- **Psychodiagnostik**

Symptome:

- ißt wenig
- trinkt max. 200 ml / Tag
- - 16 kg in 6 Monaten
- PTBS-Träume (jede Nacht)
- Zustände von Abwesenheit des Bewusstseins (stundenlang), emotionale Taubheit
- Angstattacken (tagsüber)
- „Film vor meinen Augen“
- Attacken von Migräne (Dauer: 1 - 2 Tage)

psychologische Traumathertapie

Diagnose

- dissoziative Störung, gemischt (ICD-10: F44.7)
- PTBS (ICD-10: F43.1), gesichert, mit Trauerreaktion

A-Kriterium:

- **Pat. sieht Leiche seines Bruders (durch syrische Armee exekutiert) (Syrien 15.9.2011)**
- **Pat. wird Zeuge von Bombenexplosion (PKW): sieht Leichenteile (Gliedmassen) durch die Luft wirbeln (Syrien, Januar 2012)**
- **Beschuss des Flüchtlingsschiffes durch libysche Schnellbote während der Überfahrt von Libyen nach Italien. Dauer: ca. 4-5 Std. (Mittelmeer 11.10.2013)**
- **anschließend Zeuge von: Ertrinken von Kindern u. Erwachsenen (ca. 150 Personen) als Schiff untergeht**

psychologische Traumatherapie

Sitzung: 1-2 (Krisenintervention)

❖ Interventionen:

- **Psychoedukation**
- **Patientenaufklärung:**
 - Trinken und Essen: regelmäßig, kleine Portionen (trotz Ramadan !)
 - Asylverfahren / Dublin II (Malta)
- **Aktivierung Ressourcen:** persönliches „Schutzschild“
- **Wiegen (Gewichtskontrolle):** 56,60 kg / 172 cm

psychologische Traumatherapie

Sitzung: 3-13

❖ Interventionen:

- **Aktivierung Ressource „Freude und Sicherheit“** aus der Kindheit:
 - Spiele in der Schule (Pause)
 - der beste Freund
- **Aktivierung Ressource „Firmengründung in Damaskus“:**
 - Schneiderwerkstätte (Hemden)
- **Expositionsphase**
 - **in-sensu: assoziativ und Bildschirmtechnik (Zeichnen detailliert „Schiff geht unter“)**
- **NET** (Narrative Expositionstherapie, Dr. Neuner et al)

psychologische Traumatherapie

Sitzung: 3-13

❖ Interventionen:

- **Psychoedukation: körperliche und psychische Folgen der Lohnarbeit in Fabrik (8 Stunden) ab Feb. 2015**
- **Exposition:** Lähmung im Schwimmbad (16.3.2015)
- und **Psychoedukation:** Retraumatisierung und Flash-back im Schwimmbad
- **Trauerarbeit / Schuld: 2 Mädchen und deren Mutter (ertrunken)**
Abschlußsitzung (30.4.2015):
- **Psychodiagnostik (Kontrolluntersuchung):**
Remission Symptome PTBS und diss. Störung, Wiegen: 69,70 kg / 172 cm
(+ 14,6 kg seit Beginn Psychotherapie)
Restsymptomatik: Angstträume, Kopfschmerzen nach Stress (manchmal)
- **Zukunftspläne:** Deutschkurs besuchen, Ausbildung zum Bühnenbildner
- **Ritual (selbstgewählt):** Abschied von den Toten (Mittelmeer)durch Gebet