



# Flucht und Trauma – extrem belastende Ereignisse für die Seele

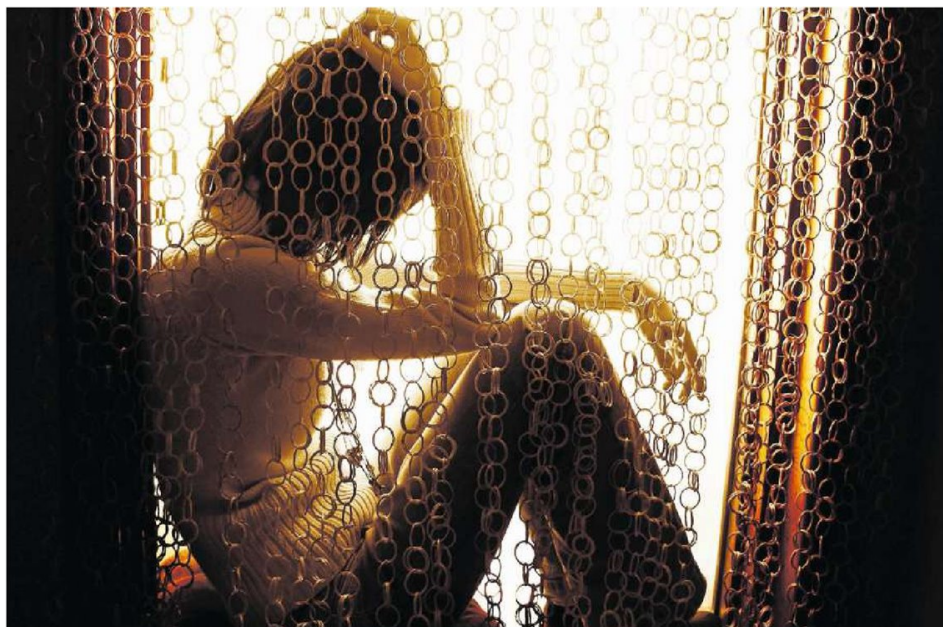
**Region** Eine Frau verliert auf der Flucht ihre vier Kinder. Die Folge daraus ist eine Traumafolgestörung mit schweren körperlichen und psychischen Symptomen.

Aus Verzweiflung über die unmenschlichen Zustände im Flüchtlingslager und aus Angst, ihre vier Mädchen an die Menschenhändler im Lager zu verlieren, entschloss sich Frau M. zur Fahrt über das Meer ins vermeintlich sichere Europa. Kurz vor Lampedusa kenterte das Schiff, viele Menschen ertranken. Seit diesem Tag vermisst Frau M. ihre vier Kinder. Sie weigert sich, zu glauben, dass sie tot sind. Seit sechs Jahren dreht sich alles darum, die Kinder wieder zu finden.

## Angst, Verzweiflung und Gewalt

Solche und ähnliche Schicksale verfolgen die Patientinnen und Patienten der Gravita SRK – dem Zentrum für Psychotraumatologie des Schweizerischen Roten Kreuz Kanton St. Gallen. Menschen, welche traumatische Erfahrungen durch Folter, Krieg, Inhaftierung und Flucht erlebt haben, leiden oft an einer Traumafolgestörung.

Eine Flucht ist geprägt durch Angst, Verzweiflung und Gewalt. Diese extrem belastenden Ereignisse wirken wie eine seelische Verletzung oder eine starke psychische Erschütterung.



Extrem belastende Ereignisse können die Seele stark verletzen.

Ein psychisches Trauma kann jedoch auch entstehen, wenn jemand nicht selbst vom Ereignis betroffen ist, sondern dieses als Augenzeuge miterlebt hat. Je hilfloser eine Situation erlebt wird, desto wahrscheinlicher ist eine psychische Folgestörung.

Oft haben Betroffene bereits einen langen Leidensweg hinter sich, bevor eine Ärztin oder ein Arzt sie an die auf die Behandlung von Flüchtlingen und Asyl-

suchenden spezialisierte Tagesklinik Gravita SRK überweist. Einige haben seit Jahren nicht mehr durchgeschlafen. Im Alltag sind sie nervös, gereizt, unruhig, depressiv, abgekämpft und können sich schlecht kon-

zentrieren. Mit ihnen leiden ihre Familien und ihr Umfeld. Dazu kommen oft starke Schmerzen und andere körperliche Beschwerden. Immer wiederkehrende Albträume und Flashbacks, in denen das Erlebte er-

neut durchgemacht wird, sowie Angststörungen.

## Therapie ermöglicht es, sich im Alltag zurechtzufinden

Die Symptome schränken die Betroffenen in ihren Alltagsfunktionen stark ein und erschweren Integrationsaktivitäten, wie beispielsweise die Teilnahme an einem Deutschkurs. Wichtig ist es, diese Symptome zu erkennen und eine entsprechende Fachstelle aufzusuchen. Bei Verdacht auf eine Traumafolgestörung und auf ärztliche Zuweisung führt die Gravita SRK Abklärungsgespräche durch und spricht Behandlungsempfehlungen aus.

Eine erfolgreiche Therapie ermöglicht den Betroffenen, sich in ihrem Alltag besser zurechtzufinden, ihr Leiden zu lindern, und fördert die Integrationsmöglichkeiten.

Das Behandlungskonzept der Gravita SRK besteht aus dolmetschergestützter Gesprächstherapie, psychosozialer Begleitung und Gruppentherapie in Form von Ergo-, Musik- und Kunsttherapie sowie Alltags-training in Deutsch und Gesellschaft.

**Sabina Gantenbein,**  
Regionalleiterin Werdenberg-Sarganserland,  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
Wiedenstrasse 52c, Buchs,  
Telefon 081 756 4515