

# Flüchtlinge durch Psychotherapie vom Trauma erleichtern

Psychologe der Universität Bielefeld stellt erfolgreiche Methode vor

*Mitteilung: Universität Bielefeld*

**S**ie leiden an Alpträumen, Flashbacks, Depressionen oder auch Angststörungen: Flüchtlinge aus Krisengebieten kommen häufig traumatisiert nach Deutschland. „Realistische Schätzungen gehen von bis zu 40 Prozent psychisch erkrankter Flüchtlinge aus. Für die Zeit seit 2015 sprechen wir also von mehreren hunderttausend Menschen, die eigentlich psychologische Unterstützung brauchen“, sagt Professor Dr. Frank Neuner von der Universität Bielefeld. Der Psychologe ist einer der Entwickler der „Narrativen Expositionstherapie“ (NET). Sie wird seit 15 Jahren in Krisengebieten von Ostafrika bis Sri Lanka eingesetzt.

Das Besondere: Die Therapie zeigt schon nach wenigen Sitzungen Erfolge. In einem neuem „research\_tv“-Beitrag der Universität Bielefeld spricht Frank Neuner über die NET und erklärt, welche Konsequenzen es hat, wenn Flüchtlinge ohne Therapie bleiben.

„Ich glaube, dass ein Großteil der Bevölkerung akzeptiert, dass wir mit Blick auf die traumatischen Belastungen von Flüchtlingen eine finanzielle Anstrengung brauchen und der Staat dafür Geld ausgeben muss“, sagt Frank Neuner. „Viele der Flüchtlinge werden wegen der Bedrohungen in ihren Heimatländern lange Zeit hier bleiben. Wenn wir jetzt helfen, können wir Probleme abwenden, denen wir sonst in 20 oder 30 Jahren unweigerlich begegnen.“

Neuner hat die Narrative Expositionstherapie zusammen mit Dr. Maggie Schauer und Professor Dr. Thomas Elbert von der Universität Konstanz konzipiert und erprobt. Dank der Methode konnten bereits hunderte Kindersoldaten, Opfer politischer Gewalt und Kriegsflüchtlinge traumatische Erlebnisse bewältigen.

Das Kernprinzip der NET ist eine in jeder Kultur wertgeschätzte Praxis: die Erzählung. „Immer wenn wir etwas Emotionales erlebt haben, versuchen wir, Geschichten zu erzählen. Wir versuchen damit, anderen das verstehbar zu machen, was wir erlebt haben“, sagt Neuner. „Flüchtlinge haben eine ganze Serie von traumatischen Ereignissen erlebt. Wir sprechen mit ihnen über ihre gesamte Lebensgeschichte und erstellen eine Art Autobiografie, die es ermöglicht, die belastenden Erfahrungen in einen sinnvollen Zusammenhang zu bringen und ihre Bedeutung für das eigene Leben herauszuarbeiten.“ Dafür bearbeiten die traumatisierten Personen mit Hilfe ihrer Therapeuten wiederholt und chronologisch die negativen und die positiven Ereignisse ihres Lebens. „Es geht darum, die traumatischen Ereignisse zu ver-

geschichtlichen. Damit können sie abgeschlossen werden und wirken nicht mehr als bedrohlich in die Gegenwart.“

Um Menschen in Krisenregionen therapieren zu können, hat Neuner zusammen mit seinen Kollegen von der Universität Konstanz und weiteren Unterstützern die Hilfsgesellschaft „Vivo“ gegründet. Sie bildet zum Beispiel in Sri Lanka, Ruanda, Uganda und im Kongo Lai-entherapeutinnen und -therapeuten aus. In den dortigen Gesundheitssystemen sind – anders als in Deutschland – professionelle Therapeuten nicht verfügbar. „Doch auch die Zahl der Therapeuten in Deutschland reicht nicht aus, um Flüchtlinge mit traumatischen Belastungen zu behandeln. Schon jetzt warten viele Menschen in Deutschland monatelang auf einen Behandlungsplatz bei einem Therapeuten“, sagt Neuner. „Ein Schritt zur Lösung könnte es sein, für die Behandlung der Flüchtlinge auch hier in Deutschland Flüchtlinge und Migranten selbst in der Narrativen Expositionstherapie zu qualifizieren und im Rahmen eines gestuften Behandlungsmodells unter Leitung von Psychotherapeuten zu beschäftigen. Das lässt die deutsche Rechtslage allerdings derzeit nicht zu.“

Von professionellen Therapeutinnen und Therapeuten wird die NET in Deutschland bereits angewandt. Die psychotherapeutische Ambulanz der Universität Bielefeld setzt das Verfahren in Therapiestudien bei Flüchtlingen aber auch bei Überlebenden von Kindesmissbrauch, Vergewaltigungsopfern und ehemaligen Soldaten der Bundeswehr ein. Die Einrichtungen für Wissenschaftliche Weiterbildung der Universitäten Bielefeld und Konstanz qualifizieren Psychologen, Ärzte und Psychotherapeuten für die Narrative Expositionstherapie.

*PM v. 18.10.2017  
Jörg Heeren  
Medien und News  
Universität Bielefeld  
Quelle: idw-online.de*