



SHG: Klinikum Idar-Oberstein

Ansätze zur Verbesserung der emotionalen Situation von Flüchtlingskindern

Prof. Dr. med. Eva Möhler

SHG-Kliniken

Saarbrücken, Idar-Oberstein, St.
Wendel, Merzig, Kleinblittersdorf

Erlebnisse auf der Flucht

- Hunger und Durst
- Vergewaltigung (wie schützen Mütter?)
- „Ausbeutung“
- Folter/ Inhaftierung (bes. Libyen)
- Menschenhandel
- Organhandel
- Überfüllte Transporter
- Lebensgefahr in der Nacht

Fluchtweg Mittelmeer

- Überfüllte Nusschalen
- Vergewaltigung
- Erweiterte Suizide
- „Wenn Du das überleben willst, musst Du zur Bestie werden“

Ankunft Europa

- Inhaftierung
- Folter
- Suizide
- Krankheit
- Kampf um Lebensmittel und Kleidung
- Leben auf der Straße
- Verlust von Familienmitgliedern
- Zerplatzte Träume

Gewalt gegen Mädchen und Frauen

- „Ground Zero of Rape“
- 1994 FDLR „strategischer Einsatz“ von Massenvergewaltigungen im Ostkongo
- → „systematische Vergewaltigung“ von Mädchen im Alter zwischen 2 und 10 Jahren
- Nachahmer: Boko Haram (Nigeria)
- Ziel: Zerstörung der sozialen Kohäsion und des Fortbestand eines Stammes

Gewalt gegen Mädchen

- Weitere „Verwendung“:
 - Versklavung
 - Verkauf
 - Zwangsheirat
 - „Kriegsbeute“ für Soldaten
 - „Lebende Bombe“
 - Organhandel

Gewalt gegen Mädchen und Frauen

- IS:
 - 8/2014 Gefangennahme von ca. 7000 Jesiden (überwiegend Frauen und Kinder)
 - Bekennen zum Islam durch körperliche Gewalt erzwungen
 - „Fragen und Antworten zur Versklavung und Gefangennahme“ (27 Antworten)

Sequentielle Traumatisierung

- Prämigrationsphase
- Migrationsphase
- Postmigrationsphase

Postmigrationsphase

- Zusätzliche Belastung durch
- Unsicherheit
- Überforderung
- Mangelnde Kommunikationsmöglichkeit
- Heimweh
- Misstrauen
- Einsamkeit
- Gefühl von Fremdheit

Postmigrationsphase - Risikofaktoren

- Ungünstige Unterbringungsbedingungen
→ Starke Unruhe, nächtlicher Lärm, fehlende nächtliche Betreuung, fehlende Rückzugsmöglichkeit
- Unsicherer Aufenthaltsstatus
- Diskriminierung
- Mangelnde Integration

Vorgeschichte der eigenen Arbeiten

- Zunahme der Notvorstellungen von UMF
(meist außerhalb der Ambulanzzeiten)
- Schwierigkeiten:
 - kein Dolmetscher
 - kein Vormund
 - keine Informationen
 - Inhaftierungserfahrung

Postmigrationsphase - Schutzfaktoren

- Zeitnahe Beschulung
- Freizeitangebote
 - Ablenkung
 - Integration
- Vertrauensvolle Ansprechpartner
- Intensives Betreuungsangebot

Untersuchung von B. Hargasser

- Schwierigkeiten: (2014)
- Starres Regelwerk in Wohngruppen
- Zu wenig Verständnis für seelisches Leid bei Betreuern
- Druck, über Probleme zu reden
- Mangel an therapeutischen Angeboten
- Missverständnisse aufgrund mangelnder Deutschkenntnisse
- Respektloser Umgang („Du musst...“)
- Beteiligung von Betreuern an Clearing

Untersuchung von B. Hargasser (2014)

- Verbesserungsvorschläge
 - Mehr Rückzugsmöglichkeiten
 - Flexibleres Regelwerk in Wohngruppe
 - Rücksichtnahme auf Feiertage
 - Mehr Freizeitangebote mit Kontakt zu deutschen Jugendlichen
 - Internetzugang
 - Rücksichtnahme auf Essgewohnheiten
 - Wertschätzung, Ablenkung durch Betreuer
 - Nachhilfe-Angebot

Ungünstige - günstige Haltung

- Problemorientiert
- Starre Regeleinhaltung
- Misstrauen
- Abwartend
- aufdeckende
Gesprächsführung
- Vergangenheitsorientiert
- sich selbst überfordern

- Ressourcenorientiert
- kompromissbereit
- Wertschätzung
- Anbietend
- stützende
Gesprächsführung
- Gegenwartsorientiert
- eigene Grenzen achten

Seit August 2015 : Clearinghaus St. Wendel der SHG



Wege (nicht nur der Flüchtlinge) entstehen beim Gehen

Aufbau innerhalb von 3 Wochen, weil Jugendhilfe des Saarlandes keine Räume und keine Mitarbeiter mehr hatte und 30 Jugendliche in einer Schulturnhalle waren, betreut vom DRK, ab Mitte August aber wieder geturnt werden sollte 😊



Personal: ‚Heidelberger Modell‘

- Clearinghaus St. Wendel
- Leitung: 1 approbierter Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut (Grundberuf Sozialpädagoge)
- 3 PIAs in Vollzeit (Grundberuf Sonder-Pädagogen, Soz-Päds)
- 22 Psychologiestudenten nach dem Bachelor

Grundprinzip: Sichere Basis!



Ziel und Grundprinzip: Clearinghaus als sicherer Hafen:

-Grundversorgung gesichert

-Gewaltfreiheit gesichert

-Sichere Interaktionen- abgeleitet aus der Mutter-Kind-Forschung



Sichere Interaktionen

- Warum so essentiell?
- Diese Kinder stehen unter massivem Stress
- Körperliche Untersuchung (syrischer Arzt) ergab sehr viel: Myogelosen, Muskuläre Verspannungen, Erosive Gastritis, Spannungskopfschmerzen, Schlafstörungen etc.
- Stress schadet dem jugendlichen Gehirn

Sichere Interaktionen

- ‚Emotionale Verfügbarkeit‘ (EA)
- Zeynep Biringen und Coworkers
- Reduziert nachweislich subjektiven Stress und Cortisolspiegel bei Kindern und Jugendlichen
- Stressreduktion essentiell zur Modulation von Arousal und Anspannung

- EA: 4 Komponenten der Grundhaltung:

1. Achtsamkeit/Sensitivität



Das Konzept der Achtsamkeit stammt aus der buddhistischen Tradition und wird definiert als eine besondere Form der Aufmerksamkeit, die sich von alltäglichen, automatisch ablaufenden Wahrnehmungsprozessen unterscheidet, weil sie absichtsvoll, nicht wertend und auf das bewusste Erleben des aktuellen Augenblicks oder des anderen Menschen gerichtet ist (Kabat-Zinn, 1990).



2. Positive Gegenseitigkeit



Man kann einen Menschen auch ohne Sprache validieren und dadurch beruhigen oder trösten oder auch eingrenzen:

-affective attunement

-vocal matching



3. Strukturierung



Der Erwachsene validiert und versteht als erstens, DANN gibt der den Weg vor, auch wenn sich der von der unmittelbaren Zielsetzung des Jugendlichen unterscheidet ☺

Der Erwachsene ist – auch ohne Sprache - Modell- auch außersprachlich: Haltung, Stimm-lage, Bewegungen, Mimik

4. Non-Intrusiveness



Dem Anderen Platz und Bewegungsfreiheit lassen, soweit immer möglich!

Beziehungsangebot, aber kein Aufdrängen,

Soweit immer möglich, eigenen Entscheidungsspielraum

Keine Überkontrolle, rigides Einengen



Sichere Interaktionen erfordern ein sicheres Team



Sicheres Team entsteht durch:

- Gegenseitige Wertschätzung, Akzeptanz der Andersartigkeit des Anderen**
- Fehlerkultur, transparente Kommunikation**
- Flache Hierarchien, lösungs- und ressourcenorientierte Grundhaltung**



Fortbildung!!!



Mehrmals. inhouse im Clearinghaus: DBT!!!

Psychische Folgen von Extrembelastung, Trigger, Flashback, Intrusionen, Krisenprävention, Alptraumtherapie.

Teilnahme der Mitarbeiter an unserem DBT-A Curriculum seit Oktober 201



Erlebnis- und Sportorientierung



...körperliche Bewegung reduziert traumaassoziierte Arousal-Parameter

(Michael et al., 2012)

...Fußball ist universal!!



...Erlebnispädagogik fördert Aufbau von zwischenmenschlichem Vertrauen (Carstens, 2007)



Wochenplan

Wochenstrukturplan

Kalenderwoche:

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen	Aufstehen	Nachruhe	Nachruhe
Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Aufstehen & Duschen	Aufstehen & Duschen
Tagesbesprechung	Tagesbesprechung	Tagesbesprechung	Tagesbesprechung	Tagesbesprechung	9 Uhr Frühstück	9 Uhr Frühstück
Schule	Schule	Schule	Schule	Schule	9.45 Tagesbesprechung	
Duschen & Zimmerhygiene	Duschen und Zimmerhygiene	Duschen, Zimmerhygiene und 11.30 Uhr Zimmerkontrolle	Duschen & Zimmerhygiene	11.15 Uhr PMR	Sport	Schwimmen
Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
Skillsgruppe arabisch	Deutsch	Deutsch	Skillsgruppe dari	Deutsch	Exkurs: Einkaufen	Wanderung bei gutem Wetter
	Sport	kreatives Arbeiten		Musikzimmer		
Deutsch			Deutsch	Sport	Deutsch	Deutsch
Fitness & Boxen	Fitness & Boxen	Fitness & Boxen	Fitness & Boxen	Fitness & Boxen	Sport	Sport
Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Alptraumgruppe	Abendessen	Abendessen
Musikzimmer	Musik zum Tanzen	Sport	Filmabend I		Sport	Filmabend II
Deutsch Wdh.	Deutsch Wdh.	Deutsch Wdh.		Deutsch Wdh.	Tanzparty mit Musik, koffeinfreies Cola & Chips	
Betthupferl	Betthupferl	Betthupferl	Betthupferl			Betthupferl
Zimmeraufenthalt	Zimmeraufenthalt	Zimmeraufenthalt	Zimmeraufenthalt	Spieleabend		Zimmeraufenthalt
Schlafen	Schlafen	Schlafen	Schlafen			Schlafen
Nachruhe	Nachruhe	Nachruhe	Nachruhe	Betthupferl	Betthupferl	Nachruhe
				Zimmeraufenthalt	Zimmeraufenthalt	
				Schlafen	Schlafen	

Ergebnis



Seit über einem Jahr keine einzige Notaufnahme in die KJP aus dem Clearinghaus St. Wendel



Keine Eskalationen, keine Polizeieinsätze- im Gegensatz zu allen anderen Jugendhilfeeinrichtungen im Saarland



Auftrag der Landesregierung: ALLE neuankommenden UMF über uns betreuen zu lassen.



Vorclearinghaus „Schaumberger Hof“ - Neues Verfahren I

- Die Kinder werden zu allen Tag- und Nachtzeiten von der Polizei gebracht- eine vorl. Inobhutnahme dient in erster Linie der bundesweiten Verteilung und des solidarischen Ausgleichs unter den Ländern.
- Unser Vorclearing umfasst die Feststellung der Minderjährigkeit, der Reisefähigkeit und eine gesundheitliche ärztliche Untersuchung auf infektiöse Erkrankungen sowie das Prüfen von Verwandtschaftsverhältnissen und die Anmeldung zur Verteilung beim Bundesverwaltungsamt, wenn keine Verteilhindernisse vorliegen.

Vorclearinghaus „Schaumberger Hof“ - Aufgabe

- Unterbringung, Versorgung, Betreuung und emotionale Stabilisierung/Resilienzförderung unbegleiteter minderjähriger Ausländer (umF) in Ausführung des SGB VIII (Kinder- und Jugendhilfe) im Rahmen der vorläufigen Inobhutnahme nach § 42a ff SGB VIII
- Gesetzlicher Auftrag des Landes zum 01.02.2016, vorher jedes einzelne Jugendamt,
- Zuständige Behörde: Landesamt für Soziales

Begrüßungs- und Orientierungsschreiben in der Muttersprache!!!

- لك وانت هنا مؤمن بكل ما تحتاجه لحياتك اليومية und O- يتم الحديث عن سكن امين u - هنا سلفاً: نأكد كل ما يدور من حديث بينك وبيننا سيكون محل ثقة ولا يصل لشخص ثالث
- الحديث بيننا وبينك غايته التعرف عليك عن قرب وكذلك التعرف بطريقة افضل
- نحن هوا لسوا مراقبين او اشخاص امن ، نحن اخصائيين نفسانيين واجتماعيين غرضنا الاساسي هو ان يكون الشاب مرتاح في اقامته وعندما يكون لديك استفسار او منزعج من شيء وتريد التحدث لنا تستطيع المجئ لنا بكل ثقة والتحدث معنا
- رجاء قل لنا انك موافق (او كي) او اك ببعض المواضيع اذا كنت موافق على الحديث نود التحدث وتباعا- اعطنا اشارة الموافقة بحركة رأسك
- ذالاحرف اللاتينية الانكليزية - اولا نطلب منك الاجابة عن بعض الاسئلة الشخصية عندما يمكنك الكتابة
- القوانين العشرة هي اساسية للمقيمين في هذا المكان. اقرأها جيدا وساعدنا ان كانت عندك ملاحظات او عندما تكون انت موافق عليها قل او كي او حرك رأسك على الموافقة. اشهاص غير راغبين بها اذا كان
- الورقة الثالثة تممكنك من ان تشاطرنا اذا كان عندك الم في اي مكان من جسمك
- ...-الورقة الاخرى ترشدك على كيفية استعمال التواليت. مع

Hallo und herzlich willkommen in der Vorclearingstelle Tholey.

Hierbei handelt es sich um einen sicheren Aufenthaltsort und hier wirst du mit allem Lebensnotwendigen versorgt.

Vorweg: Dieses Gespräch hat das Ziel dich etwas näher kennenzulernen, aber auch dir die Möglichkeit zu geben, uns etwas besser kennenzulernen.

Wir sind keine Kontrolleure oder Polizei, sondern stellen ein Team aus Psychologen, Pädagogen und Sozialarbeitern dar, dessen Hauptinteressen das Wohl der hier ansässigen Jugendlichen ist.

Wenn du Probleme oder Fragen hast, es dir schlecht geht oder du uns etwas mitteilen möchtest,

dann wende dich gerne und jederzeit an uns.

Im Folgenden möchten wir mit dir einige Dinge zum Ablauf besprechen.

**Wenn du soweit einverstanden bist, sage bitte „Ok“
(alternativ: nicke mit dem Kopf).**

Aufnahmegespräch mit Dolmetscher

Dabei wichtig:

Vorstellen aller Gesprächspartner, Klären der Aufnahmegesprächsregeln:

→ **Alles** Gesprochene wird übersetzt

→ Schweigepflicht

- Blickkontakt zu Pat. halten

- Direkte Ansprache

- Langsame, freundliche Ausdrucksweise

- Nachfrage: Wie verstehen Sie sich?

Erst-Aufnahmegespräch

___ Aufnahmebogen (ergänzend z. B. fragen: Raucher?, Fluchtdauer)

- 10 goldene Regeln => *dem Jugendlichen mitgeben*
- Infoblätter über Körper, Krankheiten und Schmerzen
- Infoblatt über Toilettennutzung => *dem Jugendlichen mitgeben*
- Terminliste (Arzt, Interview) => *dem Jugendlichen mitgeben*
- Aktuellen Wochenstrukturplan => *dem Jugendlichen mitgeben*
- Grundwortschatz Deutsch => *dem Jugendlichen mitgeben*
- SDQ ausfüllen lassen => **verbleibt bei uns**
- Visitenkarte mit Adresse und Telefonnummer des Schaumberger
- Hofes für den Notfall

Name

الكنية (اللقب)

Vorname

الاسم

Geburtsdatum

تاريخ الميلاد

Geburtsort & -land

مكان الولادة - البلد

Sprachkenntnisse

اللغات التي تعرفها

Handynummer

رقم الجوالك

Herkunftsland

بلدك الاصلي الذي يأتي منه

Ethnie

الديانة

Religion

الديانة

Wie viele Jahre warst du in der Schule?

Abschluss?

اي مرحلة دراسية انهيته . كم سنة درست

Kannst du das ABC?

Ja/

Nein/

هل تعرف الحروف الابجدية

ABC

Berufswunsch

العمل الذي تتمناه

Hobbies

هواياتك

Familie (Name, Alter)
(Mutter, Vater, Geschwister; Aufenthaltsort)

العائلة (الاسماء, العمر)

(الام, الاب, والاخوان, ومكان اقامتهم)

Kontakt zur Familie
لاتصال بالعائلة

Ja/

Nein/

Verwandte in Deutschland o. Europa
(Name, Verwandtschaftsgrad , Ort, Telefon)

هل عندك اقرباء في المانية او اوربا
اسمائهم صلة القرابة محا اقامتهم وارقام تلفوناتهم)

Körperliche Erkrankungen/Medikamente
الامراض الجسدية - الادوية

Allergien
حساسية

Ja/

Nein/

Welche?
من اي شيء

Fluchtgrund
سبب الهجرة

Übersetzungshilfen



دواء = መድሃኒት

Medikation • лекарства
orvosság



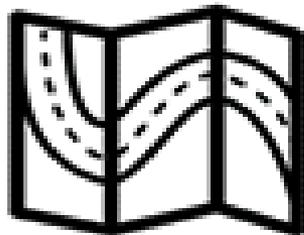
طبيب = ሐኪም

doctor • Arzt
médecin • врач • orvos



طعام = መግቢ

food • еда
élelmiszer



خريطة = ካርታ

map • Karta



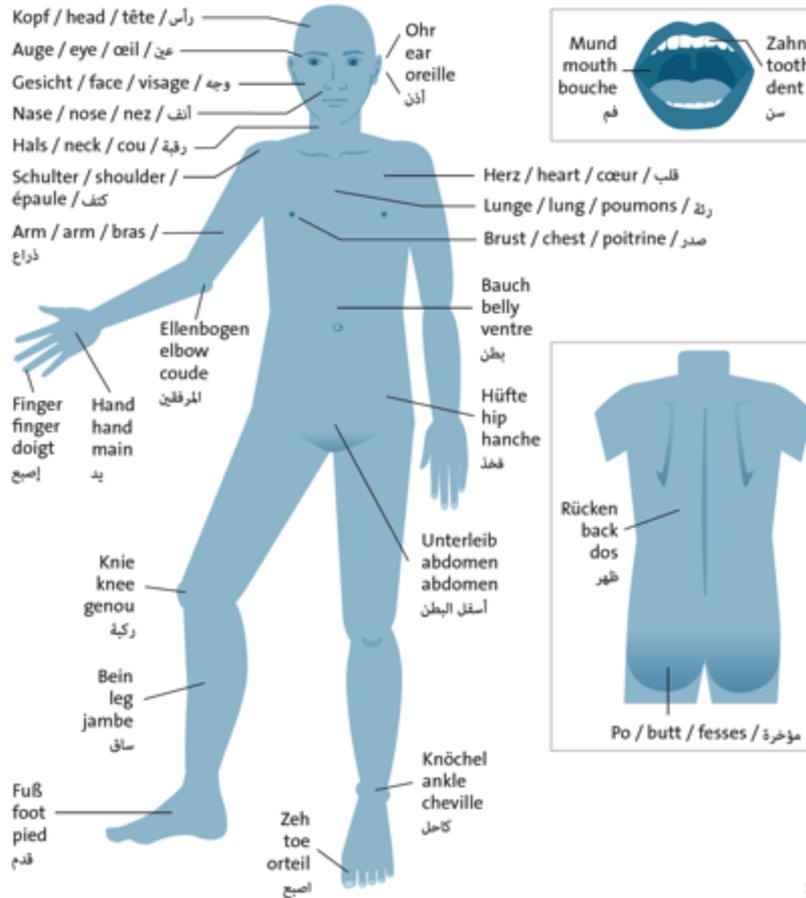
سيجارة = ሸጋራ

cigarette • cigareta



Internet

Ich habe hier Schmerzen ... /
I have a pain here ... / J'ai mal ici ... /.. لدي ألم هنا



Symptome / symptoms /
symptômes / أعراض



Fieber
fièvre
fièvre

حمى



Frieren
freezing
avoir froid

يتجمد



Schnupfen
sniffing
rhume

زكام



Schwindel
dizziness
vertiges

دوخة



Husten
cough
toux

سعال



Atemnot
breathing trouble
dyspnée

صعوبة في التنفس



Herzrasen
racing heart
accélération du rythme cardiaque

خفقان القلب



Helserkelt
hoarseness
enrouement

بهمة في الصوت



Durchfall / Verstopfung
diarrhoea / constipation
diarrhée / constipation

إسهال / إمساك



Erbrechen
vomiting
vomissement

تقيؤ



Juckreiz
itching
démangeaison

الحكة



Blutung
bleeding
hémorragie

نزيف دموي



schlecht hören
poor hearing
entendre mal

ضعف السمع



schlecht sehen
bad seeing
voir mal

ضعف الرؤية



nicht lesen können
can't read
être analphabète

لا يستطيع القراءة

Vorclearinghaus „Schaumberger Hof“ - Personalkonzept

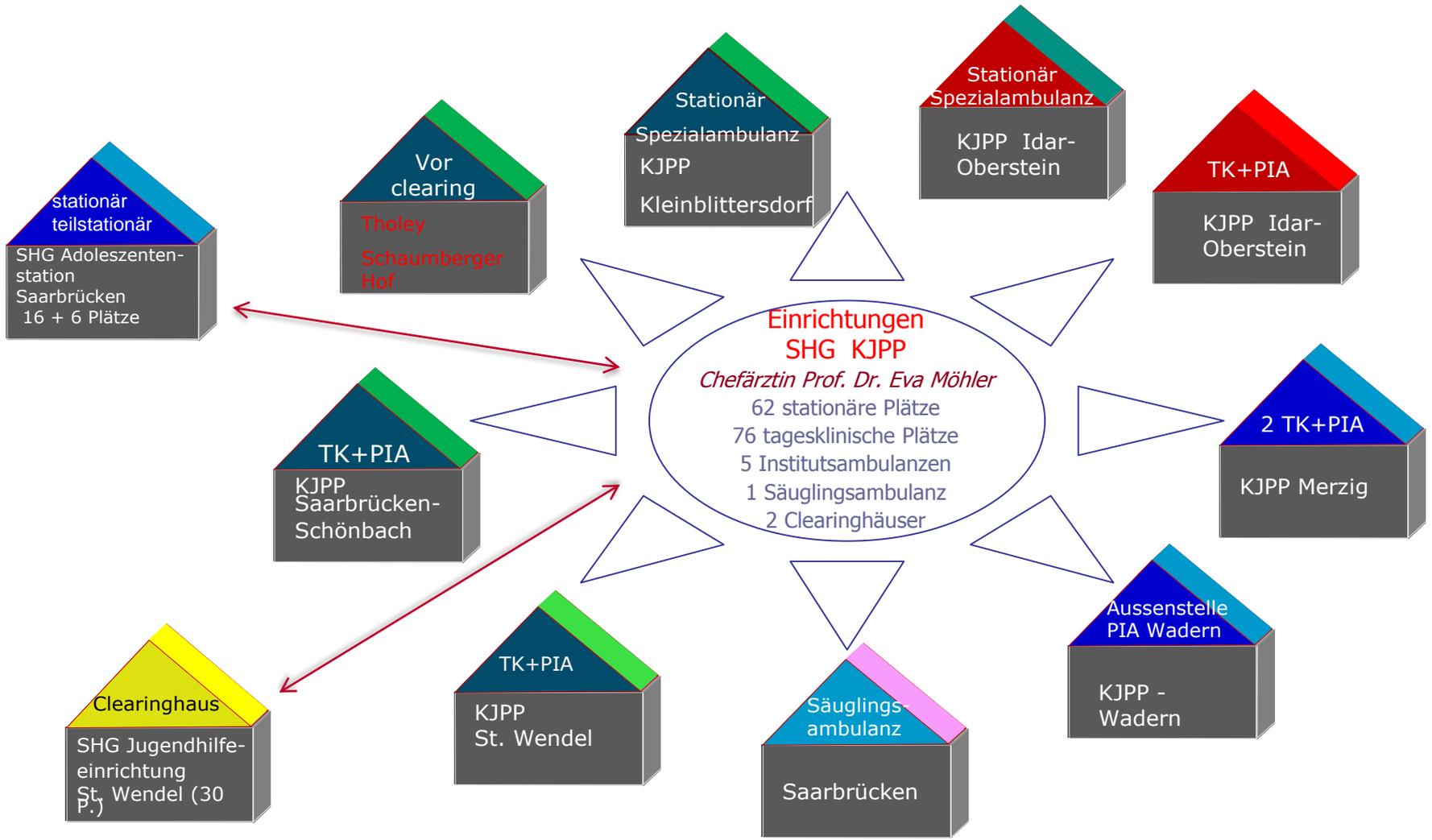
- Team von 13 ausgebildeten Pädagogen, Sozialarbeitern, Psychologen wird von der Saarland-Heilstätten GmbH gestellt; ebenso Sicherstellung der pädagogischen Nachtbereitschaft; Approbierter Psychotherapeut und Eva Möhler sind Einrichtungsleitung
- Weitere 3 Sozialarbeiter stehen durch das Landesamt für Soziales und dem Min. f. Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie zur Verfügung
- Ärztliche Fachkompetenz (durch SHG) zur Überprüfung des Gesundheitszustandes der umF; auch im Hinblick auf die Aufgabe nach dem Infektionsschutzgesetz
- 4 Verwaltungskräfte für das Verwaltungsverfahren
- 9 Sicherheitskräfte Security
- 3 Sprachmittler, 3 Küchenkräfte, 2 Fahrer, 3 studentische Kräfte
- **Insgesamt: 41 Mitarbeiter**

Vorclearinghaus „Schaumberger Hof“ – Erste Reaktionen

- Positive Rückmeldungen aller Beteiligten (Jugendämter, Bundesverwaltungsamt, Bundespolizei, LAST und Landesjugendamt)
- Seit Februar 2016 bis heute: 522 UMF aufgenommen
- Positive Rückmeldungen der UMF – rasche Stressreduktion durch Transparenz, Verlässlichkeit, Validierende Interaktionen sowie Land als zentraler Ansprechpartner, Unterbringung an einem Ort, statt Verteilung über Land
- Evaluationsstudien in Kooperation mit der Universität Ulm stehen aus.

Vorteile ‚Psychotherapeutische Jugendhilfe‘

- Keine Stigmatisierung
- Kein zusätzlicher Stress durch Arztbesuche
- Der Jugendliche muss sich nicht als ‚seelisch leidend‘ outen
- Durch die Gruppensituation wird es ‚okay‘
- Fördert Gemeinsamkeiten und somit ‚Anker‘ unter den Jugendlichen
- Vieles kann beispielhaft demonstriert werden, ohne den Jugendlichen in ihrem individuellen Erleben ‚zu nahe‘ zu kommen.
- Offizielle Akzeptanz und Anerkennung dass man traurig, verletzt, ängstlich sein darf , macht diese Gefühle weniger bedrohlich und beängstigend
- Jugendliche sind ‚in control‘- sie gehen nur zu den Sitzungen, wenn sie wollen- d.h. Vermeidung von Gefühlen von Ohnmacht, Ausgeliefertsein, Zwang, Gewalt, Kontrollverlust
- Gesamtgesellschaftlich gesehen wirtschaftlicher und effizienter
- U.U Prophylaxe von Suchterkrankungen (s. Adoleszentenstation)



START – Ausgangslage

- Erstversorgung von stark belasteten Kindern und Jugendlichen
- minderjährigen Flüchtlingen
- Vermeidung von „Drehtüreffekten“ in der KJPP
- erste und initiative, stabilisierende Hilfe
- Zugang niedrigschwellig
- kulturintegrativ

Kontakt



Andrea Dixius & Prof. Dr. Eva Möhler

info@startyourway.de

www.startyourway.de

Vertrieb/ Bezugsquelle - siehe Website



mehrsprachig übersetzte
Materialien

Print- und Audio-Version

Autorinnen



Andrea Dixius

Dipl.-Psychologin,
Psychologische
Psychotherapeutin
DBT-Therapeutin,
DBT-A Trainerin,
Psychotraumatherapie



Prof. Dr. med.
Eva Möhler

Fachärztin für Kinder- u.
Jugendpsychiatrie u.
Psychotherapie

Acknowledgements

Fauzia Akhtari, Mahmoud Shaban,
Onur Kirik, Sinah Nestroy

Andrea Dixius & Eva Möhler



START
Stress-Traumasympptoms-
Arousal-Regulation-Treatment

Konzept zur Erststabilisierung und
Arousal-Modulation für stark belastete
Kinder und Jugendliche und
minderjährige Flüchtlinge



START- Stress-Traumasympptoms-Arousal – Regulation –Treatment

START ist ein Konzept zur Erst-Stabilisierung für Kinder und Jugendliche und für minder-jährige Flüchtlinge mit starker emotionaler Belastung und posttraumatischem Stress-erleben.

In fünf Modulen (Doppelstunden) werden im Gruppen- und/oder im Einzelsetting, Fertigkeiten zur Stressregulation und zur emotionalen Stabilisierung geübt.

Zum niedrighwelligen und auch kulturintegrativen Zugang ist das START-Manual in leicht verständlicher Sprache verfasst und zudem mehrsprachig übersetzt. Die Übungen sind mit hilfreichen Bildmaterial ausgestattet.

Für die praktische Durchführung stehen unterstützend mehrsprachige Audioversionen zur Verfügung.

START erzielt positive Effekte und hat bei Kindern und Jugendlichen eine große Akzeptanz wie die bisherigen Praxiserfahrungen zeigen

START im Überblick

Zielgruppe

- Kinder und Jugendliche
- minderjährige Flüchtlinge

Basics

- 5 Module
- Gruppen-/ Einzelsetting
- mehrsprachig übersetzte Materialien
- hilfreiches Bildmaterial
- Übungen als Print- und Audioversion

Grundhaltung

- validierend
- kulturintegrativ
- sozial-integrativ
- ressourcenorientiert

START im Überblick

Zielsetzung

- Stressregulation
- Stabilisierung bei emotionalen Krisen und schweren, akuten Belastungen
- Selbstwirksamkeitsstärkung
- positive Erfahrungen fördern
- Hilfe bei Alpträumen
- ggf. Vorbereitung auf und/oder Kombination mit weiterer Psychotherapie
- Prävention & Resilienzförderung

Adressaten

Psychotherapeuten, Ärzte, Sozialarbeiter, Kliniken, Jugendhilfeeinrichtungen, psychosoziale Institutionen

START – Anwendung Adressaten

- Psychotherapeuten, Ärzte, Sozial- und Pflegeberufe
 - Kliniken
 - Jugendhilfeeinrichtungen
 - Schulpsychologen
 -
-
- einfache und niedrighschwellige Umsetzung des Kurzkonzepts

START – Zielgruppe

- minderjährige Flüchtlinge
- START eignet sich auch für andere Zielgruppen z.B. Kinder und Jugendliche in akuten psychischen Krisen und zur Erststabilisierung
- START kann „kulturintegrativ“ eingesetzt werden
- kombinierbar expositionsbasierter Psychotherapie

START – Ziele

- Krisen überstehen
- Rückerlangung von Kontrolle, Steuerungsfähigkeit des Verhaltens
- Selbstwirksamkeitserfahrung
- Resilienzförderung
- positive Erfahrungen schaffen
- Prävention
- Vorbereitung zur weiterführenden Therapie

START – Ziele

START im Überblick

Zielgruppe

- Kinder und Jugendliche
- minderjährige Flüchtlinge

Basics

- 5 Module
- Gruppen-/ Einzelsetting
- mehrsprachig übersetzte Materialien
- hilfreiches Bildmaterial
- Übungen als Print- und Audioversion

Grundhaltung

- validierend
- niedrighschwelliger Zugang
- kulturintegrativ
- sozial-integrativ
- ressourcenorientiert

START – inhaltliche Zielsetzung

- Stressregulation
- Stabilisierung bei emotionalen Krisen und Belastungen
- Selbstwirksamkeitsstärkung
- positive Erfahrungen fördern
- Hilfe bei Alpträumen
- ggf. Vorbereitung auf und/oder Kombination mit weiterer Psychotherapie
- Prävention & Resilienzförderung

Adressaten

Psychotherapeuten, Ärzte, Sozialarbeiter, Kliniken, Jugendhilfeeinrichtungen, psychosoziale Institutionen

START – Ziele

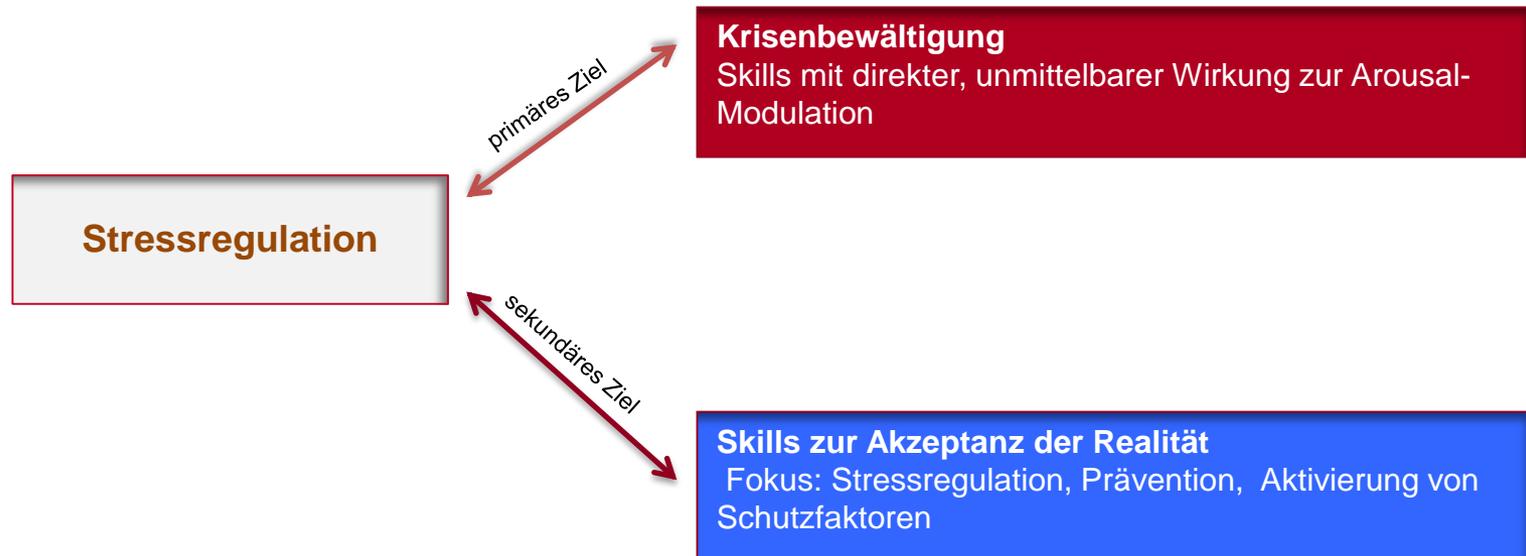


Abb. 2 Stressregulation und die Funktionen von Skills im Rahmen von START (Dixius, 2016)

START – Basics

- ressourcenorientiert
- modular aufgebaut
- kultursensibel
- skillsbasiert
- selbstwirksamkeitsfördernd
- präventiv

START – Basics Setting

- START-Gruppe
- Bezugsbetreuerstunden
- Einzeltherapie

START – Basics

Inhalt - Materialien

- einfache Sprache
- Bildmaterial – einfache Darstellung
- Bezug zu Alltagskontexten
- Fallvignetten
- Audio-CD/ MP 3-Player im Gruppensetting (ermöglicht mehrsprachige Anwendung)

START – Grundlagen

Inhalt - Materialien

- Einleitung und Grundlagen
- inhaltliche Kurzbeschreibung Trauma, Resilienz, Skills, Achtsamkeit, Stresstoleranz, Alpträume
- Sitzungsleitfaden (Module)
- Informationen für Fachleute
- Informationen für Kinder und Jugendliche, auch übersetzt
- Arbeitsblätter, mehrsprachig übersetzt
- Audio-CD
- Bonusmaterialien:: Dolmetscherleitfaden

START – Basics

- Durchführung von Gruppen: personelle Voraussetzungen -

- 2 Therapeuten – Übungen anleiten einerseits, aber auch bei Bedarf einzelne Teilnehmer in Anspannungssituationen validieren und wenn notwendig intensiv zu begleiten
- START Module 1- 4
 - Möglichkeit auf visuelle Materialien
 - übersetzte Info- und Arbeitsblätter
 - Audioanleitungen der Übungen Audioanleitungen der Übungen
 - Modul 5 „Umgang mit Alpträumen“ erfordert Dolmetscher

Grundhaltung START

- Validierende Grundhaltung
- positive Verstärkung
- Loben
- Freiwillige Teilnahme

START - Ablauf

START-Module 1-5:

- Stressregulationsskills
 - Achtsamkeitsskills
 - Skills zur Entspannung
 - Selbstberuhigungsskills
 - Umgang mit Alpträumen
-
- Zeitrahmen: Module = Doppelstunde mit kurzer Pause

START – Sitzungsleitfaden

Allgemeine Informationen zum Praxisteil

1. START beinhaltet 5 Module. Die Module werden im Gruppensetting und auch im Einzelsetting angewendet. Das Gruppensetting impliziert Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit auch soziale Fertigkeiten interaktiv im direkten Kontakt zu erleben und zu erproben. Zudem wird so das Gefühl gefördert, nicht alleine mit den „Problemen“ und belastenden Erfahrungen und Traumata zu sein. Die Kinder und Jugendlichen entscheiden selbst und freiwillig über die Teilnahme am START-Programm.

2. Der Aufbau der einzelnen Module folgt einem strukturierten Schema:

- Begrüßung
- Achtsamkeitsübung
- Information zum Thema
- thematische Einheit und Praxisübungen
- „wind-down“ mit einer Achtsamkeits- oder Entspannungsübung.

(Die einzelnen Praxis-Übungen sind exemplarisch und können fakultativ auch durch andere ähnliche Übungen ersetzt werden.)

3. CD und Verwendung: Auf der beigefügten CD befinden sich alle Info- und Übungsblätter in verschiedenen Sprachen übersetzt sowie hilfreiche Bonusmaterialien.

Die CD kann sowohl in der Einzelsitzung als auch im Gruppensetting unterstützend mittels Audio-Informationen und Übungsanleitungen verwendet werden. Mittels z.B. dem Einsatz von MP3-Playern können die Übungen auch multilingual und gleichzeitig in der Gruppe umgesetzt werden.

4. Allgemeine Hinweise:

- Die Inhalte können nach dem Gruppenmodul natürlich zusätzlich auch in weiteren Einzelterminen mit Therapeuten und Beratern intensiviert werden.
- Der Begriff „Therapeuten“ inkludiert im Manual alle Berufsgruppen (Psychotherapeuten, Ärzte, Sozialarbeiter und Berater).
- *Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im Text nur die männliche Form verwendet. Gemeint ist stets sowohl die weibliche als auch die männliche Form.*
- *Die „Klangschale“ wird in der Materialliste im Sitzungsprotokoll in jedem der Module aufgeführt. Sie wird zu Beginn und am Ende einer Achtsamkeits-Übung eingesetzt, dies kann jedoch auch durch ein anderes, beruhigendes akustisches Signal oder durch einen anderen Klang ersetzt werden.*

Grundhaltung Therapeut: Validieren, Positiv Verstärken !!

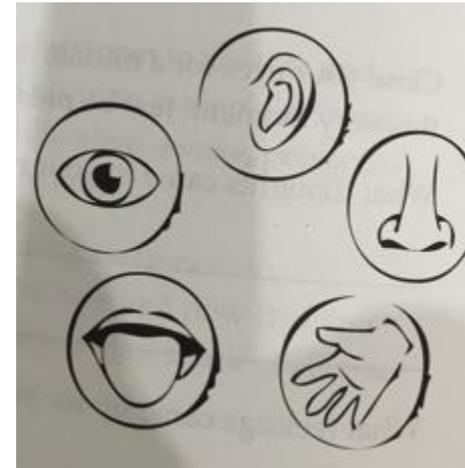
START-Modul

Ablauf

- Ablauf
- Begrüßung
- Vorstellung des Moduls
- Einführung & Durchführung: Achtsamkeitsübung
- Einführung & Durchführung
- START-Übung
- kleine Aufgaben bis zur nächsten START-Gruppe
- wind-down Achtsamkeitsübung

Achtsamkeit/ Entspannung

- Reduktion physiologischer Manifestation von Stress und PTBS
- Verfahren:
 - Atemübungen
 - Progressive Muskelrelaxation
 - Autogenes Training
 - Körperliche Aktivität
 - Anspannungsübungen
 - Tanzen, Sport, ...



Selbstberuhigungsskills

Calming Skills

5-4-3-2-1

room search

Atem zählen

Body-Scan

Muskelanspannung/ - entspannung

Nr. 1 Sudoku leicht

	3	9		8			2	
1								5
5				6	9			
4	1	7		6				
				5	8	1		6
			7			4		
		2		4			6	
	8		3	9		7		
3	4						8	

“Sicherheits – Notfallkärtchen”



Sicherheitskärtchen

akuter Notfall:(Notfallnummer)

meine Notfallskills:.....
.....

Wenn möglich Hilfe und schnell Unterstützung holen !!!!!

.....

wichtige Telefonnummern/ Notfalltelefonnummern:

Tel.: (Freund/in)

Tel.: (Betreuer)

Tel.: (Therapeut/ Arzt)

Tel.: ()

Tel.: ()

Tel.: ()

Sicherheitskärtchen (Rückseite)

meine Adresse
Name:
Straße:
Ort:
Tel:



Schneide die beiden Seiten aus und klebe sie zusammen. Danach trage die wichtigen Infos ein. Du kannst das Kärtchen dann immer mit dir führen, wenn du möchtest. Auch dieses Kärtchen ist ein Skill.

Übung: PMR Progressive Muskelentspannung



(1) Gesicht



(2) Nacken, Schulter



(3) Rücken



(4) Brust



(5) Bauch



(6) Oberarme



(7) Unterarme



(8) Hände



(9) Oberschenkel



(10) Waden



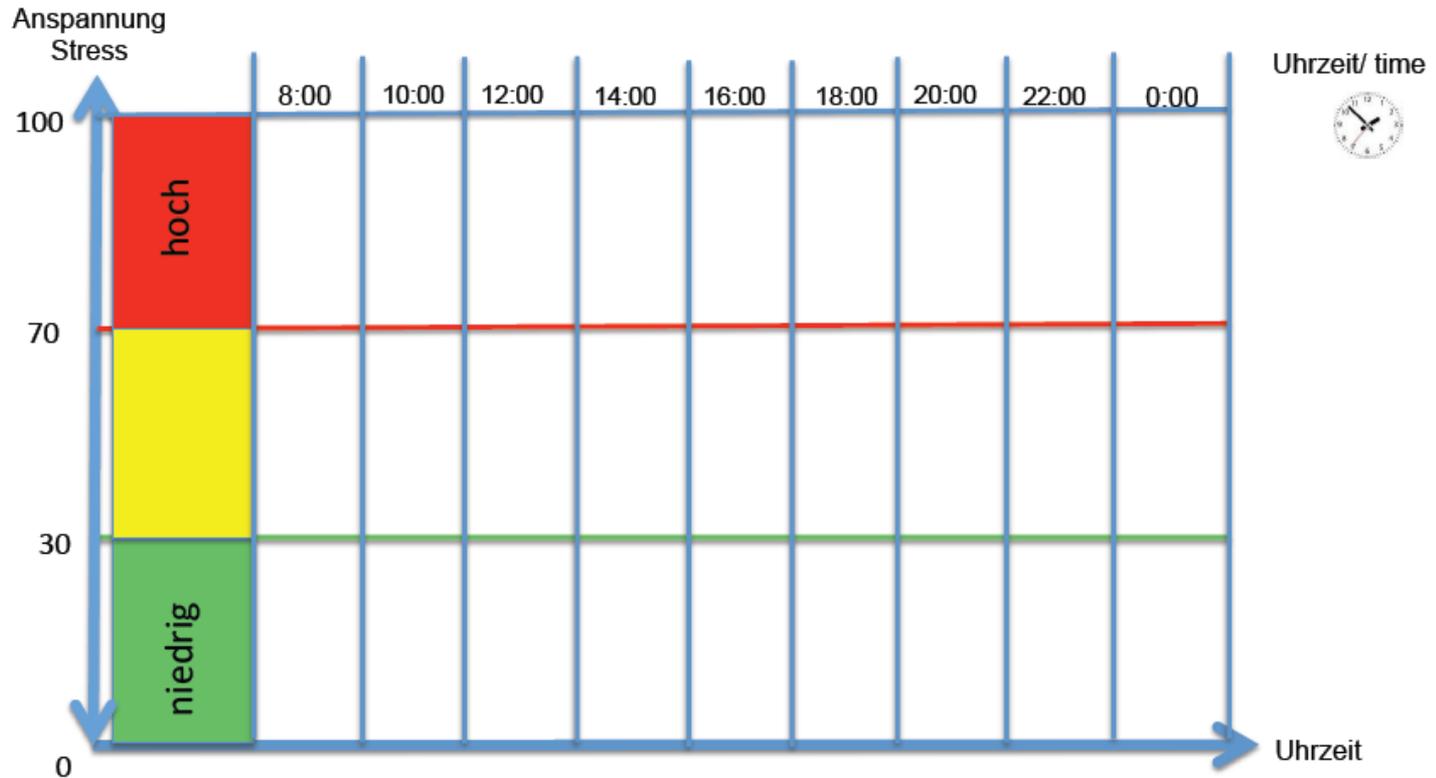
(11) Füße, Zehen



(12) alle Muskeln gleichzeitig

Spannungsbogen

Hier kannst du deine innere Anspannung eintragen. Mithilfe deiner persönlichen Skillsliste kannst du dann deine Skills aussuchen und anwenden.



Info-/ Übungsblatt
Kältereize
Stresstoleranz
(START-Modul 1- S. 25)



Kalte Dusche



Eiswürfel -
Handgelenk



kaltes Wasser - Gesicht



Coolpack

Weitere Skills: „Diving-Skill“ – kaltes Wasser in eine Eimer und den Kopf eintauchen, Eiswürfel in den Mund nehmen, Coolpack in den Nacken

Jetzt einfach mal ausprobieren!!!



START – Stress – Traumasymptoms - Arousal-Regulation - Treatment (Dixius, A. & Möhler, E., 2016)
© 2016 by Andrea Dixius



Persönliche Skillsliste

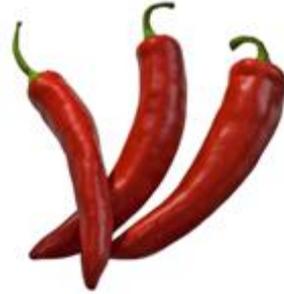
Beispiel für eine persönliche Skillsliste

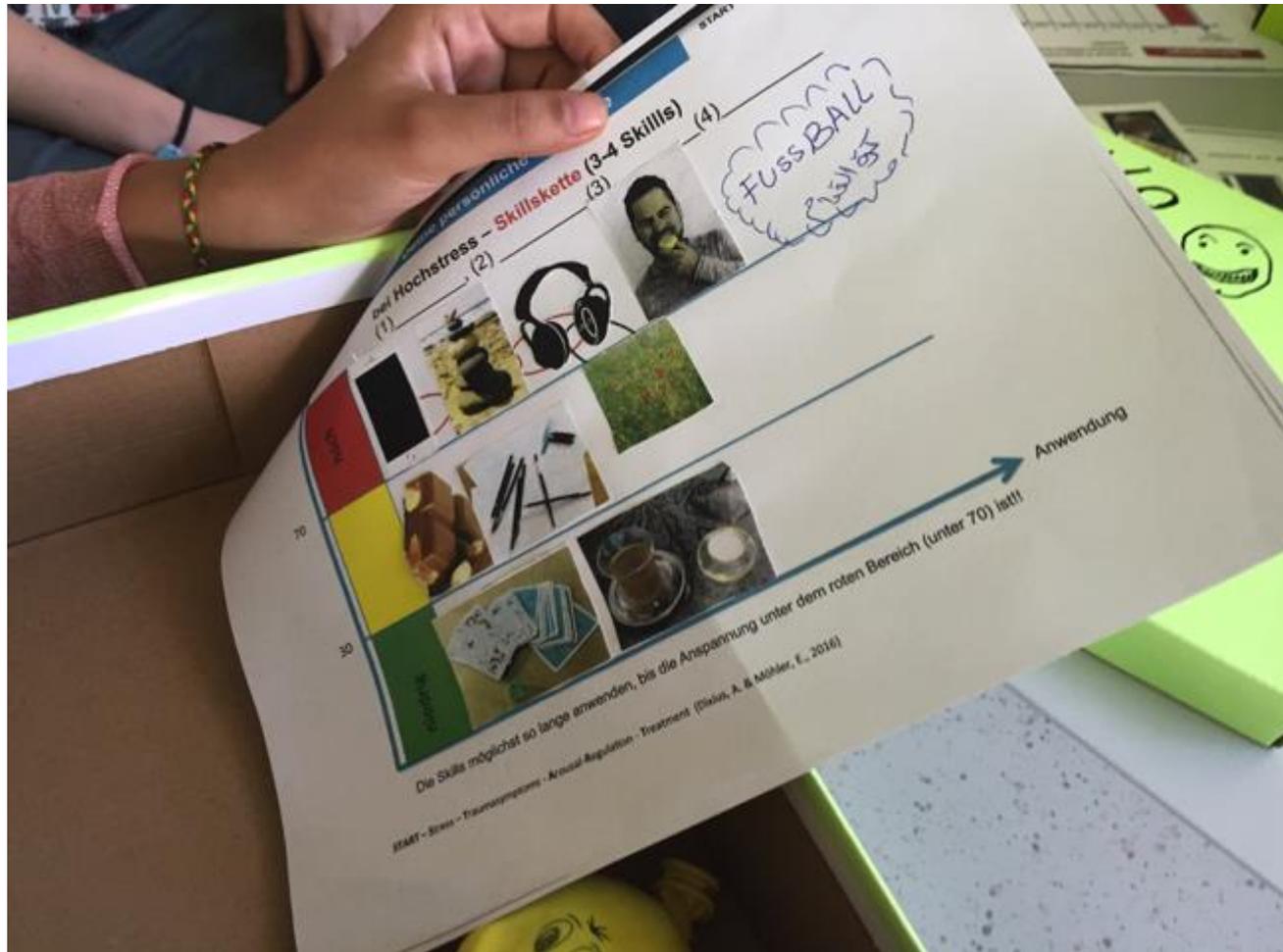
SHG: Anspannung-Oberstein
Stress



A Skills – Ausschneideblatt für die persönliche Skillsliste

hier kannst du dir Bilder für deine persönliche Skillsliste ausscheiden oder du suchst dir in Zeitschriften Bilder





START

Stress, Traumasymptoms,
Arousal-Regulation, Treatment



Zertifikat

Name: **Ahmet**

Du hast dein Bestes gegeben!!!
Du hast die START-Module erfolgreich
angewendet.

Herzlichen Glückwunsch!!!!

Kleinblittersdorf, 15.6.2016

Unterschrift: Therapeutin

„START“

ZIEL: erste Schritte zur Stabilisierung bei akuter Belastungsreaktion, Hyper-Arousal und Anpassungsstörung, PTBS

- Teaching (8 Einzel-/ Gruppenteachings)
- Selbstanwendung
- Druck u. Schriftform: mehrsprachig, (deutsch, englisch, arabisch, persisch, Dari....)
- einfache Sprache
- Psychoedukation: Trauma
- Visualisierung der Inhalte durch Bilder
- Videoanleitung von Übungen
- Fallvignetten
- „Notfallskills“
- Audio: mehrsprachig (CD, MP4, APP in Entwicklung)

Alptraumtherapie

- Gehe abends ins Bett mit dem Vorsatz, sich am Morgen nach dem Aufwachen an den Traum erinnern zu wollen!
- Papier bzw. Tagebuch und Stift/Diktiergerät/Fragebogen sollten sich griffbereit in der Nähe des Bettes befinden.
- Die Aufzeichnung sollte möglichst direkt bei Erwachen nach dem erlebten Alptraum erfolgen.
- Verwende Formulierungen in der Gegenwarts- und Ich-Form! So wird es leichter fallen, sich detaillierter an Ihren Alptraum zu erinnern und diesen auch entsprechend zu beschreiben. Wichtig hierbei ist, alles aufzuzeichnen, was Dir einfällt: alle Handlungen, alle Wahrnehmungen, alle während des Alptraums empfundenen Gefühle sowie auch vage „Fetzen“ und scheinbar unwichtige oder peinliche Details.

SKILLSSAMMLUNG

Diese Liste enthält konkrete Skills und Fertigkeiten, die du (bewusst oder unbewusst) im Alltag einsetzen kannst, um besser mit starken Gefühlen und starker Anspannung umzugehen, um Gefühle besser steuern zu können, um in zwischenmenschlichen Situationen besser zurecht kommen und um achtsam zu sein.

STRESSTOLERANZ SKILLS

Sich ablenken durch...

- Puzzles
- Computerspiel
- Lesen
- Ein Instrument spielen
- Sport:
 - Laufen
 - Skaten
 - Fahrrad fahren
 - Wandern, Walken
 - Schwimmen
 - Tanzen
 - Reiten
 - Volleyball
 - Aerobic
 - Krafttraining
 - Boxen

Eigenes Beispiel:

- Flippern
- Haushaltsarbeit:
 - Bügeln
 - Putzen
 - Holz hacken
 - Etwas reparieren
 - Aufräumen
 - Wäsche waschen
 - Kochen

Eigenes Beispiel:

- Basteln
- Malen (z.B. mit Windowcolors, einen Blumentopf, ein Bild, ein Mandala oder ein T-Shirt mit Textilfarbe anmalen)

- Singen
- Etwas auswendig lernen (z.B. ein Gedicht, Worte auf Englisch, ein Lied, Adressen, Telefonnummern)

weitere Aktivitäten:

- Etwas anschauen:
 - In die Waschmaschine
 - den mit Holz angefeuerten Ofen
 - in ein Aquarium
 - aus dem Fenster oder an den Himmel

Eigenes Beispiel:

- Auf eine Messe gehen
- Lieblingsklamotten anziehen
- Irgendwo hingehen:
 - in einen Vergnügungspark
 - ins Kino
 - ins Theater

eigenes Beispiel:

- Etwas schreiben:
 - Briefe
 - Tagebuch
 - Gedicht
 - Pro und Contra Liste
 - Einkaufszettel

- Etwas planen:
 - einen Ausflug
 - eine Reise
 - eine besondere Stunde, in der man sich nur Zeit für sich selbst nimmt
 - ein Fest
 - eine Überraschung

Eigenes Beispiel:

- Renovieren (z.B. ein Zimmer neu streichen, einen Tisch abschleifen)
- Etwas dekorieren
- Mit einem Haustier spielen
- Pro und Contra-liste anschauen und lesen
- Eine beliebige Route auf dem Stadtplan einzeichnen und dann entlang dieser Route laufen, joggen, radfahren...

Unterstützen anderer:

- Einen Freund besuchen
- Einen Brief schreiben
- Jemandem ein Geschenk, eine Blume basteln, malen, oder kaufen
- Beim Geschirr spülen helfen
- Vokabeln abfragen
- Mit einem Freund etwas spielen z.B. Gesellschaftsspiele...
- E-Mails oder SMS schreiben
- Chatten im Internet
- Beim Wäsche auf/abhängen, bügeln helfen
- Den Tisch decken
- Kleidungsstücke flicken oder Socken stopfen
- Zusammen Kuchen backen oder kochen
- Jemandem zuhören
- Jemanden ermutigen

مجموعه مهارت ها

این لیست شامل مهارت ها و توانایی هایی است ، که تو آنها را (خود آگاهانه یا ناخودآگاهانه) در زندگی روزمره میتوانی استفاده کنی ، برای اینکه بتوانی بهتر با این احساسات شدید و تنش های قوی کنار آمده ، و بتوانی این احساسات را بهتر کنترل نموده و با این وضعیت فردی بهتر مقابله کرده و متوجه باشی ...

<p>< چیزی نوشتن : - نامه - دفتر روزانه (خاطرات) - شعر - لیستی از علائق و عدم علائق - لیست خرید < برنامه ریزی چیزی: - یک گردش - یک سفر - یک ساعت بخصوص که فقط برای خود وقت گذراندن - یک جشن - یک برنامه غافلگیرکننده یک مثال:</p> <p>< نوکردن (مثل : اتاقي را رنگ جديد زدن ، یک ميز را سنباده زدن) < چیزی را تزئین کردن < با حیوان خانگی بازی کردن < لیست علائق و عدم علائق را بررسی کردن و خواندن < یک مسیرمورد علاقه را در نقشه شهری علامت گذاری کردن و این مسیر را پیاده ، نویده و یا نوجرخه سواری طی کردن</p>	<p>- لباس شستن - غذا پختن یک مثال:</p> <p>< کارستی < نقاشی (برای مثال: ویتراي، یک گلدان گل ، یک تصویر، یک ماندالا یا یک تی شرت با رنگ پارچه نقاشی کنید) < آواز خواندن < مطلبی را حفظ کردن (مثل: شعریا قطعه ای، لغاتی به انگلیسی، یک تصنیف ، آدرس ها، شماره تلفن ها) فعالیت های دیگر < به تماشاى چیزی پرداختن : - تماشا ماتئين رختسويي درحال کار - به شومینه درحال سوختن هیزم - به آکواریموم - از پنجره به بیرون و یا به آسمان نگاه کردن یک مثال :</p> <p>< به نمایشگاه رفتن < به لباسهای مورد علاقه نگاه کردن < به یک جایی رفتن - به یک پارک تفریحی - سینما رفتن - تئاتر رفتن یک مثال :</p>	<p>مهارت های تحمل استرس منحرف کردن ذهن خود با...</p> <p>< یازل < بازی های کامپیوتری < مطالعه کردن < نواختن یک سازموسیقی < ورزش : - راه رفتن - اسکیت کردن - دوچرخه سواری - پیاده روی، کوه پیمایی - شنا کردن - رقصیدن - سوارکاری - والیبال - اروبیک (نرمش) - ورزش های قدرتی - بوکس یک مثال:</p> <p>< بازی فلیپپر (پر تاب گوی در حفره) < انجام کارهای خانه : - اتو کردن - تمیز کردن - هیزم یا چوب خرد کردن - چیزی تعمیر کردن - مرتب کردن</p>
---	--	---

Ergebnisse

- Deutliche Reduzierung der Notvorstellungen!!
- Verbesserte Krisenintervention
 - → Unkomplizierte Wege
- Kosten sind klar

Hilfe für misshandelte Kinder

Kinder- und Jugendpsychiatrie der SHG erhält zehn weitere Tagesklinikplätze

Auf dem Gesundheitscampus am Klinikum in Merzig stehen zukünftig zehn weitere Tagesklinikplätze für die Kinder- und Jugendpsychiatrie der Saarland-Heilstätten GmbH (SHG) bereit. Im Fokus der psychotherapeutischen Hilfe stehen misshandelte Kinder und Jugendliche sowie durch Kriegsereignisse und Vertreibung traumatisierte junge Flüchtlinge. Ein hierfür aufwendig renoviertes historisches Gebäude wird den Namen „Ferraro Group Tagesklinik“ tragen. Die sozial engagierte Neunkircher Firmengruppe Ferraro fördert das Haus in den nächsten fünf Jahren mit erheblichen finanziellen Mitteln und Sachspenden, teilt der Klinikträger SHG mit.

Merzig. Der Gesundheitscampus am Klinikum Merzig wächst. Nach der umfangreichen Renovierung eines stilvollen Altbaus inmitten des weitläufigen Geländes des ehemaligen Landeskrankenhauses stehen der Kinder- und Jugendpsychiatrie der SHG jetzt zehn weitere Tagesklinik-Plätze zur Verfügung. Mit dem unmittelbar benachbarten, bereits seit einigen Jahren in Betrieb befindlichen Haus Linicus verfügt die SHG-Kinder- und Jugendpsychiatrie in Merzig nunmehr über insgesamt 20 tagesklinische Plätze und eine Institutsambulanz. Die im saarländischen Krankenhausplan verankerte Aufstockung war erforderlich, nachdem viele Kinder in der Region teils monatelang auf einen Therapieplatz warten mussten.

Am Freitag, 9. September, wird das Haus im Beisein von Gesundheitsministerin Moni-

ka Bachmann offiziell eröffnet. Zugleich wird es auf den Namen „Ferraro Group Tagesklinik“ getauft. Das Neunkircher Unternehmen – mit weit über 100 Beschäftigten und rund 25 Millionen Euro Jahresumsatz in der Baubranche aktiv – fördert das Haus fünf Jahre lang mit beträchtlichem Einsatz. Firmengründer Cavaliere Damiano Ferraro und der heutige Firmenchef, Sohn Giuseppe Ferraro, werden bei der Feier persönlich anwesend sein.

Ambulanz und Tagesklinik der Kinder- und Jugendpsychiatrie werden von Chefärztin Professor Dr. Eva Möhler geleitet. Die Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie hat sich bei der psychiatrischen Betreuung und Behandlung unbegleiteter minderjähriger Flüchtlinge einen Namen gemacht.

Sie leitet auch das medizini-

sche Vorclearing bei den im Saarland ankommenden jungen Flüchtlingen am Schaumberger Hof in Tholey und das Clearinghaus der SHG in St. Wendel. Gemeinsam mit ihrer leitenden Psychologin Andrea Dixius hat Möhler ein wirksames Programm namens „START“ zur Gefühlsregulierung und Gewaltprävention bei unbegleiteten minderjährigen Flüchtlingen mit posttraumatischem Stress erarbeitet.

Das multiprofessionelle Behandlungsteam in Merzig setzt sich unter anderem zusammen

aus Psychologen/Psychotherapeuten, Pädagogen, Ergotherapeuten, Sozialarbeitern, Heilpädagogen, Kinderkrankenschwestern, Pflegeern, Erziehern und Kliniklehrern. In der Ambulanz werden alle psychiatrischen und psychosomatischen Störungsbilder diagnostiziert und behandelt. Behandlungsschwerpunkte in der Tagesklinik sind Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung, Autismus und Mutismus sowie emotionale Störungen und Störungen des Sozialverhaltens. *red*



Zukünftig „Ferraro Group Tagesklinik“: das neue Haus der Kinder- und Jugendpsychiatrie auf dem Gesundheitscampus am Klinikum Merzig. Links das „Haus Linicus“. FOTO: MPR



Andrea Dixius

Leitende Psychologin
SHG Kliniken für Kinder-
und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie
u. Psychosomatik Idar-Oberstein,
Saarbrücken, Kleinblittersdorf



Prof. Dr. Eva Möhler

Chefärztin
SHG Kliniken für Kinder-
und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie
u. Psychosomatik Saarbrücken,
Kleinblittersdorf, Merzig, Idar-Oberstein,
Sankt Wendel

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

info@startyourway.de
www.startyourway.de