



GRAVITA | SRK ST.GALLEN
Zentrum für
Psychotraumatologie

Gravita SRK

Therapieangebot speziell für Flüchtlinge und Asylsuchende

Freiwillige Helferinnen und Helfer
Fachstelle Integration Rheintal
9. Mai 2019

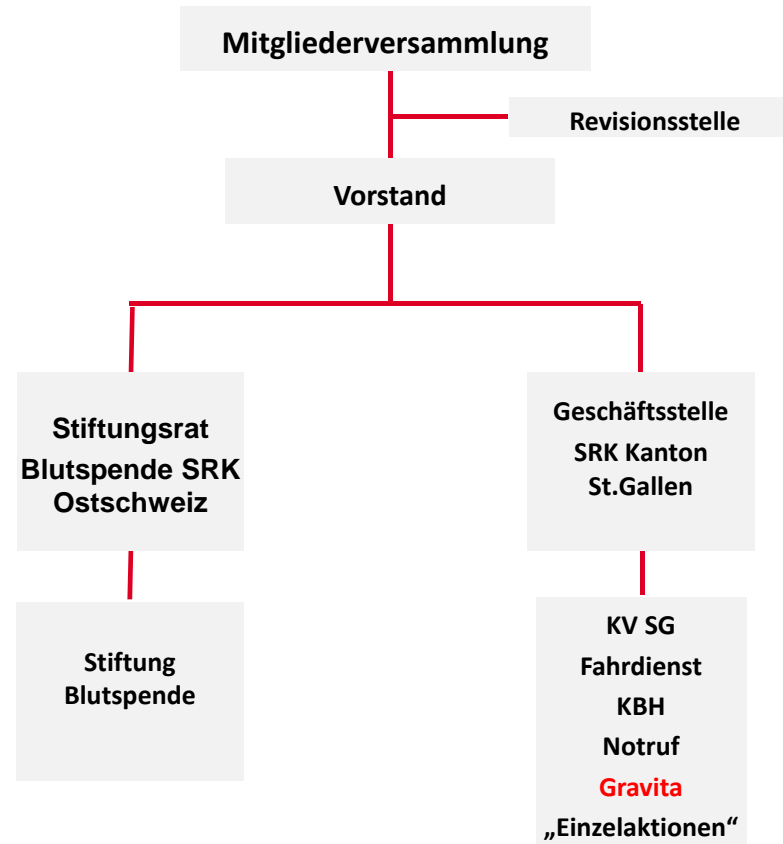
Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton St.Gallen





GRAVITA | SRK ST.GALLEN
Zentrum für
Psychotraumatologie

Das SRK in St.Gallen



BLUTSPENDE SRK OSTSCHWEIZ

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton St.Gallen



Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton St.Gallen





Schwerpunkte

- Zielgruppe Gravita
- Was ist ein Trauma
- Worunter leiden Menschen mit einer posttraumatischen Belastungsstörung
- Therapieangebot Gravita
- Fallbeispiele aus der Gravita
- Qualitätssicherung und MitarbeiterInnenfürsorge
- **Fragestellungen aus Ihrer Tätigkeit als Freiwillige Helferinnen und Helfer**
- Notfallkoffer
- **Was bleibt offen**





Zielgruppe Gravita

Menschen die nach Krieg, Verfolgung, Flucht, Folter oder körperlicher Gewalt in der herkömmlichen Kultur unter den Folgen eines Traumas leiden

Voraussetzungen:

- Patient ist älter als 18 Jahre
- Anreise alleine möglich
- Gruppenfähigkeit und Motivation
- Keine «unsteuerbare» Suchterkrankung
- Keine Selbst- oder Fremdgefährdung





Was können traumatische Erlebnisse sein?

Ein belastendes Erlebnis oder Ereignis, welches von der betroffenen Person nicht hat verarbeitet werden können

- Schwere Unfälle oder Erkrankungen
- Naturkatastrophen
- Erfahrungen von psychischer, körperlicher und sexueller Gewalt

- Erlebter Schrecken und Abscheulichkeit während dem Krieg und auf der Flucht → häufig kommen Probleme und Einschränkungen nach der Niederlassung dazu





GRAVITA | SRK ST.GALLEN
Zentrum für
Psychotraumatologie

Normale Reaktion auf eine abnormale Situation

Was geschieht?

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton St.Gallen





Hauptmerkmale der posttraumatischen Belastungsstörung

Wiedererinnerung



Vermeiden



Übererregung & Anspannung





Symptome

- Rückzug
- Schlaflosigkeit
- Mangelnde Konzentrationsfähigkeit
- Kein Zugang zu Gefühlen
- Alpträume
- Chronische Schmerzen
- Vermeidung
- Aggressivität
- Ausdruckslosigkeit
- Flashbacks
- Intrusionen
- Ständige Übererregung
- «Untererregung»
- Überschwemmung mit Gefühlen
- Dissoziationen
 - «Hochspannung» ohne Eingriffsmöglichkeit
 - «Unterspannung» ohne Eingriffsmöglichkeit





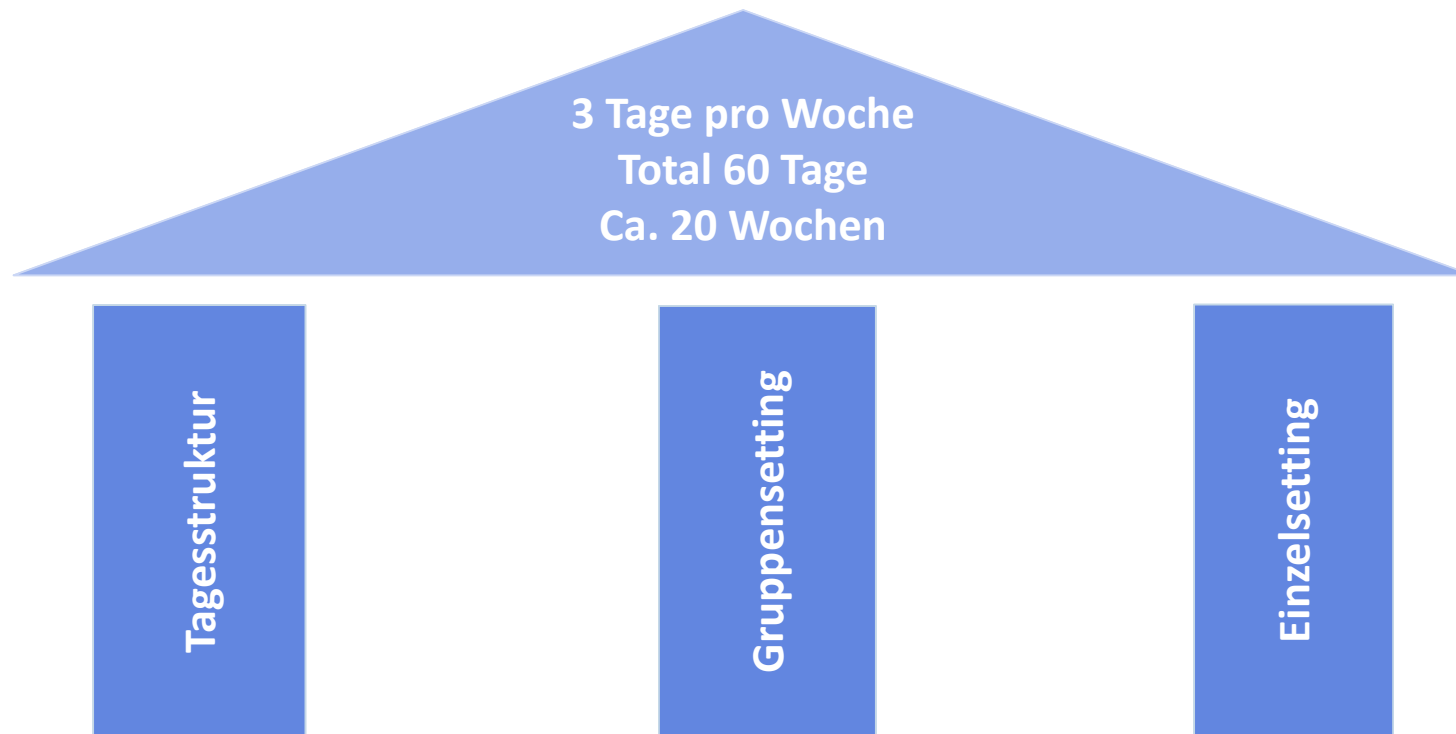
Rahmenbedingungen

Ziel	Umfassende Therapien für traumatisierte Flüchtlinge und Migranten zur psychischen Stabilisation und zur Eingliederung in den Arbeitsalltag
Auftrag	Betrieb eines Therapiezentrums für Flüchtlinge und Migranten
Organisation	SRK Kanton St. Gallen
Finanzierung	Krankenkassen (tarifsuisse) Humanitäre Stiftung SRK SRK Kanton St. Gallen Kantone SEM VSGP Spenden





Therapiekonzept Gravita





Möglichkeiten und Ziele

- Senken des grössten Leidensdruckes
- Stabilisieren
- Stärken des Selbstvertrauens
- Erhöhen der Integrationsfähigkeit
- Sicherstellen der Anschlussbehandlung
- Unterstützen im Hier und Jetzt

Therapie und Integration und Therapie und Integration und ...





GRAVITA | SRK ST. GALLEN
Zentrum für
Psychotraumatologie

Grenzen

- Keine Traumatherapie im herkömmlichen Sinne
- Keine langfristigen ambulanten Therapien
- Dolmetscherkosten
- «Heilen»
- Nachsorge - Betreuung
- Grundsätzliche Veränderung der Lebensumstände





Elemente I

Fachärztin, Facharzt Psychiatrie
Übergeordnete Verantwortung

Psychologin, Psychologe
Psychotherapie und Fallführung



Pflege und Beratung

Begleitung vom Eintritt bis zum Austritt

- Aufenthaltsrechtliche Fragestellungen
- Wohnen
- Finanzen / Schulden
- Spracherwerb
- Angehörige
- Somatische Beschwerden
- Emotionsregulation
- Tagesstruktur





Elemente II

- Psychoedukation
- Morgenrunde



Wissensvermittlung über Symptome und Umgang mit Traumafolgestörungen





Elemente III

- Deutsch und Gesellschaft
- Tagesstruktur
- Gemeinsames Mittagessen
- «Hausordnung»



Fördern der Integrationsfähigkeit





Elemente IV

- Ergotherapie
- Kunst- und Maltherapie
- Musiktherapie
- Physiotherapie
- Körperwahrnehmung und Achtsamkeit
- Sport



Nonverbale Therapieformen: Vertiefen, stabilisieren, positive Erlebnisse...





Qualitätssicherung und Mitarbeiterinnenfürsorge

- Fallbesprechungen
- Intervention
- Fallsupervision
- Teamsupervision

Handlungsspielraum erweitern, Ohnmacht benennen, eigene Emotionen wahrnehmen und formulieren, Auswirkungen im Team erfassen

- Arbeitsklima
- Work-Life-Balance





GRAVITA | SRK ST.GALLEN
Zentrum für
Psychotraumatologie

Ihre Erlebnisse und Fragen

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton St.Gallen





Notfallkoffer

- Person als Mensch wahrnehmen
- Verständnis zeigen, kein Mitgefühl (Abgrenzung)
- Ressourcen stärken
- Sicherer Ort, Hier und Jetzt (ich bin bei Ihnen, Sie sind in der Schweiz)
- Fenster auf, Wasser trinken
- Klienten in Bewegung bringen (aufstehen, gehen, Schulter reiben, Hände zusammenpressen)
- Aufforderung auszuatmen, Atmung!
- Vom Trauma ablenken auf die Gegenwart (Retraumatisierung vermeiden)





GRAVITA | SRK ST.GALLEN
Zentrum für
Psychotraumatologie

Was bleibt offen?

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton St.Gallen

