

Trauma Hilfe Zentrum München e. V. (THZM):

Interview

DEUTSCHLANDS ERSTE VIRTUELLE TRAUMAAMBULANZ mit Frau Dr. Szesny-Mahlau

„Frau Dr. Szesny-Mahlau, Sie sind Psychologische Psychotherapeutin, u.a. mit dem Schwerpunkt Trauma und Traumafolgestörungen, Sie haben viele Jahre am Max-Planck-Institut für Psychiatrie in München gearbeitet und sind seit 2015 selbständig in eigener Praxis. Seit vielen Monaten stellt uns die Corona-Pandemie vor besondere Herausforderungen. Hat sich Ihre Arbeit in dieser Zeit verändert und wenn ja, wie?“

„Die Situation war für alle mit viel Unklarheit und Unsicherheit verbunden. Keiner konnte vorhersagen, wie gefährlich die Lage wirklich ist und wie lange sie dauern wird. In der Praxis mussten wir die Abläufe umstellen und Entscheidungen treffen: Wer braucht unbedingt Präsenztermine und den sicheren Ort der Praxis? Bei wem gibt es unüberwindbare Hürden für eine Videotherapie? Welche Anpassungen sind für eine gute Online-Behandlung nötig?“

Insgesamt habe ich die Patient*innen als sehr offen für neue Therapieformate erlebt. Bei Gesprächen an der frischen Luft und in Online-Sitzungen haben einige die Erfahrung gemacht, dass es sogar Vorteile haben kann, so zu arbeiten. Ich denke an eine Patientin, bei der Scham eine große Rolle spielte. In meinem Therapiezimmer fiel es ihr schwer, bestimmte Themen anzusprechen. Durch die etwas größere Distanz über Video und weil sie für die Therapie nicht in die S-Bahn steigen musste, gelang es ihr deutlich leichter.

Für andere Patient*innen war die Zeit dagegen mit großen Schwierigkeiten verknüpft. Ich habe bei vielen eine deutliche Zunahme von Spannung und auch von Gewalterfahrungen zu Hause mitbekommen. Das Haus nicht einfach verlassen zu können und viel mehr Zeit miteinander zu verbringen hat dafür ebenso eine Rolle gespielt, wie ganz konkrete Ängste bezüglich des Arbeitsplatzes und der Versorgung der Kinder. Für manche Patient*innen waren die „Schutzmaßnahmen“ zunächst ziemlich bedrohliche Trigger. So standen für eine junge Patientin von mir Masken in Zusammenhang mit ihren traumatischen Erfahrungen. Sie konnte sich deshalb kaum noch in der Öffentlichkeit bewegen. Arztbesuche, Einkaufen, Spaziergehen – alles wurde zu einer Herausforderung.

Wie in anderen Praxen auch, rufen deutlich mehr Personen auf der Suche nach einem Therapieplatz bei mir an. In einer Umfrage im Ärzteblatt wird für den Bereich der Kinder- und Jugendtherapie ein Anstieg der Therapieanfragen von über 50% berichtet. Dies liegt nicht zuletzt daran, dass der Zugang zu Schulen, Sportvereinen, Jugendzentren und auch zu Angeboten der Kinder und Jugendhilfe zeitweise deutlich eingeschränkt war und so die Belastung der Kinder und Jugendlichen schlechter aufgefangen werden konnte.

Uns hat besonders alarmiert, dass Europol recht bald von einem dramatischen Anstieg beim Abruf kinderpornographischer Materials berichtete. Inzwischen gibt es viele Hinweise, dass in der Pandemie gerade Kinder unter einer Zunahme von häuslicher Gewalt und sexuellem Missbrauch zu leiden haben. Prävention

Trauma Hilfe Zentrum München e. V. (THZM):

und Erstversorgung liegen in der Regel außerhalb unseres Tätigkeitsfelds als Psychotherapeut*innen. Wohl aber wissen wir, dass sich aus diesen traumatisierenden Erlebnissen langfristige Belastungsreaktionen entwickeln können und rechnen mit einem weiter steigenden Bedarf an Therapieplätzen. Deshalb haben wir uns entschlossen, aktiv zu werden.“

„Sie haben vor nicht allzu langer Zeit zusammen mit Ihrem Kollegen Dr. Patrick Fornaro Deutschlands erste virtuelle Traumaambulanz trauma.help gegründet. Wie kam es dazu und was hat es mit der Plattform auf sich?“

„Patrick Fornaro und ich sind seit etlichen Jahren in der Psychotraumatheorie mit Kindern und Jugendlichen tätig und bilden auch Psychotherapeut*innen, Ärzt*innen und pädagogische Fachkräfte in diesem Feld weiter. Uns erschüttert die Diskrepanz zwischen dem großen Interesse der Kolleg*innen an Weiterbildungen in diesem Bereich – und der geringen Auffindbarkeit von spezialisierten Therapieplätzen für die Betroffenen.

Bei einer Prävalenz der posttraumatischen Belastungsstörung von mindestens 2,5% laut epidemiologischen Studien überrascht es, dass in der niedergelassenen Versorgung nur 0,3% der Patient*innen diese Diagnose erhalten. Andere Daten zeigen, dass auch während der Behandlung nur bei ca. 2% der Patient*innen, die an einer Traumafolgestörung leiden, traumafokussiert gearbeitet wird – obwohl es viele unterschiedliche Methoden gibt, deren Wirksamkeit gut nachgewiesen ist. Betroffene müssen aus unserer Sicht viel zu lange auf eine qualifizierte Behandlung warten.

Unser Verein hat sich zum Ziel gesetzt, die enorme Wartezeit deutlich zu verkürzen und dafür zu sorgen, dass mehr Kinder adäquat behandelt werden. Dafür brauchen wir im ersten Schritt viele Therapeut*innen mit im Boot. Es ist gut belegt, dass bei der Verhinderung von Traumafolgestörungen die soziale Unterstützung eine wesentliche Rolle spielt. Genauso haben wir beide die kollegiale Unterstützung während unserer gemeinsamen Tätigkeit an der Traumaambulanz als zentral erlebt und später in der eigenen Praxis ein bisschen vermisst. Kolleg*innen, die man jederzeit um Rat und Unterstützung bitten kann, eine große Bibliothek mit aufbereitetem Wissen, das sofort in der Therapie eingesetzt werden kann, Kontakte zu Expert*innen, die sich mit Flucht und Migration, dissoziativen Störungen und anderen wichtigen Themen auskennen – all das wollen wir auf unserer Internet-Plattform trauma.help Therapeut*innen zugänglich machen. Wir möchten Kolleg*innen mit unterschiedlich viel Erfahrung miteinander vernetzen und alle motivieren, auch langfristig mehr traumatisierte Kinder zu behandeln. Wer sich neu in das Feld einarbeitet, soll das Gefühl haben, mit den Herausforderungen nicht alleine zu sein, die in einer Traumatherapie auftauchen können. Deswegen bieten wir zahlreiche Supervisions-, Interventions- und Selbstfürsorgeangebote.“

„Was ist für Sie das Innovative am Projekt und wer kann Mitglied werden?“

„Es gibt unseres Wissens keine vergleichbare digitale, datenschutzkonforme und sichere Vernetzung von Therapeut*innen im deutschsprachigen Raum. Durch die Zugänglichkeit über Computer und Smartphone-App entfallen regionalen Grenzen und Barrieren, sodass auch Personen aus weniger gut versorgten Gegen-

Trauma Hilfe Zentrum München e. V. (THZM):

den in den Austausch mit anderen Kolleg*innen und Expert*innen kommen können. Die Kombination aus einer wachsenden Wissensbasis, konkreter Praxiserfahrung und der direkten Möglichkeit zum Austausch mit Gleichgesinnten ist einzigartig in unserem Feld. Die Plattform steht allen approbierten Kolleg*innen offen, die ein Herz für die Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen haben und ihr Wissen, ihre Fertigkeiten und ihre Kontakte in diesem Bereich ausbauen wollen.“

„Welche Ideen und vielleicht auch Herzenswünsche haben Sie in beruflicher Hinsicht für die Zukunft?“

„Unser größter Herzenswunsch ist es, gemeinsam dafür zu sorgen, dass jedes traumatisierte Kind die Chance auf ein glückliches Leben bekommt. Wenn Kinder künftig nicht mehr zwei Jahre, sondern wenige Wochen auf einen passenden Therapieplatz warten müssten und sich daneben noch die Qualität der Behandlung verbessert – das würde mich richtig glücklich machen.“

Was uns auch sehr viel bedeutet, ist eine bessere Vernetzung zwischen den einzelnen Hilfsmöglichkeiten: Akutanlaufstellen, Jugendhilfe, stationäre und teilstationäre Kliniken, aber auch Jurist*innen und Kinderärzt*innen. Um Kinder und Jugendliche nach traumatischen Erlebnissen optimal unterstützen zu können, braucht es aus unserer Sicht Brücken zwischen Menschen mit unterschiedlichen Blickwinkeln und Kompetenzen.

Damit unser Projekt fortbestehen und wachsen kann, wäre es wunderbar, wenn sich weiterhin viele Kolleg*innen unserem Netzwerk anschließen. Um unsere Arbeit als gemeinnütziger Verein ausbauen und professionalisieren zu können, sind wir weiterhin auf Spenden angewiesen. Gleichzeitig müssen und wollen wir als wachsende Gemeinschaft dafür sorgen, dass das Bewusstsein für die Relevanz des Themas auch in Gesellschaft und Politik anwächst. Die wenigsten sind sich beispielsweise bewusst, dass in jeder Schulklasse ein bis zwei Kinder sitzen, die sexualisierte Gewalt erlebt haben. Das wollen wir ändern, indem wir dem Bedarf der Betroffenen zu mehr Sichtbarkeit verhelfen.“

„Ich danke Ihnen herzlich für dieses Interview!“

Das Interview führte Anne Belitz vom THZM.