

**Pressemitteilung  
27.02.2019**

**Neue Trauma-Gruppe, dienstags, 17:00-18:30 Uhr in der kbo-Lech-Mangfall-Klinik in Peißenberg**

Immer wieder finden Trauma-Patienten keine entsprechende Hilfe, da es nur sehr wenige ambulante, spezialisierte Trauma-Therapeuten gibt. Monatelange Wartezeiten, auch für stationäre Patienten, sind die Regel. „Obwohl meist dringender Handlungsbedarf besteht und die Symptome oft extrem belastend sind, finden viele keine rechtzeitige Unterstützung“, beklagt Christiane Waldhauer (35) von der kbo-Lech-Mangfall-Klinik in Peißenberg, die die Traumagruppe leitet. Mit dem neuen Angebot in ihrer Klinik möchte sie schnelle Hilfe leisten und den Patienten das Gefühl geben, aufgefangen zu werden, bis dann in einer weiterführenden Einzel-Therapie das Trauma an sich behandelt wird. Es geht also zunächst vor allem darum, oberflächliche Strategien mit an die Hand zu geben, die der Patient ausprobieren kann, um eine rasche Linderung und Entlastung zu erfahren. Der Austausch in der Gruppe mit Gleichgesinnten gibt das Gefühl, nicht allein, nicht der Einzige auf der Welt zu sein, dem so etwas Schreckliches geschehen ist, seien es sexuelle Übergriffe, häusliche Gewalt oder plötzliche Todesfälle. Die Trauma-Behandlung ist besonders komplex, weil die Patienten oft ihre Sprachkompetenz verlieren und verbal nicht oder kaum noch zu erreichen sind. Manchmal kommen Traumata auch erst viele Jahre später an die Oberfläche, weil sie zuvor erfolgreich verdrängt wurden. Wichtige Begleittherapien für Trauma-Patienten sind Entspannungsübungen wie spezielle Atemtechniken, progressive Muskelentspannung oder Autogenes Training, die ebenfalls in der kbo-Lech-Mangfall-Klinik in Peißenberg angeboten werden. Laut Waldhauer sei es das vorrangige Ziel, die Endlos-Schleifen von Bildern im Kopf des Patienten zu unterbrechen. Zuweilen helfen stark gesetzte Reize wie extreme Düfte oder extrem laute Töne, den Patienten zurück ins Hier und Jetzt, in die Gegenwart, zurück zu bringen. Oberärztin der kbo-LMK in Peißenberg, Dr. Maria Epple erklärt: „Wir haben die Trauma-Gruppe aus der Not heraus ins Leben gerufen, denn der Bedarf ist da. Wir wollen die langen Wartezeiten auf Therapieplätze überbrücken und die Patienten im Umgang mit ihren Symptomen im Alltag bis zum Beginn der eigentlichen Therapie unterstützen.“ Ziel sei dabei nicht die Bearbeitung des Traumas selbst, die könne erst nach stationärer Aufnahme erfolgen. Im Anschluss an die eigentliche Therapie ist die Trauma-Gruppe dann wieder für die „Nachsorge“ zuständig, um den Patienten den Übergang in den Alltag zu erleichtern und Rückfällen vorzubeugen. Wichtig sei auch noch ein anderer Aspekt, so Dr. Epple, nämlich die Angst anderer vor den traumatisierten Patienten. Auch dieses Stigma gelte es abzubauen.

kbo-Lech-Mangfall-Kliniken gemeinnützige GmbH  
Öffentlichkeitsarbeit  
Barbara Falkenberg  
Auenstr. 6  
82467 Garmisch-Partenkirchen  
Telefon | 08821 77-6013  
Fax: | 08821 77-526010  
E-Mail: | [oeffentlickeitsarbeit@psychiatrie-gap.de](mailto:oeffentlickeitsarbeit@psychiatrie-gap.de)