

# Mehr Therapie für komplex Traumatisierte!

Die Initiative Phoenix e.V., eine Selbsthilfe-Initiative von und für Menschen, die an komplexen Traumafolgestörungen leiden, will die Öffentlichkeit auf die unzureichenden Rahmenbedingungen für Traumatherapie in Deutschland aufmerksam machen und kämpft für „Bedarfsgerechte Psychotherapie“.

In einem „Offenen Brief“ an Presse, Funk und Fernsehen, politische Entscheidungsträger und Krankenkassen berichtete im Herbst 2010 eine Psychotherapie-Patientin von ihrer Verzweiflung, nachdem ihr Antrag auf Weiterführung ihrer Therapie von der Krankenkasse abgelehnt worden war. Darin heißt es u.a.:

*„Ich bin in meiner Herkunftsfamilie von Geburt an und dann mehr als 20 Jahre lang mit tagtäglicher Gewalt „in jeglicher Form“ aufgewachsen. (...) Schlaf- und Konzentrationsstörungen, immer mehr mich einholende Erinnerungen, Affektlabilität, Depressionen bis hin zu Selbstmordnähe und die „ganze Palette“ der sogenannten post-traumatischen Belastungsreaktionen bestimmten und bestimmen mein Leben. Mit 26 Jahren begann ich deshalb eine Psychotherapie – mit dem Ziel, all diese Schwierigkeiten verstehen und überwinden zu lernen. Ich wollte und will in meinem Beruf arbeiten und mich selbst versorgen können. Es dauerte etwa 70 Therapiestunden bis ich genügend Vertrauen aufgebaut hatte, um eine tragfähige therapeutische Beziehung zulassen zu können. (...) Das Problem ist: 70 Stunden sind nicht nur viel arbeitsintensive Zeit, sondern auch eine „tickende Krankenkassenbombe“. Denn laut Therapie-Richtlinien „darf“ eine Traumatherapie maximal 80 Stunden dauern. In meinem Fall konnte ich durch einen neuen Antrag meiner Therapeutin (...) noch einmal 20 zusätzliche Therapiestunden erhalten. Nach nunmehr 100 Stunden Therapie ist die Krankenkasse an dem Punkt angelangt, an dem sie es wohl für aussichtslos und „rausgeworfenes Geld“ hält, wenn sie mir weitere Behandlung finanzieren soll. (...)“*

Sie stellte diesen Brief in einem Selbsthilfe-Forum für Überlebende von Gewalterfahrungen zur Diskussion, gemeinsam mit dem Aufruf, ihn mit zu unterzeichnen. Er stieß auf überwältigende Resonanz. Dies war der Auftakt für die „Initiative Phoenix“. Zunächst bildete sich in Kassel eine Arbeitsgruppe, um ein Konzept für Forderungen nach angemessenen Therapiemöglichkeiten für schwer traumatisierte Menschen zu erarbeiten. 2012 gründete diese den gemeinnützigen Verein „Initiative Phoenix – Bundesnetzwerk für angemessene Psychotherapie e.V.“.

Innerhalb kurzer Zeit schlossen sich zahlreiche Fachleute den Forderungen an, wie die renommierte deutsche Traumatherapeutin Michaela Huber, die schrieb, sie könne diese Initiative nur unterstützen und deren Erfahrungen bestätigen: *„Lassen Sie uns gemeinsam (...) darauf hinweisen, dass die bisherigen Angebote absolut unzureichend, ja nicht selten eine zusätzliche Belastung bis hin zu Retraumatisierungen für die Menschen darstellen.“* Die Initiative ist inzwischen zu einem Netzwerk für Betroffene und Helfende herangewachsen, auf deren Internetseite [www.initiative-phoenix.de](http://www.initiative-phoenix.de) sich Informationen zu verschiedensten Bereichen finden (Antragsverfahren, Kostenerstattung, Therapien, Rechtswege u.v. mehr).

Als im Herbst 2014 der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) entschied, EMDR als Therapiemethode in die Richtlinien aufzunehmen, an denen sich die Krankenkassen bei der Finanzierung von Psychotherapie orientieren (siehe S.12), begrüßte die Initiative Phoenix e.V. diese Entscheidung als

„längst überfällig“. Damit sei ein wichtiger Schritt auf dem Weg zu einer Verbesserung des Behandlungsrahmens für komplex traumatisierte Menschen getan, erklärte die Vorsitzende der Initiative Johanna Sommer, jedoch: *„EMDR als Therapiemethode anzuerkennen genügt nicht. Komplexe Traumafolgen benötigen ein umfassendes Behandlungskonzept mit vielen unterschiedlichen Bausteinen, deren Wirksamkeit nur im jeweils individuellen Kontext jeder und jedes einzelnen Betroffenen bewertet werden kann.“*

Die Basis aller Methoden in der Traumatherapie sei der Aufbau einer stabilen therapeutischen Beziehung, die den Patientinnen und Patienten die Sicherheit vermitteln kann, die es braucht, damit z.B. auch die EMDR überhaupt angewandt werden könne. Die derzeitigen Psychotherapie-Richtlinien seien auf die Behandlung schwerer Traumafolgen nicht anwendbar.

Die Initiative fordert daher, die geltenden Richtlinien um einen Behandlungsrahmen für Menschen mit komplexen Traumafolgestörungen zu ergänzen. Sie hat dazu eine Petition "Bedarfsgerechte Psychotherapie" gestartet, die online mit unterzeichnet werden kann. Denn gerade Menschen mit komplexen und/oder chronifizierten Beschwerden und Belastungen aus Traumafolgen brauchen Zeit für Therapie ohne Unterbrechungen und über das bisherige Richtlinienmaß hinaus.

J. Bauer

Die **Petition "Bedarfsgerechte Psychotherapie"** für Menschen mit komplexen Traumafolgestörungen kann im Internet über [www.initiative-phoenix.de](http://www.initiative-phoenix.de) aufgerufen und mit unterzeichnet werden!