

Psychosoziale Nachsorge nach der Amokfahrt in Trier am 01.12.2020

Dr. Bernd Steinmetz
Stiftung Katastrophen-Nachsorge



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

Psychosoziale Nachsorge nach der Amokfahrt in Trier am 01.12.2020

- Die Amokfahrt in Trier am 01.12.2020 als ein kommunal traumatisierendes Ereignis
- Die Akutversorgung
- Die Nachsorge mit dem Focus auf Psychotraumata
- Themen und Stand der Nachsorge





„Kriegsähnliche Zustände“ in der Trierer Innenstadt am 01.12.2020:
Amokfahrt eines Einzeltäters durch die Fußgängerzone von Trier
Erste Notrufe ab 13:47 Uhr

Der rheinland-pfälzische Innenminister und die Ministerpräsidentin,
die im Laufe des Nachmittags vor Ort sind, bewerten dies als
schlimmste Katastrophe in Rheinland-Pfalz seit der
Flugschaukatastrophe in Ramstein (zeitlich vor der Flutkatastrophe
im Ahrtal).

Bundeseite Aufmerksamkeit bei anfänglicher Unsicherheit über Tat
und Ausmaß an Verletzten und Getöteten.



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

Die Akutversorgung

Nach der fünfminütigen Amokfahrt und der Festnahme des Täters sind rund 300 Einsatzkräfte von Rettungsdiensten, Feuerwehr und THW und 450 Polizeikräfte im Einsatz. Wegen einer Fülle von verunsichernden Berichten, Bildern, Videos und Berichten in den Medien und den sozialen Medien verweisen Polizei und Stadt auf ihre aktuellen Informationen auf Instagramm.



- Nach der Versorgung der Verletzten und Freigabe des 800m langen Tatortes nach der Spurensicherung große öffentliche Anteilnahme.
- Mehrere Tage Präsenz von Polizei und Notfallseelsorge am Hauptmarkt.
- Erste Informationen über Hilfen für Traumatisierte in den Medien.
- Schaltung einer Trauma-Hotline auf Initiative des Landesopferbeauftragten und Ausbau von Therapieangeboten mit Hilfe der Landespsychotherapeutenkammer.
- Ausbau von Beratungsangeboten über einen Runden Tisch der Stadt Trier.
- Einbezug der Stiftung Katastrophen-Nachsorge für den Aufbau einer psychosozialen Nachsorge.



Eine erste Bilanz der Folgen der Amokfahrt in der Trierer Fußgängerzone am 01.12.2020

Die erste Bilanz Anfang des Jahres 2021:

- Fünf Tote, 24 Schwerverletzte
- 170 Menschen melden sich bei der Notfallhotline des Landes
- Der Landesopferbeauftragte ermittelt mit der Stadt und der Polizei mehr als 600 Personen, die als Passant*innen und Angehörige betroffen sind.



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

Die Amokfahrt: Wie verarbeitet man das lebensbedrohliche Erleben einer öffentlichen Gewalttat



- Nicht jede, jeder sucht sofort Hilfe.
- Sorge in den Fachkreisen bereiten Kinder und Jugendliche, die die Fußgängerzone als Weg von der Schule zum Bahnhof benutzen.
- Behörden, Unternehmen und Schulen bieten, ebenso wie die Rettungsdienste und Polizei, betriebsinterne Gruppenveranstaltungen mit Psycholog*innen an.



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

Normale Reaktionen auf ein unnormales Ereignis



- Die erlebte öffentliche Anteilnahme und die gemeinsame Teilnahme an spontanen Zusammenkünften an den Gedenkortern sind erste Schritte der Verarbeitung. Die empathische Begleitung und Unterstützung des sozialen Umfeldes ist ein wichtiger „Trittstein“ auf dem unsicheren Untergrund der zerstörten Normalität.
- Das soziale Umfeld sollte aktiv zuhören, den Betroffenen Zeit lassen, Gefühle nicht in Frage stellen und keine unrealistischen Versprechungen machen.
- So unterschiedlich wie die Menschen ist das Verhalten nach einem traumatischen Erlebnis. Manche ziehen sich zurück, andere wollen etwas unternehmen, sich treffen und tun es dann doch nicht. Hilfreich sind die Anwendung von Entspannungstechniken und gegen den erlebten Kontrollverlust neue Strukturen schaffen, Sachen planen und durchführen, die einem gut tun.
- Groß ist die Gefahr Trost in Suchtmitteln, Alkohol, Medikamenten zu suchen.
- Erste Sicherheit kann eine (niedrigschwellige, auch anonyme) Beratung bieten.



Bleiben die besonderen Belastungen nach einem traumatischen Erlebnis länger als vier Wochen bestehen, ist professionelle Hilfe dringend zu empfehlen.

- Typische körperliche Reaktionen sind Probleme beim Ein- und Durchschlafen, Kopf- und Rückenschmerzen, Kreislauf- und Verdauungsprobleme, Erschöpfung, Müdigkeit, sich aufdrängende Bilder und (Alb)Träume, Konzentrationsschwierigkeiten.
- Typische Gefühle sind Reizbarkeit, Wut, Aggression und Angst, Schuld- und Selbstwertgefühle: Warum musste mir das geschehen? Hätte ich nicht mehr und beherzter helfen können?



Nicht jedes traumatische Erleben wird zu einem Trauma.

- Ein Trauma ist eine seelische Verletzung, bei der Gehirn und Nervensystem nicht mehr in der Lage sind, das Erlebte zu verarbeiten.
- Bilder, Geräusche, Gerüche, ... aus dem traumatischen Erleben führen zu nicht mehr kontrollierbaren Reaktionen und aktivieren und setzen das Ohnmachtsgefühl aus der traumatischen Situation fort.



Die besondere Beachtung der Psychotraumata in der Nachsorge

Das Psychotrauma geht über die Bewältigung der Trauer hinaus. Beim Psychotrauma geht es um den Verlust der Kontrolle in einer lebensbedrohlichen Situation. Wer traumatisiert ist, weil neben ihm Leben zerstört wurde oder das eigenes Leben in Gefahr war, hat Kontrollverlust erlebt. Helfer dürfen diesen Kontrollverlust nicht wiederholen. Der Traumatisierte muss die Kontrolle zurückbekommen und selbst entscheiden, wann er über das Erlebte reden mag. Die Auseinandersetzung und Verarbeitung des Traumas ist Gegenstand einer Traumatherapie.



Nach der Akutversorgung bedarf es einer Nachsorge, die für unterschiedliche Bedarfe der Opfer offen ist.



„Die Betreuung von Menschen, denen immenses Leid zugestoßen ist, ist ein komplexes Mosaik, das sich aus vielen Bausteinen zusammensetzt. Dies ist mir in den vielen persönlichen Gesprächen und Begegnungen mit den Betroffenen der Amokfahrt bewusstgeworden. Hilfe und Unterstützung werden in den unterschiedlichsten Lebensbereichen benötigt.“

Detlev Placzek, Landesopferbeauftragter Rheinland-Pfalz



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

Ein zentrales Element der Nachsorge ist ein geschützter Raum zum Austausch für die Opfer.



„Menschen, die einer lebensbedrohenden Situation ausgesetzt waren, brauchen einen Ort und eine Zeit, um sich mit anderen Hinterbliebenen und Überlebenden und ihren Erfahrungen auszutauschen. Durch die Bildung von Schicksalsgemeinschaften werden neue Beziehungen entwickelt und Rückzug und Vereinsamung verhindert.“
Sybille Jatzko, Stiftung Katastrophen-Nachsorge



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

Die Nachsorge: Austausch und individuelle Unterstützung



Trotz erschwerter Corona-Bedingungen lädt der Opferbeauftragte in den ersten beiden Jahren nach der Amokfahrt zu sieben Nachsorgetreffen ein, die von der Stiftung Katastrophen-Nachsorge geleitet und moderiert werden. Die Treffen ersetzen keine Therapie, bieten aber die Gelegenheit in einem geschützten Rahmen eigene Erfahrungen anzusprechen und im Austausch mit anderen Betroffenen und begleitenden Expert*innen Unterstützung zu erhalten.



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

**Die Schicksalsgemeinschaft:
Die Betroffene gerade in der Anfangszeit
abholen, einladen durch Wertschätzung und
Zuwendung.
Die Gruppe entscheidet über Themen und
Länge und Häufigkeit der Treffen.
Professionelle Unterstützung und Anleitung
mit traumatherapeutischer Kompetenz**

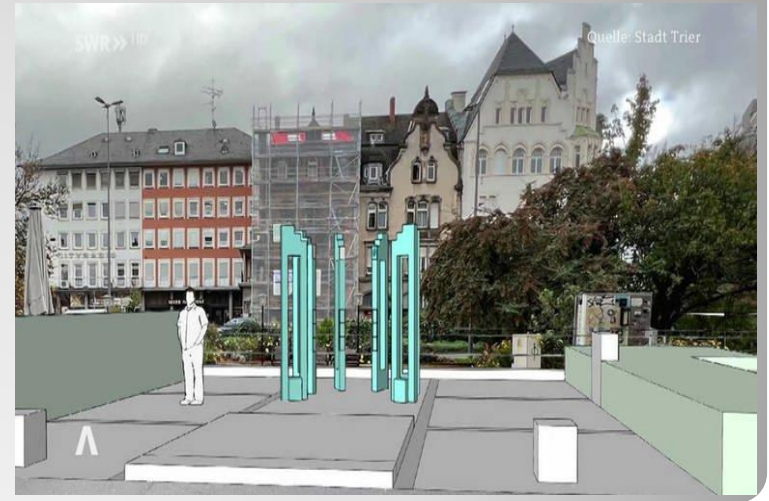
Themen in den Treffen der Schicksalsgemeinschaft in Trier:

- Unterstützung auf dem Weg zur Opferentschädigung, da dieser komplexe Behördenweg für Geschockte und Traumatisierte kaum zu bewältigen ist.
- Hilfe durch die gerechte Verteilung der Spendengelder
- Vorbereitung auf den Strafprozess
- Entwicklung von Ideen für Gedenkveranstaltungen und Gedenkkorte in der Stadt Trier
- Psychosoziale Unterstützung in der Verarbeitung der Traumata und Trauer



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

Die Bedeutung des Gedenkens



Es war ein großer Wunsch der Angehörigen der Verstorbenen, dass ihre liebsten Menschen durch die jeweiligen Gedenkstätten gewürdigt und in Erinnerung gehalten werden.

Für die beteiligten Opfer war es sehr wichtig für die Verarbeitung und Würdigung ihrer tragischen Verluste, dass es neben individuellen Gedenkortern auch öffentliche Gedenkorte zum inne halten und trauern gibt und dass sie diese Orte mitgestalten konnten.



STIFTUNG
KATASTROPHEN
NACHSORGE

Die Begleitung im Strafprozess

Im Strafprozess liegt der Focus auf Tat und Täter. Für die mit dem Trauma und Leid verbundenen Emotionen ist kein Platz. Neben der Möglichkeit der Nebenklage bedarf es einer psychosozialen Begleitung.



Am 19. August 2021 wurde der Strafprozess vor dem Trierer Landgericht eröffnet und nach 48 Prozesstagen am 16. August 2022 mit dem Urteil zu lebenslanger Haft bei besonderer Schwere der Schuld beendet.

Am dritten Jahrestag (2023) wurde den Prozessbeteiligten die Entscheidung des Bundesgerichtshofes mitgeteilt, dass die Revision zur erneuten Ermittlung der Schuldfähigkeit des Angeklagten zugelassen wurde. Diese wird derzeit vom 27.02. bis zum 02.05.2024 (11 Prozesstage) vor einer anderen Kammer des Trierer Landgerichtes verhandelt.



Fazit psychosozialer Nachsorge der Schicksalsgemeinschaft

- Ermöglicht es unterschiedlich Betroffenen besser mit den Verlusten und Traumata umzugehen: emotionale Resonanz auf starke Gefühle, Unterscheidung von Trauer und Depression, von Wut und Hass.
- Nachsorge übernimmt eine personenzugewandte Lotsenfunktion zu Hilfen, die wirklich helfen können.
- Das Gesundheitssystem wird durch diese Art der Hilfe entlastet, da Betroffene weniger Einzeltherapien und medizinische Hilfen in Anspruch nehmen müssen.
- Viele Menschen ist diese Form der Nachsorge ausreichend: sie können mit Hilfe der unterstützenden Gemeinschaft in die Gesellschaft zurückfinden.

