

Was ist der STA - stress- und traumasensible Ansatz?

Der Ansatz ist ein Ergebnis der Lernerfahrungen von *medica mondiale* im Empowerment von Frauen in Krisen- und Postkonfliktgebieten seit 1993 und der konzeptionellen Arbeit von Fachfrauen¹. Ursprünglich zielte der Ansatz vor allem auf die Förderung einer stress- und traumasensiblen Haltung verschiedener Berufsgruppen wie Gesundheitsfachkräften und Justizpersonal im Umgang mit Gewaltüberlebenden ab. Als wesentliches Element erwies sich dabei die Stärkung der Fachkräfte selbst. Nur so ist ihre Tätigkeit langfristig von einer emotional flexiblen und zugewandten Haltung getragen - eine grundlegende Bedingung für Empowerment-Prozesse. In der Weiterentwicklung des Ansatzes wurde deutlich, dass es nicht ausreicht Fachkräfte zu schulen, sondern dass Stress- und Traumasensibilität auch konkrete Arbeitsschritte des Projektmanagements in Krisen- und Postkonfliktkontexten durchdringen muss. Der STA befähigt Fachkräfte in der Entwicklungszusammenarbeit dazu, Stress- und Traumasensibilität als Schlüsselqualifikation für eine erfolgreiche Projektdurchführung zu nutzen und Projekte in dieser Haltung zu konzipieren, durchzuführen und auszuwerten.

Was sind die Grundsätze des STA - stress- und traumasensiblen Ansatzes?

1.) Verschränkung von Gender und Trauma: *Genderrollen beeinflussen die Entwicklung von Traumatisierungen maßgeblich und Traumatisierungen können im Wechselspiel patriarchale Strukturen verfestigen².*

In Belastungssituationen und in Unsicherheit suchen Menschen Orientierung über vorgegebene Strukturen. Tradierte Genderrollen fungieren als eine solche haltgebende Struktur. Gewalterfahrungen wie Kriegstraumatisierungen werden daher geschlechtsspezifisch unterschiedlich verarbeitet. Bei Frauen ist verstärkt eine Internalisierung³ von Emotionen und Gefahr von Reviktimisierung zu beobachten, während bei Männern tendenziell Externalisierung⁴ und eine erhöhte Gewaltbereitschaft vorherrschen⁵. In Krisen- und Konfliktkontexten erstarken damit Genderstereotype, obwohl Frauen de facto verstärkt zu Versorgerinnen der Familie werden. Innerfamiliäre Gewalt nimmt zu. Externalisieren Männer konform mit sozialen Erwartungen immer wieder die Scham und Schuld ihrer Täterschaft, verstärkt dies ein Kontinuum der Gewalt – vor, während und nach Konflikten. Traumata haben darin für Frauen häufig einen kumulativen Charakter: Abhängigkeit, psychische und physische Gewalt, verweigerte Teilhabe, sexuelle Ausbeutung etc. summieren sich auf und wirken letztlich in ihrer Gesamtheit traumatisierend. Auf der Seite der Traumaverarbeitung kann Geschlechtsrollenüberschreitung salutogen sein. Aktivistinnen, die ihre Stimme erheben, sich als kämpferisch und wehrhaft erleben, berichten von verbesserter psychischer Stabilität.

2.) Selbstfürsorge und Mitarbeiter*innen-Fürsorge als Bedingungen für gute entwicklungspolitische Arbeit: *Wer für sich selbst sorgt und innerhalb unterstützender Organisationsstrukturen verortet ist, wird mit höherer Wahrscheinlichkeit langfristig im Krisen- und Postkonfliktkontext ethisch und fachlich hochwertige Arbeit leisten können.*

¹ Zentral an der Entwicklung des STA mitgewirkt haben Monika Hauser, Karin Griese, Maria Zemp, Simone Lindorfer und Alena Mehla; prägend waren die Arbeiten von Ingrid Olbricht, Judith Herman, Luise Reddemann, David Becker, Polina Hilsenbeck, Michaela Huber, Edita Ostojic, Gerhilt Haak, medico international, Ingeborg Joachim, Petra Wünsche.

² Segalo, P. (2015), Trauma and Gender, *Social and Personality Psychology Compass* 9/9, 447-454

³ Internalisierung: Scham und Schuld nach Gewalt richten sich nach innen („ich bin ein schlechter Mensch“), Selbst-Kritik und Selbst-Herabsetzung.

⁴ Externalisierung: Scham und Schuld richten sich nach außen („der/die andere ist schlecht“), Suche nach Rechtfertigung, Genugtuung, Vergeltung, Rache.

⁵ Reddemann, S. & Gahleitner, S. (2014), Trauma und Geschlecht – ein Verhältnis mit vielen Schattierungen, 180-190; Scheffler, S. & Gerlich, K. (2014), Trauma und Gender – noch immer ein blinder Fleck? 192-200; beides in *Trauma & Gewalt* 8.

Entwicklungspolitische Arbeit hat den Anspruch zu empowern, Menschen nachhaltig handlungsfähiger zu machen, Begünstigten auf Augenhöhe zu begegnen, Partizipation und Ownership zu fördern. Entscheidend für die Erfüllung dieser Qualitätskriterien ist die Haltung der entwicklungspolitischen Fachkräfte: Es braucht Ausdauer, Empathie, eine Wertschätzung der Ressourcen der Zielgruppe, die Überzeugung, dass hinter fehlender Mitarbeit oder mangelndem Interesse der Begünstigten ein guter Grund steht sowie eine Sensibilität für die der Entwicklungszusammenarbeit inhärenten Machtgefälle. Eine solche Haltung nicht aufzugeben ist im Krisen- und Konfliktkontext besonders schwierig. Konfrontiert mit massivem Leid und Gewalt spalten Menschen häufig Emotionen ab, um weiter „funktionieren“ zu können, und verlieren ihr empathisches Vermögen. Chronischer Stress führt zu einer Verengung und Selektivität in der Wahrnehmung sowie kognitiven Verarbeitung („Tunnelblick“). Der Fokus liegt auf Durchhalten; Energie und Aufmerksamkeit konzentrieren sich auf die Bewältigung der anstehenden Aufgaben. Dies geht zu Lasten einer flexiblen und reflexiven Haltung gegenüber sich selbst wie auch anderen und gefährdet letztlich die Qualität entwicklungspolitischer Arbeit.

Um dem vorzubeugen besteht gerade im Krisen- und Postkonfliktkontext die Notwendigkeit einer Sensibilität für die eigenen Stressreaktionen und die eigene Betroffenheit durch Trauma-Inhalte, zu der Methoden und Strukturen der Selbstfürsorge und Mitarbeiter*innenfürsorge einen wesentlichen Beitrag leisten. Auch hier spielen Genderaspekte eine Rolle. Aktivistinnen und Fachfrauen, die sich für Geschlechtergerechtigkeit einsetzen, sehen sich häufig mit besonderen Belastungen konfrontiert. Sie sind neben ihrem beruflichen Einsatz oft zugleich Hauptverantwortliche für das Funktionieren von Familie und Haushalt. Da sie soziale Genderrollen in Frage stellen, erleben sie Zurückweisungen bis hin zu Bedrohung durch ihr Umfeld. Männer dagegen suchen weniger und später Unterstützung und riskieren damit verstärkt eine chronifizierte Beeinträchtigung ihrer psychosozialen Gesundheit.⁶

Verantwortung für die Stärkung und den Schutz von Mitarbeiter*innen liegt nicht nur bei den Organisationen, denen sie angehören, sondern auch bei den Geldgebern, die deren Projekte fördern.⁷ Es braucht eine feste Budgetlinie für Selbstfürsorge und den Aufbau organisationaler Unterstützungsstrukturen im Förderantrag. Hierzu wiederum ist der Rückhalt wichtiger gesellschaftlicher Akteur*innen nötig. Im Sinne der Verschränkung von Gender und Trauma im stress- und traumasensiblen Ansatz sind Selbstfürsorge und Mitarbeiter*innenfürsorge daher nicht nur ein individuelles und organisationales, sondern auch ein politisches Thema.

Mit welchen Instrumenten arbeitet der STA - stress- und traumasensible Ansatz?

1. *Manuale und Materialien zum Capacity Development verschiedener Zielgruppen*, beispielsweise Führungs- und Fachkräfte in der Entwicklungszusammenarbeit, Humanitären Hilfe oder Friedensarbeit, Polizist*innen, Gesundheitskräfte, psychosoziale Berater*innen. Inhalte der Qualifizierungen sind unter anderem: Prävention, Erkennen und Stoppen von Stress- und Traumadynamiken, Übungen zur Selbstfürsorge und zum Selbstschutz, stress- und traumasensible Kommunikation, Umsetzung der Grundprinzipien einer stress- und traumasensiblen Haltung im Projektkontext.
2. *Konzept der Achtsamen Organisationskultur*: Das Konzept von *medica mondiale* beschreibt verschiedene Schlüsselkomponenten im Aufbau von Prozessen der Mitarbeiter*innen-Fürsorge und von stärkenden Organisationsstrukturen. Es wird seit 2014 in der Geschäftsstelle von *medica mondiale* pilotiert und weiterentwickelt.
3. *Checklisten und Tools für die Analyse, Konzeption, Implementierung, Monitoring und Evaluierung* im Rahmen von Projekten der Entwicklungszusammenarbeit, unter anderem ein Leitfaden zur Bestandsaufnahme bestehender Organisationsstrukturen der

⁶ Lalouschek, W. & Kainz, B. (2008), Geschlechtsspezifische Aspekte von Burnout, Blickpunkt Der Mann, 6 (3)

⁷ s. hierzu auch Handreichungen wie <http://kvinnatillkvinna.se/en/publication/2013/04/19/integrated-security-the-manual-2011/>

Mitarbeiter*innen-Fürsorge, eine Checkliste zum Monitoring einer stress- und traumasensiblen Haltung von Trainer*innen, Fragelisten zur Selbstreflexion der eigenen Haltung und Selbstfürsorgepraxis, Kriterien zur Beurteilung der Stress- und Traumasensibilität eines Projektkonzepts.

Was unterscheidet den STA - stress- und traumasensiblen Ansatz von MHPSS?

MHPSS (Mental Health und Psychosocial Support) zielt auf eine Verbesserung der psychischen Gesundheit und des psychosozialen Wohlbefindens belasteter Zielgruppen ab. Dagegen hat *medica mondiale* den stress- und traumasensiblen Ansatz entwickelt, um eine Empowerment-orientierte Haltung von Fachkräften zu erhalten, Geschlechtergerechtigkeit zu fördern und Gewaltspiralen, die von Traumadynamiken begünstigt werden, zu durchbrechen. Da eine geschlechtergerechte Gesellschaft für Männer wie für Frauen mit größerem psychosozialen Wohlbefinden einhergeht⁸ und auch MHPSS-Fachkräfte nicht per se über die oben beschriebene Haltung verfügen, ist der STA auch für MHPSS-Projekte relevant.

	STA – stress- und traumasensibler Ansatz von <i>medica mondiale</i>	MHPSS (Mental Health and Psychosocial Support)
Ziel	Entwicklung und langfristiger Schutz einer empowernden Haltung und Fachlichkeit, die getragen ist vom Wissen über Stress- und Traumawirkungen in der Zielpopulation und beim Fachpersonal	Prävention, Unterstützung und Veränderung bei individuellen und kollektiven psychosozialen Problemlagen und Erkrankungen
Primäre Adressaten	Nationale und internationale Mitarbeiter*innen der Entwicklungszusammenarbeit	Begünstigte von Projekten der Entwicklungszusammenarbeit im Krisen- und Konfliktkontext mit psychischen und psychosozialen Problemlagen
Kernmerkmale	Sektorübergreifender Capacity Development und Projektmanagement-Ansatz	Tätigkeiten der präventiven und kurativen Intervention und Rehabilitation der psychischen/psychosozialen Gesundheit von Gruppen und Individuen

Weswegen ist es sinnvoll, flexibel sowohl auf den STA - stress- und traumasensiblen Ansatz wie auch auf MHPSS-Konzepte zurückgreifen zu können?

Während der stress- und traumasensible Ansatz eine Schlüsselkompetenz für die Entwicklungszusammenarbeit beschreibt, wird unter dem Oberbegriff MHPSS eine große Vielfalt von Inhalten, Maßnahmen und Zielgruppen⁹ subsumiert. Eine präzise Fokussierung auf die Verschränkung von Haltung, Empowerment und Trauma kann MHPSS nicht leisten, da es einem konzeptionellen Pluralismus verpflichtet ist, der von fachlichen Ansätzen in der klinischen Behandlung psychischer Erkrankungen bis hin zu Empfehlungen für die Zusammenarbeit nationaler und internationaler Akteur*innen auf Programmebene¹⁰ reicht.

⁸ Qian, G. (2017), the effect of gender equality on happiness: Statistical modeling and analysis, *Health Care for Women International*, 38/2.

⁹ s. GIZ Regionalvorhaben (2017), Psychische Gesundheit und Psychosoziale Unterstützung (MHPSS) im Kontext der Syrien- und Irakkrisen – Orientierungsrahmen für die Entwicklungszusammenarbeit, S. 20 ff.

¹⁰ Ibid., S. 29, Qualitätskriterium 3: „Alignment“.