

Einen Neuanfang ermöglichen

Barbara Wolff

Ein Trauma reißt ein Loch in das Leben, erschüttert das Vertrauen in die Welt und in die eigene Kraft. Damit Betroffene diese zurückerlangen, neuen Mut fassen und das eigene Leben wieder mit Hoffnung und Zielen füllen können, braucht es oft Unterstützung von außen. Das gilt für alle Menschen, die unter einer Traumafolgestörung leiden, besonders aber für Geflüchtete. Unsere Autorin schildert die Arbeit einer Beratungsstelle, die ihnen psychosoziale Unterstützung anbietet.

Viele Menschen, die vor Krieg, Verfolgung, Folter und Gewalt fliehen und in Deutschland Schutz suchen, haben Situationen erlebt und überlebt, die an die Grenzen der psychischen und physischen Belastbarkeit eines Menschen gehen – und darüber hinaus. Es handelt sich hier in der Regel nicht um ein singuläres Ereignis. Meist lebten diese Menschen schon lange unter den Bedrohungen kriegerischer Auseinandersetzungen, wurden etwa wegen ihrer ethnischen Zugehörigkeit verfolgt oder wegen ihrer politischen Einstellung inhaftiert.

Für diese Menschen engagiert sich der Frankfurter Arbeitskreis Trauma und Exil FATRA e. V. seit über 20 Jahren. In unserer Beratungsstelle bieten wir kostenlose und unabhängige psychosoziale Unterstützung für Geflüchtete mit Traumafolgestörungen an. Aus dieser Arbeit will ich kurz die Geschichte eines jungen Mannes erzählen, eine Geschichte, der wir so oder ähnlich immer wieder begegnen.

Eine prägende Odyssee

Ahmed (Name geändert) kommt aus Somalia, seine Familie ist arm. Als er noch ein Kind ist, wird sein Vater vor seinen Augen von radikal-

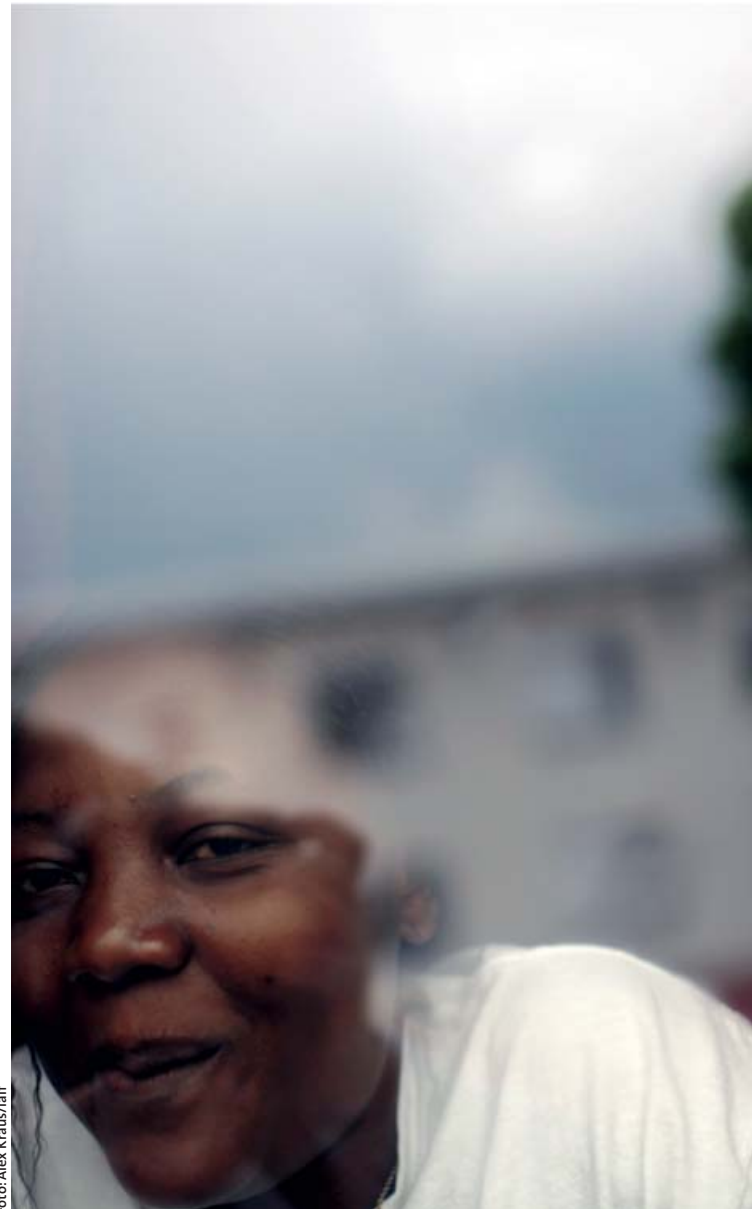


Foto: Alex Kraus/laif

Psychosoziale Unterstützung für traumatisierte Geflüchtete

islamistischen Kämpfern getötet, weil er sich nicht nach den Vorstellungen der Islamisten verhalten habe. Als Jugendlicher wird er selbst von islamistischen Milizen gefangen genommen, ihm wird gedroht, dass man ihm einen Arm, ein Bein abschneide. Dass er dieser „Haft“ unversehrt entkommen kann, macht die staatlichen Behörden misstrauisch. Sie beschuldigen ihn, den Islamisten anzugehören und inhaftieren ihn ihrerseits. Er kann aus dem Gefängnis fliehen und macht sich auf den langen und gefährlichen Weg nach Europa.

In Libyen wird er aufgegriffen, kommt wieder ins Gefängnis, wird geschlagen und wieder freigelassen. Schließlich kann er sich Geld für die Fahrt übers Mittelmeer besorgen. Das Boot kentert, er überlebt, aber andere, die er auf seiner Flucht kennengelernt hat, ertrinken.

In Italien kommt er zunächst noch in eine Unterkunft für Minderjährige. Diese muss er aber bald verlassen, lebt – wie alle Geflüchteten – nach sechs Monaten auf der Straße. Er ernährt sich von Abfall, wird Opfer rassistischer Übergriffe, ist als ju-

„Ziel unserer Angebote ist es, die Geflüchteten darin zu unterstützen, wieder an ihre Ressourcen anknüpfen zu können.“

gendlicher Obdachloser kaum geschützt vor sexueller Misshandlung. Das erträgt er nicht, flüchtet weiter nach Deutschland. Zu diesem Zeitpunkt ist er fast ein Viertel seines jungen Lebens auf der Flucht.

Die Angst bleibt

In Deutschland angekommen, ist Ahmed hoch motiviert. Er will hier schnell die Sprache lernen, eine Ausbildung machen und Geld verdienen, um seine Mutter zu unterstützen, die in seinem Heimatland zurückgeblieben ist. Aber das gelingt ihm nicht: Ahmed leidet unter Schlafstörungen, wird nachts in seinen Alpträumen von all den Bedrohungssituationen, die er überlebt hat, verfolgt. Er hat Konzentrationsstörungen, fühlt sich ständig unter

Psychosoziale Zentren in Deutschland

In Deutschland gibt es derzeit 30 Psychosoziale Zentren für Flüchtlinge und Folteropfer (PSZs), die spezielle psychosoziale und psychotherapeutische Hilfen für Geflüchtete anbieten. Diese Anzahl ist völlig unzureichend, um die Angebote bereitzustellen, die benötigt werden. Dies galt bereits in der Vergangenheit, doch jetzt, mit dem wachsenden Bedarf durch die steigenden Flüchtlingszahlen, umso mehr.

Es gibt keine strukturell verankerte Finanzierung dieser PSZs. Jedes Jahr müssen über immer neue Projekte die Gelder bei Ländern, Kommunen, der EU oder bei Spenderorganisationen und privaten Spendern erneut eingeworben werden. Psychotherapien können nur zum Teil abgerechnet werden. Die Deckung der Kosten für die psychosoziale Arbeit, die den Hauptteil bei allen Zentren ausmacht, ist immer prekär.

Die Finanzierung von Psychotherapien – sowohl bei Niedergelassenen als auch bei PSZs – ist je nach Situation der Geflüchteten unterschiedlich:

In den ersten 15 Monaten des Aufenthaltes in Deutschland können die Kosten für eine

Psychotherapie im Rahmen des Asylbewerberleistungsgesetzes übernommen werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht. Häufig wird die Kostenübernahme nach einem langen Verwaltungsverfahren abgelehnt. Wird sie bewilligt, können auch die Dolmetscherkosten übernommen werden. Nach 15 Monaten allerdings haben Geflüchtete ein Anrecht auf Leistungen analog der Leistungen der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV). In diesem Fall muss ein neuer Antrag auf Psychotherapie gestellt werden, der erfahrungsgemäß auch eher bewilligt wird. Dolmetscherkosten werden aber grundsätzlich nicht im Rahmen von GKV-Leistungen übernommen.

Ein Ausbau des Versorgungsangebotes durch die PSZs, ihre strukturell gesicherte Finanzierung sowie eine Finanzierungsregelung der ambulanten Psychotherapien entsprechend den Leistungen der GKV – ab dem ersten Tag des Aufenthaltes und unabhängig vom Status – und die Übernahme der Dolmetscherkosten durch die Kostenträger der Psychotherapie sind dringend notwendig.

Anspannung und kann dem Sprachunterricht kaum folgen.

Auf dem Weg zur Schule gerät er in eine Polizeikontrolle. Obwohl er inzwischen eine Duldung hat und seine Papiere in Ordnung sind, vermischt sich die Angst, nach Italien oder in sein Heimatland abgeschoben zu werden, mit seiner Erfahrung, sich ständig verstecken zu müssen, wie etwa in Libyen. Er hat Panikattacken, wagt sich nicht mehr auf die Straße, geht nicht mehr in die Schule, traut sich aber auch nicht, irgendjemandem davon zu erzählen. Er versteht sich selbst nicht mehr und auch nicht die Welt um sich herum.

Die Bedeutung eines stabilen Umfeldes

Welche Hilfe braucht ein Mensch wie Ahmed? Zuerst Sicherheit. Die Angst, wieder dorthin zurückgeschickt zu werden, woher sie geflohen sind, ist bei allen Geflüchteten immer präsent und eine ständige Belastung. Die Asylverfahren dauern lange. Manchmal müssen Geflüchtete über Jahre in einer „Duldungsschleife“ leben: Ihr Aufenthalt wird durch die kurzfristige Aussetzung der Abschiebung, die Duldung, immer nur für wenige Monate verlängert, bis sie dann, oft Jahre später, möglicherweise doch ein dauerhaftes Blei-

berecht erhalten. Diese Menschen brauchen Aussicht auf eine Zukunft, die Möglichkeit, wieder Teil einer Gemeinschaft zu werden. Gibt man ihnen diese Chance, so werden viele von ihnen sie nutzen können und sich hier ein eigenes neues Leben aufbauen.

Traumatisierung zum Thema machen

Einige der Geflüchteten haben aber, wie Ahmed, Gewalt und Verfolgung in einem Ausmaß erlebt, das Spuren hinterlässt und sie dauerhaft unter den Folgen leiden lässt. Folgen, die es ihnen in manchen Bereichen schwer machen, mit dem Alltag zurechtzukommen, sich selbst und ihre Umgebung auszuhalten. Diese Menschen brauchen Unterstützung.

In unserer praktischen Arbeit geht es deshalb um viele Anliegen: um einen Ort, an dem Menschen erstmals in Ruhe über das Sprechen können, was sie erlebt haben, wo sie auf ein verständnisvolles Gegenüber treffen, das ihnen erklärt, woher die Symptome einer seelischen Traumatisierung kommen, was sie bedeuten und dass sie keine Angst haben müssen, „verrückt“ zu sein. Auch sorgfältige Diagnostik und Dokumentation gehören zu unseren Aufgaben – nicht zuletzt zur Beweis-

führung im Asylverfahren. Aber genauso dient die Unterstützung der Stabilisierung und bedeutet Begleitung durch die Krisen und die Anforderungen, die sich hier in der neuen Kultur und durch die Belastungen des Asylverfahrens ergeben. Betroffene brauchen therapeutische Beziehungen, um wieder Vertrauen in sich und ihre Mitmenschen fassen zu können. Hier werden spezielle psychosoziale Beratungsangebote für die Geflüchteten benötigt, die all dies beinhalten.

Die Arbeit der Beratungsstelle

Ziel unserer Angebote ist es, die Geflüchteten, die zu uns kommen, darin zu unterstützen, wieder an ihre Ressourcen anknüpfen zu können und ihre Fähigkeiten zu nutzen, um sich ein neues Leben aufzubauen, eine neue Sprache zu lernen, zu arbeiten oder einen Beruf zu erlernen, ihre zwischenmenschlichen Beziehungen gut zu gestalten und wieder Hoffnung in die Zukunft entwickeln zu können.

Wir bieten eine fachlich fundierte psychosoziale Beratung für Geflüchtete an, die als Folge der erlebten Gewalt und der schweren Menschenrechtsverletzungen an psychischen Traumafolgestörungen leiden. Dies bedeutet zu Beginn meist eine Krisenintervention und erste Stabilisierung, ferner eine sorgfältige Diagnostik sowie die Klärung, welche Form der Unterstützung Vorrang hat und welche Hilfen in die Wege geleitet werden müssen. Diese Beratungen bieten wir für Erwachsene in einem Stundenumfang von mindestens zehn Stunden, und in einem speziellen Projekt für unbegleitete minderjährige Geflüchtete in einem Umfang von in der Regel 20 Stunden und mehr an.

Psychotherapeutische Aufarbeitung

Wenn sich im Laufe der Beratungen herausstellt, dass eine tiefer gehende psychotherapeutische Bearbeitung der traumatischen Erlebnisse sinnvoll ist und gewünscht wird, dann vermitteln wir an niedergelassene PsychotherapeutInnen in einem Behandlungsnetzwerk, das wir vor über zehn Jahren initiiert haben. Ein Verständnis dafür zu vermitteln, was Psychotherapie ist und was sie bewirken kann, ist ebenfalls ein Teil unserer Beratung. In den Kulturkreisen, aus denen viele der Geflüchteten kommen, sind psychische Erkrankungen stark tabuisiert und jeder Kontakt mit Psychiatrie und

Psychotherapie schambesetzt. Ein Klient, der zwei Jahrzehnte unter den schlimmsten Bedingungen inhaftiert war, sagte mir einmal: „Ich wusste gar nicht, dass ich an etwas leide, das man behandeln kann.“

Nicht alle brauchen eine Psychotherapie oder entscheiden sich dafür. Manchmal kommen frühere KlientInnen erst nach Jahren wieder in unsere Beratungsstelle, wenn sie einen festen Aufenthaltsstatus, eine Arbeit und „Boden unter den Füßen“ haben, und möchten dann erst eine psychotherapeutische Bearbeitung ihrer Erlebnisse in Angriff nehmen.

Netzwerke zur Unterstützung

Unser Konzept, die Psychotherapie in der Regelversorgung durchführen zu lassen, bedeutet mehr „Normalität“. Es heißt für uns auch, dass mehr Kapazitäten für die Beratungen zur Verfügung stehen. Um mehr Niedergelassene dafür zu gewinnen, sich in dieser Arbeit zu engagieren und um den fachlichen Austausch zu unterstützen, bieten wir Fortbildungen zum Thema an. Auch im pädagogischen Bereich, in dem Projekt für unbegleitete minderjährige Geflüchtete, führen wir regelmäßige Fortbildungsveranstaltungen für die MitarbeiterInnen der Heime durch und binden die Bezugspersonen in die konkrete Arbeit mit ein. So wächst das Verständnis für die Situation der Geflüchteten.

Beratung und Psychotherapie sind nur möglich, wenn die sprachliche Verständigung gewährleistet ist. Deshalb schulen wir DolmetscherInnen für die speziellen Anforderungen im Kontext psychosozialer Beratung, Diagnostik und Therapie.

Netzwerke zu bilden und unsere Erfahrungen mit anderen zu teilen, heißt für uns auch, mehr Menschen dafür zu gewinnen, sich für die Belange derer einzusetzen, die Verfolgung, schwere Gewalt und Menschenrechtsverletzungen überlebt haben. Unterstützung zur Teilhabe in unserer Gesellschaft kann nicht nur die Aufgabe spezialisierter Zentren sein. Hier ist eine solidarische Haltung der Zivilgesellschaft gefordert. ■

Barbara Wolff

geb. 1952, ist Ärztin für Psychiatrie und Neurologie sowie Gründungsmitglied und Vorstandsvorsitzende des Frankfurter Arbeitskreises Trauma und Exil FATRA e.V.
info@fatra-ev.de

Das HolzHaus am Waldpark

hochwertiger, ökologisch orientierter
Wohnungsbau



Das HolzHaus am Waldpark

- ca. 8 bis 10 Eigentumswohnungen
- lebendige Hausgemeinschaft
- Bauen zum Selbstkostenpreis
- Großzügige Balkone
- Gemeinschaftsdachgarten
- Blick auf den Pfingstberg
- Kinderfreundlicher Gemeinschaftsgarten
- Angenehmes Raumklima
- Niedrigenergiekonzept
- Lage zwischen Fachhochschule und Biosphäre uvm...

Gelegen in der Nähe des Bugaparks in Potsdam, werden wir zwischen Seen und Kulturlandschaften wohnen und der **Potsdamer Innenstadt** nicht fern sein. Unsere **Baugemeinschaft** plant und baut ein Mehrfamilienhaus in Holzbauweise. Die Wohnungsgrößen ermöglichen **familienfreundliche** wie auch **altersgerechte** Wohnungen. Das Baugemeinschaftskonzept ermöglicht eine **selbstbestimmte Nachbarschaft** und weitgehende Mitbestimmung bei der Planung des Hauses und der **individuellen Wohnungsplanung**.

Gesundheitsfördernde Eigenschaften der Holzbauweise

- feuchteregulierende Eigenschaften verringern Atemwegserkrankungen
- antistatische und damit staubmindernde Wirkung lindert asthmatische Beschwerden
- desinfizierende Oberflächenbeschaffenheit hilft bakterielle Belastungen zu vermindern
- Schutz vor elektromagnetischer Strahlung
- Allergiker schätzen Holz und dessen Oberfläche als nichtreizenden Baustoff

www.wohnwille.de

Kristian Wulkau – Agentur Wohnwille

Tel.: 030 / 88 766 909
Mobil: 0179 / 54 74 576
Fax: 0321 / 214 526 73
born@kristianwulkau.de

**HOLZ
HAUS**
am Waldpark