

Der steinige Weg aus dem Trauma

Psychotherapie ist ein wichtiges Instrument, um schlimme Erfahrungen hinter sich zu lassen – Hilfe anzunehmen fällt nicht jedem leicht

Von Claudia Kling

MAM RASHAN - Niemand hat gesagt, es würde einfach werden, das erste Leuchtturmprojekt dieser Art im Nahen und Mittleren Osten zu etablieren: geflüchtete Menschen durch psychotherapeutische Hilfe soweit zu stabilisieren, dass sie ihre traumatischen Erfahrungen verarbeiten können. Diese Arbeit leisten die fünf Therapeuten und Studierenden, die sich aus den Spenden der Leser der „Schwäbischen Zeitung“ finanzieren, in den Flüchtlingscamps Mam Rashan und Sheikhhan im Nordirak.

Seit April kümmern sich Ahlam Farhan Younis, Ziyad Ahmad Bashir, Nazar Kashan, Hamid Musa Hama und Hilbeen Ababeker vor allem um Frauen, denen derart Schreckliches widerfahren ist, dass es ihnen schwerfällt, sich zu öffnen. Die Sprachlosigkeit in Anbetracht der Belastenden aufzubrechen. Da geht es den Jesidinnen nicht anders als Menschen bei uns: Hier wie dort ist es noch immer oft genug ein Tabu, sich auf Psychotherapie einzulassen.

Berührende Geschichten

Dabei ist unstrittig, dass es sich lohnt, wie die Therapeuten aus den Camps versichern. Da ist zum Beispiel die Geschichte des 14 Jahre alten Mädchens. Die grauenvolle Angst vor der Terrormiliz Islamischer Staat (IS) hat in ihm zur Entwicklung einer generellen Furcht vor Dunkelheit geführt. Die Antwort der Therapeuten auf die große Not des Mädchens war eine Verhaltenstherapie mit dem Ergebnis, dass sich das Kind heute wieder traut, nachts auf die Toilette zu gehen – was vor der Therapie vollkommen undenkbar gewesen wäre.

Und es gibt noch mehr kleine und große Erfolgsgeschichten: Beispielsweise von einem neun Jahre alten Mädchen, das sich so sehr in Tagträume flüchtete, dass es jedes Mal ohnmächtig wurde, wenn es in die Realität zurückkehrte. Dem Kind konnte



Mut machen, Hoffnung geben, konkret helfen: Jan Ilhan Kizilhan, Professor an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg (DHBW) in Villingen-Schwenningen, im Gespräch mit einem Mädchen im Flüchtlingscamp Mam Rashan.

FOTO: IPP

mit 25 Therapiestunden geholfen werden – und das ist auch eine Investition in seine Zukunft. Denn vor der Therapie wollte die Neunjährige weder in die Schule gehen noch mit Eltern und Nachbarn sprechen. Inzwischen sucht sie wieder den Kontakt zu anderen Menschen.

„Die Situation hat sich wirklich sehr verbessert“, sagt Jan Ilhan Kizilhan, Professor an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg (DHBW) in Villingen-Schwenning-

gen, der selbst Kurde ist und sich seit Jahren im Nordirak engagiert, die Therapeuten ausbildet und sie in ihrer Arbeit begleitet.

Zur Wahrheit gehört aber auch, dass nicht jede Betroffene etwas mit den therapeutischen Angeboten anfangen kann – dafür ist die Realität in den Flüchtlingscamps viel zu komplex. Die 46-jährige Ghazala ist so ein Fall. Die Jesidin, die seit Jahren im Camp Mam Rashan lebt, erzählt eine lange Leidensgeschichte. Von ihrer

Vertreibung durch den IS im August 2014, von ihrer getöteten Schwester, die fünf Kinder hinterließ, von der Flucht in die Berge, wo sie tagelang ohne Wasser und Essen ausharrten, von der Angst, die sie seither begleitet und der Sorge um die Zukunft ihrer eigenen acht Kinder. Seit sie ihre Heimat im Shingal verloren hat, sind Kopfschmerzen, Herzrasen, Schlaflosigkeit und Zittern ihre ständigen Begleiter. „Und ich habe die Freude am Leben verloren“, sagt sie mit einer

Stimme, aus der das Unglück herauszuhören ist. Lange Zeit hatte sie Probleme, überhaupt mit ihren Kindern zu sprechen, bis heute erträgt sie Geräusche wie Kindergeschrei, Fernsehen oder Radio nur schwer. „Ich bekomme immer Angst, wenn etwas zu laut ist“, sagt Ghazala. Dennoch hat sie die Therapiestunden bei einem Mitarbeiter vom Institut für Psychotherapie und Psychotraumatologie (IPP) in Dohuk nach drei Sitzungen abgebrochen. Warum?

„Weil das keine richtige medizinische Behandlung für mich ist“, sagt Ghazala. „Da gab es nur Gespräche, ich will aber Tabletten bekommen.“ Deshalb sei diese Behandlung für sie nicht die richtige. Aber auch das klingt bei ihr durch: Sie fühlt sich nicht wohl, wenn sie bei einer Therapie über ihre Probleme redet, während ihre Kinder zum Arbeiten gehen. „Mein zwölfjähriger Sohn verlässt im Sommer morgens um 2 Uhr den Container, um bis um 14 Uhr außerhalb des Camps zu arbeiten. Das tut mir weh, wenn ich das sehe.“ Auch bei den anderen Frauen im Camp, zu denen sie Kontakt habe, seien die Therapieangebote kein Thema. „Darüber wird nicht gesprochen“, sagte Ghazala. Nicht einmal innerhalb einer Familie.

„Die Menschen haben psychologische Probleme, aber sie sind auch arm“, sagt Hilbeen Ababeker, die am IPP zur Psychotherapeutin ausgebildet wird. Deshalb kämen viele in der Erwartungshaltung, in der Therapie stunde neben Gesprächen auch Geld

Kizilhan in Ravensburg

Die enge Zusammenarbeit der „Schwäbischen Zeitung“ mit Initiativen vor Ort hat im Nordirak schon viel bewegt – auf Grundlage der Leserspenden aus den vergangenen Jahren. Professor Dr. Jan Ilhan Kizilhan spricht an diesem Donnerstag, 29. November, in Ravensburg über Traumata und deren Bedeutung für nachfolgende Generationen. In seinem Vortrag gibt er einen Überblick über die Theorie der transgenerationalen Traumata und mögliche Behandlungsstrategien, anschließend beantwortet er Fragen von Chefredakteur Hendrik Groth. Beginn ist um 19 Uhr im Medienhaus Ravensburg (Karlsruhe 16), Einlass ab 18.30 Uhr. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

zu bekommen. „Wenn sie merken, dass wir ihnen kein Geld geben können, bleiben sie oft weg“, sagt Hilbeen Ababeker. Andere seien wie die 46-jährige Ghazala völlig auf Medikamente fixiert, auch wenn sie davon abhängig würden.

Eine schwierige Situation für Ababeker und die anderen Therapeuten: zu spüren, dass sie gebraucht werden, und dennoch nicht an die Menschen heranzukommen. Doch entmutigen lassen sich die Therapeuten von diesen Hürden nicht – im Gegenteil. Gerade die positiven Entwicklungen jener Patienten, die sich auf die Therapie einlassen, bestärken sie in ihrer wichtigen Überzeugungsarbeit.

Es sind die positiven Beispiele, die den Mut und die Kraft geben, weiterzumachen, allen Schwierigkeiten zum Trotz. Menschen, denen die Therapeuten, die von den Lesern der „Schwäbischen Zeitung“ auch im kommenden Jahr finanziert werden sollen, helfen konnten. Besonders vor dem Hintergrund, dass therapeutische Arbeit im Nahen und Mittleren Osten auch ohne Krieg und Vertreibung noch ganz am Anfang steht.

40 Patienten sind erst ein Anfang

Rund 40 Patienten haben die fünf Therapeuten des IPP in den vergangenen Monaten in den Flüchtlingscamps therapiert. Der Bedarf wäre aus medizinischer Sicht allerdings sehr viel größer. Professor Kizilhan geht davon aus, dass 20 bis 30 Prozent der vom IS gepeinigten Jesiden an einer posttraumatischen Belastungsstörung leiden, das wären allein im Camp Mam Rashan zwischen 1750 und 2600 Menschen.

Die 46-jährige Ghazala könnte eine von ihnen sein, wenn sie ihre Vorurteile gegen eine Psychotherapie überwinden würde. Denn natürlich weiß die Frau, dass die Ursachen für ihre Gebrechen in ihrer verletzten Seele liegen. Und vielleicht braucht es nur noch ein bisschen mehr Zeit, bis sie und andere bereit sind, die ausgestreckte Hand zu ergreifen



Das Therapeutenteam um die Professoren Kizilhan (Mitte hinten) und Mamou Othman (rechts) sowie Camplaiter Shero Smo (links). FOTO: MÖ

Weihnachtsspendenaktion „Helfen bringt Freude“

HELFEN BRINGT FREUDE



Fluchtursachen bekämpfen, menschenwürdiges Leben ermöglichen: Diesen Schwerpunkt setzen wir auch in diesem Jahr mit unserer Weihnachtsspendenaktion. Die Spenden kommen der Hilfe für Menschen im Nordirak, ehrenamtlichen Initiativen und Caritas- und Diakoniewerken in Württemberg sowie in Lindau zugute. Ihre Spende hilft Menschen, in ihrer Heimat bleiben zu können und nicht fliehen zu müssen. Und sie hilft Geflüchteten hier bei uns in der Region. Spenden Sie jetzt! Eine Spendenquittung wird auf Wunsch oder ab 200 Euro automatisch erstellt. Geben Sie hierfür bitte Ihren Namen und Ihre Adresse an sowie das Stichwort „ZWB“ im Verwendungszweck. Möchten Sie namentlich auf der Dankseite erscheinen, setzen Sie bitte ein X in das erste Feld des Verwendungszwecks. Spendenkonto Caritasverband der Diözese Rottenburg-Stuttgart e.V. Bank für Sozialwirtschaft Stuttgart IBAN: DE90 6012 0500 0001 7088 00 BIC: BFSWDE33STG Stichwort: Helfen bringt Freude schwaebische.de/weihnachtsspendenaktion Bei Fragen oder Anregungen zur Aktion freuen wir uns über eine Mail an weihnachtsspendenaktion@schwaebische.de