

Traumaarbeit

An vielen Orten beschäftigt sich Wilfried Schneider praktisch mit dem Thema Trauma mit all seinen Seiten. So unter anderem auch im Kosovo. Dazu ein Beitrag von Ulrike Blatter.

Kinderlachen zwischen Gräbern

Sucht ist in den Nachkriegsgebieten Ex-Jugoslawiens ein gerne übersehenes Thema, hat jedoch durch die vielen traumatisierten Menschen an erschreckender Dynamik gewonnen. Der Hilfsverein **RRJETA** e.V. versteht sich als Expertennetzwerk und bietet Hilfe beim Projektaufbau von Suchtprävention und Therapie. Die Ärztin und Gründerin, Ulrike Blatter, führte gemeinsam mit dem Therapeuten Wilfried Schneider ein Seminar für Fachfrauen in Gjakova, Kosovo durch.

Erster Seminartag: Worte für das Unsagbare finden

Die Frauen sind eng zusammengerückt. Sie frösteln. Nicht, weil wieder einmal die Heizung ausgefallen ist. Es sind die Themen, über die gesprochen wird: Krieg und Vertreibung, Gewalt, Folter, Tod und Trauer. Ein Blick in die Runde verrät, wie schwer es den Frauen noch immer fällt darüber zu reden. Sie halten sich gegenseitig schützend im Arm oder streicheln ihrer Nachbarin beruhigend über den Rücken.

Es ist der erste Seminartag für Fachfrauen von medica mondiale. Der deutsche Verein medica mondiale leistet seit vielen Jahren in Bosnien und Kosovo psychosoziale Hilfe für traumatisierte Frauen. Es dauerte lange, bis ein weiteres Thema erkannt und ausgesprochen wurde: traumatisierte Frauen entwickeln häufig eine Suchterkrankung. Wegbereitend sind hierbei meistens Medikamente (Schmerzmittel, Schlafmittel und Beruhigungsmittel), die meistens von Ärzten verordnet wurden. Es gibt aber auch viele Frauen, die in Vergewaltigungslagern von ihren Peinigern systematisch unter Drogen gesetzt wurden und so in die Abhängigkeit gerieten. Erschreckend ist die Tendenz, dass auch die Töchter dieser Mütter vermehrt zu Suchtmitteln greifen.

Diese Frauen befinden sich in einem Teufelskreis: um die quälenden Symptome ihrer posttraumatischen Stresserkrankung in den Griff zu bekommen und um wieder einigermaßen im Alltag zu "funktionieren" ist der Griff zur Pille scheinbar unvermeidlich. Viele wissen nicht einmal, dass sie inzwischen abhängig geworden sind. Sie bemerken lediglich, dass es nicht besser wird, sobald sie versuchen die Medikamente zu reduzieren, sondern dass die alptraumartigen Symptome immer wieder zurückkehren - nach Absetzen der Pillen oft stärker als zuvor. Vergewaltigung ist ein Tabu, Sucht ist ein Tabu, psychische Erkrankungen erst recht. An wen sollen sich die Frauen wenden? Wie sollen sie Worte finden für ihre Situation, die sie offensichtlich zum Schweigen und Erdulden verurteilt?

Ein Weg aus diesem Dilemma ist die Arbeit mit Symbolen. Der von mir gegründete Verein **RRJETA** e.V. bietet seit über drei Jahren Ausbildung und konkrete Hilfestellung beim Aufbau von Projekten zur Suchtprävention und Suchttherapie. In den Seminaren und Workshops hat sich die Arbeit mit Symbolen sehr bewährt. Im dritten Jahr ihrer Weiterbildung kennen die Frauen unsere "Spielzeugkoffer" schon sehr gut. Es gibt kaum Schwellenangst und wir können schnell in die konkrete Arbeit einsteigen. Der Therapeut Wilfried Schneider arbeitet hauptberuflich mit süchtigen Kindern und ist in seiner Freizeit ein begnadeter Tüftler und Bastler. Das Resultat sind diverse Koffer mit therapeutischen Materialien, die für unterschiedlichste Situationen in der Arbeit mit Klientinnen eingesetzt werden können.

Inzwischen hat Nasmije* in Windeseile eine "Lebensstrasse" aufgebaut. Sie wählt einen Ausschnitt, der die Kriegszeit zum Mittelpunkt hat. Die Vorkriegszeit wird idealisiert: Nasmije war jung, frischverheiratet und glücklich. Als Symbole stellt sie ein rotes Herz und ein unzerstörtes Haus auf. Sie nimmt jede Figur liebevoll in die Hand und stellt sie wieder sorgfältig an ihren Platz.

Der Krieg bricht in ihre kleine Welt ein. Nasmije hat die Figur eines Teufels, eine Spritze und einen Kasten Bier als Symbol für die brutalen und stets alkoholisierten oder heroinsüchtigen Soldaten aufgebaut. Es folgt eine Reihe von Symbolen, die Nasmije nicht berührt. Ihre Hände liegen schwer auf den Knien. Die hochgewachsene blonde, hübsche Frau scheint um Jahre gealtert und ist in sich zusammengesunken. Ein Fisch: das Symbol für die verschwundenen Menschen. "Sie glitten uns wie Fische durch die Hände und verschwanden wer-weiss-wohin." Ihre Worte überstürzen sich, sie verhaspelt sich, wird leiser, schaut nach unten und es tönt wie eine Litanei des Leidens, die Lindita nur unter Tränen übersetzen kann: "So viele Menschen wurden geschlachtet und verbrannt. Von ihnen haben wir noch nicht einmal mehr die Asche gefunden. Mit unseren Kindern an der Hand mussten wir Hals über Kopf fliehen. Wir hatten keine Zeit das Notwendigste zusammenzusuchen. Ich wusste nicht was aus uns werden

sollte und ob ich meinen Mann jemals wiedersehen würde." Als Symbol wählt Nasmije ein zerbrochenes Herz.

Nach der Rückkehr musste das Leben weitergehen. So vieles war zu tun, aber überall fehlte der Mann. "Er fehlte mir als Freund, als Vater und als Ernährer", fasst sie die Situation zusammen und alle Frauen in der Runde nicken. Sie wissen nur zu gut, um was es geht. 70% ihrer Klientinnen verloren ihre Männer und Söhne. In einem einzigen Dorf, nahe Gjakova, sind 500 Männer tot oder verschwunden. Für den Sommer 2003 wird die Öffnung weiterer Massengräber geplant und immer noch befinden sich in Serbien eine ungenannte Zahl von Leichensäcken mit den Überresten kosovarischer Männer - Männer, die ihren Familien fehlen, die nicht beerdigt und nicht betrauert werden konnten. "Vielleicht brauchen wir noch 50 Jahre, um das alles zu begreifen", seufzt eine Frau. "Wie sollen wir mit unseren Klientinnen arbeiten, wenn wir keine einzige gute Botschaft für sie finden? Sie sind für uns wie Fragezeichen."

Nachdenklich gehen wir am Nachmittag durch die Stadt. Gjakova ist eine hübsche, lebendige Kleinstadt. Die Bürger sind besonders stolz auf ihre sehenswerte Altstadt. Obwohl bis auf die Grundmauern niedergebrannt, war sie schon vier Monate nach Kriegsende wieder originalgetreu aufgebaut. Niedrige Holzhäuser mit weit vorspringenden Dächern säumen die engen gewundenen Gassen und geben den Blick frei auf bunte Auslagen, Haushaltswaren, Lebensmittel, Kleidung und Nippes. Das Geschäft geht schlecht. "Es wird zu wenig gekauft", beklagen sich die Händler. Lediglich der Verleih von Brautkleidern boomt. Lili, die auch bei medica arbeitet, lässt genüsslich den knisternden Stoff eines Brautkleides durch die Finger gleiten. Sie freut sich auf ihre Hochzeit. "Ganz in Weiss!", strahlt sie - "im Juli ist es soweit!" Unser Weg führt uns an einer alten Moschee vorbei. Sie war ausgebrannt und wird zur Zeit renoviert. Um das Grundstück läuft eine hohe Mauer, die den Strassenlärm zurückhält. Ein verirrtes Kinderlachen dringt zu uns herein, sonst ist es still. Auf dem Grundstück befindet sich auch ein uralter moslemischer Friedhof. Manche Grabsteine sind umgefallen. Wir können die verwitterten Schriftzeichen nicht entziffern. Diese Toten wurden vor langer Zeit nach althergebrachter Sitte begraben und betrauert. Ganz anders der "Friedhof", den wir wenig später sehen: nahe der durch Bomben völlig zerstörten Kirche im Zentrum Gjakovas sehen wir eine niedrige Mauer aus grauen, glatten Steinen, die scheinbar achtlos aufeinandergestapelt wurden. Auf ihnen stehen in schwarzen Blockbuchstaben die Namen der vermissten Männer. Schulkinder gehen an dieser Klagemauer vorbei, der Verkehr tost und Strassenhändler bieten Zigaretten an. Die Steine dieser unbearbeiteten, steckengebliebenen Trauer liegen buchstäblich am Wegesrand und werden für manch einen zu Stolpersteinen. Es ist aber auch sehr leicht sie zu übersehen.

Zweiter Seminartag: Perspektiven finden

Der nächste Tag bringt wieder intensive therapeutische Arbeit. Die Atmosphäre ist jedoch gelöster. Die Frauen erkennen, dass es durchaus Wege gibt, die aus Depression und sozialer Isolation hinausführen. Voller Stolz präsentieren sie uns, was sie bereits für ihre Klientinnen erreichen konnten. Mytaber ist ein solches Beispiel. Sie suchte Hilfe im medica-mondiale-Zentrum. Die kräftige, zupackende Frau strahlt Fröhlichkeit und Optimismus aus. Sie lacht viel. Lediglich eine tiefe quer verlaufende Falte über ihrer Stirn verät etwas von ihrem geheimen Kummer. "Ich war ganz unten", bestätigt sie in fast trotzigem Tonfall. "Sie haben meinen ältesten Sohn getötet. Er war erst 24 Jahre alt. Nach seinem Tod hatte ich allen Lebensmut verloren. Auch mein Mann und mein jüngerer Sohn konnten mir nicht helfen". Durch die Therapie fand sie schrittweise wieder ins Leben zurück. Sie begann als Übersetzerin zu arbeiten und merkte, dass ihr die Arbeit half das Trauma zu überwinden. Inzwischen gibt sie ihre Erfahrungen weiter. Mytaber arbeitet als Projektkoordinatorin für eine Selbsthilfegruppe von 12 Frauen. Alle haben ihre Männer und manche ausserdem noch ihre Söhne verloren. Die meisten Männer gelten als vermisst und wurden nicht offiziell für tot erklärt. Konkret bedeutet dies, dass diese Frauen keine Witwenrente erhalten. Da alle noch zwischen drei und sechs meist schulpflichtige Kinder zu versorgen haben, steht für die Frauen die finanzielle Not an erster Stelle. "Reden alleine hilft nicht", stellt Mytaber kategorisch fest. Die Gruppe hat Anschubfinanzierung gefunden und ein Handarbeitsprojekt gestartet. Der Name des Projektes: "Dore mbi dore" - von Hand zu Hand. Die Frauen wurden an Strickmaschinen geschult und stellen nun hochwertige Strickwaren her. Sie arbeiten auf Bestellung und versuchen ausserdem ihre Ware in den regionalen Geschäften abzusetzen. Der Handel läuft jedoch nur schleppend. Die Erfahrungen der Händler aus der Altstadt bestätigen sich auch hier: Es wird zu wenig gekauft. Die Leute haben kein Geld. Aufgeben werden sie aber nicht. Auch wenn sie jetzt noch kaum etwas verdienen. Zu wichtig ist ihnen die Kommunikation in der Gruppe, der soziale Kontakt und der neugewonnene Lebensmut. "Es war uns klar, dass es am Anfang schwierig wird", bestätigt Mimoza. Sie hat vier Kinder, das jüngste ist vier Jahre alt und sie lebt von 62 €

Sozialhilfe monatlich. "Aber eines Tages werden wir einen Beruf haben, ein eigenes Geschäft und davon leben können." Die Hoffnung auf zukünftige Unabhängigkeit lässt sie, allen Schwierigkeiten zum Trotz, durchhalten. Ihre Kinder haben durchweg positiv reagiert. Miradije bringt es auf den Punkt: Mama, seit du arbeitest, bist du nicht mehr so nervös und traurig. Mach weiter!"

Abschluss: Blick nach vorne - über den eigenen Tellerrand hinaus!

Das Projekt "Von Hand zu Hand" ist ein konkretes Beispiel dafür, wie therapeutische Arbeit bei der erfolgreichen Bewältigung des Lebens helfen kann. Aber die Frauen von Gjakova wollen mehr.

"Wir müssen über den eigenen Tellerrand hinausschauen." "Wir können nicht hinnehmen, dass traumatisierte Frauen mit Medikamenten ruhiggestellt und zuhause vergessen werden." "Wir müssen etwas dagegen tun, dass immer mehr Jugendliche Drogen nehmen und süchtig werden!" Immer mehr solcher Forderungen werden laut. Aber auch nachdenkliche Stimmen sind zu hören: "Wo beginnt eigentlich Sucht?" "Na du wurdest wohl schon mit der Zigarette zwischen den Fingern geboren", witzelt eine. "Stimmt gar nicht - ich habe das Rauchen erst im Flüchtlingslager angefangen." "Ich auch," stellt eine andere fest. Rauchen ist ein allgemeines Problem und hat nach dem Krieg insbesondere bei Frauen sehr stark zugenommen. Alle sind sich einig, dass Sucht nicht erst bei illegalen Drogen beginnt, sondern dass vor allem die Kinder über die Gefahren des Rauchens aufgeklärt werden müssen.

Die letzte Phase des Workshops ist durch Planungsarbeit geprägt. Die Gruppe legt die Ziele für die weitere Zusammenarbeit mit **RRJETA** e.V. fest. An erster Stelle steht die Planung für eine Informationsschrift für Schulen und Eltern. Im nächsten Jahr sollen neben der Schulung für Therapeutinnen auch andere Aktivitäten stattfinden. Geplant ist ein Runder Tisch um ein Schulprogramm zur Suchtprävention zu starten. **RRJETA** e.V. hat auf diesem Gebiet in Bosnien und Slowenien bereits Erfahrungen sammeln können und wird diese an die Verantwortlichen in Kosovo weitergeben.

Das letzte Wort hat Lola, eine der medica-mondiale-Koordinatorinnen: "Ihr macht uns Mut mit unserer schwierigen Arbeit weiterzumachen." Und sie setzt mit einem Lächeln hinzu: "Übrigens: mit dem Rauchen werde ich aufhören, versprochen!"

21.05.2003 Informationen bei der Autorin:

Dr. med. Ulrike Blatter Oderstr. 37 D - 78244 Gottmadingen Tel +49-7731-836501 U.

Blatter@RRJETA.de

*) alle gekennzeichneten Namen wurden auf Wunsch der Betroffenen geändert