



Alexandra Köck

Geschäftsführerin
des Interkulturellen Therapie-
& Beratungszentrums ZEBRA



Kirsten Arbeiter

Therapieleiterin
im Interkulturellen Therapie-
& Beratungszentrum ZEBRA

von Florian Wimmer
Mitarbeiter im Steirischen
Volksliedwerk und
Musikwissenschaftler,
Graz / Tamsweg



Alle Fotos dieses Artikels: ZEBRA

Ein Zebra für die Menschlichkeit

Welche Auswirkungen hat Krieg auf die Psyche des Menschen? Wir haben uns diese Frage im Entstehungsvorfeld dieses Vierzeilers gestellt und sind dabei auf die Organisation ZEBRA gestoßen, die steiermarkweit interkulturelle Psychotherapie für Flüchtlinge anbietet. Die meisten davon sind durch Gewalterlebnisse traumatisiert, die direkt mit Krieg oder totalitären Regimen in Verbindung stehen. Im Gespräch über den Arbeitsalltag erhielten wir gleichermaßen erschreckende wie bewegende Einblicke.

Die Ruhe öffnet sozusagen die Tür für die Inhalte, die dann hochkommen.

„SEHR SCHWERE LEBENSGESCHICHTEN“



„Solange der Tag läuft, ist viel Ablenkung da, ist Lärm da, da kann man sich oft noch irgendwie beschäftigt halten ...“, schildert die Therapieleiterin Kirsten Arbeiter den Alltag vieler ihrer Klient*innen. „Aber kommt der Abend, kommt die Nacht, wird es ruhig. Die Ruhe öffnet sozusagen die Tür für die Inhalte, die dann hochkommen ...“ Und diese Inhalte sind oft so schrecklich, dass es einen nicht verwundert, dass Einschlaf- und Durchschlafstörungen zu den häufigsten Problemen zählen: Sie erzählt etwa von einem kleinen afghanischen Mädchen, dessen Eltern sich

mit ihr auf den Weg zum Flughafen in Kabul machten, als klar wurde, dass die US-amerikanischen und deutschen Besatzungssoldaten das Land verlassen würden: Um das Mädchen im Tumult, der vor dem Flughafen herrscht, nicht zu verlieren, setzen es die Eltern in eine Ecke, wo es neben einem älteren Herren Platz findet, der zusagt, auf sie aufzupassen, während die Eltern verzweifelt nach einem Weg suchen, das Land zu verlassen. Dann nähern sich zwei Taliban-Kämpfer und schießen dem älteren Mann in den Kopf. Er kippt tot um und sinkt direkt in den Schoß des Mädchens ... Oder die Erlebnisse einer syrischen Familie, die einen Bombenhagel überlebte: Die Angst vor dem überfliegenden Flugzeug, die ohrenbetäubende nahe Explosion und die durch die Luft fliegenden, zerfetzten Leichenteile der Getroffenen, die selbst zu Geschossen werden ...

DAS LEID ANERKENNEN



„Das sind wirklich Schreckensszenarien“, so die Psychotherapeutin, die in ihrer Arbeit bei ZEBRA tagtäglich Geschichten hört, „die gespickt sind von traumatischen Erlebnissen“, welche „einen menschlich nicht unberührt lassen.“ Das Sich-davon-berühren-Lassen, die Anerkennung des Leidens, das die Menschen erlebt haben, ist für Kirsten Arbeiter essentielle Grundlage ihrer Tätigkeit. Doch genau diese Anerkennung fehle im Umgang mit Flüchtlingen häufig, erklärt ZEBRA-Geschäftsführerin Alexandra Köck, für die die Arbeit von ZEBRA deshalb auch immer eine politische Seite hat: „Unser politischer Anspruch ist, dass das er-

Unser politischer Anspruch ist, dass das erlittene Leid, diese schweren Menschenrechtsverletzungen, die die Menschen erlebt haben, anerkannt werden.

littene Leid, diese schweren Menschenrechtsverletzungen, die die Menschen erlebt haben, anerkannt werden.“ Dabei gehe es einerseits darum, mittels Psychotherapie die erlittenen Traumata zu bearbeiten, um damit leben lernen zu können, andererseits gehe es auch um Anerkennung auf rechtlicher Ebene – konkret um die Anerkennung des Asylstatus gemäß der Genfer Flüchtlingskonvention, der den Menschen Aufenthaltssicherheit in Österreich ermöglicht.

„Ich würde mir wünschen, dass es ernstgenommen wird, wenn jemand flüchten muss“, so Köck, die aus ihrer beruflichen Erfahrung heraus betont, dass kaum jemand leichtfertig die Heimat, das vertraute kulturelle und familiäre Umfeld aufgibt. „Wenn diese Menschen die Entscheidung getroffen haben, dass sie wegmüssen, weil ihr Leben oder das Leben ihrer Kinder in Gefahr ist, dann sollte man das ernstnehmen. Die Menschen haben alles verloren und müssen ihr Leben quasi wieder neu aufbauen. Ihre gewohnte Umgebung, ihr gewohnter Alltag – das ist alles weg. Man sollte anerkennen, in welcher Situation diese Menschen sind und diesen mit Respekt begegnen. Es geht nicht darum, sie zu bemitleiden – sondern es ist wichtig, ihnen auf Augenhöhe zu begegnen und Unterstützung anzubieten wo es möglich und erforderlich ist.“

INTERDISZIPLINÄRE, PROFESSIONELLE THERAPIEARBEIT

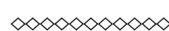


Kirsten Arbeiter, die ausgebildete Psychotherapeutin ist, und ein professionelles interdisziplinäres Team aus Psychotherapeut*innen, klinischen Psycholog*innen, Sozialarbeiter*innen und Körpertherapeut*innen leitet, erklärt, dass es wichtig ist, zwischen traumatischen Erlebnissen und Traumatisierung im psychologisch-diagnostischen Sinne zu differenzieren. Nicht jeder Mensch, der traumatische Erfahrungen erlebt hat – und das haben aus ihrer Erfahrung die meisten Flüchtlinge – gilt im Sinne der Diagnose als traumati-

siert. Jedoch wirken sich traumatische Erfahrungen auf Körper und Geist aus. Und gerade, wenn es keinen sicheren Ort und kein sicheres Umfeld gebe, um solche Erlebnisse verarbeiten zu können oder wenn die traumatischen Erlebnisse schlicht zu groß, zu zahlreich seien, könne sich daraus eine posttraumatische Belastungsstörung entwickeln. Bei einer solchen gehe dann „gar nichts mehr – der Körper lässt aus“. Arbeiter vergleicht den Zustand mit einem Boxer, der nach mehreren Schlägen zu Boden geht und nicht mehr aufstehen kann. Der Weg zurück sei auch mit Therapieunterstützung lange und mühsam. Da sei es schon ein Erfolg, „vielleicht einmal einen Fuß, ein Knie oder den Kopf zu heben“ und es gebe auch kein Medikament, durch welches sich die Symptome auflösen – wie oft von Klient*innen erhofft. Ihre Aufgabe ist es dann, „an den Inhalten zu arbeiten“ und aufzuklären „wie Körper und Seele zusammenhängen“. Durch gute Unterstützung, Gesprächsangebote und Therapiemöglichkeiten lässt es sich in vielen Fällen verhindern, dass es überhaupt erst zu solchen Traumafolgestörungen kommt.

Der zweite große Auslöser für Traumata neben Krieg und Gewalt im Herkunftsland sei übrigens die Flucht selbst, erklärt die Psychotherapeutin, die die Arbeit bei ZEBRA in ihrer therapeutischen Laufbahn gleichsam als „schwerste“ aber auch als „bedeutendste“ Arbeit einstuft. Flucht-Erfahrungen seien geprägt von enormen körperlichen Anstrengungen und Strapazen, Stress- und Angstsituationen um das eigene Leben und das der Angehörigen sowie durch gewaltsame und sexuelle Übergriffe, von denen speziell Frauen betroffen sind.

EIN SICHERER ORT



In der Therapie ist der erste notwendige Schritt, den Betroffenen einen sicheren Ort zu bieten. Das hört sich auf den ersten Blick

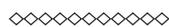




selbstverständlich an, ist es aber nicht unbedingt, wie die Therapeutin erklärt: Durch schwebende Asylverfahren, die in der Regel Monate, nicht selten auch Jahre dauern, bestehe oft keine Aufenthaltssicherheit, das „Loslassen“ werde drastisch erschwert. In Flüchtlingsunterkünften gebe es zudem häufig nur wenig Rückzugsraum, zudem fehlen oft Angehörige aber auch Tagesstruktur. Häufig bietet die Therapie-situation bei ZEBRA jenen Ort, an dem die Betroffenen sich zum ersten Mal jemandem über ihre Erlebnisse und Erfahrungen, ihre Emotionen und Gefühle anvertrauen können. Um das zu ermöglichen, arbeitet das

multikulturelle Therapieteam, das selbst viele Sprachen spricht, mit Dolmetscher*innen zusammen. Dadurch ist es möglich, Psychotherapie in mehr als 20 Sprachen anzubieten. Jährlich können so steiermarkweit – in Zusammenarbeit mit den psychosozialen Beratungsstellen werden auch regelmäßig Therapietermine in Hartberg, Judenburg, Leibnitz und Kapfenberg angeboten – fast 600 Personen psychotherapeutisch betreut werden.

ERFAHRUNG IN DER FLÜCHTLINGSARBEIT



Die aktuellen Haupt-Herkunftsländer ihrer Klient*innen sind laut ZEBRA-Geschäftsführerin Köck jene, die man auch durch die Medien als Kriegs- bzw. Krisengebiete kennt: Ukraine, Afghanistan, Syrien, Irak, diverse afrikanische Staaten wie etwa Somalia ... Nicht selten fragen auch bereits anerkannte Konventionsflüchtlinge um therapeutische Unterstützung an – in jüngerer Zeit etwa immer wieder Menschen aus Ex-Jugoslawien, die auch 30 Jahre nach dem Krieg teilweise schwerst traumatisiert seien, so Köck. Aus Gesprächen im Therapieteam weiß sie, dass die aktuelle Situation in der Ukraine viele an ihre eigene Vergangenheit erinnere: „Der Einmarsch Russlands hat da viel getriggert, das Massaker in Butscha, Erinnerungen an Srebrenica ...“ Bei ZEBRA reagierte man unmittelbar nach Kriegsbeginn und richtete

kurzfristig Kriseninterventions-Programme für ukrainische Flüchtlinge ein. Die Erfahrung in der Flüchtlingsarbeit würde dabei helfen, allerdings bringe jede Flüchtlingsbewegung ihre eigenen Herausforderungen mit sich, so Köck. Im Fall der Ukraine seien es vorrangig „Frauen, Kinder und ältere Personen“, da die Männer die Ukraine nicht verlassen dürfen. Hilfreich ist, dass ukrainische Flüchtlinge durch den „Vertriebenenstatus“ einen vorerst klar gesicherten Aufenthaltstatus haben. Dennoch sei es vor allem für die Kinder eine „sehr herausfordernde Situation“. Nicht zuletzt daher gibt es seit längerem zwei eigene Kinder-Therapieräume und speziell geschulte Therapeut*innen.

Ich kann nicht alles gut machen für diesen Menschen [...]. Aber ich stehe diesem Menschen zur Seite, auch mit meiner menschlichen Wärme, mit einem Stück Fürsorge und mit Respekt.

VON MENSCH ZU MENSCH



Wenn die professionelle und humanistische Arbeit ihrer Organisation von bestimmten Seiten als „Asylindustrie“ erniedrigt wird und Flüchtlinge zum politischen Spielball werden, sei das vor allem für ihre Klientinnen und Klienten „sehr schwer“, erklärt die Geschäftsführerin. Viele Menschen in Österreich hätten keinerlei Berührungspunkte mit Geflüchteten, die ja auch nur „einen kleinen Teil der Bevölkerung ausmachen“. Kommt man in direkten Kontakt, kann man sich besser in die Situation der Betroffenen einfühlen und Ressentiments würden oft schnell verschwinden, weiß Köck aus Erfahrung. Kirsten Arbeiter appelliert ähnlich: „Wir reden ja hier von Mensch zu Mensch, egal wo der jetzt herkommt ... Und in dem Sinne lasse ich mich von dem Schicksal des anderen menschlich berühren. Ich kann nicht alles gut machen für diesen Menschen, das kann ich selbst als Therapeutin nicht. Aber ich stehe diesem Menschen zur Seite, auch mit meiner menschlichen Wärme, mit einem Stück Fürsorge und mit Respekt.“ ♦

ZEBRA Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum gemeinnützige GmbH

Granatengasse 4/3. Stock
8020 Graz

+43 (0)316 835630

office@zebra.or.at

www.zebra.or.at

www.facebook.com/ZEBRAGraz

www.instagram.com/zebra_graz/

www.linkedin.com/

company/zebra-graz/



Spenden-Konto:

IBAN: AT87 2081 5000 0006 6373

BIC: STSPAT2GXXX

Bank: Steiermärkische Sparkasse

Spenden ist auch über das Spendenformular auf der Zebra-Website möglich