

Respekt, Würde, Ubuntu – gemeindeorientierte systemische Traumaarbeit in Südafrika

Usche Merk

Ausgangspunkt

Wie können Heilungs- und Verarbeitungsprozesse traumatischer Erfahrungen in einem Kontext organisiert werden, der weiter traumatisierend wirkt? In der Arbeit mit Flüchtlingen stoßen wir immer wieder an Grenzen therapeutischer Arbeit, weil deren rechtliche und soziale Lebenswirklichkeit oft von so viel Unsicherheit, Angst, Demütigung und Ausgrenzung geprägt ist, dass von einer »posttraumatischen« Situation nicht die Rede sein kann. Auch in vielen Ländern des globalen Südens bedeutet Trauma eher eine Konstante als eine Ausnahme, sind Erfahrungen von Gewalt, Ohnmacht, Hilflosigkeit und Demütigung Teil eines Kontexts des alltäglichen Überlebenskampfes. Von Hans Keilson¹ haben wir gelernt, dass Traumatisierungsprozesse in Sequenzen verlaufen und es für die Ausbildung oder Bewältigung von Traumafolgestörungen ganz wesentlich ist, in welchem Kontext Menschen nach einer akuten Verfolgung leben und welche Unterstützung sie erfahren.

Ich stelle hier die Konzepte und praktischen Erfahrungen einer Organisation in Südafrika vor, die gemeindeorientierte, systemische Traumaarbeit in solch schwierigen Kontexten organisiert, in denen es außerdem sehr wenig materielle und professionelle Ressourcen für Hilfe gibt. Zum Schluss ergibt sich dann die Frage, ob Konzepte und Anregungen aus dieser Arbeit auch für die Arbeit mit Flüchtlingen in Europa übersetzbar wären.

¹ Keilson, Hans: Sequentielle Traumatisierung bei Kindern. 1979.

Der Kontext in KwaZulu-Natal Südafrika

Von 2005 bis 2008 habe ich bei Sinani² – KwaZulu-Natal Programme for Survivors of Violence als Beraterin³ gearbeitet, deren Arbeit ich schon seit 1997 von jährlichen Besuchen⁴ kannte. Das erste Mal habe ich 1986 die erschreckende Gewaltrealität Südafrikas kennengelernt. Zu dieser Zeit begann auch die politische Gewalt zwischen Anhängern des ANC und der Inkatha in den schwarzen Gemeinden in KwaZulu-Natal, einer der neun Provinzen Südafrikas. Sie war geschürt von dem damals noch regierenden Apartheidregime, das den massiven Widerstand gegen die Apartheid überall im Land durch die Förderung von Spaltungen unter den Schwarzen und geheimen Militäroperationen im Sinne des Teile und Herrsche brechen wollte. Diese Gewalt entwickelte sich zu einem jahrzehntelangen Bürgerkrieg in der ganzen Provinz, in dessen Verlauf mehr als 20.000 Menschen ums Leben kamen und mindestens 500.000 vertrieben wurden. Auch nach dem Ende der Apartheid 1994 setzte sich die Gewalt in Form von politischen Territorialkämpfen fort und schwächte sich erst ab 2000 allmählich ab, wobei es bis heute noch Gemeinden gibt, in denen die Lage instabil und angespannt ist und es zu weiteren Gewalttaten kommt (während der nationalen Wahlen im April 2009 kamen z. B. in Escourt drei Menschen durch politische Gewalt ums Leben).

Sinani arbeitet seit 1995 in ca. 20 solcher Gemeinden⁵, die von der politischen Gewalt besonders betroffen sind. Die jahrzehntelangen Kämpfe haben in diesen Gemeinden Gewaltkreisläufe entstehen lassen, in denen politische, soziale und häusliche Gewalt inzwischen eng verschränkt sind. Auch sind diese Gemeinden besonders von extremer Armut und hohen HIV-Infektionsraten betroffen und von vielen politischen und ökonomischen Entwicklungsprozessen ausgeschlossen. Das wiederum reduziert Hilfs- und

² Das bedeutet auf isiZulu: »Wir sind mit Euch.«

³ als Kooperantin des WFD (Weltfriedensdienst e. V.) im Rahmen des zivilen Friedensdienstes

⁴ als Projektkoordinatorin bei medico international

⁵ Unter Gemeinden sind hier sowohl informelle und formelle Armutsviertel im städtischen Raum als auch marginalisierte ländliche Dörfer und Siedlungen gemeint, die unter der Apartheid zu den den Schwarzen vorbehaltenen »Homelands« (Reservaten) gehörten.

Veränderungsmöglichkeiten, um aus diesen destruktiven Kreisläufen auszubrechen.

Die Auswirkungen der Gewalt

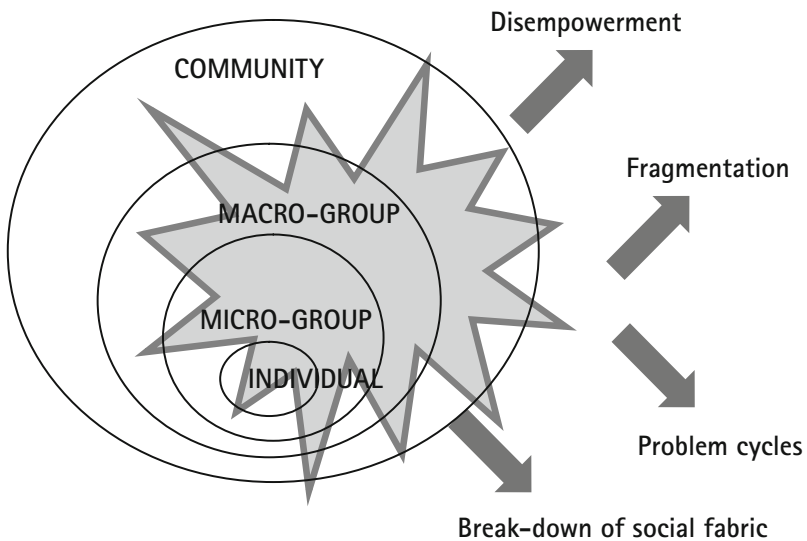
Sinani, das sich aus einer Gruppe engagierter Psychologen entwickelte, die während der Apartheid Haftentlassene und Folteropfer unterstützten, begann zunächst mit therapeutischen Einzel- und Gruppenangeboten. Schon bald wurde klar, dass ein solcher Ansatz zu kurz greift, dass viele Menschen als ihr unmittelbares Problem die Armut und die sozialen Verhältnisse benannten, aus denen sie keinen Ausweg sahen. Sinani begann zunehmend, die Auswirkungen der Gewalt auf die ganze Gemeinde systemisch zu betrachten, die sowohl die Individuen als auch die sozialen Beziehungen und Selbsthilfekräfte massiv beeinflusst, und gewann die Überzeugung, dass Hilfe für Veränderungsprozesse alle Bedürfnisse wahrnehmen und ganzheitlich organisiert sein muss. Im Laufe der Jahre beobachtete Sinani vier zentrale Auswirkungen der Traumatisierungsprozesse auf die Gemeinden, die auf verschiedenen Ebenen (Individuum, Familie, Gruppe, Gemeinde) wirken:

- *Disempowerment*: Ohnmacht, Wut, Hilflosigkeit und Verlust an Selbstvertrauen, Familien und Gemeindegruppen können nicht mehr ihre unterstützende Rolle erfüllen, Verlust von heilenden Ressourcen (Sport, Unterhaltung, religiöse Zeremonien) in der Gemeinde, Verlust an Planungskompetenz durch Unberechenbarkeit der Zukunft
- *Fragmentierung*: Zersplitterung, Verlust und Vermeidung von Erinnerungen, Auseinanderbrechen von Familien, Spaltung von sozialen Beziehungen, Kontakten, Informationen / Wissen, Misstrauen, Neid, Verlust an Empathie und Fürsorglichkeit, Isolierung, Verlust an glaubwürdiger politischer Repräsentanz und Mitwirkung, Unberechenbarkeit und Unkontrollierbarkeit von Entscheidungsprozessen
- *Problemkreisläufe*: Entstehung von sich wiederholenden destruktiven Kreisläufen, die Problemsysteme verstärken und Veränderungsoptionen schwer vorstellbar und umsetzbar machen (familiäre Gewalt, Drogen-

missbrauch, Ressourcenzerstörung, eskalierende Polarisierung auch bei kleinen Sachkonflikten)

- *Ethische Korruption von sozialen Werten*: Zusammenbruch des sozialen Zusammenhalts und der Solidarität, Überlebenskonkurrenz »survival of the fittest«, Missbrauch und Ausbeutung von Schwächeren auch innerhalb familiärer und sozialer Beziehungen, Verrat und Betrug durch Autoritätspersonen (wie Gemeinderäte, Lehrer, Priester, Heiler etc.), die eigentlich Vorbildcharakter haben sollten

Impact of violence



©Sinani 2008

Ausgehend von dieser Analyse sind alle Interventionen und Unterstützungsangebote von Sinani darauf ausgerichtet, diesen Auswirkungen durch folgende Strategien entgegenzuwirken:

- Empowerment, »Selbstermächtigung«,
- »Linking« – Wiederherstellung von Beziehungen und Verbindungen sowie von (Erinnerungs- und Sinn-)Zusammenhängen

- Erkennen und Ausbrechen aus Problemkreisläufen
- Stärkung des sozialen Zusammenhalts und gemeinschaftlicher (kultureller) Werte

Inspiriert wurde Sinani dabei von Theorien der sozialen Veränderung durch Partizipation und Bewusstwerdung (vor allem Freire⁶ und Biko⁷), systemischem Denken⁸, psychosozialen Wissen über Traumatisierungsprozesse⁹ und afrikanischen Bedeutungssystemen¹⁰.

Was bedeutet dies in der Praxis? Und wie werden Interventionen in einem Kontext extrem geringer Ressourcen umgesetzt?

Der Sinani-Ansatz integriert die Förderung von Konfliktbearbeitung, die Unterstützung nachhaltiger (ökonomischer und sozialer) Entwicklung und die Begleitung von Traumabewältigungsprozessen. Dabei sind die professionellen Ressourcen Sinanis für den Umfang der Arbeit (20 hauptamtliche Mitarbeiter für aktuell zwölf Gemeinden mit durchschnittlich 5.000 Bewohnern) sehr bescheiden: eine klinische Psychologin, vier Mitarbeiter mit abgeschlossenem sozialwissenschaftlichem Studium, zehn Sozial- und Gemeinwesenarbeiterinnen und -arbeiter, fünf angeleitete Gemeindeaktivisten, die sich alle laufend fortbilden.

Die Arbeit folgt bestimmten Schritten und Prinzipien, ohne ein Rezept zu haben, weil sie dem jeweiligen Kontext und den dortigen Notwendigkeiten immer wieder neu anpasst werden muss. Dabei zieht sich eine psychosoziale Haltung durch, die den emotionalen Bedürfnissen und Realitäten von schwer traumatisierten Menschen bei jedem Schritt Rechnung trägt.

⁶ Freire, Paulo: Pädagogik der Unterdrückten. 1970.

⁷ Biko, Steve: I write what I like. 1987.

⁸ Bronfenbrenner Urie: The Ecology of Human Development. 1979; Bateson, G.: Steps to an Ecology of Mind. 1972; se Shazer, Steve / Kim Berg, Insoo: Keys to Solution in Brief Therapy. 1985.

⁹ Herman, Judith: Trauma and Recovery. 1997; Summerfield, Derek: Basic Principles of NGO interventions and a Critique of Psychological Trauma Projects. 1995; Kolk, Bessel van der / McFarlane, Alexander / Weisaeth, Lars: Traumatic Stress. 2000.

¹⁰ Mkhize, Nhlanhla: Psychology – An African Perspective, Dialogism and an African conception of self, In: Hook, Derek (Hrsg.): Critical Psychology. 2004.

Das Sinani-Interventionskonzept¹¹

Intervention nach Anfrage – Beziehungsaufbau und Auftragsklärung

Um von Anfang an die Verantwortung für den Veränderungsprozess bei den Betroffenen zu belassen, also »Empowerment«, Selbsthilfe und Nachhaltigkeit zu stärken, beginnt Sinani bei den formulierten Bedürfnissen und Anfragen aus der Gemeinde. Das kann eine kleine Gruppe Jugendlicher sein, die sich an Sinani wenden, weil sie Unterstützung für die berufliche Weiterbildung suchen, eine Frauengruppe, die einen Gemüsegarten anlegen will, ein Gemeindeführer, der Hilfe bei der Klärung von Konflikten sucht, oder auch die örtliche Polizei oder Klinik, die über die hohe Zahl von Gewaltopfern besorgt ist. Der erste Schritt besteht darin, mit denjenigen in Kontakt zu treten, die die Anfrage formulieren, um Genaueres darüber zu erfahren, was das Anliegen ist und welche Art von Hilfe und Unterstützung sie für sinnvoll ansehen würden. Dann werden weitere Gespräche mit Beteiligten und Entscheidungsträgern gesucht, die mit dem Anliegen etwas zu tun haben, um ihre Perspektive kennenzulernen. Gleichzeitig wird diskutiert, welche Unterstützung Sinani anbieten kann und welche Unterstützung von den Betroffenen oder anderen Stellen möglich wäre. Bevor eine Intervention beginnt, wird sie der lokalen Gemeindevertretung vorgestellt, um deren Einschätzung und Ideen zu hören und grünes Licht zu bekommen. Erst dann werden die verabredeten Unterstützungsangebote verwirklicht. Der Prozess kann manchmal lange (bis zu einem Jahr) dauern, um Zielrichtung und Einverständnis aller zu klären, er ist aber ganz zentral, weil sich darin schon die Kernstrukturen und Dynamiken des »Systems Gemeinde« zeigen und Weichen gestellt werden, wie die Beziehungen mit dem Helfersystem weiter verlaufen. Denn oft entscheidet es sich am Anfang, ob die Intervention die »Ownership« der Betroffenen hat, sie also selbst dahinterstehen und ihre

¹¹ Ausführliche Informationen über die Sinani-Konzepte in: Restoring Dignity – Peace Building and Development Work with Communities affected by Violence, Poverty, HIV and AIDS. A Handbook for Community Practitioners, 2008 sowie: Restoring Dignity – Sinani Handbook for Trauma Support Workers, 2003, download www.survivors.org.za oder gedruckt über medico international, merk@medico.de

eigene aktive Rolle im Prozess kennen, oder ob die Hilfe als von außen aufgesetzt, fremdbestimmt wahrgenommen und damit passiv »konsumiert« wird (und sich so Ohnmacht und Hilflosigkeit fortsetzen).

Gleichberechtigung und Partizipation – Wiederherstellen von Würde

Das gemeinsame Aushandeln eines Unterstützungsangebots, die Begleitung eines Veränderungsprozesses, der von den Betroffenen selbst angestoßen wurde, erfordert eine respektvolle, wertschätzende und offene Kommunikation, die deren gesamten Lebensrealität wahrnimmt und anerkennt und nicht nur auf Partikularbedürfnisse reagiert. Diese Kommunikation muss auf Augenhöhe stattfinden und gleichberechtigt sein, die Betroffenen werden dabei nicht nur als Subjekte ihres Veränderungsprozesses wahrgenommen, sondern als »Experten« des Problemsystems und der darin liegenden Veränderungsoptionen. Inspiriert von systemischem Denken geht Sinani davon aus, dass komplexe soziale Systeme nicht durchschaubar sind und vorhersehbar agieren, sondern ihrer eigenen internen Systemlogik folgen. Das bedeutet, dass Veränderungsprozesse nur von den sozialen Systemen bzw. den Menschen selbst entwickelt und durchgeführt werden können. Außenstehende Helfer können jedoch nützlich sein, um den Prozess zu begleiten und neue Perspektiven zu entwickeln, sie sind »Experten« der Prozessorganisation, nicht der Problemlösung selbst.

Gleichberechtigung und Partizipation der Betroffenen auf allen Ebenen der Intervention sind besonders nach traumatisierenden Erfahrungen zentral, um die Würde wiederherzustellen, Vertrauen in den Veränderungsprozess zu entwickeln und Kontrolle über das eigene Leben zurückzugewinnen. Gleichzeitig dient die lange Verhandlung eines (realistischen) Hilfsangebots der Schaffung einer Vertrauensbeziehung zwischen Sinani und der Gemeinde, das nicht auf falschen oder unrealistischen Versprechungen aufgebaut ist.

Haltung: Respekt, Würde, Zeit

Vieles von diesen allgemein klingenden Konzepten drückt sich in der Praxis an der Haltung der Sinani-Gemeindearbeiter und -arbeiterinnen aus, in klei-

nen Gesten und symbolischen Handlungen: Die Art, wie sie Sitzungen leiten und allen Respekt und Zeit zum Zuhören verschaffen, die Art, wie sie Fragen stellen, die die Menschen zu eigenen Antworten herausfordern, die Art, wie sie (Grund-)Bedürfnisse von Teilnehmerinnen und Teilnehmern wahrnehmen und gemeinsam Lösungen für ihre Befriedigung suchen (Verpflegung, Transport, Zeitplanung, Rückmeldung), die Art, wie sie an Gemeindeereignissen teilnehmen, die nicht direkt zum Projekt gehören, die Art, wie sie auf Todesfälle und persönliche Schicksalsschläge von Gemeindemitgliedern reagieren, die Art, wie sie Menschen und Gruppen in Verbindung bringen, die sich gegenseitig helfen / unterstützen können, die Art, wie sie relevante Informationen und Kontakte an die Projektteilnehmenden weitervermitteln, die Art, wie sie ihre eigene Rolle als Moderator im Hintergrund sehen, die Art, wie sie über sich selbst und die eigene Arbeit nachdenken. Wichtig sind auch eine absolute Transparenz, Glaubwürdigkeit und Zuverlässigkeit im eigenen Tun, um den Erfahrungen von Verrat, Misstrauen und Neid etwas entgegenzusetzen. Wenn Essen und Getränke bei Gruppentreffen angeboten werden, so sollten sie bei allen Gruppen gleich sein (bzw. denselben Wert haben), wenn Fahrtkosten oder Aufwandsentschädigungen gezahlt werden, so sollte dies offen und transparent gemacht werden, wenn ein Besuch angekündigt ist, sollte er auch eingehalten oder, falls man verhindert ist, rechtzeitig abgesagt werden. Wenn etwas versprochen wird, und sei es nur etwas ganz Kleines (eine Seite kopieren, eine Telefonnummer besorgen etc.), dann sollte das in jedem Fall nachverfolgt und unaufgefordert besprochen werden, selbst wenn das Versprechen doch nicht erfüllt werden kann.

Ebenso wichtig ist es, den Zeit- und Energierythmen der Projektteilnehmenden zu folgen und nicht den eigenen Bedürfnissen. Für traumatisierte Menschen ist es sehr bedeutend, die Kontrolle über Zeit und Intensität eines Prozesses zu haben und den eigenen Bedürfnissen und Befindlichkeiten folgen zu dürfen.

Ubuntu als kulturelle und soziale Ressource

Für Sinani ist der Projektname »Survivors of Violence« programmatisch: Nicht die Opfererfahrung, sondern das Überleben wird zum Ausgangspunkt

genommen, was im südafrikanischen Kontext eine besondere Bedeutung hat: »Wir haben 350 Jahre Kolonialismus, Sklaverei, Apartheid und politische Gewalt erlitten, aber auch überlebt, wir sind immer noch da. Wie können wir diese Überlebensressourcen für eine Bewältigung und Veränderung der Situation nutzen?« Eine Quelle der Unterstützung sind afrikanische Deutungs- und Wertesysteme¹², die zwar vielfach zerstört, korrumpiert und überformt wurden, aber dennoch als Ressource weiterexistieren. Im Zentrum steht dabei ein Verständnis von »Community« – Gemeinschaft, das mehr ist als eine Ansammlung von Individuen mit gemeinsamen Interessen, sondern eine organische Beziehung zwischen Menschen, die die Verpflichtung anerkennen, gegenseitig auf ihre Bedürfnisse einzugehen. Das Selbst im afrikanischen Verständnis ist definiert in Beziehungen, eine Person existiert nicht allein, sondern in Gemeinschaft mit anderen. Die zentrale philosophische Aussage »Umntu ngumuntu ngabantu« – »Ich bin, weil wir sind, und wir sind, weil ich bin« dazu bedeutet, dass Menschen nur in der Beziehung zu anderen die eigene Menschlichkeit verwirklichen können, das Ideal des »Ubuntu« sind dabei fürsorgliche, großzügige, gerechte und respektvolle Beziehungen. Gerade solche Beziehungen sind durch Gewalt und Trauma massiv gestört, sie können sich aber in einem fortlaufenden, gleichberechtigten Dialog wieder entwickeln.

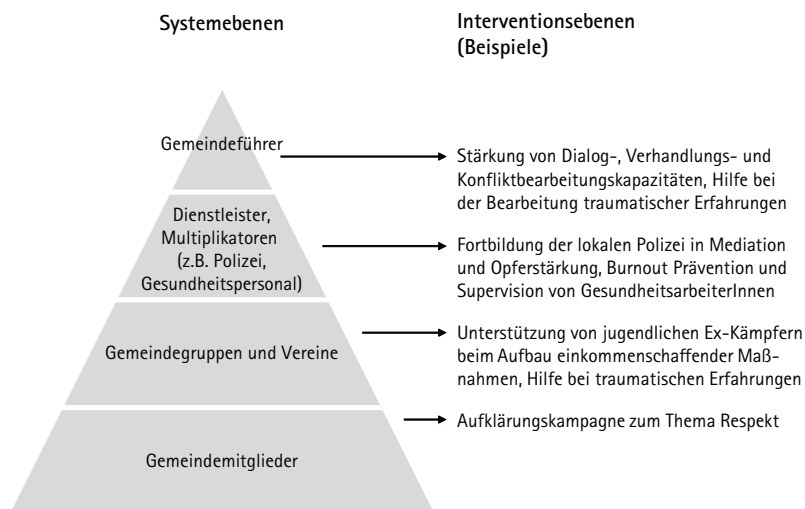
»Ubuntu ist der Kern des Menschseins. Es bedeutet, dass meine Menschlichkeit unauflöslich mit der Menschlichkeit der anderen verbunden ist. Ich bin ein Mensch, weil ich dazugehöre. Es geht um Ganzsein, um Mitgefühl. Eine Person mit Ubuntu ist gastfreundlich, warm und großzügig, bereit zu teilen. Solche Leute sind offen und stehen anderen zur Verfügung, bereit, verletzlich zu sein und andere zu bestätigen. Sie fühlen sich durch Fähigkeiten und Stärken anderer nicht bedroht, denn sie haben ein gutes Selbstvertrauen, das auf dem Wissen beruht, einem größeren Ganzen anzugehören. Sie wissen, dass sie reduziert werden, wenn andere gedemütigt und unterdrückt werden, wenn andere als geringer behandelt werden, als sie sind. Die Qualität

¹² Auch wenn es nicht so etwas wie eine einheitliche afrikanische Philosophie gibt, so gibt es nach Mkhize (2004) doch viele gemeinsame Vorstellungen südlich der Sahara über Spiritualität, das Universum, soziale Beziehungen und die Entwicklung des Selbst.

von Ubuntu gibt Menschen Widerstandsfähigkeit, ermöglicht ihnen, zu überleben und Mensch zu bleiben trotz allen Bestrebens, sie zu entmenschlichen.«
Desmond Tutu¹³

Strukturen aufbauen und stärken

Um der Fragmentierung und Zerstörung von Gemeinschaft entgegenzuwirken und Selbsthilfesysteme der Gemeinde zu stärken, aber auch um sichere, stabile Orte zu schaffen, unterstützt Sinani den Aufbau und die Weiterbildung von gemeindeorientierten Strukturen. Das kann bedeuten, die Frauen, die einen Gemüsegarten anlegen wollen, bei regelmäßigen Treffen darin zu begleiten, einen Verein zu gründen und einen Kleinkredit zu beantragen. Oder mit Jugendlichen Exkämpfern Unterstützungsgruppen zu organisieren, die gemeinsam nach Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten suchen und Stipendienanträge schreiben. Mit den Gemeindeführern, die sich untereinander



©Sinani 2008

¹³ Tutu, Desmond: No Future without Forgiveness. 1999, Übersetzung U.M.

bekämpfen, versucht Sinani Dialogforen aufzubauen, auf denen Konflikte vorgetragen und verhandelt werden können. Und unterstützt sie dann darin, diese Foren selbst zu leiten und anderen bei der Konfliktbearbeitung behilflich zu sein. Angehörigen von Polizei oder Gesundheitsdiensten bildet Sinani in »Victim Empowerment« und traumasensibler Gesprächsführung fort und begleitet ihre Arbeit mit Supervision. Statt mit Individuen wird mit Strukturen und Multiplikatoren auf verschiedenen Systemebenen gearbeitet, die nach dem Kaskadenprinzip die eigenen Erkenntnisse und Fähigkeiten an andere weitergeben.

Traumabearbeitung dann, wenn es zum Thema wird

Bei all diesen oben beschriebenen Gruppentreffen tauchen früher oder später Konflikte auf, die etwas mit der Gewalt und den traumatischen Erfahrungen zu tun haben. Das können extreme emotionale Reaktionen von Mitgliedern sein, die weit über den Anlass hinausgehen, plötzliches Misstrauen und Aggressionen unter den Teilnehmenden, Gruppendynamiken des Missbrauchs und der Ausgrenzung etc. Dann greifen die Sinani-Kolleginnen und Kollegen diese Themen auf und versuchen, einen Dialog über die Hintergründe zu initiieren und über Traumafolgestörungen aufzuklären, der individuelles Verständnis und Wertschätzung untereinander fördert. Je nach Situation gibt es auch Einzelgespräche, Kleingruppentreffen und individuelle Therapieangebote. Darüber hinaus wird der Gruppe angeboten, bei Interesse an einem sogenannten Stress- und Traumaworkshop teilzunehmen, den Sinani als vier- bis fünftägiges Seminar in einer schön gelegenen Tagungsstätte außerhalb der Gemeinde durchführt.

Traumabewältigung durch Stärkung von sozialen und kulturellen Coping-Strategien

Auf diese Traumaworkshops werden die Teilnehmenden sehr lange vorbereitet, sie sollen genau wissen, was dort stattfindet und worauf sie sich einlassen, um nicht erneut eine Erfahrung des Überwältigtseins zu erleben. Die Konzeption des Workshops orientiert sich an Ressourcen stärkenden

Konzepten, wo die Erzählung über traumatische Erfahrungen in die Wertschätzung von Coping-Strategien eingebettet ist.¹⁴

Stress and Trauma Workshop Programme

Day 1

Introductions and orientation to trauma
Tree of Life

Day 2

Visualization
Group discussion: How does Trauma affect us?
Body map
Understanding Trauma

Day 3

Coping
Dealing with Anger
Dealing with guilt and self-forgiveness
Cycle of violence

Day 4

Self-esteem and identity
Personal vision and goals
Future Plans

©Sinani 2003

Der Workshop arbeitet sehr stark mit metaphorischen Bildern und analogen Methoden. Es beginnt mit dem Bild eines Korbes, den jeder auf seinem Rücken trägt und der im Laufe des Lebens mit vielen – guten wie schlechten – Erfahrungen gefüllt wird. Manchmal wird der Korb zu schwer und

¹⁴ Die genaue Konzeption der Traumaworkshops kann bei Interesse bei der Autorin oder Sinani angefordert werden.

behindert das Leben, dann ist es Zeit, ihn abzusetzen und sich den Inhalt anzusehen, um wieder Platz für neue Erfahrungen zu schaffen. Der nächste Schritt ist eine Übung, Tree of Life genannt, in der über den eigenen Lebensweg in Form eines Baumes nachgedacht wird: Die Wurzeln symbolisieren die Herkunft, der Stamm die positiven wie negativen Erfahrungen, die das Wachstum geprägt haben, Zweige repräsentieren wesentliche Entscheidungen, die die Person getroffen hat, Blätter wichtige Beziehungen, Früchte die bisherigen Erfolge im Leben, Knospen die Träume und Hoffnungen. Nach einer weiteren Einheit, die mithilfe von Fantasiereisen und einer Körperlandkarte die möglichen Auswirkungen traumatischer Erfahrungen zusammen mit den Teilnehmern diskutiert, wird ihnen in kleinen Gruppen von vier bis fünf Personen die Möglichkeit gegeben, eigene traumatische Erfahrungen mitzuteilen, wenn sie möchten. Dabei ist bei jeder Kleingruppe eine Sinani-Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter präsent und leitet den Prozess, dem so viel Zeit gegeben wird wie nötig. In einem weiteren Schritt werden hilfreiche wie problematische Coping-Strategien gemeinsam identifiziert und diskutiert und offen über den schwierigen Umgang mit Gefühlen von Wut, Rache, Schuld und Selbstvorwürfen gesprochen. Auch die Entwicklung von Gewaltkreisläufen in der Gemeinde wie in der Familie wird mithilfe von Schaubildern und Selbsterfahrungsübungen angesprochen. Der letzte Teil des Workshops widmet sich der Stärkung des Selbstvertrauens und der Entwicklung von persönlichen Zukunftsvisionen wie praktischen Schritten, die die Person sich vornehmen will.

Hierzu gehört für die Teilnehmenden sehr häufig die Wiederaufnahme von Beziehungen zu bestimmten Personen, mit denen sie den Kontakt verloren bzw. einen Konflikt haben, oder die Durchführung von spirituellen und traditionellen Ritualen. Dies hat mit dem Verständnis von Trauma in dieser Region Südafrikas zu tun. Auf isiZulu wird Trauma mit Ukuhlukomezeka übersetzt. Ukuhlukomezeka bezeichnet Ereignisse, die den normalen Lauf des Lebens gewaltsam unterbrechen und das Gleichgewicht des Lebens in der afrikanischen Kosmologie zerstören. Dieser Bruch bedeutet auch eine Störung der Verbindung zwischen dem Reich des Natürlichen und des Spirituellen, es ist ein Indikator für eine gestörte Beziehung zu Menschen oder auch zu Toten, die als Ahnen die Vermittler zwischen Menschen und Gott

sind. »Es ist das Zeichen der Ahnen, uns darauf aufmerksam zu machen, dass etwas geklärt werden muss«, erklärt es eine Teilnehmerin.

Ein wichtiges Ritual sind sogenannte Reinigungszeremonien, bei denen der Kontakt zwischen den Lebenden und den Ahnen hergestellt wird, um um Versöhnung bei den Verstorbenen zu bitten. Dabei werden viele Rituale den gegenwärtigen Bedürfnissen der Menschen angepasst und »modernisiert«, wichtiger ist weniger die »authentische« Durchführung des Rituals als der authentische Zugang zu seiner Bedeutung und Sinngebung. Sinani hat zwei Dialogforen von Gemeindeführern (nach einem langen Prozess, der u. a. durch einen Traumaworkshop mitinspiert wurde) bei der Durchführung von Reinigungsritualen als Versöhnungszeremonien zwischen verfeindeten Gemeinden begleitet, bei denen zwischen 4.000 und 8.000 Menschen anwesend waren, die Hälfte davon ehemalige Kämpfer. Die Auswirkungen dieser Zeremonien sowohl auf Individuen als auf die Gemeinden waren sehr beeindruckend: Individuen berichteten, dass sie die Stimmen der Verstorbenen nicht mehr hören, die sie jede Nacht gequält hatten, Familien hatten endlich keine Angst mehr, Angehörige in ehemals verfeindeten Gemeinden zu besuchen, Busfahrer fuhren wieder direkt von einem Ort zum anderen, die Gemeindeführer nahmen Kontakt mit dem Minister für ökonomische Entwicklung auf und diskutierten die Entwicklungsbedürfnisse ihrer Gemeinden.

Ausblick und Diskussion von möglichen Transfers für die Arbeit mit Flüchtlingen in Deutschland

Traumaarbeit ist bei Sinani kein (oder nur sehr punktuell) ein Psychotherapie- oder »Behandlungs«angebot, sondern bedeutet die Schaffung von sicheren, berechenbaren und wertschätzenden Kommunikationsprozessen und Strukturen, die den Betroffenen wieder Würde und Handlungsfähigkeit zurückgeben. Durch die Arbeit auf verschiedenen Systemebenen (mit Individuen, Gruppen, Führungsstrukturen, Gemeindeorganisationen) zu verschiedenen Problemfeldern (Gewalt/Konflikt, Armut, HIV / AIDS) gleichzeitig werden Mikro- und Makroprozesse verbunden, die sich gegenseitig befördern können. Dies hilft, innere wie äußere Spaltungen und Fragmentierungen,

die über die Gewalt entstanden sind, zu überwinden und Individuen wie Gemeinden Veränderungsoptionen sehen zu lassen.

Wie lässt sich ein solcher Ansatz für die Arbeit mit Flüchtlingen nutzbar machen? Flucht und Migration bedeuten eine drastische Individualisierung (noch zusätzlich durch das Asylverfahren), einen Verlust des sozialen, kulturellen (und spirituellen) Eingebundenseins. Hilfsangebote, die Individualisierung noch verstärken, erhöhen unter Umständen das Gefühl der sozialen Isolierung. Wichtig erscheint mir, trotz dieses Kontexts nicht nur individuelle Ressourcen zu sehen – in vielen Herkunftsländern sind soziale und kulturelle Ressourcen so zentral wie in Südafrika –, sondern auch im Flüchtlingskontext nach sozialen Netzwerken und kulturellen Ressourcen zu suchen, wie viele BAFF-Mitgliedsorganisationen (Bundesweite Arbeitsgemeinschaft der psychosozialen Zentren für Flüchtlinge und Folteropfer, Berlin) es ja auch schon versuchen. Anerkannte Flüchtlinge, die sich stabilisiert haben, könnten mit eingebunden und als Berater weitergebildet werden, Ehrenamtliche und das deutsche Umfeld könnten beim Aufbau von Beziehungen, Kontakten und Selbsthilfestrukturen beteiligt werden, Mitarbeiter aus Projekten wie Sinani könnten Austausch und Fortbildungen für BAFF-Zentren anbieten etc.

Vielleicht noch wesentlicher ist die Haltung, mit der Flüchtlingen – Menschen, die einer Situation entflohen sind – begegnet wird. Hilft sie ihnen, Würde und Kontrolle über das eigene Leben zurückzuerlangen, auch wenn die Umstände weiter schwierig sind? Anerkennt sie die Ressourcen und Kompetenzen, die hinter jeder Flucht und Migration stehen? Fördert sie Gleichberechtigung und Partizipation und respektiert sie die vielfältigen Wege, die Heilung bedeuten können? Ein Austausch über Traumaarbeit in unterschiedlichen gesellschaftlichen Kontexten kann den Blick für neue Perspektiven öffnen.

Kontakt: merk@medico.de