Dar Assalam für interkulturellen Austausch (NGO, Libanon)
Wardaniyéh-Chouf/Iqlim al Kharoub

Frieden und kultureller Austausch – Libanon e.V. (Deutschland)

Bericht zum 3. Modul der Fortbildung „Umgang mit traumatisierten Menschen" für Erzieherinnen und Sozialarbeiterinnen aus den palästinensischen Flüchtlingslagern im Libanon und aus anderen Sozialorganisationen vom 29.7. bis 5.8.23 in Dar Assalam, Wardanjyeh, Chouf.

Gefördert durch die Rosa Luxemburg Stiftung Beirut

Fortbildungsteam:

- Friederike Weltzien (Leitung): Integrative Tanztherapie (FPI/DGT) /Psychotherapie (HPG), Traumatherapie (Somatic experiencing) und ev. Pfarrerin i.R.
- Ruth Simon-Weidner: Physiotherapeutin /Tanz- und Gestalttherapeutin (ZKW)/ Psychotherapie (HPG), Trauma Therapeutin (Somatic experiencing)
- Dr. Eduard Badeen: Islamwissenschaftler
- Suzi Abou Samra (Assistentin): Musikpädagogin

Bericht:

Kurz vor dem Beginn der Fortbildung, erfuhren wir von der verantwortlichen Mitarbeiterin von Najdeh, dass 2 Teilnehmerinnen (TN) aus der ursprünglichen Gruppe nicht kommen können. Daher werden 2 TN von Najdeh kurzfristig neu dazu angemeldet. 2 weitere nehmen wir aufgrund dringender Bitten auf,–sie kommen aus dem libanesischen Umfeld und bringen viel Erfahrung mit in der Arbeit mit traumatisierten Menschen.

So mussten wir uns als Team darauf einstellen, 4 neue TN zu integrieren.

Freitag, 28. Juli: Ankunft des Teams in Wardaniyeh

Gemeinsam wurde das Programm nochmals überarbeitet, die TN-Listen neu geschrieben, weitere Materialien und Übersetzungen ergänzt, sowie Kopien vorbereitet, die Handouts vervollständigt, die Räume eingerichtet, die Musikinstrumente und die kreativen Materialien gesichtet und auf den Tischen ausgebreitet.

Samstag, 29. Juli: Ankunft und Beginn des Seminars

Ab 15 Uhr kamen die ersten TN an. Die „alten" TN freuten sich in eine vertraute Atmosphäre zu kommen, die „Neuen" wurden schnell mit den Räumen und Menschen vertraut.

Nach dem Abendessen war der Beginn des Seminars für 19:30 Uhr vorgesehen.

Einstieg in das Seminar:

Wie gewohnt erklärte Latife Abdul Aziz die Gewohnheiten und Regeln des Hauses: Leben in der Gemeinschaft; Rücksichtnahme; Pünktlichkeit; gemeinsame Essen; die Dozentinnen erinnerten an die Schweigepflicht; sie baten um Erlaubnis zum Fotografieren für den Bericht; der Umgang mit den

Handys während der Unterrichtszeiten wurde geregelt; und die Bitte, sich bei Not und Überforderung nicht allein zurückzuziehen, sondern sich Hilfe zu suchen.

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde leitete. Suzi Abou Samra eine Rhythmusübung mit Namensnennung an, der gemeinsame Rhythmus half den TN sich als Gruppe wahrzunehmen.

Im weiteren Verlauf sollten die TN sich ihrer eigenen Ressourcen bewusster werden.

Zunächst wurden einige Begriffe gesammelt, die als Ressourcen erlebt werden: Freunde, Schlafen, Weinen, in der Natur sein, Meditieren, Beten, Blumen und Erde anfassen, Filmen, das Auto, Tanzen, Laufen, Eltern, Sport, das Meer…

Anschließend waren die TN eingeladen sich mit verschiedenen bunten Perlen ein Ressourcenarmband herzustellen, für jede Ressource eine Farbe.

Die Fähigkeit sich festzulegen und zu entscheiden, so wie Feinmotorik und Geduld waren nötig, um die Perlen auszusuchen und aufzufädeln. Manchen fiel das nicht leicht. Aber alle hatten sich nach ca ¾ Stunde ein Armband geschaffen, dass sie bis zum Ende der Fortbildung tragen konnten.

Sonntag, 30. Juli: Thema des Tages *„Wiederholung Selbstregulation“*

Um die neuen TN miteinzubeziehen, gestalteten wir die Wiederholung recht ausführlich, was auch den vorherigen TN wieder zugutekam.

Was ist Trauma? Was geschieht mit Menschen, die traumatisiert sind? (Gefühle von Enge/ Kontrollverlust/ das Gefühl von „ich kann nichts ändern“;/ Hilflosigkeit/ Aktivierung, erhöhte Wachsamkeit/ Stress. All das sind körperlich wahrnehmbare Symptome. Wir erklärten, dass wir, um die Körperwahrnehmung zu schulen jeden Tag Wahrnehmungsübungen anbieten werden. Ebenso Bewegungseinheiten um sich mit dem eigenen Körper und seinen Reaktionsmöglichkeiten vertraut zu machen.

Die Bedeutung der jeweils eigenen Ressourcen, in der Arbeit mit traumatisierten Personen, wurde reflektiert. Traumatisierten Menschen erscheinen oft die Ressourcen als nicht zugänglich. Es leuchtete allen ein, dass es hilfreich sein kann sie durch Perlen, und Farben zu materialisieren. Perlen sind in den Centren vorhanden und werden auch gerne für kreative Arbeiten genutzt.

Um die unterschiedlichen Aktivierungszustände des Nervensystems wieder bewusst zu machen, wurde noch einmal die vierfarbige Ampel ausgeteilt: Rot, Grün, Blau und Grau. Rot steht für die hohe Aktivierung im Stress, Grün für die wache aufmerksame Aktivität, Blau für die ruhige Selbstreflektion oder auch Meditation, und Grau für die innere Abwesenheit. Die TN konnten die verschiedenen Zustände, die durch die Farben der Ampel gekennzeichnet sind über Bewegung erforschen.

Im Austausch wurde einigen deutlich in welchen Bereichen sie sich meistens aufhalten. Eine Rückmeldung: Eine TN sagte z.B., sie sei seit Jahren meistens im roten Bereich und falle dann ab und zu in den grauen Bereich, den sie als Depression erlebe. Sie erkannte für sich selbst, dass ihr die Fähigkeit zur Selbstregulation bisher gefehlt habe.

Es gab einen angeregten Austausch über diese Erfahrungen. Im Laufe der gesamten Fortbildung konnte darauf zurückgegriffen werden, um zu klären in welchem Aktivierungszustand das autonome Nervensystem gerade sei.

Mit musikalischen Dialogen sollten Erinnerungen geweckt werden, an die Bedeutung von heilsamen Beziehungen im Umgang mit traumatisierten Menschen. *„Ich bin da, hörst du mich? Wurde ich gehört? Konnte ich eigene Impulse setzen oder habe ich immer reagiert? Konnte ich jemanden beeinflussen? Mir wurde zugehört! Kann ich jemanden durch Musik beruhigen? Wie bemerke ich Beruhigung?“*

Nach der Mittagspause erfuhren wir, dass massive Kämpfe im Flüchtlingslager Ain El Helweh ausgebrochen sind. Die Familien von 2 TN sind davon stark betroffen. Eine der beiden saß wie erstarrt in der Runde. Sie erzählte, das Haus ihrer Eltern sei von einer Granate getroffen worden und das Dach sei beschädigt. Die TN spricht das Dilemma an, eigentlich zu Hause bei der Familie sein zu wollen, andererseits aber auch froh, in Sicherheit zu sein. Auch andere TN haben Verwandte im Lager. Im Gespräch werden Trauer und Hilflosigkeit ausgedrückt und auch miteinander geteilt. Das half den betroffenen TN sich zum Bleiben zu entschließen und sich weiter an der Fortbildung zu beteiligen.

Das Wiederholungsprogramm wurde fortgesetzt mit der Darstellung und den Erklärungen zur Wirkweise des Autonomen Nervensystems, und des Dreieinigen Gehirns. Ein Schaubild an der Tafel verdeutlichte noch mal die drei Teile. Hilfreich dafür waren die Fotokopien aus dem Buch von Andreas Krüger (Powerbook; erste Hilfe für die Seele; Trauma Selbsthilfe für junge Menschen; Elbe und Krueger Verlag). Damit wurde eindrücklich die Funktion der Reptiliengehirns verdeutlicht. Zusätzlich konnte mit der dreiteiligen Therapiepuppe „Paul und Paula,“ die sich umdrehen lässt, die Wirkweise des „Notfallprogramms“ erklärt werden. Paula und Paul verschwinden, dafür taucht ein Leuchtturm auf, der für das Warnsystem der Amygdala steht und die Eidechse als Symbol für das aktiv gewordene Notfallprogramm, das immer wieder anspringen kann, wenn die Amygdala auf ein Warnsignal (Trigger) reagiert.

Ausführliche Gespräche über die Wirkung von Triggern und dem sofortigen Umstellen des Gehirns auf das Notfallprogramm wurden geführt.

Um sich mit einer der Notfallreaktionen, (dem Erstarren oder auch Totstellreflex) vertrauter zu machen konnten die TN in unterschiedlichen Weisen über Tanzspiele „Freeze“ erleben und mit jeweils unterschiedlichen Gefühlen sich aus den Freeze Positionen lösen. Im Gespräch wurde deutlich, dass die eigene Körpererfahrung nach den vielen Erklärungen geholfen hat, sich selbst zu erleben und die wirbelnden Gedanken zu beruhigen.

Da es immer schwieriger wurde im Kontext der bedrohlichen Lage in Ain el Helweh die Konzentration aufrecht zu halten, ließen wir die TN in Paaren in den Garten gehen. Sie sollten sich nur gegenseitig hinweisen, auf das was sie direkt sehen, ohne dazu etwas zu erzählen und ohne zu deuten. Im Anschluss wurden sie eigeladen, ein kleines Gedicht zu schreiben, vergleichbar mit einem Haiku, um wieder Anschluss an die eigenen Ressourcen zu finden. So konnte trotz bedrohlicher Akut-Situation, Stabilisierung und Kontakt aufrecht erhalten bleiben.

In der abendlichen Dardaschee berichteten die TN ausführlich, wie sie das bisher Gelernte in ihrer täglichen Arbeit anwenden konnten. Die TN berichteten, dass sie ohne Materialien arbeiten müssen, und sich z.B. mit Küchengeräten behelfen, um Musik- und Rhythmusübungen zu vermitteln.

Einige Zitate:

- „Ich habe mich verändert, das hat auch meine Arbeit verändert: ich kann verschiedene Übungen anwenden, Imaginationen kann ich besser begleiten, persönlich lasse ich mich nicht mehr so leicht verletzen. Ich habe das „Nein“ zur Verfügung.“
- „Ich habe das Gefühl von Sicherheit immer mehr entdeckt. Früher habe ich Sicherheit nur bei meiner Mutter finden können, jetzt habe ich die Erfahrung gemacht, dass ich Sicherheit in mir finden kann.“
- Eine der neuen TN erzählte: „Während einer kleineren Nachexplosion im Hafen, wurden akute Flashbacks erlebt. Da war ihr deutlich geworden, dass sie sich mehr mit dem Thema Trauma beschäftigen wolle.“
- „In einem der Sozialzentren in der Bekaa wollte sich die Geheimpolizei (Muhabarat) Zugang verschaffen. Daraufhin verfiel eine der Mitarbeiterinnen in Ohnmacht. Die anderen konnten aktiv mit den Geheimdienstlern verhandeln. Sie erklärten, es sei besser die Männer eintreten zu lassen, um die Hausdurchsuchung durchzuführen als ihnen den Zugang zu verweigern, denn dann würden sie u.U. brutal zuschlagen. Sie seien auf der Suche nach Drogen und Waffen. Würden sie fündig, würden Familienangehörige mitgenommen und unterschiedlich lange festgehalten.“ Die beiden Mitarbeiterinnen aus dem Zentrum erzählten stolz, wie sie die Situation gemanagt hatten, und dann ihrer Kollegin wieder auf die Beine geholfen hatten.
- Andere berichteten, dass sie viele der erlebten Übungen immer öfter für sich selbst aber auch in der Arbeit anwenden.

Montag, 31. Juli: Thema des Tages *„Vom Schock zum Trauma / wenn die Überlebensenergie im Körper stecken bleibt“*

Nach dem Austausch zur aktuellen Lage im Lager waren die TN wieder bereit sich auf die Bewegungseinheit einzulassen. Die unterschiedlichen Bereiche des dreieinigen Gehirns und deren Wirkungsweise wurde aufgegriffen und erlebnisorientiert erforscht. Anschließend konnten die Koppelungen, die Verbindungen und deren Unterbrechungen in der akuten Gefahr sowie im Zustand der Traumatisierung besprochen werden. Zur Integration des Verstandenen wurde eine Körperreise angeboten.

Anhand einer Fallgeschichte wurde das Thema Dissoziation verdeutlicht, als eine Variation des in der Vergangenheit einmal notwendig gewesenen Notfallprogrammes, das jetzt den 10-jährigen Jungen daran hindert, am sozialen Leben seiner Mitschüler teilzunehmen.

Nach der Pause:

Einführung einer Bewältigungsmethode für ein Monotrauma: „Regenbogen“. Wie kann ein Geschehen verarbeitet bzw. erzählt werden, ohne von den Erinnerungen und den dazugehörigen Gefühlen überrollt zu werden?

Das Geschehene wird nicht wie üblich erzählt, sondern man beginnt mit den Eckpunkten: Vorher und Nachher. Für jeden Sinn (Sehen, Riechen, Schmecken, Hören, Spüren) wird eine andere Farbe ausgesucht und dann die Geschichte anhand der sinnlichen Erlebnisse aufgesplittet. Vom Eckpunkt vor dem Erlebnis bis hin zum Eckpunkt danach, die bunten Linien verbinden beide Punkte. Die Erzählung wird streng nur von den Sinneseindrücken her erzählt.

Die TN gingen zu zweit zusammen und erzählten jeweils eine Geschichte aus dem eigenen Leben mit Hilfe dieser Methode.

Einige Rückmeldungen:

- „Ich habe mich stark gefühlt anstatt ängstlich“
- „Ich bekam Abstand zu meinen Gefühlen“
- „Ich kann mir vorstellen, dass diese Methode den Kindern hilft etwas zu erzählen, was ihnen ansonsten schwerfällt“

Am Nachmittag folgte eine 2. Fallgeschichte: eines Mädchens, deren „Notfallprogramm“ kämpferisch war und sich in kaum nachvollziehbarer Aggressivität äußerte. Hierzu hatten einige TN eigene Erfahrungen mit Kindern aus ihren Gruppen.

Nach diesen Gesprächen war es gut die Baummeditation im Garten als Übung zur Selbstregulation anzubieten.

Daraufhin konnte das Programm mit neuer Konzentrationsfähigkeit fortgesetzt werden. Es war uns wichtig das 8 Punkte Programm aus dem Buch von P. Levine und Magie Kline „Verwundete Kinderseelen heilen“, zu besprechen. Denn alle TN kommen immer wieder in die Situation, nach einem überwältigenden Erlebnis erste Hilfe leisten zu müssen.

Darin wird unter Anderem empfohlen, Kinder in der Verarbeitung ihres Erlebnisses zu unterstützen indem zu einem späteren Zeitpunkt die erlebte Geschichte in gereimten Liedversen nacherzählt wird.

Daher wurden die TN aufgefordert, die Geschichte, die sie am Morgen mit der Regebogentechnik erzählt hatten, jetzt in Reime zu fassen und weiterzuentwickeln, hin zu einem guten Ausgang. Angeregt und kreativ wurden Reime geschmiedet und vorgetragen.

Am Abend; Dardaschee zum Thema *Heilungsgeschichten.*

Nachdem Suzi Abou Samra eine Geschichte vorgetragen hat, in der es märchenhaft um die Verwandlung der Lebenslasten ging, im Grunde eine Frage der Psychohygiene. Daraufhin wurden viele eigene Erfahrungen geteilt, von Angeboten, auch in den eigenen Centren, die helfen die angesammelten Nöte leichter tragbar zu machen.

Dienstag, 1. August: Thema des Tages *„Trennung der Angst von der Immobilität“*

Die anhaltenden Kämpfe im Lager Ain el Helweh hatte bei einigen zu einer schlaflosen Nacht geführt. Eine Änderung im Tagesablauf wurde schnell verabredet, als Einstieg schien eine musikalische Einheit hilfreich zum Thema Stressbewältigung.

Die TN gingen zu zweit zusammen, sie sollten im Spiel schneller und wieder langsamer werden. Symbolisch für die Aktivierung und die Deaktivierung des Nervensystems. Es war erstaunlich wieviel in dieser kleinen Übung beobachtet werden konnte über die eigene Stressbewältigung.

Um die zum Teil noch steckengebliebene Stresserfahrung zu lösen, ergänzten wir den musikalischen Ausdruck mit einem Bewegungsangebot. Welcher Bewegungsimpuls wird durch den Stress ausgelöst? Was könnte entstehen, wenn das, was sie jetzt wahrnehmen, Raum bekäme? Dadurch wurden Bewegungen mit „Fight oder Flight Impulsen“ erlebt.

Einführung einer weiteren Methode zur Traumabewältigung:

Arbeit an der T Line (Timeline: auf einer Art Zeitschiene werden verschiedene Zeitpunkte eingetragen, der Zeitpunkt vor dem traumatischen Ereignis, die ersten Anzeichen dafür, dass etwas nicht stimmt, [T -2 oder -1] T- 0 als den Zeitpunkt der überwältigenden Erfahrung und den Zeitpunkt danach [T +1 oder T +2]). Diese Methode wurde beispielhaft mit einer TN erarbeitet, die sich bereit erklärt hatte, an ihrer Geschichte zu arbeiten.

Nach der Mittagspause:

Die Situation in Ain El Helweh hatte sich drastisch verschlimmert. Alle jungen Männer waren aufgefordert worden zu den Waffen zu greifen und mitzukämpfen. Die TN haben Brüder, die nun auch auf die Straße gehen, um mitzukämpfen.

Um die angespannte Atmosphäre aufzunehmen haben wir als Leitung gebeten, dass sich alle äußern und miteinander teilen, was sie im Moment empfinden: Anspannung, Ohnmacht, Verwirrung, Leere im Kopf, Abwarten, Angst, „ich will nach Hause“, zurückversetzt in die Zeit des Lagerkrieges 2017 in Nahr el Bared, Verloren, ich kann meinen Körper nicht spüren, ich fühle mit und kann nicht helfen, traurig.

Um die Gruppe aufzufangen, entschieden wir uns für einen ruhigen Kreistanz. Im Tanzen begannen die Tränen zu fließen, gleichzeitig wurde die Gemeinsamkeit tröstend spürbar. Danach fragten wir, wer bereit sei fortzufahren mit dem Thema der Fortbildung und wer Zeit für sich bräuchte. Alle entschieden sich dabei zu bleiben.

Die TN sollten die Chance bekommen, sich mit einer weiteren Methode der Traumabewältigung vertraut zu machen, der „Screeningmethode.“ Eine TN bekam eine symbolische Fernbedienung in die Hand und wurde aufgefordert sich eine herausfordernde Geschichte aus ihrem Leben als Film vorzustellen. Mit Hilfe der Fernbedienung konnte sie selbst entscheiden, den Film anzuhalten, langsamer laufen zu lassen oder sich ein spezielles Bild anzuschauen. So übernahm sie die Kontrolle im Prozess. Um zu einer Veränderung in der Wahrnehmung des Erlebten zu kommen, werden die autonomen Reaktionen verlangsamt. Mit der Möglichkeit das Bild so zu verändern, dass es für sie gut gewesen wäre, ergibt sich ein neues Bild oder eine andere Scène, durch die sich die traumatische Energie aus dem Nervensystem lösen kann.

In der Dardaschee ging es um das Thema wie Traumatische Ereignisse in der Kunst verarbeitet werden. In der Musik, Theater, Gemälde, Literatur.

Einige TN berichteten, dass sie Gedichte schreiben, um sich selbst besser zu fühlen. Einige dieser beeindruckenden Gedichte wurden daraufhin vorgetragen.

Mittwoch, 2. August: Thema des Tages *„Arbeit mit unangenehmen Gefühlen“*

Um sich dem Unangenehmen widmen zu können, muss das Angenehme zugänglich sein. In der Morgeneinheit wurden die TN gebeten erstmal kognitiv Gegensatzpaare von Gefühlen zu notieren. Anschließend wurden die Gefühle und die jeweiligen Gegenpole in Bewegung erspürt.

Daraufhin wurden 6 Gefühlspaare ausgewählt und in einem Gefühlsstern bildlich dargestellt. Um Gefühle wahrnehmen zu können, ohne davon überwältigt zu werden, brauchen sie einen Rahmen. Es

wurden A1 Papiere ausgeteilt, auf denen sie in einem großen Kreis die Gefühlspaare erstmal einzeichnen und dann die jeweiligen Abschnitte farblich in einem Materialmix gestalten sollten. Das bedeutete eine intensive Beschäftigung mit den eigenen Gefühlen und den jeweiligen individuellen Gegenpolen. Im anschließenden Austausch konnte mit Hilfe des entstandenen Bildes besprochen werden, welche Paarungen die TN gefunden hatten, wie die Abgrenzung funktioniert, wo Überschwemmungsgefahr droht und wo eventuelle Veränderungswünsche bemerkbar sind.

Am Nachmittag wurde die Arbeit mit dem Gefühlsstern fortgesetzt. Die TN haben zum Abschluss mit Hilfe der Instrumente ein besonderes Gegensatzpaar musikalisch dargestellt und danach im Austausch in der großen Runde vertieft, was sie erlebt haben.

Sie berichteten, dass sie sich gut vorstellen können diese Methode in ihrer Arbeit einzusetzen.

In der Dardaschee:

Das Thema: „Was sind Tabu-Gefühle?“ führte zu aufgeregten Diskussionen über die strengen Regeln im Umgang mit den Geschlechtern. Mädchen/Frauen dürfen nicht mit einem Jungen/Mann allein im Raum, im Café, im Auto fahren, wenn sie nicht aus einer Familie sind oder miteinander verlobt sind. Die meisten Frauen schienen diesen Verhaltenskodex unhinterfragt zu akzeptieren. Ebenso die Bestrafung der Frau bei Ehebruch. Die gesellschaftliche Moral wurde nicht in Frage gestellt. Dr. Edward Badeen versuchte die religiöse Begründung für diese Verhaltensweisen zu hinterfragen und die Möglichkeit der Entscheidungsfreiheit zu eröffnen. Dies schien für die meisten der TN in ihrem Umfeld jedoch nicht realistisch.

Am Abend:

Kintsugi Bowl: Eine alte japanische Kunst

Die TN bekommen jeweils eine kleine Porzellanschüssel, die sie mit einem Hammer zerschlagen dürfen. Die Teile werden wieder zusammengeklebt und die Klebespuren mit Goldfarbe bemalt, so dass die zerstörte Schüssel neu, anders und wertvoller geworden ist.

Es war eine langwierige viel Geduld und Ausdauer fordernde Arbeit. Manche gaben auf, andere halfen aus und brachten die angefangene Arbeit zu Ende, so dass jede Frau eine solche kleine Schüssel mitnehmen konnte.

Immer wieder sinnierten die Frauen darüber, was für ein starkes Symbol dieses Schüsselchen sei. Sie verglichen es mit der eigenen Lebenssituation, so vieles wurde zerstört, aber etwas neues wertvolles kann daraus entstehen.

Donnerstag, 3. August: Ausflug

Mit dem Ausflug möchten wir den TN ermöglichen, außerhalb ihres beengten Lebensraumes in den Flüchtlingslagern, etwas von dem Land, in dem sie leben, zu sehen. Wir hofften, dass die gemeinsame Erfahrung, sich in der Natur zu bewegen, auch als heilsam erlebt werden kann. Im Naturschutzgebiet „Jabal Mousa“ liefen wir ca 2 Km auf einer alten Römerstrasse. Allerdings war der Weg zum Teil sehr steil und es war sehr heiß. Das war für Einige, die ja in ihrem Alltag keine Gelegenheiten haben, in der Natur herumzulaufen, an der Belastungsgrenze. Erholsam war der Aufenthalt an der Afqaquelle, wo man im Schatten in einem schönen Restaurant oberhalb des kleinen Wasserfalls das Mittagessen bestellt hatte.

Freitag, 4. August: Thema des Tages *„Supervision“*

Vor dem Einstieg in die Arbeit an den eigenen Themen, haben wir den TN nach dem für einige doch sehr anstrengenden Tag, eine kleine Körpermassage angeboten, bei der die Massierte lernt zu sagen, was sie braucht und was gut für sie ist. Dass war gar nicht so einfach!

Im Anschluss nahmen wir das Thema von Mittwoch noch einmal auf, indem wir das Handout: Die Grammatik der Gefühle, (Hr. Dr. Udo Baer und Fr. Dr. Gabriele Frick-Baer) herausgaben und miteinander besprachen. Danach hatten die TN die Gelegenheit die Screeningmethode selbst auszuprobieren. In Triaden wurde die Methode anhand einer eigenen Geschichte geübt.

Nach der Mittagspause wurden dann die eigenen Themen für die Supervision gesammelt und thematisch aufgeteilt, für welche Fragen wir uns als therapeutisches Team zuständig fühlten und welche wir in der Dardaschee mit Dr. Edward besprechen wollten.

Fragen:

Ein großes Thema für alle, die in den Sozialzentren arbeiten, ist die Kinderarbeit. Die Kinder werden von ihren Eltern auf die Straßen geschickt, um zu betteln oder um kleine Dinge an den Straßenkreuzungen an die AutofahrerInnen zu verkaufen. In der Bekaa gehen Kinder mit auf die Felder, woanders sammeln sie die Plastikflaschen aus dem Müll, um das Plastik zu verkaufen, manche helfen als Laufburschen in kleinen Betrieben oder sie sind Handlanger bei Handwerksbetrieben. Die öffentlichen Schulen waren geschlossen, so dass die Kinder keine weitere Schulbildung bekommen konnten. In den Zentren wurden Programme entwickelt, um die Kinder weiter zum Lernen zu motivieren. „Wie kann man die Eltern davon überzeugen, dass es wichtig ist für ihr Kind an diesen Programmen teilzunehmen?“ Viele Eltern ignorieren die Gefahren, die den Kindern auf der Straße drohen. Besonders für junge Mädchen ist es gefährlich. In dieser Not wurden auch Programme entwickelt, um den Kindern zu vermitteln, wie sie sich vor gefährlichen Situationen schützen können und wohin sie sich wenden können, besonders in Fällen von sexuellem Missbrauch. Die TN tauschten sich über ihre unterschiedlichen Maßnahmen aus. Sie begleiten manche Kinder zu ihren Arbeitsstellen, um zu überprüfen, wie sie dort behandelt werden. Zum Teil helfen sie den Kindern auch andere Arbeitsstellen zu finden. Der Kontakt zu den Eltern, die in großer Not die Kinder zum Geldverdienen schicken, blieb als eines der schwierigsten Themen im Raum.

Die TN berichten von vielen sehr schwierigen Schicksalen, aber inzwischen ist das Gefühl der Hilflosigkeit nicht mehr das Vorherrschende, sondern es ist auch Stolz spürbar über ihre große Findigkeit, wie sie sich für einzelne Kinder einsetzen.

Ein anderes großes Problem sind die Kinderehen, die durch die anhaltende Wirtschaftskrise immer mehr zunehmen. Es gab eine große Kampagne, an der eine TN teilgenommen hatte, um gegen Kinderehen vorzugehen, inzwischen finden sie kaum noch Gehör mit diesem Anliegen, da die Not zu groß geworden ist. Vorschläge werden gesammelt, wie die Kampagne in den Zentren wieder belebt werden könnte.

Einige Fragen beschäftigen sich mit einzelnen schwierigen Kindern, die durch Aggressivität oder Destruktivität oder Passivität auffallen.

Eine TN berichtet, dass sie in ihrem Zentrum das Thema der Gendergerechtigkeit, bzw. der Gleichberechtigung schon bei den kleinen Kindern besprechen. Sie beobachten, dass diese Kinder anders in die Pubertät hineinwachsen als die neu dazu gekommenen Kinder, die das Programm nicht mitgemacht haben.

Ein anderer Fragenkomplex betrifft die schlechte Rechtslage der Frauen. Da es kein staatliches Familienrecht gibt, sind alle Familienrechte in der jeweils eigenen Religionsgruppe festgelegt. Besonders schwierig ist die Lage der Mütter bei Scheidungen, wo ihnen die Kinder ab einem bestimmten Alter weggenommen werden, um sie in der Familie des Vaters aufzuziehen. Das Alter variiert je nach Religionsgruppe, ab wann die Mutter das Kind abgeben muss. Daher entscheiden sich

sehr viele Frauen dafür, eine schlechte Ehe und einen gewalttätigen Ehemann in Kauf zu nehmen, um die Kinder zu behalten. Wie unterstützt man solche Frauen?

Auch wird Suizidalität angesprochen: Wie kann ich eine Frau, die schon zweimal versucht hat, sich das Leben zu nehmen davon überzeugen, dass es sich lohnt am Leben zu bleiben?

Intensive und zum Teil sehr erregte Diskussionen wurden an diesem Nachmittag geführt. An einigen Punkten konnten wir die Herangehensweise mit der Trauma sensiblen Methodik ergänzen, und die Notfallprogramme, die bei verschiedenen Menschen zu oft kaum verstehbarem Verhalten führen, aufdecken. Die meisten TN erschienen uns in ihren Fragestellungen und den eigenen Lösungsansätzen als kompetent.

Am Abend

Kamal Al Khatib, Sänger und Aoudspieler war zu einem Musikabend eingeladen worden. Die TN kannten seine Lieder und sangen begeistert mit, alle Liederwünsche ob ältere oder neuere Lieder, konnten erfüllt werden. 2,5 Stunden lang wurde pausenlos, miteinander gesungen und teilweise getanzt. Alle Anspannung des Tages löste sich, mit großer Begeisterung wurde geklatscht, gesungen und getanzt. Was braucht es mehr, um Anschluss an den inneren Reichtum und die Lebendigkeit zu bekommen? „Nur“ einen Musiker!

Samstag, 5. August: Abschluss mit Feedback

Einstieg: Ankommen im Körper, sich lösen, sich öffnen, sich verbinden, sich erinnern

Im Herumlaufen wurden alle Programmpunkte des Moduls noch mal in Erinnerung gerufen. Mit der Frage: „Was war wichtig für mich, und was nehme ich mit?“ wurden die TN gebeten eine Bewegung zu finden, die etwas davon ausdrücken konnte. Diese wurde reihum gezeigt. Die TN setzten sich in zwei Reihen gegenüber und rutschten nach jedem Zeigen einen Stuhl weiter, so dass jede TN jeder TN etwas zeigen konnte. Als nächstes baten wir jede TN der anderen ein Wort zu sagen, was sie als Resonanz auf die andere TN in sich wahrnehmen konnte. So bekamen und gaben die TN 13 mal einander Rückmeldung.

Zitate aus dem Feedback in der großen Runde:

- „Das hier ist wirklich ein Haus des Friedens. Ich habe mich total wohl gefühlt und möchte mich bedanken, bei allen! Ich habe Freude und Hoffnung gespürt. Das ist so wichtig für meine Arbeit mit den Kindern!“
- „Als ich ankam fühlte ich mich schwach und verwirrt. Diese Gefühle sind weg. Ich habe erlebt, dass ich Hilfe bekommen habe und annehmen konnte, da wo es sehr schwer für mich war. Ich habe Geduld erlebt! Zum Schluss wurde es gut!“

- „Ich fand die Regenbogenübung sehr gut, ich habe erlebt, dass ich 2-mal über meine Traumata reden konnte, das hat mir gut getan. Ich habe wahrgenommen, dass ich gehört wurde."
- „Ich werde lernen müssen mehr Geduld zu haben, die habe ich gar nicht."
- „Ich habe einen langen Weg zurückgelegt, das erste Modul war sehr schwer für mich, weil die Bilder meines Traumas mich verfolgt haben. Im 2.Modul ging es mir schon besser. Jetzt habe ich das Gefühl, dass ich nicht mehr von meinen Bildern verfolgt werde! Meine Gefühle kann ich besser kontrollieren."
- „Ich konnte täglich Hoffnung wahrnehmen. An dem Tag, an dem es mir schlecht ging, konnte ich mich an das Gute erinnern, das hat geholfen. Das Wichtigste für mich war die Veränderung wahrzunehmen, ich bin meinen Gefühlen nicht mehr ausgeliefert."
- „Es war mir sehr wichtig die Verbindung zum Körper zu erleben. Da ich diesmal das erste Mal dabei war, war mir das neu. Dies möchte ich mitnehmen für meine Arbeit mit den Frauen und ihren Kindern. Mögen alle wohl behütet bleiben!"
- „Es war gut, wie wir hier einander Unterstützung geben konnten"
- „Ich kam so sehr müde hier an. Ich nehme sehr viel Positives mit, besonders wie wir von den traurigen Gefühlen wechseln, zu den guten Gefühlen, wie das möglich war!"
- „Da ich wenig Geduld habe, konnte ich die Schale nicht fertigbekommen, aber ich wurde dabei von jemandem unterstützt. Das war neu für mich, sonst unterstütze ich immer! Ich habe mich so sehr verändert!"

- „Ich spüre eine große Dankbarkeit! Für mich ist alles nützlich, was wir hier gelernt haben. Ich werde es an meine Schülerinnen weitergeben, die als Erzieherinnen mit Waisenkindern arbeiten und es sehr schwer haben."
- „Ich will jetzt hier bleiben (nicht zurück in das umkämpfte Lager) Ich will nicht weinen, aber ich weine. Ich nehme alles mit, was mein Herz berührt hat. Ich habe anders gelernt als sonst, ich habe mich oft berühren lassen. Lernen mit Herz und Verstand, diese Verbindung ist so wichtig!"

Mit großem Dank an die Rosa Luxemburg Stiftung und an alle, die es ermöglichen, dass diese Fortbildung stattfinden konnte, grüßten die TN und das ganze Team, mit Hausverwaltung und Küchenteam, beim Abschiedsfoto!