

2005 / 2006
red | **cross.ch**



www.redcross.ch

SPEZIAL

Schweizerisches Rotes Kreuz
Rainmattstr. 10, 3001 Bern, Tel. +41 (0)31 387 71 11
info@redcross.ch, www.redcross.ch
PC-Konto: 70-79907-1 (Vermerk Ambulatorium)



10 Jahre Hilfe für Opfer von Folter und Krieg

> Das Engagement des Roten Kreuzes

Schweizerisches Rotes Kreuz 

EDITORIAL

Vor zehn Jahren hat das Schweizerische Rote Kreuz ein Therapieprojekt für gefolterte Flüchtlinge gestartet. Erstmals für die Schweiz wurde mit dem Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer eine Institution gegründet, die sich in umfassender Weise mit den gesundheitlichen Folgen von Folter und Krieg sowie der Rehabilitation der Betroffenen befasst. Im Einklang mit den Grundsätzen der Rotkreuzbewegung steht die unmittelbare therapeutische Hilfe für diese Not leidenden Menschen im Mittelpunkt der Bemühungen. Traumatisierte Flüchtlinge leiden nicht nur an den schrecklichen Erinnerungen, welche sie unter Umständen Tag und Nacht belasten können. Die erlittenen Menschenrechtsverletzungen wie auch unsichere oder gar entwürdigende Lebensumstände, welche auf der Flucht oder im Exil dazukommen mögen, unterspülen in heimtückischer Weise auch die Fundamente ihrer Identität. Aus diesem Grund sind alle medizinischen, psychotherapeutischen sowie sozialen Massnahmen immer auf eine Förderung von Sicherheit, Vertrauen, Selbstachtung und Selbstbestimmung ausgerichtet.

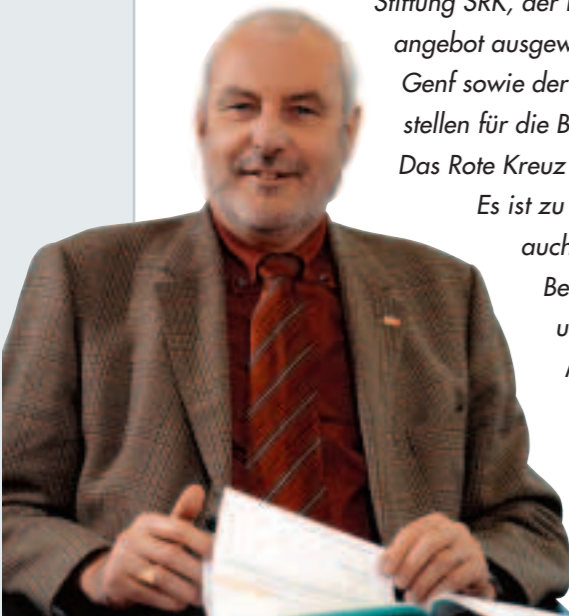
Folter wird oft von einer Mauer des Schweigens umgeben. Für die Mitarbeitenden im Ambulatorium stellen deshalb die Sensibilisierung der Öffentlichkeit für die Leiden der Vertriebenen sowie die fachliche

Wissensvermittlung wichtige Aufgaben dar. Mit finanzieller Unterstützung durch die humanitäre Stiftung SRK, der Eidgenossenschaft sowie zahlreichen Spenden konnte das Behandlungsangebot ausgeweitet werden: In Partnerschaft mit den Universitätsspitalern in Zürich und Genf sowie der Asylorganisation «Appartenances» in Lausanne sind weitere Therapiestellen für die Behandlung von traumatisierten Flüchtlingen entstanden.

Das Rote Kreuz und das Ambulatorium sind für viele Menschen eine vertraute Anlaufstelle.

Es ist zu hoffen, dass sie diese Aufgabe mit der nötigen finanziellen Unterstützung auch künftig erfüllen können. Das Ambulatorium bringt nicht nur den direkt Betroffenen, sondern auch ihren Angehörigen und der Gesellschaft Linderung und Entlastung. Ich gratuliere zum zehnjährigen Jubiläum und wünsche den Mitarbeitenden für die kommenden Aufgaben Kraft und Zuversicht.

Daniel Biedermann
Direktor SRK



> INTERVIEW	
Zehn Jahre Hilfe für traumatisierte Flüchtlinge	SEITE 3
> MOSAIK	SEITE 5
> THERAPIE	
Gruppenpsychotherapie für kriegsgeschädigte Kinder und Jugendliche	SEITE 6
> MITARBEITENDE	
«Berührende Begegnungen»	SEITE 8
> SCHICKSAL	
Ein Folteropfer erzählt	SEITE 10
> SPENDEN	
Was Spenden bewirken	SEITE 12

IMPRESSUM Herausgeber > Schweizerisches Rotes Kreuz, Rainmattstrasse 10, 3001 Bern, 031 387 71 11, info@redcross.ch, www.redcross.ch Postkonto > 70-79907-1 (Vermerk Ambulatorium) Redaktion > Christina Williamson (Leitung), Regula Bättig, Daniel Biedermann, Conrad Frey, Dana Mostosi, André Pfanner Titelbild > Nathalie Flübacher, Biel Sprachen > Deutsch Auflage > 2'200 Gestaltung > grafikraum, Manuel Haefliger, Bern Druck > SRK, Bern Erscheinungsdatum > November 2005

Zehn Jahre Hilfe für traumatisierte Flüchtlinge

1995 hat das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) das «Therapiezentrum für Folteropfer» in Bern gegründet. Seither finden dort Menschen, die systematische Gewalt erfahren haben, medizinische, psychotherapeutische und sozialberaterische Hilfe. Dr. med. Conrad Frey war Mitbegründer des Ambulatoriums.

CHRISTINA WILLIAMSON

Conrad Frey, das Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer bietet seit zehn Jahren Menschen, die Folter oder Krieg überlebt haben, therapeutische Unterstützung an. Die Menschen leiden unter den Folgen ihrer grauvollen Erlebnisse. Wie äussert sich das?

Die meisten Opfer leiden unter körperlichen Schmerzen wie chronischen Kopf- oder Rückenschmerzen. Sie haben oft Angst und Alpträume oder so genannte Flashbacks, Erinnerungen, in welchen sie sich plötzlich wieder in die Foldersituation versetzt fühlen.

Es sind also eher körperliche Probleme.

Nein, Folter- und Kriegsoffer haben körperliche und psychische Beschwerden. Viele leiden darunter, dass sie sich seelisch verändert haben. Durch die Folter wird zum Beispiel das Grundgefühl von Sicherheit und Vertrauen zerstört und die Umstände, im Exil zu leben, behindern die Selbstbestimmung der Betroffenen. Hinzu kommt, dass sie vieles verloren haben: die Heimat, nahe stehende Menschen sowie Hab und Gut. Alle diese Belastungen können zu Trauer, Depressionen oder Beziehungsstörungen führen.



Viele Folteropfer hinterfragen ständig den Sinn des Lebens und drohen, daran zu zerbrechen.

Die meisten Patienten sind Flüchtlinge?

Ja. Sie sind aus ihrem Heimatland geflüchtet, weil sie entweder verfolgt wurden oder dort Krieg herrschte. Die Menschen sind durch die Erlebnisse im Krieg, in Gefängnissen oder auf der Flucht stark traumatisiert. Zudem empfinden die Flüchtlinge hier in der Schweiz die Integration in eine fremde Gesellschaft oft als belastend – sie haben zum Beispiel Probleme bei der Arbeitssuche, sprachliche Schwierigkeiten, wenig Freunde oder soziale Kontakte.

Woher kommen die Patienten hauptsächlich?

Bei uns im Ambulatorium in Bern gibt es zwei grössere Gruppen: Kurden aus der Türkei – dies sind meistens Folteropfer – und Menschen aus den Ländern des ehemaligen Jugoslawiens, die eher kriegstraumatisiert sind. Die übrigen stammen vor allem aus dem Nahen und Mittleren Osten, wenige aus Lateinamerika oder Afrika.

Sind auch Frauen darunter?

Ungefähr 30 Prozent sind Frauen, 70 Prozent Männer. Im Bosnien-Konflikt waren unter den Opfern viele Frauen. Sie haben vor allem sexuelle Gewalt erlitten. Die gibt es aber auch unter Männern, sie wird jedoch noch stärker tabuisiert als bei Frauen.

Wie viele Folteropfer sind im Ambulatorium schon behandelt worden?

Insgesamt müssen es in diesen zehn Jahren weit über 1000 Personen gewesen sein. Pro Jahr betreuen wir in Bern zwischen 150 und 200 Patienten. Studien sagen, dass jede vierte Person, die in der Schweiz als Flüchtling lebt, in der Heimat systematischer Gewalt ausgesetzt war. Das Ambulatorium in Bern kann somit der grossen Nachfrage nach spezialisierter therapeutischer Betreuung von traumatisierten Flüchtlingen nicht gerecht werden. Deshalb hat das Rote Kreuz neue Therapiestellen in Zürich, Lausanne und Genf aufgebaut, beziehungsweise finanziell unterstützt.

Wie sieht die Therapie von Folteropfern aus?

Wichtig ist das Wiederherstellen von Sicherheit und Vertrauen. Zwischen Patient und Therapeut muss eine

gute Beziehung aufgebaut werden. Erst dann – und unterstützt durch verschiedene therapeutische Techniken – können die Geschehnisse aus der Vergangenheit zur Sprache kommen. So kann das Opfer die Ereignisse in seine Lebensgeschichte einbauen und sich sagen: Das ist passiert, es wird seelische Narben hinterlassen, aber ich kann damit weiterleben.

Die Patienten können ja oft nicht gut Deutsch. Wie wird die Sprache in der Therapie überbrückt?

In manchen Therapiestunden ist eine geschulte Übersetzungsperson dabei.

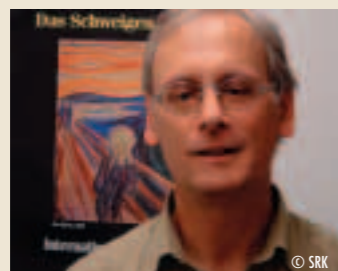
Sind Folteropfer suizidgefährdet?

Folter beschädigt wichtige Grundhaltungen und Werte eines Menschen. Die Opfer hinterfragen permanent den Sinn des Lebens und drohen, an dieser Frage zu zerbrechen. Einzelne sind auch suizidgefährdet. Dennoch haben wir in den zehn Jahren, seit es unser Zentrum gibt, noch kaum Patienten durch Suizid verloren.

Und wie vielen Patientinnen und Patienten können Sie nach der Therapie eine gute Prognose stellen?

Bei einem Drittel bis die Hälfte kann die Lebensqualität so verbessert werden, dass sie ein ziemlich normales Leben führen können. Manche der Betroffenen sagen uns, dass unser Ambulatorium der einzige Ort gewesen sei, wo man ihnen zugehört und geglaubt habe. Das Ambulatorium war ein Ort, der ihnen Vertrauen zurückgab. +

DR. MED. CONRAD FREY



Dr. med. Conrad Frey ist Psychiater. 1995 war er Mitbegründer und therapeutischer Leiter des Ambulatoriums für Folter- und Kriegsopfer des Schweizerischen Roten Kreuzes. Diese Institution ist Teil des Zentrums für Migration und Gesundheit SRK, dessen Leitung er seit dem Jahr 2000 inne hat.

Mosaik

> NEUE THERAPIESTELLEN FÜR FOLTER- UND KRIEGSOPFER

Bis vor kurzem mussten traumatisierte Flüchtlinge für ihre Therapie aus der ganzen Schweiz nach Bern anreisen, was für viele weit, teuer und beschwerlich war. Die Nachfrage nach Therapieplätzen für Folter- und Kriegs-



Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer Zürich
Schweizerisches Rotes Kreuz / Universitätsspital Zürich

opfer ist in den letzten 10 Jahren so gestiegen, dass sich das Rote Kreuz veranlasst sah, in Zürich und in der Westschweiz neue Therapiestellen zu schaffen: In Zürich hat das Schweizerische Rote Kreuz – in Kooperation mit der Psychiatrischen Poliklinik des Universitätsspitals (USZ) – ein neues Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer (afk) aufgebaut. In der Westschweiz unterstützt das SRK zwei bestehende Therapie- und Beratungsstellen für traumatisierte Flüchtlinge personell: «Appartenances» in Lausanne und das «Centre de Santé Migrants» des Universitätsspitals Genf. +

> ZEITSCHRIFT «FOLTER»

Die Zeitschrift FOLTER informiert zweimal jährlich über das Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer. Patientinnen und Patienten erzählen darin von ihren bewegenden Schicksalen und wie sie damit in der Schweiz als Flücht-

linge weiterleben. Die Zeitschrift berichtet ausserdem über aktuelle Entwicklungen und erklärt die therapeutische Betreuung von Folteropfern. +

FOLTER erscheint auf Deutsch. Die Zeitschrift kann **gratis** abonniert werden: corinne.stammach@redcross.ch

> DORON-PREIS

Das Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer ist am 17. November 2003 mit dem Doron-Preis ausgezeichnet worden. Gewürdigt wurde damit der aussergewöhnliche Einsatz, den die Therapeutinnen und Therapeuten im Ambulatorium täglich für traumatisierte Flüchtlinge leisten. Der Preis ist mit 100'000 Franken dotiert.

Jährlich vergibt die 1986 gegründete Schweizerische Doron-Preis Stiftung drei Auszeichnungen für Institutionen mit besonderen Verdiensten. +

**> FACHBUCH ÜBER DIE FOLGEN VON FOLTER UND KRIEG**

Das Schweizerische Rote Kreuz hat die Traumatisierung von Flüchtlingen in einem Fachbuch thematisiert. Die Publikation «In the Aftermath of War and Torture. Coping with Long-Term Traumatization, Suffering and Loss» ist auf Englisch erschienen und kostet 38 Franken.

Bestellungen:

buch@seismoverlag.ch

**> GESCHICHTEN DER HOFFNUNG**

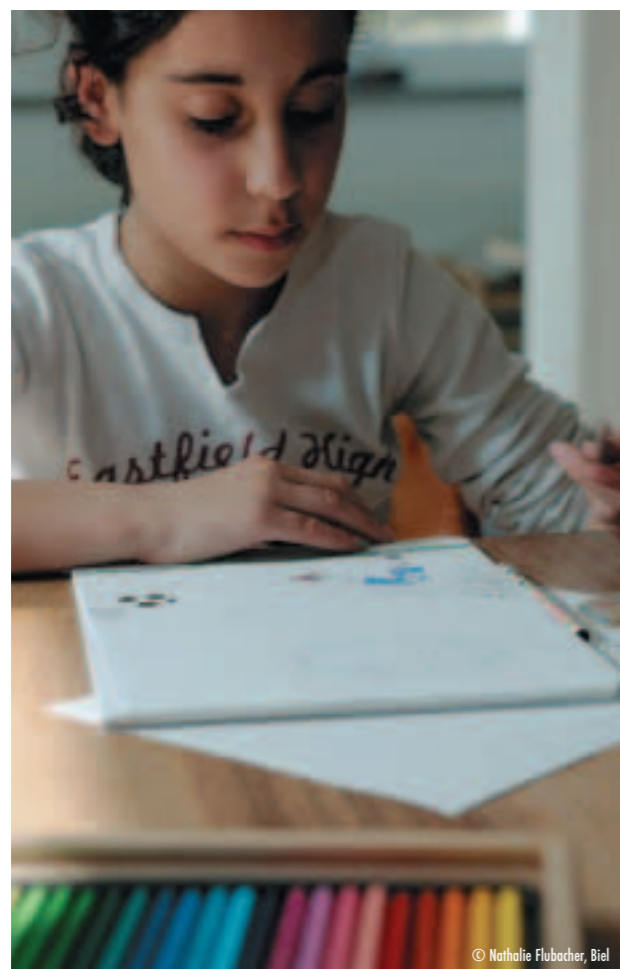
Anlässlich des zehnjährigen Jubiläums des Ambulatoriums für Folter- und Kriegsopfer hat das Rote Kreuz eine kleine Geschichtensammlung mit dem Titel «Geschichten der Hoffnung» herausgegeben. Nebst der bewegten Vergangenheit der porträtierten Betroffenen von Folter und Krieg erzählen die Geschichten auch, wie sie Dank der Unterstützung im Ambulatorium wieder neue Hoffnung für die Zukunft schöpfen. +

Bestellungen:

migration@redcross.ch

Ein Traumfresserchen gegen schlechte Träume

Kinder und Jugendliche, die Krieg erlebt haben, sind körperlich und seelisch zutiefst verwundet. Sie benötigen besondere Unterstützung. Die Gruppenpsychotherapie hilft ihnen, ihre schlimmen Erfahrungen zu verarbeiten und hoffnungsvoll in die Zukunft zu blicken.



Beim Zeichnen können Kinder die Erlebnisse der Vergangenheit verarbeiten.

© Nathalie Flubacher, Biel

REGULA BÄTTIG

Ana versteckte sich hinter einem Baum, als die Soldaten kamen und ihre Familie mit Waffen bedrohten. Milan litt wochenlang Hunger und Durst, als er sich zusammen mit seinem Bruder und seiner Mutter im Wald versteckte. Oder Marija, sie musste bei der überstürzten Flucht mit der Familie ihren kleinen Hund im Haus zurücklassen. Ana, Milan und Marija sind Kinder, die Krieg und Flucht überlebt haben. Geblieben sind die Erinnerungen an die schrecklichen Geschehnisse. Sie sind in ihren Köpfen gefangen, bereiten ihnen unruhige Nächte, Alpträume und Kopfschmerzen. Heute besuchen Ana, Milan und Marija in Bern eine Gruppenpsychotherapie für Kinder. Diese bietet das Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer seit zwei Jahren mit der kantonalen Erziehungsberatung Bern an.

Einen sicheren Ort schaffen

Zu Beginn der Gruppenpsychotherapie ist die seelische Stabilisierung zentral. «Die Kinder haben im Krieg Gewalt erlebt und oft eine monatelange Fluchtgeschichte hinter sich», erklärt Margrit Moser, Psychotherapeutin und Leiterin der Kindergruppe. «Nach diesen Phasen



In der Therapie begeben sich die Kinder mit ihrer Vorstellungskraft in eine Kugel, die sie vor allem schützt, was ihnen Angst macht.

der Ungewissheit und Angst geht es in der Gruppe zunächst darum, Vertrauen aufzubauen und einen sicheren Ort zu schaffen.» Bereits im Kennenlernen der anderen liege für die meisten Kinder eine wichtige Erfahrung, schildert Margrit Moser. «Zu sehen, dass andere Ähnliches erlebt haben, gibt den Kindern Sicherheit.»

Später in der Therapie entdecken die Kinder ihre eigenen positiven Kräfte und lernen sie auch einzusetzen. Mit Hilfe ihrer Vorstellungskraft versuchen sie beispielsweise, sich einen inneren sicheren Ort aufzubauen. «Wir arbeiten oft mit dem Schutzball», erzählt Margrit Moser. «Die Kinder stellen sich dabei vor, sie seien von einer grossen Kugel umschlossen, die sie vor allem schützt, was Angst macht.»

Mit Bildern und Geschichten

Während der Therapie werden verschiedene Gestaltungsmöglichkeiten wie Malen, Erzählen, Schreiben und Rollenspiele eingesetzt, um die schlimmen Erlebnisse zu verarbeiten. Gerade für Kinder, die noch nicht so gut deutsch sprechen, sind neben der Sprache andere Ausdrucksmittel



wichtig. Eine bedeutende Rolle nehmen auch Bilderbücher ein. Eines, das Margrit Moser immer erzählt, ist die Geschichte vom Traumfresserchen – einem kleinen Wesen, das die schlechten Träume frisst. «Dieses kleine Ding hilft den meisten Kindern, dass sie nur noch selten schlechte Träume haben», erzählt Margrit Moser.

Nicht nur für Kinder

Neben der Gruppenpsychotherapie für Kinder gibt es in Bern seit 2004 auch ein Angebot für Jugendliche. Die Arbeit mit den Jugendlichen ist vom Aufbau und von den Inhalten her sehr ähnlich wie diejenigen mit den Kindern. So wird in der Jugendgruppe ebenfalls gemalt, gestaltet und erzählt. Sogar Bilderbücher kommen zum Einsatz. Unterschiede bestünden mehr in der Art und Weise, wie die konkreten Therapiestunden ablaufen, erklärt Regula Bienlein, Psychotherapeutin und Leiterin der Jugendgruppe. Während bei den Kindern ein klar strukturiertes Programm ohne grosse Lücken wichtig ist, lässt die Arbeit mit den Jugendlichen mehr Freiraum zu. «Raum für Gespräche und der Austausch untereinander sind bei der Jugendgruppe besonders wichtig», berichtet Regula Bienlein.

Eine Dame in Paris

Dass die Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen eine besondere Herausforderung darstellt und mitunter sehr belastend sein kann, bestätigen beide Therapeutinnen. Die schwierige Situation, in der viele der Jugendlichen stecken, beschreibt Regula Bienlein als besonders bedrückend. «Das gibt mir manchmal ein Gefühl der Hilflosigkeit.» Doch wie gehen die beiden Therapeutinnen mit diesen Belastungen um? Gespräche vor und nach jeder Therapiestunde, Supervisionen, der Austausch unter den Therapeutinnen und Therapeuten der Kinder- und Jugendgruppe nennen Margrit Moser sowie Regula Bienlein als unverzichtbare Gefässe. Doch noch wichtiger ist für Margrit Moser etwas anderes: «Am hilfreichsten ist es, wenn die Kinder Fortschritte machen.» Und das machen die meisten, auch wenn es sich manchmal nur im Kleinen zeigt. Zum Beispiel dann, wenn am Ende der Gruppentherapie versucht wird, in die Zukunft zu blicken und ein Kind sagt: «Ich werde einmal eine Pariser Dame mit einem Hündchen sein». +

Berührende Begegnungen

Im Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer arbeitet ein Team von Fachpersonen aus der Psychologie, Medizin und Sozialarbeit sowie eine Gruppe von erfahrenen Übersetzungspersonen eng zusammen.

Täglich müssen sie sich vielen Herausforderungen stellen. Stellvertretend für alle geben vier Mitarbeitende Einblick in die spannenden wie auch belastenden Seiten ihres Berufsalltags.



Brigitte Ambühl Braun, Psychotherapeutin

Brigitte Ambühl Braun ist Psychiaterin sowie Fachärztin für innere Medizin und die therapeutische Leiterin des Ambulatoriums für Folter- und Kriegsoffer. Wenn es darum geht, den Grund für die Schmerzen eines Patienten herauszufinden, ist ihr Wissen aus der Psychiatrie wie auch der Medizin gefragt. «Alles, was ich bisher gelernt habe, kann ich in meiner Tätigkeit im Ambulatorium miteinander verbinden», erzählt Brigitte Ambühl. Motivierend findet sie an ihrer Arbeit die damit verbundene Menschlichkeit und nicht zu vergessen das «tolle Team». Bei diesem schwierigen Thema, mit dem die Mitarbeitenden täglich konfrontiert sind, sei ein gutes Team unabdingbar, betont Brigitte Ambühl. In ihrem fünfjährigen Engagement im Ambulatorium hat Brigitte Ambühl zusammen mit den Patienten immer

wieder berührende Momente erlebt. «Wenn ein Betroffener besser mit seinen Schmerzen leben kann oder die Trauer um erlittene Verluste abnimmt, dann ist dies schön für beide Seiten.» All dies gleiche ihrer Meinung nach aus, was an Schwerem zu ertragen sei. «Es ist unglaublich bereichernd, wie die Oper von Folter und Krieg wieder Kraft schöpfen – wie viel Lebenswille und Bereitschaft für einen Neuanfang da sind.»

Cemal Özcelik, Übersetzer

Cemal Özcelik arbeitet seit drei Jahren als Übersetzer für türkisch und kurdisch im Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer. Daneben studiert er Archäologie und Ethnologie im 9. Semester. Wenn Cemal Özcelik übersetzt, ist er verpflichtet, dies wortwörtlich zu tun und nur, wo es nicht anders geht, sinn-

gemäss. Darüber hinaus ist es wichtig, dass die Patienten ihm als Übersetzer genauso vertrauen wie dem Therapeuten. Nur so gelingt es den Betroffenen, sich zu öffnen und Persönliches zu erzählen. Obwohl das Übersetzen der Schicksale von Folter- und Kriegsoffern mitunter sehr belastend sein kann, arbeitet Cemal Özcelik gerne im Ambulatorium: «Es gefällt mir, dass ich mit meiner Arbeit den Betroffenen weiterhelfen kann.» Für die Patienten sei es eine wertvolle Erfahrung, wenn sie spüren, dass jemand sie verstehe. «Einmal hat eine Frau gar vor Freude darüber geweint – das hat mich sehr berührt.»

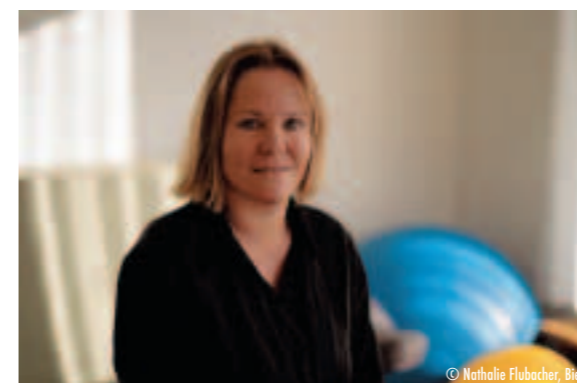
Brigitte Merz, Körpertherapeutin

Brigitte Merz stiess 2001 als Körper- und Bewegungstherapeutin zum Team des Berner Ambulatoriums für Folter- und Kriegsoffer. In der Körper- und Bewegungstherapie ist die Wahrnehmung des Körpers ein zentraler Aspekt: «Viele Trauma-Patienten sind muskulär sehr angespannt», erklärt Brigitte Merz. «Dies kann mit verschiedenen Körperübungen positiv beeinflusst werden.» Dabei sei das begleitende Gespräch zentral – insbesondere bei der Arbeit mit Körperberührung, betont Brigitte Merz. «Wenn unangenehme Erinnerungen und Körperreaktionen aufkommen, müssen diese geklärt werden.» Die Stärke der Körper- und Bewegungstherapie sieht Brigitte Merz insbesondere darin, Ressourcen aufzubauen: «Nach den traumatischen Erlebnissen ist es besonders wichtig, gute körperliche Erfahrungen machen zu können.» Brigitte Merz gefallen an der Arbeit im Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer die Zusammenarbeit, der Kontakt mit Menschen unterschiedlicher Herkunft und verschiede-

nen beruflichen Hintergründen. «Und», fügt sie an, «dass ich mich indirekt für die Menschenrechte engagieren kann.» Neben den berührenden Begegnungen belastet die Arbeit mit Folter- und Kriegsoffern jedoch auch. Deshalb findet es Brigitte Merz gut, nicht ausschliesslich im Ambulatorium tätig zu sein, sondern daneben noch eine eigene Praxis für prozessorientierte Psychologie zu führen.

Hasim Sancar, Sozialberater

Bereits seit der Gründung des Ambulatoriums für Folter- und Kriegsoffer ist Hasim Sancar für die Institution tätig. Sein Einsatz ist vielfältig: Er führt sozialberaterische sowie therapeutische Gespräche mit Opfern von Folter und Krieg und leitet den Bereich der Sozialberatung. Obwohl seine Arbeit viel Belastendes beinhaltet, ist Hasim Sancar auch nach zehn Jahren des Themas noch nicht müde. Die Motivation dafür sieht er insbesondere im positiven Sinn der Arbeit. «Wenn ich den Betroffenen weiterhelfen kann, gibt mir das Kraft», erklärt Hasim Sancar. «Zudem ist meine Arbeit sehr abwechslungsreich.» Über all die Jahre hat er sich verschiedene Strategien zugelegt, um mit den Belastungen seines beruflichen Alltags umzugehen: Neben den Fallbesprechungen im Team oder Supervisionen findet er in seiner Freizeit den Ausgleich beim Fussball spielen, mit handwerklichen Arbeiten oder auch in seinem politischen Engagement im Stadtrat von Bern. Und schliesslich hilft Hasim Sancar seine langjährige Erfahrung: «Wenn mich ein Fall betrübt und ich nicht weiter weiss, rufe ich mir Patienten in Erinnerung, deren Geschichten eine positive Entwicklung nahmen.» +



« Du stirbst in einer Sekunde hundert Mal »

© Szenenbild aus dem Film «Erinnern», SRK

Die Kurdin Lilav Jan* ist Patientin im Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer. Im Alter von 17 Jahren wurde sie verhaftet. Sie verbrachte ein Jahr in einem syrischen Gefängnis. Heute lebt sie in der Schweiz. Sie hat 1999 politisches Asyl erhalten. Ihr Leben ist geprägt von den Erfahrungen der Folter, Gewalt und Demütigung.



© Nathalie Flubacher, Biel

und Folter, sondern das Gefängnis tötet dich, obwohl du weiterlebst. Du stirbst in einer Sekunde hundert Mal und du bist trotzdem am Leben.

Wenn ich während der Folter das Bewusstsein verloren habe, habe ich das Fühlen verloren. Wenn sie mich schlugen, war das, wie wenn sie mich nicht geschlagen hätten. Aber eine Stunde nach der Folterung spürte ich Schmerzen in meinem ganzen Körper. Wenn ich versuchte zu essen, konnte ich es nicht, weil mein Gesicht angeschwollen und blau unterlaufen war.

Als Folter gab es den «fliegenden Teppich». Ein fliegender Teppich ist ein Stück Holz, du liegst mit dem

zeigst du den anderen, du kannst noch geben, du kannst noch handeln. Du bist nicht schwach, nicht einmal im Gefängnis. Ich habe versucht, mich nicht schwach zu zeigen, als sie mich geschlagen haben. Ich habe nicht geschrien. Ich dachte, wenn ich schreie, dann bin ich schwach.

Ich bin immer noch unterwegs in der Therapie. Irgendwann muss doch ein Ende kommen, aber ich sehe es nicht. Wenn drei oder vier Wochen vergehen, ohne dass ich ins Ambulatorium komme, bin ich nicht mehr ruhig. Obwohl ich manchmal denke: Es ist wie Folter, über diese Dinge zu sprechen.

Die Freiheit ist für mich die Sicherheit, die ich hier in der Schweiz bekomme. Es genügt mir, dass ich jetzt schlafen kann.» +

*Lilav Jan wurde im Dokumentarfilm «ERINNERN» von Bruno Moll porträtiert. Der vorliegende Text ist ein Auszug aus dem Film und basiert auf Gesprächen in den Therapiestunden im Ambulatorium in Bern. Die Erinnerungen von Lilav Jan wurden aus dem Arabischen ins Deutsche übersetzt.

« ERINNERN »

WAS WIR SIND, IST ERINNERUNG

Welche Bedeutung hat die Erinnerung für unser Leben? Und das Vergessen? Bruno Moll, ein Schweizer Dokumentarfilmemacher, nähert sich verschiedenen Menschen an, ihren Geschichten und ihren Erinnerungen. Unter ihnen ist Lilav Jan, eine Patientin im Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer in Bern.

«ERINNERN» Film von Bruno Moll (Regie).
2005, 84 Minuten, Produktion: T&C Film Zürich.
Jetzt auch auf DVD. Bestellung:

www.looknow.ch

Die Kurdin Lilav Jan hat in der Schweiz Freiheit und Sicherheit gefunden.

«Mein Körper ist sehr, sehr müde. Schmerzen meiner Hände begleiten mich jeden Augenblick und bei jeder Arbeit und bei allem, was ich tue. Aber ich kämpfe immer, jeden Tag, in jedem Augenblick, in jeder Sekunde gegen diese Schmerzen. Sogar im Schlaf habe ich Schmerzen in meinen Händen und Beinen. Das Gefängnis hinterliess in meinem Körper schlimme Erinnerungen. Sogar wenn ich diese ignoriere und aus meinem Gehirn verbanne, melden sie sich in meinem Körper und erinnern mich.

Die Welt war wunderbar vor dem Gefängnis – voll Unschuld und Wahrnehmungen. Wir konnten ausgehen und singen, ich war so froh, dass ich zu dieser Welt gehörte. Plötzlich wurde ich verhaftet. Ich war 17

Jahre alt. Die Gefängniswärter schlugen mich und sagten: «Du bist eine Kurdin». Ich hatte damals nicht verstanden, was Kurdin bedeutet.

Ich habe mich in einer dunklen Zelle wieder gefunden. Ich sah nur ein schwaches Licht – eine kleine Zelle – einen Meter auf einen halben Meter. Es gab oben ein Loch, durch das weiches Licht herunterkam. Ich schöpfte meine ganze Aktivität und Vitalität von diesem Licht, um in diesem Leben weiter zu bestehen, oder ich erinnerte mich an alles Schöne ausserhalb des Gefängnisses.

Ein Gefängnis ist wie ein Friedhof. Wie ich es auch beschreibe, ich kann kein Bild von der Realität im Gefängnis vermitteln. Ich kann das nicht mit Worten beschreiben. Das Gefängnis ist nicht nur Dunkelheit

Bauch darauf und sie beginnen mit Stöcken auf deinen Rücken und die Wirbelsäule loszuschlagen. «Poulet» ist auch eine Foltermethode. Sie binden deine Arme und Beine zusammen wie ein Poulet und schlagen dich, bis du blutest. Bei «Elektrizität» schliessen sie deine Ohren an den Strom an. Darauf schalten sie an und du beginnst zu fliegen – du fliegst vor Schmerzen. Du gehst aus deinem Körper. Wenn sie merken, dass du bewusstlos bist, stellen sie den Strom ab. Sie schütten Wasser über dich, damit du aufwachst, damit du Schmerzen erlebst. Dann wiederholen sie dasselbe. Komisch war, dass ich nach dem ersten, zweiten oder dritten Schlag das Fühlen verlor.

Du bist ein Mensch ohne Hoffnung in diesem Leben. Aber du besitzt Kraft zum Weitergehen. Damit

Therapie von Folter- und Kriegsopfern

Das Ambulatorium

Ein Viertel der rund 25 000 in der Schweiz lebenden Flüchtlinge ist in der Heimat Opfer systematischer Gewalt geworden und leidet unter gravierenden körperlichen und seelischen Schmerzen. Flüchtlinge, die gefoltert wurden oder Gewalt in Kriegen erlebt haben, finden im Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK medizinische und psychotherapeutische Hilfe.

Das Team

Im Ambulatorium für Folter und Kriegsopfer erhalten die Patienten eine individuelle Betreuung. Je nach Beschwerden kümmern sich Ärzte, Psychologinnen oder Sozialarbeiter, Körper- oder Familientherapeutinnen und -therapeuten um sie.

Das Engagement

Ziel ist es, den Opfern von Folter- und Krieg das Verarbeiten traumatischer Erlebnisse zu ermöglichen und ihnen ein selbstbestimmtes Leben zurückzugeben.



© Nathalie Flubacher, Biel

Die Gründung

Das Ambulatorium wurde 1995 gegründet. Es war das erste interdisziplinär und langfristig angelegte Therapieprojekt für Folteropfer in der Schweiz.

Die Finanzierung

Das Schweizerische Rote Kreuz wendet für die Betreuung von Folter- und Kriegsopfern jedes Jahr rund 1,8 Millionen Franken auf. Rund 70 Prozent davon werden durch private Spenden finanziert. +

AMBULATORIUM

WAS SPENDEN BEWIRKEN

- > Mit **25 Franken** können die Reisespesen eines Patienten vom Wohnort zum Ambulatorium bezahlt werden.
- > **50 Franken** kostet ein erstes Gespräch zur Abklärung der weiteren Behandlungsschritte.
- > Mit **150 Franken** kann ein ausführliches therapeutisches Betreuungsgespräch mit einer Flüchtlingsfrau in ihrer Muttersprache durchgeführt werden.
- > **500 Franken** ermöglichen die Durchführung einer zweistündigen Gruppenpsychotherapie für zehn junge Menschen.

Mit einer Spende tragen Sie dazu bei, dass dieses wichtige Behandlungsangebot aufrechterhalten bleibt und weiter ausgebaut werden kann.

PC-Konto 70-79907-1
(Vermerk Ambulatorium)