

Sabine Schönwälder: Fortbildung „Traumatherapie“ in Odessa, 6. – 14. September 2014

Auf Einladung des VPS und der Diakonie der evang.-luth. Gemeinde St. Paul (DELKU), Odessa, habe ich im September 2014 eine 5-tägige Fortbildung „Traumatherapie für Erwachsene, Kinder und Jugendliche“ gehalten. VPS steht für **Voluntary Psychological Service**: als Reaktion auf die Eskalation der Gewalt auf dem Maidan in Kiew und den Krieg im Osten der Ukraine haben sich PsychologInnen landesweit in freiwilligen psychologischen Krisendiensten organisiert. Der VPS Odessa kooperiert eng mit der Diakonie der evang.-luth. Gemeinde St. Paul in Odessa.

Das Seminar fand vom 8.9. – 12.9.14, jeweils von 9.00 – 17.00 Uhr statt. Die Fortbildung hatte Workshop-Charakter mit den Schwerpunkten Akuttrauma, Krisenintervention, Stabilisierungsmethoden, Ressourcenarbeit, Psychohygiene und praktische Übungen in der Kleingruppe. Die Organisation der Fortbildung lag in den Händen meiner Kooperationspartnerin Katja Loskutova, die das wieder professionell und umsichtig gemanagt hat. Nazar Mazurak, ebenso wie Katja als Psychoanalytiker in Odessa tätig, hat mit seinem reichen Vokabular an psychologischen Fachausdrücken und –wissen vom Deutschen ins Russische übersetzt. Die Seminarräume samt technischer Ausstattung wurden von der Diakonie gestellt.

26 PsychologInnen haben an der Fortbildung teilgenommen. Die TeilnehmerInnen waren z.T. von sehr weit her angereist: sie kamen aus Odessa, Kiew, Iwano-Frankiwsk, Donezk und sogar aus Moskau. Sie arbeiten im psychologischen Krisendienst mit Flüchtlingen aus den Kriegsgebieten im Osten der Ukraine, mit Frauen, Kindern, alten Menschen, bei denen die unverarbeiteten Traumata aus dem 2. Weltkrieg auf furchtbare Weise wieder aufleben, mit Soldaten, Folteropfern und Maidan-Aktivisten. Nicht wenige VPS-PsychologInnen sind sekundär traumatisiert von den schrecklichen Erlebnissen: eine Psychologiestudentin, die wie viele Odessiter KollegInnen als freiwillige HelferIn auf dem Maidan in Kiew engagiert war, berichtete, dass sie während der Erschießungen in den Tagen 17.-19. Februar 2014, verletzte Aktivisten 50 m vom Schlachtfeld gezerrt hat, damit sie nicht tot geschossen werden. Ungesagt blieb, dass sie sich damit immer wieder selbst in die Schusslinie gebracht hat.

Eine weitere Kollegin, die als Ersthelferin im Lazarettzelt auf dem Maidan arbeitete, erzählte von einem schwer verletzten Aktivisten, der sich erst nach 2-stündiger Betreuung soweit beruhigen ließ, dass er medizinisch versorgt werden konnte, weil er gehört hatte, dass verletzte Maidan-Aktivisten aus den Krankenhäusern in Kiew entführt und gefoltert wurden. Erst als sämtliche männliche Helfer das Lazarettzelt verlassen hatten, fühlte er sich ausreichend sicher, um sich versorgen zu lassen; auch hat er dringend zu essen und zu trinken gebraucht, war aber psychisch so aufgebracht und voller Misstrauen und Todesangst, dass er nur aß und trank, wenn ihm die Psychologin alles vormachte.

In einer Live-Demonstration, bei der ich vor der Gruppe traumtherapeutische Interventionen mit einer Teilnehmerin vorführte, die sich als Klientin zur Verfügung gestellt hatte, befand sich die Kollegin binnen kürzester Zeit auf dem Schlachtfeld, sowohl in ihrem bildhaften Erleben als auch gedanklich, gefühlsmäßig und mit heftigen körperlichen Stresssymptomen. Ich war erschüttert, wie nah ich mit dem Krieg in Berührung gekommen bin in der Begegnung mit den TeilnehmerInnen und in Gesprächen mit meinen Freunden in Odessa.

Die Resonanz auf die Fortbildung war durchwegs positiv. Es hat mich sehr berührt, mit wie viel konzentrierter Aufmerksamkeit und Mitarbeit, Begeisterung und Dankbarkeit die Fortbildung von den ukrainischen KollegInnen und der russischen Kollegin aufgenommen wurde. Die PsychologInnen haben während der 5 Seminartage grundlegende theoretische, neurobiologische Kenntnisse über Psychotrauma erworben. Sie verfügen jetzt über strukturierte Methoden, um traumatisierten Betroffenen Hilfe anzubieten; sie haben Psychohygiene kennen gelernt und können sich besser vor sekundärer Traumatisierung und Burn-out schützen.

Nahezu alle Hilfsorganisationen aus dem Ausland haben die Ukraine aufgrund der aktuellen politischen Situation verlassen. Oft wurde ich gefragt, ob ich nicht Angst gehabt hätte herzukommen. Ja, zeitweise habe ich Angst gehabt, konnte die aber rational ganz gut zur Seite stellen. Hier hat mit der Rückhalt in meiner Kirchengemeinde geholfen; denn es stand für mich trotz der Ängste nie in Frage, der Einladung sobald wie möglich zu folgen und vor allem noch in diesem Jahr, welches für die Menschen in der Ukraine durch die Eskalation der Gewalt und den Krieg geprägt ist.

In Odessa selbst pulsiert das Leben auf den ersten Blick wie bisher: die Odessiter genießen ihre Stadt, flanieren mit Kind und Kegel bis spät in die Nacht im belebten Stadtgarten, sie gehen in die Oper, genießen die Sonne und das Meer: die Stadtstrände sind voller Menschen (Foto), die den abgefahrensten Freizeitattraktionen nachgehen (Foto). Aber sobald das Gespräch auf die Zukunft kommt, brechen alle Pläne ab und sind vom Krieg bedroht, auch für Odessa eine politisch durchaus realistische, schlimme Perspektive.

Die Freunde haben sich für mich sehr verantwortlich gefühlt. Sie haben mich verwöhnt und umsorgt, so dass der Aufenthalt in Odessa für mich erlebnisreich und trotz der anstrengenden, langen Fortbildungstage auch erholsam war: in einer Vollmondnacht sind wir spätabends zum Stadtstrand Lanscheron gefahren und haben im Mondlicht gebadet ☺ Einen anderen Abend war ich von einer Teilnehmerin ins Ballett in Odessas wunderschönem Opernhaus (Foto) eingeladen worden.

Das größte Geschenk für mich aber war die Erfahrung, dass meine KollegInnen durch die strukturierten Methoden der Psychotherapie, die sie sofort in ihrem beruflichen Kontext anwenden können, für ihre schwere Arbeit gestärkt sind, dass sie „ein Licht am Ende des Tunnels“ sehen, so hat es die belastete Kollegin nach der Live-Intervention wortwörtlich ausgedrückt.

Ich bedanke mich bei allen SpenderInnen für die vielfältige Unterstützung und finanzielle Förderung, die diese traumatherapeutische Fortbildung für die PsychologInnen aus der Ukraine und Russland möglich gemacht haben. Mein Dank geht auch an die Stadt Regensburg, die das Hilfsprojekt im Rahmen der Städtepartnerschaft finanziell unterstützt. So konnten wir den Odessiter Kooperationspartnern für Organisation, Dolmetschertätigkeit und Übersetzung des umfangreichen Handouts angemessene Honorare zahlen. Für meine Flugkosten, Unterkunft und Verpflegung kamen die Stadt Regensburg und die Diakonie St. Paul/Odessa auf. Vorbereitung und Durchführung des 5-tägigen Fachseminars habe ich ehrenamtlich geleistet.

Eine Fortsetzung des Projekts wird von allen Beteiligten sehr gewünscht. Für 2015 ist ein bereits ein mehrtägiges Seminar zum Thema „Bindung und Trauma“ vorgesehen; außerdem ist geplant, in Odessa ein mehrjähriges Gesamtcurriculum „Traumatherapie“ mit qualifizierten deutschsprachigen Traumatherapie-Ausbildern für die Südostukraine durchzuführen, ähnlich wie es die KollegInnen vom „EMDR-Institut Austria“, Wien, unter Leitung von Mag. Eva Münker-Kramer in Lviv/Lemberg seit Jahren erfolgreich tun. Die Kooperation und Vernetzung mit den KollegInnen aus Wien erfolgt über persönliche Kontakte.

Hierfür bitten wir weiterhin um Spenden, um z.B. Reisekosten, Dolmetschertätigkeit, Organisation vor Ort etc. zu finanzieren.

Traumatherapie lohnt sich; denn sie bedeutet aktive Friedens- und Versöhnungsarbeit in einem Land, das vom Krieg erschüttert ist.

Spendenkonto:

Martin-Luther-Verein in Bayern e.V.

Sparkasse Neuendettelsau

IBAN: DE 84 7655 0000 0760 7009 14

Unbedingt angeben: Verwendungszweck: „**Psychosoziale Fortbildung Odessa**“, **Name und Adresse des Spenders für Spendenquittung**



Seminar



Seminar



Wie verarbeitet das Gehirn Psychotraumata?



...das ganze auf Russisch



Psychohygiene: Entspannungsübung



Live-Demonstration „Kapselabenteuer“



Von links: Katja Loskutova (Organisatorin), Sabine Schönwälder, Nazar Mazurak (Dolmetscher), Vitaliy Mykhaylyk (Leiter Diakoniestation St. Paul, Odessa)



Gruppenbild zum Abschluss (einige Teilnehmerinnen fehlen auf dem Bild)



Zu Gast bei Freunden ☺



Stadtstrand „Delfin“



Superman?



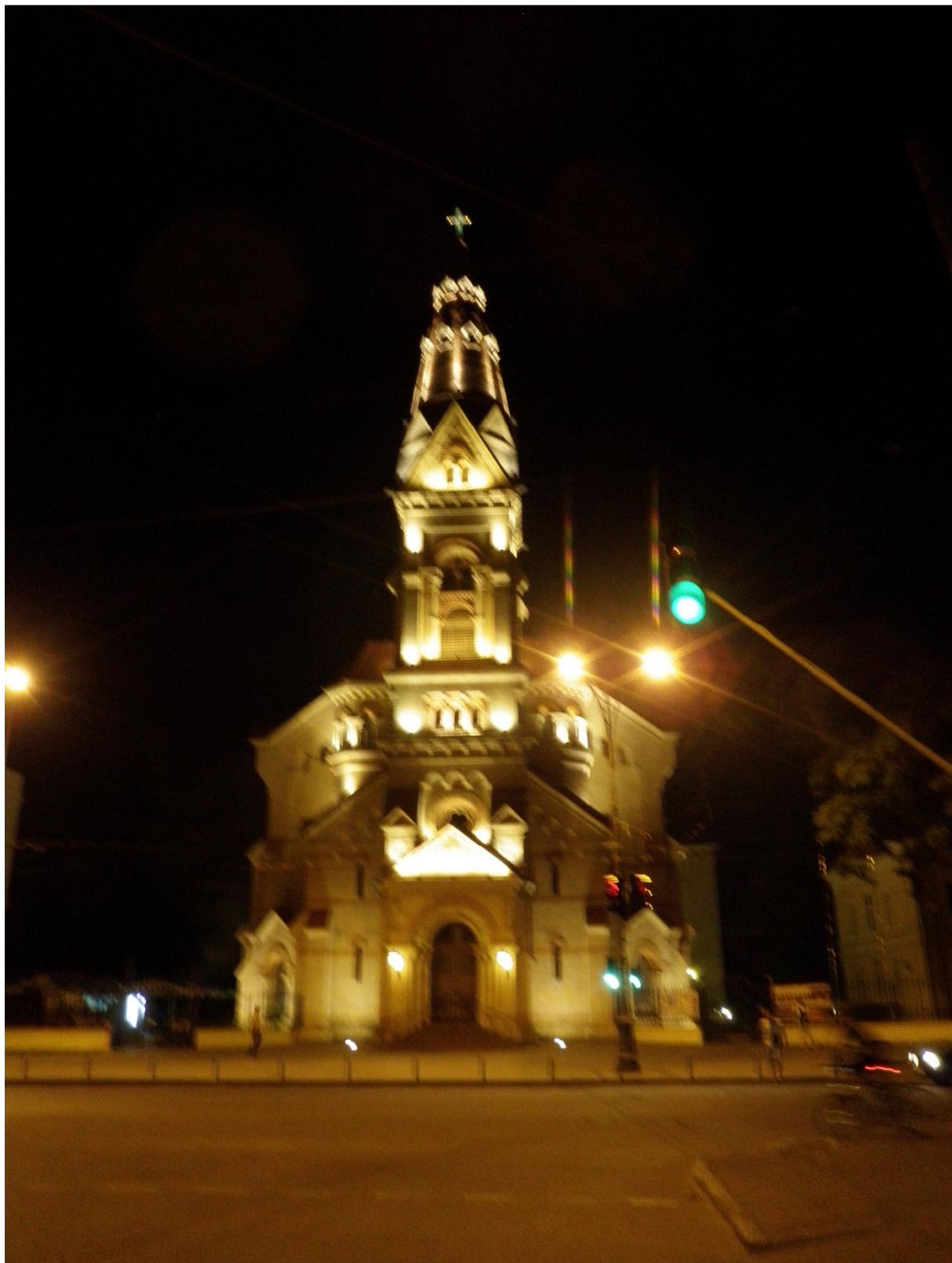
Ballettaufführung (Johann Strauss) in der Oper



Zimjes-Markt, Stand mit jüdischen Spezialitäten, u.a. „Gefilte Fisch“



Große gemeinsame Tafel auf dem Zimjes-Markt



Evang.-luth. Kirche St. Paul bei Nacht