

Blickwechsel: Flüchtlinge in ihrer Resilienz wahrnehmen und stärken

Ein Beitrag von Rita Klemmayer

Wir haben in Deutschland in den letzten Jahren eine große Welle an Hilfsbereitschaft erlebt, die Menschen die aus unterschiedlichen Teilen der Welt flüchten mussten darin unterstützen, hier an zu kommen und Fuß zu fassen. Mitgefühl, Hilfsbereitschaft, Nächstenliebe.

In Gesprächen mit Helferinnen und Helfern fiel mir auf, dass häufig von den armen Flüchtlingen geredet wurde. Natürlich spricht die schwierige Situation von Geflüchteten unser Mitgefühl an. In diesem Artikel möchte ich einen Schritt weitergehen, die Perspektive wechseln, Geflüchtete wahrnehmen als Menschen, die Resilienz (Widerstandskräfte) in hohem Masse ausgeprägt haben um zu überleben und hier Fuß zu fassen. Der folgende Bericht des UNHCR macht dies nachvollziehbar:

"Ich treffe Amin, seine Frau Hanan und die drei kleinen Kinder, als sie in der Schlange für die medizinische Untersuchung stehen. Hanan sieht erschöpft aus, nach acht Tagen voller Angst auf See und der fünfmonatigen Flucht aus Syrien. Ihre ganzes Hab und Gut ist in zwei kleinen Taschen gepackt - alles was von ihrem bisherigen Leben blieb. Erschöpft und von der Sonne verbrannt gehen Amin und seine Familie im Hafen von Augusta von Bord.



Foto: UNHCR/F.Malavolta

Ein Albtraum ist vorüber

Später sitzt die Familie in einem Zelt auf Feldbetten und isst ihre erste Mahlzeit auf trockenem Boden: ein Lunchpaket, das sie erhalten haben. Der Albtraum ist erst einmal vorüber. "How are you?" fragt Amin und bietet mir einen Keks an. "Do you want a biscuit?" Ich schüttle den Kopf und frage, wie es ihnen geht. "Müde," sagt Hanan mit einem kleinen Lächeln. Ich sehe, dass ihr Gesicht ist, wie das ihres Mannes von der Sonne verbrannt. Amin's Schuhe fallen fast auseinander.

Es bleiben: Erinnerungen an schöne Jahre.

Beide, Amin und Hanan, sind Lehrer. Vor 13 Jahren trafen sie sich in einer Schule in Damaskus. Amin unterrichtet Mathematik und Hanan, die Malerin und Bildhauerin ist, unterrichtet Kunst. "Wir hatten viele schöne Jahre zusammen," erzählt Amin und lächelt seiner Frau zu. Als der Krieg in Syrien immer heftiger wurde, musste die Familie fliehen. Sie dachten, die beste Möglichkeit wäre, über Ägypten nach Europa zu gelangen. Darum nahmen sie ein Flugzeug in den Sudan, fanden dort Platz auf einem Pickup, der sie durch die Wüste brachte. "Als wir in Ägypten waren, gingen wir sofort zum Meer," erzählt Amin. "Aber die Ägyptische Küstenwache griff und auf und wir wurden alle verhaftet."

Die Familie blieb 11 Tage im Gefängnis. Heute wissen sie, dass dies ihr Glück war: "Am 6. September sank das Boot, auf dem wir eigentlich fahren wollen," sagt Hanan. "Aber wir waren im Gefängnis. Das Gefängnis war unser Glück."

Nach ihrer Freilassung, beschloss Amin es in Ägypten zu versuchen. Er nahm jeden Job an, den er finden konnte. Drei Monate arbeitete er auf dem Bau und verkaufte Fische auf dem Markt. Aber das Leben wurde immer schwieriger und das Risiko einer Flucht über das Meer erschien immer weniger bedrohlich".

Welche Leistung haben Hanan, Amin und ihre Kinder hier vollbracht. Sie haben Kräfte aktiviert, um den Widerständen zu trotzen: Sie mussten eine lebensverändernde Entscheidung treffen, haben alles hinter sich gelassen, ihr Haus, die Familie, Freundinnen und Freunde. Sie hatten den Mut sich auf einen gefährlichen und ungewissen Weg auf zu machen, mussten Entbehrungen auf sich nehmen und viel Flexibilität entwickeln, um mit den unterschiedlichsten Herausforderungen klar zu kommen. Die Angst, dass das alles umsonst sein könnte durfte nicht die Oberhand bekommen. Sie haben die Hoffnung, irgendwann an einem sicheren Ort anzukommen, aufrechterhalten.

Resilienz

Das Wort Resilienz (lat. Abprallen, zurück springen) kommt aus der Werkstoffphysik. Es bezeichnet Materialien, die, nach dem sie extrem verformt wurden, wieder in ihren Ursprungszustand zurückspringen. Zum Beispiel ein Gummiball, der eingedrückt wird und wieder in seine runde Ursprungsform zurück springt. Psychologisch bezeichnet der Begriff die Fähigkeit von Menschen mit Krisen und schwierigen Lebenssituationen so umzugehen, dass sie nicht daran zerbrechen, im besten Fall sogar sich und ihre Fähigkeiten weiter zu entwickeln.

Wenn wir auf die Frauen und Männer die in unser Land geflüchtet sind mit diesen Augen schauen, sehen wir Menschen die enorm viel geleistet haben. Sie haben auf der Flucht sehr viel mehr Widerstandskräfte entwickelt, als die Meisten von uns es jemals müssen.

Was verändert sich, wenn wir sie nicht ausschließlich mit Mitgefühl, sondern vor allem mit dem Blick auf ihre Resilienzkräfte anschauen? Wir bekommen Hochachtung für das Geleistete und können sie darin unterstützen diese Fähigkeiten und Kräfte in Deutschland bewusst für den Aufbau ihrer Existenz zu nutzen. Es entsteht eine Begegnung auf Augenhöhe, aufrichtige Beziehungen, unter Beachtung der beiderseitigen Bedürfnisse.

Aus der Traumaforschung wissen wir, dass Menschen, die ein soziales Netz haben und in ihren Widerstandskräften unterstützt werden, ihre furchtbaren Erfahrungen besser verarbeiten, als Menschen, die ausschließlich in ihrem Opfersein gesehen und immer wieder auf ihr Trauma angesprochen werden. Von Opfern werden sie zu Menschen, die ihr Leben wieder in die Hand nehmen. Das gilt für geflüchtete Menschen ebenso wie für jede und jeden von uns.

Erinnern Sie sich? Amin fragt den Reporter „Wie geht es Ihnen?“ und bietet ihm einen Keks aus seinem Lunchpaket an.

Rita Klemmayer ist Theologin, Psychotherapeutin, Coach und Supervisorin und arbeitet mit Flüchtlingen und ihren BegleiterInnen. Sie unterstützt die Stiftung Gute-Tat ehrenamtlich als Mediatorin.

RK@sequoia-consulting.eu

www.sequoia-consulting.eu