Flucht vor Not, Krieg und Folter als Kompetenzleistung

Ingrid Egger, Gerhard Walter

Zusammenfassung

Nahezu jede Familiengeschichte kann auch als Migrationsgeschichte gelesen werden. Migration stellt ein originäres Wesensmerkmal von Menschen dar. Geschichten von KlientInnen mit Migrationserfahrungen werden vorwiegend als Defizitgeschichten erzählt. In unserer Arbeit richten wir unsere Aufmerksamkeit auf jene Aspekte von Migrationserfahrungen, die verbunden sind mit Kompetenzen und Ressourcen. Unser Interesse richtet sich darauf, was Menschen dazu befähigt, Vertrautes zu verlassen und sich auf Unbekanntes einzulassen und welche Stärken im Migrationsprozess hervorgebracht werden, um diese Anpassungsleistungen zu erbringen. Ziel unserer therapeutischen Arbeit ist es, mit den KlientInnen daran zu arbeiten, diese Ressourcen und Fähigkeiten wieder zugänglich zu machen und therapeutisch zu nutzen.

Flucht und Migration – ein Thema von dramatischer Aktualität

Die Entwicklungsgeschichte der Menschheit ist ohne das Phänomen „Migration" nicht denkbar. Migration ist sozusagen schicksalshaft von Anbeginn mit der menschlichen Existenz verbunden (Kühn 2013). Die Geschichte des homo sapiens kann auch als eine Geschichte des Aufbruches aus der „Wiege der Menschheit" Afrika und der Besiedlung des Planeten verstanden werden.

Die kulturelle Entwicklung und der technische Fortschritt der menschlichen Spezies sind demnach in engem Zusammenhang mit den großen Wanderungsbewegungen zu sehen.
Die Aktualität dieses Themas ist jedoch derzeit mit einer anderen Perspektive verbunden: die hochdramatischen Entwicklungen, die sich im Mittelmeer abspielen und die schwerwiegenden Fragen mit denen sich die europäische Politik konfrontiert sieht, stehen in den meisten Diskursen darüber im Vordergrund.

Menschen, denen es gelungen ist, der Bedrohung von Leib und Leben zu entkommen, erzählen uns unglaubliche Geschichten; Geschichten von Überlebenswillen und Überlebenskunst. Diesen Erzählungen möchten wir mit großer Ehrfurcht begegnen. Es sind meist die Kompetenten und Glücklichen, welche es bis hier her, in die Festung Europa schaffen. Oft männlich, jung und eigentlich gesund. Frauen und Kinder stranden zu 90 % in den Flüchtlingslagern nahe den Kriegsgebieten oder schaffen es gar nicht zu fliehen. Es sind jene, welche in der Hoffnung auf ein besseres und sicheres Leben auf all ihre persönlichen und oft auch familiären Ressourcen zurückgreifen.
Die Berichte die von Überlebenswillen und Überlebenskunst handeln, können auch als großes Geschenk an uns TherapeutInnen betrachtet werden. Dennoch fällt es schwer, über Flucht und Überleben ausschließlich als Kompetenzleistung zu schreiben. Zu groß scheint uns die Gefahr, mit diesem Fokus das Elend dieser Menschen zu romantisieren und die Verbrechen, die an ihnen begangen wurden, zu banalisieren. Insbesondere vor dem Hintergrund der aktuellen Flüchtlingsdramen, die sich vor und in Europa abspielen, sollten wir es vermeiden, einen ausschließlich positiven Blick auf dieses Thema zu werfen – eine solche Betrachtungsweise könnte leicht als Zynismus verstanden werden.

Flucht und Vertreibung, mit all dem damit verbundenen Leid, nehmen weltweit drastisch zu. Nach Angaben des UN Flüchtlingshilfswerks waren Ende 2013 über 51,2 Millionen Menschen auf der Flucht. Die Zahlen sind steigend. Fast täglich berichten die Medien vom Schicksal und vom Leid der Menschen, die alles hinter sich lassen mussten.

Flüchtlinge, ob aus Syrien oder einer anderen Hölle dieser Welt kommend, werden in Europa nur als Zumutung und zusätzliche Plage, als Angriff auf unse-

re ohnehin durch Bankenpleiten und Finanzkrisen gebeutelte Idylle gesehen. Das Boot ist voll, egal wie viele vor unseren Augen ertrinken.

Das Thema „Flucht als Kompetenzleistung" nimmt jene mutigen Menschen in den Blick, die sich nicht von Gewalt und Gräuel brechen lassen wollen. Und wir setzen uns keineswegs für die Idee ein „was uns nicht umbringt, dass macht uns nur stärker". Vielmehr geht es uns um den Aspekt des Widerstands und der Entschlossenheit, den Peinigern nicht die endgültige Macht der Zerstörung und Auslöschung zu geben. Überlebenskunst verstehen wir hier als politisches Statement und narrativen Akt.

Bedeutung von Migration in der kulturellen Entwicklung der Menschheit – Ressourcen entstehen beim Wandern

Migration bedeutet, dass sich Menschen auf der Wanderung befinden, die ihre vertraute Umgebung aus unterschiedlichen Ursachen, Gründen und Motiven verlassen haben; oft erfolgt ein Ortswechsel gezwungenermaßen, manchmal freiwillig. Es handelt sich um Menschen, die vor Krieg und Naturkatastrophen flüchten oder wegen ihrer ethnischen Andersartigkeit, ihrer politischen Gesinnung, ihrer Religionszugehörigkeit oder ihrer sexuellen Orientierung vertrieben werden (Kühn 2013).

Häufig allerdings beantworten Menschen prekäre wirtschaftliche und soziale Notlagen und biografische Perspektivenlosigkeit mit dem Verlassen der vertrauten Umgebung und dem Suchen nach „Orten der Hoffnung" für ihr eigenes Leben und das ihrer Angehörigen.
Uns interessiert die Frage, ob und in welcher Weise die Stärken, Kompetenzen und Fähigkeiten, die Menschen offensichtlich im Zusammenhang mit „Wandern und Ankommen in fremden Welten" entwickeln beziehungsweise entdecken, therapeutisch nutzbar gemacht werden können.

Ausgehend von einer narrativen Perspektive (z. B. White, Epston 1990) in unserem therapeutischen Vorgehen, sind wir insbesondere den folgenden Fragen nachgegangen:

- Welche Narrative („Ich-Geschichten") begleiten unsere migrantischen KlientInnen in ihrer Lebensgestaltung in der neuen Lebenswelt?
- Wie hilfreich sind diese Narrative für ihre aktuelle Lebensgestaltung, für ihre Sinngebungsprozesse und für die Konstruktion attraktiver Lebensperspektiven sowie für die Bewältigung aktueller Problemlagen?
- Welche Narrative begleiten uns TherapeutInnen in der Arbeit mit Menschen mit migrantischem Hintergrund?
- Wie können wir unsere eigenen „problemgesättigten Geschichten" im Zusammenhang mit MigrantInnen zu „Ressourcengeschichten" transformieren?

Hier kann die Beschäftigung mit der Migrationsgeschichte in der eigenen Biographie, beziehungsweise in der Familienbiographie äußerst hilfreich sein, um Transformationen in der eigenen Ich-Geschichte in Richtung Sensibilität für die Schwierigkeiten, aber auch Erleben von Erfolg und Stolz zu ermöglichen.

Wie können wir dazu beitragen, „Defizitgeschichten", die so oft den Migrationsprozess und das Leben in der neuen Lebenswelt begleiten, zu Geschichten von Erfolg und Sinngebung zu transformieren und damit Grundlagen für die Veränderung beziehungsweise Auflösung der präsentierten therapeutischen Probleme schaffen?

Therapeutische Arbeit als Transformation der KlientInnenerzählungen in die Richtung von Bewältigungs- und Gestaltungsgeschichten

In Anlehnung an Hegemann und Oestereich erscheint es uns sinnvoll, verschiedene Phasen im Migrationsprozess zu unterscheiden (Hegemann, Oestereich 2009). Jede dieser Phasen ist von spezifischen Narrativen begleitet. Diese werden unseren KlientInnen oft erst durch das von uns angeregte Erzählen in der Therapie bewusst. Und erst das Erzählen dieser Narrative ermöglicht eine Transformation in Richtung hilfreicherer Geschichten.
Wir nennen diese Geschichten „Bewältigungs- und Gestaltungsgeschichten" (B & G Geschichten).

Und es sind eben jene B & G Geschichten, die, wenn verinnerlicht, die Identitätsbildungen in Gang setzen, die das Potenzial für Verbesserungen beziehungsweise die Auflösungen von Problemlagen ermöglichen.

Es erscheint uns naheliegend, die folgenden Phasen des Migrationsprozesses zu unterscheiden:

- Das Leben in der ursprünglichen Lebenswelt
- Die Phase des Heranreifens der Migrationsentscheidung und die Entscheidung selbst
- Der Aufbruch und die „Wanderung"
- Das Ankommen in der fremden Welt
- Phase des Einlebens in der fremden Welt
- Generationsübergreifende Anpassungsprozesse

KlientInnen und Familien, die wir in der Therapie sehen, neigen nicht selten dazu, unter dem Einfluss der aktuell als nicht bewältigbar erscheinenden Problema-

tik beziehungsweise Symptomatik, Defizitgeschichten über Teile des Migrationsprozesses oder diesem als Ganzen zu entwickeln. Unsere therapeutische Arbeit besteht darin, B & G Geschichten in Bezug auf die einzelnen Teilaspekte des Migrationsprozesses anzuregen. Dies gelingt oftmals durch entsprechende Fragen, die unsere KlientInnen dazu einladen sollen, defizitorientierte Diskurse zu verlassen und Räume für Diskurse von Tugenden (Epston 1999), Bewährung, Bewältigung und positiver Lebensgestaltung zu eröffnen.

Von großer Bedeutung erscheint uns die Unterscheidung zwischen der Migration im Zusammenhang mit mehr oder weniger frei gewählter Entscheidung („Migration als Suche nach einem besseren Leben") und der Migration im Zusammenhang mit Flucht und Verfolgung. Sowohl in der therapeutischen Arbeit mit sogenannten ArbeitsmigrantInnen und den nachfolgenden Generationen, als auch mit Flüchtlingen und Verfolgten, werden die einzelnen Phasen des Migrationsprozesses von unterschiedlicher Wichtigkeit für die Entwicklung von B & G Geschichten sein.

Eine bedeutsame Besonderheit in der therapeutischen Arbeit mit Flüchtlingen und Verfolgten scheint uns vor allem in der therapeutischen Sensibilität zu liegen, die dem Leid, dem Schrecken und der Traumatisierung verfolgter Menschen entgegenzubringen ist.

Wir reflektieren unsere therapeutische Arbeit daher vor dem Hintergrund der jeweils unterschiedlichen Ausgangslagen der Migration.

Als systemische PsychotherapeutInnen gehen wir davon aus, dass auch in der Erinnerung nicht immer alles so bleiben muss, wie es im jeweiligen Moment erscheint. Alles unterliegt einer ständigen Neuinterpretation, und dieser Prozess des „*Neu-Interpretierens*" spielt u. E. gerade in der Arbeit mit Flüchtlingen, deren Lebenskonzepte meist völlig zerstört wurden, eine große Rolle. Hinauskatapultiert aus den bisherigen Vorstellungen über die lokale wie auch die persönliche Verortung des Lebens, scheint das Bisherige oft sinnlos und vergeudet, das Gegenwärtige fremd und irritierend, das Zukünftige beängstigend und nicht greifbar.

Besonders wichtig erscheint es, Menschen nicht als Opfer, sondern als Überlebende zu sehen und sich dafür zu interessieren, wie es ihnen gelungen ist, zu überleben. Die KlientInnen als ExpertInnen ihrer selbst zu sehen, stellt eine Grundhaltung dar, die uns erlaubt, alles zu fragen und nicht dem Irrtum zu unterliegen, schon alles zu wissen. So wurde es möglich, als fragende Nicht-Wissende („Ich weiß dich nicht, daher musst du dich mir erzählen") viel kulturspezifisches Wissen bezüglich der vorherrschenden Konstruktionen und Lösungsbilder direkt von den KlientInnen zu erfahren. Ein rein theoretischer, ethnologisch politischer Wissenserwerb über die jeweilige Zielgruppe, ohne die Übersetzung des konkreten Gegenübers und die Auseinandersetzung mit der eigenen kulturellen Gebundenheit, hätte sich sicher negativ auf das Zustandekommen eines therapeutischen Prozesses ausgewirkt.

Flüchtlinge werden meist aufgrund ihrer Symptome zur Psychotherapie geschickt. Psychotherapie, wie wir sie verstehen, hat in den meisten Herkunftsländern unserer KlientInnen keine Entsprechung, oder ist nur sehr elitären Gesellschaftsschichten vorbehalten. Es ist daher wichtig, eine Brücke von vertrauten Unterstützungssystemen zur Psychotherapie zu bauen, beispielsweise indem man nachfragt, wohin sich diese Person mit diesen gegenwärtigen Problemen in ihrer Heimat wenden würde. Wenn es gelungen ist, ein gemeinsames Verständnis dahingehend zu entwickeln, wofür eine Zusammenarbeit dienen kann, rückt das Bedingungsgefüge der auftretenden Symptome und deren zirkuläre Rückbindung an Geschichten, Erlebnisse, Denkmuster und Werthaltungen stärker in den Vordergrund des Interesses.

Funktion und Rolle von PsychotherapeutInnen im Prozess der Re-Stabilisierung von Kriegs- und Folterüberlebenden

Als PsychotherapeutIn ist man meist Angehörige der Dominanzkultur und damit von ihren Normen beeinflusst. Gleichzeitig ermöglicht uns unsere Fachkompetenz und gesellschaftliche Position, im Gegensatz zu unseren KlientInnen, an gesellschaftlichen Prozessen und Diskursen teilzuhaben. Wir sind Teil eines Herrschaftssystems und finden Gehör, wenn es uns gelingt, fachlich korrekt zu argumentieren und eine gemeinsame Sprache zu finden. Es liegt an uns, als Fachkräfte auch eine politische Anwaltschaft für unsere KlientInnen zu übernehmen, öffentlich auf ihr Leid und die begangenen Menschenrechtsverletzungen sowie auf bio-psycho-soziale Auswirkungen aufmerksam zu machen und die Flüchtlinge nicht zu pathologisieren.

Der Diskurs über „psychische Traumatisierung" als „Krankheitsbegriff" bei Flüchtlingen und Überlebenden von Menschenrechtsverletzungen kann ein Problem in diesem Kontext darstellen, falls dieser zu medizinalisiert und entpolitisiert geführt wird.

Hier ist Becker (1997, S. 34) zuzustimmen, wenn er meint:

> *„In Bezug auf die Opfer politischer Verfolgung sollte auf die Zuschreibung „krank" meiner Meinung nach gänzlich verzichtet werden. Dabei geht es keineswegs darum, den Grad der begangenen Zerstörung zu verleugnen, aber es besteht die Verpflichtung, eine Sprache zu finden, die eine blinde und ideologische verbrämte Wiederholung der herrschenden Machtverhältnisse vermeidet".*

Eine Pathologisierung der Opfer führt zu einer Konzentration auf das Individuum und blendet kontextuelle und gesellschaftspolitische Wirkfaktoren aus. Durch Medizinalisierung kann es so zur Entpolitisierung in Bezug auf Gewalt und Menschenrechtsverletzungen im Herkunftsland und zu retraumatisierenden Kontextfaktoren im Aufnahmeland kommen. Dabei ist eine öffentliche Anerkennung des Leides durch Rechtsprechung und Behandlung sowie die Verurteilung des Aggressors wesentlich für den Bewältigungs- und Integrationsprozess. Es ist unsere Aufgabe, bei Folgen politischer Gewalt nicht ausschließlich nach intrapsychischen Bewältigungsmöglichkeiten zu suchen und sie im Therapiezimmer zu privatisieren. Die öffentliche Anerkennung des Leides, die Anklage von Menschenrechtsverletzungen, die Sicherstellung von sozialen Strukturen, in welchen Überlebenden von Gewalt Schutz und Chancen zur Rückgewinnung der Gestaltbarkeit des eigenen Lebens geboten werden, sind wesentliche politische Forderungen, wenn man Heilungsprozesse vorantreiben möchte.

Die „Symptome" und „Reaktionen" von Flüchtlingen, mit denen wir in der psychotherapeutischen Praxis konfrontiert sind, resultieren aus unterschiedlichsten Kontexten. Meist sind sie Folge von direkten Gewalterfahrungen, von Folter und Verfolgung im Heimatland oder/und während der Flucht. Es kann sich aber auch um transkulturelle Konflikte im Zuge eines unglücklich verlaufenden Integrationsprozesses oder um kumulative Traumareaktionen aufgrund der retraumatisierenden Lebensbedingungen im Aufnahmeland handeln.

Psychotherapie mit Menschen aus fremden Kulturen könnte man mit einer Reise in eine noch unerforschte Landschaft vergleichen. Ob diese gemeinsame Reise von Erfolg geprägt sein kann, hängt von der sorgfältigen Vorbereitung, Planung und Zielsetzung, vom gegenseitigen Respekt und der Aufmerksamkeit für die jeweiligen Ressourcen und Kompetenzen, der Ausrüstung und den Rahmenbedingungen ab. Dem objektiven Befund wohnt ein Subjekt inne, das ein Verhältnis zu seiner Kultur, zu den bestimmenden Mythen und Werten entwickelt hat. Oft sind es gerade diese Mythen und Werte, welche es den Menschen möglich machen unter uns unvorstellbaren Bedingungen resilient zu bleiben.

> *So erzählte ein kurdischer Klient aus der Türkei, welcher einen illegalen kurdischen Kulturverein gegründet hatte und daraufhin im Gefängnis immer wieder gefoltert wurde, dass er niemals gefoltert wurde, wenn er nicht bereit gewesen war. Für ihn war immer klar, dass er entschied, wann er mitkam und nicht seine Peiniger. Wenn er abgeholt wurde, zählte er immer bis 3 und erst dann stand er auf um mitzugehen. Er hatte für sich auch beschlossen, sich zu suizidieren, wenn ihm das nur einmal nicht gelungen wäre.*

Es gelang diesem Klienten, den „locus of control" bei sich zu behalten, auch wenn er der eigentlichen Folter nicht entkam.

Entwicklung von Kompetenzgeschichten im Zusammenhang mit Menschen auf der Suche nach einem besseren Leben

Darunter fallen vor allem die Migrationsprozesse der „Gastarbeiterwanderungen" in den letzten Jahrzehnten und die biographischen Entwicklungen der folgenden Generationen.

In unserer therapeutischen Arbeit mit dieser Gruppe von MigrantInnen erscheint uns die „Kokreation" von „Bewältigungs- und Gestaltungsgeschichten" in Bezug auf die unterscheidbaren Phasen der Migration als sinnvoll und hilfreich. Im Folgenden möchten wir einige hilfreiche, kompetenzfokussierende Fragen im Hinblick auf die einzelnen Migrationsphasen vorstellen. Jede einzelne dieser Fragen kann einen weiten Raum eröffnen, B&G Geschichten zu erzählen und zu verdichten.

Das Leben in der ursprünglichen Lebenswelt

B&G Geschichten von Herkunft und Wurzeln

Hier geht es uns im therapeutischen Arbeiten vor allem darum, wieder Bewusstsein für jene Aspekte zu schaffen, die mit Herkunft verbunden sind. Wir denken, dass die positive Konnotation von Herkunft und Ursprung für hilfreiche Ich-Geschichten von eminenter Bedeutung ist.

Kompetenzorientierte Fragen in Bezug auf das Herkunftsland:

- Aus welchem Land, aus welcher Region kommen Sie?
- Was ist das Besondere dieses Gebietes? Worauf sind Sie stolz?
- Was können die Menschen aus Ihrer Gegend besonders gut?
- Welche Bedeutung hat die ethnische, sprachliche oder religiöse Zugehörigkeit für Sie?
- Wie löst man in Ihrer (ursprünglichen) Heimat vergleichbare Probleme, wer ist dafür zuständig?

Kompetenzorientierte Fragen in Bezug auf die Familie:

- Was ist das Wichtigste, das Sie über Ihre Herkunftsfamilie erzählen möchten?
- Was sind die besonderen Stärken Ihrer Herkunftsfamilie, worauf sind Sie stolz?
- Wie löst man in Ihrer Herkunftsfamilie vergleichbare Probleme?

Kompetenzorientierte Fragen in Bezug auf die persönliche Biographie:

- Wie war Ihre Stellung/Position in Ihrer ursprünglichen Heimat?
- Wichtiges, Gelungenes der eigenen Biografie (Ausbildung, Beruf, Familie, Kinder, Verdienste um die Gemeinschaft)
- Worauf sind Sie/waren Sie stolz in Bezug auf Ihr Leben in der ursprünglichen Heimat?
- Wie wären Sie mit vergleichbaren Problemen in Ihrer ursprünglichen Heimat umgegangen?

Die Herausbildung der Entscheidung zur Migration

B & G Geschichten von Entschlusskraft und Initiative

Wir versuchen, die Erzählungen über diesen Teil der Migration konsequent in Richtung Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmtheit zu transformieren.
Einen wesentlichen Aspekt im Zusammenhang mit der Entscheidung zur Migration, stellt das Thema der Verbundenheit mit der sozialen Gruppe, die nun verlassen werden soll, dar. Nicht selten erleben sich MigrantInnen – speziell aus traditionellen, ländlichen Milieus – in Loyalitätskonflikten vor dem Hintergrund ihrer starken Verbundenheit mit der ursprünglichen sozialen Umgebung und erleben starke Schuldgefühle – gemildert nur durch die Absicht zurückzukehren und im Ausland erfolgreich zu sein. Dies erschwert vielfach die Möglichkeiten der Anpassung und Integration im Zielland erheblich und kann außerdem einen großen Leistungsdruck erzeugen. Um Selbstwirksamkeits- und Gestaltungsdiskursen Raum zu geben, könnten zum Beispiel die folgenden Fragen hilfreich sein:

- Wie kam es zur Idee der Migration?
- Welche Umstände waren dafür verantwortlich?
- Wer war die treibende Kraft?
- Was war das schwierigste an dieser Entscheidung? Welche inneren und äußeren Widerstände galt es zu überwinden? Wie haben Sie das geschafft?
- War die Entscheidung zur Migration eher mit dem Gedanken der Auswanderung oder der baldigen Rückkehr verbunden?
- Welche Stärken, Fähigkeiten des Initiators der Migration bzw. welche eigenen Stärken werden da deutlich?
- Wie haben Sie den Aufbruch geschafft?
- Inwiefern könnten Sie diese Entscheidung als besondere Leistung sehen?

Der Aufbruch und die Wanderung B & G Geschichten von Stärke,

Anpassungsfähigkeit und Durchhaltevermögen

Wir gehen davon aus, dass gerade die Wanderung, der Übergang in das Unvertraute, mit der Überwindung ganz spezifischer Schwierigkeiten und mit dem Erwerb besonderer Lernerfahrungen verbunden ist. Fragen, die diese Erzählungen unterstützen, könnten sein:

- Woran erinnern Sie sich in Bezug auf Ihren „Aufbruch"?
- Was war das Schwierigste dabei? Wie haben Sie das geschafft?
- Welche Stärken (der Familie, eigene) waren dazu notwendig?
- Wie haben Sie die „Übersiedlung" erlebt, was war dabei schwierig, wie haben Sie das geschafft?
- Was haben Sie bei dieser Reise gelernt? Inwiefern hat Sie die Reise gestärkt?
- Was bedeutet diese Übersiedlung für den Zusammenhalt Ihrer Familie?
- Wie konnten Sie sich verabschieden, was haben Sie mitgenommen?

Das Ankommen in der fremden Welt

B & G Geschichten des Überlebens und des Sich-zurecht-Findens

In Bezug auf diese Phase im Migrationsprozess versuchen wir Raum für Bewusstheit der immensen Schwierigkeiten des Sich-zurecht-Findens in der unvertrauten Umgebung und die Stärken und Fähigkeiten bei der Bewältigung und Gestaltung zu schaffen.
Hilfreiche Fragen könnten dabei zum Beispiel sein:

- Wie ist es Ihnen gelungen, in der ersten Zeit in der fremden Umgebung „über die Runden zu kommen"?
- Wie konnten Sie die Grundbedürfnisse befriedigen?
- Wie haben Sie sich am Anfang in der fremden Umgebung, in der fremden Sprache zurechtgefunden?
- Was war dabei das Schwierigste? Wie haben Sie das geschafft?
- Auf welche Unterstützungen (familiär, in der eigenen Volksgruppe, von Einwohnern im Zielland) konnten Sie zählen?
- Welche Stärken (individuelle, der ganzen Familie) zeigten sich da?
- Haben Sie sich willkommen gefühlt? Wenn ja, vom wem?
- Worüber haben Sie am meisten gestaunt?

Phase des Einlebens in der neuen Welt

B & G Geschichten des Entwickelns einer heiklen Balance zwischen Anpassung und Identitätsbewahrung

Hilfreiche Narrative in Bezug auf diese Phase können u. E. dann entstehen, wenn es MigrantInnen gelingt, einen inneren Ausgleich zwischen der Verbundenheit und Verwurzelung mit ihrer ursprünglichen Heimat und der Anpassung an Notwendigkeiten des Ziellandes bzw. ein

gewisses Maß an Identifikation mit der neuen Umgebung zu finden. Hier geht es also auch um den gelingenden Umgang mit den bereits erwähnten Loyalitätskonflikten.
Hilfreiche Fragen dafür könnten zum Beispiel sein:

- Wie erleben Sie Ihre Arbeit, wie erleben Sie sich in Ihrer Arbeit als „GeldverdienerIn"? Gibt es da so etwas wie Stolz darauf?
- Wie erleben Sie Ihre Wohnsituation? Gibt es da so etwas wie gute Nachbarschaft? Mit Einheimischen, mit Angehörigen Ihrer Volksgruppe?
- Wie gut sind sie vernetzt – mit Verwandten, mit Freunden, mit Mitgliedern in Vereinen, mit Menschen in Ihrer Heimat (Telefonkontakte, Reisen ins Heimatland)?
- Inwiefern erleben Sie diese Beziehungen unterstützend?
- Wie gelingt es Ihnen, hier gut zu leben, wichtiges aus dieser neuen Umgebung zu übernehmen und gleichzeitig die Verbundenheit mit Ihrer ursprünglichen Heimat zu bewahren?

Generationsübergreifende Anpassungsprozesse

Hilfreiche Ich-Geschichten haben immer auch etwas damit zu tun, wie intergenerative Beziehungen und der „Migrationserfolg" über Generationen erzählt und erlebt wird. Fragen dazu könnten sein:

- Was gelingt Ihren Kindern in der neuen Heimat (Schule, Beruf, Beziehungen, eigene Familie)?
- Wie gelingt es den Kindern, hier zu Hause zu sein und wichtige Werte des Herkunftslandes zu bewahren?
- Inwiefern ist dieses Land, seine Bewohner, hilfreich um hier als Familie Erfolg zu haben?
- Worauf sind Sie stolz in Bezug auf Ihre Familie?
- Was haben Sie, beziehungsweise Sie als Eltern, dazu beigetragen?

Geschichten vom erfolgreichen Migrationsprozess verdichten

Schließlich haben sich für uns bestimmte Formen der Verdichtung derartiger B & G Geschichten bewährt. Folgende Möglichkeiten scheinen uns besonders hilfreich:

- Eine Liste der Stärken und Fähigkeiten (individuelle, familiäre, kulturelle) erstellen und visualisieren (z. B. am Flipchart).
- Highlights, „sparkling moments", Bewältigungsbeispiele im Rahmen des gesamten Migrationsprozesses explorieren und aufschreiben oder Symbole dafür finden.
- Den Migrationsprozess, die Schwierigkeiten und die Erfolge in einer „timeline" darstellen.
- Die Relevanz der Stärken und Erfolge für die Lösung der derzeitigen Schwierigkeiten explorieren.

Abstract

Almost every familiy history can also be read as a story of migration. It can be seen as a distinct feature of human beings. Stories of clients who have migration experiences are mostly told as stories of deficiency. In our work we turn our attention to the aspects of migration experiences, that are connected to competences and ressources. We focus on what gives people the capacity to leave the familiar and let themselves in for the unknown, and what competences are brought forth in the process of migration to perform those adaptions. Our objective is to work with the clients on making those ressources and skills accessible and utilize them therapeutically.

Literatur

Becker, D. (1997). Prüfstempel PTSD-Einwände gegen das herrschende „Trauma"-Konzept. Medico report 20. Schnelle Eingreiftruppe „Seele" auf dem Weg in die therapeutische Weltgesellschaft. Texte für eine kritische „Trauma-Arbeit". Frankfurt am Main: Verlag medico international, S. 79–87.

Becker, D. (2006). Die Erfindung des Traumas – verflochtene Geschichten. Freiburg im Breisgau: Edition Freitag.

Egger, I. (2002): „Die letzte Metro, von der Zerstörung der bewohnbaren Welt und Versuch des Wiederaufbaus"; Psychotherapeutische Arbeit mit Flüchtlingen im Verein Zebra. In: Ottomeyer, K, Peltzer, K (Hrsg) Überleben am Abgrund. Psychotrauma und Menschenrechte. Klagenfurt: Drava, S.187–213.

Egger, I. (2003). Retraumatisierung von Flüchtlingen durch Behörden im Aufnahmeland. In: Forster, E., Bieringer, I., Lamott, F. (Hrsg). Migration und Trauma. Beiträge zu einer reflexiven Flüchtlingsarbeit. Münster: LIT Verlag, S. 141–151.

Egger, I. (2004). „Ich kann dich nicht wissen …" Annäherungen an eine kultursensible Psychotherapie mit Flüchtlingen und MigrantInnen. Z. f. Psychotraumatologie und Psychologische Medizin 2, S. 44–61).

Epston, D. (1999). Co-research: the making of an alternative knowledge. Adelaide: Dulwich Center Publication.

Hegemann, T., Oestereich, C. (2005). Einführung in die interkulturelle systemische Beratung und Therapie. Heidelberg: Carl Auer Systeme.

Kronsteiner, R. (2003). Kultur und Migration in der Psychotherapie. Ethnologische Aspekte psychoanalytischer und systemischer Therapie. Frankfurt am Main: Brandes & Apsel.

Kühn, G. (2013). Menschen in der Migration zwischen vertrauter und fremder Tradition. Bielefeld: Bertelsmann Verlag.

Ottomeyer, K., Peltzer, K. (Hrsg) (2002). Überleben am Abgrund. Psychotrauma und Menschenrechte. Klagenfurt: Drava.

Perren-Klingler, G. (Hrsg) (1995). Trauma. Vom Schrecken des Einzelnen zu den Ressourcen der Gruppe. Bern/ Stuttgart/ Wien: Paul Haupt.

White, M., Epston, D. (1990). Narrative means to therapeutic ends. New York: W.W. Norton.

Anschriften der AutorInnen

Ingrid Egger MSc.
Doiberberg 23
A-8383 Doiber
Österreich
E-mail: ingrid.egger@sonnriegelhof.at

Dr. Gerhard Walter
Bergstraße 22
A-5020 Salzburg
Österreich
E-mail: praxis@gwalter.at

Kurzbiografien

Ingrid Egger, Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie), Lehrtherapeutin der ÖAS (Österr. Arbeitsgemeinschaft für Systemische Therapie und systemische Studien) und der Österr. Ärztekammer, Traumatherapeutin, Supervisiorin. Langjährige psychotherapeutische Arbeit mit MigrantInnen und Folteropfern im Verein ZEBRA (Verein für Ausländer und Flüchtlinge in Graz), Aufbau eines Therapie- und Seminarzentrums für systemische Therapie und pferdeunterstützte Psychotherapie. www.sonnriegelhof.at

Dr. Gerhahrd Walter, Klinischer Psychologe und Psychotherapeut (Systemische Familientherapie), Lehrtherapeut der ÖAS (Österr. Arbeitsgemeinschaft für Systemische Therapie und systemische Studien), Supervisor. Langjährige Arbeit an der Kinder-und Jugendpsychiatrie Salzburg, an der Kinderpsychosomatik der Uni-Klinik Salzburg und in freier Praxis mit Familien mit Migrationshintergrund. www.dr-gerhard-walter.at