

Flucht – Trauma – Resilienz

Teilnehmerbericht aus psychologischer und pädagogischer Perspektive

Es war wie ein Gang vom Reptiliengehirn ins menschliche Gehirn, als sich unsere kleine Kollegengruppe am Samstagmorgen auf den Weg nach Hamm zur Tagung „Flucht – Trauma – Resilienz“ machte. Beinahe reptilienhaft, d. h. reflexhaft, nahmen wir am Eingang zum Tagungszentrum Tagungsunterlagen, gut gefüllte Jutebeutel und Kaffee entgegen, um für die nächsten 45 Minuten in der großen Aula des Gebäudes in den Sessel sinken und sich beim Zuhören des ersten Vortrags langsam in den Wach- und damit Denkkzustand holen zu dürfen. Nicht nur der Kaffee trug dazu bei, dass das Aufwecken schneller als gedacht ging, sondern auch der rasante Einstieg in das Thema durch Alexander Korittko. Prägnant, treffend visualisiert und gut nachvollziehbar brachte er die theoretische Ebene von „Traumaentstehung und Traumaheilung“ näher. Spannend, wie die „traumatische Zange“, der Zustand des „Einfrierens“, den wir an unseren Jugendlichen so oft erleben, durch die Notfallkommunikation von Reptilien-Säugetier und menschlichem Gehirn erklärt, nachvollziehbar wurde. So gebannt, könnte man sagen, dass auch der letzte Zuhörer von seinem „Reptilienniveau“ (gähnen, weil viel zu früh; Bauch knurren, weil kein Frühstück) durch den Vortrag in seine „menschliche“ Gehirnfunktion („oh, interessant“; „ach, mein afghanischer Bezugsjugendlicher wurde *getriggert*“; „und wie kann man die Reptilien bändigen?“), geschubst wurde.

Dann ... die Qual der Wahl ... aus 10 wähle 3 – drei Workshops zu je 45 Minuten durften die Teilnehmer auswählen und besuchen. Die Wahl fiel nicht leicht: wir wählten den strategischen Ansatz und verteilten uns so auf die Workshops, dass wir am Ende alle gesehen hatten und uns gegenseitig darüber austauschen konnten. Der Austausch bei der „Zigarette danach“ zeigte, dass in den Workshops ganz unterschiedliche Perspektiven zum Tragen kamen – von rechtlichen, behördlichen über körperliche bis hin zu pädagogischen und therapeutischen Themen war vieles dabei.

Ganz spannend für mich als Psychologin in diesem Bereich der Workshop von Alexander Korittko. Selbstwirksamkeit an die Jugendlichen zu vermitteln beginnt bereits beim Betreten des Raumes und des Wählenlassens des Stuhls. Spannend auch zu hören, dass gerade in der Flüchtlingsarbeit weniger die klassischen therapeutischen Ansätze greifen, sondern wir viel kreativer sein müssen und dürfen. Was beim Verfolgen simulierter Gesprächssituationen bleibt: „ich würde gern mehr davon hören und gern unter Anleitung üben“.

Im Workshop von Angelika Pannen-Burchartz wurde uns die Wechselwirkung zwischen Klient und Mitarbeiter/in, Betreuer/in bewusst. Dass wir über eigene Verhaltensreflexion

vieles auch in unserem Gegenüber beeinflussen können, ist für unsere alltägliche Arbeit in einer Einrichtung mit 40 jugendlichen Flüchtlingen wesentliche Erkenntnis.

Zwischendurch wurde das Reptiliengehirn beruhigt durch ein warmes Süppchen und leckeren Kuchen und gab damit wieder Raum für das „menschliche Gehirn“, um nachfolgenden Vorträgen und Workshops weiterhin folgen zu können. Der Austausch in den großen und kleinen Pausen war spannend, zeigte er doch oftmals, dass auch andere ihre Fragen haben; dass auch andere eigene Ideen entwickelt haben und einfach „probieren“; dass auch andere schöne und nicht so schöne Erfahrungen in der Arbeit mit Geflüchteten gemacht haben. Für uns, die wir sowohl noch wenig Berufserfahrung mitbringen und auch im Flüchtlingsbereich recht „jung“ sind, war es unheimlich beruhigend zu merken, dass wir es ja gar nicht so schlecht machen.

Und zum Schluss: eine fette Portion an Kunst und Kreativität in Form eines beeindruckenden Impro-Theater-Duos. Da bekamen die zuvor so ernsthaften Begrifflichkeiten dankenswerterweise noch eine „entspanntere“ Seite.

Unser Fazit: Leider gab es viel zu wenig Zeit, dadurch blieben die Workshops recht oberflächlich und dadurch wurde der „Hunger nach mehr“ maximal „getriggert“, aber kaum gestillt (man könnte vermuten, das war Absicht?). Wenn es erlaubt ist, würden wir gern auch sagen, dass der ein oder andere Workshop weniger interessant und informativ war als der andere. Schade, man konnte ja nur drei machen – hätte man dann doch lieber ... Viele gute und wichtige Informationen haben uns erreicht und damit kamen auch die Fragen nach dem Ist-Zustand unserer Einrichtung, nach der Umsetzbarkeit anderer Konzepte in unserer konkreten Arbeit mit den jungen Geflüchteten und unserer Haltungen gegenüber den jungen Menschen. Aber ... Mühlen mahlen (leider) langsam ... Und vielleicht ist genau dafür der systemische Self-Care-Beutel, den es für jede/e Teilnehmende/n gab, umso wichtiger:

- ... das Partyschirmchen hilft ein wenig, die schwierige „Mittlerposition“ zwischen Ämtern und Jugendlichen auch mit einem Schmunzeln aushalten zu können
- ... die Zahnbürste gibt uns Mut sich zu trauen alteingefahrene Belege auch mal „querzubürsten“
- ... Teebeutel und Teelicht lassen uns immer wieder daran erinnern, dass wir auch auf uns aufpassen müssen, weil gerade dieser Arbeitsbereich zum „Zu-viel-Tun“ einlädt

Sarah Dobbener (Dortmund), Elisabeth Langner (Dortmund)