

Bericht über das Fortbildungsseminar im Dar Assalam, Libanon vom 05.11.-12.11.2019

Fortbildung im Umgang mit traumatisierten Menschen Modul IV, Thema: „Bewältigung und Integration“

Abschluss der 4-teiligen Modulreihe mit Zertifikatvergabe

Politische Situation im Libanon:

Es sind unruhige Zeiten im Libanon, denn seit dem 17. Oktober gehen die Bürger auf die Straße und demonstrieren gegen die jetzige Regierung. Korruption und Misswirtschaft wird nicht länger toleriert. Es scheint ein weitestgehend gewaltfreier Protest zu sein. Die Menschen der Protestbewegung legen durch Straßenblockaden das Land lahm. Es kommt jedoch immer wieder zu Unruhen. Und es ist sehr unsicher was geschehen wird, wie es weitergeht, ist nicht absehbar.

Wir haben unsere Entscheidung zu fliegen täglich neu überprüft und standen bis zum Beginn der Fortbildung regelmäßig in Kontakt, sowohl mit den Teilnehmerinnen als auch mit den kooperierenden Organisationen. Von Seiten der NGO's werden wir dringend gebeten, das letzte Modul der 4-teiligen Fortbildung durchzuführen.

Ankunft am Montagabend, 04.11.19 im kleinen Team

Herr Dr. Badeen und wir Dozentinnen sind gut und sicher mit keiner nennenswerten Verspätung angekommen. Die Begegnungsstätte Dar Assalam empfängt uns wieder in seinen schönen Räumen und verwöhnt uns mit seiner wunderbaren Küche.

Informationen zu den angemeldeten Teilnehmerinnen werden ausgetauscht und die Planung des 4. Moduls wird an die politische Lage angepasst. Vieles ist ungewiss, so etwa, ob wir unseren Ausflug durchführen können. Werden wir zur Zertifikatsübergabe wie geplant nach Beirut fahren können?

Viele Teilnehmerinnen melden sich über Whatsapp und kündigen ihr Kommen an, so Gott will.

Dienstag 05.11.19

Die letzten Vorbereitungen im Team und die Sichtung der notwendigen Materialien mit den letzten Einkäufen füllt die Zeit bis zur Ankunft der Teilnehmerinnen.

Die Teilnehmerinnen können ab 17.00 ihre Zimmer beziehen, anschließend das erste Abendessen zu sich nehmen und am Abend starten wir die Fortbildungsmodule wie immer mit der ersten Einheit.

In der ersten Gesprächsrunde werden die aktuellen Ereignisse ausgetauscht. Zunächst war es spannend zu erfahren, wie der Weg zu bewältigen war und wie die Situation zu Hause ist, da die Schulen und die Universitäten seit mindesten zwei Wochen geschlossen sind. Zwei Teilnehmerinnen erzählten, dass sie trotzdem täglich zu ihrer Arbeitsstelle durchgedrungen sind, zwei konnten kaum aus dem Haus gehen, andere waren aktiv bei den Demonstrationen dabei. Die Befürchtungen sind groß bzgl. des Verfalls des Libanesischen Pfunds. Die Banken haben die Auszahlung von Dollars reglementiert. Aus diesem Anlass erklärt Dr. Edward Badeen die Zusammenhänge des Finanzsystems und die Abhängigkeiten vom Dollar, dem Goldpreis und den Ölpreisen.



Mittwoch, 6.11.19

Thema des Tages: Wiederholung und Auffrischung der Themen der vorigen Module in kreativer Arbeit mit dem Schwerpunkt Ressourcen

Das Morgenritual findet diesmal nicht im Garten von Dar Assalam statt, sondern wir machen einen Spaziergang zu den Pinien, etwas außerhalb des Dorfes.

Die Erregung bzgl. der aktuellen Situation ist hoch und die Unsicherheit, wie sich die Lage weiter entwickeln wird, bleibt bestehen. Die Sorge um die zurückgelassenen Familienmitglieder, Freunde und Kolleginnen bestimmt auch die morgendliche Austauschrunde.

Um sinnvoll arbeiten zu können, bieten wir an, das bekannte Bewegungsritual durchzuführen, um den Anschluss an die vergangenen Seminare herzustellen und die eigene Befindlichkeit im Körper differenzierter wahrzunehmen. Im anschließenden Tanz sollen zwei aktuell wesentliche Gefühlsqualitäten gefunden und benannt werden. Sie werden zueinander in Beziehung gesetzt und miteinander kommuniziert. Eine erste Ordnung im Gefühlschaos wird auf diese Weise möglich.

Um mit der momentanen Ungewissheit über die weitere Entwicklung der politischen Situation umgehen zu können, werden die Tagespläne modifiziert, die Arbeitszeiten und die Pausen neu eingeteilt. Die Mittagspause wurde um eine halbe Stunde verkürzt, dafür am Nachmittag zwischen den beiden Einheiten eine Stunde Pause eingeschoben, um die Möglichkeit zu eröffnen, eventuell wichtigen familiären Angelegenheiten nachzukommen. Auch inhaltlich wurde beschlossen nicht problemorientiert, sondern verstärkt ressourcenorientiert zu arbeiten.



Nachmittags:

Zunächst geht es darum, die eigenen Ressourcen, die über Tanz und Bewegung aufspürbar sind, bewusst zu erleben. Anschließend arbeiten die Teilnehmerinnen in Triaden in Form eines therapeutischen Interviews: „Wie arbeite ich mit meinen Klienten ressourcenorientiert?“. In der anschließenden Runde werden die verschiedenen Qualitäten eines therapeutischen Interviews wiederholt und ausgetauscht. Ganz grundsätzlich werden noch einmal die Wesensmerkmale einer therapeutischen Beziehung benannt.

In der Spätnachmittagseinheit wird die Frage besprochen, welche Ressourcen die Teilnehmerinnen aktuell brauchen, um mit der unsicheren Situation im Land umzugehen. Welche Techniken aus den bisherigen Fortbildungen sind jetzt sinnvoll anzuwenden?

Die Erfahrungen dieses Tages werden gebündelt in einer theoretischen Einheit zur Unterscheidung von materiellen, sozialen und psychologischen Ressourcen, von inneren und äußeren Ressourcen, traumaindizierte Ressourcen und dem therapeutische Nutzen dieses ressourcenorientierten Ansatzes.

Abends:

In der Dardarsche am Abend wird anstatt zu diskutieren diesmal kreativ gearbeitet. Es liegen verschiedenfarbige Perlen bereit sowie Nylonschnur zur Herstellung eines Ressourcen-Armbandes.



Den Teilnehmerinnen wird angeboten ihre eigenen Stärken noch einmal klar zu benennen, mit jeder Perle, die sie aussuchen. Diese Erfahrung stabilisiert die Gruppe und wirkt ermutigend für die Einzelnen.

Die Heimat, die Familie, Freunde, die Palästina-Farben, die Kolleginnen, der Glaube, die Kinder, die Liebe und die Arbeitsstelle sind einige der

Ressourcen, welche benannt werden.



Donnerstag, 07.11.2019

Thema des Tages: Wie geschieht Integration?

Der Tag beginnt mit Morgengymnastik im Garten um 7.30 Uhr.

Nach einem Einstiegstanz wird wieder über die Lage im Land und Zuhause berichtet. Die aktuellen Sorgen bekommen Raum, um dann zum Tagesthema weitergehen zu können. Über eine musikalische Rückreise versuchen wir die Themen der vergangenen Seminareinheiten wieder in Erinnerung zu rufen: „Boden“, „Beziehung“, „Begegnung mit dem Trauma“. Daraufhin werden die Teilnehmerinnen in Kleingruppen

aufgeteilt und gebeten, sich auf ein Seminarmodul zu konzentrieren und einen Erinnerungsraum zu gestalten.

Es entstehen Räume von ca. 20 qm, in denen die vielfältigen Angebote und Übungen des jeweiligen vergangenen Moduls mit unterschiedlichen Mitteln dargestellt werden. So entstehen visuelle Eindrücke. Erinnerungen können auf verschiedenen Wahrnehmungsebenen erlebbar werden. Die Teilnehmerinnen stellen ihre Räume vor und im Anschluss kann jede Teilnehmerin individuell in ihrem Tempo und in der von ihr gewünschten Reihenfolge die Erinnerungsstationen besuchen und auf sich wirken lassen.

Im Austausch wird der Frage nachgegangen, was ist jetzt anders geworden? In der Reflexion der eigenen Veränderungen wird die Entwicklung bewusst. Viele Rückmeldungen kommen bzgl. veränderter Verhaltensweisen auch im beruflichen Kontext und in Alltagssituationen. Hierdurch kann auf der Erlebnisebene der Prozess der Integration eingeleitet werden.



Es gibt Meldungen über die Veränderung im Umgang mit den eigenen Gefühlen. So berichtet eine Teilnehmerin zum Beispiel: „Als ich zum ersten Modul kam, hatte ich so viel Wut in mir. Mein Rücken fing an zu schmerzen, sobald ich tanzen wollte. Ich habe entdeckt, dass ich in der Lage bin, mich abzugrenzen und eigene Entscheidungen zu fällen und auch durchzusetzen. Seitdem geht es mir viel besser“. Diese Teilnehmerin hat ihren Job gewechselt und eine Arbeit aufgenommen, die ihr sehr viel mehr liegt und deren Bezahlung auch besser ist.

Eine andere Teilnehmerin erklärte: „Ich habe eine ganz andere Art, mich zu bewegen, entwickelt. Es ist, als sei ich aus einem körperlichen Nichtvorhandensein aufgetaucht. Meine Gefühle nehme ich vielfältiger und differenzierter wahr und fühle mich sehr viel besser.“

Einige Teilnehmerinnen berichten, wie die Fähigkeit der Abgrenzung ihnen hilft, Verantwortungsbereiche neu zu überdenken. Sie sind nicht mehr für alle und alles zuständig.

Wichtig war bei fast allen die Erfahrung, sich selbst einen sicheren und geschützten Raum schaffen zu können, trotz der Überfülle an Themen und Anforderungen im Alltag.

Am Nachmittag wird die momentane politische Lage erneut thematisiert. Die Unsicherheit ist sehr groß, wohin steuert das Land? Kann in dieser Situation überhaupt ein Ausflug mit alle Teilnehmerinnen geplant werden? Das Bedürfnis den Zedernwald im Barouk zu besuchen wird intensiv diskutiert und der Programmablauf daraufhin geändert.

Anschließend bieten wir zwei Spiele an, die entweder zur Beruhigung oder genau für das Gegenteil - zur Aktivierung - einsetzbar sind. In einer erhöhten Stresssituation reagieren Menschen entweder mit erhöhter Wachsamkeit/Aktivierung des Nervensystems oder mit dem genauen Gegenteil: Hilflosigkeit oder Passivität. Wir bieten zuerst den „Spiegel-Tanz“ an (Förderung der Synchronisation) und danach das „Wäscheklammer-Klau-Spiel“ (Angriff-Verteidigung).

Als Abschluss einer intensiven Nachmittagseinheit mit vielen persönlichen Rückmeldungen zur Integration der Seminarinhalte wird im Pavillon des Gartens des Dar Assalam im Stil eines traditionellen Märchenerzählercafés die Geschichte: von der „Palme mit dem Stein im Herzen“ vorgelesen. Ein Gleichnis darüber, wie die Integration eines lebensbedrohlichen Ereignisses aussehen kann.



Da am Morgen im Zuge der Reflektion oftmals die verschiedenen Beobachtungen bzgl. des kleinkindlichen Bindungserlebens für das Verhalten im Erwachsenenleben benannt worden waren, ist es uns wichtig, die Zusammenhänge zwischen Bindung und späterem Beziehungsverhalten noch einmal ausführlich zu wiederholen und vertiefend zu ergänzen. Die Theorie, wie die kleinkindlichen Bindungsmuster die

Bindungserwartungen im Erwachsenenalter formt, wird mit freundlicher Erlaubnis der Forscherin Marianne Bentzen schriftlich ausgehändigt. Dr. Edward Badeen hat die Übersetzung ins Arabische übernommen.

Dardaschee am Abend:

Der Finanzmarkt, die Macht des Geldes und die Rolle des US-Dollars wird in der großen Runde besprochen. Wie konnte die bedrohliche wirtschaftliche Lage im Libanon entstehen? Und wie versteht man die weltwirtschaftlichen Zusammenhänge? Wie wird die Protestbewegung im Libanon eingeschätzt? Was kann das für die palästinensische Bevölkerung für Folgen haben und für die syrischen Flüchtlinge?

Freitag, 08.11.19

Der Tag ist den Themen der Supervision gewidmet

In der Morgenrunde wird wieder die momentane Lage im Libanon thematisiert. Eine Teilnehmerin berichtet, dass die Möglichkeit, Bargeld abzuheben, sehr stark eingeschränkt wird. Es droht ein Bankenkollaps, wenn zu viele Devisen außer Landes gebracht werden. Deswegen werden kaum noch Dollar herausgegeben. Die Teilnehmerinnen kommen nicht mehr an ihr Geld, können nicht abheben, können keine Überweisungen tätigen. Es besteht große Sorge, wie der Alltag in naher Zukunft bewältigt werden kann. Da wir wieder die Stimmungsschwankungen zwischen Hilflosigkeit und hoher Aktivität in der Gruppe auffangen müssen, bitten wir jede Teilnehmerin, mit Hilfe des inneren Beobachters zu versuchen, sich selbst zu stabilisieren. Weil nach und nach die Lösungsmöglichkeiten „was hilft mir jetzt, um mit der Situation um zu gehen?“ benannt werden, wird sichtbar, wie vielfältig die Bewältigungsstrategien aussehen können.

Anschließend arbeiten wir wieder mit zwei exemplarischen Spielen („Imaginäres Seilhüpfen“ und „Unterarm-Massage“). Eine Lösung für das Land kann hier nicht gefunden werden, aber einen Weg, sich selbst zu beruhigen, wird an diesem Morgen anhand des eigenen Erregungsniveaus geübt und verdeutlicht.

Das imaginäre Seilspringen basiert auf gutem Timing und Rhythmusgefühl. Damit kehrt wieder Struktur zurück in die Gefühle von Chaos, der Boden wird genutzt, es wird geatmet und gelacht und es braucht eine hohe Konzentration auf eine sehr konkrete Bewegung.

Die „Toucharbeit“ ist eine Form von Handmassage mit Öl. Diese Massage dient der Beruhigung und gibt ein Gefühl von Nähe in der zwischenmenschlichen Beziehung. Ohne Worte wird über die Berührungsarbeit kommuniziert.

Auch stellen wir die Aktivierungs-Ampel vor, eine Hilfe zur Selbsteinschätzung, um einzuschätzen wie hoch die Aktivierung der Einzelnen ist.

Nun endlich können die Supervisionsfragen gesammelt werden und die Supervision kann beginnen. Unter anderem werden folgende Fragen gestellt:

„Wie ist der Umgang mit „Triggern“ in der Therapie?“

„Wie kann ich mich verhalten, wenn ich meinen Klienten nicht mag?“

„Wo ansetzen bei einem Klienten mit Multisymptomen, wenn er mehrere Symptome aufweist?“

„Wie kann ich meine Erfahrungen in der Therapie sinnvoll in meinem Supervisionsteam weitergeben, wenn ich mit ganzheitlichen Methoden arbeite, die sie vielleicht nicht kennen?“

„Wie gehe ich mit meinen Kompetenzgrenzen um?“

„Wie kann ich mit Vorurteilen und Verurteilungen - vor allem von Seiten des Teams - umgehen?“

Wir gehen vertiefend auf das Phänomen „Trigger“ ein.

Mit Trigger (engl.: „Auslöser“) sind Sinneseindrücke gemeint, die in einem Menschen unangenehme Gefühle, Gedanken oder Verhaltensweisen hervorrufen, die von einer vergangenen oder anhaltenden negativen Erfahrung herrühren.

In Kleingruppen werden persönliche Erfahrungen mit „Triggern“ ausgetauscht und exemplarisch wird an einem von einer Teilnehmerin eingebrachten Fall gearbeitet.

Die Nachmittagseinheit beginnen wir mit einer gelenkten Imagination der sogenannten „Tresorübung“. Belastende Ereignisse, Gefühle oder Gedanken können weggepackt werden in einen Tresor, so dass die Belastung durch unangenehme Gefühle zunächst reduziert wird. Diese Übung ermöglicht, sich zu distanzieren und zu stabilisieren, und verhindert weitere Überflutung von überwältigenden Gefühle oder Gedanken. Später kann in sinnvollen Einheiten an diesen belastenden Erfahrungen und Gefühle gearbeitet werden.

Im Verlauf des Tages wird auf viele weitere Fragen eingegangen. Deutlich wird in diesem Zusammenhang, in welchem festgelegten, hierarchischen System im Libanon die Behandlungen stattfinden. Immer wieder tauchte die Problematik auf, wie mit Differenzen zwischen der Verordnung und dem Therapieplan des Arztes und den Eindrücken der Therapeutin umgegangen werden kann.

Um mit Klienten mit Multisymptomen zu arbeiten, ist die Frage der Gewichtung der Symptome entscheidend. Diskutiert wurde welcher Ansatz sinnvoller ist, zuerst die belastendsten Symptome in den Blick zu nehmen oder eher mit den leichter zu bearbeitenden Problemen zu beginnen und den Klienten nicht zu überlasten.

Die Frage „was tun, wenn ich meinen Klienten nicht mag?“ wurde mit Hilfe eines Rollenspiels aufgenommen. So konnte das Empathie-Niveau diagnostiziert werden. Kann ein Klient überhaupt ohne

emphatisches Empfinden von Seiten des Therapeuten behandelt werden oder muss eine andere Lösung gesucht werden?

Auch diesmal können wir am Ende dieses Tages eine schriftliche Übersetzung ins Arabische aushändigen, diesmal die Tresorübung. Zusätzlich verteilen wir zwei Skalen, bezüglich Emotionen und Erregungszuständen, die für die Arbeit hilfreich sind. Sie bieten eine Möglichkeit, um mit dem Klienten zu überprüfen, inwiefern sich nach einer Sitzung die Erregungslage oder die Gefühlslage verändert hat.

Zur Stärkung und Kraftbündelung bieten wir zum Abschluss des Tages die Tigerübung an, in der jede Teilnehmerin als Tiger ihr Territorium verteidigen muss.

Der Abend steht den Teilnehmerinnen zur freien Verfügung.



Samstag, 9.11.19

Ausflug zu den Baroukzedern

Die uralten Zedern sind im Al-Chouf-Zedern-Naturreservat zu finden, ca. 45 km nordöstlich von uns entfernt in den Baroukbergen. Wir waren schon einmal mit dieser Ausbildungsgruppe dort. Der Wunsch



den Ausflug zu wiederholen, kam von den Teilnehmerinnen. Dies überrascht und freut uns. Die ursprüngliche Planung mit den Teilnehmerinnen am Abend in die Stadt Saida zu fahren, um dort essen zu gehen, verwerfen wir. Ausgehen und Feiern ist in der momentanen Lage keine gute Idee.

Stattdessen ist der Ausflug in die Natur erholend. Abfahrt ist morgens um 8.00 Uhr. Diesmal sind die Frauen vorbereitet auf eine kleine Wanderung und möglicherweise kaltes Wetter. Wir planen zwei Übungen ein. Das Mittagessen soll erst nach der Wanderung um 14:00 Uhr stattfinden. Dies wäre vor anderthalb Jahren nicht möglich gewesen, die Teilnehmerinnen sind deutlich belastbarer und übernehmen mehr Verantwortung.



Während des Rundgangs an den ältesten Zedern Libanons vorbei bieten wir zwei Einheiten an. Eine Meditation unter den Bäumen, um den eigenen Wurzeln nachzuspüren, der eigenen Identität und des Eingebundenseins in den großen Kreislauf aller Lebewesen.

Als Überraschung werden Seifenblasen als therapeutisches Medium erklärt und erfahren. Die Teilnehmerinnen bekommen

alle die Möglichkeit, dieses Medium kennenzulernen: damit zu spielen, den Atem geschickt einzusetzen, den Umgang mit der Zartheit und Leichtigkeit der Seifenblasen zu erleben. Seifenblasen wirken erheitend und fördern die Interaktion. Dazu braucht es eine kontrollierte Motorik, um mit den Seifenblasen spielen zu können, wie etwa sie einzufangen, aufzufangen, weiterzugeben und hin- und herzuwerfen.



Der Verlust von Kontrolle und die Angst vor der Wiederholung eines Misserfolges spielen sehr häufig unbewusst eine hemmende Rolle

bei der gesunden Verarbeitung einer negativen Erfahrung. Seifenblasen zu kontrollieren ist eine auf Triumph ausgerichtete Intervention.

Das Wiedererlangen von Kontrolle in einer empfindlichen Situation ist in der Therapie mit traumatisierten Menschen von großer Bedeutung.



Nach der ca. zweistündigen Wanderung durch den Zedernwald endet der Ausflug mit einem gemeinsamen Essen in einem sehr schön gelegenen, einfachen Restaurant. Wir sind am Ende des Nachmittags wieder zurück in Dar Assalam.

Am Abend bieten wir im Foyer Einzelhilfe zu den bevorstehenden Abschlusspräsentationen an. Fragen und Ideen werden hier überprüft und geklärt, die Teilnehmerinnen freuen sich auf die Herausforderung.



Sonntag, 10.11.19

Tagesthema: Die Präsentationen der Teilnehmerinnen

Wir beginnen mit einer kurzen Einheit zum Start in den Tag. Der Schwerpunkt liegt auf Atemwahrnehmung und Spannungsabbau. Die Hälfte der Teilnehmerinnen werden an diesem Tag ihre Präsentation zeigen, die restlichen am folgenden Tag.

Aufgabe der Präsentation ist es, an einem Beispiel aus der Arbeit mit Menschen den Prozess eines Klienten zu beschreiben, an dem deutlich wird, was sich in der Entwicklung des Klienten verändert hat, seit die Teilnehmerinnen ihr Wissen aus der Fortbildungsreihe zur Anwendung bringen können.

Eine große Vielfalt an kreativen Präsentationen zu verschiedenen Arbeitsschwerpunkten wird nun an diesem Tag gezeigt:

Einige Beispiele wollen wir besonders hervorheben:

- Die Arbeit in einem Frauenzentrum im Flüchtlingslager mit einer Gruppe von Frauen mit Gewalterfahrungen:

Die Teilnehmerin zeigt in einem Gruppentanz die Entwicklung einer Frauengruppe die regelmäßig im Flüchtlingslager zusammenkommt. Die Teilnehmerin hat ihre eigene Position als Gruppenleiterin reflektieren können und deutlich verändert. Sie erfasst deutlicher, was die gewalterfahrenen Frauen brauchen, und demonstriert eine bessere Strukturierung des Angebots. Sie selbst ist klarer abgegrenzt, dadurch verlaufen die Interventionen weniger konfliktreich. Sie hat sich eine Co-Therapeutin dazu geholt, so dass die Frauen sich besser wahrgenommen fühlen. Es wird deutlich, dass die Gruppe von gewalterfahrenen Frauen sich nun besser auf die Angebote einlassen kann und die Frauen ebenso ihr eigenes Gewaltpotential besser kontrollieren können.

- eine Arbeit in einem Flüchtlingslager mit einer Gruppe von Frauen in schwierigen Lebenssituationen:

Es handelt sich um eine Gruppe von Frauen, die sich in schwer erträglichen Situationen befinden. Die Teilnehmerin demonstriert, wie sie mit verschiedenen Übungen zum Thema Selbstregulation den Frauen ein Gefühl von Selbstvertrauen und Selbstermächtigung vermitteln kann. Sie selbst hat an Selbstsicherheit im Umgang mit diesen sehr schwierigen Themen gewonnen, und strahlt eine für alle wahrnehmbare Zuversicht und Lebensfreude aus. Ein Vorher und Nachher wird deutlich sichtbar.

- die Arbeit mit einer hoch belasteten, alleinerziehenden Mutter:

Die Teilnehmerin ist schauspielerisch begabt und demonstriert eine Arbeit mit einer alleinerziehenden Mutter, die unter der Belastung zu zerbrechen droht. In den Übungen, die die Wahrnehmung für die eigenen Grenzen stärken, hat sie erfolgreich Prozesse in Gang setzen können, die der Mutter erlauben, sich besser gegenüber den Kindern zu behaupten, aber auch ihrer Umgebung ihre Hilfsbedürftigkeit deutlich zu machen. Die Gefahr der Erschöpfung ist reduziert. Die Teilnehmerin lebt selbst als Alleinerziehende und hat die Erfahrungen umsetzen können, die sie in der Fortbildung gemacht hat.

- die Behandlung einer postnatalen Depression:

Die Teilnehmerin zeigt in einem ausdrucksvollen Tanz die Unfähigkeit der Mutter, Beziehung zu ihrem Kind aufzunehmen. Über kreative Angebote, bewegen, malen, singen gelingt es ihr, der Mutter ein Gefühl für die Bedürfnisse ihres Kindes zu vermitteln. Sie darf sich selbst als kindlich erleben. Die Teilnehmerin selbst hatte eine Kindheit im Bürgerkrieg erlebt, in der sie sehr früh

Verantwortung für die mutterlose Familie hatte übernehmen müssen. Sie macht sichtbar, wie die Mutter ihre Wege aus der postnatalen Depression findet und eine echte Beziehung zu ihrem Kind aufbauen kann.

- die Behandlung einer erwachsenen Frau, die in der Anpassung an ihre Rolle als Frau und Mutter, die pubertäre Phase übersprungen hatte.:

Die Teilnehmerin spielt die Szene, indem sie einen inneren Dialog erlebbar macht. Sie zeigt eine Kommunikation zwischen einer Mutter und ihrer pubertierenden Tochter, die wohl so nie stattgefunden hat. Durch die Rollenspiele wurde es der Frau ermöglicht, den Konflikt zu verdeutlichen und eine veränderte Rolle für sich selber wahrzunehmen. Sie lernte sich selber besser zu regulieren, um ihren aktuellen Aufgaben als Mutter gerecht zu werden. Die Teilnehmerin selbst ist eine äußerst verantwortungs- und pflichtbewusste junge Frau, für die die Fortbildung die Gelegenheit war, ganz andere Seiten ihrer Persönlichkeit zu entdecken.

- die Überwindung der Fixierung auf ein Trauma:

Immer wieder wird bei verschiedenen Präsentationen deutlich, wie über den Tanz Fixierungen auf eingefahrene Verhaltensweisen, ausgelöst durch traumatische Erfahrungen, gelöst werden können. Tanz bietet die Möglichkeit sich selbst als kraftvoll, lebendig und kreativ zu erleben und gleichzeitig einbezogen in die Gemeinschaft. Im Ausdruckstanz formen sich neue Bilder von Identität und Eigenständigkeit. Einige Teilnehmerinnen zeigten in unterschiedlichen Präsentationen, wie sie mit Hilfe von Tanz an der Überwindung von Festschreibungen auf krankhaftes Verhalten gearbeitet haben.



Die Teilnehmerinnen haben mit Hilfe von Rollenspielen, Tänzten, Bildern und Gestaltungen die Prozesse der Klienten und der Therapeutinnen deutlich gemacht. Nach jeder Präsentation gab es eine Feedbackrunde mit wohlwollenden und kritischen Rückmeldungen.

Zur Abrundung folgt eine Dardasche am Spätnachmittag, um die gesehenen Präsentationen wert zu schätzen und die Frauen darin zu bestärken, ihre eigenen Wahrnehmungen und Meinungen weiter zu entwickeln.

Montag, 11.11.19

Tagesthema: Die Präsentationen der Teilnehmerinnen

Die Teilnehmerinnen sind hoch motiviert bei der Fortsetzung der Präsentationen, trotz der massiven Schwierigkeiten im Land - eine Großdemonstration wird für Dienstagvormittag vor dem Parlamentsgebäude in Beirut angekündigt. Das wirft die Frage auf, ob wir unsere Zertifikatsfeier am Dienstagmittag wie geplant in Beirut abhalten können. Das Team steht in ständigem Kontakt mit verschiedenen Informationsquellen. Die Teilnehmerinnen werden von uns über die Alternativen informiert:

- kein Ortswechsel - wir bleiben in Dar Assalam

oder

- das Vorziehen der Feier auf den Montagabend.

Erst nachdem von Seiten der Regierung die Parlamentssitzung für den Dienstag abgesagt wird, können wir die Entscheidung fällen. Wir werden nun nach Beirut fahren können.

Die Themen der Präsentationen an diesem Tag sind:

- Die beeindruckende Entwicklung von einer stark verwahrlosten Klientin wegen einer schweren Depression hin zu einer aktiven, auf Ressourcen aufgebauten Stabilität der Frau. Sie kann den Kontakt zur Außenwelt wieder aufnehmen und die Lethargie ablegen.
- Ein weiteres Thema, das in verschiedenen Variationen immer wieder vorkommt, ist der Konflikt zwischen Abhängigkeit und Autonomiebestreben. Auch dies ist ein persönliches Thema einiger Teilnehmerinnen, so dass sie sensibel damit arbeiten können. Dieses Thema wurde ebenso meistens tänzerisch dargestellt.

In einer weiteren eindrucksvollen Präsentation ging es darum, wie es einer desorganisierten Persönlichkeit hilft, durch das Setzen von Grenzen allmählich zu einer Verbesserung ihrer Alltagsgestaltung zu finden. Die Erfahrung, die eigenen Grenzen kennen zu lernen, Grenzen setzen zu dürfen, wurde von vielen Teilnehmerinnen im Kontext ihrer Arbeit aber auch in ihrem Privatleben, als sehr wesentlich beschrieben.





Für die Teilnehmerinnen ist es ungewöhnlich und eine wichtige Erfahrung, dass die Präsentationen nicht in ihrer Form bewertet werden. Es gibt eine große Vielfalt an kreativen Ideen, manche Teilnehmerinnen erzählen nur, andere haben einen großen Aufwand betrieben durch die aufwendige Herstellung von Requisiten, Kostümen und der genauen Auswahl der begleitenden Musik. Es geht in den Präsentationen nicht um eine künstlerische Darstellung, sondern um das Erkennen, welche therapeutischen Prozesse die Klienten und/oder Therapeuten durchlaufen haben. Die Kritiken betreffen eher Ergänzungen und Optimierungen der vorhandenen Herangehensweise.

Die Rückmeldungen sollen die Weiterentwicklung fördern, damit die Teilnehmerinnen sich auch in ihrem Prozess bestärkt fühlen. In der therapeutischen

Begleitung sollte die Bewertung möglichst draußen bleiben. Mögen die Symptome der Klienten noch so unverständlich oder unlogisch sein, sie sind meistens die bis dahin beste Lösung, um mit einem darunterliegenden Konflikt umzugehen.

Im Libanon wird sehr viel bewertet, die Benotung hat einen hohen Stellenwert. Die weichen Werte, wie sie in der Begleitung von Menschen benötigt werden, bilden meistens kein vordergründiges Kriterium.

Am späten Montagnachmittag bieten wir noch einmal theoretischen Hintergrund für die Integrationsphasen in einem therapeutischen Prozess an. Unter anderem werden folgend Fragen ausführlich behandelt:

- Wo passiert Integration und woran ist es zu bemerken?
- Wie geschieht sie und welche Angebote oder Fragen zielen auf Integration ab?
- Wie können die Veränderungen aussehen, nachdem eine Integration stattgefunden hat?

Anhand von Fragen und Beispielen der Teilnehmerinnen wird dies verdeutlicht.

Die Integration ist die letzte Phase eines therapeutischen Prozesses. Sie findet meistens im letzten Drittel des Kontakts statt. Es ist die Änderung, die auch im außen, im Alltag sichtbar wird.

Änderungsbeispiele:

Auf der autonomen Ebene können dies folgende Fortschritte sein:

- Die Phasen, in denen die Betroffene sich behaglich oder wohlfühlt, haben zugenommen.
- Der biologische Rhythmus von Tag und Nacht (Schlafstörungen) hat sich zum Positiven geändert.
- Die Stimme oder die Atmung, die Verdauung oder die Körperspannung haben sich verändert.

Auf der limbischen Ebene können dies folgende Veränderungen sein:

- Der Umgang mit den Gefühlen hat sich geändert, vor allem mit den Gefühlen wie Trauer, Wut und Freude.
- Das Beziehungsverhalten hat sich geändert.

Auf der corticalen Ebene können sich folgende Änderungen ergeben:

- Das Verständnis für sich selber oder für andere hat sich geändert.
- Reflexion ist möglich geworden.
- Der Umgang mit Kritik oder die Fähigkeit mit Entscheidungen zu treffen hat sich geändert.
- Impulse lassen sich besser kontrollieren.

Dienstag, 12.11.2019

Abschluss und Zertifikate

An diesem Morgen wird noch eine Übung zur Integration angeboten. Wir bitten die Teilnehmerinnen, einen Brief an sich selbst zu schreiben, der mit „Liebe..... „ anfangen soll. Diese Arbeit verlangt noch einmal viel Selbstreflexion darüber, was ich mir selber noch mal mitteilen will und was mir besonders wichtig geworden ist. Als letzte Feed-Back-Runde stellen wir den Teilnehmerinnen vier Fragen, die sie aber nicht alle beantworten müssen:

1. Was hat mich zufrieden gemacht?
2. Was hat mich unzufrieden gemacht?
3. Was habe ich gelernt?
4. Was hat mich überrascht?

Die wichtigsten Antworten haben wir hier zusammengetragen.

Zur ersten Frage:

- „Ich habe meine Ressourcen gefunden.“
- „Die Präsentationen waren sehr wichtig. Ich habe dadurch nochmal sehr viel mehr verstanden, nicht nur, weil ich mir klar machen musste, was meine Klienten nun gelernt hatten, sondern auch

beim Sehen der anderen Präsentationen habe ich lernen können, wie wichtig die offene Haltung und wie hinderlich eine vorgefertigte Meinung sein kann.“

- „Ich habe mich oft gefragt, warum die Module so aufgebaut waren. Bei der Rückschau habe ich es dann verstanden.“
- „Alle Angebote, die Übungen waren für mich sehr nützlich. Ich habe gelernt, mehr Verständnis für mich, aber auch für meine Klienten zu bekommen. Ich habe vielleicht nicht alles verstanden, es macht mich aber sehr zufrieden.“

Zur zweiten Frage:

- „Nicht alle wichtigen Gefühle, welche in der Arbeit eine Rolle spielen, habe ich in der Präsentation zeigen können, ich verstehe noch lange nicht alle, aber ich nehme sie immer mehr wahr, sowohl bei mir, als auch bei meiner Klientel.“
- „Ich hätte abends noch in Beirut arbeiten sollen, das war immer ein Konflikt, aber hier übernachten zu können, war sehr wichtig“
- „Die Präsentation war lästig aber nützlich. Ich hätte sogar noch mehr machen können.“
- „Die angespannte Lage im außen war belastend.“

Zur dritten Frage:

- „Die professionelle Arbeit braucht viel Veränderung in mir selber. Es hat mich überrascht, was ich von den anderen annehmen konnte, das hat mir sehr geholfen. Ich konnte zum ersten Mal alleine in einem Zimmer schlafen!!“
- „Ich habe wieder erlebt, wie wichtig die Beziehungen sind und wie wichtig es ist, nicht zu vergleichen.“
- „Ich habe jetzt eine Verbindung entwickeln können, ich verstehe die Welt der Gefühle viel besser und kann sie akzeptieren, egal ob gute oder schlechte Gefühle, bei mir oder bei Anderen.“
- „Ich habe verstanden zu trennen, welche Ängste kommen von innen und welche Ängste beziehen sich auf außen. Das ist sehr hilfreich, wenn ich Menschen begleite.“

Zur vierten Frage:

- „Die Kreativität ist eine wichtige Quelle, in den Präsentationen wurde dies sehr gut sichtbar.“
- „Ich habe in einer relativ kurzen Zeit sehr viel aufgenommen. Noch nie habe ich so schnell verstanden, das hängt mit den ganzheitlichen Methoden zusammen!“
- „Dieses letzte Seminar war anders, ich habe eine andere Spannung gespürt, mit der aktiven Nutzung der kreativen Methoden wurde die angespannte Situation, die momentan im Libanon herrscht, erträglich. Ich habe den kreativen Ansatz nochmal ganz anders schätzen gelernt“

- „Ich habe verstanden, dass das Trauma ein Teil meines Lebens ist und mir nicht immer meine ganze Aufmerksamkeit abverlangt.“
- „In der Arbeit mit Kindern ist es wichtig, nicht immer nur nach den Verletzungen zu schauen!“

Nach dieser Runde wird zusammengepackt, Mittag gegessen und direkt anschließend nach Beirut gefahren. In der Deutschsprachigen Evangelischen Gemeinde in Beirut stehen uns freundlicherweise die Kirche und der Gemeinderaum für die Feierlichkeiten zur Verfügung.

Die Teilnehmerinnen haben auch Familie und Freunde zur Feier eingeladen.

Wir gestalten eine sehr feierliche Zertifikatsübergabe. Jede Teilnehmerin bekommt im Beisein vom gesamten Team ihr Zeugnis überreicht, die Leitung der großen palästinensischen NGO „Najdeh“ ist extra zur Zeugnisübergabe angereist.

Wir schließen diese Seminarreihe mit einem gemeinsamen Gruppenfoto und einer kaum zu bremsenden Überschwänglichkeit: „Wann findet das nächste Seminar statt?“

Wir danken dem evangelischen Oberkirchenrat in Stuttgart und allen Unterstützern und Spendern ausdrücklich, nur so ist diese Arbeit möglich geworden.

Wir, die TrainerInnen sind dankbar, dass wir auf diesem Wege eine kleine Hilfe leisten konnten für Menschen in diesem so sehr belastetem Land.

Edward Badeen, Ruth Simon Weidner und Friederike Weltzien

