

Berlin, Dezember 2019

## **Aktionsbericht 2019 von INTER HOMINES**

**Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Freundinnen und Freunde,**

Mara (Name und Angaben verfremdet) ist 20 Jahre alt und kommt aus einem afrikanischen Land, in dem ihre Familie politisch verfolgt wurde; heute leben sie zusammen in einer Gemeinschaftsunterkunft im Land Brandenburg. Vor drei Jahren wurde Mara von einem ehrenamtlichen Helfer wegen auffälliger Traurigkeit, Zurückgezogenheit und Essstörungen an Inter Homines vermittelt. Es zeigte sich rasch eine depressive Erkrankung mit deutlicher Suizidalität. Die Jugendliche sollte daraufhin in eine psychiatrische Klinik überwiesen werden, was aber erst nach Monaten und unter hohem persönlichen Einsatz des Helfers gelang; zwischenzeitlich hatte sie sich selbst schwere Verletzungen zugefügt gehabt. In der Klinik wurde eine tiefgreifende Störung diagnostiziert und es erfolgte eine medikamentöse Behandlung, später eine Nachsorgemaßnahme. Vor zwei Jahren konnte die Psychotherapie mit Mara dann endlich beginnen. Entsprechend der Diagnose gestalteten die Gespräche sich zunächst anspruchsvoll bis schwierig, aber nach einiger Zeit konnte die junge Klientin die Therapie zunehmend dafür nutzen, eine persönliche Problematik, die sie jahrelang schwer belastet hatte, auszusprechen und weitgehend hinter sich zu lassen. Mara war auf einmal „über dem Berg“, auch wenn es immer wieder zu „Tal- und Schlingerfahrten“ kam, die indes immer flacher und ausgeglichener wurden. Nach einem dreiviertel Jahr konnte die Therapie schließlich beendet werden, und Mara berichtete von einer erlebten Verbesserung ihrer seelischen Problematik um 100 %: Sie fühle sich nicht mehr so stark belastet, habe endlich Freude am Leben gefunden, sei viel kontaktfreudiger geworden, schaue zuversichtlich in die Zukunft und wolle nun eine Ausbildung zur Zahnarzhelferin machen. Doch sind solche erfreulichen Therapieergebnisse, zumal bei Jugendlichen, auch anhaltend? Vor ein paar Wochen, über ein Jahr nach Therapieende, kam Mara zum katamnestischen Nachgespräch und berichtete lächelnd und in merklich besserem Deutsch, sie fühle sich jetzt sogar „um 120 % besser“ als zu Therapiebeginn, sei mitunter richtig glücklich: Sie habe mit einer Berufsausbildung zur Fachverkäuferin begonnen, was eine schöne Herausforderung für sie bedeute, und habe dafür vor einiger Zeit, „als erste in der Familie“, eine Aufenthaltserlaubnis erhalten. Vor allem in Anbetracht der ursprünglichen Diagnose wirkte die Jugendliche im Nachgespräch erstaunlich vernünftig, seelisch gefestigt

und durchweg zuversichtlich – bei allen nicht einfachen Lebensumständen, die sie immer noch bedrücken, einschließlich bestimmter körperlicher Beschwerden.

Der Verlauf bei Mara ist sicherlich ein erfreulicher Ausnahmefall, nicht alle unsere Kurzzeit-Psychotherapien und psychosozialen Beratungen verlaufen so erfolgreich, aber in 57 % der Therapien wird doch eine *Grundstabilisierung* (erlebte Verbesserung um mindestens 70 %), in 30 % immerhin eine *Basisstabilisierung* (erlebte Verbesserung um mindestens 50 %) erreicht. In 88 % der Fälle hält sich das Ergebnis ein bis zwei Jahre nach Therapieende, und meistens verbessert es sich sogar, so wie bei Mara; was die (traumatischen) Belastungen im engeren Sinne betrifft (z.B. Grübeln oder Alpträume) liegt dieser Wert gar bei 94 %. (Zur Auswertungsmethodik siehe [www.inter-homines.org/IH-Brandenburg.pdf](http://www.inter-homines.org/IH-Brandenburg.pdf).) Alle hoch-, mittel- und niederschweligen Angebote zusammengenommen, konnten wir in 2019 mehr als 180 Menschen unmittelbar versorgen. Zählt man die mittelbar Begünstigten, also Partner, Kinder und nahe Bezugspersonen hinzu, so wurden über 450 Menschen, darunter viele Kinder, mit unseren gesundheitlichen Hilfen zur Selbsthilfe erreicht.

Diese psychosoziale und therapeutische Arbeit wird ermöglicht durch unsere mehrjährigen Förderer, das *Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie des Landes Brandenburg*, die *UNO-Flüchtlingshilfe* sowie *Amnesty International*, bei denen wir uns an dieser Stelle sehr herzlich bedanken möchten. Seit Juli haben wir zudem eine Förderzusicherung vom *Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds (AMIF) der Europäischen Union* erhalten, wofür wir ebenfalls höchst dankbar sind. Unsere vierjährige Aufbauphase betrachten wir mit dieser Förderzusage als erfolgreich abgeschlossen und möchten uns nun weiterhin als Kompetenzzentrum für politische Traumatisierung – vorrangig für Geflüchtete, die von schweren Menschenrechtsverletzungen betroffen sind – konsolidieren.

Diese erfreuliche Entwicklung wäre nicht möglich gewesen ohne die jahrelange wertvolle und engagierte Mitarbeit von *Dipl.-Päd. Schohreh Baddii*, bei der wir uns an dieser Stelle ganz herzlich bedanken möchten; ab dem nächsten Jahr wird sie sich nun anderen Aufgaben widmen. Den hochkompetenten und großteils ehrenamtlichen Aufbau der psychosozial-rechtlichen Beratung über zweieinhalb Jahre verdanken wir *Dipl.-Phil. Karin Hopfmann*; seit Juli wurde dieser wichtige Aufgabenbereich von dem im psychosozialen Bereich erfahrenen *Staatswissenschaftler Nima Feyzi Shandi* übernommen. Besonders erfreulich ist, dass wir seit dem Sommer mit *Fachärztin Mehri Hasiri* (Allgemeinmedizin, psychosomatische Grundversorgung) auch ärztliche Expertise im Team haben, was sich schon in etlichen Fällen als sehr hilfreich erwiesen hat. Und seit kurzem steht uns mit *Dr. med. Karl Heinz Holzmann, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychoanalyse* nun auch ein externer Konsiliarpsychiater zur Verfügung, der dankenswerterweise die oft unerlässliche pharmakotherapeutische Versorgung für unsere KlientInnen übernimmt.

Auch in diesem Jahr wurden wieder *vier Inter Homines-Gesprächsabende* durchgeführt. Am 08. Mai, dem Frauentag, diskutierten wir anhand eines Testimonios, also einem therapeutisch erarbeiteten Zeitzeugenbericht, mit JournalistInnen über *die sehr schwierige Situation von geflüchteten Frauen aus Tschetschenien*, woraus zwei Zeitungsartikel entstanden. Im Juli berichte-

te Fachärztin Mehri Hasiri, die seit 2018 ein Versorgungsprojekt speziell für Geflüchtete leitet, über *allgemeinmedizinische und psychosomatische Besonderheiten* bei diesem Klientel. Im August stellten wir das *Empowerment-Tanzen* vor, eine komplexe Anti-Stress-Übung, die bei Inter Homines speziell für traumatisierte Geflüchtete entwickelt wurde und die bei regelmäßiger Anwendung spürbare gesundheitliche Verbesserungen bewirkt. Und im November stellte **Dr. med. Martin Auerbach**, klinischer Direktor von *AMCHA Israel, psychosoziale Hilfe für Überlebende des Holocaust und ihre Nachkommen*, den psychosozial-therapeutischen Ansatz der Einrichtung mit 15 Zentren vor. Besonders betont wurde die Bedeutung von Solidarität und Anerkennung. (Die Videoaufnahme des Gesprächs wird Anfang nächsten Jahres von unserer Website abrufbar sein.)

Außer dem gesundheitlichen hat Inter Homines auch einen wissenschaftlichen Anspruch auf internationaler Ebene. Entsprechend wurden unsere drei bereits in der führenden Fachzeitschrift „Trauma & Gewalt“ veröffentlichten *therapeutischen Basistexte* – sie beschreiben das Vorgehen *vor, während* und *nach* der narrativen Traumaexposition – nunmehr *ins Englische übersetzt* und sind bald frei von unserer Website abrufbar. Mit der Arbeit an unserem ersten englisch-sprachigen *Webinar* in Form eines YouTube-Videos wurde begonnen, im nächsten Jahr sollen weitere folgen. Ebenso in Vorbereitung ist ein *Fachartikel über die Muttersprachliche psychosoziale Gesundheitsberatung*, ein mittlerweile gut bewährtes mittelschwelliges Angebot, das dankenswerterweise auch in den nächsten beiden Jahren vom Land Brandenburg gefördert wird.

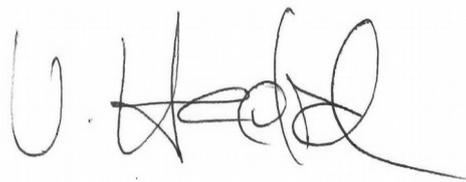
***Die erfolgreiche therapeutische, psychosoziale, wissenschaftliche und öffentliche Arbeit von Inter Homines soll im Jahresprojekt 2020 fortgesetzt, erweitert und vertieft werden***, etwa mit einer Fortbildung speziell für DolmetscherInnen im psychosozial-therapeutischen Bereich in Verbindung mit psychosozialer Gesundheitsberatung. Dafür und für das Gesamtprojekt möchten wir Sie um eine Spende für unseren gemeinnützigen Verein auf das im Briefkopf angegebene Konto bitten. ***Ihre Spende hilft politisch verfolgten und schwer belasteten Menschen in Brandenburg zur gesundheitlichen Selbsthilfe und damit zur gelingenden Integration in Deutschland.***

Im Namen von INTER HOMINES wünschen wir Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit und ein gesundes Neues Jahr!

Mit herzlichen Grüßen,



Dr. Freihart Regner



Dr. Ulrike Heckl

Für den Vorstand von INTER HOMINES