

## Aktionsbericht 2022 von INTER HOMINES

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

die über eineinhalbjährige Psychotherapie mit Herrn Kalenov aus der Russischen Föderation, kaukasische Teilrepublik (Angaben verfremdet), konnte vor kurzem mit einer subjektiv erlebten Verbesserung von mehr als 70 % abgeschlossen und somit das Maximalziel der Grundstabilisierung erreicht werden. „Was hat Ihnen bei dieser deutlichen Verbesserung am meisten geholfen?“, so lautet immer unsere allgemeine Eingangsfrage beim Auswertungsgespräch in der letzten Therapiesitzung. „Dass ich meine Gedanken frei äußern und aus der psychologischen Rückmeldung meine eigenen Schlüsse ziehen konnte“, antwortete der Klient. **„Freiheit ist mir sehr wichtig.** Wir haben über ganz verschiedene Themen gesprochen, kamen aber doch immer wieder auf meine persönlichen Belange zurück. Und so konnte ich im Laufe der Monate innere Barrieren überwinden und mich gleichsam frei sprechen.“ Solches **Sich-frei-Sprechen** ist besonders bedeutsam, wenn das ganze Leben durch innere und äußere Zwänge geprägt ist, am stärksten durch Kriegs- und Verfolgungsereignisse, wie sie im Kaukasus seit Jahrzehnten an der Tagesordnung sind. Der völkerrechtswidrige Überfall Russlands auf die Ukraine am 24. Februar dieses Jahres hat dazu das Seinige beigetragen und war auch ein Thema in der Therapie: „Jetzt kommen diese alten, schon lange vergessen geglaubten Kriegserinnerungen wieder bei mir hoch. Für die Kriegsflüchtlinge aus der Ukraine habe ich zwar sehr viel Verständnis und helfe auch gerne, wo ich kann – aber warum werden sie von Deutschland so bevorzugt behandelt, wenn wir doch ganz ähnliches erlitten haben? Und was wird mit unseren jungen Männern, die jetzt zum Kämpfen in die Ukraine geschickt werden?!“

Der Ukraine-Krieg ist Teil einer **Polykrise**, mit der sich die Weltgemeinschaft spätestens seit diesem Jahr konfrontiert sieht und an deren Spitze zweifellos die Klimakatastrophe steht. Anders als im letzten Aktionsbericht befürchtet, scheint die Corona-Pandemie nun zwar einigermaßen überwunden, aber dafür gibt es jetzt wieder einen Krieg in Europa und in dessen Folge eine Hunger-, Energie- und Inflationskrise. All diese höchst schwierigen Entwicklungen bringen überdies politische Verwerfungen und neue Flüchtlingsströme mit sich, auf die wiederum mit psychosozial-therapeutischen Angeboten reagiert werden muss. Ein Hoffnungszeichen stellen hingegen die im September begonne-

nen *Proteste im Iran unter dem Slogan „Frau – Leben – Freiheit“* dar, die durch den von der „islamischen Sittenpolizei“ herbeigeführten Tod der 22-jährigen Jina Mahsa Amini ausgelöst wurden. Und selbst der extreme Überwachungsstaat China wurde unlängst von einer *Protestwelle gegen die rigorose Null-Covid-Politik der Xi-Regierung* ergriffen, hinter der sich bei vielen Protestierenden offenbar eine tiefsitzende Unzufriedenheit über das totalitäre kommunistische Regime verbirgt. All dies zeigt: Die Menschenrechte im allgemeinen und das Recht auf Gesundheit im besonderen sind keinesfalls „westliche Werte“, als welche sie in der ideologischen Propaganda oftmals dargestellt werden. Vielmehr handelt es sich bei den *Menschenrechten um unteilbare Fundamentalrechte und ein weltweites Freiheitsethos*, das von gewissen politischen, religiösen und kulturalistischen Ideologien zwar verachtet wird, für welches die allgemeine Bevölkerung aber unter Einsatz ihres Lebens eintritt und sich hoffentlich die Geltung dieser ihrer unveräußerlichen Rechte noch erstreiten und erkämpfen wird.

Inter Homines hat ab dem 01.01.2022 qua vorzeitigem Maßnahmebeginn mit seinem *zweiten, diesmal dreijährigen Projekt* begonnen, welches vom *Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds der Europäischen Union (AMIF)* sowie vom *Land Brandenburg* gefördert wird (zur vierteiligen inhaltlichen Schwerpunktsetzung siehe den letzten Aktionsbericht). Für die nunmehr sechsjährige und bis Ende 2024 dann achtjährige Förderung durch das Bundesland bedanken wir uns ebenso herzlich wie für die stets sehr vertrauensvolle, kooperative und konstruktive Zusammenarbeit mit dem *Sozial-Integrationsministerium (MSGIV)* sowie dem *Landesamt für Soziales und Versorgung (LASV)*. Der AMIF-Förderantrag konnte aus formalen Gründen leider erst ab August gestellt werden und befindet sich derzeit noch in der Prüfungsphase, deren Abschluss im Frühjahr wir indes zuversichtlich entgegensehen. Die Finanzierung des Projekts war in 2022 daher nur teilweise gesichert, weshalb wir uns gezwungen sahen, gewissermaßen „mit angezogener Handbremse“ zu arbeiten. Dennoch konnten in diesem Jahr *mehr als 180 Geflüchtete* mit unseren psychotherapeutischen und psychosozialen Hilfen zur Selbsthilfe unmittelbar erreicht werden, darunter auch etliche Kinder und Jugendliche, die wir seit Herbst mit nunmehr zwei spezialisierten Fachkräften (muttersprachlich) beraten können. Rechnet man noch die mittelbar Begünstigten hinzu, wie Partner, Kinder und nahe Bezugspersonen, so konnten wir *in 2022 mehr als 450 geflüchteten Menschen* helfen.

Unsere inhaltliche Arbeit wurde im Juli mit dem Artikel *„Muttersprachliche psychosoziale Gesundheitsberatung (MPSGB) für seelisch belastete bis schwer traumatisierte Geflüchtete im Land Brandenburg“* in dem Schwerpunktheft „Psychische Gesundheit geflüchteter Menschen“ der Fachzeitschrift „Trauma & Gewalt“ vorgestellt (englische Fassung frei abrufbar unter [www.inter-homines.org/NPSHC-english.pdf](http://www.inter-homines.org/NPSHC-english.pdf)), dem Organ u.a. der *Deutschen Gesellschaft für Psychotraumatologie (DeGPT)*. Ein daran anschließender Fachartikel über die *MPSGB speziell in Corona-Pandemiezeiten* kann Anfang nächsten Jahres von unserer Website abgerufen werden. In Vorbereitung ist ein *Fachartikel zum „Haus der Gesundheit“*, unser psychoedukatives und psychosoziales Interventionskonzept, das sich in den letzten Jahren in der praktischen Arbeit herausgebildet und bestens bewährt hat. „Haben Sie vielleicht schon einmal dabei geholfen, ein Haus zu bauen?“, so lautet hierbei die einführende Frage. „Dann wissen Sie ja, dass man ein Haus nicht in die Luft bauen kann, sondern

dass es ein stabiles Fundament braucht. Und da ein gewöhnliches Haus vier Wände hat, brauchen wir auch vier Eckpfeiler, damit wir darauf gemeinsam das Haus Ihrer psychosozialen Gesundheit errichten können.“ Diese vier Grundpfeiler sind: 1. *Medikation*. Auch wenn wir nicht primär auf Medikamente setzen, so benötigt doch mehr als die Hälfte unserer Klientinnen und Klienten Psychopharmaka oder andere Medikation. Hier hat es sich als sehr vorteilhaft erwiesen, dass wir in enger fachlicher Verbindung mit einer Allgemeinärztin, einer Psychiaterin und zwei Psychiatern stehen. 2. *Körperliche Selbstfürsorge*. Unsere mehrjährige multidisziplinäre Erfahrung zeigt, dass Körperübungen außerordentlich wichtig für die psychosoziale Gesundheit sind, aber dennoch häufig vernachlässigt werden! Wissenschaftliche Studien zeigen, dass Medikamente damit ersetzt oder die Dosis zumindest verringert werden kann. Wir haben dazu speziell das *Empowerment Dancing* entwickelt, eine komplexe Anti-Stress-Übung, die bei YouTube abgerufen werden kann und die wir allen unseren KlientInnen zeigen. 3. *Tagesstruktur*. Das mehrjährige Wohnen in einer Gemeinschaftsunterkunft bei ungesichertem Aufenthalt kann den Verlust eines geregelten Tagesablaufs mit sich bringen, was sich auf Dauer nachteilig auf die körperliche und seelische Gesundheit auswirkt. Deshalb sollte hier Unterstützung geleistet werden, etwa durch den beharrlichen Hinweis auf die hohe Bedeutung täglichen Deutschlernens für die Integration, auch wenn gerade kein offizieller Deutschkurs angeboten wird. 4. *Zukunftsperspektive*. Wegen traumatischer Belastungen aus der Vergangenheit sowie diversen aktuellen Problemlagen entwickeln viele Geflüchtete keine angemessene Zielvorstellung für ihr Leben in Deutschland. Eine solche multioptional zu besprechen, gegebenenfalls aufzuzeichnen und einprägsam zu imaginieren kann hier sehr förderlich sein.

***Mit all diesen konzeptuellen Neuerungen soll die erfolgreiche therapeutische, psychosoziale, wissenschaftliche und öffentliche Arbeit von Inter Homines in 2023 fortgesetzt und erweitert werden.*** 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 in besonders schwierigen Zeiten eine besinnliche Weihnachtszeit und ein gesundes Neues Jahr!

Mit herzlichen Grüßen,

  
Dr. Freihart Regner

  
Dr. Ulrike Heckl

Im Auftrag des INTER HOMINES-Vorstandes