

Folter und Krieg

Konfrontation mit dem Abgrund des Bösen

**Überlebende Folteropfer
beschreiben sich oft als »lebendig tot«.**

Welcher Sinn trägt da noch?

**Therapie kann helfen,
aber ihre Erfahrungen fordern auch
die Theologie heraus, sich den
menschlichen Abgründen zu stellen.**

»Ich bin müde.« [...] »Ich weiß. Es ist schwer,
so viele Tote auf den Schultern zu tragen.«
(Elie Wiesel)

● Herr Bielo, ein bosnischer Flüchtling, der in einem westlichen Land Aufnahme gefunden hat, stellt sich beim Arzt mit einer Visitenkarte vor, auf der ein Foto von ihm als Lagerhäftling abgebildet ist. Er identifiziert sich mit dem abgemagerten und geschundenen Mann, der er vor Jahren während des Krieges im Lager war. Im Laufe der Therapie vertraute er den Therapeutinnen und Therapeuten Verschiedenes von dem an, was er während des Krieges an Schrecklichem erlebt hatte. Herrn Bielos Erfahrungen stellen ein Beispiel aus tausenden dar, wie Menschen gedemütigt, geschlagen, mit dem Tode bedroht wurden. Sie haben nicht nur selber Gewalt erlitten, sondern sie wurden auch Zeugen von Vergewaltigungen und Morden. Im Krieg haben die meisten Familien Angehörige verloren. Für die Überlebenden ist vor allem unerklärlich und erschütternd, wie ehemalige Nachbarn und Bekannte, mit denen sie vorher problemlos zusammengelebt hatten, im Krieg plötzlich zu Peinigern und Mördern werden konnten.

Traumatische Reaktion

● Wenn Herr Bielo erzählt, wie er noch heute unter den Folgen des Kriegs leidet, finden wir die typischen Symptome einer traumatischen Reaktion: In sich aufdrängenden Erinnerungen, im Handeln oder Fühlen, als ob das Ereignis wieder gegenwärtig wäre, wird das Trauma auf eine sehr belastende Weise immer wieder erlebt (Intrusion). Geräusche, Gerüche, Berührungen, Bilder können solche Nachhallerinnerungen oder Flashbacks auslösen. In Alpträumen steigt das Erlebte mit heftigen motorischen Reaktionen verbunden wieder auf.

Die Folge dieser intrusiven Erinnerungen ist ein gesteigertes Erregungsniveau mit vegetativer Übererregtheit, Schreckhaftigkeit und Schlaflosigkeit. Durch das plötzliche Erinnern können dramatische Panikreaktionen sowie Aggressionen ausgelöst werden.

Als Reaktion auf die belastenden Symptome versuchen die Betroffenen gedanklich, gefühlschaft und im Verhalten Situationen zu vermeiden, die das Wiedererleben des Traumas auslösen

könnten. Dieses Vermeidungsverhalten kann sich auf Gedanken und Gespräche, Aktivitäten, Orte und Menschen beziehen. Verschiedene Symptome von Gewaltopfern können als Vermeidungsverhalten gedeutet werden: Interessesverlust, Abstumpfung der Gefühle, Genussunfähigkeit, Isolierung und Entfremdung, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen. In dieses Gebiet gehören auch die dissoziativen Zustände. Dies sind Erlebnisweisen während oder als Folge von traumatischen Situationen, in welchen eine Spaltung von Bewusstseinszuständen auftritt. Es entsteht zum Beispiel das Gefühl, nicht

*»das Gefühl,
nicht im eigenen
Körper zu sein«*

im eigenen Körper zu sein, beziehungsweise den Körper nicht zu spüren. Wirklichkeit und Personen können verkannt werden. Traumartige Zustände und teilweiser oder vollständiger Gedächtnisverlust können auftauchen. Die verschiedenen Vermeidungsverhalten sind Formen der Bewältigung, welche die Persönlichkeit vor überschwemmenden Erinnerungen und vor dem drohenden Integritätsverlust zu schützen suchen. Die Vermeidung trägt jedoch auch wesentlich dazu bei, die Symptome zu chronifizieren.

Hinter der traumatischen Reaktion steht das an sich gesunde Muster der Flucht-Kampf-Reaktion, mit dem der Mensch Bedrohungen und Belastungen begegnet. Wenn aber die Belastung jedes erträgliche Maß übersteigt, versagt dieses Muster. Es gleicht einer Feder, die überspannt wird und bricht. Sie verliert ihre Elastizität und Kraft.

Die traumatische Reaktion ist meistens begleitet von emotionalen Symptomen wie Scham- und Schuldgefühlen oder Depressionen, Selbst-

wertverlust oder Persönlichkeitsveränderungen. So wird z.B. vermehrtes Misstrauen verbunden mit Reizbarkeit und sozialem Rückzug beobachtet.

Das Unheimliche des Destruktiven

● Klinische Symptome lassen sich beschreiben. Was jedoch in Überlebenden von Folter und Krieg vor sich geht, ist uneinfühlbar. Sehr häufig beschreiben sich Menschen im Anschluss an die Foltererfahrung als »lebendig tot«. Sie kommen sich vor, wie wenn sie den eigenen Tod überlebt hätten. Sie selber fühlen sich selber fremd. Das berühmte Wort von Jean Améry trifft zu: »Wer der Folter erlag, kann nicht mehr heimisch werden in der Welt.« Diese Entfremdung vom Leben wirkt sich in allen Dimensionen des Lebens aus. Die Entfremdung wird elementar als gestörtes Körpergefühl erfahren. Ein Mann, der schlimmsten Terror überlebt hat, gibt auf die Frage, wo er sich in seinem Körper wohl fühle, zur Antwort: »Wie kann ich mich wohlfühlen nach all dem, was ich erlebt habe?« Im Roman »Gezeiten des Schweigens« lässt Elie Wiesel einen Offizier seinem gefangenen Opfer mit zynischen

*»Wer der Folter erlag,
kann nicht mehr
heimisch werden in der Welt.«*

Worten schildern, wie sich die Folter in seinem Körper auswirken wird:

»Welch fabelhaftes Schauspiel! Der Wahnsinn fängt bei den Beinen an und durchdringt allmählich deinen Körper: Nach und nach nimmt er Besitz von dir: von deinen Schenkeln, deinen Hüften, deinem Bauch, deiner Brust, deinem Hals, deinem Mund, deinen Augen. Und dann

bricht er aus, der Wahnsinn: eine Kristallvase, die an einem Stein zerschellt. Ich habe es gern, wenn etwas splittert, wenn etwas seine Form wechselt. Auch dein Körper wird seine Einheit verlieren. Er wird nur noch ein zusammengewürfelter Haufen sein. Deine Beine, deine Arme, deine Zunge werden keine Verbindung mehr miteinander haben: Jedes Glied wird sich beliebig bewegen. Sie werden dich los sein.«¹

Die Entfremdung zeigt sich auch im psychischen Zustand und in der sozialen Situation. Vielen Gefolterten ist auch nach der Freilassung kein frei bewegliches Leben mehr möglich. Jahrelang – sehr oft lebenslänglich – bleibt das Grundgefühl eingesperrt zu sein. So beobachten wir Menschen, die nicht mehr fähig sind, aus dem Gefängniszustand herauszukommen. Sie führen entweder ein isoliertes Leben in den eigenen vier Wänden wie in einer Gefängniszelle oder sie ernähren sich noch nach Jahren in der Freiheit gleich wie im Gefängnis.

Viele Überlebende von Folter und Krieg fliehen in andere Länder. Die Trauma- und Trauerverarbeitung wird durch die Migration zusätzlich erschwert. Der Verlust an Kultur, Sprache und politischer Zugehörigkeit, an Arbeit, an sozialen Beziehungen und Sozialstatus verbindet sich mit Konflikten in der Exilgesellschaft (z. B. Fremdenfeindlichkeit) und in der Familie. Diese Rollenkonflikte belasten stark, sie untergraben den Selbstwert und führen zu neuen Demütigungen.

Die Existenz von vielen dieser Opfer ist zutiefst erschüttert. Jeder Wertmaßstab ist durcheinander geraten. Sinnstiftende Erfahrungen in Beziehungen und Religion können verloren gehen. Viele haben nichts mehr, woran sie sich innerlich halten können.

Doch dürfen wir nicht beim Einzelnen und seinem Leiden stehen bleiben; dieses Leiden ist nicht ohne äußeren Bezugsrahmen zu verstehen.

Sonst wird das, was ihm widerfahren ist, zu einem persönlichen Problem gemacht. Die Anwendung von Folter geschieht immer in einem gesellschaftspolitischen Zusammenhang. Meist wird die Anwendung von Folter durch staatliche Sachzwänge legitimiert, sei es um die Preisgabe

»Folter geschieht immer in einem gesellschaftspolitischen Zusammenhang.«

von Informationen oder den Verrat von Gleichgesinnten zu erzwingen. Dies sind jedoch oft mehr vordergründige Ziele einer Folter. In erster Linie ist die Folter das Unterdrückungsinstrument einer herrschenden Gruppe und dient der Durchsetzung ihrer Eigeninteressen und der Machterhaltung. Folter beabsichtigt die Zerstörung der Persönlichkeit ihrer Opfer, nicht deren Tod. Diese werden eingeschüchtert, isoliert und gequält, bis sie ihre ursprünglichen Lebensziele und -ideale nicht mehr verfolgen können. Als gebrochene Existenzen sollen sie für andere zur Warnung und zum abschreckenden Mahnmal werden.

Kohärenzgefühl

- Was hilft dem Menschen diese Destruktion durch das Böse, wie sie in Folter und Krieg erfahren wird, zu überstehen? Der israelisch-amerikanische Medizinsoziologe Aaron Antonovsky hat in Israel KZ-Überlebende untersucht und sich die Frage gestellt, warum ein Teil der Überlebenden der Nazi-Verfolgung unter schweren psychischen Folgen zu leiden hatte und z.T. in der Folge auch körperlich ernsthaft erkrankt ist, während ein anderer Teil die gleichen Schrecken ohne sichtbare Krankheitsfolgen überlebte.² Antonovsky hat die Faktoren untersucht, die für die

Menschen von Bedeutung waren, die bei gleicher Belastung gesund geblieben sind. So hat er als Gegenstück zu dem traditionellen medizinischen Konzept, das an der Pathologie, d.h. an den krankmachenden Faktoren, orientiert ist, das Modell der »Salutogenese« entwickelt. Das Konzept der Salutogenese beschreibt Kräfte, die dem Individuum helfen, Gesundheit zu entwickeln, und die seine Fähigkeiten fördern, mit den Belastungen des Lebens erfolgreich umzugehen. Zentraler Begriff dieses Modells ist der »Sense of Coherence« (SOC) oder das »Kohärenzgefühl«. In den Grausamkeiten des Krieges oder in der politischen Verfolgung mit Folter und Vernichtung von bestimmten Volksgruppen oder politischen Gruppierungen wird der Verlust der menschlichen Kohärenz körperlich, psychisch und sozial angestrebt. Zum Über-

»Bewahren des inneren Zusammenhangs«

leben in solchen Situationen ist das Bewahren des inneren Zusammenhangs von entscheidender Bedeutung. Das Kohärenzgefühl nach Antonovsky beschreibt eine Lebenshaltung, die in den ersten Lebensjahren entsteht. Diese Grundorientierung ist eine Basis von Vertrauen in sich selbst und in die Umwelt, eine innere Sicherheit, welche überdauert und sich dennoch neuen Anforderungen anpassen kann. Das Kohärenzgefühl ist die Grundeinstellung, mit welcher der Mensch unvorhersehbaren und belastenden Ereignissen begegnet. Es weist drei Dimensionen auf:

- Die Ereignisse im Leben folgen einer inneren und äußeren Struktur. Sie können vorhergesehen und eingeordnet werden (Überschaubarkeit oder Comprehensibility).
- Um den neuen Anforderungen erfolgreich begegnen zu können, sind auch unter Belastung

persönliche, familiäre und soziale Ressourcen ausreichend verfügbar. Es besteht das Vertrauen, künftige Lebensaufgaben meistern zu können (Handhabbarkeit oder Manageability).

- Künftige Ereignisse können als sinnvolle Aufgaben gesehen werden. Es geht um die Fähigkeit, auferlegte Belastungen als Herausforderung zu verstehen, für die es sich lohnt, sich einzusetzen (Sinnhaftigkeit oder Meaningfulness).

Das Kohärenzgefühl setzt sich aus inneren und äußeren Faktoren zusammen wie z.B. innere Werte, religiöse und politische Überzeugungen, Anpassungsfähigkeit, soziale Unterstützung. Menschen mit einem starken Kohärenzgefühl gelingt es im Durchschnitt besser, die Folgen gewaltsamer Traumatisierungen zu überwinden. Bei vielen Opfern von systematischer Gewalt wird aber dieser innere sinnstiftende Zusammenhang zerstört. Die oben beschriebene Zerstückelung und Abstumpfung der Persönlichkeit als Folge der traumatischen Reaktion lässt das Kohärenzgefühl zugrunde gehen. Das Beispiel von Herrn Bielo und seiner Visitenkarte zeigt, dass die Erfahrung des Opferseins die einzige Kohärenz bietet, die geblieben ist.

Ähnliches gilt für diejenigen, die in der äußeren Freiheit nicht mehr fähig sind, die Gewohnheiten des Gefängnislebens abzulegen. Das Ziel der Begleitung traumatisierter Menschen besteht darin, dass sich ihr Kohärenzgefühl ent-

»Erfahrung des Opferseins als einzige Kohärenz«

wickelt und stärkt. Dies ist nicht eine rein innerpsychische Entwicklung, sondern dazu gehören auch soziale und politische Rahmenbedingungen. So ist der Aufbau zwischenmenschlicher Beziehungen für die Neugewinnung der Kohärenz von Gefolterten von entscheidender Bedeutung.

Grundhaltungen in der Begegnung mit Traumatisierten

- Auf diesem Hintergrund nimmt die Beziehungsgestaltung in Begleitung und Therapie mit gewalttraumatisierten Flüchtlingen einen zentralen Stellenwert ein. Dafür haben sich einige Grundhaltungen als notwendige Voraussetzungen ergeben. Diese haben nicht nur in der Psychotherapie ihre Gültigkeit, sondern sie sind in allen Beziehungen zu extremtraumatisierten Flüchtlingen zur Förderung des Kohärenzgefühls anwendbar.

- **Physische und emotionale Sicherheit:** Für die Beziehungsgestaltung mit Extremtraumatisierten ist die angestrebte Verlässlichkeit und Transparenz über das, was in der Begleitung oder Therapie geschieht, von entscheidender Bedeutung. Denn Unklarheit und Unberechenbarkeit einer Situation, welcher sie blind und hilflos ausgeliefert waren, waren zentrale Elemente ihrer traumatisierenden Erfahrungen.

- **Achtung der Selbstbestimmung:** Gewalttraumata sind die Folgen von massivsten Grenzüberschreitungen. Die Gestaltung der therapeutischen Beziehung hat darauf zu achten, die Betroffenen mit ihren Erfahrungen und Grenzen möglichst zu respektieren.

- **Wertschätzung und Respekt:** Flüchtlinge bringen ihre Kultur, ihre Religion und ihre politische Überzeugung als Bestandteile der eigenen Identität mit. Hier liegen Werte und Ressourcen. Die Begleitung von Flüchtlingen erfordert ein Respektieren ihres Andersseins und ein nicht wertendes Annehmen ihrer Identität.

- **Unrecht benennen und anerkennen:** Zum Leiden extremtraumatisierter Flüchtlinge gehört die Tatsache, dass das Unrecht, das ihnen geschehen ist, in ihrer Heimat nicht als solches anerkannt und geahndet wurde. Die Erfahrung

zeigt, dass Menschen ihre aus politischen Gründen erlebten Grausamkeiten besser integrieren können, wenn diese Grausamkeiten im Heimatland aufgedeckt und geahndet werden. Oft ist dies jedoch aus politischen Gründen nicht möglich. Da muss dieses Unrecht wenigstens in den Aufnahmeländern als solches anerkannt werden. Dies geschieht auch direkt in der Begleitung und

»Unrecht muss als solches
anerkannt und sollte
geahndet werden.«

in der Therapie. Dadurch wird den Überlebenden gezeigt, dass dies wirklich geschehen ist und nicht einem Hirngespinnst entspricht. Dies hilft, das Erfahrene einzuordnen. Begleitung und Behandlung von Überlebenden von Folter und Kriegsgewalt stehen so gesehen in einem politischen Zusammenhang. Es wird nicht nur über das Leiden eines Einzelnen oder einer Familie gesprochen, sondern über das Leiden einer ethnischen, religiösen Minderheit oder einer verfolgten politischen Gruppierung. Flüchtlinge fordern uns oft heraus, politisch Stellung zu beziehen. Der Standort des Therapeuten muss dann fassbar werden. Wer in näheren Kontakt mit Flüchtlingen kommt, muss sich intensiver mit der komplexen Frage der Menschenrechte auseinandersetzen.

- **Förderung von Ressourcen – Vermeidung der Pathologisierung:** Die Beziehungsgestaltung hat demnach so zu erfolgen, dass alles, was unnötig pathologisiert, vermieden wird und Ressourcen gefördert werden. Dies kann dadurch geschehen, dass die Ausbildung neuer Kognitionen angeregt und Misstrauen mehr und mehr überwunden wird. Dies ist auch die Voraussetzung, dass ein schrittweises Heraustreten aus dem sozialen Rückzug möglich wird.

Das Trauma und seine Ansteckung

● In der Begleitung und Therapie von Extremtraumatisierten stoßen wir immer wieder an die Grenzen der Machbarkeit und an die Grenzen der emotionalen Kräfte. In Beratung und Therapie muss das richtige Verhältnis von Nähe und Distanz zu den Klientinnen und Klienten gesucht werden. Die Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen ist unabdingbar zur Vorbeugung des Ausbrennens. Denn wer mit Menschen mit schweren traumatischen Foltererfahrungen in Berührung kommt, wird spüren, dass dem Trauma eine ansteckende Kraft inneohnt. In der Begleitung von Überlebenden der Folter stellen wir an uns selber das gleiche Reaktionsmuster von Vermeidung und Übererregung fest. Einerseits versuchen wir, diese dunklen Abgründe des menschlichen Lebens von uns fern zu halten. Doch dies gelingt oft nicht.

»die dunklen Abgründe fernhalten«

Es kommt vor, dass wir in den unheimlichen Sog der chaotischen, traumatischen, entsetzlich demütigenden Foltererfahrung hineingezogen werden. Wer traumatisierte Menschen begleitet, kann plötzlich selber Alpträume haben. Die dunkle menschliche Wirklichkeit, für die die Überlebenden der Folter Zeugen sind, trifft auch auf eigene Abgründe und Ängste.

Angelo Lottaz, ein ehemaliger Mitarbeiter im Therapiezentrum SRK für Folteropfer in Bern beschreibt diesen Zustand aus seiner Sicht: »Die therapeutische Arbeit mit gefolterten und kriegstraumatisierten Menschen während der letzten vier Jahre hat mich verändert – ich bin nicht mehr der gleiche Mensch und ich bin nicht mehr der gleiche Therapeut. Manchmal habe ich das Gefühl, meine Seele sei in dieser Zeit älter ge-

worden, ergraut, manchmal bin ich sehr müde – und wütend. Vor allem aber gelingt mir das Sprechen nicht mehr so leicht. Ich habe eine Scheu entwickelt, über diese Menschen und meine Erfahrungen mit ihnen zu sprechen, weil mir die Worte oft unangemessen vorkommen. Es

»keine adäquate Sprache mehr«

scheint, als ob wir keine adäquate Sprache mehr zur Verfügung hätten, mit der sich über »letzte Dinge« sprechen ließe, über die Gründe und Abgründe unserer Existenz. Es ist die gleiche Scheu, die ich als Theologe gekannt hatte, wenn die Rede von Gott war: Oft kommen die gängigen Worte so glatt, so selbstverständlich und verobjektivierend daher, dass sie nichts mehr abzubilden vermögen vom Suchen und Ringen der Menschen um Wahrheit und Verstehen. Es ist wohl nicht zufällig, dass mir meine Erfahrungen als Theologe in den Sinn kommen: Sowenig unsere Sprache noch mit Gott rechnet, sowenig ist vorgesehen, von Folter und Krieg und von der Suche nach Sinn zu sprechen. Meine Scheu hat aber noch einen anderen Grund: Auch nach vielen Stunden Therapie mit Gefolterten blieb oft ein Gefühl der »Uneinfühlbarkeit« zurück – das von den Gefolterten Erlebte war für mich absolut unvergleichbar. Diese Fremdheit machte mich sehr unsicher: Verstand ich wirklich, was sie mir sagen wollten? Dabei erlebte ich plötzlich auch eine Fremdheit mir selber gegenüber. Ich war mir in meinen eigenen Reaktionen fremd, erlebte unbekannte Seiten von mir, konnte mich nicht mehr verstehen.«³

Das Leiden aushalten

● Lottaz hat hier etwas auf den Punkt gebracht, was auch viele Therapeutinnen und The-

rapeuten ohne theologische Ausbildung erfahren: Wer in der Begleitung von folter- und kriegstraumatisierten Menschen mit den Abgründen menschlicher Grausamkeiten konfrontiert wird, kommt nicht darum herum, sich mit seinem eigenen Menschen- und Gottesbild und mit der Sinnfrage auseinanderzusetzen. Die Begegnung mit Menschen, die die Abgründe des Bösen am eigenen Leib erfahren haben, kann die persönlichen Einstellungen zu existentiellen Erfahrungen wie Familie, Freundschaft, Heimat, Würde, Verrat, Tod und Leben in Frage stellen und verändern. In dieser Situation zeigt sich, wie groß das eigene Kohärenzgefühl ist, das uns die Ohnmacht und Hilflosigkeit gegenüber dem Destruktiven aushalten lässt. Der Respekt gegenüber den Menschen, die die Hölle der Gewalt durchgemacht haben, gebietet, das Dunkle und Destruktive im Bewusstsein der Gesellschaft nicht zu verdrängen. Lottaz führt dieser Zusam-

menhang zu folgender Frage: »Die Frage, wie Gefolterte therapiert werden können, hat sich für mich zur Frage ausgeweitet, wie viel Krankheit, Leiden und Tod wir öffentlich aushalten können. Es wäre uns lieber, wenn die Überlebenden ihre Vergangenheit endlich verarbeiten könnten und ruhig würden ... Vielleicht ist ge-

»Leiden und Tod
öffentlich aushalten«

rade das Ziel, Leiden wegheilen zu wollen, die Vergangenheit hinter sich lassen zu können, die Fortsetzung des Traumas.«⁴

An dieser Stelle ist die Theologie gefordert. Welches Gottes- und Menschenbild hilft mit, Leiden und Tod öffentlich auszuhalten? Wie geht christliche Theologie mit den dunklen und zerstörerischen Aspekten der menschlichen Wirklichkeit um?

¹ Elie Wiesel, Gezeiten des Schweigens, Freiburg i.Br. 1992, 87f.

² Vgl. Aaron Antonovsky, Health, stress and coping.

San Francisco 1979; sowie ders., Unravelling the mystery of health, San Francisco 1987.

³ Angelo Lottaz, Vom

äußeren zum inneren Bezugsrahmen. Von den Schwierigkeiten, gefolterte und kriegstraumatisierte Menschen zu verstehen,

Brennpunkt 80 (1999) 31-39, 31.
⁴ Ebd., 34.

Das Therapiezentrum des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) für Folteropfer in Bern

bietet ambulante medizinische und psychosoziale Therapie für gefolterte und kriegstraumatisierte Menschen an; es steht anerkannten Flüchtlingen aus der ganzen Schweiz offen. Das Therapiezentrum leistet auch Vermittlungsdienste für weitere Betroffene (z.B. Asylsuchende) und ihre

Betreuungspersonen und engagiert sich in der Weiterbildung und der Forschung. Koordinations- und Vermittlungsstelle des Therapiezentrums SRK für Folteropfer Freiburgstraße 44a, CH-3010 Bern, Tel.+41-31-390 50 68, Fax +41-31-382 97 10, <http://www.folter.ch> Spendenkonto: Postkonto 70-79907-1 (Vermerk Therapiezentrum SRK nötig!)