Aufstellungen mit Flüchtlingen

Christiane Hoffmann

Ich arbeite in einer großen Flüchtlingsunterkunft und konnte dort feststellen, wie hilfreich und wirksam Aufstellungen sind. (Zurzeit circa 960 Bewohner.)

Die Bewohner kommen hauptsächlich aus Afghanistan, Syrien und anderen Ländern. Sie haben zum Teil eine gefährliche und lange Flucht hinter sich. Oft haben sie in ihrem Heimatland sehr schlimme Dinge erlebt, manchmal über Jahre hinweg. Sie haben ihr ganzes Hab und Gut aufgegeben, um zu überleben. Die Berufe oder auch die gesellschaftlichen Stellungen, die ein Geflüchteter in seinem Heimatland innehatte, sind meistens bei der Ankunft in Deutschland nichts mehr wert.

„Ihr Leben" – ist das, was sie noch haben.

Die meisten der Geflüchteten, die bei uns ankommen, sind Männer. Frauen und Kinder sind oft noch in der Heimat. Im Krieg oder in der Armut warten die Frauen und Kinder, dass sie so schnell wie möglich nachgeholt werden. Mehrmals am Tag rufen die Frauen ihre Männer an. Der Druck, der auf den Männern lastet, ist oft enorm. Ihnen wird in den Gesprächen meist übermittelt, dass die Gefahren kaum mehr auszuhalten sind.

Zum Teil leben die Männer seit über einem Jahr in Deutschland. Sie können ihre Familien nicht nachholen. Die bürokratischen Mühlen mahlen langsam. Deshalb stehen die Männer unter einer extremen Anspannung. Jeden Tag warten und hoffen sie, dass ihre existenziellen Fragen beantwortet werden: *Kann ich in Deutschland bleiben? Werde ich wieder abgeschoben? Ist meine Familie im Heimatland noch sicher? Wann kann ich endlich meine Angehörigen nachholen?*

Doch was machen diese Männer in der Zeit des „Wartens"? Sie versuchen, Deutsch zu lernen, ihre Behördengänge zu erledigen und sich irgendwie im Land zu integrieren.

Doch auch die Vergangenheit des Krieges oder der Flucht hat Spuren bei den Männern hinterlassen:

Gerade in der Nacht ist es oft am schlimmsten. Sie können nicht schlafen. Sie haben kreisende Gedanken. In der Phase des Einschlafens berichten viele davon, dass die Flashbacks sie einholen. Doch schlafen muss man, und so nehmen viele in ihrer Not Psychopharmaka und/oder Schlaftabletten.

Wie überall auf der Welt sind auch die geflüchteten Menschen mit ihrem Ursprungssystem verbunden. Bei meiner täglichen Arbeit beobachte ich, dass Aufstellungen sehr schnell positive Ergebnisse für die Menschen erzielen können. Durch die Aufstellungen erfahren sie, dass sie obwohl sie so weit weg sind, immer noch eine Verbindung zu ihren

Familiensystemen haben. Nach einer Sitzung erlebe ich oft, wie diese Menschen mit einer hoffnungsvolleren Stimmung in ihren tristen Alltag zurückkehren. Manche berichten mir, dass sie durch die Methode der Aufstellung endlich zur Ruhe kommen konnten und wieder schlafen. Sie verstehen nach meinem Empfinden sehr schnell, dass sie beispielsweise nicht auf ihrem Platz im Familiensystem standen und deswegen vielleicht ausgeklammert wurden oder sich einfach ständig auf einer Flucht befanden.

Für die Beratung bekomme ich Dolmetscher in der jeweiligen Landessprache gestellt. Da die Sprache einen Umweg über die Dolmetscher braucht, wähle ich möglichst wenige Worte.
Obwohl sie aus Ländern kommen, in denen der Besuch bei einem Psychologen oder Psychiater verpönt ist (man ist ja nicht „verrückt"), hat es sich herumgesprochen, dass die Beratungen helfen. Die Gespräche sind immer Einzelberatungen.

Einige Fälle möchte ich hier beschreiben

*N. Q., ein Mann von circa 30 Jahren aus Afghanistan, Ingenieur**: Er war Zeuge, wie einer seiner Kollegen vor seinen Augen durch eine Mine starb, als er diese entschärfen wollte. Er ist daraufhin geflohen und hat Frau und Kinder zurückgelassen in der Hoffnung, dass er sie nach Deutschland nachholen kann. Nach eigenen Worten konnte er den Krieg nicht mehr sehen. Er arbeitete als Bombenentschärfer und musste auch die Leichen einsammeln und sortieren, die durch eine Bombe gestorben waren.
Mein Kollege schickte ihn zu mir. Er kam mit einem Dolmetscher, da er sich nach eigenen Angaben nicht konzentrieren konnte und deshalb auch nicht Deutsch lernen konnte. Eine typische Reaktion nach einer traumatischen Erfahrung.
Er konnte nicht schlafen und hatte ständig das Bild seines Kollegen vor Augen, wie dieser starb, das Bild verfolgte ihn geradezu. Um sich von dem Bild abzulenken nahm er Tabletten und Drogen und rauchte viel.
Er legte einen Zettel für sich und seinen Kollegen auf. Sie standen sich gegenüber.
Schweigen.
Sag ihm: „Ich konnte dir nicht helfen. Ich achte dein Schicksal."
Die Menschen sind alle sehr religiös: „Es ist Schicksal, es liegt nicht in unserer Hand", entgegnete ich ihm.
Er schaute mich an und war sichtlich erleichtert. Eine Last fiel von ihm ab.
Eine Woche später bat er seinen Mitbewohner, für ihn zu übersetzen: Er wolle sich bei mir bedanken. Der Kopf sei frei und er rauche nicht mehr und nehme keine Drogen.

*R., ein Mann aus dem Osten**: Er kam zusammen mit Frau und zwei kleinen Kindern nach Deutschland.
Bei einem nächtlichen Streit mit einem Mitbewohner in der Einrichtung fiel er auf, weil er auf diesen mit einem Messer losging.
Am nächsten Tag sollte er zu mir kommen. Er berichtete mit Dolmetscher, dass er seit einem Ereignis in seiner Heimat unter extremen Kopfschmerzen leide und oft zu viele Tabletten nehme, da die Schmerzen sehr stark seien. Er war selbst über sich erschrocken, dass er auf seinen Nachbarn mit dem Messer losgegangen war und wollte trotz starker

Schmerzen keine Tabletten mehr nehmen, damit ihm so etwas nicht mehr passierte. (Die Ärztin hat ihm nach der Beratung mit mir andere Tabletten verschrieben, die keine Halluzinationen hervorrufen).
Über das Ereignis, das seine Kopfschmerzen auslösten, wollte er nicht sprechen, was ich akzeptierte. Er berichtete, dass er in seinem ganzen Leben nur Krieg erlebt hat.
Ich fragte ihn nach seiner Ursprungsfamilie, und er legte die Zettel auf den Tisch in der Reihenfolge seiner Geschwister. Die ganze Familie stand in einer Reihe und schaute in eine Richtung.
Aus dem Bild war zu erkennen, dass jemand fehlt. Aus früheren Beratungsgesprächen mit Flüchtlingen weiß ich, dass in deren Ursprungsländern, die Kindersterblichkeit sehr hoch ist.
Deshalb fragte ich ihn, ob es noch ein totes Geschwisterkind gebe. Er gab an, dass das Kind vor ihm gestorben sei, danach wurde er geboren. Wir nahmen das Kind in der Reihe auf und ich sagte: „Dann bist du nicht das dritte sondern das vierte Kind."
Er rannte aus dem Container und lief davor auf und ab.
Dann kam er wieder herein und sagte: „Ich sage es nur einmal, das Ereignis, bei dem ich dabei war, ist die Ermordung meines älteren Bruders." Danach verließ er den Raum.
Es waren noch weitere Gespräche mit ihm geplant, aber er war sichtbar stabiler und wollte im Moment keine weiteren Gespräche mehr. Es ging ihm gut.

S. K., Iran:* Der junge Mann wurde zu mir in die Beratung geschickt, weil er drohte, sich nachts umzubringen.
Er hatte versucht, sich in der Halle (die Bewohner schliefen zu 300 in einer Tennishalle) anzuzünden.
Die Security hatte es verhindert.
Er sagte mir, dass sein Vater gestorben und er total verzweifelt sei, weil er sich von ihm nicht verabschieden und nicht bei der Beerdigung nicht anwesend sein konnte.
Sein Vater war Lastwagenfahrer, und immer wenn er einen Lastwagen sieht, möchte er sich umbringen.
Er legte Zettel auf den Tisch, er und sein Vater. Sie standen sich gegenüber. Ich erklärte ihm, er solle seinem Vater in seiner Muttersprache mitteilen, was er ihm noch sagen will.
Er sprach einige Worte in seiner Muttersprache und weinte.
Außerdem riet ich ihm, Blumen für seinen Vater zu kaufen, ein Foto hatte er leider nicht mehr, sein Handy war kaputtgegangen, um so ein Andenken an seinen Vater zu gestalten.
„Und jedes Mal, wenn du einen Lastwagen siehst, ist das ein Zeichen und ein Segen von deinem Vater".
Er war Christ und kaufte einen Blumenstock und ein Kreuz, das er mir am nächsten Tag zeigte und sich herzlich bei mir bedankte, dass ich ihm so geholfen habe.

*D., ein älterer Mann, K aus Afganistan** wurde in seinem Heimatland auf Grund seiner beruflichen Tätigkeit verfolgt und mit dem Tode bedroht.
Nach vielen Überlegungen entschied er sich zur Flucht und ließ seine Frau mit drei Kindern und sein ganzes Hab und Gut zurück, er war sehr wohlhabend.
Im Camp war er beliebt und galt als ruhiger, besonnener Mensch.
Von seiner Familie erzählte er niemandem, auch wusste keiner, dass er Familie hatte.

Eines Tages kam er zu mir und sagte, er habe sehr starke Magenschmerzen. Jeden Morgen steht er um fünf Uhr auf und trinkt Wasser, um seinen Magen zu beruhigen. Durchschlafen könne er auch nicht.
Ständig drehen sich die Gedanken bei ihm im Kopf, schon seit fünf Jahren. Er war jetzt 14 Monate in Deutschland. Er meinte aber gleich, das geht vielen so im Camp, er ertrug das eher und wollte sich nicht beklagen.
Er selbst war als Einzelkind aufgewachsen, was außergewöhnlich ist in diesen Ländern. Seine Mutter war krank und musste operiert werden, danach konnte sie keine Kinder mehr bekommen. Das wenige Deutsch, das er sprach, erschwerte die Unterhaltung etwas. Vor ihm sei ein Mädchen geboren worden, das aber nach zwei Monaten starb. Der Name des Kindes war ihm bekannt. Das Schlimmste seien im Moment die Magenschmerzen, der Arzt hatte ihm Tabletten verschrieben, die aber nur kurze Zeit eine Linderung bewirkten.
Die Familienaufstellung ergab, dass er auf dem Platz seiner toten Schwester stand.
Ich erklärte ihm, dass er so eine Art Schutzengel hatte. Schutzengel, wie im christlichen Sinn, sind im Islam nicht bekannt.
Die Magenschmerzen verschwanden innerhalb einer Woche. Und er konnte ab sofort durchschlafen. Natürlich stand er weiter unter dem Stress, dass die Frau und die Kinder noch in der Heimat waren und er täglich Angst hatte, dass ihnen etwas passierte. Er wurde dort nach wie vor gesucht und befürchtete, dass sich seine Feinde an seiner Familie rächten. Seine Frau rief ihn täglich mehrmals in totaler Panik und Angst an, weil sie befürchtete, dass ihr und den Kindern etwas passiere. Er sagte bei einer weiteren Beratung, er spüre weder warm noch kalt. Das ist ein Zeichen einer schweren Traumatisierung und Anspannung. Diese wird sich sicher erst legen, wenn seine Familie in Sicherheit und bei ihm ist. Da er sehr viel Angst hatte, dass der Familie etwas passiert, machte ich eine Gegenwartssystem-Aufstellung. Wie sich herausstellte, waren die Kinder bei ihm sicherer. Die Frau zog aus dem Gegenwartssystem raus zu ihrer Ursprungsfamilie. Ich stellte die Kinder im Halbkreis nach Alter auf die Seite des Vaters. Danach sagte er, dass er viel intensiver an seine Familie denke und bereitete sich wieder mehr auf die Zeit vor, wenn die Familie in Deutschland sei. Die Lethargie, die ihn zeitweise lähmte und ihn tagelang im Bett liegen ließ, war vorüber.

Pakistaner, 28 Jahre alt:* Eine ehrenamtliche Deutschlehrerin rief mich zu Hilfe, da einer ihrer Schüler unter starken Depressionen litt.
Der Bruder des Schülers, der noch in Pakistan lebte, sei gestorben. Ich suchte den Schüler der Deutschlehrerin auf. Er war zusammen mit seiner Schwester nach Deutschland gekommen. Er arbeitete in einem Pizzadienst und wollte, wie er mir sagte, seinem Bruder Geld schicken, damit dieser mit Frau und dreijährigem Sohn nach Deutschland kommen könne.
Sie waren Christen. Er war total verzweifelt und meinte, er hätte mehr arbeiten sollen, damit er seinem Bruder schneller Geld schicken könne. Der Bruder wurde in Pakistan erschossen.
Bei der Familienaufstellung ergab sich ein Bild, auf dem zu sehen war, dass der Bruder sich aus dem Ursprungssystem in eine Richtung bewegte. Ich fragte ihn, wohin der Bruder schaue. Da fiel ihm plötzlich wieder ein, dass seine leibliche Mutter gestorben war. als der Bruder drei und er selbst zwei Jahre alt war.

Es fiel ihm wie Schuppen von den Augen, er habe es völlig vergessen. Sein Vater hat daraufhin eine zweite Frau geheiratet.
Ich entgegnete, dein Bruder wollte zu eurer Mutter, das hättest du nicht aufhalten können.
Das beruhigte ihn sichtlich, und er verstand.
Er betrachtete das Bild noch sehr lange, dann bedankte er sich bei mir und meinte, es wäre jetzt gut.

Ab. Az., 32 Jahre alt:* Fiel auf, weil er extrem stotterte. Früher, hörte ich, konnte er flüssig sprechen, aber seit dem Krieg stottert er. Er kam zusammen mit einem weiteren Verwandten.
Er war lange Zeit recht unauffällig, bis er eines Tages zu seiner Sozialarbeiterin sagte, er wolle sich umbringen. Wir konnten uns das bei ihm gar nicht vorstellen.
Drei Wochen später machte er damit Ernst, nahm alle Tabletten, die er fand, und schluckte sie.
Zum Glück kam er sofort ins Krankenhaus und wurde gerettet.
Nachdem er zurück im Camp war, drohte er das Camp oder sich anzuzünden und war daraufhin für ein paar Tage verschwunden. Die Polizei wurde mit Suchhunden geholt, um ihn zu suchen, da sein Verwandter sich große Sorgen machte, da er ihn per Handy nicht mehr erreichen konnte.
Ein paar Tage später tauchte er wieder auf und gab an, dass er verschwunden sei, weil er Angst hatte, dass er sich oder uns etwas antun könne.
Ich fragte ihn, was er damit meinte, und er erzählte, dass er immer ein bestimmtes Bild vor Augen habe, als ein Bruder von ihm vor seinen Augen von einer Bombe zerrissen wurde und starb.
Er erzählte daraufhin, dass er bei einer Familienfeier eingeladen war und seinen Bruder bat, ihn zu einem Laden zu fahren, damit er Zigaretten kaufen könne. Er stieg aus dem Auto aus, sein Bruder wollte ebenfalls aussteigen, da zerriss ihn die Bombe. Der Klient selbst war auch schwer verletzt.
Sie waren immer sehr eng, und sein Bruder war sein bester Freund. Und täglich hatte er dieses Bild vor Augen.
Sehr schlimm sei es auch in der Nacht. Er bekam Psychopharmaka und Schlaftabletten.
Ich sagte ihm, dass er ein sehr schweres Schicksal habe, aber dass es auch das Schicksal von seinem Bruder war und es nicht in unserer Hand liegt.
Inshallah
Das beruhigte ihn etwas, und er war stabiler.
Bei einer weiteren Sitzung legten wir die Familie auf, und es waren, wie sich herausstellte in der männlichen Reihenfolge in früheren Generationen mehrere Männer in jungen Jahren aus verschiedenen Gründen gestorben.
Ich entgegnete ihm: „Es sind schon genug Menschen gestorben".
Er wurde sehr ruhig.
Danach legte seinen schrägen Haarstil ab und machte sich eine unauffällige Frisur.

Palästina: Ein Vater mit zwei kleinen Kindern und Frau kam aus Palästina. Er kam aus eigenem Wunsch zu mir in die Beratung. Er litt unter mehreren Symptomen, die ein Leben unerträglich machten.

Er konnte nachts aus Angst vor der Dunkelheit nicht alleine auf die Toilette, seine Frau musste ihn jedes Mal begleiten. Er hatte Schlafstörungen und Panikattacken, außerdem nässte er auch wieder ein und lag fast den ganzen Tag lethargisch im Bett.
Er erzählte, dass er in seiner Heimat hatte mit ansehen müssen, wie sein Wohnhaus zerbombt wurde, in dem sich seine Frau und die beiden Kinder aufhielten. Er war davon überzeugt, dass diese gestorben seien, jedoch wie durch ein Wunder hat die ganze Familie ohne große körperliche Verletzungen überlebt.
Danach wurde er verhaftet und musste mit ansehen, wie sein Freund im Gefängnis erschossen wurde. Nachdem er aus dem Gefängnis entlassen worden war, floh er mit der Familie. In Deutschland angekommen, setzten die Symptome ein.
Aufgrund der Gefahr einer Retraumatisierung lasse ich die Details der Flucht und der schlimmen Erlebnisse nicht erzählen und schaue mir immer erst die Ursprungsfamilie an. So auch in diesem Fall. Wie sich herausstellte, war das erste Kind gestorben wodurch sich die ganze Geschwisterfolge verschoben. Das Kind wurde in der Reihe aufgenommen. Er wurde sehr ruhig.
Er schaute die Lösungsaufstellung lange an und erzählte, was er mit jedem seiner Geschwister erlebt hatte. Er war der Kleinste. Danach stand er auf, der fahle Gesichtsausdruck war verschwunden, er lächelte.
Weitere Beratungsgespräche mit mir wollte er nicht. Jedes Mal, wenn ich ihn im Camp treffe, lächelt er.
Er kümmert sich viel um seine Kinder, die Frau ist wieder schwanger, und er möchte einen 0,80-Euro-Job im Camp annehmen. Er ist sehr freundlich und sehr beliebt bei uns Mitarbeitern und bei den Bewohnern.

Resümee

Familienaufstellung hilft so schnell und direkt, die Menschen verstehen sofort, was ich meine. Natürlich haben sie oft noch schwere Posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS), die einer längeren Behandlung bedarf. Bei einigen jedoch sind die Schlafstörungen und die Albträume sofort weg.

Ich bin froh und dankbar, eine Methode an der Hand zu haben, die so schnell und effektiv hilft.

Methodisches Vorgehen

Da ich, wie schon erwähnt, den Weg über einen Dolmetscher nehmen muss, wählte ich eine ganz einfache Art der Aufstellungen. Damit die Dolmetscher, denen die Methoden der Aufstellungen nicht bekannt sind, auch möglichst alles richtig wiedergeben, spreche ich wenige Worte. Einige der Flüchtlinge können schon Deutsch oder Englisch, aber oft wollen sie bei solchen emotionalen Themen lieber einen Dolmetscher, damit sie in ihrer Muttersprache frei sprechen können.
Wenn ein Flüchtling zu mir geschickt wird von Sozialarbeitern, Ärzten, die im Camp arbeiten, oder von sich aus kommt, sind die häufigsten Beschwerden Kopfschmerzen,

Schlafstörungen, kreisende Gedanken, Depressionen, Selbst- oder Fremdzerstörungsvorstellungen, Flashback, Zittern.
Natürlich müssen Körpersymptome zuerst medizinisch abgeklärt werden.

Mein Anliegen ist es, die Menschen zu stabilisieren.
Deshalb frage ich immer nach der Ursprungsfamilie. In der Regel sprechen die Menschen gerne über ihre Familie.
Über die Flucht oder schlimme Erlebnisse im Heimatland lasse ich sie nie ausführlich reden, da die Gefahr der Retraumatisierung zu groß ist.
Viele der Bewohner wollen auch noch nicht darüber reden.

Wenn nach einer Aufstellung weiterer Therapiebedarf besteht, werden die Menschen an Kliniken, Praxen, die aber sehr voll sind, weitergeleitet, oder sie können weitere Termine bei mir ausmachen.

Wider Erwarten kehren bei vielen Menschen, die ich im Camp beraten habe, ihre schlechten Gefühle, vor denen sie geflohen sind, zurück.

Und wie so oft hängt ihr Schicksal auch mit der Ursprungsfamilie zusammen.

Die Aufstellungen sind sehr einfach. Ich habe kleine Zettel, auf die ich die Namen der Familienmitglieder schreibe mit einem Pfeil, der die Blickrichtung der Person, die auf dem Zettel steht, darstellen soll. Vater, Mutter, Geschwister und deren Namen.
Die Bewohner legen die Zettel auf den Tisch, gehen nach ihrem inneren Bild, wie die Familienmitglieder zueinander stehen.

Aufgrund des dargestellten Aufstellungsbildes stelle ich gezielt Fragen, ob ein schweres Schicksal im Familiensystem ist, ob es ein totes Geschwisterkind gibt oder ein Elternteil früh gestorben ist.

Da die Kindersterblichkeit sehr hoch ist, kommt es oft vor, dass ein Geschwisterkind gestorben ist und der Mensch dadurch nicht auf seinem richtigen Platz in der Ursprungsfamilie steht.

Die Aufstellungen werden sehr gut verstanden.Wenn ich herausgefunden habe, an welchem Schicksal es lag, dass eine Verschiebung in das System kam, lege ich denjenigen, der gefehlt hat, dazu und ordne selbst die Zettel so, dass die Lösungsaufstellung jetzt auf dem Tisch liegt.

Meist schauen die Flüchtlinge das Lösungsbild sehr lange an und stehen auf und gehen.

Wenn sie dadurch viel stabiler geworden sind, können sie ihr Schicksal besser ertragen, die Zukunft planen und auch ihre Traumata besser verarbeiten.

Die meisten wollen erst mal keine Termine mehr, sie sind froh, dass es ihnen besser geht, dass sie wieder schlafen können, und sind aktiver in der Gestaltung ihres Alltags.

Nachtrag

N. K. aus Afghanistan holte mich ein, als ich abends zum Bus ging, klopfte sich mit der Hand auf die Brust und zeigte mit beiden Daumen nach oben, um mir zu verstehen zu geben, dass es ihm sehr gut geht, dann ging er weiter. Leider kann er noch nicht sehr gut Deutsch.

R., der Mann aus dem Osten, entschloss sich zur freiwilligen Ausreise mit seiner Familie in sein Heimatland zurück.

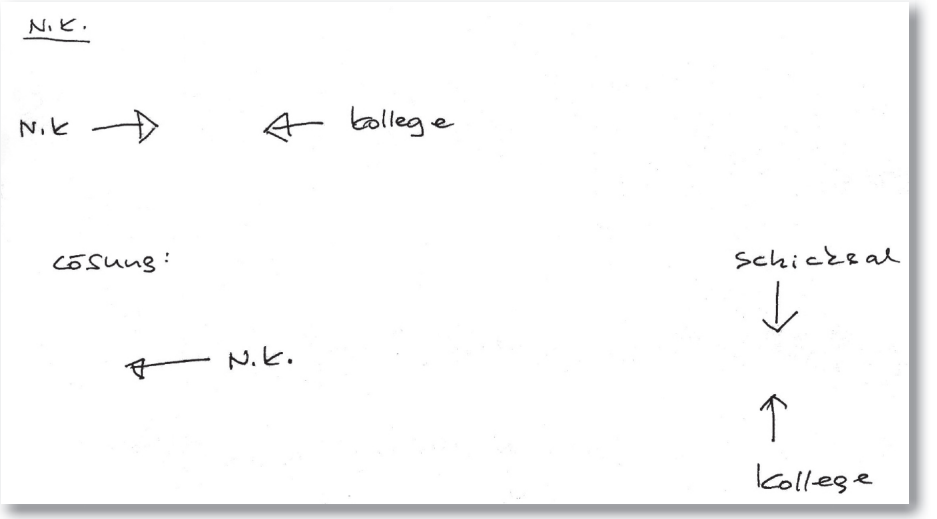
D., der ältere Mann aus Afghanistan, kann drei Jahre in Deutschland bleiben. Seine Frau und die 3 Kinder werden im April nachkommen.

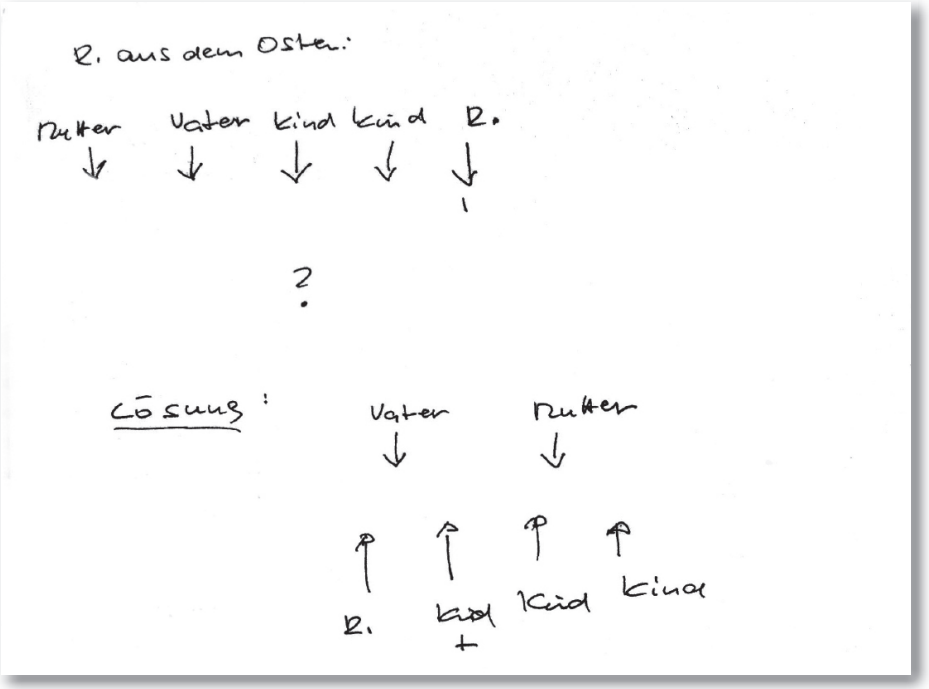
Ab., 32 Jahre alt, ist mittlerweile in Frankreich, wie ich hörte.

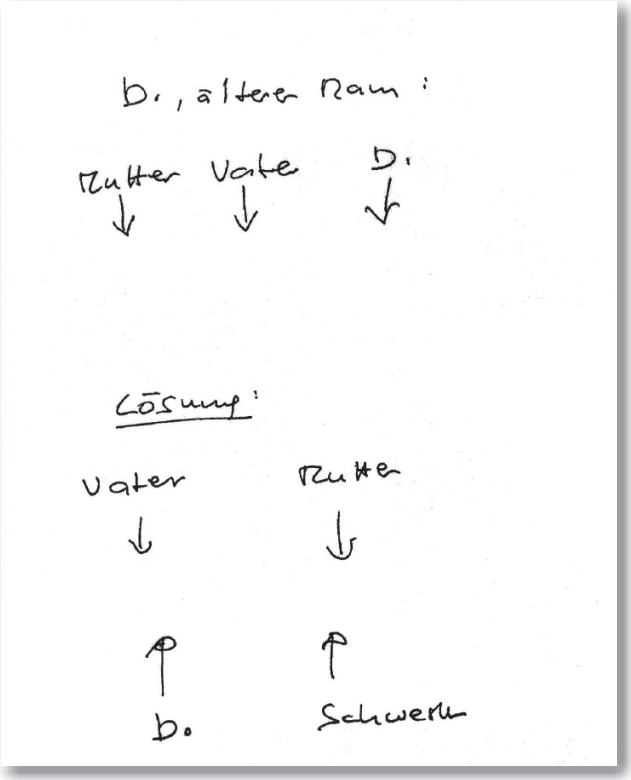
Der Mann aus Palästina arbeitet im Camp. Es macht ihm offensichtlich Spaß. Wir sehen ihn auch oft zusammen mit seinen Kindern im Camp spielen.

** Namen und Alter wurden geändert um den Datenschutz zu gewahren.*

Christiane Hoffmann
aufstellungsseminare.de




R. aus dem Osten:
Mutter
Vater
Kind
Kind
R.
?
Lösung:
Vater
Mutter
R.
Kind
Kind
Kind
+


D., älterer Mann:
Mutter
Vater
D.
Lösung:
Vater
Mutter
D.
Schwerin