

Erfahrungen mit Somatic Experiencing bei teilweise drogenabhängigen Straßenkindern in Nicaragua

Ein Bericht von Oliver Unger

SE-Practitioner

Systemischer Familiensteller

Reiki-Lehrer

Mitbegründer des Ridaya – Seminarzentrums in Wuppertal (www.ridaya.de)

(gemeinsam mit Firdouz Thies Unger, Mitglied in SE-Deutschland)

www.tiefberuehrt.de

Kontakt zu Oliver Unger: viram@ridaya.de

Wie ist die Situation?

Die Straßenkinder in der Stadt Granada, Nicaragua, sind zwischen 8 und 29 Jahre alt. Sie stehen in den allermeisten Fällen nicht mehr in Kontakt mit ihren Familien. Tagsüber lungern sie im Zentralpark, einer Art Marktplatz, herum. Nachts schlafen sie entweder auf den Bürgersteigen, in Hauseingängen oder in verlassenen Gebäuden.

Man muss dazu sagen, dass die allgemeine wirtschaftliche Lage in Nicaragua gemessen mit unseren mitteleuropäischen Maßstäben sehr schlecht ist. Die Familien sind kinderreich und oft geht von fünf Köpfen nur einer arbeiten. Das durchschnittliche Tages-Einkommen eines Arbeiters liegt bei 2 Dollar pro Tag. Natürlich sind die Lebensmittel und Wohnungen günstiger als hier, und trotzdem führt die Inflation viele Menschen sichtbar in die Armut. Viele Menschen konsumieren Alkohol und Drogen, vor allem Lösungsmittel, meist durch Inhalation von Klebstoff. Auch Crack und Marihuana werden häufig geraucht. Der Bürgerkrieg, der erst etwa zwanzig Jahre vorbei ist, hat die Menschen sowohl kollektiv als auch einzeln traumatisiert. Meiner Einschätzung nach sind die Auswirkungen hiervon tagtäglich zu spüren. Wenn man einzelne Personen darauf anspricht, geben sie das nicht zu, aber oft gehen sie in Dissoziation, wenn sie auf Fragen antworten, die sich auf den Krieg beziehen. Der große Pegel der Aktivierung wird sowohl durch den Drogenkonsum als auch durch häusliche Gewalt kompensiert. Man spricht hier gerne vom so genannten „Machismo“, das bedeutet, der Mann hat die Herrschaft und betrachtet die Frau als Subjekt, das ihm zu folgen hat. Aber es ist nicht bloß der Machismo, der Gewalt hervorbringt. Es sind ebenso die Ängste vor wirtschaftlichem Untergang, die mangelnde Bildung und die mangelnde psychologische und soziale Versorgung durch gut ausgebildete Fachkräfte, die unter den Menschen eine unsichere und aggressive Stimmung fördern. Die Medien fördern diese Bewegung. In jeder einfachen Hütte, sei sie ohne Boden oder ohne Möbel, steht ein Fernseher, der zweierlei Bilder zeigt: In den Filmen und Serien bekommen die Zuschauer Illusionen von einer heilen, reichen und perfekten (US-amerikanischen) Welt dargeboten. Und zwischendrin gibt es beunruhigende

Nachrichten aus dem Land selbst – wobei der kleinste unbedeutendste Anlass genommen wird, darüber negativ zu berichten. Treffen Angst und unbefriedigte Gier aufeinander, verlieren die Menschen einen großen Teil ihrer inneren Ressourcen. Die Schönheit der Natur, der Reichtum, der an den Bäumen wächst, kann kaum bis gar nicht mehr wahrgenommen werden. Zwischenmenschliche Bindungen verlieren ihren Stellenwert, der Fokus verschiebt sich auf „Erhalt des eigenen Lebens um jeden Preis.“ So entstehen (Verzweiflungs-)Prostitution, Diebstahl und Inauthentizität des Überlebens willens.

In vielen Familien ist der Vater gänzlich nicht mehr vorhanden. Entweder ist er im Krieg gefallen, Opfer von Gewalt oder Drogenkonsum oder auf andere Art und Weise verstorben. Häufig hat er sich auch eine andere Frau gesucht und eine neue Familie gegründet. Die zurückgebliebenen Frauen haben meist neue Partner. Aufgrund der Häufigkeit dieses Partnerwechsels entsteht eine Gesellschaft mit vielen Kindern, die fast ausschließlich aus Patchwork-Familien besteht. Teilweise leben bis zu fünfzehn Menschen aus unterschiedlichen Generationen und Familien unter einem Dach zusammen. Die Behausungen sind ärmlich, sehr häufig ohne festen Fußboden, sondern nur mit Lehm. Die hygienischen Verhältnisse sind zumindest in den ländlicheren Gegenden katastrophal, sodass auch gesundheitliche Risiken bestehen.

Die allgemeinen Lebensumstände, wie ich sie hier versucht habe, im Überblick darzustellen, sind die Ursache, wieso es so viele Kinder gibt, die auf der Straße leben. Die gesunde Kernfamilie und der Halt, den sie gibt, fehlt. Zudem scheint die gesamte Gesellschaft wie letargisch, dissoziiert zu sein. Und die Menschen, die es nicht sind, sind neurotisch und ängstlich, ähnlich wie wir.

Spricht man mit einzelnen Straßenkindern, berichten sie von der häuslichen Gewalt. Andere wiederum sind einfach gegangen, weil sie keine Belastung sein wollten. Weitere werden zum Arbeiten geschickt und wieder andere wurden von ihren Eltern verlassen. Typisch ist hierbei, dass die Eltern in das reichere und stabilere Nachbarland Costa Rica auswandern und ihre Kinder in Nicaragua zurück lassen. Oftmals sehen sie sich nie wieder.

Diese Zustände wirken sicherlich schon seit geraumer Zeit in der nicaraguanischen Bevölkerung und haben sich bereits auch genetisch manifestiert, so dass Lethargie, Hoffnungslosigkeit und der Einfluss unterschiedlicher Traumata von Generation zu Generation weiter vererbt wurden. Ganz abgesehen von den genetischen Dispositionen und neuronalen Folgen verschiedener Krankheiten, wie z.B. Syphilis, die hinzukommen.

Der Beginn der Arbeit

Meine Intention vor Antritt meiner Arbeit war erst einmal, einen Überblick über die „neuronalen“ Situation der Jugendlichen zu bekommen. In den ersten Tagen meiner dreimonatigen Reise wohnte ich psychologischen Einzelgesprächen bei. Ich beobachtete, dass die Kollegin sehr direkt nach Ereignissen in der Vergangenheit frug, die für den jeweiligen Jugendlichen sehr traumatisch waren. Ich spürte die Aktivierung und sah die direkten Folgen, der geringen Resilienz der

Jugendlichen: Sie dissoziierten und schliefen schon nach wenigen Minuten während des Gesprächs ein.

Die Psychologin versuchte sie wachzuhalten. Oft brach sie die Sitzung ab.

Sehr schnell bemerkte ich, dass ich zunächst theoretische Aufklärungsarbeit zu leisten hatte, damit die Gespräche etwas titrierter stattfinden konnten und die Kollegin nicht immer direkt „in der Wunde porkeln“ musste.

Ich gab mein Bestes, um ihr und den anderen Kollegen zu erklären, was mit dem Nervensystem geschieht, wenn Trauma geschehen ist. Die Kollegen waren sehr interessiert, aber es blieb für sie bei der Theorie, denn bis SE als „Lebens- und Denkweise“ integriert ist, dauert es offenbar eine Weile. Außerdem hätte dies eine Überprüfung aller ihrer erzieherischen Methoden und ethisch moralischen Denkweisen erfordert. In der Kürze der Zeit, in der ich die Kollegen und Jugendlichen begleitet habe, war dies nur in Ansätzen möglich.

Zudem schien die Kollegin unter einem „speziellen Leistungsdruck“ zu sein. Neben ihren männlichen Kollegen, die nichts von „Psychologie“ hielten und diese Einstellung auch implizit immer im Kontakt mitschwang, sah sie sich darauf angewiesen, etwas zu „leisten“, zu „machen“, damit man auch sehe, dass ihr Arbeit und damit auch ihr Posten gerechtfertigt war.

Ich setzte durch, dass ich mit den Jugendlichen alleine arbeiten durfte. So gab es die Kollegin, die nach bestem Wissen und Gewissen weiter versuchte, ihre analytische psychologische Arbeit durchzuführen und mich, der versuchte, den Jugendlichen ein paar Ressourcen zu „entlocken“, um der immensen inneren Spannung zu erlauben, sich zu entladen. Zunächst versuchte ich titrierte, kleine SE-Sitzungen durchzuführen, stieß aber an mehreren Punkten an meine Grenzen. Zum einen konnte ich trotz fünfjähriger Spanisch-Erfahrung die Sprache der Jugendlichen nicht immer verstehen. Zudem fiel es mir schwer, überhaupt Ressourcen zu finden und zu etablieren, denn sie hatten offenbar tatsächlich nicht viele. Der Drogenkonsum versperrt ihnen den Blick auf so vieles: auf ihre Fähigkeiten, die Schönheit der Natur, die Liebe der Betreuer im Zentrum und so weiter. Es gab in den allermeisten Fällen nicht ein mal die Möglichkeit, sich auf Kumpels von der Straße zu beziehen, um diesen Kontakt als Ressource zu nutzen. Fragen wie „Wie ist das dass du darüber sprechen kannst?“ beantworteten sie mit Schulterzucken.

Manchmal fand ich kleine Lichtblicke, wie 'Humor', 'Musik' oder 'andere Menschen mit Mangos bewerfen'. Aber diese Ressourcen waren nicht so kraftvoll, um tiefere Entladungen einladen zu können. Aber immerhin schienen sie mit der Zeit zumindest Vertrauen in mich zu gewinnen.

Ich versuchte parallel mit den Jugendlichen in einer Gruppe Körperübungen durchzuführen, damit sie sich darin üben, die natürlichen Reaktionen des Körpers zuzulassen, wie Gähnen, Niesen, Spontanbewegungen, Zittern etc. Doch die meisten weigerten sich, weil diese Übungen dem widersprachen, was die Betreuer ihnen mühsam anerzogen hatten: sich zu benehmen, grade zu sitzen, Haltung bewahren, still sein etc.

Die Aktivierung bei den Jugendlichen war außerdem so hoch, dass ich nach jedem

therapeutischen SE-Kontakt selbst starke Erdung brauchte. Ich dachte immer „Was für ein Wunder, dass diese Jugendlichen schon so lange Zeit mit diesem extremen Pegel an Ladung (über-)leben konnten.“

Ihre Geschichten bestätigten mir meine Empfindungen: Viele sind in unsicheren Verhältnissen aufgewachsen, haben Geschwister und Elternteile verloren und litten unter mehrfacher, extremer Gewalteinwirkung.

Ein Umschwung

Nach etwa eineinhalb Monaten gewöhnte ich mich an den hohen Aktivierungspegel und fand Wege, mich selbst gut zu erden und zu ressourcieren. Vielleicht hat dies die Lösung hervorgebracht, mit der ich dann weiter ging. Ich ging dazu über, die Jugendlichen mit Berührungsarbeit zu behandeln. So umging ich die sprachliche Hürde, bot eine Ressource an und das Ganze wirkte weniger „psychologisch“. Das funktionierte nur bei einigen wenigen und ich entschied mich, nur mit denen zu arbeiten. Das war insofern gut, weil ich endlich das Gefühl hatte, nicht ständig an der Grenze von totaler Selbstüberforderung zu sein. So berührte ich zunächst einen Jugendlichen fast jeden Tag und bemerkte schnell immense Fortschritte. Die anderen sahen das und als ich sie frag, ob sie eine Behandlung wünschten, stimmten sie zu. Sie vertrauten mir mehr, wirkten insgesamt ruhiger und zufriedener und ihre Körper ließen von ganz allein Entladungsreaktionen, wie tiefes Durchatmen und Zittern zu.

Die Gesamtstimmung im Zentrum schien heiterer und gelassener. Nach und nach ließen sich auch weitere Jugendliche auf meine Arbeit ein und wünschten sie sogar, so dass ich schließlich mit fünf oder sechs die Berührungsarbeit durchführen konnte!

Fast wie von selbst habe ich durch die Berührungsarbeit ein großes gesellschaftliches Hindernis überwunden. Vielleicht war es das Glück des Anfängers oder der „Dummen“ ... Berührung wird in Nicaragua (wie wahrscheinlich in vielen anderen Ländern auch) sehr schnell mit Sexualität assoziiert. Konkret für die Straßenkinder bedeutete es, wenn sie jemand berührt, dass er sie zur Prostitution/zum Sex bewegen möchte. Kann es eine heilsame Erfahrung gewesen sein, mal nicht im Sinne einer solchen „Aufforderung“ berührt worden zu sein?

Durch die massiven Grenzverletzungen, die die Jugendlichen erlitten hatten, musste ich mich immer wieder gut erden, ressourcieren und zu mir selbst finden. Erschwerend kamen die Auswirkungen hinzu, die der Drogenkonsum (vor allem Lösungsmittel) auf die Jugendlichen hatte. Natürlich spielten sie, wie alle Süchtigen, ihre psychologischen Spielchen. Sie konnten lügen, bis sich die Balken bogen und die Betreuer manipulieren. Die Herausforderung war, gleichzeitig Grenzen achtend und klar zu setzen, damit man als Betreuer nicht auf diese Spielchen hereinfällt, als auch eine Atmosphäre herzustellen, in der ihre gebeutelten Energiesysteme eine Möglichkeit zum Entladen und Präsentwerden vorfinden konnten. Diese Herausforderung empfand ich als die schwierigste: Wie schaffe ich klare Strukturen und bin gleichzeitig in meinem Verhalten so offen und einladend, dass sich das System des Jugendlichen entladen kann?

Da musste ich erst hineinwachsen, denn ich bemerkte, dass durch diese zwei Anforderungen sehr gefordert war, auch ehrlich zu mir selbst zu sein. Zum Beispiel anzuerkennen, wo meine fachlichen und persönlichen Grenzen sind. Außerdem war wichtig, anzuerkennen, dass ich nicht „fehlerfrei und perfekt“ bin. Diese Erfahrungen waren sehr Ego-zerstörend, aber gleichzeitig heilend und herzöffnend. Grenzen setzen, achten, vermitteln und gleichzeitig Raum für Entladung und Integration schaffen geht meiner Erfahrung nach nur, indem man anerkennt, was ist. Ich ließ es also mehr und mehr sein, die Jungs und Mädchen anders haben zu wollen, als sie waren. Weniger tun, mehr „zulassen“ war ein Zaubermittel.

Gelassenheit und Besinnung auf meine eigenen Bedürfnisse machten mich zu einem Spiegel, in dem sich Betreuer und Jugendliche (vielleicht) sehen konnten.

Und ganz oft musste ich mir eingestehen: Ich kann das hier grade nicht! Ebenso oft sah ich meine Präsenz schwinden und sich in einem Meer von Angst auflösen, z.B. als sich ein Junge mit Glasscherben vor meinen Augen selbst verletzte.

Das Zentrum strebt unter Anderem Versöhnung der Jugendlichen mit den Familien an. Diese würde theoretisch eine große Ressource darstellen. Aber diese Versöhnung ist ein Ideal, keine Realität. Eine Rückkehr in die Familie ist in den allermeisten Fälle nicht möglich. Drei der Jugendlichen sind in den drei Monaten freiwillig zu ihrer Familie zurückgekehrt, ein vierter Junge hat eine „Pflegetante“ gefunden. Und alle vier befanden sich nach mehr oder weniger drei Wochen wieder auf der Straße in ihrem alten Zustand- manchmal sogar schlimmer. Gefühle von „gescheitert sein“ haben sie verleitet, ihre Lösungsmittel „noch tiefer“ einzutauchen und damit ihren Schmerz zu betäuben. Das scheint ein Teufelskreis zu sein, der nicht durchbrochen werden kann: Der Wunsch nach Rückkehr, womit ein Wiedereintauchen in das alte Trauma unvermeidlich ist, das „Versagen“ und die Rückkehr in die prekäre obdachlose und süchtige Situation.

Die Ursache für die neuerliche Flucht aus den Familien waren entweder Gewalt oder die mangelnde Kapazität sowohl der Eltern/Pflegeeltern, als auch der Jugendlichen, Konflikte zu tolerieren und zu lösen.

Ich sah in SE eine Möglichkeit, eine innere Haltung und Sprache zu vermitteln, die beiden Konfliktparteien ermöglicht, miteinander zu kommunizieren und gegenseitigen Raum zur Lösung zu schaffen. Ich scheiterte an der Kürze der Zeit.

SE in der systemischen Ebene des Zentrums

Auf der größeren, systemischen Ebene des Zentrums ist durch die SE-Arbeit auch Entladung geschehen. Diese hatte anfangs den Effekt, dass die Gruppe, wie beschrieben, insgesamt „ruhiger“ wurde. Später scheinen sich verdrängte Konflikte wieder angekoppelt zu haben, die zuvor nur spürbar waren, aber keinen Platz finden konnten. Diese Beobachtung fand ich spannend. Zumal man denken könnte, wenn sich etwas entlädt, wird es ausschließlich friedlicher. Auf der körperlichen Ebene mag das sein, aber auf der systemischen Ebene scheint das nicht zuzutreffen. Wenn ein System, aus dem etwas, z.B. ein Konflikt, abgespalten/ausgeschlossen wurde, sich zu entladen beginnt, kommt zunächst der

„Ausdruck“ von dem, was fehlte wieder zurück, z.B. durch Worte. Diese können dann in offenen Konflikten (statt wie bisher einer nebligen, angespannten Situation) ausgesprochen werden.

So transformierte sich zum Beispiel der „Nebel“, der zwischen den Kollegen herrschte, nach und nach in Anschuldigungen, gegenseitige Missachtungen und Vorwürfe, die dann nach und nach (wie von selbst titriert) in Teambesprechungen einen Platz finden und sich teilweise lösen durften.

Fest steht, die Übertragungsreaktionen, die von den Jugendlichen auf die Betreuergruppe übergehen, haben es ebenso in sich, wie die Übertragungen, die ich gespürt habe, als ich mit ihnen gearbeitet hatte.

Schafft SE demzufolge nicht nur im Individuum Entladung und Wiederankopplung, sondern auch in der Gruppe? Verhindert SE hierdurch die unbewusste Wiederherstellung der alten traumatischen Situation und die daraus entstehende, sich ewig wiederholende, nach Lösung suchende Schleife?

Vielleicht bin ich mit mehr Fragen als Antworten aus meiner Arbeit mit diesen Straßenkindern zurückgekehrt. Eins ist sicher: „Weniger tun“ und „mehr erlauben“ hat eine große Wirkung. Diese Erfahrung konnte ich in meine Arbeit hier, die ich inzwischen als „Luxus“ bezeichne, einfließen lassen.