

Impulsvortrag 12.12.2018

AMIF – Netzwerk Auftaktveranstaltung im Kreis Rendsburg-Eckernförde

Gabriele Trede-Atayi

Frauenberatung !Via im Kreis Rendsburg-Eckernförde

„Gestern habe ich meine Kinder angeschrien, ohne Grund. Ich werde manchmal so wütend, ich weiß nicht warum, und könnte ausrasten. Ich habe dann keine Kontrolle über mich. Das macht mir so Angst.“

„Ich habe oft Albträume nachts, wache dann mit Nasenbluten und Kopfschmerzen auf. Die hatte ich auch damals, als die Polizei meinen Mann abholte und mich gegen die Wand schleuderten. Seitdem habe ich meinen Mann nicht mehr gesehen.“

„Ich gehe keinen Schritt aus dem Haus. Jemand muss mich begleiten. Allein einkaufen kann ich nicht.“

„Manchmal ist es wie damals, als ich diese schlimmen Dinge sah. Dann kann ich mich nicht bewegen und zittere am ganzen Körper.“

Diese und ähnliche Sätze von Frauen, die geflüchtet sind, höre ich in der Beratung. Es ist davon auszugehen, dass eine große Anzahl von Frauen die vor, während und nach der Flucht Gewalt erlebt haben oder Zeugin von Gewalt wurden, erheblich psychisch beeinträchtigt sind.

Mein Name ist Gabriele Trede-Atayi. Ich bin Mitarbeiterin der Frauenberatungsstelle !Via im Kreis Rendsburg-Eckernförde. Meine Kolleginnen und ich beraten und unterstützen schwerpunktmäßig Frauen, die von Gewalt betroffen sind. Frauen, die geflüchtet sind, bringen andere Dimensionen von Gewalt mit hinsichtlich des Ausmaßes und der Intensität und auch hinsichtlich der Gewaltstrukturen gegenüber Frauen und Kindern im Herkunftsland.

Damit bin ich mitten im Thema. Ich berichte über die Frauengesundheitsgruppe, die „Geschichte ihrer Entstehung“, der daran Beteiligten, der Ziele, Rahmenbedingungen, Inhalte und schließlich über die Praxis. Am Ende meines kurzen Vortrags kommen zwei Teilnehmerinnen der Gruppe zu Wort. Ich bedanke mich schon jetzt herzlich bei ihnen.

Im Sommer 2017 kamen auf Initiative des Fachdienstes Koordination Integration des Kreises Rendsburg-Eckernförde Fachleute an einen Tisch, um sich über die bestehenden Angebote und die besonderen Bedarfe von geflüchteten Frauen auszutauschen. In diesem Kreis entstanden viele Ideen und konkrete Projekte, so auch das Pilotprojekt Frauengesundheitsgruppe. Die Brücke Rendsburg-Eckernförde, das Diakonische Werk Rendsburg-Eckernförde und die Frauenberatungsstelle !Via stellten dem Kreis Rendsburg-Eckernförde ein Konzept vor, auf dessen Grundlage der Antrag auf Finanzierung bewilligt wurde.

Dieses ursprünglich von medica mondiale erarbeitete Konzept basiert darauf, geflüchtete Frauen in einem Gruppensetting durch ressourcen- und lösungsorientierte Interventionen in Richtung Empowerment und Selbstwirksamkeit zu stärken. Medica mondiale ist eine deutsche Frauenrechtsorganisation mit dem Sitz in Köln. Sie unterstützt weltweit Hilfsprojekte für Mädchen und Frauen, die von Kriegsgewalt betroffen sind.

Die Kernstrategie für die Frauengesundheitsgruppe ist dabei folgende: Geflüchtete Frauen in vergleichbaren Lebenssituationen treffen sich in einem geschützten, von Regeln der Vertraulichkeit und der gegenseitigen Achtung geprägten Rahmen. Dort tauschen sie sich aus, machen neue Erfahrungen von Freude, Wohlfühl und Kompetenz oder erlernen neue Fertigkeiten. In einer stärkenden Gruppe erfahren sie gegenseitige Unterstützung und Anerkennung ihrer Erfahrungen; sie erleben Stärkung, Entlastung, Ermutigung und Verbundenheit im Zusammensein.

Um das vorliegende Konzept an die Gegebenheiten anzupassen, in der Praxis umzusetzen und am Ende auszuwerten, sind Menschen wichtig, die verbindlich und kooperativ die notwendigen Aufgaben übernehmen. Dazu gehören

- die **Steuerungsgruppe**, die aus Kolleginnen des Fachbereichs Soziale Dienste des Kreises Rendsburg-Eckernförde, Fachbereich Integration und der beteiligten Träger besteht, und die das Projekt eng begleitet.
- Die **Projektleitung** mit dem Aufgabenbereich Abrechnung und Evaluation liegt bei der Brücke Rendsburg-Eckernförde in Persona die Leiterin des Frauenhauses
- Die **Örtlichkeit** wird zur Verfügung gestellt vom Diakonischen Werk Rendsburg-Eckernförde, in Persona von der Leiterin des Familienzentrums Rendsburg-Ost, die auch die **Kinderbetreuung** organisiert.
- Ich bin als Mitarbeiterin der Frauenberatungsstelle !Via die **Projektdurchführende**. Unterstützt werde ich dabei von Frau Mhrez, die aus Syrien stammt und mit ihrem sprachlichen und kulturellen Hintergrund die Gruppenarbeit unterstützt. Sie werden sie gleich noch kennen lernen.

### **Ziel**

ist die Unterstützung der Integration und die Stärkung von neuzugewanderten Frauen im Kreis Rendsburg-Eckernförde und die Erweiterung des Angebots für Frauen, die durch die Belastungen einer Flucht eine spezifische Unterstützung benötigen. Nach Beendigung der Gruppensitzungen und erfolgter Evaluation wird ein Leitfaden erstellt, auf dessen Grundlage das Konzept übertragbar ist auf andere Gruppen.

### **Rahmenbedingungen**

Das Projekt wird über 20 Sitzungen, die wöchentlich stattfinden, in einer Kleingruppe mit verbindlicher Kinderbetreuung durchgeführt. Zielgruppe sind Frauen aus dem arabischen Sprach- und Kulturraum. Neben einer therapeutisch qualifizierten Gruppenleitung gibt es eine Co-Leiterin, die Muttersprachlerin bezogen auf die Sprache der Teilnehmerinnen ist und hinreichend bewältigte eigene Flucht- oder Migrationserfahrung mitbringt.

Auch wenn sich dieses Projekt speziell an Frauen richtet, ist uns wichtig, hervorzuheben, dass wir Familien damit unterstützen wollen und das ganze System mit einbeziehen. Wir wollen Frauen im Gefühl ihrer Selbstwirksamkeit stärken und sie soweit an ihre Ressourcen und Bewältigungsstrategien heranführen, dass sie ihren Alltag als Familienfrauen und Mütter bewältigen können. Das gesamte Familiensystem soll so gestärkt werden. Dazu gehört, dass ich im Vorfeld Familien mit einem männlichen Sprachmittler zu Hause aufgesucht habe, um über das Angebot zu informieren.

### **Und jetzt zur Praxis:**

Seit dem 10. September dieses Jahres findet die Frauengesundheitsgruppe statt, regelmäßig montags von 9 bis 11 Uhr außerhalb der Schulferien. Die Gruppengröße schwankt von 5 bis 8 Frauen. Die Frauen sind hinsichtlich des Ausmaßes ihrer Gewalterfahrungen, ihrer Zugehörigkeit zu ethnischen Gruppen, ihrer Aufenthaltsdauer in Deutschland, ihres Bildungshintergrundes und ihres Familienstandes sehr heterogen. Entsprechend habe ich die Methoden und die eingesetzten Mittel für die Gruppenarbeit modifiziert. Trotzdem ist der Inhalt der vorher festgelegten Themenblöcke die Grundlage der inhaltlichen Arbeit. Um Ihnen einen Eindruck zu vermitteln, zähle ich hier stichwortartig einige erarbeitete Punkte auf:

- eine sichere Gruppenatmosphäre mit Gruppenregeln und Ritualen etablieren
- Übungen zu innerer Sicherheit/Beruhigung einführen
- Die aktuelle Lebenssituation beleuchten im Hinblick auf Fähigkeiten und Kompetenzen, die die Frauen mitbringen und die für die Problemlösung im Hier und Jetzt hilfreich sein können.
- Sich gegenseitig ermutigen, die eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten zu nutzen und sich gegenseitig Hilfe anbieten bei konkreten Problemsituationen
- Stress- und posttraumatische Belastungsreaktionen verstehen und wie sich diese auf den Alltag auswirken
- Sich selbst beruhigen lernen/Bewältigungsstrategien bei Ängsten lernen
- Imaginationsübungen kennen lernen, ausprobieren und ihre Anwendbarkeit und Nutzen besprechen
- Muttersprachliche Anleitungen zu behutsamen Körperübungen (TSY traumasensitives Yoga) kennen lernen sowie die Wirkung erfahren und die Übertragbarkeit in den Alltag testen

Aber wer könnte die Wirkung der Arbeit in der Frauengesundheitsgruppe besser beschreiben als die betroffenen Frauen selbst? Als wir die Frauen fragten, wer dazu gern in diesem Rahmen, auf dieser Auftaktveranstaltung etwas dazu sagen möchte, haben sich zwei Frauen spontan dazu bereit erklärt.

Ich danke ihnen dafür und begrüße sie sehr herzlich

.....

Ich danke Ihnen für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit