

## Das Konzept zur Trauma- und Menschenrechtsarbeit von *medica mondiale*

---

Sexualisierte Kriegsgewalt ist ein Angriff auf das intimste Selbst. Viele Faktoren wie Tabuisierung, Ausgrenzung oder gar Bedrohung durch die Familie, die Gesellschaft und sensationslüsterne Presseberichte führen dazu, dass die Frauen nie über das Erlebte sprechen können und ein Leben lang an den seelischen und körperlichen Verletzungen tragen. Hinzu kommt die Zerstörung sozialer und gesellschaftlicher Strukturen, Armut und unzureichende medizinische Versorgung, die die alltägliche Gewalt gegen Frauen noch verschärfen.

medica mondiale hat während jahrelanger Arbeit in Kriegs- und Krisenregionen und in Zusammenarbeit mit Fachfrauen vor Ort ein ganzheitliches Konzept entwickelt, das Frauen bei der Bewältigung ihrer traumatischen Erfahrungen unterstützt, die soziale Integration sowie die aktive Teilhabe von Frauen an gesellschaftlichen Veränderungsprozessen fördert und sie darüber hinaus vor erneuter Gewalt schützt.

### Langfristige Unterstützung

Die zerstörerischen sozialen und psychischen Folgen von sexualisierter Kriegsgewalt dauern oft jahrelang an. Manchmal treten Traumasymptome auch in der nächsten Generation auf. Zudem finden viele Frauen erst spät Zugang zu Hilfsangeboten. Deshalb fördert *medica mondiale* den Aufbau nachhaltiger lokaler Unterstützungsstrukturen für von Gewalt betroffene Frauen. Um deren langfristigen Erfolg – auch nach dem Abzug internationaler Hilfe – sicherzustellen, werden entweder bereits vorhandene Organisationen oder Frauengruppen gefördert oder *medica mondiale* baut eigene Projekte auf, die dann so früh wie möglich an einheimische Mitarbeiterinnen übergeben werden. Dabei ist es ein Grundprinzip, Frauen weltweit darin zu bestärken, eigene Wege – individuell und in der Gemeinschaft – zur Bewältigung von traumatischen Gewalterfahrungen und zur Verhinderung erneuter Gewalt zu finden. ■

### Ganzheitlicher Ansatz

Vergewaltigungen und andere Formen der Gewalt gegen Frauen haben lebensbeeinträchtigende Folgen auf psychischer, körperlicher, spiritueller, sozialer Ebene. Darüber hinaus tragen Scham, Stigmatisierung und die Gefahr aus der Familie verstoßen zu werden dazu bei, dass Frauen nur sehr niedrigschwellige und auf keinen Fall stigmatisierende Hilfsangebote wahrnehmen können.

*medica mondiale* bietet daher breit gefächerte Unterstützung an: medizinische Behandlung und Beratung, psychoso-



Psychosoziale Beratung in Afghanistan  
© Lizette Potgieter/*medica mondiale*

ziale oder psychotherapeutische Unterstützung, Ausbildung und einkommensschaffende Maßnahmen sowie Rechtsberatung. Die Hilfe erfolgt in den *medica mondiale* Beratungszentren wie auch direkt in den Gemeinden, zum Beispiel durch Einsatz einer mobilen gynäkologischen Ambulanz. ■

### Anpassung an die Bedingungen vor Ort

Der Kontext für die Trauma- und Menschenrechtsarbeit von *medica mondiale* ist je nach Konfliktregion sehr unterschiedlich. Der regional angepasste Arbeitsansatz von *medica mondiale* hängt maßgeblich davon ab, wie die Situation vor Ort aussieht. Dafür werden Ausmaß, Folgen und die spezifische Wahrnehmung sexualisierter und anderer Formen von Gewalt gegen Frauen und Mädchen sowie bestehende Unterstützungsansätze in der Region vor Projektbeginn mit zentralen Organisationen, Gruppen und Individuen vor Ort diskutiert und systematisch analysiert. ■



Kosovarische Frauen kämpfen noch immer für ein Entschädigungsgesetz © Sybille Fezer/*medica mondiale*

## Menschenrechtsarbeit

Das fortgesetzte Fehlen von Sicherheit und permanente neue Gewalt an Frauen (Gewalt in der Familie, soziale Ausgrenzung, sexuelle Ausbeutung durch Mitarbeiter von Hilfs- und Entwicklungsorganisationen sowie Soldaten von Friedenstruppen) ist typisch für Konflikt- und Nachkriegsregionen. So ist auch die Verbindung zu politischer Menschenrechtsarbeit von *medica mondiale* zu sehen, die tatsächliche Sicherheit für Frauen und Mädchen als Primärbedingung für eine effiziente Trauma-Arbeit fordert. Die psychischen und sozialen Folgen von sexualisierter Gewalt müssen immer im Kontext der massiven Menschenrechtsverletzungen gesehen werden, in denen sie entstanden sind. Zur Unterstützung von kriegstraumatisierten Frauen nimmt *medica mondiale* deshalb auch die gesellschaftlichen und politischen Rahmenbedingungen in den Blick, betreibt Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Gewalt gegen Frauen und setzt sich politisch für die Rechte von Frauen ein. Individuelle Angebote und gesellschaftliche Aufklärung und Sensibilisierung greifen als so genannte „Doppelstrategie“ abgestimmt ineinander und haben zum Ziel, traumatisierte Frauen optimal zu unterstützen und deren Rechte durchzusetzen. ■

## Gerechtigkeit

Kriegsvergewaltigungen sind schwere Menschenrechtsverletzungen. Trotz des erschreckenden Ausmaßes werden die Verbrechen an Frauen immer wieder als nebensächlich behandelt oder gar teilweise geleugnet und es herrscht weitgehend Straflosigkeit für Täter. Ohne die offizielle Anerkennung und die Ahndung der an ihnen begangenen Verbrechen kann es für Frauen weltweit keine Wiedergutmachung oder Entschädigung geben – geschweige denn Gerechtigkeit.

*medica mondiale* prangert die Menschenrechtsverletzungen öffentlich an und fordert die strafrechtliche Verfolgung sexualisierter Kriegsgewalt. In den letzten Jahren hat *medica mondiale* insbesondere die Arbeit der internationalen Gerichtshöfe kritisch begleitet und sich beharrlich für den Schutz der traumatisierten Zeuginnen und eine angemessene Prozessführung eingesetzt. ■

## Existenzielle Sicherheit schaffen

Angesichts von wirtschaftlicher Not und der Trauer um Familienangehörige brauchen die meisten Frauen in Nachkriegsländern zunächst vor allem das Gefühl existenzieller Sicherheit. Erst dann können sie mit der Be- und Verarbeitung von Gewalt und Schrecken des Krieges beginnen. Die Unterstützung bei der praktischen Lebensbewältigung steht daher meist am Anfang der psychosozialen Beratung und Begleitung der Frauen. In jedem Projekt wird zunächst die materielle Absicherung der Klientinnen angestrebt – entweder durch *medica mondiale* selbst oder durch die Vermittlung an andere Hilfsorganisationen. Die Frauen werden mit Lebensmitteln, Decken oder Kleidung unterstützt und die Mitarbeiterinnen von *medica mondiale* helfen den Frauen bei der Suche nach Arbeit und Wohnraum oder beim Wiederaufbau ihrer Häuser. Wenn Frauen von akuter Gewalt bedroht sind, finden sie vorübergehende Unterbringung in Frauenschutzräumen von *medica mondiale*. ■

## Verständnis und Engagement fördern

Ganz wesentlich für den Erfolg der Arbeit von *medica mondiale* ist die Sensibilisierung in den Familien und Gemeinden, in Gesundheitseinrichtungen und Schulen, bei Polizei, Justiz und religiösen Führern. Ziel ist es, eine Grundbasis zu schaffen für die solidarische und kompetente Unterstützung von gewaltbetroffenen und traumatisierten Frauen und Mädchen sowie für den Aufbau funktionierender Netzwerke zur Vorbeugung von erneuter Gewalt. ■

## Gemeindeorientierter Ansatz

Eines der Ziele von *medica mondiale* ist es, letztlich die Verantwortung für die Unterstützung gewaltbetroffener Frauen und Mädchen sowie für Präventionsmaßnahmen in den Gemeinden selbst zu verankern. Deshalb kooperiert *medica mondiale* eng mit Unterstützungsgruppen oder anderen engagierten Gemeindemitgliedern vor Ort. Sie werden dahingehend geschult, dass sie als Vertrauenspersonen angesprochen werden können, erste Unterstützung leisten, Frauen weiter vermitteln an *medica mondiale* und auch zur Reintegration gewaltbetroffener Frauen in die Gemeinde beitragen. ■

## Training von Fachkräften und Aufbau von Unterstützungsnetzwerken

Für die Verarbeitung von Gewalterfahrungen ist es existenziell, dass die Betroffenen in der Zeit nach dem Trauma angemessene Unterstützungsangebote erhalten. Nicht selten kommt es im Zusammenhang mit medizinischer Versorgung oder im Kontakt mit Behörden und Institutionen zu erneuten Traumatisierungen.



Monika Hauser bei der Eröffnung des Frauenzentrums in Fish Town in Liberia © Sybille Fezer/*medica mondiale*

*medica mondiale* sieht es daher als ihre dringende Aufgabe, durch Trainings und den Aufbau von Unterstützungsnetzwerken die Kompetenz von Fachkräften und Berufsgruppen zu erweitern, die in ihrem Arbeitsfeld mit traumatisierten Frauen und Mädchen zu tun haben – wie z.B. Hebammen, Ärztinnen, Polizistinnen, AnwältInnen. ■

### Traumatasensible Beratung und Begleitung

Ein psychisches Trauma zerstört das Gefühl von Sicherheit, es greift das Urvertrauen an, persönliche Grenzen werden weit überschritten, die eigene Selbstachtung ausgehöhlt und ein überwältigendes Gefühl von Hilflosigkeit erzeugt. Außer den Therapeutinnen und psychosozialen Beraterinnen müssen alle Mitarbeiterinnen der Organisation vor Ort – so Ärztinnen, Hebammen, Anwältinnen – in der Lage sein, Anhaltspunkte bei den Frauen zu erkennen, die auf eine Traumatisierung oder Gewalterfahrung hinweisen, ohne dass die Betroffenen direkt über ihr Erlebnis sprechen – Scham und die Angst, stigmatisiert zu werden, erschweren dies vielen Frauen beträchtlich. Indem sie sich im jeweiligen Beratungskontext – medizinische Versorgung, Hilfe bei der Job- und Wohnungssuche, Rechtshilfe und Beratung – einfühlsam auf die Klientin einlassen, ermöglichen sie den Frauen, sich ihnen anzuvertrauen und darüber hinausgehende Unterstützung bei der Verarbeitung von Traumata zu erhalten, gegebenenfalls dann durch die Vermittlung an die Beraterinnen. Ein erster Erfolg ist es, wenn es den Mitarbeiterinnen gelingt, den Klientinnen inmitten der vielfach widrigen Lebensumstände durch materielle Unterstützung, gesundheitliche Versorgung und achtsame Gespräche ein wenig mehr Sicherheit zu vermitteln und ihre soziale Isolation aufzuheben. ■

### Psychosoziale Traumaarbeit bei *medica mondiale*

*medica mondiale* arbeitet in ihren Projekten vor Ort ausschließlich mit einheimischen psychosozialen Beraterinnen. In vielen Ländern sind psychosoziale und traumaspezifische Arbeitsansätze weitgehend unbekannt, es gibt nur wenige ausgebildete Fachkräfte vor Ort. Gleichzeitig existieren aber meist auch keine funktionierenden traditionellen „Heilungsmechanismen“ oder andere Verarbeitungsansätze für Frauen. Deshalb bietet *medica mondiale* intensive Fortbildungen für die Mitarbeiterinnen vor Ort an und lädt sie auch zum

Erfahrungsaustausch mit Kolleginnen in anderen Projekten von *medica mondiale* ein.

Letztlich entwickelt *medica mondiale* gemeinsam mit den einheimischen Mitarbeiterinnen geeignete Ansätze zur psychosozialen Begleitung und Traumaarbeit. Ziel der psychosozialen Begleitung beziehungsweise von Psychotherapie ist es, die Betroffenen bei der Bewältigung traumatischer Erfahrungen zu unterstützen und ihnen die Chance zu geben, trotz der Erfahrung von entwürdigender und zerstörerischer Gewalt eigenständig und sicher zu leben, in einem sozialen Umfeld, das ihre Leiden, aber auch ihren Überlebenswillen und ihre Stärke anerkennt. Dabei geht es unter anderem um die Wiederherstellung des Selbstwertgefühls, die Verringerung von Traumasymptomen und um die Aufhebung sozialer Isolation. Die Betroffenen sollen sich nicht mehr gänzlich durch die Vergangenheit und die Gewalterfahrung bestimmt fühlen, sondern die Aufmerksamkeit wieder auf Gegenwart und Zukunft richten können. ■

### Psychosoziale Arbeit in Beratungsgruppen

Ein sehr erfolgreicher Ansatz ist die psychosoziale Gruppenarbeit, die gerade dadurch so wirksam ist, dass die Teilnehmerinnen sich über ihre Probleme in der Gruppe austauschen und sich gegenseitig unterstützen können. Ganz wesentlich ist dabei ein wachsendes Verständnis für den Zusammenhang zwischen Menschenrechtsverletzungen und Traumasymptomen sowie der Verbindung zwischen körperlichen und psychischen Problemen, die Verringerung von Traumasymptomen, das Erlernen neuer sozialer Kompetenzen und der Aufbau von Freundschaften und informellen Netzwerken. Je nach Ausbildungsschwerpunkt der Beraterinnen werden dabei Ansätze aus der kognitiven oder Verhaltenstherapie, Elemente aus der Hypnotherapie, körperpsychotherapeutische oder kreativtherapeutische Ansätze eingesetzt. ■

### Individuelle psychosoziale Beratung und therapeutische Arbeit

Begleitend zu den Gruppen werden immer auch individuelle Beratungsgespräche angeboten. Für viele Frauen ist es nur in diesem Rahmen möglich, über ihre belastenden Erfahrungen zu sprechen. Bei Frauen, die von akuter Gewalt betroffen sind, geht es dabei zunächst einmal um Krisenintervention und psychologische Ersthilfe, im weiteren Verlauf der Beratung um die Wiederherstellung von Sicherheit und Stabilisierung.

Je nach Krisenkontext, Ausbildungsstand der Beraterin und der jeweiligen Lebenssituation der Betroffenen ist es auch möglich, traumatische Erfahrungen therapeutisch aufzuarbeiten – dies kann Monate und Jahre dauern. Zum heilenden Abschluss kann der therapeutische Prozess kommen, wenn es der Klientin gelingt, die traumatischen Erlebnisse als Teil ihrer Lebensgeschichte zu akzeptieren und eine neue eigene Lebensperspektive zu entwickeln. Dabei ist die

offizielle Anerkennung und die Ahndung von sexualisierter Gewalt als schwerer Menschenrechtsverletzung ein wichtiger Faktor zur Wiederherstellung von Gerechtigkeit für die Überlebenden. ■



Die mobile gynäkologische Ambulanz von *medica Kosova* fährt in abgelegene Dörfer. © Christel Becker-Rau

### Hilfe für die Helferinnen

In Kriegs-, Krisen- und Nachkriegsgebieten stehen Menschen, die in helfenden Berufen arbeiten, vor großen Herausforderungen. Sie selbst haben kaum Möglichkeiten, die schrecklichen Erlebnisse zu verarbeiten und eigene Verluste zu betrauern. Der Umgang mit traumatisierten Frauen kann zu großen Verunsicherungen führen. Fachkräfte können sich überfordert fühlen und gegebenenfalls keine angemessene Hilfestellung mehr bieten – oft überschreiten sie ihre persönlichen Grenzen, um den Bedürfnissen der Klientinnen gerecht zu werden. Für die Mitarbeiterinnen der Partnerprojekte vor Ort und auch für anderes Fachpersonal bietet *medica mondiale* daher Kurse an, in denen die Auswirkungen des Umgangs mit Psychotrauma und Gewalt auf die eigene Person und Strategien zur Vorbeugung von Burnout und der so genannte stellvertretenden Traumatisierung vermittelt werden. ■

### Kontrolle über das eigene Leben und neue Perspektiven

Neben der begleitenden Stabilisierung und bestenfalls Traumaverarbeitung ist die Schaffung ökonomischer Überlebensperspektiven unerlässlich. Bewährt hat sich dabei die Verbindung von psychosozialer Beratung und Aus- oder Fortbildung. Das Stigma der Kriegsvergewaltigung und auch der Tod von Angehörigen erschwert Frauen in der Nachkriegszeit die Rückkehr in ein Leben ohne Gewalt und Unterdrückung. Viele Frauen kämpfen nach dem Krieg mit der Armut, manche sehen sich aus Existenznot zur Überlebens-Prostitution gezwungen, werden Opfer von Menschenhandel oder leben in ausbeutenden Abhängigkeitsverhältnissen – ein Schicksal, das für diese Frauen die erschreckende Fortsetzung der im Krieg erlebten sexualisierten Gewalt bedeutet. *medica mondiale* erachtet die Chance auf ein würdiges Weiterleben als ein Menschenrecht, das im Sinne der Ge-

schlechtergerechtigkeit auch für Frauen gilt. Eine wichtige Säule in der Projektarbeit von *medica mondiale* ist deshalb die Schaffung von Erwerbsmöglichkeiten für Frauen. *medica mondiale* bietet Alphabetisierungskurse und berufliche Fortbildungen an und bindet Frauen in erwerbsfördernde Maßnahmen ein. Frauen sollen in der Lage sein, eigenständig ihren Lebensunterhalt zu sichern. Dabei unterstützt *medica mondiale* Frauen auch in ihrem emanzipatorischen Prozess, sich gegen patriarchale Rollenzuschreibungen zu wehren. Dieser Prozess unterstützt die psychische Heilung, da damit auch die Wiedererlangung der Kontrolle über das eigene Leben verbunden ist.



Kosovarische Bäuerin mit eigener Kuh in Dobrosh  
© Sybille Fezer/*medica mondiale*

Der nachhaltige Erfolg ist gesichert, wenn – wie im Fall der kosovarischen Bäuerinnen im Projekt *medica Kosova* – die Frauen ein eigenes Einkommen für sich und ihre Kinder erwirtschaften können und daraus auch eine selbstbestimmte Lebensgestaltung folgt. ■

### Frauen als Initiatorinnen für gesellschaftliche Veränderung

Gestärkte Frauen wirken als positives Modell bis tief in ihre Gesellschaft hinein – beispielgebend und Mut machend für andere Frauen, eine Herausforderung für Männer. Doch eine Bewältigung der individuellen wie auch kollektiven Kriegstraumata hin zu einer wirklichen Befriedung der Nachkriegs-Gesellschaft muss auch eine Reflexion des gewalttätigen Geschlechterverhältnisses beinhalten, eine äußere Demokratisierung ist ohne die innere nicht wirklich nachhaltig. *medica mondiale* sieht Frauen in einer maßgeblichen Rolle bei der zivilen Konfliktbearbeitung; durch ihre Lebenserfahrungen bringen sie für Verständigung und Versöhnung prädestinierte Kompetenzen mit. Auch weil der systematische Ausschluss von Frauen die Nachhaltigkeit von Friedensabkommen gefährdet, unterstützt *medica mondiale* Frauen beim Einklagen ihres Rechts auf politische Partizipation an Wiederaufbau- und Friedensprozessen. ■