

Zwei Masterkurse in Positiver Psychotherapie in Äthiopien

■ Nach einem sechsstündigen Nachtflug kommen wir ziemlich übermüdet in Addis Abeba an. Das Gehirn ist noch in Watte gepackt, und der Kopf trudelt nach, als wir uns durch Zoll und Visa-Abteilung schlängeln. Wie ein Eimer frisches Wasser schlägt uns die frische Morgenluft von Addis ins Gesicht, als wir aus dem Flughafengebäude treten. Um uns herum wabert das fremdländische Sprachengewirr der diversen Ethnien, und die Vielfalt der afrikanischen Rhythmen bringt unsere müden Muskeln zum Zucken. Es ist wie eine Aufforderung zum Tanz und der dezente Hinweis: »Leg deinen ach so rationalen mitteleuropäischen Kopf einfach mal zur Seite, und lass dich ganz drauf ein. Mach einfach alle Sinnesorgane auf – Ohren, Mund, Nase, Poren und vor allem die Augen.« Grün-blaue Gewänder konkurrieren mit orange-gelben Tüchern und Kopfbedeckungen. Naturfarbene afrikanische Muster sind auf Haut, Kleidern und an den Wänden zu finden – von Hennarot und Wüstengelb über Ockerbraun bis hin zu grellem Weiß. Die fremden Gerüche, das bizarre Geschrei der Morgenvögel verbindet sich mit dem Geheupe und dem Smog der Großstadt. Meine letzten Traumfetzen schmelzen langsam dahin, und ich habe das Gefühl, einen halben Meter über dem Boden zu schweben. Da die Sonne noch nicht richtig aufgegangen ist und Addis mehr als 2000 Meter über dem Meeresspiegel liegt, ist das Wetter recht frisch, aber es verspricht ein warmer Tag zu werden. Helga Mengistu-Faust, die für die Peseschkian-Stiftung die Stellung in Äthiopien hält, holt uns vom Flughafen ab und fährt mit uns ins Hotel zu einem kleinen Frühstück. Aber für eine längere Entspannung ist leider keine Zeit, weil wir schon am Nachmittag nach Jimma, einer kleinen Universitätsstadt, weiterfliegen. Deshalb hat Helga für uns einen »Entspannungs-Crashkurs« organisiert. Wir werden sehr professionell

in einem Kosmetik- und Massagestudio durchgeknetet, und danach sind wir endlich richtig wach. Gegen 16 Uhr fliegen wir mit einer alten Propellermaschine über fruchtbares Land, grüne Hügel, steppenähnliche Landschaften und Dörfer mit runden Strohhütten und glitzernden Blechdächern nach Jimma, einer Stadt südwestlich von Addis. Von den ungefähr 132 000 Einwohnern sind mehr als ein Viertel Studenten (ca. 35 000). Nachdem wir im Hotel eing_checked haben, finden wir gerade noch unser Zimmer und fallen in einen tiefen, traumlosen Schlaf. Auf der Fahrt zum Uni-Gelände, wo unser Seminar stattfindet, bekommen wir am nächsten Tag typisch afrikanisches Leben mit: Fast alles scheint sich auf der Straße abzuspielen. Zwischen den vielen bunten Holz- und Blechhütten, flanieren Hunderte, ja Tausende Fußgänger. Ganz Jimma scheint auf den Beinen zu sein. Und alles ist da – neben den diversen Obstständen und einer Vielzahl von Fressbuden gibt es Schnitzholzläden, unzählige Handyverkaufsstellen, Fotostudios, Optikerläden und Apotheken. Und auf der Straße Hunderte kleine Privatbusse, Minitaxis (»Tuk-Tuks«), Schrottautos, die kein deutscher TÜV durchlassen würde. Und sie alle schaffen es anscheinend, ohne Regeln jedem Unfall davonzufahren. Wir sehen zumindest keinen einzigen Unfall. Aus diversen Lautsprechern dudelt afrikanische und orientalische Musik. Zwischen dem Straßenstaub und den Autoabgasen liegt auch schon mal ein Betrunkenener oder Drogenabhängiger. Je mehr wir uns dem Uni-Gelände nähern, umso häufiger sehen wir Kranke, Gebrechliche und Verwirrte. Der Uni-Campus liegt in einem schönen, grünen, abgegrenzten Bereich. An jedem Eingang wird man kontrolliert wie am Flughafen. Es soll vor einiger Zeit hier einen (wenn auch kleinen) Bombenanschlag gegeben haben. Nachdem wir ge-

checkt wurden, gelangen wir in den Konferenzraum im ersten Stock des psychologischen Instituts. Auf den ersten Blick sieht der Raum gediegen aus: dunkle Möbel, großer Konferenztisch, bequeme Sessel. Es gibt einen Beamer und ein Whiteboard. Erst auf den zweiten Blick erkennt man die marode Infrastruktur und fragwürdigen Seiten: ein Gewirr von porösen Elektroleitungen, Putz, der von den Wänden fällt, verschlossene Toiletten. Aber alles kein Problem. Es ist, als würde es hier dazugehören, als müsste es so sein. Eigentlich sollte das Seminar am Samstag um neun Uhr anfangen, bis alle Teilnehmer eingetrudelt sind, ist es 9.45 Uhr.

Erste Lehre: Vergiss die deutsche Pünktlichkeit.

Es sind zwölf Teilnehmer: Psychiater, Psychotherapeuten, Psychologen, Sozialpädagoginnen, psychologische Berater (»counselor«) und Krankenschwestern, alle sehr kompetent und hoch motiviert.

Zweite Lehre: Profis aus der dritten Welt sind besser als ihr Ruf.

Bereits bei der Vorstellungsrunde schauen immer mal wieder ein paar Äffchen in den Seminarraum herein – wohl angelockt durch Seminarkekse, Obst und Chips, während draußen große, rabenartige Vögel mit einem gelben Hals laut palavern und krächzen.

Thema dieses Seminars: »Trauma«. Meine Koreferentin Birgit Weiner, die schon mehrmals in Äthiopien war, kannte die meisten aus der Gruppe von früheren Seminaren. Schon von Anfang an ist eine sehr offene und vertraute Atmosphäre in der Gruppe entstanden, in der sehr intensiv gearbeitet werden kann. Theorie wechselt ab mit praktischen Übungen, Einzelarbeit im Stillen und Kleingruppenarbeit mit Plenum. Am Ende des ersten Tages ist eine fast euphorische Stimmung in der Gruppe entstanden, und alle freuen sich auf den nächsten Tag.

Dritte Lehre: Gerade wenn die Infrastruktur nicht optimal ist, kann es gelingen, in einer guten Atmosphäre intensiv und produktiv zu arbeiten.

Der zweite Tag des dreitägigen Seminars (am Sonntag) bleibt auf hohem Niveau. Interessante Themen sind die interkulturellen Sichtweisen zwischen Äthiopiern und Mitteleuropäern und der unterschiedliche Umgang mit Verletzungen, Schmerz und Trauma. Während wir in Europa auf die institutionelle Hilfe der Profis setzen, ist es im ländlichen Äthiopien die Familie oder die (Dorf-)Gemeinschaft, die Hilfen anbietet. In den Städten spielen auch die Profis eine zunehmend wichtigere Rolle. Dummerweise entwickeln sowohl Birgit als auch ich heftige Gesundheitsprobleme am Spätnachmittag dieses zweiten Tages. Während Birgit den dritten Tag malade im Bett daniederliegt (mit Tee und Haferschleim), bin ich gefragt und muss/darf das Seminar alleine durchführen. Obwohl Trauma nicht gerade mein Spezialgebiet ist, kann ich – aufbauend auf der guten Atmosphäre der ersten beiden Tage – den Kurs zu aller Zufriedenheit und mit sehr guten Rückmeldungen beenden. Danach haben wir zwei Tage seminarfrei. So kann ich mir – während Birgit rekonvalesziert – Jimma, das städtische Museum und die psychiatrische Klinik dieser Kleinstadt ansehen, bevor wir Dienstagnachmittags zurück nach Addis fliegen, wo das zweite Seminar stattfinden soll. Am nächsten Tag (Mittwoch) lasse ich mich allein durch Addis Abeba treiben, schaue mir den äthiopischen Alltag der Menschen an, lande in diversen orthodoxen und anderen Kirchen, alten Gemäuern, Gebäuden und Museen. Die »Mutter der Menschheit« mit dem Namen »Lucy« (der Name ist übrigens übernommen aus dem Beatles-Song »Lucy in the sky with diamonds«), den 3,2 Millionen alten Urmenschen, darf ich mir im äthiopischen Nationalmuseum natürlich nicht entgehen lassen. Dieses 1974 gefundene (Teil-) Skelett (*Australopithecus afarensis*) zählt als »missing link« zu den wichtigsten Funden, um die Entstehung der Menschheit zu verstehen. Von Donnerstag bis Samstag soll das zweite Seminar in Addis durch-

geführt werden. Das Thema heißt dabei »Positive Familientherapie«, und es wird in einer kleinen psychiatrischen Privatklinik stattfinden. Auch hier wieder (nach einem etwas spröden Anfang) eine sehr gute Atmosphäre und sehr kompetente Kollegen (zwölf bis 13 Teilnehmer), die wissbegierig alles aufsaugen, was wir ihnen mitgeben wollen. So wird die individuelle Analyse des Familienstammbaumes sowohl in kleinen Gruppen als auch im Plenum bearbeitet. Das ist hoch spannend, weil es bei über 80 äthiopischen Ethnien doch sehr unterschiedliche Familienstrukturen gibt. Da gibt es Männer, die mit fünf Frauen mehr als 25 Kinder haben. Da gibt es Gruppenidentitäten, bei denen der Einzelne nur wenig zählt (was natürlich einen großen Einfluss auf den therapeutischen Prozess hat). Und es gibt natürlich auch die traditionelle Großfamilie. Welche Rolle spielt da das Familienoberhaupt? Wie ist die Beziehung zwischen Vater und Mutter? Wie sehen Geschwisterbeziehungen aus? Wie sieht in solchen Familien die unterschiedliche Sozialisation von Mädchen und Jungs aus? Wie werden für später die Rollen als Mann und Frau kulturell geprägt? Was ist erlaubt, geduldet, verboten? Die Unterscheidung zwischen »Sex« (biologisches Geschlecht) und »Gender« (kulturell geprägte Geschlechtsrolle in Äthiopien im Vergleich zur mitteleuropäischen) spielt dabei im Seminar eine wiederkehrende Rolle. Generell ging es auch um die Fragen: Wie viel Individualität ist in den einzelnen Ethnien erlaubt? Welche ungelebten Träume der Eltern sollen/müssen (explizit oder implizit) von den Kindern verwirklicht werden? Kurz gesagt: Wie viel »Ich« wird in einer Gruppe geduldet, bei der das »Wir« doch so dominant ist? Vor allem in den inoffiziellen Kontakten außerhalb der Seminarsitzungen, in den Pausen oder am Abend, tauchen noch ganz andere individuelle Aspekte auf: Wie sieht es mit meiner persönlichen Männer-/Frauenrolle aus? Wie bin/werde ich ein guter Vater oder eine gute Mutter? Darf ich mit meinem Sohn/Tochter über Sexualität sprechen? Wie setze ich meinem Kind angemessen Gren-



zen, ohne zu körperlicher Züchtigung greifen zu müssen? Hier zeigte sich, dass sich in den jeweils dreitägigen Seminaren doch eine sehr große Offenheit und ein sehr gutes Vertrauensverhältnis entwickelt hatten. Der Abschied von der Gruppe war sowohl in Jimma als auch in Addis sehr emotional, mit viel Lachen, Entspannung und zum Teil mit erlösenden Tränen. Die Rückmeldungen waren durchweg positiv, und alle würden uns gerne als Seminarleiter für die letzten Module wiedersehen. Wir werden sehen ...

Fazit: Ich habe sehr interessante Erfahrungen in einem mir bislang fremden Land gemacht. Ich habe viel über die unterschiedlichen Sichtweisen zwischen Deutschen/Mitteleuropäern und Äthiopiern/Afrikanern gelernt. Und diese Erfahrung hilft, die eigene Position zu relativieren. Es ist eben nur ein Blickwinkel aus dem jeder von uns die Welt betrachtet. Aus einem anderen Blickwinkel, sieht sie vielleicht doch ganz anders aus. Schließlich: Die Welt ist groß genug, dass wir alle darauf (Un-)Recht haben können.

Werner Gross

Fotos: Michael Müller,
WOGÉ

Werner Gross
Psychologisches Forum
Offenbach (PFO)
Bismarckstr. 98,
63065 Offenbach/Main
E pfo-mail@t-online.de
www.wernergross.com