Das Schweigen brechen

Tamach heisst auf Hebräisch «Hilfe und Unterstützung». Und genau das bietet die psychosoziale Beratungsstelle für Holocaust-Überlebende und ihre Angehörigen in der Schweiz seit nunmehr zehn Jahren mit viel Engagement und Gespür.

VON RITA SCHWARZER

evital Ludewig erinnert sich noch gut an die erste Gruppe mit Überlebenden. Dreizehn Frauen und Männer waren gekommen. Alle hatten das dringende Bedürfnis zu erzählen. «Ich war im Versteck, danach im KZ», begann die Erste. «Was ich erlebt habe, ist viel schlimmer als das, was Anne Frank widerfahren ist.» Eine Zweite sagte: «Ich habe Auschwitz und den Gulag überlebt. Der Gulag war noch viel schlimmer als das KZ.» Der Dritte fragte: «Ich war im Krieg Partisan. Darf ich mich hier überhaupt äussern?» - «Dabei hatte dieser Mann seine Frau und drei Kinder verloren», erinnert sich die Psychologin. Das Tamach-Team, zu dem nebst Revital Ludewig und Miriam V. Spiegel bis vor vier Jahren auch Silvie Tyriangel gehörte, intervenierte rasch: «Das Leid jeder Person ist für sie selber am Schlimmsten», gab es der Gruppe zu bedenken. «Jede Geschichte ist einzigartig.» Vor allem aber: «Das Leid der Überlebenden darf nicht miteinander verglichen werden.» Nach dieser ersten Erfahrung bildeten die drei Fachfrauen fortan nur noch themenspezifische Gruppen. Etwas später erweiterten sie ihr Beratungsangebot um Einzel-, Paar- und Familientherapien, Telefonberatung, Hausbesuche sowie Hilfestellungen für jene Opfergruppe, die bei Kriegsende jünger als 16 Jahre war und die Schoah im Versteck, Exil oder in Pflegefamilien überlebt hatte.

Lange Jahre ohne Hilfe

Es dauerte 53 Jahre, bis Holocaust-Überlebende in der Schweiz eine Beratungsstelle für ihre psychischen Probleme erhielten. «Viele Betroffene fragten zu Recht: «Warum erst jetzt?»», erinnert sich Revital Ludewig. Die Versorgungslücke war offensichtlich. Und nicht nur hierzulande, Auch Amcha («Dein Volk»), die weltweit erste solche Institution in Israel, entstand erst 1987. Bis in die sechziger Jahre existierte noch nicht einmal eine Trauma-Diagnostik für die Opfer der Schoah. Nach Ansicht von Gábor Hirsch, Initiant und Leiter der Kontaktstelle für Holocaust-Überlebende, wäre es Aufgabe der jüdischen Gemeinden gewesen, solche Angebote zu schaffen, und zwar «viel früher, als es noch sinnvoller war». Inzwischen sei die Mehrheit der Direktbetroffenen gestorben oder lebe in Alters- und Pflegeheimen.

Jahrzehntelang fehlte ganz generell das gesellschaftliche Bewusstsein und der politische Wille für die Wichtigkeit solcher Anlaufstellen. Noch heute wird Tamach ausschliesslich von jüdischen Stiftungen und jüdischen Privatpersonen finanziert. Als das Beratungsteam in der Gründungsphase auch Schweizer Grossbanken als potenzielle Spender anschrieb, erhielten sie zur Antwort, «man habe die Holocaust-Gelder inzwischen in die USA geschickt. Wir sollen unser Gesuch dort einreichen», so Ludewig.

Aber auch die Überlebenden selber hatten nach Kriegsende notgedrungen andere Prioritäten: Zunächst ging es um das pure körperliche Überleben. Dann um den Aufbau einer neuen Existenz. Viele entwickelten dabei erstaunliche Kräfte und Strategien. Sie gründeten Familien, machten beruflich Karriere, integrierten sich (unterschiedlich erfolgreich) in ihrer jüdischen Gemeinde und in der Schweiz. Doch mit zunehmendem Alter wurden die jahrzehntelang bewährten Schutzmechanismen brüchig. Und spätestens nachdem

JUBILÄUM

FACHTAGUNG ZUM ZEHNJÄHRIGEN BESTEHEN

> «Zwischen Zerbrechen und Bewältigung: psychologische Arbeit mit Traumaopfern» heisst der Titel des zweitägigen Symposiums. Es will einen tieferen Einblick in die Arbeit mit Opfern, insbesondere den Überlebenden des Holocaust und ihren Angehörigen vermitteln. Zu den Referenten gehören nebst den Tamach-Therapeutinnen auch Nathan Durst, klinischer Leiter von Amcha Jerusalem, Thomas Maier, Leiter des Ambulatoriums für Folterund Kriegsopfer an der psychiatrischen Poli-

Maier, Leiter des Ambulatoriums für Folterund Kriegsopfer an der psychiatrischen Poliklinik Zürich, die Psychoanalytikerin und Dozentin Ursula Wirz und Alt-Bundesrätin Ruth Dreifuss. Erstmals verliehen wird an dieser Tagung auch der Bigler-Bergheimer-Preis. Dessen Zweck besteht darin, wissenschaftliche, pädagogische, soziale oder psychologisch wertvolle Arbeiten und Projekte mit einem Geldpreis zu ehren. Erster Preisträger ist Nathan Durst.

29.–30. November in der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Merkurstrasse 43, 8032 Zürich. Anmeldungen: info@Tamach.org oder Telefon 044 202 56 58.

die Kinder von zu Hause ausgeflogen waren und das Arbeitsleben hinter ihnen lag, drängten tief vergrabene Bilder und Gefühle immer heftiger und schmerzlicher ins Bewusstsein zurück. Flashbacks, Depressionen und psychosomatische Störungen waren die Folge. In dieser Phase, glaubt Gábor Hirsch, können sowohl seine Kontaktstelle wie auch Tamach «eine wichtige Aufgabe erfüllen, indem sie den Leuten beistehen, sie in ein soziales Netz einbinden und ihnen Halt geben».

Kinder im Schatten der Schoah

Als die Überlebenden ihre Familien gründeten, ahnten sie nicht, dass der Holocaust auch bei ihren Nachkommen Spuren hinterlassen würde. Erst als die zweite Generation heranwuchs und psychotherapeutische Hilfe aufsuchte, wurden Fachleute allmäh-

lich darauf aufmerksam. Inzwischen gehört mehr als die Hälfte der 300 Personen, die Tamach bisher kontaktierten, zur Generation der Nachgeborenen. Wie bei ihren Eltern sind auch die Probleme und Fragestellungen der Kinder vielfältig. Ein häufiges Phänomen ist aber nach Erfahrung von Miriam V. Spiegel die «doppelte Mauer des Schweigens»: «Eltern, die ihren Kindern nie von der Schoah erzählten und Kinder, die ihre Eltern nie danach fragten.» Ebenfalls verbreitet ist ein ausgeprägter «Beschützerinstinkt» von Kindern, die meinen, ihre Leid geprüften Eltern vor allen Gefahren der Gegenwart bewahren zu müssen, «selbst wenn dies auf Kosten ihrer eigenen Entwicklung und ihres eigenen Glücks geht».

Traumata sind nicht «heilbar»

In der Therapie mit Überlebenden der Schoah könne das Trauma nicht beseitigt, die Verluste und Verletzungen nicht rückgängig gemacht werden, betont Revital Ludewig, «aber wir können erreichen, dass die Überlebenden die traumatischen Erlebnisse innerlich als Teil einer langen Lebensgeschichte akzeptieren und sich ihrer positiven Ressourcen stärker bewusst werden». In Gruppen und Einzeltherapien mit der zweiten Generation wiederum steht häufig der nicht vollzogene Abnabelungsprozess von den Eltern im Mittelpunkt und die Frage, «wie sie als Kinder selber aus dem Schatten der Schoah hin zur Sonne finden können», erklärt Miriam V. Spiegel. «Vielleicht ist eine Heilung nicht nur individuell, sondern auch zivilisatorisch nur im Laufe von mehreren Generationen möglich», überlegt die Therapeutin, die selber Tochter von Holocaust-Überlebenden ist.

Die neuere Entwicklung könnte ihr recht geben (vgl. Kasten): Bereits wenden sich erste Nachkommen aus der dritten Generation an Tamach. Aber nicht psychologische Probleme führen sie zur Beratungsstelle, sondern Interesse an ihrer eigenen Familiengeschichte, erzählt Revital Ludewig. Dabei stellt die gebürtige Israeli immer wieder fest, «dass Grosseltern mit ihren

ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

GESELLSCHAFTLICHE BEWUSSTSEINSARBEIT

> «Gibt es denn in der Schweiz tatsächlich auch Holocaust-Überlebende?» Mit dieser Frage wird das Tamach-Team immer wieder konfrontiert. Deshalb ist den beiden Fachfrauen die Öffentlichkeitsarbeit ein wichtiges Anliegen. Seit Mitte der neunziger Jahre erhält die Beratungsstelle erfreulicherweise vermehrt Anfragen von Schulen, die umfassender über den Holocaust und die Rolle der Schweiz informieren möchten. «Dabei geht es uns weniger ums Vermitteln von Sachwissen», erklärt Revital Ludewig, «sondern um die emotionale Auseinandersetzung mit der Schoah». Wenn etwa der heute 82-jährige Leon Reich vor einer Klasse erzählt, wie seine glückliche Kindheit in Polen mit dem Einmarsch der Nazis abrupt endete und er gerade noch 29 Kilo wog, als amerikanische Soldaten das Konzentrationslager Buchenwald

befreiten, dann bekommen Zahlen und Fakten plötzlich ein menschliches Gesicht, und der Holocaust wird Teil der eigenen Geschichte. Für die Betroffenen sind solche Auftritte meist sehr belastend. Wenn sie sie dennoch auf sich nehmen, dann deshalb, weil sie für jene sechs Millionen Menschen sprechen möchten, die heute nicht mehr sprechen können. Tamach sammelt deshalb auch systematisch die Berichte von Überlebenden, die Zeugnis ablegen und ihre Erlebnisse für die Zukunft dokumentiert wissen wollen.

info@Tamach.org

Enkeln viel offener über ihre Verfolgungsgeschichte reden können als mit ihren Kindern und es zwischen der ersten und der dritten Generation zu sehr schönen Annäherungen kommt». Eindrücklicher Beleg dafür ist Nathalie Gelbart, die ein Buch über das Überleben und Leben ihres Grossvaters geschrieben hat und dafür am 27. Januar 2009 mit dem zweiten Bigler-Bergheimer-Preis ausgezeichnet wird.

Kontaktadresse: Tamach, Postfach 1501, 8021 Zürich, Telefon 044 202 56 58, www.Tamach.org.