

Tagesseminar Trauma sensibilisierte Pflege, Begleitung und Therapie

Es freut mich, dass ich Sie hier und heute zum Tagesseminar «Trauma Informed Care» (Trauma sensibilisierte Pflege, Begleitung und Therapie) begrüßen darf. Schön, dass Sie sich für dieses wichtige und ausgesprochen aktuelle Thema Zeit nehmen, und zwar hier vor Ort, online (eine Teilnehmerin schaut uns übrigens aus Ägypten zu) oder dann zeitversetzt als Aufzeichnung oder Weiterbildung.

Dass diese hybride Übertragung möglich ist und damit mehr Menschen heute oder auch später erreicht werden können, verdanken wir dem Gastgeber SHI. Dass die Veranstaltung hier stattfindet, macht auch inhaltlich Sinn: Die SHI Homöopathische Praxis ist gesundheitspolitisch ein wichtiger Akteur und als Kompetenzzentrum für klassische Homöopathie bekannt, und zwar europaweit.

Sandra Ulrich als treibende Kraft

Dass der heutige Anlass aber überhaupt zustande gekommen ist, verdanken wir Sandra Ulrich, der Präsidentin des Vereins MENTALE GESUNDHEIT Schweiz. Sie war und ist nicht nur die treibende Kraft hinter dieser TIC-Sensibilisierungsveranstaltung, sondern wird Sie auch als Referentin durch den ganzen Tag führen. Wirklich eine beachtliche Parforceleistung!

Warum dieses soziale Engagement, warum dieser Einsatz für Menschen mit einem traumatischen Hintergrund? In einem Interview mit Patrick Brunner sagte Sandra Ulrich im Oktober 2019 dazu u.a. folgendes:

«Traumatisierung ist ein Thema, das auch in Europa in der Seniorenbetreuung immer mehr an Bedeutung zunimmt. Wir haben viele ältere Menschen mit traumatischem Hintergrund, die richtig betreut werden müssen. So leidet nicht nur jeder vierte überlebende Krebspatient an einer Posttraumatischen Belastungsstörung, so kann auch schon die Diagnose einer unheilbaren Krankheit ein Trauma auslösen. Psychisch beeinträchtigt oder traumatisiert werden kann auch, wer zusehen muss, wie anderen Leid zugeführt wird. Zum Beispiel bei häuslicher Gewalt. Ebenso betroffen sind Opfer von Umweltkatastrophen und Terror. Hast du dir schon vorgestellt, was unsere Feuerwehrleute, Polizistinnen und Polizisten, Sanitäterinnen und Sanitäter bei ihren Kriseneinsätzen alles zu sehen bekommen? Ein solcher Einsatz kann Spuren hinterlassen. Es gibt Menschen, die werden von Geburt an mit einem Handicap geboren. Andere werden durch einen schweren Unfall oder auf der Flucht derart körperlich verletzt, dass

sie eine Behinderung davontragen. Alle sie werden irgendeinmal ins Seniorenalter kommen und auch dann sollen sie die richtige Betreuung erhalten!»

Soweit ein Zitat unserer heutigen Referentin. Um à jour zu bleiben, hat sie sich seit 2007 in den USA und in der Schweiz in den Bereichen Palliative Care, Trauerberatung, Trauma Care und spirituelle Betreuung ausbilden lassen. Ihre CAS-Arbeit zu Spiritual Care hat sie 2018 an der Uni Bern geschrieben und die kleine Schweizer Studie dazu wurde im Mai 2019 am European World Congress zu Palliative Care in Berlin vorgestellt. Bei ihrer Abschlussarbeit ging es um ein Wissen aus der Zusammenarbeit mit sterbenden Kriegssoldaten. Zudem erklärt sie, was in der Pflege benötigt wird, wenn ein traumatisches Erlebnis zum Beispiel in der Sterbebegleitung wieder zum Vorschein kommen kann. Sie hat sich persönlich von Deborah Grassman ausbilden lassen, die selber über 10'000 sterbende Kriegssoldaten betreut hat und in den USA im Bereich der Hospiz- und Sterbebegleitung eine grosse Persönlichkeit ist.

Sie sehen, es wird Sie heute eine in der Sache äusserst engagierte Frau durch das Tagungsseminar führen, eine Frau, die auf folgendes Wert legt: «Wir wollen nicht im Kopf bleiben, sondern werden auch unseren Gefühlen Platz und Raum schaffen. Denn eine gute TIC in der Pflege, Betreuung und Therapie ist nur dann möglich, wenn etwas mit uns selbst geschieht, eben da, im Herzen!» Das ist Sandra Ulrich, wie sie leibt und lebt.

Aktueller Bezug zu den Kriegsflüchtlingen aus der Ukraine

«Dass mit uns selbst etwas geschieht, eben da, im Herzen», erleben wir alle gerade jetzt mit den Kriegsflüchtlingen aus der Ukraine. Chantals Desbiolles schreibt dazu in ihrem Medienbericht zur heutigen Veranstaltung: «Tausende Menschen, die das Leid des Krieges erfahren haben, werden in der Schweiz erwartet oder sind bereits in unserem Land angekommen. Die Solidarität ist immens, viele Gastfamilien nehmen traumatisierte Geflüchtete bei sich auf. Doch die Kriegsbedroffenen benötigen weit mehr als ein Dach über dem Kopf, regelmässige Mahlzeiten und ein warmes Miteinander. Das Leben mit traumatisierten Menschen, die unter Umständen sogar unter einer posttraumatischen Belastungsstörung leiden oder denen unverarbeitete Trauer, Schuld und Schamgefühle einen Neuanfang erschweren, setzt einen bewussteren Umgang voraus.»

Und Chantal Desbiolles kommt zum Schluss: «Den Umgang mit traumatisierten Menschen kann man lernen. Ein erster Schritt dahin ist es, sensibilisiert zu sein.»

Das werden Sie als Teilnehmerinnen und Teilnehmer sicher – ich finde es übrigens ein schönes Zeichen, dass 50% der Kurseinnahmen der Glückskette Schweiz der Ukraine zugutekommen.

Zug erstarrte vor 20 Jahren ebenfalls im Trauma

Unser Kanton erstarrte am 27. September 2001 ebenfalls im Trauma. Der 57-jährige Friedrich Leibacher stürmte schwer bewaffnet ins Regierungsgebäude und in den Kantonsratssaal, wo er 14 Politikerinnen und Politiker ermordete. Anschliessend richtete er sich selber. Jedes Jahr läuten am Mittag im ganzen Kanton Zug die Kirchenglocken, nicht nur für die Opfer des Attentats, sondern für alle Opfer von Gewalttaten auf der Welt. Auf dem Regierungsgebäude weht die Zuger Fahne auf Halbmast, vor dem Gebäude erinnert Blumenschmuck an das Attentat. Gegen das Vergessen lädt der Regierungsrat abends jeweils zum ökumenischen Gedenk Anlass in die Kirche St. Oswald.

Das Schweizer Fernsehen produzierte letzten Herbst im Vorfeld des 20-jährigen Gedenkens einen Dokumentarfilm. Der Regisseur wollte auch mich, der das schreckliche Zuger Attentat ebenfalls erlebt und überlebt hat und somit das Thema Trauma aus eigener Erfahrung kennt, interviewen. Auch das Zentralschweizer Fernsehen Tele 1 versuchte mit mir am Tage des Attentats ein Gespräch zu führen. Ich lehnte beide Anfragen ab, und zwar vor allem aus prinzipiellen Gründen. Meiner Ansicht nach sollte man dieses schreckliche Ereignis nicht laufend publizistisch aufwärmen, sondern endlich mal ruhen lassen. Ich weiss nämlich von vielen Überlebenden, dass sie nicht jedes Jahr medial mit diesem entsetzlichen Amoklauf konfrontiert werden wollen, sondern dass sie es bevorzugen, ihre Nahtod- und Grenzerfahrung sowie die damit verbundene psychische Belastung persönlich oder im eigenen Umfeld zu verarbeiten. Ein anerkannter Zuger Care-Team-Spezialist bestätigte mir dies im persönlichen Gespräch: «Solche Situationen haben etwas unheimlich Intimes, da muss man sorgfältig sein.»

Den Beweis für diese Aussage lieferte mir Nico Brüngger, Neffe des beim Zuger Attentat schwer verletzten Kantonsrates Michel Ebinger. Er schrieb im Dezember 2013 seine 29-seitige Fachmaturitätsarbeit des Profils Pädagogik über seinen Onkel und dessen Weg ins Leben nach dem Attentat von Zug. Es ist eine sehr persönliche Arbeit, in die der junge Autor viel Zeit und Engagement steckte. Doch lassen wir ihn selber zu Wort kommen:

«Die Idee für diese Arbeit bekam ich durch den Amoklauf in Menznau, welcher sich am 27. Februar 2013 ereignet hatte. Dieser hat mich erschüttert und ich habe mir Gedanken gemacht, vor allem über die Angehörigen der Opfer und des Amokläufers. Dieser Amoklauf weckte in mir Erinnerungen zum

Amoklauf in Zug und somit zur Geschichte meines Onkels Michel. Er war Mitglied des Kantonsrats und nahm an der Sitzung vom 27. September 2001 in Zug teil. Dieser Vorfall sollte das Leben meines Onkels und von uns Angehörigen von Grund auf verändern. Mein Onkel war Jurist mit eigener Kanzlei. In 2 Minuten und 34 Sekunden wurde aus ihm ein Hemiplegiker (halbseitig Gelähmter). Natürlich musste dieses Ereignis Auswirkungen auf sein gesamtes, nahes Umfeld gehabt haben. Ich habe jedoch selten bis nie mitbekommen, dass wir uns über das Attentat unterhalten haben. Ich persönlich habe es immer vermieden, mit meinem Onkel oder mit meiner Grossmutter darüber zu sprechen. Vielleicht hatte ich einfach Angst davor, irgendwelche «alte Wunden» aufzureissen? Heute, nach fast 13 Jahren, möchte ich das Schweigen brechen und mich mit diesem schrecklichen Ereignis und dessen direkten Folgen für meinen Onkel und unsere Familie auseinandersetzen. Weiter interessiert mich, wie es Michel gelungen ist, wieder am Leben teilzunehmen, was ihn antreibt und was ihm geholfen hat, nicht aufzugeben und wieder fröhlich am Leben teilzunehmen.» Soweit Nico zur – wie er selber schreibt – «Motivation» seiner Fachmaturitätsarbeit.



Zum Schluss meiner Begrüssung zum heutigen Tagesseminar verrate ich Ihnen, was mir nach dem Attentat geholfen hat. Es waren drei Sachen: meine Familie, also meine Frau und unsere vier Kinder, mein Glaube und die immens grosse Solidarität der Bevölkerung. Und letztlich waren es noch Symbole, zu denen ich plötzlich eine spezielle Beziehung bekam: Eine brennende Kerze an meinem Arbeitsplatz oder zuhause im Büro, eine rote Rose, die mich an jene Blume erinnerte, welche mir meine Schulklasse noch am Tage des Attentats vor dem Zuger Regierungsgebäude überreichte und dann Jahre später dieser selber geschnitzte Holzengel, den mir eine Schülerin aus Unterägeri bei ihrem Besuch im Bundeshaus schenkte, ein sehr berührender Moment!

ich habe mich über dieses einmalige Geschenk unglaublich gefreut. Der Schutzengel begleitete mich acht Jahre lang während jeder Session auf meinem Pult im Ständeratssaal. Ich bin überzeugt, dass er mich auch heute noch behütet. Wir Menschen brauchen nämlich auch Schutz, vor allem von oben.

Ich wünsche Ihnen heute einen bereichernden Tag mit vielen persönlichen Begegnungen und in Ihrem Leben ebenfalls einen Schutzengel.