

Bern

Hierher kommen Menschen, die Schreckliches erlebt haben

Traumatisierte Flüchtlinge Im Berner Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer kämpfen Psychiaterinnen mit dem «Horror» ihrer Patienten – und gegen die eigene Ohnmacht.

Andres Marti

Wer in Wabern nach der Tramendstation in die Werkstrasse einbiegt, sieht es schon von weitem: das Rote Kreuz auf weissem Hintergrund. Hier, in einem modernen Bürogebäude, betreibt das Schweizerische Rote Kreuz das Ambulatorium für Folter- und Kriegsopfer.

Hierher kommen Geflüchtete, die Schreckliches erlebt haben und es nicht vergessen können. So wie der 18-jährige Yusuf (Name geändert), der vor drei Jahren als unbegleiteter Minderjähriger in die Schweiz flüchtete. Kurz vor der Flucht ermordeten die Taliban seinen Vater. Er selbst wurde mit Stromschlägen gefoltert.

Auf der Flucht musste Yusuf oft draussen übernachten und erlebte Gewalt und Schikanen durch die Polizei. Monatlang litt er unter Hunger, Kälte, Erschöpfung und der ständigen Angst, entdeckt zu werden. Ob seine Mutter und die Geschwister noch am Leben sind, weiss er nicht.

Die Hälfte ist traumatisiert

«Fachleute schätzen, dass die Hälfte der Geflüchteten, die in die Schweiz kommen, unter einer Traumafolgestörung leidet», sagt Marianne Jossen, die vor kurzem die Leitung des Ambulatoriums übernommen hat. Die Zahlen basieren auf einer Studie, die das Bundesamt für Gesundheit in Auftrag gegeben hat.

Auch Yusuf ist traumatisiert: In den Asylzentren findet er keine Ruhe. Jede Nacht plagen ihn Alpträume von Folter und dem Auseinanderreißen der Familie.

Freunde hat er kaum. Er vermeidet Gespräche über die Familie und kann sich nur schlecht konzentrieren. Er ist schreckhaft und dauernd in Alarmbereitschaft. In plötzlich auftretenden Flashbacks erlebt er, wie er wieder gefoltert wird.

Schliesslich meldet sich seine Sozialarbeiterin beim Ambulatorium. Dort beginnt Yusuf 2023 seine psychotherapeutische Behandlung.

Keine Warteliste

«Den Leuten sieht man das Trauma von aussen meist nicht an», sagt Marianne Jossen. Die Vermeidungshaltung ist ein typisches Symptom einer Traumafolgestörung. «Wer aber kaum schläft und ständig angespannt ist, der leidet früher oder später auch unter körperlichen Beschwerden, etwa Rücken- oder Kopfschmerzen.»

Ins Ambulatorium kommen jene, die ihren Alltag aufgrund des Erlebten nicht mehr bewältigen können. Dabei gilt: «Je früher eine Therapie beginnt, desto höher ist die Chance auf Heilung», sagt Jossen. Eine Warteliste im strikten Sinn gibt es im «Ambi», wie das Therapiezentrum in Wabern intern genannt wird, nicht. «Die wäre viel zu lang.»

Acht Psychotherapeutinnen und fünf Sozialarbeitende kümmern sich in Wabern um rund 200 Patientinnen und Patienten. Die meisten stammen aus Afgha-



Blick in den Warteraum des Ambulatoriums. Foto: Raphael Moser



Marianne Jossen leitet seit kurzen das Ambulatorium in Wabern. Foto: Raphael Moser



Hasim Sancar half in den 1990er-Jahren, das Ambulatorium aufzubauen. Foto: Nicole Philipp



Valentina Achermann therapiert im Ambulatorium Kinder und Jugendliche. Foto: Raphael Moser

nistan, der Türkei, aus Syrien und Sri Lanka. Etwa ein Drittel ist weiblich, ein Viertel unter 17 Jahre alt.

Vertrauen aufbauen

Im Ambulatorium erfährt Yusuf – er ist zu diesem Zeitpunkt 15 – als Erstes, was eine Psychotherapie überhaupt ist. Die Therapie von Yusuf ist nur dank eines Dolmetschers möglich. Oft müssen die Übersetzer dabei nicht nur Wörter, sondern völlig andere kulturelle Konzepte von psychischer Gesundheit übersetzen, etwa wenn jemand sagt, er habe «einen Sturm im Kopf».

«Es geht zuerst darum, den Patienten zu stabilisieren und Vertrauen aufzubauen», sagt Valentina Achermann, die im Ambulatorium traumatisierte Kinder und Jugendliche therapiert. In der Therapie lernt Yusuf, dass seine Symptome eine normale Reaktion auf das Erlebte sind. Schlafrituale und Entspannungsübungen helfen ihm, mit seinen schwierigen Emotionen besser umzugehen. Manchmal hilft es ihm auch, sich einen Rückzugsort vorzustellen, um sich sicher zu fühlen.

Bei manchen, die ins Ambulatorium kommen, reicht das, um den Alltag wieder bewältigen zu können. Andere sind so schwer traumatisiert, dass eine Konfrontation mit dem Erlebten sinnvoll sein kann. Dabei ruft der Patient

die Bilder der Gewalttat im geschützten Rahmen bewusst in Erinnerung. «Das kann zuweilen extrem schmerzhaft sein», sagt Achermann.

Bei der Traumaexposition geht es darum, die belastenden Erinnerungen neu zu verarbeiten, sodass das Erlebte als Teil der Vergangenheit verankert werden kann. Das Schreckliche soll dabei bewusst in der Vergangenheit archiviert werden. «Vergessen ist nicht das Ziel und auch gar nicht möglich», sagt Achermann. Vielmehr geht es darum, das Erlebte in der persönlichen Lebensgeschichte einzuordnen und sich auf die Zukunft zu fokussieren.

Pionierarbeit in Bern

Das Rote Kreuz gründete das Ambulatorium vor 30 Jahren als schweizweit erstes «Therapiezentrum für Folteropfer». Anlass war eine Studie der Universität Bern, die aufzeigte, dass von den rund 30'000 in der Schweiz lebenden anerkannten Flüchtlingen jeder Vierte gefoltert worden war.

Hasim Sancar, der als Kurde selbst aus der Türkei geflüchtet war, befragte für die Studie 30 gefolterte Flüchtlinge aus der Türkei. Das sei eine belastende Zeit gewesen, erinnert sich Sancar, der für die Grünen im Kantonsparlament politisiert hat: «Man ist danach nicht mehr derselbe Mensch.»

Sancar arbeitete 15 Jahre als Sozialarbeiter und Therapeut im Ambulatorium. Expertise holten sie sich in Berlin und Kopenhagen, wo es bereits Zentren für Folteropfer gab. Inzwischen gibt es in der Schweiz vier weitere Zentren.

Politisches Engagement

Familie, Sport und sein politisches Engagement hätten ihm geholfen, den Horror seiner Patienten auf Distanz zu halten, sagt Sancar. Jahrzehnte später ist die Arbeit im Ambulatorium noch immer belastend. Die Fluktuation beim Personal ist hoch.

Weil Fachleute fehlen, begann Valentina Achermann die Arbeit im «Ambi» noch während ihrer Ausbildung zur Psychotherapeutin. Teilweise fühle sie sich ohnmächtig, sagt die 30-Jährige. Was in den Kriegsgebieten passiere, könne sie nicht ändern. «Was ich hingegen kaum ertrage, ist, wie Geflüchtete hier im Asylsystem behandelt werden.» Ihr politisches Engagement für die SP in Stadt- und Grosse Rat sei so für sie auch eine Art, mit dieser Ohnmacht umzugehen.

Yusuf hat nach langem Warten eine Aufenthaltsbewilligung erhalten. Nachdem er in eine eigene Wohnung umgezogen ist, hat sich sein psychischer Zustand verbessert. Nun kann er sich auf die bevorstehende Lehre vorbereiten. Von seiner Familie fehlt weiterhin jede Spur.

Im Seeland wird immer mehr Französisch geredet

Studie Gemäss Forum für Zweisprachigkeit leben rund um Biel immer mehr Romands.

In mehreren deutschsprachigen Gemeinden der Region Biel-Seealand nimmt der Anteil der französischsprachigen Bevölkerung weiter zu. Das geht aus einer Umfrage des Forums für Zweisprachigkeit hervor. Die demografische Entwicklung wirft in einigen dieser Gemeinden Fragen auf.

«Die Bewegung einer zunehmend französischsprachigen Bevölkerung in unsere Region macht nicht an den Grenzen von Biel halt», sagt die Direktorin des Forums für die Zweisprachigkeit Virginie Borel. Der Trend lasse auch in den Nachbargemeinden nicht nach.

In Biel ist der Anteil der Einwohner, die Französisch als Verwaltungssprache gewählt haben, zwischen Ende 2023 und 2024 von 43,9 auf 44,4 Prozent gestiegen. Das Forum für die Zweisprachigkeit stellte fest, dass die Verwaltungskreise Biel und Seeland von dieser mehrsprachigen Entwicklung geprägt sind.

Die Region umfasst 61 Gemeinden, von denen 59 deutschsprachig und 2 zweisprachig sind – nämlich Biel und Leubringen. Von den 46 Gemeinden, die an der Umfrage teilnahmen, weisen 31 einen Anteil an Französischsprachigen von weniger als 10 Prozent auf, während in 10 weiteren Gemeinden der Anteil zwischen 10 und 20 Prozent liegt. In 5 Gemeinden liegt der Anteil der Französischsprachigen bei mehr als 21 Prozent.

Kommunikation auf Französisch

Insbesondere in Nachbargemeinden Biels wie Nidau, Port oder Brügg gibts eine starke französischsprachige Minderheit. Gleiches gilt für die an den Kanton Neuenburg angrenzenden Gemeinden wie Gals oder Gampele. Viele Französischsprachige entscheiden sich aus steuerlichen Gründen oder wegen der Wohnungssuche dafür, sich in diesen Gemeinden niederzulassen.

Die Studie zeigt, dass die Mehrheit der deutschsprachigen Gemeinden sowohl auf ihren Websites als auch in ihren amtlichen Publikationen ausschliesslich auf Deutsch kommuniziert. Vier von ihnen bieten jedoch auch Inhalte auf Französisch an, so etwa die Stadt Nidau. In dieser Bieler Nachbargemeinde spricht mehr als ein Viertel der Bevölkerung Französisch.

Auf schulischer Ebene findet der Unterricht mehrheitlich in deutscher Sprache statt. Partnerschaften mit anderen Gemeinden ermöglichen jedoch lokal Ange-

bote in französischer Sprache, kommt die Umfrage zum Schluss. Sie wurde zwischen Juni und August 2024 durchgeführt und nun den Gemeinden vorgestellt.

In Bezug auf die internen Sprachkenntnisse schätzen 27 Gemeinden, dass mehr als 70 Prozent ihres Verwaltungspersonals die mündlichen Grundlagen der zweiten Amtssprache beherrschen. Nur acht Gemeinden bieten aber eine Weiterbildung in diesem Bereich an.

Wegen der Zunahme der französischsprachigen Bevölkerung äussern einige Gemeinden einen erhöhten Bedarf an sprachlicher Unterstützung. Sie verweisen auf

In Nidau spricht mehr als ein Viertel der Bevölkerung Französisch.

die begrenzten finanziellen und personellen Ressourcen, die mit der Entwicklung zweisprachiger Angebote verbunden sind. Sei es für die Ausbildung des Personals, für Übersetzungen oder für die Kommunikation. Dabei werden zunehmend digitale Instrumente eingesetzt, insbesondere im Zusammenhang mit künstlicher Intelligenz.

In Anbetracht dieser Herausforderungen schlagen die Autorinnen und Autoren des Barometers den Gemeinden mehrere Denkrichtungen vor: Sensibilisierung der Verwaltungen und der Bevölkerung für die Herausforderungen der Zweisprachigkeit, Förderung einer zweisprachigen Kommunikation in den als prioritär eingestuften Bereichen oder Unterstützung des Sprachaustauschs zwischen Schülerinnen und Schülern.

Zweisprachigkeit fördert Attraktivität

Der Bericht unterstreicht, dass die Zweisprachigkeit, obwohl sie auch als Herausforderung wahrgenommen wird, ein Unterscheidungsmerkmal der Region ist. Sie trägt zum kulturellen Reichtum, zum sozialen Zusammenhalt und zur Attraktivität des Berner Seelands bei.

Nach Ansicht der Studienautorinnen und -autoren muss die Entwicklung der Mehrsprachigkeit unter Beachtung der gesetzlichen Rahmenbedingungen, der verfügbaren Ressourcen und der Entscheidungen der Gemeinden erfolgen. (SDA)



Virginie Borel, Geschäftsführerin des Forums für Zweisprachigkeit. (Archivbild) Foto: Beat Mathys