

Das Wort HEMAYAT bedeutet „Schutz“ und „Betreuung“

HEMAYAT unterstützt Menschen, die schreckliches Leid erlebt haben

Buchpräsentation „Weiterleben“ von Nina Hermann und Admir Hasanovic am Samstag 27.01.24 um 19.00 Uhr, Sargfabrik, Goldschlagstraße 169, 1140 Wien

Das Buch „Weiterleben“, das die beiden Autor*innen Nina Hermann und Admir Hasanovic am 27. Jänner 2024 präsentieren, ist eigentlich ein Buch gegen Krieg, gegen Gewalt, Hass und Ausgrenzung. Gemeinsam mit der HEMAYAT-Therapeutin Nina Hermann, die ihn sieben Jahre lang psychotherapeutisch begleitet hat, erzählt Admir Hasanovic seine Geschichte: Die Leser*innen erfahren, was es bedeutet im Krieg zu leben, den Krieg zu überleben und warum es gilt sich mit allen Mitteln für Frieden einzusetzen.

Insbesondere erzählt Hasanovic seine Geschichte aber auch für alle, die selbst unter den Folgen von Krieg und Folter leiden, um Hoffnung zu schaffen und aufzuzeigen, wie Psychotherapie dabei unterstützen kann, mit dem erlebten Leid besser umzugehen. Er möchte Betroffenen Mut machen, sich Hilfe zu suchen. Hasanovic macht spürbar, wie die im Rahmen der Psychotherapie erworbenen Bewältigungsstrategien und Selbstkompetenzen ihn befähigen mit Schwierigkeiten kompetenter umzugehen und eine neue Hoffnung für sein Leben zu erlangen.

Was machen Krieg und Folter mit den Menschen? Was ist ein Trauma?

Trauma heißt übersetzt (aus dem Griechischen) Wunde, Verletzung. Es gibt Erlebnisse, die die normalen Bewältigungsmechanismen so überfordern, dass eine psychische Verletzung entsteht. Besonders schlimm ist diese Verletzung, wenn sie - wie bei Krieg und Folter - durch andere Menschen verursacht wird. Danach ist nichts mehr, wie es vorher war.

Und so wie jemand mit einem Beinbruch einen Gipsverband benötigt für die Knochenheilung, gilt es herauszufinden, was psychische Wunden zum Heilen brauchen. Das ist aber viel schwieriger, denn im Gegensatz zum eingegipsten gebrochenen Bein sind psychische Verwundungen nicht sichtbar und müssen erst verstanden werden – von den Außenstehenden, aber auch von den verletzten Menschen selbst.

In den Worten von Hasanovic selbst sei PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung) „wirklich eine Krankheit, tief drinnen in der Seele und im Gehirn, aber nicht sichtbar. Alle diese gruseligen Sachen, die man im Krieg erlebt hat, sind wie auf einer Speicherkarte abgelegt.“

Unbehandelt können die Folgen einer Traumatisierung zu chronischen physischen und psychischen Folgeerkrankungen (PTBS) führen und lebenslang anhalten. Damit beeinträchtigen sie nicht nur die gesellschaftliche Integration der Betroffenen, sondern die Traumatisierung wird auch an die nächste Generation weitergegeben.



In Zusammenarbeit mit geschulten Dolmetscher*innen gewährleistet HEMAYAT eine kompetente Betreuung. Diese umfasst interkulturelle Psychotherapie, Diagnostik, Erstellung von Befunden, Beratung, Krisenintervention, und medizinische Versorgung.

Ziel der Behandlung bei HEMAYAT, dem Betreuungszentrum für Kriegs- und Folterüberlebende, ist es stets die Gesundheit, Arbeitsfähigkeit und soziale Kompetenz der Klient*innen wiederherzustellen und dadurch auch eine grundlegende Voraussetzung für eine neue Zukunft in Österreich zu schaffen.

Nutzen der Therapien für die Klient*innen

HEMAYAT behandelt seit knapp 30 Jahren Menschen, die aufgrund von Krieg und Folter an Traumafolgestörungen leiden. Im Jahr 2023 konnte HEMAYAT beinahe 1.800 Menschen über 20.000 Stunden Therapie und Betreuung anbieten.

In der Therapie geht es darum Leid zu mindern, oder wie es die Mitautorin Nina Hermann ausdrückt: „Ängste reduzieren, körperliche Beschwerden, die seelischen Ursprung haben, verringern, die Schlafqualität verbessern, überschießende Gefühle kontrollieren lernen, Selbstvertrauen und Lebensfreude wiedererlangen.“

Wenn das gelingt, kehren Hoffnung und Zuversicht zurück und Zukunftsperspektiven können entwickelt werden, wie Admir Hasanovic schildert: „Ich bin jetzt ruhiger, viel ruhiger. Jetzt muss ich nicht mehr wie ein Papagei immer wieder dieselbe Geschichte erzählen. Und ja, ich habe Pläne. (...) Ich möchte diesem Land etwas zurückgeben, meinen Beitrag leisten, irgendjemanden helfen. Am Anfang, als ich in dieses Land gekommen bin, habe ich mich arm gefühlt, als unbrauchbarer Mensch, auf den die Leute wie auf eine Ameise steigen. Aber jetzt habe ich einen anderen Blick auf die Welt, keinen Tunnelblick mehr, sondern einen hellen.“