

Hilfe für die verstummtenden Kinder des Krieges

Der Zürcher Psychologe Allan Guggenbühl unterstützt ukrainische Kinder darin, das Spielen wiederzuentdecken

CLAUDIA REY

Andri ist 9 Jahre alt, als er zusieht, wie die Eltern sterben. Es ist der 31. März 2022, eine Woche nach der russischen Invasion in der Ukraine. Die Familie flieht im Auto von der Kriegsfront, da begegnet ihr eine Kolonne russischer Panzer. Einer der Panzer zerquetscht das Auto der Familie. Ein russischer Soldat hört den Buben schreien, zieht ihn aus dem Auto und legt ihn an den Strassenrand. Dann schießt ein anderer in den Benzintank des Autos. Es explodiert. Andri ist sich sicher, dass die Mutter nach dem Zusammenstoß mit dem Panzer noch gelebt hat. Das erzählt er, als er gefunden wird.

Andri ist eines von rund acht Millionen Kindern, die in der Ukraine aufwachsen. Mehr als ein Drittel von ihnen leidet an psychischen Problemen wie Depressionen, Angststörungen oder posttraumatischen Belastungsstörungen, ausgelöst durch den Krieg. Das zeigt eine Studie der European Psychiatric Association.

Der Schweizer Kinder- und Jugendpsychologe Allan Guggenbühl unterstützt Kinder wie Andri. Seit drei Jahren zieht er aus Zürich die Fäden für das Hilfsprojekt «Tomorrow's Smile». Er schult per Video-Call Psychologinnen, die sich in der Ukraine um die Kinder kümmern. Ziel des Projekts ist es, die kriegstraumatisierten Kinder psychisch zu stabilisieren.

Lebensfreude wecken

Das Projekt war die Idee zweier ukrainischer Psychologinnen. Sie haben einst bei Guggenbühl eine Weiterbildung absolviert und ihn nach Ausbruch des Krieges kontaktiert. Nun organisiert Guggenbühl alles, was er aus Zürich organisieren kann. Unterstützt wird er von Christoph Siegrist, dem Pfarrer des Zürcher Grossmünsters, und dem Bunker Joe Ackermann, die den Beirat bilden von «Tomorrow's Smile».

Guggenbühl arbeitet seit 30 Jahren mit traumatisierten Kindern – doch bei diesem Projekt stieß er mehrmals



Sein Ziel sei es, die Kinder aus der Opferstarre zu lösen, sagt der Psychologe Allan Guggenbühl. Im Bild zu sehen sind ukrainische Familien, die mit dem Bus von Mirnohrad nach Dnipro evakuiert werden.

DOMINIC NAHR / NZZ



Allan Guggenbühl
Psychologe
und Psychotherapeut

an Grenzen. Trauma-Arbeit, wie er sie sonst einsetzt, genüge bei den ukrainischen Kindern und Jugendlichen nicht, sagt Guggenbühl. «Sie sind mitten im Krieg. Es geht für sie nicht primär um die Verarbeitung grässlicher Ereignisse, sondern um Überlebenshilfe.» Trauma-Arbeit könne erst Jahre später erfol-

gen. Die Geräusche der Drohnen lösten bei den Kindern Ängste aus, und sie befürchteten, Angehörige zu verlieren. Außerdem müssten sie sich stundenlang in Luftschutzkellern verstecken und vermissten Väter oder Mütter, die an der Front kämpften. Viele Kinder sind verstummt und haben die Fähigkeit verloren, zu spielen und zu blödeln.

«Unser Ziel ist es, sie aus der Opferstarre zu lösen. Ihre Resilienz zu stärken», sagt Guggenbühl. «Es bringt nichts, wenn wir den Kindern sagen, dass ihre Situation sehr schwierig sei und wir mitfühlen, wir müssen ihnen etwas bieten, was sie aktiviert und ihre Lebensfreude weckt.» Guggenbühl und sein Team tun dies in Form von Gruppenarbeiten.

Einmal pro Woche treffen sich die Kinder in Gruppen von bis zu 20 Kindern. Die jüngsten sind 6, die ältesten 18 Jahre alt. Der Altersunterschied sei in diesem Fall irrelevant, sagt Guggenbühl. «Sie sind alle in der gleichen, schwierigen Situation.» Bei den Treffen widmen sich die Kinder einer Geschichte, reden, spielen, zeichnen, singen und essen etwas. Die Therapeutinnen setzen die von Guggenbühl entwickelte Mythodrama-Methode ein.

Im Fokus steht eine Geschichte, die den Kindern ermöglicht, in eine andere Welt einzutauchen. «So fällt es ihnen leichter, über Ängste, Hoffnungen und Erwartungen zu sprechen», sagt Guggenbühl. Eingesetzt wird eine Fortsetzungs-

geschichte, die von Guggenbühl entwickelt wurde und deren Hauptfigur ein Sprengstoff-Spürhund namens Patron ist.

Die Geschichte ist erfunden, den Hund gibt es tatsächlich. Er wurde von Wolodimir Selenski mit einer Ehrenmedaille ausgezeichnet und ist so etwas wie ein Nationalheld. Die meisten Kinder in der Ukraine kennen und mögen ihn. «Wir haben ein Symbol gesucht für die Kinder, das ihnen Hoffnung gibt», sagt Guggenbühl.

Sprachbarrieren überwinden

Derzeit gibt es 12 Gruppen in verschiedenen Städten. Guggenbühl hätte gerne doppelt so viele, doch sowohl organisatorisch als auch finanziell ist er mit Herausforderungen konfrontiert. Er schult die ukrainischen Psychologinnen via Zoom aus seinem Büro in Zürich. Die meisten Therapeutinnen sprechen kein Englisch, Guggenbühl kein Ukrainisch. Mittlerweile wird er in Zürich von einer Ukrainerin unterstützt, die sowohl die Gespräche übersetzt als auch Korrespondenzen übernimmt. Auch die Arbeitsunterlagen müssen ins Ukrainische übersetzt werden.

Zu den Sprachbarrieren kommen Herausforderungen, die der Krieg mit sich bringt: Immer wieder fallen Gespräche aus, etwa weil das WLAN oder der Strom in der Ukraine ausfallen oder die Psychologinnen aufgehalten werden – durch Alarne, versperzte Straßen oder persönliche Schicksalsschläge.

Ein Problem sei derzeit die Finanzierung des Projekts, sagt Guggenbühl. Viele der ukrainischen Psychologinnen arbeiten unentgeltlich. Etwa 770 000 Franken würde das Projekt, ausgeweitet auf 24 Gruppen, jährlich kosten, sagt Guggenbühl. Bisher hat er Spendenversprechen in der Höhe von 170 000 Franken erhalten. Eingetroffen sind 20 000.

Positiv stimmt Guggenbühl das Feedback aus der Ukraine. Teilweise treffen sich die Kinder aus den Gruppen nun an den übrigen Wochentagen selbstständig. Dann spielen und reden sie zusammen – ohne die Psychologinnen.