

BUNDESVERBAND
ANUAS e.V.
Hilfsorganisation für Angehörige

ANUAS

Verbandszeitung
des ANUAS

ANUAS
Bundesverband ANUAS e.V.
Hilfsorganisation für Angehörige von Mord-, Tötungs-, Suizid- und Vermisstenfällen
Selbsthilfeorganisation

Ausgabe 1- 2019 / 06 - 2019

10 Jahre Bundesverband ANUAS e.V.
Hilfsorganisation für Angehörige von Mord-, Tötungs-, Suizid- und Vermisstenopfern





Die Ausgabe 01/2019 der ANUAS-Verbandszeitung wird gefördert durch die Innungskrankenkasse Brandenburg und Berlin. Für die Inhalte ist die Selbsthilfeorganisation verantwortlich. Etwaige Leistungsansprüche gegenüber der Krankenkasse sind hieraus nicht ableitbar. ANUAS sagt Danke im Namen der Betroffenen und Interessierten.

10 Jahre Bundesverband ANUAS e.V.
und die 6. bundesweite ANUAS-Themenwoche
in Berlin



Am 26. 11. 2018 feierten rund 100 Gäste den **10. Geburtstag des Bundesverbandes ANUAS e.V.** Dieser Anlaß wurde genutzt, um die **6. bundesweite ANUAS-Themenwoche** in Berlin einzuleiten.



Besonders gefreut haben wir uns, dass der damalige **Staatssekretär der Berliner Senatsverwaltung für Arbeit, Integration und Frauen, Herr Boris Velter** die Begrüßungsansprache hielt.



Die Bundesvorsitzende des ANUAS begrüßt sehr herzlich den **Vertreter der Krankenkasse AOK, Herrn Detlef Fronhöfer**. Die AOK hat einen großen finanziellen Beitrag geleistet, um die ANUAS-Themenwoche zum Erfolg zu führen.



Der **ANUAS-Griechenlandvertreter, der Rechtsanwalt für Strafrecht, Herr Vassilis Gousanis** reiste extra aus Athen an, um an der Festveranstaltung teilzunehmen. In der folgenden Themenwoche wurde ein reger Austausch mit betroffenen Angehörigen in Deutschland geführt.



Herr Gousanis berichtete, wie die Situation betroffener Angehöriger gewaltsamer Tötung in Griechenland ist und welche gesundheits- und kriminalpräventiven Hilfen in dem Land möglich sind.

Der **Integrationsverein, die Sozialdenker e.V. Berlin** ließen sich natürlich auch nicht nehmen, an der Festveranstaltung teilzunehmen. Die Sozialdenker führen mit dem ANUAS seit 2013 eine gegenseitige Mitgliedschaft, welche konstruktiv ausgebaut wird.



Am 27. 11. 2019 führte der Vorsitzende der Sozialdenker e.V. einen **Inklusionstag** innerhalb der ANUAS-Themenwoche durch. Wir haben mehr und Aktuelles erfahren über die Integration und Inklusion, über die bundesweite inklusive Wanderausstellung und Zukunftspläne. Die Betroffenen beim ANUAS hatten viele Fragen zur sozialen und beruflichen Integration.



Wiedergutmachungsverfahren und Restorative Justice sind in Fällen gewaltsamer Tötung ein spezielles Recht für betroffene Angehörige, lt. der EU-Rechtsprechung.

Direkt aus Baden-Württemberg angereist, stellt der stellvertretende Bundesvorsitzende der **Bundesarbeitsgemeinschaft Täter-Opfer-Ausgleich (TOA)**, Herr Wolfgang Schlupp-Hauck das Projekt vor.



Es wurde mit Betroffenen diskutiert, was ist möglich und was ist unmöglich. Die Meinung der Betroffenen „... was soll bei Mordfällen ausgeglichen werden ... der Getötete wird nicht wieder lebendig...“





ist ein Täter-Opfer-Ausgleich in Mordfällen möglich?

Das Konfliktpotential bei betroffenen Menschen nach einer tödlich ausgehenden Gewalttat ist vielfältig und scheinbar unlösbar.

Ein "klassischer" Täter-Opfer-Ausgleich oder eine "klassische" Mediation in Fällen gewaltsamer Tötung sind nicht möglich.

Der Einsatz dieser "klassischen" Verfahren bei gewaltsamer Tötung ist eher kontraproduktiv und schädlich für alle Beteiligten.

In Fällen von Schwerstgewalttaten, wie bei der gewaltsamen Tötung empfiehlt der BV ANUAS e. V. neue Richtlinien zur Umsetzung möglicher Täter-Opfer-Begegnungen bzw. Mediationsgesprächen zu erarbeiten.

Die Grundlagen der "klassischen" Mediation können nicht garantiert bzw. eingehalten werden.

➤ **Ausreden lassen**

Diese Bedingung kann nicht erfüllt werden. In Form einer klassischen Mediation oder eines Täter-Opfer-Ausgleiches werden Angehörige eines Mordfalles das Recht für sich beanspruchen, zu machen, was sie wollen. Was haben sie zu verlieren, sie haben schon das Schlimmste erlebt. Sie befinden sich in einer Ausnahmesituation, aus der – ja nach Zeitablauf – sich Desinteresse und Missachtung für das Schicksal des Täters entwickelt.

➤ **Zuhören**

Geht nicht! Auch kurzzeitige Versuche, zuzuhören, eskalieren nach ersten Rechtfertigungs- oder Entschuldigungsversuchen.

➤ **Vertraulichkeit**

Das Vertrauen bei den Angehörigen gewaltsamer Tötung ist zerstört. Sie vertrauen weder dem Täter, noch anderen Nichtbetroffenen. Vertrauen ist nur möglich zu Gleichbetroffenen, die sich in die Situation und Lage versetzen können. Hier fühlen sie sich verstanden.

➤ **100% Selbstverantwortlichkeit**

Seit der grausamen Tat sind die Betroffenen auf sich selbst gestellt. Keiner nimmt ihnen irgendetwas ab, schon gar keine Verantwortung für ein Tun, Reden und Handeln. Diese Betroffenen haben eine Selbstverantwortlichkeit entwickelt, die weit über 100% liegt, damit sie überleben.

➤ **Wertschätzung**

Nein, eine Wertschätzung ist nicht mehr möglich. Die Betroffenen erfahren selber keine Wertschätzung und Achtung und erleben viel Leid, Stress und Intoleranz, über Jahre. Sie erleben ein nie endendes Schock-Stress-Trauma.

➤ **Ich-Botschaften**

Ja, die sind gegeben, von Seiten der Angehörigen von Gewalt. Sie wollen sagen, was sie wollen bzw. möchten – die Betroffenen wollen aber nicht hören, was die Täter wollen.

Aus diesem Grund hat der ANUAS e.V. ein bundesweit einmaliges Projekt entwickelt, die Täter-Opfer-Begegnung (TOB).



Potentielle Gefahren bezüglich ernst zu nehmender Gedanken des Amoklaufes, Lynchjustiz und / oder Suizid gefährden das Wohl der Einzelperson, aber auch die Gesellschaft.

Ein Täter-Opfer-Ausgleich (nach §46 a StGB, 155a, b – geregelt im Verbrechensbekämpfungsgesetz 1994) ist in Fällen einer gewaltsamen Tötung unmöglich, und trotzdem besteht Aufklärungs- und Gesprächsbedarf bei Opferangehörigen, Tätern und Täterangehörigen.



Eine Täter-Opfer-Begegnung

- Die Täter-Opfer-Begegnung befindet sich noch am Anfang und muss behutsam angegangen werden.
- Bei der Täter-Opfer-Begegnung wird das Opfer (Angehöriger des Getöteten) durch den BV ANUAS e. V. begleitet und unterstützt.
- Im Rahmen der Resozialisierung der Straftäter bieten sich gute Möglichkeiten an, den Opfern bei der Bewältigung ihrer schweren Lebenslagen nach der gewaltsamen Tötung zu helfen.
- ANUAS ist bereit, mit der BAG TOA und Fachstellen TOA das ANUAS-Modell-Projekt „TOB“ zu erproben und fortzuentwickeln.

Des Weiteren ist eine umfangreiche Vertrauensbasis zwischen Betroffenen und einer Betroffenen-Hilfs-Organisation beim ANUAS erkennbar. In diesem Bereich ist eine besondere Förderung der Gesundheits-, Gewalt- und Kriminalprävention gegeben.

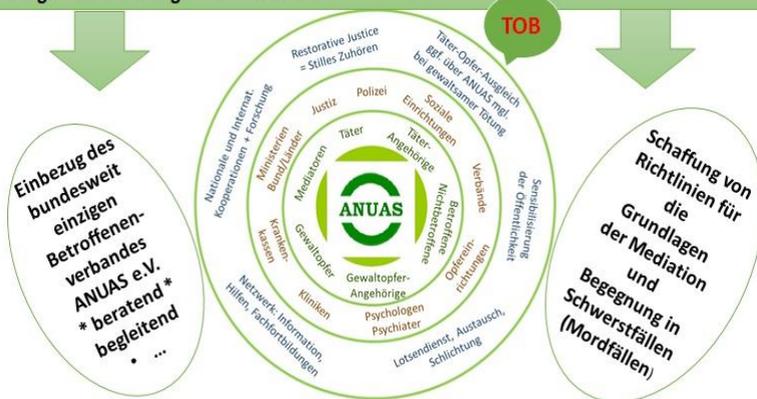


Dabei stehen im Vordergrund:

- Grundsätze die bei einer TOB zu beachten sind
- Langsam Vertrauen aufzubauen und eventuell gemeinsame Hilfen und Wege anzustreben, das Furchtbare zu verarbeiten und sich gegenseitig Halt zu geben.
- Die Gespräche finden auf gleichberechtigter Ebene statt. Die Beziehung zwischen den Gesprächspartnern ist die Basis, auf der sachliche Probleme gelöst werden. Wenn die Basis gestört ist, gibt es für beide Seiten keine befriedigenden Ergebnisse.
- In Mordfällen ist die Beziehung unüberwindbar zerstört.
- Auf sachlicher Ebene lässt sich keine Probleme lösen. Wie auch? Ein ermordetes Kind z. B. kann nicht wieder lebendig werden, weder durch Gespräche, noch durch Wiedergutmachung. Was soll da wieder gut gemacht werden.
- Jedoch wollen Angehörige gewaltsamer Tötung sich mitteilen, wollen gehört und ernst genommen werden. Sie haben ggf. Anliegen, welche der Täter erfüllen könnte – damit wird Reue vermittelt und auch die Bereitschaft der Wiedergutmachung!

Zukunftsvision:

Sensibilisierung * Umdenken * Offenheit * menschlicher Umgang miteinander * Verständnis * ständige Weiterbildung auf allen Ebenen



Zu Gast während der Festveranstaltung waren weiterhin eine Vielzahl von Vertretern aus Politik, Wirtschaft und Ministerien, Pressevertretern, Vertreter aus Justiz- und Gesundheitsbereichen sowie Unterstützer und Spender für ANUAS-Betroffene. Es fand ein optimaler Austausch statt und Betroffene konnten von ihren Sorgen, Nöten und Problemen berichten und dafür sensibilisieren. Die Angehörigen hatten gleich beim richtigen Ansprechpartner die Möglichkeit, über ihre Wünsche und Bedürfnisse zu sprechen.

Es wurden gemeinsam Bedarfe für Verbesserungen diskutiert und Vorschläge unterbreitet. Die Gespräche wurden auf beiden Seiten als sehr konstruktiv empfunden.



Seit 2017 läuft eine **Forschungsstudie** beim ANUAS. Frau Dr. Judith Albrecht, von der FU in Dahlem hat in einem Vortrag berichtet, was sie innerhalb der Gespräche mit Betroffenen festgestellt hat. Fragen von Journalisten hat sie in diesem Zusammenhang gerne beantwortet.



Jahresbericht 2017 – 2018: ANUAS-Forschungsstudie

Das Forschungsprojekt beschäftigt sich mit der Frage, wie Angehörige von Mordopfern in Rechtsfindungsprozesse von Polizei, Gericht etc... integriert werden.

- *Welche Vorstellungen von Gerechtigkeit existieren?*
- *Wo können Angehörige Vorstellungen von Gerechtigkeit verhandeln?*
- *Wie Selbstbestimmt sind Angehörige dabei im Umgang und der Aufarbeitung?*
- *Wie wird mit einer Traumatisierung von Angehörigen umgegangen?*

Angehörige von Mordopfern, werden in der deutschen Gesellschaft nach wie vor nicht als Opfer, sondern von politischer, juristischer und bürokratischer Seite lediglich als Angehörige des Opfers gesehen und behandelt. Dies hat schwerwiegende Folgen für das Weiterleben und die seelische und körperliche Gesundheit von Hinterbliebenen, die oftmals durch das Geschehene traumatisiert sind und somit ebenfalls zu Opfern der Gewalteinwirkung geworden sind.

Zwischenstand und Zusammenfassung der wichtigsten Erkenntnisse:

Die meisten Menschen, die einen Angehörigen durch einen Mord verloren haben, verlieren aufgrund ihrer Erfahrungen mit Behörden und Institutionen, den Glauben an das deutsche Rechtssystem und den „deutschen Sozialstaat“.

Wenn sie ihre Erfahrungen teilen wollen, stoßen sie oftmals auf Unglauben.

Angehörige von Mordopfern werden in zweierlei Hinsicht stigmatisiert.

Ein Stigma ruft der Mord an einer Person hervor. Menschen wollen nicht mit Geschichten von Gewalt und Mord konfrontiert sein, da es ihr Bild und Gefühl eines sicheren Lebens und einer sicheren Gesellschaft konterkariert.

Wenn Angehörige von Mordopfern erzählen wie Behörden (Polizei, Gericht, Versicherungen, etc.) mit ihren Fällen umgehen, dann wird die Erzählung/ das Narrativ des Sozialstaates angegriffen.

Diese Erzählung des Sozialstaates ist ein Zentrales Element in den Sicherheitsvorstellungen von Menschen... dass dieser Staat gerecht ist und neutral.

Familien können im Umgang und ihren Reaktionen auf den Verlust und den gewalttätigen Tod nicht als einheitliche Gruppe gesehen und behandelt werden.

Ebenso in dem Bedürfnis, wie mit dem Fall und dem Täter umgegangen wird.

Es gibt in einer Familie sehr unterschiedliche Reaktionen, von investigativem Aufarbeiten des Falles und allem was damit zusammenhängt, bis

- zum Schweigen,*
- nicht darüber reden wollen,*
- Drogenkonsum,*
- Rückzug etc...*

Es gibt immer einen oder zwei Personen in den Familien, die mehr wissen wollen.

Diese unterschiedlichen Positionen können innerhalb der Familie und der Verwandten zu Konflikten führen.

(Personen berichten beispielsweise, dass sie seit dem Mord, Detektive in ihrem eigenen Leben geworden sind, da sie seither alles beweisen und belegen müssten.

Ebenso wird berichtet, dass polizeiliche Ermittlungen als mangelhaft empfunden wurden, und man deshalb selbst angefangen habe, zu recherchieren und wichtige Informationen zu finden, um beispielsweise den Fall zu klären.)

Wenn Täter und Opfer sich kannten und in einer Beziehung waren, eventuell Kinder aus der Beziehung entstanden sind, sind Angehörige anderen Prozessen ausgesetzt, als, wenn Täter und Opfer sich nicht kannten.

Es lässt sich ein Widerspruch erkennen zwischen psychologischen Standards und rechtlich legalen und bürokratischen Standards.

(Zum Beispiel: Personen, die sich einer Traumatherapie unterzogen haben, können als Zeugen als unglaubwürdig eingestuft werden, da Traumatherapie sich auf imaginative und kognitive Prozesse stützt)

Nach dem Mord müssen aufgrund der staatlichen Einflussnahme alle Erzählungen, Erinnerung, auch die eigene Lebensgeschichte der Kausalität der Rechtsfindung und Rechtsprechung angepasst werden. Hierbei empfinden Angehörige oftmals das Gefühl, dass eine bestimmte normierte Erzählung entsteht.

Nach Verhören, Zeugenaussagen etc... gibt es keinen Ort mehr, wo Familien ihre Version der Geschichte erzählen können, bzw. das Recht auf eine Rechtfertigung haben. Der Austausch von Erinnerungen etc... findet dann lediglich im Privaten statt, oder an Orten wie beispielsweise dem ANUAS e.V. eventuell auch in der Therapie.

Trauer ist etwas sehr Intimes und privates, wird aber im Fall eines Mordes zum Gegenstand öffentlicher Diskussion und Begutachtung.

Umgang mit Traumatisierung

Trauma kann durch das Gefühl der absoluten Ohnmacht und existenzieller Bedrohung ausgelöst werden. Selbstbestimmung und Kontrolle über das eigene Leben wiederzuerlangen hilft der Selbststärkung und einem Heilungsprozess.

Allerdings:

Das wird zwar im traumatherapeutischen Diskurs hervorgehoben, findet aber in den reellen Fällen aufgrund komplexer Beziehungen von Individuen mit Bürokratie, Staat und Medizin meistens nicht statt.

Speziell in langen Ermittlungsverfahren von Mordfällen und im behördlichen Umgang mit den Angehörigen wird oftmals nicht berücksichtigt, dass man hier mit traumatisierten Menschen umgehen muß.

Dieser Umgang erfordert ein spezielles Fachwissen und Empathie.

Jenen Familien und Angehörigen wird in den Verfahren keine Kontrolle über ihr Leben zurückgegeben, Bedürfnisse und Selbstbestimmung sind nicht die Kernpunkte, die in der Betreuung berücksichtigt werden, sondern es wird im Gegenteil Kontrolle über sie und ihre Leben ausgeübt und somit eine oftmals kaum zu ertragende und retraumatisierende Realität erzeugt.

Bürokratische Prozeduren zwingen die Personen dazu, in der Situation funktionieren zu müssen, eine nachhaltige Versorgung der seelischen und körperlichen Gesundheit wird jedoch nicht gewährleistet.

Daher brechen Menschen oftmals nach den ersten Monaten des schockartigen Funktionierens zusammen, werden krank und kehren nicht mehr an ihre Arbeitsplätze zurück.

Dies hat meistens einen finanziellen Einbruch zur Folge und somit geht auch die materielle Sicherheit verloren.

Selbstbestimmtheit sollte im Zentrum eines jeden Betreuungskonzeptes von Angehörigen in einem Mordfall stehen.

- *Was brauchen die Personen?*
- *Wie kann man schnell Entlastung herstellen? Auch ganz praktisch?*
- *Wie kann man Zugang zu einer guten rechtlichen Beratung und Betreuung herstellen?*

- *Wie werden die Angehörigen während des Prozesses betreut?*
- *Wie wird auf die Bedürfnisse einer Täter Opfer Begegnung eingegangen? Einige Menschen wollen diese, andere nicht. Wer betreut diese Überlegungen und bereitet vor und nach?*

Umdenken im Umgang mit Traumatisierung

Zeit, umzudenken und in Bezug auf Traumatisierungsprozesse einen radikalen Veränderungsprozess in Theorie und Praxis andenken.

Traumaforschung darf nicht weiter als reine Krankheitslehre entwickelt werden.

Individuelles Leid anzuerkennen und zu verstehen kann und muss auch anders als nur durch die Optik eines Mediziners geleistet werden.

Kontextuelle, soziale Unterschiede dürfen nicht länger übertüncht und vereinheitlicht werden, sondern müssen im Gegenteil herausgehoben werden.

Biographien unterscheiden sich.

Die Gruppe der Angehörigen ist sehr divers, und auch Experten (Richter, Anwälte, Bürokraten, Ärzte) sind im Umgang mit Angehörigen nicht neutral, sondern bringen selber einen politischen, sozialen etc... Hintergrund mit.

Wir brauchen Rahmentheorien, die uns erlauben, diesen Differenzen wirklich Rechnung zu tragen.

Nicht zuletzt muss begriffen und in nachhaltige Praxis übersetzt werden, dass verursachte Traumatisierungen immer Teil des sozialpolitischen Prozesses bleiben.

Ihre Verarbeitung, ihr potentieller Krankheitswert, der mit ihnen verknüpfte Diskurs über Trauma als Stigma oder Auszeichnung, sind auf den gesamtgesellschaftlichen Prozess bezogen und werden durch diesen bestimmt.

Musikalisches zum 10. Jahres-Geburtstag des ANUAS

Die **Sängerin Petra Zieger**, als Botschafterin des ANUAS begeisterte alle Teilnehmer mit einer musikalischen Einlage.



Petra Zieger sang einen selbst geschriebenen Song „Vermisst“. Mit Erlaubnis der Sängerin wurde der Song auf die ANUAS-Webseite eingestellt

<https://anuas-selbsthilfe.de/vermisstenhilfe/>

Danach durfte ANUAS sich noch einen zweiten Titel aussuchen. Wir entschieden uns für „Katzen bei Nacht“. Die Vorführung war ein absolutes Highlight und wir freuen uns, wenn Petra Zieger wieder bei uns sein wird.

Die **Bildzeitung** hat an allen Tagen der Themenwoche teilgenommen und mit allen Teilnehmern gesprochen.



Es wurde mit dem Einverständnis Betroffener ein Bericht und ein Film erstellt (der Film ist auf der ANUAS-Webseite, in der Audio-Mediathek zu sehen):

Von J.F. LANGSHAUSEN, A. PAULY, C. WEINGÄRTNER und PARWEZ (Fotos)

Berlin – Karin (36), Richard (60) und Denise (20) sitzen im Frühstücksraum eines Drei-Sterne-Hotels im Berliner Bezirk Lichtenberg, und vielleicht hätten sie sich unter anderen Umständen nicht viel zu sagen.

Eigentlich kennen sie sich nicht mal besonders gut. Trotzdem fühlen sie sich einander nah.

Alle drei haben einen geliebten Menschen verloren – weil jemand beschloss, das Leben ihrer Angehörigen auszulöschen.

Karin, Richard und Denise sind drei von 30 Teilnehmern, die der Bundesverband ANUAS e.V. vergangene Woche nach Berlin geladen hatte. Die Hilfsorganisation unterstützt seit zehn Jahren Angehörige von Mord-, Tötungs-, Suizid- und Vermisstenfällen, veranstaltet einmal jährlich ein Treffen, bei

dem Betroffene sich austauschen, Mut machen, Kraft sammeln können.

„Wir hatten in diesem Jahr 180 Anmeldungen“, sagt Vorstandsvorsitzende Marion Waade (59), „doch ein Großteil kann sich eine Reise nach Berlin nicht leisten, weil der Schicksalsschlag in den meisten Fällen mit einem sozialen Abstieg verbunden ist: Viele verlieren ihren Job, bekommen finanzielle Probleme. Und unsere Spendengelder lassen es leider auch nicht zu, für alle Interessierten die Kosten zu übernehmen.“

BILD durfte die Themenwoche begleiten, nahm an Workshops, Vorträgen, Gesprächsrunden teil – und erzählt stellvertretend für alle Teilnehmer die Geschichten von Karin, Richard und Denise.

Wollen Sie ANUAS helfen, künftig noch mehr Angehörigen helfen zu können? Dann spenden Sie: ANUAS e.V. – KD-Bank e.G. BIC: GENODED1DKD IBAN: DE65 3506 0190 0000 801801

KARIN G. (36) aus Zella-Mehlis (Thüringen) verlor 2011 ihre Tochter Mary-Jane (†7)

„Ein Metzger erdrosselte meine Tochter und warf sie in den Bach“

Sie zog weg aus Zella-Mehils (Thüringen), verließ das Dorf, in dem ihre Tochter starb. Nach und nach packte Karin G. (36) ihre Sachen weg, ganz wie die Therapeuten es empfohlen hatten. Sie heiratete ihren neuen Freund, legte ihren Mädchennamen ab, und versuchte, Abstand zu schaffen zu diesem alten Leben, in dem ihre Welt noch in Ordnung war. Der Schmerz aber ließ sich nicht beeindrucken von den Umzugskisten und ihren Bemühungen.

Er kam mit in ihre neue Heimat, ein sächsisches Dorf an der deutsch-tschechischen Grenze – und bleibt. „Mary-Jane ist nächstes Jahr genau so lange tot wie sie gelebt hat“, sagt Karin G. (36). „Es tut trotzdem noch genauso weh wie an Tag 1.“

Der Mord an Mary-Jane (†7) schockte im Juni 2011 ganz Deutschland: Karins Nachbar Tino L., ein gelernter Fleischer (damals 38), hatte die Erstklässlerin missbraucht, ihr dann einen Bademantelgürtel um den Hals gelegt, ihr die Luft abgeschnürt, ihre Leiche in einen Bach geworfen.

Der Täter bekam lebenslänglich – und Karin auch. So, sagt sie, fühle es sich jedenfalls an. „Ich bin einfach nicht mehr frei seit damals, mein Gefängnis ist schlimmer als seins. Ich kann ganz viele, einfache Dinge nicht mehr machen. Partys, Disco, Konzerte, all das funktioniert nicht mehr, da müsste nur ein falscher Song kommen und ich würde zusammenbrechen.“

Ihr Arzt hat ihr Cannabis verschrieben, 60 Gramm bekommt Karin im Monat, das reicht für sieben Joints am Tag. „Die stellen meinen Kopf ruhig, ohne sie geht es nicht mehr.“

Ich habe zwei verschiedene Zusammensetzung, eine zum wach sein und eine, damit ich schlafen kann“, sagt sie. Zwei Tage in der Woche arbeitet sie als Küchenhilfe. „Mehr geht einfach nicht. Ich lebe von 800 Euro Rente.“

Karin malt, das hilft ihr – und graviert Steine. „Auf die Idee kam ich damals, weil ich gern etwas Eigenes auf der Urne meiner Tochter haben wollte.“

Die Urne, sie steht auf einem Skateboard in einem kleinen Zimmer, das Karin gerade für Mary-Jane eingerichtet. „Das ist

mein Rückzugsort zum Trauern, nachts um drei kann ich ja schlecht auf den Friedhof. Mary-Jane ist tot, aber in meinem Kopf wächst sie mit. Ich stelle mir immer vor, wie sie jetzt gerade wäre – im Moment wahrscheinlich ein rebellierender Teenager.“

Bei der ANUAS-Themenwoche war sie jetzt schon zum dritten Mal. „Hier muss ich mich nicht verstellen, mich nicht entschuldigen für den Knacks, den ich inzwischen habe“, erklärt sie, „und auch nicht für die Tränen, die immer wieder und gerne auch sehr plötzlich kommen.“

Wenn sie in die Zukunft blickt, sieht Karin ein weißes Blatt Papier. „Alles, was da war, wurde mit Mary-Janes Tod wegradiert“, sagt sie, „Ich habe eigentlich nur den Wunsch, dass ich dieses Blatt eines Tages wieder füllen kann. Womit, das weiß ich noch nicht.“

Ein Baby wird es jedenfalls nicht sein. Noch ein Kind in diese Welt zu setzen, in der Menschen wie der Mörder ihrer Tochter leben: Das schließt sie aus.

DENISE L. (20, Auszubildende) aus Muhr am See (Bayern) verlor 2016 ihre Schwester Monique (†26) „Meine Schwester wurde von ihrem Mann erwürgt“

Sie saß im Unterricht, hatte gerade eine Einser-Klausur zurückbekommen an diesem 4. Mai 2016, als das Telefon ihrer Lehrerin klingelte. Sie habe sie direkt so seltsam angesehen, sagt Denise L. (20), und deshalb habe sie gleich gewusst, dass etwas nicht stimmte. Vielleicht, dachte sie auf dem Weg zum Schul-Sekretariat, ist was mit Oma?

Vor dem Sekretariat warteten ihre Eltern und eine Botschaft, die die Zehntklässlerin laut aufschreien ließ: Ihre acht Jahre ältere Schwester Monique (†26) war von ihrem Ehemann erwürgt worden – während die gemeinsame Tochter im Nachbarzimmer den Todeskampf ihrer Mutter verfolgte. „Ich brach auf dem Schulflur zusammen, in mir war nur noch Leere“, sagt Denise.

Ein paar Tage vor ihrem Tod hatte Monique noch mit Denise zusammengesessen – und ihr erzählt, dass sie Angst vor ihrem Mann hat. „Sie hatte sich getrennt, sagte mir, dass er vielleicht mit einem Messer auf sie losgehen könnte“, erinnert sich Denise. „Ich habe ihr nur gesagt, dass wir das alles schaffen und dass ich sie lieb habe. Dann fuhr sie mit ihrem roten Auto los. Es war das letzte Mal, dass ich sie sah.“

Der Bestatter hatte der Familie geraten, sich den toten Körper von Monique nicht anzuschauen. „Er hat sie vier Minuten lang gewürgt, sie war wohl so entstellt, dass man die Spuren nicht hätte überschminken können“, sagt Denise, „Es war schrecklich, sich nicht verabschieden zu können.“

In den Wochen nach dem Tod ihrer Schwester nahm Denise acht Kilo ab. „Ich konnte einfach nicht essen. Eigentlich saß ich nur am Fenster und wartete darauf, dass sie mit ihrem roten Auto gleich wieder um die Ecke kommt.“

Eineinhalb Jahre lang ging Denise jeden Freitag zur Therapeutin, auch mit ihren Eltern, ihren Geschwistern und ihrem Freund Samuel (20) spricht Denise immer wieder viel über die Tat. Seit September macht sie eine Ausbildung zur Ergotherapeutin. „Ich weiß ja, dass es irgendwie weitergehen muss“, sagt sie. „Aber begleiten wird mich diese Sache immer. Wirklich immer. Wenn ich an Monique denke, denke ich an ihr

Lachen. Es ist ganz oft so, als säße sie neben mir, wie so ein Engel.“

Mit Mama Miriam (48) kam sie zur ANUAS-Themenwoche nach Berlin. „In den ersten Tagen hat es mich total runtergezogen, hier so viel über das Thema Mord und Totschlag zu hören“, sagt sie, „aber irgendwie ist es gut zu wissen, dass man mit seinen Sorgen, seiner Wut auf den Täter nicht alleine ist. Hier versteht einen jeder.“

***RICHARD W. (60, Bauingenieur) aus Bad Nauheim (Hessen) verlor 1979 seinen Bruder Michael (†17)
„Mein Bruder wurde erstochen – und der Täter läuft frei herum“***

Seit 39 Jahren trägt Richard W. nur noch Schwarz. Einmal, sagt er, habe er es mit einem weißen Hemd probiert. Aber es ging nicht, fühlte sich falsch, beklemmend an.

Die Sache mit den dunklen Klamotten begann im Sommer 1979 – bei der Beerdigung seines Bruders Michael (†17). „Ich war damals 21, der Doppelmord an meinem Bruder und seiner Freundin Petra zog mir den Boden unter den Füßen weg“, sagt er, „Michaels Mörder fesselte ihn mit Schnürsenkeln, zog ihm das T-Shirt über den Kopf und rammte ihm ein Messer in den Rücken, dann dreifach ins Herz. Diese Vorstellung macht mir auch nach fast vier Jahrzehnten noch Alpträume.“

Die Polizei ermittelte damals wochenlang, schnappte erst drei Jahre später einen Tatverdächtigen, dem ein anderer Doppelmord mit vielen Parallelen zum alten Fall zur Last gelegt wurde. Im Rahmen eines Indizienprozesses wurde er zu lebenslanger Haft verurteilt.

*Der Mann leugnete die Taten, starb später an einer
Krebserkrankung.*

*Richard W. hält den Verurteilten nicht für den wahren Täter:
„Ich erfuhr 1986, dass es ein ehemaliger Freund von mir
meinen Bruder und seine Freundin umgebracht hatte“, sagt
er, „ging zur Polizei, zeigte ihn an, doch mir glaubte niemand.
Ich bin bis heute von seiner Schuld überzeugt, aber die
Ermittlungen wurden nicht mehr aufgenommen, weil es eben
schon jemanden gab, der dafür im Gefängnis gesessen hatte.“
Bis heute hat keiner in der Familie die Tat verarbeitet –
Richard versucht es zumindest immer wieder. Bei der ANUAS-
Themenwoche zeichnet er bei einem Kreativworkshops eine
alte Frau in einem Bett. „Wir sollten etwas malen, was uns in
den vergangenen Wochen bewegt hat“, sagt Richard. „Meine
Mutter ist 82, liegt im Sterben.
Jetzt wäre das letzte Mal Gelegenheit, mit ihr über Michaels
Tod zu sprechen. Aber es ist und bleibt ein Tabuthema, wir
konnten tatsächlich nie wirklich darüber reden.“*

Diverse Workshops werden von Betroffenen durchgeführt:

- **Atmung – Achtsamkeit – Entspannung - Imagination**



Der Bluesharp-Spieler und Betroffener Richard Walter berichtet von der Möglichkeit, die Atemtechnik über das Mundharmonika-Spielen durchzuführen. Die Teilnehmer hatten riesigen Spaß an den Atemübungen und haben gleich noch Mundharmonikaspielen gelernt.



„... Die roten Blutkörperchen, die zu 90 % aus rotem Blutfarbstoff (Hämoglobin) bestehen - sog. Erythrozyten - sind für unseren Organismus von zentraler Bedeutung. Denn sie transportieren Sauerstoff aus der Lunge in alle Gewebe des Körpers. Sozusagen auf dem Rückweg nehmen sie dann das als Abfallprodukt entstandene Kohlendioxid wieder zurück zur Lunge mit, wo es abgeatmet wird...“

Dr. Petra Sommer



Yoga – Kraftquelle für Körper und Seele

Yoga tut gut. Es bringt Entspannung, verbessert die Stimmung und fördert die Konzentration.

Allerdings ist Yoga kein Allheilmittel und hat Risiken, das gilt auch für den nichtklinischen Bereich. Durch Yoga können Verletzungen ausgelöst werden, von gereizten Gelenken über Achillessehnenrisse bis zu Schlaganfällen. Mediziner haben festgestellt, dass bestimmte Haltungen zu Hirnschäden führen könnten.

Allerdings sprechen sich Wissenschaftler trotz der gewissen Einschränkungen für die positiven Wirkungen von Yoga aus: Yoga ist dafür bekannt, dass sich die allgemeine Stimmung positiv auswirkte. Weiterhin können sich Spannungen, Ängste und depressive Gedanken minimieren.

Die positiven Veränderungen nach kontinuierlicher Durchführung von Yogaübungen wurden berichtet, so z.B. weniger Anspannung und Unsicherheit, ein klarerer Kopf, mehr Zuversicht und Energie in anstrengenden Situationen. Ein insgesamt verbessertes Wohlbefinden wurde eingeschätzt.

Was haben Wissenschaftler festgestellt, warum Yoga so gut als Stimmungsaufheller und Antistressmittel wirkt:

„... Gama-Aminobuttersäure, kurz GABA, spielt offenbar eine wichtige Rolle. Seit langem ist bekannt, dass dieser Neurotransmitter dämpfend wirkt, indem er die Erregbarkeit der Hirnzellen herabsetzt. Je höher das GABA-Niveau, desto gelassener und angstfreier der Mensch ...“

Kann Yoga auch die Kreativität fördern?

„... Die inspirierende Kraft von Yoga ... habe vermutlich mit der durch GABA bewirkten Beruhigung des Geistes zu tun. Womöglich spiele aber noch ein weiterer Aspekt eine Rolle: die Stärkung der Aktivität in der rechten Hirnhälfte, der Funktionen wie die Verarbeitung sinnlicher Erfahrungen und räumliches Denken zugeordnet werden...“

(Quelle: Psychologie Heute, Beltz Verlag, 2013)



- Austausch – Gesprächstechniken über Spruchwürfel und Lebenskarten nach Barbara Völkern und Prof. Dr. Luise Reddemann



- Kreatives Gestalten



- Kunsttherapie

Definition¹: In der Kunsttherapie geht es um einen innerpsychischen und sich sensu² - wie psychomotorisch auswirkenden Formbildungs- und Gestaltungsvorgang, der sich in der bildnerischen Formdynamik eines ästhetischen Mediums spiegelt und der dazu innere wie äußere Lebensverhältnisse so abbildet, dass sie bearbeitbar und neu zentrierbar werden. Ihr Zweck besteht darin, die Orientierung zu restituieren und Leiden zu bewältigen, ihr Mittel darin, jenen innerpsychischen und psychomotorischen Prozessen, die Leiden verursachen, ein anderes Ziel zu geben. Im Ergebnis sollen die Bewusstseins- und Erlebnisweisen aber auch die Verhaltensabläufe so konstelligiert werden, dass es möglich wird, das Alltagsleben zu bewältigen.

Eine Praktikantin beim ANUAS, welche beim Campus naturalis Berlin eine Ausbildung zur Kunsttherapeutin absolviert hat, führte als Abschlußprüfung beim ANUAS einen Workshop mit Betroffenen durch:



Idee: Wahrnehmung der eigenen Person und des Übungspartners

Anleitung:

Aufgabe 1: Betrachte die Gliederpuppe und überlege dir, wenn du diese Puppe wärest, welche Farben hätten die einzelnen Glieder und warum? Benutze die Farben aus dem nachstehenden Katalog. (20 Minuten)

Aufgabe 2: Suche dir einen Partner, setzt euch 5 Minuten gegenüber und betrachtet euch ohne zu sprechen. Was nehmt ihr wahr? Nehmt euch die zweite Zeichnung der Gliederpuppe und malt sie in den Farben aus, die ihr an eurem Gegenüber wahrgenommen habt – wieder an Hand des Farbenkataloges. Setzt euch dazu nicht nebeneinander und tauscht mit einer anderen Gruppe die Plätze. Nach 10 Minuten findet ihr euch wieder mit eurem ursprünglichen Partner zusammen und tauscht eure Wahrnehmungsbilder.

Auswertung:

Betrachtung des eigenen Werkes von sich selbst und das was der Partner von dir gemalt hat. Was seht ihr? Findet ihr Unterschiede? Geht in den Dialog und tauscht euch aus.





„Den Bildern der Seele folgen“



Es hat sich bei ANUAS e.V. sehr oft gezeigt, dass Betroffene ca. 8 – 10 Monate nach dem gewaltsamen Tod des Angehörigen / des Traumas den Drang bekommen haben, sich irgendwie künstlerisch zu betätigen. Einige malen, andere machen Musik und wieder andere Betroffene werden Dichter und Schreiber.

Dieses Phänomen ist damit zu erklären, dass der Betroffene sich mit seinem Unterbewusstsein beschäftigt. Die Feinsinnlichkeit, das Bauchgefühl und eine besondere Sensibilität entwickeln hat.

Das Bedürfnis nach Kreativität ist natürlich angeboren und wird immer beliebter. Der Klient erkennt, indem er in sein Innerstes geht, was ihn blockiert hat und er entdeckt neue Möglichkeiten diese Blockaden zu lösen und sein Leben in eine andere Richtung zu bringen – es wird nichts so wie es war – das wird immer klarer. Das vorherige Chaos der Seele wird geordnet, man kann es zeichnen, drauf schauen und es wirken lassen. Es folgt eine gewisse Form der „Entlastung“. Und jetzt kann der Klient selber entscheiden, ob er etwas ändern will und was. Wichtig ist hierbei auch wieder die eigene Entscheidung, kein „muss“ oder „soll“. Die Selbsterkenntnis führt oft zu eigenen Gedankengängen in eine positive Bewältigung des Traumas, Ressourcen werden entdeckt und genutzt.

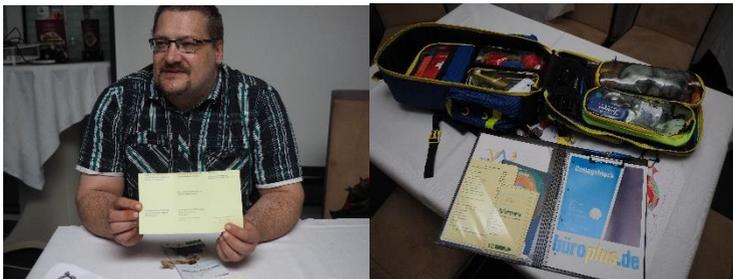
- Krisen und Krisenintervention – Erstellung eines Krisenpasses – Notfallausrüstung

Der ANUAS-Mitgliedsverein „Dieser Weg – zurück ins Leben“ beschäftigt sich mit PTBS * Depressionen * Dissoziativen Störungen

In Bayern gibt es drei Selbsthilfegruppen für Depressive und Angehörige, sowie Kinder und Jugendliche.

Der Verein leitet die ANUAS-Zweigstelle Volkach für Angehörige gewaltsamer Tötung, Suizide, Vermisste. Sie sind Ansprechpartner für Angehörige, die ein offenes Ohr benötigen.

Annika und Alexander Bothe, die Gründer des Vereins haben einen Krisenpaß entwickelt und einmalig einen Rucksack, in dem für Sofortmaßnahmen eine Notfallausrüstung verstaut ist.



Workshop im I. Quartal 2019, in Berlin

**Welche Hilfen benötigen betroffene Angehörige gewaltsamer Tötung und was leistet der ANUAS?
Wie könnten Austauschtreffen für Angehörige aussehen?**

Gemeinsam wurde eine symbolische Werkzeugkiste mit individuellen Hilfsangeboten entwickelt.

Symbolische Werkzeugkiste des ANUAS e.V. mit individuellen Hilfsangeboten



Aufzeigen von weiteren Hilfsstellen "Lotsendienst"

Hilfen zum Schutz vor Retraumatisierungen

Beratung, Information und Aufklärung über Rechte und Möglichkeiten (speziell Opferrechte)

Entlastung/ Stabilisierung durch Gespräche

Beratung zu therapeutischen Maßnahmen

Täter-Opfer-Begegnung

Interessenvertretung bei öffentlichen Einrichtungen

Austausch mit anderen Betroffenen

Opferberatung Opferbegleitung

Sorgentelefon

Projekt: Kreative Gesprächskreise

Hilfe bei der sozialen Integration

Projekt: Gesundheitspräventive Aufklärung

Hilfe bei der beruflichen Integration

Projekt: Online Schreibtherapie

Projekt: "Schreiben statt sprechen"

Vermittlung von Techniken der Atmung, Achtsamkeit und Entspannung

Aufklärung in JVA's

Projekt: Lese-Cafe

Beratung zum Entschädigungsrecht

Kriminalpräventive Beratung

Hilfe zur Selbsthilfe

Unterstützung bei der Umsetzung von Menschenrechten

Jeder kann selbst entscheiden, welche Hilfen er wann annehmen möchte.

 www.anuas.de

Workshops in Hessen und Sachsen-Anhalt

Kinder- und Jugendgruppe

Kinder und Jugendliche aus Gewaltfamilien sowie autistische Kinder und Jugendliche arbeiten an einem gemeinsamen Projekt. Dafür haben betroffene Angehörige aus Kassel (ANUAS-Landesgeschäftsstelle Hessen) und Halle (ANUAS-Landesgeschäftsstelle Sachsen-Anhalt) eine tolle Idee umgesetzt.



*Was wäre wenn...?!
So hieß ein interaktives Projekt während der letzten Wochen.
Gemeinsam haben wir mal überlegt, wie ein Zentrum von
ANUAS aussehen könnte.*

In dem Spiel Freeplay kann man Häuser nach eigenen Wünschen "bauen" und gestalten. Diese Plattform haben wir genutzt, um unser Wunschhaus zu bauen.

Viele Wünsche wurden geäußert und versucht umzusetzen. Rausgekommen ist ein 4 geschossiges Haus mit ganz verschiedenen Räumen.



Für jeden ist etwas dabei.

Dieses Projekt hat das gemeinsame Planen und Umsetzen gefördert.

Über verschiedene Ebenen wurde miteinander kommuniziert und auch Menschen mit sprachlichen Defiziten konnten ohne Probleme mithalten.

Wir sind stolz auf unser Endergebnis und wer weiss...vielleicht, irgendwann...wird dieser virtuelle Traum Wirklichkeit.

Bericht der Vertreter zum Projekt:

Die ANUAS-Landesgeschäftsstelle in Hessen / Kassel beschäftigt sich mit Kindern aus Gewaltfamilien und die ANUAS-Landesgeschäftsstelle in Sachsen-Anhalt / Halle beschäftigt sich mit autistischen und mutistischen Kindern. In jahrelanger guter Zusammenarbeit sind schon sehr gute Einzelprojekte in den Bundesländern durchgeführt worden.

Die Familien haben individuelle Probleme, die sich als zusätzliche Belastungen auswirken. Sie müssen sich mit Ämtern, Behörden, Polizei, Staatsanwaltschaft usw. auseinandersetzen. Psychische und seelische Belastungen und Krankheiten bleiben nicht aus.

Wir als Landesgeschäftsstellenleiterinnen wollten ein gemeinsames Projekt auf die Beine stellen und Kinder unterschiedlicher Belastungen zusammenbringen. Wir wollten eine Möglichkeit schaffen, diese Kinder und Jugendlichen aus der sozialen Isolation zu holen.

Zusammen mit den Kindern und Jugendlichen, sowie den Begleitern haben wir dann die Idee gehabt, ein imaginäres Haus zu entwickeln, wo man sich treffen, kreativ werden und einzelne Entdeckerstationen ablaufen kann. Dieses Haus war nun Dreh- und Angelpunkt aller weiteren Aktionen. Wir sind sehr positiv überrascht, wie sich diese teilnehmenden Gruppen von Kindern und Jugendlichen, mit ganz unterschiedlichen sozialen Hintergründen und mit körperlichen und psychischen Einschränkungen offen für alles Neue waren.

Unsere Ziele waren, die Ressourcen der Kinder und Jugendlichen zu entdecken und zu fördern. Wir wollten die Neugier wecken und ohne viel Worte Integration und Inklusion betreiben.

Die zum Teil schwerst traumatisierten Kinder sollten bei uns offen und unbefangen sein und Lust darauf bekommen, ein neues Hobby für sich zu entdecken. In mehreren Wochen wurden immer wieder Bastelnachmittage und Entdeckertage angeboten.

Während der gesamten Zeit gab es immer wieder Austauschtreffen zwischen den Zweigstellen Halle und Kassel.

Beide Gruppen haben alle „Stationen“ in dem Forscher- und Entdecker-Haus abgearbeitet und am Schluss blicken wir alle voller Stolz auf eine tolle Zeit zurück.

Das gesamte Projekt wurde fotografisch von Mitgliedern der ANUAS-Fotokreise begleitet. In Berlin, der Bundesgeschäftsstelle des ANUAS e.V. wurde das Forscherprojekt vorgestellt und hat dort sehr viel Begeisterung hervorgerufen. Auch das kann eine Form der Inklusion sein!

Beide Projekte werden in Buchform zur Nachahmung gestaltet, um viele anderen Kindern und Familien zur Nachahmung anzuregen. Vielleicht sogar gemeinsam, wie in unserem Fall (Familien aus Hessen und Sachsen-Anhalt)

Der 1. Teil, das vorliegende Buch beinhaltet den Bastelbereich. Die Fortsetzung, der 2. Teil wird den Forscher- und Entdeckerbereich aufzeigen.



Bundesverband ANUAS e.V.

Hilfsorganisation für Angehörige von
Mord-, Tötungs-Suizid und
Vermisstenfällen



Bastelbuch für Groß und Klein



Ein Gemeinschaftsprojekt von
ANUAS Hessen und ANUAS Sachsen
Anhalt zur Integration von Kindern
und Jugendlichen

Beide Projekte wurden von der Aktion Mensch unterstützt.

Aktion
MENSCH

Gesundheitspräventiver Workshop

Hinweise und Beratung zum Therapeuten und zur Therapie

Anforderungen an einen guten Therapeuten

Ein Therapeut sollte sein:

Einfühlsam * klar und ehrlich * verständnisvoll * beständig *
tolerant * direkt * wissen, wo es lang geht (Kompetenz und
Erfahrung) * pünktlich und zuverlässig * humorvoll *
ausdauernd * individuell * streng (klare Linie) * unterstützend
* engagiert * loyal und vertrauenswürdig * interessiert *
konstruktiv * konfliktbereit * (hinsichtlich Nähe und Distanz)
zwischen Beruf und Privatem trennen können

Ein guter Therapeut wird den Patienten:

- Vertrauen aufbauen
- entlasten
- stabilisieren
- therapieren

An wen kann ich mich bei psychischen Problemen zuerst wenden?

Für viele Menschen sind Freunde und Angehörige erste
Ansprechpartner, wenn es ihnen nicht gut geht. Wer wegen
psychischer Probleme professionelle Hilfe benötigt, kann sich
zunächst an die Hausärztin oder den Hausarzt wenden, an
eine psychosoziale Beratungsstelle oder direkt an eine
psychotherapeutische oder psychiatrische Praxis.

Psychotherapeutische Sprechstunde:

Ein erstes Gespräch in einer psychotherapeutischen Praxis ist seit 2017 ohne ärztliche Überweisung oder Antrag bei der Krankenkasse möglich. In der psychotherapeutischen Sprechstunde kann man sich zu seinen Problemen beraten und einschätzen lassen, ob eine Psychotherapie hilfreich sein könnte oder notwendig wäre.

Akutbehandlung:

In Notfällen stehen psychiatrische Praxen mit Notfalldienst, psychotherapeutische Ambulanzen, psychiatrische oder psychosomatische Kliniken zur Verfügung.

Seit 2017 können auch psychotherapeutische Praxen eine Akutbehandlung anbieten, ohne dass diese bei der Krankenkasse beantragt werden muss. Ein Anspruch auf Akutbehandlung besteht, wenn sonst die psychischen Beschwerden stärker oder chronisch werden könnten oder eine Arbeitsunfähigkeit oder ein Krankenhausaufenthalt wahrscheinlich wäre. Die ambulante Akutbehandlung kann bis zu 24 Termine à 25 Minuten umfassen.

Psychosoziale Beratungsstellen:

Psychosoziale Beratungsstellen sind zum Beispiel Familien-, Frauen-, Erziehungs-, Lebens- oder Suchtberatungsstellen. Dort arbeiten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterschiedlicher Berufsgruppen wie Ärzte, (Sozial-)Pädagogen, Psychologen, Psychotherapeuten, Sozialarbeiter oder auch speziell geschulte Pflegekräfte zusammen, um Ratsuchenden bei ihren Problemen zu helfen.

Die Beratungsstellen werden in der Regel durch ihren Träger, durch Fördermittel und über Spenden finanziert. Sie bieten selbst keine Therapien an, können aber beraten, über Unterstützungsmöglichkeiten informieren und diese vermitteln.

→ ANUAS ist ebenfalls eine psycho-soziale Beratungsstelle!

Sozialpsychiatrische Dienste:

Eine weitere Anlaufstelle sind die Sozialpsychiatrischen Dienste. Sie sind bei den Gesundheitsämtern angesiedelt und können kostenlos in Anspruch genommen werden. Sie betreuen und begleiten vor allem Menschen mit behandlungsbedürftigen akuten oder chronischen psychischen Erkrankungen.

Auch in den Sozialpsychiatrischen Diensten beraten und unterstützen Teams aus Medizin und Pflege, Psychotherapie und Sozialpädagogik. Die Fachkräfte bieten in der Regel selbst keine Therapien an, können jedoch feststellen, ob jemand eine behandlungsbedürftige Erkrankung hat.

Sie begleiten auch Menschen, die gerade eine Therapiemachen oder einen Klinikaufenthalt hinter sich haben, um ihnen zusätzliche Unterstützung zu geben.

Angehörige, Freunde und Kollegen können sich ebenfalls an den Sozialpsychiatrischen Dienst wenden, wenn sie das Gefühl haben, dass jemand in ihrer Umgebung Hilfe benötigt. Die Sozialpsychiatrischen Dienste bieten bei Bedarf auch Hausbesuche an.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Sozialpsychiatrischen Diensten und psychosozialen Beratungsstellen unterliegen wie Therapeutinnen und Therapeuten der Schweigepflicht.

Schreibworkshop in Berlin, Mai 2019



Dieses Projekt wird von der AOK gefördert



Mehrere Betroffene aus der gesamten Bundesrepublik haben sich zusammengefunden und arbeiten an einem Informations- und Aufklärungsbuch. Im Rahmen eines Romans wird aufgezeigt, was nach einer gewaltsamen Tötung

mit den Familien passiert. Welche Sorgen und Nöte haben diese und welche Hilfen bekommen sie angeboten. Betroffene schreiben selbständige Kapitel zu speziellen Themen.

Grundlage der Geschichte:

Eine kleine Familie in Baden-Württemberg (Vater, Mutter, Kind und Opa) erleben das Schlimmste, was passieren kann. Die Mutter, auf dem Weg von der Arbeit nach Hause, wird überfallen und stirbt an den Verletzungen...
Wie geht es jetzt weiter?

Der Vater ist mit der Situation überfordert ... er hat typische Posttraumatische Belastungsstörungen ... hat Konzentrationsstörungen, kann nicht schlafen, er verliert seine Arbeit ... bekommt ein Suchtproblem ...
Es besteht die Gefahr, dass das Jugendamt den 11jährigen Sohn aus dem Haus holt ...

Der Junge hat zusätzlich zur Trauer massive Traumauswirkungen, er zieht sich zurück, hat Schlafstörungen, Depressionen ... u.v.m. Er sieht keinen Sinn mehr in seinem Leben... er sieht alles negativ, vertraut keinem Menschen mehr.

Der Großvater, der Kriegsveteran ist und Erfahrungen mit PTBS hat, holt seinen Enkelsohn aus der Gefahrenzone und entlastet somit seinen Sohn.
Der Großvater und Enkel unternehmen eine Reise in verschiedene Länder der Welt. Es geht darum, kennenzulernen: die unterschiedlichen Kulturen, Umgang mit Tod, Trauma und Trauer ... verschiedene Religionen und Rituale ...

Betroffene Angehörige beim ANUAS kommen aus verschiedenen Kulturen, oder haben Verwandte in anderen Ländern. Sie berichten aus eigenen Erfahrungen ...

Alkoholsucht nach gewaltsamer Tötung – Entzugsklinik – was passiert dort. Ein Angehöriger, der das erlebt hat, schreibt zu diesem Thema.

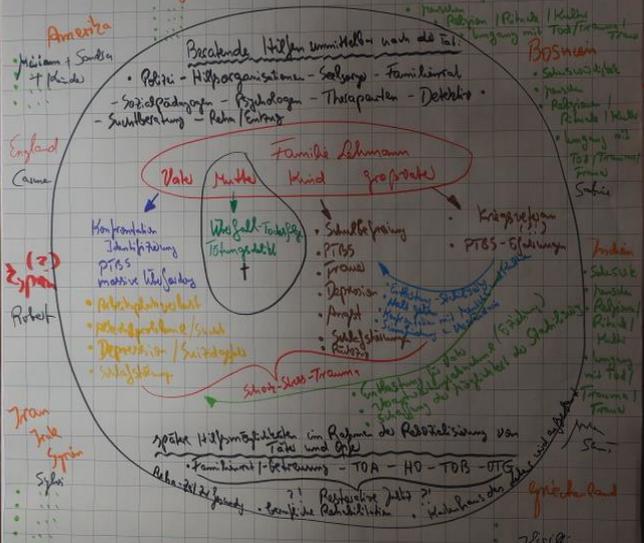
Eine andere Betroffene, die sich gerade – nach dem Mord an ihrer Tochter - in einer traumatherapeutischen Behandlung befindet, schreibt in ihrer Geschichte über das Erleben in der Therapie, mit der Therapeutin.

Es schreiben aber nicht nur Betroffene an der Geschichte, sondern auch Nichtbetroffene. Das sind Menschen, die mit Betroffenen zu tun haben, Erfahrungen haben, aber auch noch Kenntnisse zum Thema gewinnen wollen.

Der 2. Workshop wird im August 2019 stattfinden. An diesem Workshop nimmt eine Verlagsleitung teil und wird schreibtechnische Beratung einfließen lassen. Des Weiteren vermitteln sie Autoren, die als Alpha- und Betaleser an dem Buch mit arbeiten werden.

Das geplante Buch soll 2020 als Selbsthilfeprojekt der ANUAS-Schreibwerkstatt veröffentlicht werden.

Karin + Robert → Suizid (Abscheu, Gültig), Schuldgefühle
 Beizart → Ruhe, Klinik, Trauer
 Stephanie → was? Fragestellung, Suizid, Wahn, Schuldgefühle



Schamanismus
 Reihe durch Klöster
 Schamanistische Rituale
 Recherche Sykes

ANUAS-Aufklärungs- und Informationswebseite



Auch die 3. ANUAS-Webseite wurde von der Aktion Mensch gefördert.



Die Website wurde erstellt von jwebArt - Jeannette Sachse

[://jwebArt](http://jwebArt)

Die Grafiken der Webseite wurden erstellt vom Fotokreis Hessen, Sylvi Jonathan und Carmen Schneider von Just about ART



Wesentliche Ziele der dritten ANUAS-Webseite sind:
Information * Aufklärung * Lotsendienst.

Was brauchen Gewaltopfer und welche Rechte haben diese Menschen? Welche Hilfen werden benötigt?

Das Erleben nach Gewalt und gewaltsamer Tötung hat über Jahre wesentliche Auswirkungen auf die Psyche, die Gesundheit, das soziale und berufliche Leben von Betroffenen.

Den Betroffenen/Gewaltopfern helfen die Informationen bei der individuellen Entlastung, Stabilisierung und Reintegration ins gesellschaftliche und soziale Umfeld. Es werden ihnen Hilfsangebote vorgestellt, die individuell genutzt werden können.

Für nichtbetroffene Interessierte werden die Beiträge helfen, die Wünsche und Bedürfnisse betroffener Menschen zu verstehen und ggf. dabei helfen, die Bedarfe für Hilfsangebote zu verbessern.

Es stehen nicht nur rechtliche Informationen rund um eine mögliche Anzeige und ein Strafverfahren im Mittelpunkt, sondern vor allem die Wissensvermittlung über physiologische und psychologische Auswirkungen, welche nach einem traumatischen Erlebnis auftreten.

Alle Rechte liegen beim Bundesverband ANUAS e.V.:



Verantwortlich für die Gestaltung:



Bundesverband ANUAS e. V.
Hilfsorganisation für Angehörige von Mord-, Tötungs-, Suizid- und Vermisstenfällen

Selbsthilfeorganisation



Kontakt- und Beratungsstelle Berlin

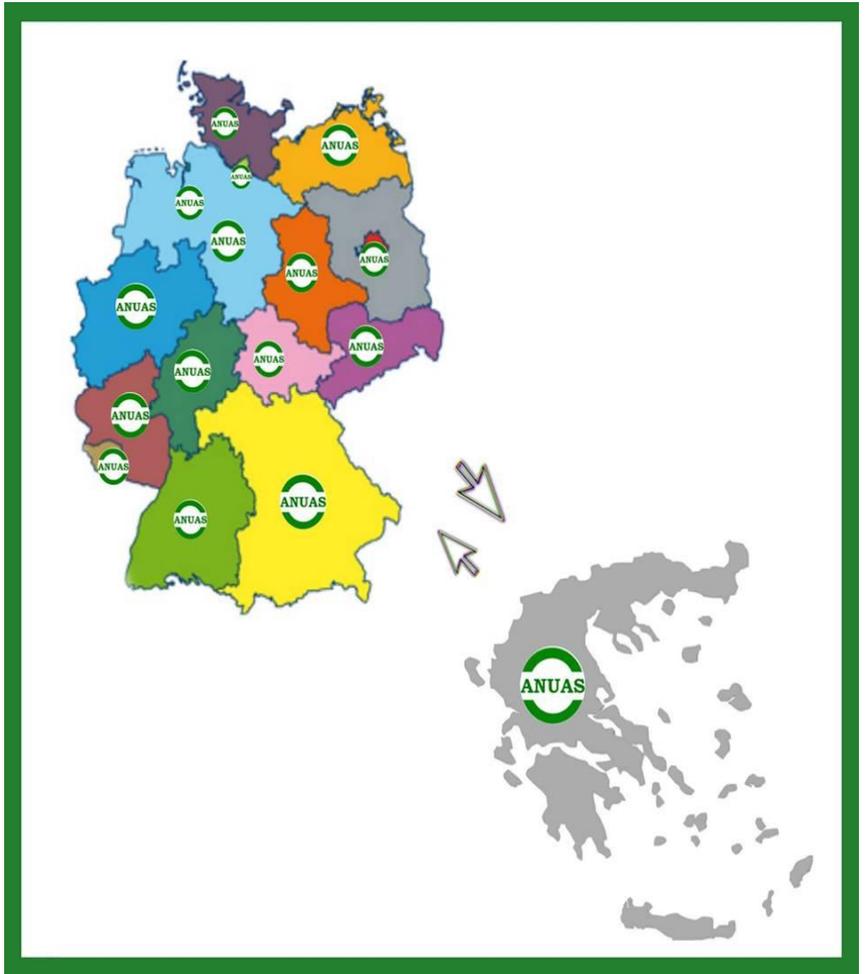
Datenschutzbelehrung:

<https://anuas-selbsthilfe.de/datenschutzerklaerung/>

Rückfragen und Informationsanfragen bitte an:

Bundesverband ANUAS e.V.
Bundesgeschäftsstelle
Erich-Kurz-Str. 5
10319 Berlin

E-Mail: kontakt@anuas.de
Tel.: 030 – 25 04 51 51



www.anuas.de
www.anuas-selbsthilfe.de
www.anuas-traumaportal.de