



**Gisela Perren-Klingler:**

**Krieg und Gesundheit:  
Zukunftsgerichtete Überlegungen unter  
Berücksichtigung der Lehren aus den  
Kriegen in Bosnien und Ruanda**



**Wir freuen uns, wenn Sie das  
Aktionsbündnis Katastrophenhilfe  
unterstützen:**

**[https://www.aktionsbueundnis-  
katastrophenhilfe.de/jetzt-spenden](https://www.aktionsbueundnis-katastrophenhilfe.de/jetzt-spenden)**

# **Sonder-HypnoSalon aus aktuellem Anlass: UKRAINE**

**Krieg und Gesundheit:  
zukunftsgerichtete Überlegungen unter  
Berücksichtigung der Lehren aus den Kriegen in  
Bosnien und Ruanda**

**Gisela Perren-Klingler, Dr.med., Basel**

[www.institut-psychotrauma.ch](http://www.institut-psychotrauma.ch)

[iptsperren@rhone.ch](mailto:iptsperren@rhone.ch)

# KRIEG und BEWAFFNETE AUSEINANDERSETZUNGEN

- Gewalt ist immer schrecklich!
- weil sie immer «vergewaltigt», d.h. den eigenen Willen (Interessen) durchsetzen will, egal, wieviel es kostet
- Sie verletzt den Menschen in seiner Würde
- in seinem Körper
- in seiner Seele
- in seinem sozialen Kontext

**auch Krieg schafft immer Trancephänomene - wo sind wir?**

# EFFEKTE von KRIEG

## **Tod und Verletzungen: unsägliches LEID**

körperlicher und seelischer Art, die auch nach Friedensschluss weiter andauern – «Kriegsversehrte», ob man den Krieg gewonnen oder verloren hat

Seelische Reaktionen sind: Depression und Trauer, weitergehende Angst (shattered assumptions), post-traumatische Stress-Störungen, bei Individuen und ganzen Gruppen

# **KRIEGSRECHT: die 4 GENFER KONVENTIONEN (1949)**

«Menschliche Kriegsführung», «Vermeidbares Leid» verhindern,  
zivile Ziele verschonen (Erfinder: Henry Dunant)

die meisten nationale Armeen haben sich dazu verpflichtet

Probleme mit Söldnerarmeen, Guerrilleros, bewaffneten  
Zivilisten usw.

# KRIEGSRECHT = HUMANITÄRES VÖLKERRECHT

Genfer Konventionen 1 – 3: Armeen, Soldaten

Genfer Konvention 4: Zivilisten und deren Einrichtungen

das IKRK (Internationales Komitee vom Roten Kreuz – Genf)  
als Garant: ist NEUTRAL bedient alle Seiten

# HUMANITÄRES VÖLKERRECHT SCHÜTZT:

Soldaten vor illegalen Waffen, bei Gefangennahme, Verletzungen, Verschwinden

Zivilisten und deren Einrichtungen: Spitäler, Schulen, Infrastrukturen, Wohnhäuser, Kirchen, Medizinalpersonal, Journalisten

**«das EMBLEM» Rotes Kreuz (Halbmond, Davidsstern usw.) auf weissem Grund sollte schützen und darf nur in dem Fall benützt werden**



# **HILFSORGANISATIONEN bei bewaffneten Konflikten**

Internationales Komitee des Roten Kreuzes (IKRK),  
«NEUTRAL», unabhängig (Spenden, Beiträge der Liga)

Liga der Rotkreuz-Halbmondgesellschaften: national und  
glaubensmäßig aufgestellt

UNO-Organisationen (UNICEF, UNHCR etc): Staatenbund,  
Beiträge durch Staaten

NGO's: Malteser, Save-the-childrens-Fund, Ärzte-ohne-  
Grenzen, Technisches Hilfswerk, Caritas usw. sind national  
und «freiwillig» aufgestellt



# AKTIVIERUNG der ORGANISATIONEN

IKRK wird gerufen (verhandelt häufig hinter den Kulissen);  
vertraulich; neutral, denunziert nur im äußersten Notfall

UNO-Organisationen werden geschickt von Zentrale, müssen  
geduldet werden; denunzieren

NGO's entscheiden, ob sie gehen, werden nur geduldet und  
häufig weggeschickt: denunzieren

# VERGLEICH BOSNIEN - RUANDA

Beides waren Bürgerkriege mit ethnischem Hintergrund, unglaubliche Brutalität, «Abschlachtung» und sexuelle Gewalt

Bosnien ist ein Teil Europas, nah, weiss

Ruanda ist in Afrika, «weit weg», schwarz

in beiden Ländern gab es sehr viele Verletzungen und Leid, auch lange nach Kriegsende, viel Unausgesprochenes, Schweigen

# **BOSNIEN: multiple, unkoordinierte HILFE**

Hilfe für vergewaltigte Frauen, Nottelefon für Frauen  
Psychotherapieeinsätze verschiedenster Schulen,  
temporär, Staaten, UNO, NGOs

wenig psycho-SOZIALE, komunitäre Interventionen,  
Schwierigkeiten, interethnisch zu arbeiten

Enorme Aufwände für das Internationale Kriegstribunal  
in Den Haag, die Zeugen usw.

# HILFE an RUANDA

- relativ wenig, da weit weg
- «nicht europäisch» daher Zaudern
- kulturspezifische Vorbilder (Gagaka)
- Beschweigen (dissoziativ),
- Wille zur Versöhnung - sogar bei unseren Flüchtlingen

# EFFEKT HEUTE - 25 Jahre nach Srebrenica / Ruanda

**Schmerz bleibt – individuell, Mauer des Schweigens**

**Bosnien:**

- «zweite Generation» von Kriegstraumatisierten, besonders Frauen
- Schuldzuweisungen an internationale Gemeinschaft
- Strafe der Täter reicht nie: erleichtert nur momentan
- Blick in die Vergangenheit

# **EFFEKT HEUTE in RUANDA anlässlich der staatlichen Untersuchung über Mental Health**

- 20% der Bevölkerung leiden unter Problemen der psych. Gesundheit: PTSD, Angsterkrankungen, Depression
- hohe Inzidenz von familiärer Gewalt
- unregelmässiger Schulbesuch der Kinder
- hohe Absenzen bei der Arbeit
- wenig medizinische Ressourcen
- wenig (Spenden-)Geld

# UBUNTU CENTER FOR PEACE, S – Province (2017)

- «Tackling trauma and other mental disorders through the community based social healing model»
- 120 «community healing assistants» für > 2000 Personen
- beide Ethnien, Opfer und Kinder von Tätern, langfristige Solidarität
- **Atemtechnik und kollektive Narrative, Abschlussritual,**
- **gegenseitige langfristige Hilfe**



# MESSBARE EFFEKTE der INTERVENTIONEN

## 1: Psychotest Ergebnisse: Verminderung von

- PTSD (54%)
- Angsterkrankungen (47%)
- Depression (49%)
- ? Und Dissoziation????

**KOSTEN  
< 50 US\$  
pro Person**

## 2. Soziale Parameter:

- Gewalt in Familien gesunken,
- Schulbesuch der Kinder gestiegen
- Arbeitsproduktivität gestiegen
- QoL gestiegen

# TRANCEPHÄNOMENE IN BOSNIEN / RUANDA

## 1. FOKUSSIERUNG

Bosnien: Leid, Schuld Europas, Strafe, VERGANGENHEIT

Ruanda: Healing and Peace; Akzeptanz des Geschehenen,  
Community Solidarität - ZUKUNFT

## 2. DISSOZIATION:

Bosnien: es ist so schrecklich, dass man nicht darüber reden kann/will

Ruanda: Gruppennarrative, physiologische Beruhigung, Abschluss

## 3. SUGGESTIBILITÄT:

Bosnien: Opfertrance

Ruanda: Ressourcentrance, Zukunftstrance



# «HYSTERISCHE HELFERTRANCE», gerade auch Ukraine

- Was bringt sie? Dissoziation von Schrecken, Hilflosigkeit, Trauer, Wut
- Wozu brauchen wir sie?
- Was verhindert sie? Leiden die Russen nicht?
- Was wäre eine sinnvolle Trance bei den Helfern?
- Und bei den Flüchtlingen?
  
- Wie wäre es mit einer Solidaritätstrance? Was würde das bedeuten?

# NACHDENKEN über BASICS in der SOLIDARITÄT

**SALUTOGENESE (Antonovsky):**

**Kontrolle, Verständlichkeit, Sinnhaftigkeit**

**Primäre Ressourcenorientierung (Hobfoll): 5 Bedürfnisse:**

**Beruhigung/Schutz,**

**Selbst- + Community-Wirksamkeit,**

**Beziehung,**

**Hoffnung**

**Welche Ressourcen bringen die ankommenden Ukrainer schon mit?**

# WAS KÖNNTEN WIR LERNEN?

## Strukturen:

- welche sind – neuro-biologisch bedingt und damit transkulturell?
- welche sind psycho-sozial und kulturell bedingt?

Was brauchen ALLE Betroffenen (Empfänger und Helfer)?

Wo suchen wir die Information? Wie können wir das Ubuntu Modell anpassen?

# HERAUSFORDERUNGEN KREATIV ANNEHMEN

**BRAINSTORMING:** wer macht mit – jetzt?

**ORGANISATION:** wer kann das – bald?

**EVALUATION:** wie planen wir sie jetzt schon  
(damit sie begleitend wird)?

DANKE FÜR DIE AUFMERKSAMKEIT!

**Gisela Perren-Klingler, Dr.med., Basel**

**[www.institut-psychotrauma.ch](http://www.institut-psychotrauma.ch)**

**[iptsperren@rhone.ch](mailto:iptsperren@rhone.ch)**



## Therapie-Film



**Gisela Perren-Klingler**  
Traumatherapie – wirksame Tools nach  
schwersten Belastungen und extremem Stress

**Seminardokumentation als Stream oder DVD über:**  
**[www.therapie-film.de](http://www.therapie-film.de)**

# Der Hypnosalon ist Teil des MethodenSchatzes

Hier finden Sie weitere Vorträge, PDF`s und Audiofiles renommierter Therapeuten, Coaches und Berater zum kostenlosen Download.

[www.frauke-niehues.net](http://www.frauke-niehues.net) → **Methodenschatz**



## Praktische Hilfen für Geflüchtete aus der Ukraine:

Diverse: **„Informationen, Hilfen und Links“**

## Trauma, Krieg und Flucht:

Gisela Perren-Klingler: ° **Handout zum Vortrag (in Kürze)**

- ° **Praxisanleitungen zum Überwinden intensiven Stresses (bereits vorhanden)**

Luise Reddemann: **„Psychotherapeutisches Handeln und Krisenzeiten“**  
**Ausführliches Vortragsskript mit Ergänzungen zur Ukrainekrise**

## Emotionsregulation:

Boris Pigorsch: **„Die Hand auf´s Herz-Übung“**



# Kommende HypnoSalons

<b>06.04.22</b>	<b>Gunther Schmidt</b>	Demokratische Hypnotherapie
04.05.22	<b>Matthias Berking</b>	Training emotionaler Kompetenzen
01.06.22	<b>Manfred Prior</b>	Hypnotherapie ohne Tranceinduktion
06.07.22	<b>Frauke Niehues</b>	Impacttechniken
07.09.22	<b>Boris Pigorsch</b>	Aussöhnung mit dem inneren Kritiker
05.10.22	<b>Wolfram Dorrman</b>	Suizidalität
02.11.22	<b>Frauke Niehues</b>	Selbstwert
07.12.22	<b>Dirk Eilert + Gast</b>	Weihnachtsüberraschung
01.02.23	<b>Bernhard Trenkle</b>	Die chinesische Truhe
03.05.23	<b>Jörg Matthes</b>	Politisches Framing
04.10.23	<b>Silvia Zanotta</b>	Scham, die verdeckte Emotion

06.04.22

**Gunther  
Schmidt**

Demokratische Hypnotherapie

**Anmeldung ab sofort unter:**

**[www.meg-frankfurt.de/hypnosalon](http://www.meg-frankfurt.de/hypnosalon)**



Weitere Fortbildungsangebote  
und Seminardokumentationen  
finden Sie unter:

[www.meg-frankfurt.de](http://www.meg-frankfurt.de) und [www.frauke-niehues.net](http://www.frauke-niehues.net)

Wir freuen uns auf Sie!



**Wir freuen uns, wenn Sie das  
Aktionsbündnis Katastrophenhilfe  
unterstützen:**

**[https://www.aktionsbueundnis-  
katastrophenhilfe.de/jetzt-spenden](https://www.aktionsbueundnis-katastrophenhilfe.de/jetzt-spenden)**



# Wir freuen uns auf Sie bei Wonder.me!



Link: [www.wonder.me/r?id=ec87bde6-34e9-4d52-8d67-c40618612cf6](http://www.wonder.me/r?id=ec87bde6-34e9-4d52-8d67-c40618612cf6)



Anleitung: [frauke-niehues.net/terms-and-conditions.html](http://frauke-niehues.net/terms-and-conditions.html)



**Achtung:** Funktioniert nur mit Laptop oder PC und am besten über die Browser Chrome oder Firefox!