

NOTFALLPÄDAGOGIK NACH DEM ERDBEBEN IN CHINA

Im Mai 2008 forderte ein Erdbeben in China 90.000 Todesopfer und machte Millionen von Menschen obdachlos – viele von ihnen erlitten starke bis stärkste Traumata. Auf Einladung der Waldorfschule Chengdu reiste ein Team von Freiwilligen unter Leitung von Bernd Ruf in das Erdbebengebiet und arbeitete mit unzähligen Kindern, Jugendlichen, Eltern und Lehrern. – Am Ende des zweiwöchigen Einsatzes stand eine hohe Anerkennung durch chinesische Regierungsvertreter.

Am 12. Mai 2008 um 15:28 Uhr erschütterte ein Erdbeben der Stärke 8 die chinesische Provinz Sichuan. Dieses Erdbeben forderte 90.000 Todesopfer (davon sind 20.000 noch vermisst), 450.000 Menschen wurden schwer verletzt, fünf Millionen sind obdachlos. Unter den Opfern waren überdurchschnittlich viele Kinder, da die Erwachsenen vielfach auf den Feldern arbeiteten, während die Kinder in den Schulen waren.

Was geschieht nach einem solchen Erdbeben?

Jede solche Naturkatastrophe hinterlässt bei den Menschen ein Trauma. Dabei ist zunächst eine etwa zweitägige Akutphase von einer dann folgenden „Belastungsreaktion“ zu unterscheiden. Diese zweite Phase dauert etwa acht Wochen, in denen unzählige Symptome in allen Schweregraden auftreten können: Konzentrationsprobleme, auflebende Erinnerungen (bis ins Leibliche, mit Todesangst usw.) oder auch völlige Amnesie, Lähmungen oder Hyperaktivität, Schlafstörungen, Regressionen in frühkindliches Verhalten (etwa Daumenlutschen), Aggression, Depression, sehr oft Schuld- und Schamgefühle, Angstzustände bis hin zu Panik, innere Taubheit („Eingefrorensein“, man hat keine Gefühle mehr, spürt den eigenen Leib nicht mehr), aber auch jede Art von physischen Erkrankungen (Verstopfung, Durchfall, Asthma u.v.a.).

Im besten Falle sollten diese Reaktionen im Laufe der Zeit nachlassen und nach acht Wochen aufhören. In sehr vielen Fällen hören die geschilderten Symptome jedoch nicht auf, sondern verschlimmern sich. Hier nun beginnt die eigentliche Krankheit – die **post-traumatische Belastungsstörung**. In dieser Phase braucht es eine psychologische Betreuung. Erhalten die Betroffenen keine Hilfe, kann die Störung im weiteren Verlauf chronisch werden. Dann treten Persönlichkeitsveränderungen auf, die Biographie bricht auseinander, es kann zu Suchtverhalten kommen, zu Kriminalität, zerbrechenden Ehen...

In der ersten acht Wochen dauernden Phase der Belastungsreaktion kann das Trauma noch nicht im eigentlichen Sinne medizinisch behandelt werden. Wesentlich dagegen ist die pädagogisch-therapeutische Arbeit, um die Menschen zu stabilisieren und die Selbstheilungskräfte möglichst so anzuregen, dass keine dauerhaften Erkrankungen auftreten.

Wir haben dabei vor allem an der Rhythmuspflege gearbeitet: Das beginnt mit so elementaren Aspekten wie regelmäßiges Essen und regelmäßiges Schlafen. Hilfen, um den Schlaf zu ermöglichen und zu fördern reichen vom warmen Bad über Einreibungen bis hin zu Gute-Nacht-Geschichten und einer entsprechenden Atmosphäre. Überhaupt gibt jede Form von Ritualisierung gerade Kindern dringend notwendigen Halt und Orientierung. Gegen Angstzustände hilft zum Beispiel auch die Harmonisierung der Atmung, was man schon mit Liedern, die einen bestimmten Rhythmus haben, unterstützen kann.

Trauma hat immer mit Schock und Krampf zu tun, es steckt einem buchstäblich in den Knochen. Deshalb ist auch alles heilend, was mit Bewegung zu tun hat: Eurythmie, Heileurythmie, Bewegungsspiele und vieles mehr.

Mit ihrem künstlerischen und rhythmischen Ansatz auf der Grundlage ihres ganzheitlichen Menschenbildes hat die Waldorfpädagogik unzählige Elemente, die sie auch als Notfallpädagogik geradezu prädestiniert machen.

Ganz wichtig ist es im Weiteren auch, dass die Betroffenen lernen, über ihre Erlebnisse zu sprechen. Das schafft Abstand, denn wenn es überhaupt gelingt, über das Erlebte zu sprechen, kann man es von außen anschauen. Kinder können sich dabei auch mit Bildern ausdrücken.

Die Einsätze – furchtbare Erlebnisse

Wir reisten auf Einladung der Waldorfschule Chengdu nach China. Li Zhang hatte uns geschrieben, dass alle Lehrer nach dem Erdbeben sofort geholfen haben, wo sie konnten – vor allem in Krankenhäusern – und dass die psychische Belastung für die Bevölkerung unerträglich sei. Wir haben uns nach unserer Ankunft in der Waldorfschule auf die bevorstehenden Einsätze vorbereitet und fuhren dann ins Krisengebiet...

Shifang war die letzte Stadt, die einigermaßen erhalten geblieben ist. Hier tagte auch der Krisenstab der Erdbebenregion. Vom Department für ausländische Angelegenheiten erhielten wir hier vor Ort die Akkreditierung für unseren Einsatz. Zunächst standen wir einen Tag unter Beobachtung: Inspektoren begleiteten uns ... und befanden unsere Arbeit nach diesem Tag für gut. In den folgenden zwei Wochen arbeiteten wir in sieben Zeltschulen mit sehr vielen Kindern, die ihre Eltern und Klassenkameraden verloren haben. Viele von ihnen haben ihre Freunde und Angehörigen selbst sterben sehen – und alle diese Kinder waren furchtbar traumatisiert.

Je weiter man sich von Shifang entfernte und in die Berge kam, desto größer waren die Zerstörungen. Von Orten konnte man eigentlich nicht mehr sprechen, stattdessen stießen wir auf riesige Schutthalden mit Zelten, in denen die Menschen untergebracht waren. Trotz der katastrophalen Zerstörungen war die Region gut versorgt, überall waren Apotheken und Lazarette aufgebaut, überall wurde desinifiziert, um Seuchen zu verhindern.

Die erste Zeltschule, in der wir mit sehr vielen Kindern arbeiteten, lag in Xiaomokuo. Eines von zahllosen Erlebnissen, die wir hier hatten, betraf einen Jungen, der zunächst sofort durch eine provokante Verweigerungshaltung auffiel. Als wir zum Beispiel mit den Kindern Kreisspiele machten, blieb er demonstrativ zurückgezogen in der Ecke sitzen und warf böse Blicke... Es dauerte ganz lange, bis er sich öffnen konnte und mitmachen konnte. Und dann kam das Wunderbare: Er verwandelte sich völlig, vor allem, das Handarbeiten hat ihn begeistert, Knüpftechnik und ähnliche Dinge. Diese Dinge waren sein Weg, das Trauma zu verarbeiten. Er hat uns dann sogar zu sich nach Hause eingeladen. Dieser Junge war wie die anderen Kinder in der nahen Kreisstadt Hongbai verschüttet worden, konnte aber gerettet werden.

Viele andere konnten nicht gerettet werden. Allein 160 Kinder starben bei dem Einsturz einer Schule in Hongbai mit 700 Schülern. Viele Kinder waren über Tage hinweg eingeklemmt, und man versuchte mit bloßen Händen, sie zu befreien. Zu allem Unglück war auch eine Chemiefabrik zerstört worden, aus der Giftgase austraten. Teilweise wurden schwerverletzte Kinder auf Hügel heraufgezogen, um außerhalb der Giftwolke zu sein. Es gab Lehrer, die ihre eigenen Kinder ausgegraben haben. Viele von ihnen konnten nicht mehr reden, spürten ihren Körper noch immer nicht, liefen in Panik herum.

In **Luoshinzhen**, ebenfalls bei Hongbai, starben sogar über 200 Kinder, als ein ganzer Schultrakt einstürzte. Es gab Kinder, die während des Erdbebens aus dem Fenster sprangen. Ein Kind überlebte zwei Tage kopfunter eingeklemmt an einer Treppe hängend – und starb eine Stunde nach seiner Rettung. Die Geschichten sind furchtbar, und es gibt zahllose dieser Schicksale...

In Luoshinzhen erlebten wir auch zum ersten Mal Protestaktionen von Eltern, die die Anklage erhoben, dass die Häuser nicht stabil genug gebaut worden waren, dass aufgrund von Korruption an Beton und Stahlträgern gespart worden war usw. Deutlich sichtbar sahen wir ein Plakat hängen, auf dem in kalligraphischen Pinselstrichen stand: „Himmelskatastrophen sind unvermeidbar. Wenn Katastrophen aber von Menschen gemacht werden, muss man sie dafür hassen.“ Angesichts des Unmutes der Menschen wagten die Behörden nicht, es abzunehmen...

Lindern, lösen, verarbeiten, heilen

Alles, was das Trauma, den seelischen Krampf, auf irgendeine Weise lösen konnte, war in dieser Phase hilfreich – für Kinder und Erwachsene.

Mit den Kindern legten wir das Schwergewicht auf Spiele, Rhythmusübungen, Handarbeiten, Eurythmie. Auch Selbstvertrauens-Übungen machten wir mit ihnen, zum Beispiel: Sich fallen lassen und von anderen aufgefangen werden. Dies und gezielte Bewegungsübungen helfen, die eigene Handlungsfähigkeit wieder zu begründen und zu stärken. – Mit einem Kind, das seine Eltern und sein Schwesterchen verlor, feierten wir an einem Samstagnachmittag schlicht und einfach seinen Geburtstag: mit einem Kuchen, mit Singen und Hochlebenlassen.

Bei den Jugendlichen versuchten wir auch vorsichtig, Gespräche über das Erlebte zu ermöglichen. Sie schilderten erschütternde Geschichten, in Tränen aufgelöst. Hilfreich war für sie auch eine Art Biografiearbeit: Mit einem Seil konnten wir eine Lebenslinie symbolisieren, dann wurden Steine und Blumen gesammelt: Steine standen für schlechte Erinnerungen, Blumen für gute. So bemühten wir uns, wieder an die Biographie anzuknüpfen, was nach einem Trauma ganz schwierig ist. Das Erdbeben wurde von den Jugendlichen oft als ein regelrechter Steinhäufen dargestellt. Und was war davor? So fanden diese jungen Menschen wieder einen Bezug zu ihrem Leben, kamen hinweg über das schreckliche punktuelle Ereignis vor wenigen Wochen...

Wir arbeiteten auf Bitten der Regierung auch in der Chemiefabrik, die explodiert war. Mit 150 Arbeitern machten wir einen halben Tag lang Workshops, Eurythmie, Singen, rhythmische Übungen, Gespräche. Wir erlebten, wie Menschen beim Erzählen zusammenbrachen, aber auf diese Weise lösten sich ihre Krämpfe...

Außerdem wurden wir gebeten, in den Zeltstädten mit Eltern zu arbeiten. Viele hatten sich hier selbst das Leben genommen, weil sie mit ihren Erlebnissen nicht zurechtkamen. Es gab Eltern, die selbst ihre Kinder ausgegraben hatten und sie dann in Massengräbern beisetzen mussten, weil ein Transport zum Familiengrab nicht möglich war. Ein Mann gab seinem toten Kind ein Handy mit ins Grab. Wir hatten in unserem Team zum Glück auch Psychotherapeuten. Manches konnten wir auch mit Massagetechniken usw. lösen – einfach immer wieder kam es an auf dieses Lösen, Entkrampfen, Verarbeiten...

Auch **die Lehrer** waren natürlich schwerst-traumatisiert. Sie hatten die Verantwortung für die Kinder gehabt, als das Unfassbare passiert war... Viele wurden von den Vorwürfen der Eltern verfolgt, die einfach einen Schuldigen suchten. Alles konnte man den Lehrern vorwerfen: Dass sie mit den Kindern zu früh die Klassen verlassen hatten oder dass sie zu lange dringeblichen waren, dass sie an der Spitze der Kinder gelaufen waren oder hinter ihnen... Egal, wie sie sich verhalten haben, sie mussten

unter Vorwürfen leiden, teilweise bis hin zu Lynch-Attacken. Und natürlich fragen sich diese Lehrer ebenso verzweifelt, wie sie mit den überlebenden Kindern jetzt wieder beginnen können.

Wir erlebten den Schulleiter einer Schule in Hongbai, der richtig panisch war. Als wir versuchten, ihm zu helfen, von seinen Erlebnissen zu erzählen, legte er den Kopf auf den Tisch – und schlief ein! Es ist unglaublich, welche Mechanismen Körper und Seele finden, um sich dem traumatischen Erleben zu entziehen. Andere Lehrer, mit denen wir arbeiten wollten, packten ihre Handys aus und begannen Computerspiele zu spielen... All dies ist keine gewollte Gefühlslosigkeit, es ist einfach ein verzweifelter Mechanismus, sich den grauenvollen Erlebnissen zu entziehen!

All diesen Menschen halfen wir mit verschiedensten Übungen, damit sie überhaupt wieder bereit und fähig zu Gesprächen und menschlichen Begegnungen wurden. Wir bereiteten mit den Lehrern ihre ersten Schulstunden nach der Katastrophe vor: Wir zeigten ihnen, was sie mit den Kindern tun konnten, um in ausgeglichener Weise Denken, Fühlen und Wollen ansprechen zu können. Immer wieder betonten wir die Notwendigkeit, dass die Kinder Rhythmus bräuchten und sich bewegen müssten, vor allem in Handlungen geführt würden, um ihre Ohnmacht zu überwinden. Und natürlich gaben wir auch viele Ratschläge, was die Lehrer für sich selbst tun könnten.

Die letzten Tage und ein Ausblick

Durch die Arbeit mit den Lehrern konnten wir über die Traumaarbeit hinaus, anfänglich Methoden der Waldorfpädagogik und die ihr zugrunde liegende Menschenkunde veranlagten. Während all dieser Tage stieß unsere Arbeit auf solches Interesse und Resonanz, dass wir in der letzten Woche ständig von Fernsehteams begleitet wurden: aus Hongkong, Japan und verschiedene chinesische Sender.

Zuletzt entschloss sich die Regierung von sich aus, in den letzten drei Tagen unserer Anwesenheit Workshops für Lehrer zu organisieren. Die Erziehungskommission, das Lehrerseminar von Shifang und das Department für auswärtige Angelegenheiten organisierten drei ganztägige Seminare für jeweils 60 Lehrer, die wir dann durchführten. Wir sprachen über Psychotraumata und Notfallpädagogik, machten dazwischen Lieder, rhythmische Klatschübungen und anderes, Gespräche über die eigenen Traumata, unterstützt durch Bewegung, Massagen, Einzeltherapien, außerdem Arbeitsgruppen in therapeutischer Handarbeit, Formenzeichnen, Malen und Eurythmie.

Der Erfolg unseres Einsatzes zeigt sich vielleicht am deutlichsten darin, dass das Lehrerseminar und die Erziehungskommission um eine weitere, künftige Zusammenarbeit baten – auch in Kooperation mit der Waldorfschule Chengdu!

Aus der Praxis der tätigen Hilfe heraus, deren Wirksamkeit man unmittelbar erleben konnte, gelangte die Waldorfpädagogik so zu einer hohen Anerkennung ihres Wertes!

Während des ganzen Einsatzes trugen wir dunkelblaue Einsatz-T-Shirts mit einem roten Schriftzug „Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners“. Vertreter der Provinzregierung baten uns, eines dieser T-Shirts behalten zu dürfen, weil die Regierung eine Gedenkstätte errichten will, in dem auch dieses als Ausdruck der menschlichen Hilfe und Solidarität ausgestellt werden soll...

Zum Abschied überreichten uns die Chinesen ein Dankschreiben der Regierung, in dem ihre Anerkennung nochmals zum Ausdruck gebracht wurde. Darin heißt es unter anderem:

„In dieser unheilvollen Zeit habt Ihr der Bevölkerung von Shifang eine helfende Hand gereicht und Ermutigung gegeben. Hiermit möchten wir uns für Eure Wohltätigkeit bedanken und unsere Hochachtung aussprechen. Wir sind davon tief bewegt und ermutigt.“

An dieser Stelle möchte ich allen Freiwilligen unseres Einsatzteams herzlich für Ihre Arbeit danken: Stefanie Allon (Waldorferzieherin), Christoph Doll (Waldorflehrer), Dr. Olaf Koob (Arzt), Frau Warja Saake (Psychotherapeutin), Sebastian von Tschammer (Heil-/Eurythmie) – sowie unseren Übersetzern Prof. Tian DaSheng, Astrid Schröter (derzeit in Chengdu) und Shoumao Wang.

Bernd Ruf