

TAMACH
תַּמַּח

Fünf Jahre Tamach

Fünfjahresbericht

März 1998 –
Februar 2003

Tamach

Psychosoziale Beratungsstelle
für Holocaust-Überlebende
und ihre Angehörigen in der Schweiz

Lavaterstr. 33
8002 Zürich

Postfach 6231
8023 Zürich

Tel. +41 1 202 56 58
Fax +41 71 244 29 35

Web: www.tamach.org
E-Mail: info@tamach.org

Impressum

Herausgeber: TAMACH, psychosoziale Beratungsstelle für Holocaust-Überlebende und ihre Angehörigen in der Schweiz. Zürich 2003

Redaktion: Revital Ludewig-Kedmi, Miriam Victory Spiegel, Silvie Tyrangiel

Gestaltung der Titelseite: Andreas Ley

Umschlagsbild: Bruce Zeines, Holocaust 2001, Collage

Satz und Gestaltung: Revital Ludewig-Kedmi

Adresse: Postfach 6231, Zürich 8023. Tel. 01 202 56 58.

Email: Info@tamach.org. Website: www.tamach.org

Inhaltsverzeichnis

<i>Vorwort</i>	4
<i>Einleitung - Gründung von TAMACH</i>	5
<i>Gibt es überhaupt Holocaust-Überlebende in der Schweiz?</i>	6
<i>Beratung und Therapie für Holocaust-Überlebende</i>	7
<i>Child-Survivors</i>	9
<i>Zweite Generation</i>	11
<i>Gruppentherapien</i>	14
<i>Familien- und Paartherapien</i>	15
<i>Telefonische Beratung</i>	17
<i>Hausbesuche</i>	17
<i>„Zeugnis ablegen“ – Dokumentation der eigenen Lebensgeschichte</i>	18
<i>Wie findet man den Weg in die Beratungsstelle?</i>	19
<i>Veranstaltungen und Vorträge</i>	20
<i>Jom Hashoah</i>	22
<i>Weiterbildungen</i>	23
<i>Kontakte zu anderen Organisationen</i>	24
<i>Veröffentlichungen</i>	25
<i>Finanzierung</i>	28
<i>Website</i>	28
<i>Die organisatorische Struktur von TAMACH</i>	29
<i>Mitarbeiterinnen von TAMACH</i>	30
<i>Danksagung</i>	32

Vorwort

Fünf Jahre sind vergangen, seit 3 Therapeutinnen in Zürich die Notwendigkeit erkannten, in der Schweiz eine Hilfsorganisation aufzubauen, wie es sie in Israel in der Gestalt von „AMCHA“, der psychosozialen Hilfs- und Beratungsorganisation für Holocaustüberlebende bereits gab. Sie sollte den Namen TAMACH tragen, was aus dem Hebräischen übersetzt „Hilfe und Unterstützung“ bedeutet. Die Schweiz war über 50 Jahre nach Ende des zweiten Weltkrieges gerade im Begriff, verdrängte Aspekte ihrer Geschichte aufzuarbeiten. Durch diese Entwicklung ermutigt und bestärkt, meldete sich auch die Generation der Holocaust-Überlebenden zu Wort, um nach Jahrzehnten der kollektiven und individuellen Verdrängung endlich gehört zu werden.

Schon bald nach der Gründung von TAMACH im Jahre 1998 zeigte es sich, dass das von Revital Ludewig-Kedmi, Miriam Victory Spiegel und Silvie Tyrangiel offerierte Beratungs- und Therapieangebot ein bisher nicht wahrgenommenes Bedürfnis abdeckte. Nicht nur die Gruppe der betroffenen Erstgeneration selbst sondern auch deren Kinder begannen nach und nach die Dienste von TAMACH immer reger in Anspruch zu nehmen. Die diesbezüglichen Zahlen sprechen eine deutliche Sprache. Bis heute wandten sich mehr als 150 Holocaust-Überlebende und ihre Angehörigen an TAMACH und mehr als 2400 Stunden Beratungs- und Therapiegespräche wurden durchgeführt.

Dem Motto von TAMACH gemäss haben es die drei Therapeutinnen mit grossem Einfühlungsvermögen und Engagement verstanden, sich dem Befinden von traumatisierten Menschen zu nähern und sie bei der Aufarbeitung ihrer Lebensgeschichte zu begleiten. Das vorliegende Heft ist mehr als nur ein 5-Jahresbericht; es will dem Leser einen Einblick in die Arbeit von TAMACH geben, und führt ihn dabei nahe in die Problematik des Einzelschicksals ein. Ich hoffe sehr, dass diese Broschüre dazu beiträgt, einem weiten Leserkreis Verständnis für dieses auch heute noch vorhandene Leiden zu vermitteln.

Es freut mich sehr, anlässlich des 5-jährigen Jubiläums dem „Team“ von TAMACH zu gratulieren und meinen herzlichen Glückwunsch für ihr stilles, aber umso erfolgreiches Wirken zu Gunsten der Überlebenden der Shoah/Holocaust auszusprechen. Mein Dank gilt auch meinen Kollegen, die im Vorstand von TAMACH wirken

und gewirkt haben, insbesondere Gaby Rosenstein, Prof. Stegemann, Judith De Beer und Peter Biberstein sowie dem Patronatskomitee und dem Fachbeirat, die uns mit Rat und Tat beistehen.

Ganz besonders danken möchte ich an dieser Stelle allen Organisationen, Stiftungen, Ämtern und Einzelpersonen, welche TAMACH und seine wertvolle Arbeit unterstützen und unterstützt haben.

Zürich, April 2003
Dr. Uriel Gast, Präsident

Einleitung - Gründung von TAMACH

Die psychosoziale Beratungsstelle für Holocaust-Überlebende und ihre Angehörigen in der Schweiz wurde im März 1998 gegründet. Im Folgenden möchten wir einen Überblick über die Entwicklung der Beratungsstelle während der letzten fünf Jahre seit ihrer Gründung geben.

Die ersten Therapiezentren und Beratungsstellen für Holocaust-Überlebenden und ihre Angehörigen wurden in Israel und in Westeuropa relativ spät, Mitte der 80er Jahre, gegründet. Als erstes in den Niederlanden (Sinai Zentrum), dann in Israel (Amcha 1987), in Deutschland (Esra-Berlin 1991) und in Österreich (Esra-Wien 1994). Sie entstanden zum Teil durch die eigene Initiative von Überlebenden oder Therapeuten und Therapeutinnen aus der zweiten Generation.

Die psychosoziale Beratungsstelle für Holocaust-Überlebende in der Schweiz entstand Anfang 1998. Dieser Zeitpunkt war nicht zufällig. Mitte der 90er Jahre, als die Verstrickung der Schweiz mit dem nationalsozialistischen Regime noch klarer sichtbar wurde, löste dies alte und neue Ängste unter den hiesigen Shoah-Überlebenden aus. In dieser Atmosphäre der Verunsicherung, wandten sich einige Überlebende aus der Kontaktstelle¹ an die Gründerinnen der Beratungsstelle mit der Frage, warum es in der Schweiz keine Organisation wie Amcha gäbe. Amcha

¹ 1995 trafen sich in Zürich zum ersten Mal ca. 25 Holocaust-Überlebende, die in der Schweiz leben. Viele von ihnen wünschten sich weitere Begegnungsmöglichkeiten für Holocaust-Überlebende. Im Jahre 1996 organisierte sich diese Gruppe als Verein mit dem Namen „Kontaktstelle für Überlebende des Holocaust in der Schweiz“. Die Mitglieder treffen sich ca. 6 mal im Jahr.

ist die grösste psychosoziale Organisation für Holocaust-Überlebende und die zweite Generation in Israel. Diese Anfrage motivierte uns 1998, eine Beratungsstelle für Holocaust-Überlebende in der Schweiz zu gründen. Zusätzliche Motivation lieferte die Tatsache, dass ein grosser Teil der Schweizer Bevölkerung eher unwissend in Bezug auf das Thema Shoah war und dass dies durch die Öffentlichkeitsarbeit einer offiziellen Beratungsstelle verändert werden sollte.

Wir nahmen uns vor, Holocaust-Überlebende und ihre Angehörigen in verschiedenen Formen psychosozial zu unterstützen, je nach deren Bedürfnissen. Im ersten Jahr stand die erste Generation im Mittelpunkt, für die Beratungsgespräche, Einzeltherapien, Gruppentherapien, Clubveranstaltungen und Hausbesuche angeboten wurden. Im zweiten Jahr wurden auch Therapieangebote für Child-Survivors und für die zweite Generation entwickelt.

Auf den nächsten Seiten wollen wir die Tätigkeit der Beratungsstelle genauer schildern. An dieser Stelle möchten wir allen Holocaust-Überlebenden und ihren Angehörigen, die sich in diesen 5 Jahren an die Beratungsstelle wandten, für ihr grosses Vertrauen danken! Wir freuen uns, Ihnen und allen, die TAMACH in Rat und Tat bisher unterstützt haben, diesen Fünfjahresbericht zu präsentieren!

Zürich, April 2003
Revital Ludewig-Kedmi, Silvie Tyrangiel
und Miriam Victory Spiegel

Gibt es überhaupt Holocaust-Überlebende in der Schweiz?

Mit dieser Frage werden wir oft konfrontiert. Wie und wann kamen Holocaust-Überlebende in die Schweiz? Anhand unserer Begegnungen mit Holocaust-Überlebenden in der Schweiz und anhand von historischem Material konnten wir folgende Rekonstruktion vornehmen. Ab 1933 und vor allem bis zur Grenzschiessung von 1942 gelang es verfolgten Juden z.B. aus Deutschland und aus Österreich in die Schweiz zu fliehen. Ein Teil von ihnen lebt noch heute in der Schweiz. Die ersten 318 Konzentrationslager-Überlebenden erreichten die Schweiz bereits im August 1944. Sie wurden mit dem sogenannten „Kastner-Zug“ direkt aus dem

Konzentrationslager Bergen-Belsen in die Schweiz gebracht. Im Dezember 1944 folgten ihnen weitere 1366 Überlebende aus Bergen-Belsen. Diese insgesamt 1684 Überlebende wurden Dank der direkten Verhandlungen von Israel Kastner mit den Nazis freigelassen. Eine kleine, jedoch unbekannte Zahl von Überlebenden aus diesen Transporten konnte sich in der Schweiz niederlassen, u.a. der bekannte Psychologe Leopold Szondi. Direkt nach der Befreiung der Konzentrationslager kamen Holocaust-Überlebende mit Genehmigung der Fremdenpolizei in die Schweiz, um sich gesundheitlich zu erholen. Auch hier konnte ein Teil der Überlebenden in der Schweiz bleiben, andere wollten oder mussten jedoch das Land verlassen. 1956, nach dem nationalen Volksaufstand in Ungarn, flohen 200.000 Personen aus Ungarn. Einige von ihnen wurden von der Schweiz aufgenommen, unter ihnen ebenfalls eine nicht bekannte Zahl von Holocaust-Überlebenden. Nach dem „Prager-Frühling“ 1968 verlief es ähnlich. Die Schweiz nahm eine gewisse Zahl von Flüchtlingen auf, unter ihnen waren auch Holocaust-Überlebende. Während der 70er Jahre kamen auch einzelne Überlebende aus Russland und Polen in die Schweiz und zwar im Rahmen von humanitären Hilfsaktionen. Im Laufe der Jahre kamen vereinzelt auch Holocaust-Überlebende aus Israel in die Schweiz und haben sich hier aus familiären oder aus beruflichen Gründen niedergelassen.

1996 wurde in Zürich die „Kontaktstelle für Holocaust-Überlebende“ von Holocaust-Überlebenden als Verein mit dem Hauptziel gegründet, Kontakte unter den hiesigen Holocaust-Überlebenden zu fördern. 1999 waren gegen 200 Holocaust-Überlebende Mitglieder der Kontaktstelle. TAMACH hat engen Kontakt zu der Kontaktstelle und ihrem Vorstandspräsidenten, dem Holocaust-Überlebenden Gabor Hirsch, der Mitglied unseres Fachbeirats ist.

Beratung und Therapie für Holocaust-Überlebende

Menschen, die den Holocaust überlebt haben, tragen die Folgen der Verfolgung mit sich. Ein Teil von ihnen leidet an Alpträumen, massiven Ängsten, psychosomatischen Beschwerden oder depressiven Verstimmungen und fühlt sich fremd in ihrer Umgebung. Gleichzeitig zeigen viele dieser Holocaust-Überlebenden auch beeindruckende Bewältigungsstrategien im Umgang mit ihrer extrem traumatischen Vergangenheit: Sie gründeten Familien, waren viele Jahre berufstätig und konnten

sich (unterschiedlich gut) in den jüdischen Gemeinden und in der Schweiz integrieren. In den Therapien steht das Trauma mit seinen psychischen Belastungen sowie die Ressourcen der ersten Generation – wie die Holocaust-Überlebenden genannt werden - im Vordergrund.

Die Beratungsstelle bietet einen geschützten Rahmen, in dem Holocaust-Überlebende über ihre Erfahrungen aus der Vergangenheit sowie der Gegenwart sprechen können. Diese Gespräche sollen ihnen u.a. ermöglichen, ihre unbewussten Bewältigungsstrategien wahrzunehmen. Auch die Frage nach der jüdischen Identität vor und nach der Shoah ist eines der zentralen Themen in den Therapien. Die Dauer der Therapien unterscheidet sich, je nach Anliegen und Zielsetzung. Drei Verläufe sind feststellbar: (a) Bei speziellen Anliegen und Fragen werden ein bis zwei Beratungsgespräche durchgeführt, (b) eine weitere Variante besteht in ein bis zwei Beratungssitzungen pro Monat, oder (c) vier Sitzungen pro Monat. Eine Therapiesitzung dauert in der Regel 60 Minuten.

Die von uns betreuten Holocaust-Überlebenden, lassen sich in drei Gruppen unterteilen: Zu den „jungen“ Holocaust-Überlebenden gehören die „Child-Survivors“ die heute im Alter von 58 bis 74 Jahren und z.T. noch berufstätig sind. Die zweite Gruppe der Holocaust-Überlebenden ist bereits pensioniert, jedoch meist physisch in guter Verfassung und an Gruppenaktivitäten interessiert. In die dritte Gruppe fallen die ältesten Holocaust-Überlebenden, die z.T. in Altersheimen leben und physisch oft eingeschränkt sind.

Bis heute haben sich 87 Holocaust-Überlebende an TAMACH gewendet. Von diesen waren 27 Child-Survivors. Diese Überlebenden haben Unterstützung in Form von Einzeltherapien, Paartherapien, Gruppentherapien, telefonischer Beratungen, „Zeugnis Ablegen“ oder Hausbesuchen erhalten.

Fallbeispiel:

psychosoziale Betreuung einer Person aus der ersten Generation

Anhand der Therapie von Frau L. lässt sich die Komplexität der Folgen der Shoah und mit ihnen auch die Komplexität des Therapieprozess verdeutlichen. Im hohen Alter beschäftigen sich Holocaust-Überlebende vermehrt mit ihrer traumatischen Vergangenheit: sie arbeiten nicht mehr, die Kinder sind längst ausser Haus, sie haben viel Zeit und keine Aufgabe. Ähnlich war es bei Frau L., die im Alter immer

häufiger an die Verfolgungszeit dachte und z.T. unter Alpträumen und Ängsten litt. Oft äusserte sie auch die Befürchtung, dass die Geschichte der Überlebenden bzw. die Geschichte ihrer ermordeten Familie nach ihrem Tod verloren gehen würde. Am Anfang ihrer Therapie stand deshalb das „Zeugnis ablegen“ im Vordergrund, das ihr die Möglichkeit bot, ihre Lebens- und Verfolgungsgeschichte zu erzählen.

Der erste Ehemann und ihr Kind wurden während der Shoah ermordet. Nach der Shoah lebte Frau L. 10 Jahre lang allein in Israel und heiratete Mitte der 50er Jahre einen Schweizer Mann. Aus dieser Verbindung ging ein Sohn hervor. Der Sohn trägt die schwere Last der Vergangenheit mit sich. Symbolisch gesehen sollte der Sohn aus der Sicht der Mutter die ganze ermordete Familie ersetzen. Als ihr zweiter Mann verstarb, geriet Frau L. in eine schwere Depression, die durch das häufige Denken an ihre ermordete Familie verstärkt wurde. Frau L. kam mehr als zwei Jahre lang wöchentlich in die Psychotherapie, in der sie zum ersten Mal über ihre damaligen Verluste und gegenwärtigen Ängste offen sprach. Im Rahmen der Gespräche stand die Trauerarbeit über die ermordeten Familienmitglieder, der Umgang mit den Ängsten sowie der Einfluss der Shoah auf den Beziehung zum Sohn im Vordergrund. Zusätzlich nahm Frau L. an einer Gruppentherapie teil, in der sie mit anderen Holocaust-Überlebenden über ihre Erfahrungen während und nach der Verfolgung sprechen konnte. Als Frau L. 1999 erkrankte, wurde die Therapie in Form von drei Hausbesuchen fortgesetzt, bis sie wieder in der Lage war, die Beratungsstelle aufzusuchen. Die flexible Unterstützung in Form von Hausbesuchen sowie die fortlaufende psychische Begleitung von TAMACH, gab ihr emotionalen Halt. Die Therapie wurde beendet, als Frau L. das Gefühl hatte, ihre Ängste unter Kontrolle zu haben und sich auf den Umzug in das Altersheim freute.

Child-Survivors

Der Begriff „Child Survivors“ bezieht sich auf Holocaust-Überlebende, die 1945 jünger als 16 Jahre waren. Child Survivors sind heute Erwachsene zwischen 58 und 74 Jahren, die teilweise im Lager, im Ghetto, im Versteck oder als Flüchtlinge überlebt haben. Diese Menschen, die zum Teil alleine ohne Familienangehörigen überlebt haben, waren ganz speziellen Herausforderungen ausgesetzt. Aufgrund ihres jungen Alters waren sie noch weniger im Stande sich physisch oder psy-

chisch ohne äussere Hilfe zu schützen. Diejenigen, die überlebt haben, verdanken dies der Hilfe von Aussenstehenden und dem Zufall.

Ausserdem mussten sie bemerkenswerte Überlebensstrategien entwickeln, die teilweise bis zum heutigen Tag ihr Leben und ihre Lebensumstände bestimmen. Ein weiteres, typisches Merkmal vieler Child Survivors besteht darin, die Bedeutung ihrer eigenen Verfolgungserfahrungen zu bagatellisieren und dabei nur die Generation ihrer Eltern als „echte“ Shoah-Opfer zu verstehen.

Die Child Survivors, die sich bisher an TAMACH wandten, nahmen an Einzel- und/oder Paartherapien sowie an Gruppentherapien teil. Wir konnten beobachten, dass diese Menschen häufig in der Lage waren, grosse Anpassungsleistungen an ihre beruflichen und familiären Anforderungen zu erbringen. Beruflicher Erfolg sowie stabile Familiensituationen zeichneten die meisten von ihnen aus. Die Erfahrungen aus der Kindheit werden bei vielen notgedrungen aus dem Bewusstsein ausgeblendet, solange der Beruf, der Familienunterhalt und die Erziehung der Kinder im Mittelpunkt stehen. Doch wenn vieles im Beruf erreicht wurde und die eigenen Kinder ausser Haus sind, lässt sich nicht selten eine psychische Krise, eine Sinnkrise, unter Child-Survivors beobachten. Dabei tauchen alte Erinnerungen auf, die alte Unsicherheiten und Ängste auslösen können und die sich in Form von Ohnmachts- und Inkompetenzgefühlen äussern können, Gefühle, die von den Betroffenen noch nie zugelassen wurden. Es ist eine gemeinsame Aufgabe in der Beratung, die früheren traumatischen Erfahrungen als Teilaspekt der Identität zu akzeptieren und in das bestehende Selbstbild zu integrieren.

Fallbeispiel für Therapie mit einem Child-Survivor: Herr Z. hat als 10-jähriges Kind im Versteck überlebt. Seine Eltern erkannten die Gefahr, in der die Familie durch die Nazis steckte und es gelang ihnen, seine Flucht aus dem Ghetto zu organisieren. Er lebte zwei Jahre bei einer Bauernfamilie und versteckte sich die meiste Zeit im Dachgeschoss. Am Ende des Krieges erfährt Herr Z., dass seine Eltern und seine ältere Schwester im Vernichtungslager ermordet wurden. Nach dem Krieg wuchs er zuerst in einem jüdischen Heim auf und holte schnell die schulischen Defizite nach. Später gelang es ihm eine hochkarätige akademische Laufbahn zu verfolgen. Er gründete eine Familie. Jahrelang war er durch den Beruf und die Familie absorbiert und so von der Verfolgungsvergangenheit abgelenkt. Nach der Pensionierung verfiel er zunehmend in eine depressive Verstimmung, in

welcher er ein Interesse an Beziehungen und Hobbys verlor. In dieser Sinnkrise, verspürte er grosse Verlustängste. Seine Frau und seine Kinder begannen sich, grosse Sorgen um ihn zu machen. Er fixierte sich z.B. immer mehr auf Nebensächlichkeiten und verlor den Blick für das Wesentliche, was seine vom Holocaust-nichtbetroffene Partnerin sehr beunruhigte. In der Paartherapie beschäftigte sich das Paar mit der Kommunikation in ihrer Beziehung sowie mit der Verfolgungsvorgangeneit und ihren Einfluss auf sie als Paar und als Individuen. Die eigentlichen Verluste aus der Vergangenheit konnten anerkannt und (zeitlich verschoben) gemeinsam betrauert werden. Ein Ziel der Therapie war auch die Ehefrau zu unterstützen. In den letzten Jahren hat die Ehepartnerin auf ihre eigenen Bedürfnisse wenig geachtet. Die Linderung des Leidens ihres Mannes stand für sie im Vordergrund. In der Paartherapie lernte sie, den eigenen Bedürfnissen nachzugehen, ohne ihren Mann zu verletzen. Ihr Mann war dadurch eher in der Lage, Verantwortung für seine Empfindungen und Ängste wahrzunehmen.

Zweite Generation

Was ist unter dem Begriff „zweite Generation“ zu verstehen? Mit dieser Bezeichnung ist die nach dem Krieg geborene Generation gemeint. Es fallen darunter alle Kinder von Holocaust-Überlebenden, die nach 1945 geboren wurden. Die ältesten dieser Generation sind heute Mitte 50, die jüngsten ca. 35 Jahre alt.

Ende der 50er Jahre und Anfang der 60er Jahren wurde u.a. im Zusammenhang mit den Wiedergutmachungsgutachten langsam sichtbar, welche psychischen und physischen Wunden die Verfolgung bei der ersten Generation hinterlassen hatten. Dass ihre Kinder auch in Mitleidenschaft gezogen worden waren, ahnten die Überlebenden nicht. Erst als die zweite Generation heranwuchs und psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nahm, wurde man auf die Verbindung zwischen elterlichen Traumata und deren Auswirkungen auf die Nachkommen aufmerksam. Im Mittelpunkt steht hier der ein Begriff, der sich als sog. „transgenerationelle Tradierung“ eingebürgert hat. Er beschreibt den Prozess, wie sich traumabedingte Verhaltensweisen und Haltungen der Eltern auf ihre Kinder übertragen und in ihnen bestimmte Gefühlszustände, Wertvorstellungen und Verhaltensweisen hervorrufen.

In der Beratungsstelle werden Einzel- und Gruppentherapien für die zweite Generation angeboten. Dabei werden u.a. folgende Problembereiche thematisiert:

- Umgang mit dem elterlichen Trauma: Wie wirkte sich das Schweigen oder das Reden der Eltern über ihre Erlebnisse auf die Kinder aus? Dabei kann auch das Schweigen Ängste, Unsicherheit und Misstrauen bei den Kindern bewirken, denn die Macht der Phantasie kann sehr gross sein und so können die Phantasien über das, was die Eltern während des Holocaust erlebt haben z.T. noch grausamer als das effektiv Erlebte werden.
- Welche Bewältigungsstrategien entwickelten die Kinder im Umgang mit den traumatischen Erfahrungen ihrer Eltern und mit den Delegationen, den Rollen und Aufgaben, die an sie herangetragen wurden?
- Beziehung zu den Eltern: Die Eltern werden aufgrund ihrer Verfolgungsgeschichte als hilfsbedürftig angesehen. Bei vielen Kindern ruft dies einen „Beschützerinstinkt“ hervor. Sie entwickeln ein übermässiges Verantwortungsgefühl sowie eine starke Anpassung an die Erwartungen und Wünsche der Eltern. In bestimmten Fällen übernimmt das Kind die Elternfunktionen für seine Eltern (Parentifizierung).
- Identitäts- und Zugehörigkeitsfragen: Wer bin ich und wohin gehöre ich? Wie definiere ich mich im Zusammenhang mit der Shoah (und wie unabhängig davon)? Wie kann ich diese verschiedenen Identitätsaspekte integrieren?
- Übertragung auf die dritte Generation: Übertrage ich an meine Kinder bewusst und unbewusst Haltungen weiter, die meine Eltern auf mich übertragen haben?

Fallbeispiel

Im Folgenden möchten wir *einen* Aspekt der Therapie beleuchten, nämlich denjenigen der Bewältigungsstrategien und der Parentifizierung des Kindes. Frau G. wuchs in einem christlichen Kontext in der Schweiz auf. Als 13-jährige hörte sie zufällig einem Gespräch ihrer Eltern zu und erfährt, dass ihr Vater Holocaust-Überlebender war. Frau G. hatte ihren Vater oft als distanzierten und schweigsamen Menschen erlebt, der es vorzog in die klassische Musik zu fliehen,

als Kontakt zu seiner Tochter zu haben. Verbaler Austausch oder körperliche Nähe waren Ausnahmen. Die Mutter hatte ihre Rolle als „Beschützerin“ des Vaters definiert und war daher nur bedingt als Ansprechperson für Frau G. verfügbar. Als Frau G. ihren Vater auf seine Shoah-Erfahrungen ansprach, gab er diese zu, war aber nie bereit, Einzelheiten über seine Vergangenheit zu erzählen.

Frau G. flüchtete sich daraufhin in die Lektüre von Büchern über das Thema des Holocaust und schloss sich einer Jugendgruppe an, mit welcher sie nach Auschwitz fuhr. Sie hielt sich auch über längere Zeit in Israel auf. Auf diese Weise versuchte sie mit der distanzierenden Haltung des Vaters umzugehen und hoffte, Nähe zu ihm herstellen zu können. Später ergriff Frau G. einen Helferberuf und heiratete einen deutschen Mann, dessen Vater Nazi war.

Als erwachsene Frau kommt sie zur Beratungsstelle, weil sie – mittlerweile geschieden – eine Konversion zum Judentum erwägt. In der Therapie wurde deutlich, inwieweit die Shoah ihr Leben geprägt hat. Auf verschiedenen Wegen hatte Frau G. versucht, ihrem Vater näher zu kommen: über den Bücherkonsum, dem Engagement in Israel und der Wahl eines Helferberufs. Trotzdem war es ihr nicht gelungen, emotionale Nähe zwischen sich und ihrem Vater herzustellen. Durch das provokative Eingehen einer Heirat mit einem Deutschen hatte sie sich unbewusst erhofft, den Vater aus seinem emotionalen Rückzug zu locken, um irgendeinen Dialog (wenn auch unter negativen Vorzeichen) mit dem Vater einzuleiten. Auch dieser Versuch scheiterte. Nach dem Tod des Vaters wandte sich Frau G. an TAMACH.

In der Therapie erkannte Frau G., dass sie ihrem Wunsch, die Beziehungsmauer zum Vater zu durchbrechen, auch durch eine Konversion zum Judentum nicht näher kommen würde. Sie realisierte zudem, dass der Vater nicht mit ihr über seine Vergangenheit sprechen wollte, um sowohl sich selbst als auch seiner Tochter vor seinen Gefühlen zu schonen. Das Erzählen seiner Verfolgungserfahrungen hätten Gefühle der Ohnmacht, Schuldgefühle, Schmerz, Wut und Trauer auslösen können. Diese Überflutung durch unkontrollierbare Gefühlszustände hatte der Vater immer vermeiden wollen. Die Akzeptanz, dass es nicht in ihrer Macht gewesen war, eine nahe Beziehung zum Vater zu erleben und auch sein Schicksal nicht mildern zu können, ermöglichte Frau G. ihren eigenen Trauer- und Ablösungsprozess zu vollziehen und autonomere Bewältigungsstrategien für ihr Leben zu entwickeln.

Gruppentherapien

In der Beratungsstelle stellen wir immer wieder fest, dass ein Teil der Holocaust-Überlebenden und ihre Kinder unter dem Gefühl leiden „sich anders als die anderen zu fühlen“. In der Gruppentherapie können Shoah-Überlebende ihre Verfolgungsgeschichte mit anderen Schicksalsgenossen teilen und so das eigene erlebte Trauma und ihre Last als kollektives Trauma erfahren und bearbeiten. Die Gruppe dient damit als Weg aus der Isolation und aus dem Gefühl, allein mit dem Leiden der Shoah zu sein. Das Gruppensetting ermöglicht somit ein starkes Gemeinschaftsgefühl und damit eine neue Erfahrung, nachdem sich viele Holocaust-Überlebende über Jahre einsam, fremd und unverstanden fühlten („Die Gruppe ist wie meine Familie. Hier fühle ich mich zu Hause.“).

Die ersten Gruppenangebote von TAMACH waren themenbezogene, geführte Diskussionsgruppen für die **erste Generation** (ab März 1998). Es wurden insgesamt sechs Diskussionsgruppen angeboten. Weiterhin wurden zwei therapeutische Gruppen für Holocaust-Überlebende in den Jahren 1999 bis 2001 angeboten. Diese Gruppen sind aufgrund des hohen Alters der Teilnehmerinnen anders als herkömmliche Gruppen. Ein traditionelles, fixes Therapiesetting wäre für diese Generation überfordernd gewesen. So hielten wir das Setting flexibel, indem die Gruppe in einer „offenen“ Form bezüglich der Themen und der Zeitgestaltung abgehalten wurde. Folgende Themen standen u.a. zur Diskussion: Warum haben wir geschwiegen? Umgang mit Wut und Rache nach der Shoah. Die Schweiz als Heimat oder Luxushotel? Wie waren wir als Eltern?

Auf Wunsch von einigen Holocaust-Überlebenden führten wir auch eine Therapiegruppe für **Child Survivors** durch. In dieser altersmässig, jüngere Gruppe, in welcher die TeilnehmerInnen bereits über vorgängige Therapieerfahrungen verfügten, war die feste Einhaltung des Therapiesettings eher von Vorteil.

Gleichzeitig machen wir auch die Erfahrung, dass es auch Holocaust-Überlebende gibt, für die die Erfahrung der sozialen Isolation ein so fester Bestandteil ihrer Identität geworden ist, dass sie sich auch in einer Gruppe von Holocaust-Überlebenden als AussenseiterInnen fühlen. Neben der gegenseitigen Unterstützung und dem Interesse am Schicksal des anderen konnten wir unter Holocaust-Überlebenden ein Phänomen beobachten, das wir „Opferkonkurrenz“ oder „Opferneid“ nennen möchten. Dieses wird sichtbar, wenn die TeilnehmerInnen untereinander Ver-

gleiche anstellen, wer mehr gelitten hat oder in welchem Lager es schlimmer war („Ich war in einem kleinen Lager, das viel schlimmer als Auschwitz war.“ „Ich war im KZ und im Gulag. Im Gulag war es schlimmer“). Der Opferneid kann sich auch in einer nach außen hin bescheidenen Leidenseinschätzung manifestieren: „Ich habe nicht so viel leiden müssen wie die anderen. Ich war nur Partisan. Darf ich überhaupt hier sein und etwas sagen?“ Als therapeutisches Vorgehen im Umgang mit diesem Phänomen betonen wir zu Beginn jeder Gruppe, dass das Leid jeder Person einzigartig ist und dass niemand bewerten kann, wessen Leid größer war, da das Leiden individuell und subjektiv erlebt wird.

Zwischen März und Juli 1999 führten wir eine Therapiegruppe für Angehörige der **zweiten Generation** durch. Diese traf sich zweimal monatlich und hatte zum Ziel, die Verbindung zwischen den Erfahrungen der Eltern während der Verfolgungszeit und dem eigenen Leben heute zu erfassen. Die meisten Teilnehmer erlebten die Ähnlichkeiten zwischen ihnen und den anderen Teilnehmer als hilfreich. Es waren z.B. Ähnlichkeiten in den Kindheitserfahrungen sowie im Umgang mit den traumatischen Erfahrungen der Eltern. Im Juni 2001 veranstalteten zwei der Mitarbeiterinnen einen Wochenendworkshop für die zweite Generation mit dem Titel „Über den Schatten hinaus“, an welchem der Einfluss der Erlebnisse der Eltern auf das eigene Leben gemeinsam analysiert wurde. Weiterhin stand auch das Erkennen von Ressourcen im eigenen Leben im Vordergrund. Von März bis Juni 2003 wird eine ähnliche Gruppe für Angehörige der zweiten Generation angeboten.

Familien- und Paartherapien

Die Zahl der Paar- und Familientherapien mit Holocaust-Überlebenden und ihren Kindern hat seit 1998 kontinuierlich zugenommen. Eine Grundidee der **Familientherapie** ist es, den Dialog zwischen den Generationen zu fördern, was in Familien von Holocaust-Überlebenden, wo es um Geheimnisse und den Umgang mit schweren Traumata geht, sehr wichtig aber auch sehr schwierig ist. Viele Kinder von Überlebenden haben das Gefühl, für ihre Eltern emotional sorgen zu müssen, da ihre Eltern während des Holocausts so schwer gelitten haben. Ihre eigenen Bedürfnisse haben die Kinder aus Rücksicht auf die Eltern nicht immer geäußert. Auch die Pubertät und die mit ihr einhergehenden Ablösungsprozesse verlaufen in

diesen Familien anders: Die Kinder sind häufig viel länger oder viel intensiver an die Eltern gebunden und scheuen sich, ihr Autonomiebestreben altersadäquat auszudrücken. Bei einem anderen Teil der Familien, konnten wir genau das entgegengesetzte psychologische Muster finden: Um sich selber vom Leid der Eltern zu schützen, lösen sich die Kinder sehr früh ab. Diese familiären Prozesse können in einer Familientherapie gemeinsam analysiert und verständlich gemacht werden, so dass Eltern und ihre bereits erwachsenen Kinder sich gegenseitig besser verstehen und akzeptieren können.

Es gibt zwei verschiedene Konstellationen in der **Paartherapie**, die wir bei TAMACH sehen: Überlebende die mit einem nichtbetroffenen Partner oder Partnerin zusammenleben oder zwei Überlebende, die vor oder nach der Shoah geheiratet haben. Dabei lassen sich verschiedene psychologische Muster in diesen zwei Paarkonstellationen beobachten. In der Paar- und Familientherapie verwenden wir den ressourcenorientierten, systemischen Ansatz und arbeiten daraufhin, dass die Partnerschaft trotz der traumatisierenden Shoah-Erfahrung als gegenseitig unterstützend und zufriedenstellend in der Gegenwart erlebt wird. Füreinander da sein, sich akzeptiert zu fühlen, die Grenzen des anderen zu respektieren sowie Sicherheit, Schutz und Verbindlichkeit sind die Bedürfnisse, auf denen fast jede reife Partnerschaft basiert. Verständnis für die Situation des überlebenden Ehepartners ist wichtig, darf aber die Bedürfnisse des anderen Partners (Partnerin) nicht übersehen oder überstrapazieren. Partnerschaft in der Praxis umzusetzen, wenn über Jahrzehnte die Erfahrung von Opfer-Sein erlebt und ausgetragen worden sind, verlangt häufig eine Umstellung in der Wahrnehmung und Akzeptanz der Autonomie des Gegenübers. In der Therapie kann erarbeitet werden, wie ein Gleichgewicht in der Partnerschaft hergestellt werden kann, so dass der gemeinsame Lebensabend harmonischer erlebt werden kann.

Paarprobleme können auch in der zweiten Generation auftreten, besonders wenn Ablösungsthemen von den Eltern (erste Generation), die neue, aktuelle Partnerschaft belasten. Auch hier bietet TAMACH beiden Partnern Hilfe an. Hier geht es nicht zuletzt darum, den Generationenkonflikt vom Paarkonflikt auseinander zu halten. Im Herbst 2003 wird ein Wochenendworkshop für diese Zielgruppe angeboten.

Telefonische Beratung

Dieses Angebot wurde im Juli 1999 gestartet und richtet sich an Menschen, die aufgrund beruflicher, geographischer oder körperlicher Ursachen die Beratungsstelle nicht aufsuchen können. Die telefonische Beratung hat sich seitdem als sehr nützlich gezeigt. In diesen drei Jahren stieg die Zahl der telefonischen Beratungen kontinuierlich: von 70 im Jahr 2000 auf 160 im Jahr 2002. Bis heute wurden insgesamt 350 telefonische Beratung durchgeführt. Die 70 telefonischen Beratungen im Jahr 2000 wurde von 32 Personen genutzt (insgesamt 44 Stunden). Zuerst wurde die telefonische Beratung zweimal wöchentlich angeboten. Mit der Zeit liess sich jedoch feststellen, dass diese festen Zeiten von den Ratsuchenden meist nicht eingehalten werden, weshalb das Angebot im darauf folgenden Jahr flexibler gestaltet wurde.

Die Themen der telefonischen Beratungen sind vielfältig. Bei der ersten Generation umfassten diese Themen u.a. „Zeugnis ablegen“, Identitätsfragen, familiäre Schwierigkeiten oder Einsamkeit. Bei der zweiten Generation steht nicht selten der Umgang mit den Eltern und mit deren Vergangenheit im Vordergrund. So bat z.B. eine Person aus der zweiten Generation um Rat, ob sie ihre Mutter nach ihren genauen Erfahrungen während der Nazizeit fragen dürfe. Während eines Besuchs in der Heimatstadt der Mutter erfuhr die Tochter, dass ihre Mutter durch die Shoah ein Kind verloren hatte, ein lang gehütetes Geheimnis der Mutter.

Hausbesuche

Die Hausbesuche werden bei Überlebenden angeboten, die die Beratungsstelle aus physischen oder psychischen Gründen nicht erreichen können. So z.B. bei einem Holocaust-Überlebenden, der die Einzeltherapie regelmässig besuchte und wegen einer plötzlichen Erkrankung dazu nicht mehr in der Lage war oder bei einer gehbehinderten Überlebenden. Hier zeigte sich auch die Kombination zwischen Hausbesuchen und telefonischer Beratung als hilfreich. Bis heute wurden bei insgesamt 15 Personen aus der ersten und zweiten Generationen Hausbesuche angeboten.

„Zeugnis ablegen“ – Dokumentation der eigenen Lebensgeschichte

Holocaust-Überlebende sind heute ältere Menschen. Ihre Verfolgungsgeschichte stellt eine persönliche Leidensgeschichte mit historischer Bedeutung dar. Der Wunsch, „Zeugnis abzulegen“, bzw. die erlebte Verfolgungsgeschichte der eigenen Familie, dem jüdischen Volk oder auch den Nachbarn und Freunden vermitteln zu wollen, wird oft von Holocaust-Überlebenden geäussert. Dabei halten wir die Dokumentation der Verfolgungsgeschichte der in der Schweiz lebenden Holocaust-Überlebenden für eine wichtige Aufgabe von TAMACH. Es geht darum, die eigene Lebensgeschichte anhand von Interviews oder adäquater Archivierung für die nächsten Generationen festzuhalten. Diese Tätigkeit führte die Beratungsstelle u.a. in Kooperation mit dem Archiv für Zeitgeschichte der ETH-Zürich und im Rahmen der Kontakte zu den Gedenkstätten Bergen-Belsen und Buchenwald durch. Die Interviews über die eigene Lebensgeschichte dauern ca. 2 bis 3 Stunden. Bis heute führte TAMACH 25 Interviews mit Holocaust-Überlebenden über ihre Lebensgeschichte durch.²

Weiterhin unterstützt die Beratungsstelle den Dialog zwischen Holocaust-Überlebenden und Schweizer Schülern. So fanden auf Wunsch von Schülern Interviewgespräche zwischen ihnen und den Überlebenden in den Räumen von TAMACH statt oder in den Wohnungen von Überlebenden. In anderen Fällen wurden Holocaust-Überlebende zu Schulklassen eingeladen, um ihre Geschichte zu erzählen. In diesem Bereich arbeiten wir auch eng mit der Kontaktstelle für Holocaust-Überlebende zusammen, wo sich mehrere Holocaust-Überlebende bereit erklärten, ihre Geschichte vor Schweizer Schulklassen zu erzählen.

Ein Teil der Überlebenden setzt sich mit der Vergangenheit durch das Niederschreiben der eigenen Autobiographie oder durch Verfassung von literarischen Erzählungen auseinander. Der Holocaust-Überlebende Jerzy Czarnecki, der bereits 1999 Auszüge aus seiner Biographie im Rahmen einer Veranstaltung von TAMACH vorgelesen hat, schrieb im Jahre 2002 das Buch „Mein Leben als „Arier“.

² Ca. 70 in der Schweiz lebende Holocaust-Überlebende legte bereits Zeugnis im Rahmen des Spielberg-Archivs ab, dessen Initiative und Tätigkeit Tamach sehr schätzt.

In seinem Buch setzt er sich aus der heutigen Perspektive mit seiner Familiengeschichte vor und während der Shoah auseinander und beschreibt, was ihm während der Verfolgung besonders belastet hat und was ihm geholfen hat, diese Zeit psychisch zu überwinden. Diese Auseinandersetzung mit der Vergangenheit ist psychologisch gesehen sehr wichtig. TAMACH begleitete Herr Czarnecki in diesem Prozess.



Wie findet man den Weg in die Beratungsstelle?

Die Beratungsstelle war anfangs in erster Linie innerhalb von jüdischen Kreisen bekannt. KlientInnen wurden durch Institutionen wie die jüdischen Gemeinden in Zürich (ICZ, JLG) oder durch Rabbiner auf TAMACH aufmerksam. Dies änderte sich, nachdem ein halbstündiges Portrait über die Beratungsstelle in Radio DRS-2 ausgestrahlt wurde (02.05.2000) und TAMACH in den öffentlichen Medien durch Veranstaltungen und Veröffentlichungen bekannter wurde. So las ein Überlebender, der keinen Kontakt zu jüdischen Gemeinden hatte, einen Artikel über die Beratungsstelle in der NZZ und wandte sich noch am selben Tag an TAMACH. Nicht zuletzt ist auch die Verbindung zur Kontaktstelle für Überlebende des Holocaust sehr wichtig. Dort treffen sich Holocaust-Überlebende regelmässig und haben die Gelegenheit, die TAMACH-Mitarbeiterinnen u.a. durch Vorträge oder Diskussionsleitung kennenzulernen. Auch die Kontakte zu Fachpersonen (Sozialarbeiterinnen, TherapeutInnen) verbessern die Vernetzung zwischen den Hilfesuchenden und der Beratungsstelle.

Die Beratungsstelle befindet sich seit vier Jahren im Gemeindezentrum der ICZ, Lavaterstr. 33. Diese Räumlichkeit wird der Beratungsstelle kostenlos zur Verfügung gestellt, was die Finanzierung der Beratungsstelle erleichtert.

Veranstaltungen und Vorträge

Die Beratungsstelle sieht sich neben der psychosozialen Tätigen für Holocaust-Überlebende und ihre Angehörigen auch als Wissensvermittlerin für die breitere Öffentlichkeit, wenn es um die psychischen Folgen des Holocaust geht. Die Öffentlichkeitsarbeit der Beratungsstelle umfasst Veranstaltungen und Vorträge, die die Aufklärung zu Shoah spezifischen Themen sowohl bei den Betroffenen selbst als auch bei der Schweizer Bevölkerung fördern soll. Nicht zuletzt erhoffen wir uns durch diese Arbeit ein vertieftes Verständnis und mehr Solidarität für die Holocaust-Überlebenden sowie für alle Menschen, die ethnischen Verfolgungen ausgesetzt waren.

Es ist uns nicht möglich, den gesamten Umfang der geleisteten Öffentlichkeitsarbeit darzustellen. Chronologisch werden einige Beispiele aufgeführt, die einen Einblick in die Vielfalt dieser Tätigkeit geben.

Die Vortragsreihe „Wie Leben mit der Shoah?“ wurde im Winter 1998 in Zusammenarbeit von TAMACH und dem ICZ-College organisiert. In dieser Reihe sprachen drei Therapeuten über die Auswirkungen der Shoah.

- Prof. Dr. med. Heinz Stefan Herzka sprach über „Die Auswirkungen der Shoah auf drei Generationen heute“.
- Die Therapeutin und Leiterin der Beratungsstelle „Esra“ in Berlin Alexandra Rossberg hielt einen Vortrag zum Thema „Als Kind überleben“.
- Dr. Berthold Rothschild behandelte in seinem Vortrag das Thema „Die zweite Generation: die Macht des Schweigens.“

Im Rahmen der Bemühungen von TAMACH, Institutionen für die psychischen Folgen der Shoah zu sensibilisieren, wurden 1999 **Vorträge in jüdischen Altersheimen** gehalten. Ein Teil der Vorträge richtete sich an die Bewohner in diesen Altersheimen, u.a. waren es auch Holocaust-Überlebende. Die weiteren Vorträge richteten sich an das Pflege- und Fachpersonal, das mit Holocaust-Überlebenden in den Altersheimen in Kontakt kommt (Esra, Hugo-Mendelheim, Sikna, jüdisches Altersheim Lengnau). Die Idee dieser Reihe entstand, nachdem wir von einem Altersheim um Rat gefragt wurden. Im Alter können sich bestimmte Ängste bei Überlebenden verstärken und so verstecken einige von ihnen Brot oder Essenreste

unter den Kissen, die ihnen als Reserve in Notfällen dienen können. Zum Teil äussern sie auch die Angst, vergiftet zu werden und weigern sich, Essen zu sich zu nehmen. Diese Angst beruht z.B. auf Gerüchten aus KZ und Ghettos, dass die Nazis das Wasser und Essen vergiften wollten. Wenn der Hintergrund dieser Verhaltenweise dem Fachpersonal bekannt ist, können sie mit diesen Ängsten behutsamer umgehen.

Die **Clubveranstaltungen**, die 1998-1999 stattgefunden haben, sollten die sozialen Begegnungsmöglichkeiten von Holocaust-Überlebenden untereinander sowie mit anderen nicht betroffenen Menschen fördern. In diesem informellen Rahmen wurden z.B. Konzerte mit jiddischer Musik („Von Odessa bis Manhattan“), der Besuch einer Ausstellung („Portraits of the Holocaust“) im Haus Bill in Zumikon oder Filme zu jüdischen Themen angeboten. Ein Höhepunkt dieser Veranstaltungen bildeten die Lesungen von selbstverfassten Texten und Gedichten zweier Holocaust-Überlebender („Geschichten und Gedichte aus dem Leben“).

Im Mai 1999 fand im Beratungsraum von TAMACH ein Tag der Offenen Tür statt, an dem die Gelegenheit geboten wurde, die Mitarbeiterinnen und die Tätigkeiten der Beratungsstelle näher kennenzulernen.

Weiterhin hielten die drei Mitarbeiterinnen von TAMACH Vorträge zur Psychologie der ersten und zweiten Generation an verschiedenen Tagungen, Kongressen, Seminaren und Institutionen:

- Revital Ludewig-Kedmi. Leben mit der Shoah in Israel, Deutschland und der Schweiz. Ort: Kontaktstelle für Holocaust-Überlebende. Zürich, 24.10.1999.
- Revital Ludewig-Kedmi. „Jüdische Kapos als Opfer oder Täter? Eine Gruppe von Holocaust-Überlebenden zwischen Mythos und Wirklichkeit“. II. Weltkongress für Psychotherapie. Wien 4.-8. Juli 1999.
- Revital Ludewig-Kedmi. Die Narben der Vergangenheit: Shoah-Überlebende und ihre Kinder. Vortrag am 18.10.2000. Jüdisches Museum Hohenems. Österreich.
- Miriam Victory Spiegel: „Verantwortung und Schuldgefühle: Umgang mit der Opfer- und Täterthematik aus systemischer Sicht. Abteilung für klinische und Entwicklungspsychologie. Psychologisches Institut, Albert-Ludwigs-Universität Freiburg. 16. Mai 2000.
- Miriam Victory Spiegel. „Das Trauma des Holocaust zwischen Psychologie und Geschichte“ im Rahmen der gemeinsamen Vortragsreihe des Zentrums für Antisemitismusforschung, Technischen Universität Berlin, und der Stiftung Denkmal für die ermordeten Juden Europas, Berlin, 6. November 2001.
- Silvie Tyrangiel: „Die Wirkung von Traumatisierung über Generationen.“ Konferenz der Kinderschutzzentren, 25. September 2002, Düsseldorf.

- Miriam Victory Spiegel. „Engaged in a Non-Dialogue: Avoidance Coalitions between Holocaust Survivors, Victimizers and Therapists“. Vortrag am 3. Internationalen Psychotherapiekongress, Wien. 18. Juli 2002.
- Revital Ludewig-Kedmi. „Innere und äussere Bildverbote: Psychologie des Bösen? Psychologie ohne Grenzen?“ Vortrag in der Tagung: Verbot der Bilder – Gebot der Erinnerung. Mediale Repräsentationen der Shoah. Giessen 2.3. 2003.

Jom Hashoah

In Israel und in vielen jüdischen Gemeinden weltweit wird jährlich der Holocaust-Gedenktag begangen.³ In Israel gilt dieser Tag als nationaler Trauertag mit einer Schweigeminute. Die Sirenen ertönen und für zwei Minuten gedenkt das ganze Land den ermordeten Opfern des Holocaust. Für die Überlebenden ist dies ein Tag mit grosser Bedeutung, an dem sie spüren, dass der Holocaust von der Aussenwelt nicht in Vergessenheit geraten ist, bzw. dass sie nicht allein in ihrer Trauer sind.

Am Jom Hashoah plant TAMACH jeweils themenspezifische Veranstaltungen, zu Gedenken an die ermordeten Opfer. Weiterhin versuchen wir an diesem Tag, mit offenen Ohren und Herzen für Shoah-Überlebende und ihre Angehörigen dazusein, indem wir an diesem Tag telefonische Beratung und ein „offenes Haus“ anbieten. In den letzten Jahren wurden am Jom Hashoah z.B. themenspezifische Filmauführungen mit anschliessenden Diskussionen angeboten. Diese Veranstaltungen wurden u.a. im Zusammenarbeit mit der Jüdischen Liberalen Gemeinde, der Israelitischen Kultusgemeinde in Zürich oder Omanut durchgeführt.

Am Jom Hashoah 2000 wurde ein Portrait der Beratungsstelle auf Radio DRS-2 ausgestrahlt (02.05.2000). Die Sendung berichtete über die Tätigkeit der Beratungsstelle aus der Sicht der drei Mitarbeiterinnen und präsentierte Auszüge aus einem Gespräch mit einer Person aus der zweiten Generation, die bei TAMACH in Einzel- und Gruppentherapie war. Der Jom Hashoah 2003 (29. April) wird in den Räumen der JLG stattfinden. An diesem Anlass wird der Überlebende Leon Reich über sein Leben berichten. Im Anschluss daran wird eine Diskussion von zwei Mitarbeiterinnen geleitet.

³ Jom Hashoah fällt nach dem jüdischen Kalender auf den 27.Nissan, etwa zu Beginn des Frühlings.

Weiterbildungen

Ein weiteres Ziel von TAMACH ist die Weiterbildung von Fachpersonal im Bereich Trauma. In diesem Rahmen wurden u.a. die folgende Weiterbildungen und Seminare von TAMACH durchgeführt.

Weiterbildung für TherapeutInnen: „**Psychotherapie mit Child-Survivors. Eine besondere Herausforderung**“. Die Weiterbildung wurde von Dr. Nathan Durst, dem klinischen Leiter von Amcha („National Israeli Center for Psychosocial Support of Survivors of the Holocaust and the Second Generation“) geleitet. Im Rahmen der Weiterbildung wurden theoretische und praktische Überlegungen in der psychotherapeutischen Arbeit mit traumatisierten Menschen, speziell mit Child Survivors thematisiert. Im Zentrum standen auch die psychischen Folgen bei heutigen Kindern, die extreme Verfolgung und Kriege erlebt und überlebt haben. Die Weiterbildung umfasste auch Fallsupervision und fand am 13./14. November 1999 in Zürich statt.

Weiterbildung für Fachpersonal / SozialarbeiterInnen (Oktober 2000, Zürich): Diese Weiterbildung richtete sich an Fachpersonen, die beruflich mit Holocaust-Überlebenden und älteren jüdischen Menschen arbeiten. Das Programm der Weiterbildungen war besonders geeignet für SozialarbeiterInnen, Pflegepersonal und weitere Fachpersonen, die in ihrer Arbeit mit dem Thema der Shoah in Berührung kommen. Durch die Arbeit mit traumatisierten Opfern, mit älteren jüdischen Menschen oder in jüdischen Institutionen werden Fachpersonen in ihrer Tätigkeit immer wieder mit den Auswirkungen der Shoah konfrontiert. Innerhalb der Weiterbildung wurde Fachwissen über die Arbeit mit Holocaust-Überlebenden und über die Shoah vermittelt. Es wurden u.a. die folgenden Themen behandelt:

- Psychopathologie nach traumatischen Erfahrungen (PTSD, Überlebenden-Syndrom)
- Arbeit mit Holocaust-Überlebenden in Institutionen (Beispiel Amcha/Israel, Esra/Wien, TAMACH/Zürich)
- Bewältigungsstrategien von Holocaust-Überlebenden
- Psychosoziale Konzepte in der Arbeit mit der ersten Generation
- Supervision: Fälle aus der eigenen Arbeit.

Im Laufe des Wintersemesters 2001/02 waren die Mitarbeiterinnen von TAMACH als **Lehrbeauftragte an der Universität** Basel und an der Universität St. Gallen eingeladen, einen Veranstaltungszyklus zum Thema Holocaust und die psychischen Folgen des Traumas durchzuführen. Die Lehrveranstaltung wurde in Seminarform abgehalten und deckte u.a. die folgenden Themen ab:

- Das Trauma der ersten Generation
- Child Survivors
- Bewältigungsversuche im Umgang mit dem Trauma
- Glauben an Gott während und nach der Shoah
- Die zweite Generation
- Die Shoah aus der persönlichen Perspektive eines Holocaust-Überlebenden
- Workshop: Die Schweiz und die Shoah

Kontakte zu anderen Organisationen

Ein enger fachlicher Kontakt besteht zu AMCHA, der nationalen Organisation für Holocaust-Überlebende und ihren Familien in Israel. Bei der Gründung von TAMACH stellte Amcha eine Art Vorbild dar. Durch unsere Verbindung zum klinischen Direktor von AMCHA, Nathan Durst, konnten wir aus den langjährigen Erfahrungen von Amcha beim Aufbau und Weiterentwicklung der Beratungsstelle profitieren. Organisatorisch arbeitet TAMACH seit der Gründung regelmässig mit der Kontaktstelle für Holocaust-Überlebende in der Schweiz zusammen, an deren Treffen die Mitarbeiterinnen von TAMACH in der Regel teilnehmen. Weiterhin bestehen Kontakte u.a. zu folgenden Organisationen: Esra/Wien, der ISIS (Interessengemeinschaft jüdischer SozialarbeiterInnen in der Schweiz), dem Sozialressort der ICZ, Beratungsstelle des VSJF, dem Sozialdepartement der Stadt Zürich, der Kantonalen Opferhilfestelle, dem Archiv für Zeitgeschichte ETH und dem Therapiezentrum für Folteropfer des Schweizerischen Roten Kreuzes in Bern, zu einzelnen Spitexstellen, zu ÄrztInnen, PsychotherapeutInnen und PsychiaterInnen.

Veröffentlichungen

Neben Vorträgen und Seminarangeboten sind Veröffentlichungen eine gute Möglichkeit, die Öffentlichkeit zu erreichen. Ein Teil der Veröffentlichungen der Beratungsstelle richtet sich an ein allgemeines Publikum (wie z.B. Veröffentlichungen in der jüdischen Presse oder in Tageszeitungen). Ein anderer Teil, wo es um Vermittlung von Fachwissen geht, wendet sich an Fachleute wie z.B. PsychotherapeutInnen.

In der jüdischen Pressen sind Artikel von und über TAMACH u.a. in Luchot, Tachles und der jüdischen Rundschau veröffentlicht worden. Weiterhin wurden Artikel über TAMACH auch in der Neuen Zürcher Zeitung, dem Tages-Anzeiger, dem Limmat-taler Tagblatt, der Woz, der reformierten Presse, Lamed, Politische Psychologie, System Familie und Systema publiziert.

Der Artikel „Die Wunden berühren. Therapeutische Arbeit mit Holocaust-Opfern und ihren Kindern in der Schweiz“ berichtet über die therapeutische Tätigkeit von TAMACH mit der ersten und zweiten Generation und wurde in der Fachzeitschrift „Psychoscope“, Zeitschrift der Föderation Schweizer Psychologen FSP, von zwei TAMACH-Mitarbeiterinnen verfasst (Ausgabe Mai/Juni 1999, S. 11-14).

Abstract: Obwohl viele jüdische Kinder den Horror des Holocaust erlebt haben, fühlten sie sich lange Zeit gar nicht als «richtige Holocaust-Überlebende». Im Vergleich zu den Schrecken ihrer Eltern sei ihr «Leiden nicht der Rede wert». Das hat sich geändert. Für die zunehmende Sensibilisierung in der Schweiz zeichnen auch Revital Ludewig-Kedmi und Silvie Tyrangiel, die Autorinnen dieses Dossier-Artikels, verantwortlich. Sie betreiben in Zürich eine psychosoziale Beratungsstelle für Holocaust-Überlebende und ihre Angehörigen.



In November 2000 wurde der Fachartikel „Die Psychotherapie mit Holocaust-Überlebenden: Zwischen Trauer, Schuldgefühlen und Opferneid“ von zwei Mitarbeiterinnen, Revital Ludewig-Kedmi und Silvie Tyrangiel, in der Zeitschrift politische Psychologie' veröffentlicht.

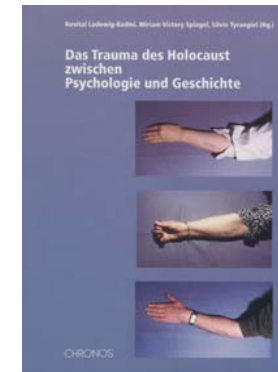
Abstract: Aus der Arbeit mit Holocaust-Familien werden Fallbeispiele aus Einzel-, Familien- und Gruppentherapien herangezogen, um die Verarbeitung der Traumata zu verdeutlichen. Am Beispiel zweier Familien, mit denen wir sowohl einzel-, familien- und gruppentherapeutisch gearbeitet haben, werden Vor- und Nachteile der verschiedenen Therapieformen aufgezeigt und diskutiert. Dabei werden folgende Fragen behandelt: Wie sieht die Trauerarbeit in den verschiedenen therapeutischen Settings aus? Welche Rolle spielen Schuldgefühle bei der ersten und zweiten Generation?



Die drei Mitarbeiterinnen von TAMACH gaben im Februar 2002 einen Sammelband mit dem Titel „Das Trauma des Holocaust zwischen Psychologie und Geschichte“ im Chronos Verlag heraus. Das Buch beschreibt einerseits die therapeutische Arbeit mit Holocaust-Überlebenden und der zweiten Generation und andererseits vereint es interessante Beiträge von namhaften Forscherinnen über „die Shoah und die Schweiz“ und über „Die Shoah zwischen Psychologie und Geschichte“.

BuchautorInnen: Ute Benz, Madeleine Dreyfus, Nathan Durst, Heinz Stefan Herzka, Gabor Hirsch, Revital Ludewig-Kedmi, Harald A. Mieg, Paul Parin, Jacques Picard, Berthold Rothschild, Miriam Victory Spiegel und Silvie Tyrangiel.

Abstract: Mit dem Thema Trauma befassen sich in diesem Buch PsychologInnen und Betroffene. Ihre Beiträge legen gleichsam ein Vergrößerungsglas auf die Schnittstelle zwischen Geschichte und Psychologie. Die Gegenwart der Vergangenheit wird dabei in den einzelnen Beiträgen immer wieder ersichtlich: so wenn es um die Psychologie der ersten und zweiten Generation aus der heutiger Sicht geht oder um den Einfluss des Traumas auf die Partnerschaftsbeziehungen von Holocaust-Überlebenden. Die Herausforderung für Therapeuten in der Arbeit mit Traumata sowie die gesellschaftliche Auseinandersetzung mit dem Holocaust in verschiedenen Ländern machen dieses Buch zu einem interdisziplinären Werk, in dem Betroffene, Interessierte und Fachleute für sich Antworten finden können.



Inhaltsverzeichnis des Buches

“Das Trauma des Holocaust zwischen Psychologie und Geschichte“

Jacques Picard. Geleitwort

Revital Ludewig-Kedmi, Miriam Victory Spiegel, Silvie Tyrangiel. Das Trauma der Shoah zwischen Psychologie und Geschichte (Einleitung)

I. Generationen der Shoah im Spiegel der Psychologie

- Revital Ludewig-Kedmi, Silvie Tyrangiel. Zwischen Trauer, Schuldgefühlen und Opferneid. Psychotherapie mit Holocaust-Überlebenden.
- Silvie Tyrangiel, Miriam Spiegel. Überschattete Kindheit: Die Auswirkungen der Shoah auf die zweite Generation.
- Revital Ludewig-Kedmi. Trauma und Partnerschaft: Zur Partnerschaftsdynamik bei Holocaust-Überlebenden.

II. D Therapeuten zwischen Individuum und Geschichte

- Nathan Durst. Eine Herausforderung für Therapeuten. Psychotherapie mit Überlebenden der Shoah.
- Ute Benz. Die Wiederkehr des Verdrängten in der Praxis. Kindertherapeutin im Spannungsfeld zwischen Psychoanalyse und Geschichte.

III. Die Shoah zwischen Psychologie und Geschichte

- Paul Parin. Können Psychologen von Historikern und können Historiker von Psychologen lernen?
- Harald A. MieG. Der lange Arm der Geschichte – Eine sozialpsychologische Betrachtung.
- Berthold Rothschild. «Die Macht des Schweigens»: Historische Wahrheit – ein vernachlässigtes psychoanalytisches Konzept.

IV. Teil: Die Shoah und die Schweiz

- Heinz Stefan Herzka. Geschichte bin ich. Emigrantenkind in der Schweiz.
- Madeleine Dreyfus. Entschuldigung und Rechtfertigung. Zum Rezeptionsmuster der antisemitischen Flüchtlingspolitik der Schweiz im Zweiten Weltkrieg.
- Gábor Hirsch. Kontaktstelle für Holocaust-Überlebende. Ein Bericht.
- Anhang: Beratungsstellen für Holocaust-Überlebende und die zweite Generation (Amcha – Israel, Esra Berlin, Esra Wien, TAMACH Zürich)

Weitere Veröffentlichungen der Mitarbeiterinnen von TAMACH sind u.a:

Tyrangiel, S. (1989): Emigrantenkinder – die zweite Generation. In: H. S. Herzka, A. Schuhmacher, S. Tyrangiel (Hrsg.): Die Kinder der Verfolgten. Die Nachkommen der Naziopfer und Flüchtlingskinder heute. Verlag für Medizinische Psychologie Vandenhoeck & Ruprecht. 23-79.

Spiegel, M.V. (1994): Waisenkinder der Geschichte. In: System Familie. 7: 15-18.

Spiegel, M.V. (1994): Die zweite Generation: Spätfolgen. In: System Familie. 7: 50-60.

Spiegel, M.V. (1998): Psychotherapie als Friedensarbeit. Gestalt 31, Zeitschrift des schweizerischen Vereins für Gestalttherapie. (2), 3-10.



Ludewig-Kedmi, R. (1998): Geteilte Delegation in Holocaust-Familien: Umgang mit der Ambivalenz gegenüber Deutschland. System Familie, 11, (4), 171-178.

Ludewig-Kedmi, R. (1999): Bewältigungsstrategien einer Holocaust-Familie. Partnerschafts- und Delegationsprozesse. In: Systema. 13 (1), 25-40.

Ludewig-Kedmi, R. (2001): Opfer und Täter zugleich? Moraldilemmata jüdischer Funktionshäftlinge in der Shoah. Giessen: Psychozial-Verlag.

Kosmala, B. & Ludewig-Kedmi, R. (2003): „Verbotene Hilfe“. Deutsche Retterinnen und Retter während des Holocaust. Zürich: Pestalozzianum-Verlag (August 2003).



Finanzierung

Die Beratungsstelle wurde bis heute vornehmlich aus Spenden von Stiftungen, Institutionen, Privatpersonen, der Israelitischen Cultusgemeinde Zürich, sowie Zuwendungen durch den Kanton und der Stadt Zürich finanziert.

Ein Teil der Einnahmen setzt sich aus den Therapiehonoraren oder aus den Selbsthalten der KlientInnen zusammen. Da die Behandlungskosten, den finanziellen Möglichkeiten der KlientInnen angepasst sind, variieren die Selbstbeträge von einem minimalen, eher symbolischen Beitrag von fünf Franken bis hin zur vollen Begleichung der Therapiekosten. Diese Einnahmen decken bei weitem nicht die Kosten der Beratungsstelle, weshalb die Beratungsstelle auf die stetige, zusätzliche finanzielle Unterstützung von aussen angewiesen ist.

Website

Um TAMACH in einem grösseren Umfeld bekannt zu machen, wurde eine eigene Internetseite, die über die Arbeit von TAMACH informiert, eingerichtet. Adresse: www.tamach.org. Die Homepage existiert seit 1999 und wurde im April 2003 neu strukturiert. Auf der Website sind Grundinformationen über die Beratungsstelle zu finden: Jahresprogramm, Veröffentlichungen, MitarbeiterInnen, Links, Struktur von TAMACH sowie Information auf Englisch.

Die Homepage ist ein wichtiges Medium, um Informationen an Angehörige der zweiten Generation, Ärzte und Psychotherapeuten, Schüler, und Presse zu ver-

mitteln. Vereinzelt melden sich auch Personen aus der ersten Generation über die Homepage. In der Regel sind es eher junge Leute und Fachleute im Alter zwischen 15 und 55 Jahren.



Die organisatorische Struktur von TAMACH

Die Beratungsstelle TAMACH ist als Verein mit einem Vorstand, einem Fachbeirat und einem Patronatskomitee organisiert. Die psychosoziale Tätigkeit wird von den drei Gründerinnen und Mitarbeiterinnen Revital Ludewig-Kedmi, Miriam Victory Spiegel und Silvie Tyrangiel durchgeführt. Die organisatorische Arbeit wird vom Vorstand und dem Fachbeirat begleitet.

Der **Vorstand** setzt sich aus Dr. Uriel Gast (Präsident), Prof. Ekkehard Stegemann (Vize-Präsident) und Frau Judith De-Ber (Quästorin) zusammen. Der Vorstand tagt zweimal jährlich (ehemalige Mitglieder: Gabrielle Rosenstein und Peter Biberstein).

Zum **Patronatskomitee** dürfen wir Dr. Rolf Bloch, Josef Estermann, Prof. Heinz -Stefan Herzka, Herr François Loeb, Dr. Lily Nabholz, Dr. Jacques Picard, Dr. Ellen Ringier, Herr Werner Rom und Frau Oberrichterin Annegret Katzenstein zählen. (ehemaliges Mitglied: Dr. Paul Parin).

Der **Fachbeirat** berät die Mitarbeiterinnen von TAMACH bezüglich Programm- und Strategiefragen und trifft sich ein- bis zweimal jährlich. Dem Fachbeirat gehören an: Gabor Hirsch (Holocaust-Überlebender und Mitbegründer der Kontaktstelle), Frau Dina Kühne (Psychotherapeutin), Frau Judith Meyer (Holocaust-Überlebende), Dr. Kurt Meier (Rechtsanwalt), Dr. med. Peter Schlesinger (Psychiater) (ehemalige Mitglieder: Frau Reine Seidlitz (verstorben), Prof. Heinz Stefan Herzka).

Mitarbeiterinnen von TAMACH

Die drei Mitarbeiterinnen von TAMACH, Revital Ludewig-Kedmi, Silvie Tyrangiel und Miriam Victory Spiegel teilen sich eine 50% Stelle. Über Jahre hinweg war das geleistete Arbeitspensum weit höher. Die Mitarbeiterinnen von TAMACH treffen sich als Team regelmässig, um Informationen und anstehende Aufgaben zu besprechen und die Beratungsstelle weiterzuentwickeln. Im Jahr finden durchschnittlich zwischen 25 und 40 Teamsitzungen statt. Fachlich begleitet wird die Beratungstätigkeit durch Supervision.

Dr.phil. Revital Ludewig-Kedmi ist Psychologin und Familientherapeutin. Sie arbeitet mit Holocaust-Überlebenden und ihren Kindern und führt Weiterbildungen für TherapeutInnen über die Arbeit mit Täter- und Opferfamilien durch. Neben der therapeutischen Arbeit forscht sie zu den Themen Trauma sowie Rechtspsychologie. Lehrbeauftragte der Universität St. Gallen und der Universität Basel. Zahlreiche Veröffentlichungen: u.a. „Opfer und Täter zugleich? Moraldilemmata jüdischer Funktionshäftlinge während der Shoah“ (2001). „Verbotene Hilfe. Deutsche Retterinnen und Retter während des Holocaust“ (Herbst 2003).

v.l.n.r. Revital Ludewig-
Kedmi, Silvie Tyrangiel,
Miriam Victory Spiegel.



Photo: Odette Abraham

Miriam Victory Spiegel ist in New York 1945 geboren und aufgewachsen. Nach dem Studium am Barnard College, Columbia University hat sie später Sozialarbeit an der New York University studiert und mit dem Master of Social Work (M.S.W.) 1970 abgeschlossen. Nach einer mehrjährigen Tätigkeit als Gemeinwesenarbeiterin in New York und als Gastdozentin einer Fachhochschule in Berlin lebt sie in der Schweiz. Seit 1983 ist Frau Spiegel als selbstständige psychologische Beraterin in der Schweiz tätig, wo sie eine eigene Praxis als systemische Paar- und Familientherapeutin führt. Sie arbeitet ausserdem mit Menschen, die Verfolgung und Missbrauch erlebt haben sowie in der Prävention von Diskriminierung.

Lic.phil. Silvie Tyrangiel ist Psychologin und Psychotherapeutin. Sie ist seit vielen Jahren in der Erforschung der Tradierung von Traumata innerhalb von Familien tätig. Ihr Wissen und ihre therapeutische Erfahrung fliessen in die Arbeit mit Holocaust-Überlebenden und deren Kindern sowie in andere Traumabereiche mit ein, z.B. in der psychosozialen Begleitung von Menschen, die ethnischen Verfolgungen oder einmaligen traumatischen Erlebnissen ausgesetzt waren. Veröffentlichungen zum Thema der psychischen Auswirkungen von Traumata auf die Direktbetroffenen und die zweite Generation u.a. „Die Kinder der Verfolgten. Die Nachkommen der Naziopfer und Flüchtlingskinder heute“ (1989). Sie ist als Körperpsychotherapeutin in eigener Praxis in Zürich tätig.

Danksagung

Ohne die moralische und finanzielle Unterstützung von Institutionen und Stiftungen hätte unsere Beratungsstelle nie gegründet und nicht fünf Jahre „alt“ werden können. Hinter diesen Strukturen befinden sich Menschen, die sich für TAMACH und ihre Mitarbeiterinnen persönlich eingesetzt haben. Diesen Menschen wollen wir ein herzliches Dankeschön aussprechen.

Unser Dank geht an:

- Anne-Frank Stiftung, Basel
- Dr. h.c. Emile Dreyfus Stiftung, Basel.
- Frau Dr. iur. Ellen Ringier, Stiftung Humanitas, Zürich
- Frau Monika Stocker, Vorsteherin, Sozialdepartement der Stadt Zürich
- Migros-Genossenschafts-Bund
- Newtons Solicitors, NLJ Foundation, London
- Salvisberg Stiftung, Bern
- Stiftung "Fonds für Menschlichkeit und Gerechtigkeit", Basel
- Alle privaten Spender und Spenderinnen

Wir danken auch einer Reihe von Institutionen für ihre angenehme Kooperation und Unterstützung:

- Amcha („National Israeli Center for Psychosocial Support of Survivors of the Holocaust and the Second Generation“)
- Archiv für Zeitgeschichte, Eidgenössische Technische Hochschule, Zürich
- DRS Radio, Michael Koechlin
- Esra Berlin
- Esra Wien
- Israelitische Cultusgemeinde Zürich (ICZ)
- Institut für Jüdische Studien, Basel
- Jüdische Liberale Gemeinde, Zürich
- Kontaktstelle für Überlebende des Holocaust in der Schweiz
- NZZ, Regula Heuser
- Sozialressort der ICZ, Zürich