

Erfahrungsbericht von Mohamad Alaa Aldin Hilal

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich möchte mich zuerst bedanken, dass ich diese Gelegenheit haben kann, um Ihnen über das Projekt zu berichten und von einigen Geschichten erzählen.

Ich möchte Ihnen erst über meine eigenen Erfahrungen in Deutschland als Asylbewerber berichten, als ich vor zwei Jahren hier ankam, und wie ich mich als Neuankömmling in einem ganz neuen Land fühlte. Ich war allein und fremd in einer Flüchtlingsunterkunft unter fremden Menschen verschiedener Nationalitäten. Alles war mir ganz neu und fremd, die Umgebung, die Sprache und die Mentalität der Menschen.

All diese Umstände sind mir schwergefallen. Ich benötigte Hilfe oder irgendjemanden, mit dem ich reden und dem ich von meinen Schwierigkeiten berichten konnte. Im Laufe der Zeit wurde ich belastet und gestresst.

Aus diesem Grund finde ich so ein Projekt wie "in2balance" sehr wertvoll und nützlich, um geflüchtete Menschen zu unterstützen und Ihnen dabei zu helfen, ihre schwierigen Phasen hier zu überstehen, bis sie sich niederlassen können. Manche sind mit schwierigen oder schrecklichen Erinnerungen aus ihrer Vergangenheit hergekommen oder sie haben brenzlige Momente während der Flucht erlebt. Deswegen ist die Hilfe sehr nötig.

Ich würde gerne ein Beispiel davon erzählen, nämlich von einer Frau, einer Mutter, die aus Syrien als Familiennachzug zu ihrem minderjährigen Sohn nach Deutschland gekommen ist. Die Mutter ist Witwe und ist für ihr einziges Kind nach so langer Wartezeit nach Deutschland gekommen und wollte es hier unterstützen.

Anders als sie gedacht hat, musste sie getrennt von ihrem Sohn mit drei fremden Frauen in einem Zimmer wohnen, weil er vom Jugendamt in einem Internat untergebracht wurde. Das hat sie zusätzlich psychisch belastet nach der langen Trennung und der Ungewissheit, ob und wann sie mit ihrem Sohn wieder zusammenleben konnte.

Als ich sie kennenlernte, merkte ich sofort, dass sie einsam, hilflos und desorientiert ist. Nach regelmäßigen Gesprächen, Entspannungsübungen und mit viel Unterstützung veränderte sich von Mal zu Mal ihr Zustand.

Es fiel ihr immer leichter, sich an ihre Umgebung und die ungewohnte Situation anzupassen. Sie hat gerne gemeinsam mit den anderen Bewohnern gekocht und sich engagiert. Es hat mich sehr gefreut, wie sie sich durch unsere Zusammenarbeit mit Hilfe des Projektes positiv entwickelt hat. Sie wohnt übrigens mittlerweile mit Ihrem Sohn zusammen und besucht einen Deutschkurs.

Ich würde sagen, ich habe persönlich vieles von dem Projekt durch unsere vielfältigen Aufgaben als Laienhelfer und Laienhelferinnen gelernt. Wir sollten mit sehr unterschiedlichen Charakteren von Menschen umgehen, aber das war für mich doch sehr positiv.

Meine Persönlichkeit wurde bereichert und einige Eigenschaften konnte ich weiter entwickeln. Meine Kommunikationsfähigkeiten wurden stärker und professionell. Ich habe gelernt, wie ich Geduld haben und den Menschen gut zuhören kann. Ich wurde selbstbewusster und mutiger, um auf die Menschen zuzugehen.

Eine wichtige Seite war mir sehr bemerkbar, die ich durch diesen Umgang klarer verstehen konnte: dass hinter jeder Tat eines Menschen ein Grund oder Ursache steckt. Es können Gefühle, Emotionen oder Erinnerungen sein, die das Verhalten der Menschen prägen.

Als Neuankömmling in diesem Land habe ich eigentlich nicht erwartet, dass ich irgendwann diese Gelegenheit hätte, verschiedene staatliche Einrichtungen besuchen zu können. Ich habe die Ärztekammer, das LVR-Klinikum, das Psychosoziale Zentrum für Flüchtlinge Düsseldorf und noch mehr kennengelernt.

Ich muss ganz ehrlich sagen, während des Projekts hatten wir als Laienhelfer und Laienhelferinnen viele Schwierigkeiten. Wir mussten mit Menschen umgehen, die unterschiedliche Mentalitäten und Charaktere haben sowie aus verschiedenen Ländern und Kulturen kommen, wo die Gesellschaft vielleicht nicht so offen oder aufgeschlossen ist und die Länder nicht so weltoffen wie hier in Europa.

Deshalb war es für uns sehr schwer, diese Menschen innerlich zu erreichen und ihre Belastungen zu erkennen. Wir haben am Anfang immer versucht, ihr Vertrauen zu verdienen und enge Beziehung zu ihnen aufzubauen, damit sie sich uns gegenüber ohne Sorgen äußern konnten und uns erzählten, was ihnen weh tut.

Gleichzeitig mussten wir jedoch auf uns aufpassen, weil wir von den Bewohnern viele traurige Geschichte sowie schreckliche Erinnerungen und Erlebnisse aus ihrer Vergangenheit gehört haben, und hier war es für uns sehr entscheidend, dass wir uns davor emotional schützen und isolieren und keinen negativen Einfluss auf uns zuließen.

Dabei hatten wir große Unterstützung von den Leiterinnen des Projekts. Wir haben immer mit ihnen die Fälle besprochen und Anleitungen bekommen, wie wir am besten mit dem jeweiligen Fall umgehen sollten. Gleichzeitig konnten wir unsere eigenen Schwierigkeiten aus der Arbeit mit ihnen in Einzelgesprächen besprechen. Außerdem hatten wir alle zwei Wochen Supervision, in der wir alles äußern und den Kopf davon frei machen konnten.

Zum Schluss möchte ich noch sagen, dass es mich immer sehr glücklich gemacht hat, wenn ich die Freude der Menschen gespürt habe, denen wir durch unsere Rolle in diesem Projekt geholfen haben, und ich werde immer stolz drauf sein, dass ich ein Teil des Projektes war.

Vielen Dank!