

Luzerner hilft in der Ukraine – mit Gesprächen

Simon Greuter weilt zurzeit in der Ukraine. Er hilft den Menschen mit Gruppentherapien, ihre Erlebnisse zu verarbeiten.

Robert Knobel

Über den Kriegsverlauf in der Ukraine liest man fast täglich in den Nachrichten. Doch wie meistern die Menschen in den Städten abseits der Front ihren Alltag? Der Adligenswiler Simon Greuter weilt zurzeit für ein Friedensprojekt in der Ostukraine. Er sagt: «Der Sommer trägt zwar dazu bei, dass die Stimmung allgemein etwas gelöster ist. Doch die Menschen sind müde vom Krieg.» Wobei diese Müdigkeit durchaus wörtlich zu verstehen ist. Die nächtlichen Luftalarme zehren an der Substanz, Schlafprobleme sind weit verbreitet. «Der schrille Ton der Sirenen kann einem durch Mark und Bein gehen», sagt Greuter.

Der Krieg ist im Land allgegenwärtig: Strassensperren, Hinweise auf Bunkereingänge, verbarrikadierte Regierungsge-

bäude, nächtliche Ausgangssperre und Alkoholverbot ab 21 Uhr. Und die Preise, die auch in der Ukraine deutlich gestiegen sind – unter anderem weil landwirtschaftliche Produkte aus dem umkämpften Süden des Landes fehlen. Zudem, so Simon Greuter, sehe man besonders in der Westukraine immer wieder Begräbnisprozessionen und Friedhöfe, die sich mit gefallenem Soldaten füllen.

«Es geht um allgemein menschliche Fragen»

Simon Greuter ist mit der Ukraine eng verbunden. Schon 2016 hat er im Osten ein Netzwerk von Selbsthilfegruppen initiiert. Ziel war es, Spannungen in der Bevölkerung abzubauen und traumatische Ereignisse zu verarbeiten. Dazu wurden Moderatoren ausgebildet, die nach dem Prinzip der «Selbststärkenden

«In den Sitzungen lernen die Menschen, mit Schuldgefühlen umzugehen und zu vergeben.»



Simon Greuter
Berater

Gemeinschaft» («Integrative Community Therapy») arbeiten. Seit 2022 bietet Greuter auch in Adligenswil und im Kanton Obwalden Gesprächsrunden für Flüchtlinge an. Doch zurzeit reist er durch mehrere ukrainische Städte – unter anderem Kiew, Dnipro und Odessa – um Gesprächsrunden vor Ort durchzuführen und die Arbeit der lokalen Moderatorinnen und Moderatoren untereinander zu vernetzen.

Wie geht man mit Negativnachrichten um?

Was beschäftigt die Menschen in diesen Sitzungen besonders? Thematisiert werde beispielsweise der Umgang mit Hassgefühlen und mit Russland-Unterstützern. Auch das schwierige Verhältnis zu den eigenen Behörden sowie die fehlenden Zukunftsperspektive von Binnen-

flüchtlingen seien ein Thema. «Es geht auch um allgemein menschliche Fragen wie die Berufswahl oder persönliche Enttäuschungen», sagt Greuter.

Er erzählt von einer Teilnehmerin, für die der Gedanke unerträglich war, dass nach dem Dammbruch so viele Tiere ertrunken sind. Es stellte sich heraus, dass sie selber auf der Flucht ihren Hund zurücklassen musste, der kurz darauf starb. «In den Sitzungen lernen die Menschen, mit Schuldgefühlen umzugehen und zu vergeben», sagt Simon Greuter. Allerdings sei dies gerade nach der Sprengung des Kachowka-Staudammes noch schwieriger geworden: Die verheerenden Überschwemmungen hätten in der Bevölkerung «eine in dieser Intensität vorher noch nicht vorhandene Welle der Entrüstung ausgelöst».

Ein Thema, das auch bei uns viele beschäftigt, hat in der Ukraine noch eine ganz andere Relevanz: Wie geht man mit der ständigen Masse an Negativnachrichten um? Simon Greuter erzählt von einer Frau aus Bachmut, die sich über eine Telegram-Gruppe laufend über die aktuellen Ereignisse in ihrer Heimatstadt informieren liess – so lange, bis sie die Nachricht über die Zerstörung ihres Hauses erhielt. «Das Bedürfnis nach Information ist gross, aber gleichzeitig sind die ständigen Nachrichten auch eine Belastung», sagt Greuter.

Zumindest eine positive Seite habe die aktuelle Situation: Die Menschen in der Ukraine seien näher zusammengedrückt. «Man schätzt die kleinen Dinge und pflegt bewusst die Beziehungen zu Freunden.» Sogar die Kriminalität habe abgenommen, fügt Simon Greuter hinzu.