



**Terrorizmus, katasztrófa,
katonai szervezet, háború,
dikatatúra, éhezés...**

Dolgok, amik elől csak menekülni lehet idegen országba, ismeretlen városba, családdal vagy egyedül, papírral vagy anélkül, bárhogya csak el onnan... Akik menekülnek, hogyan állnak egy új élet küszöbén?

Csupa idegen rendszer veszi kézbe az életet: Bevándorlási és Állampolgársági Hivatal, Igazságügyi és Rendészeti Minisztérium, ENSZ Menekültügyi Főbizottság... Ők felelnek az új élet összes papírjáért. Miden másért, az egyéb küzdelmekért pedig a menekültek pszichoterápiáját végző Cordelia Alapítvány.

Pszichoterápia:

A pszichoterápia olyan kommunikációs kapcsolat pszichoterapeuta és kliens között, amelyben a kommunikáció arra irányul, hogy a kliens képessé váljon addig megoldhatatlannak tűnő, környezetéből, viselkedéséből vagy személyiségéből fakadó problémákat megoldani.

Szaknyelven körülbelül ennyit tesz a pszichoterápia, és talán a definíció tökéletesen rámutat a

problémára, amellyel a menekültek és az őket segítő pszichiáterek, pszichoterapeuták, pszichológusok küzdenek: a poszttraumás stressz-zavar legyőzése a cél. Azaz a szorongás, a düh, a rémálmok és a depresszív hangulat megszüntetésére törek-szenek.

Az alapítvány többféle terápiás módszerrel is dolgozik: egyéni, csoportos, verbális és non-verbális terápiákat egyaránt alkalmaznak.

Az egyéni verbális terápia a trauma feldolgozására fókuszál és az integrációt hivatott segíteni. Ebből alakult ki a családterápia, hisz egy-egy menekült kezelésén családtagok is részt vettek, s láthatóvá vált, hogy egy családtag traumája mekkora problémát okoz a család számára is. A verbális terápiát sokszor ki kell egészíteni non-verbálissal - például különböző művészet-terápiákkal -, hogy megszűnjön az a feszültség a menekültekben, ami a problémát kimondhatatlanná teszi. Szavak nélkül a cso-

HOZZÁNK MENEKÜLNEK

portok életében alkalmazható mozgásterápia, hatékony a pszichodráma, a vizuális alkotás - gyakran mint szembesítés -, hisz egy-egy ház, otthon már csak a papíron létezik. Tánc-, ének- és gesztusterápiák, intim csoport-helyzet kialakítása is segítheti a feldolgozást. Az alapítvány dolgozott az animációs csoportmódszerrel, mely a testétől elidegenedett személyeket igyekszik újra összhangba hozni önmagával különböző élettelen tárgyak animálása segítségével.

Persze az alapítvány nem csak a lélekkel foglalkozik. Célja az általános segítség: orvosi, jogi, munkaügyi segítséget nyújtanak. Igyekeznek megadni a lehetőséget ahhoz, hogy tényleg új életet kezdhessenek, akik hozzánk menekülnek.

2007- ben a Cordelia Alapítvány 1216 órát szánt terápiás foglalkozással, és 609 embernek segített otthonra lelni Magyarországon. A Híradóban minden este megmutatják, hányan lettek otthontalanok a világon és miért. Talán tudnunk kell, hogy vannak, akik hozzánk menekülnek.

Kocsis Anna Dorka