

«Ich muss mir vergeben, dass ich geflohen bin»



Oksana (links) und Anastasia sind am 24. Februar aus Odessa geflohen, nun versuchen sie alles, um anderen Kriegsbedroffenen zu helfen. Bild: Melanie Duchene

Oksana und Anastasia sind am 24. Februar aus der Ukraine geflüchtet. Sie haben Unterschlupf in Schaffhausen gefunden. Die Ereignisse des Krieges sitzen ihnen tief in den Knochen.

Donnerstagmorgen. Oksana öffnet die Tür einer kleinen Dachwohnung in der Schaffhauser Altstadt. Hinter ihr im Wohnzimmer steht ihre Tochter, Anastasia, 24. Die beiden Frauen machen eine einladende Geste, auf ihren Gesichtern liegt Schmerz, darin zeichnet sich die Verzweiflung ab, die Schuldgefühle, von denen sie bald sprechen werden. Schuld gegenüber den Ukrainern, die nun im eigenen Land die Stellung halten, kämpfen oder einfach weitermachen, als würden keine Schüsse, keine Bomben fallen, als wäre der ganze Wahnsinn nur Illusion.

Wenn Anastasia einen Flieger hört, passiert etwas in ihrem Körper, sie gerät in einen Schockzustand. Die Erinnerung an die Nacht des 24. Februars, als sie um vier Uhr morgens in Odessa von Bombeneinschlägen geweckt wird, sitzt tief. Sie blickt aus dem Fenster, sieht Raketen und Militärflugzeuge. Die

nächsten Minuten verbringt sie damit, herauszufinden, wie ernst die Lage ist, sie packt ihre Sachen, iPhone, Laptop, die Kamera, die sie von ihrem Freund geschenkt bekommen hat, an Kleidungsstücke denkt sie kaum, es muss schnell gehen. Sie weckt ihre Schwester, sagt, sie müssen sofort weg, die Russen seien da. Die Schwester verneint, sie will bleiben. Dann weckt Anastasia ihre Mutter. Die nächsten zehn Stunden ist sie damit beschäftigt, ihre Liebsten davon zu überzeugen, so rasch wie möglich das Land zu verlassen.

«Im Krieg hat man die Wahl: Will man kämpfen und Angst haben oder fliehen und sich schuldig fühlen?»

Anastasia, flüchtete aus der Ukraine

«Ich war hin und her gerissen», sagt Oksana unter Tränen. «Die eine Tochter bleibt, die andere flieht, was soll man da tun?» Auf Drängen von Anastasias Schwester hin flieht Oksana zusammen mit Anastasia um 16 Uhr mit dem Auto. Eine lange Reise steht den beiden bevor. Von Odessa aus fahren sie nach Moldawien, von Moldawien nach Rumänien, von Rumänien weiter nach Ungarn, von Ungarn nach Österreich, von dort weiter nach Deutschland, bis sie am 1. März in der Schweiz ankommen.

Onlinetraumatherapie

Vergangenen Herbst habe man Oksanas Geburtstag in Grindelwald gefeiert und eine Familie kennengelernt. Man sei in Kontakt geblieben. Kurz nach Ausbruch des Krieges bot die Familie an, eine Unterkunft für sie zu finden. So landen Oksana und Anastasia in Schaffhausen. «Ich habe mich schuldig gefühlt, als ich hier angekommen bin», sagt Anastasia. Ihr erster Gedanke war: «Ich muss zurück, ich kann die Menschen in der Ukraine nicht im Stich lassen. Im Krieg hat man die Wahl: Will man kämpfen und Angst haben oder fliehen und sich schuldig fühlen?» Doch sei es wichtig, sich von dieser Schuld zu befreien, weil sie einen handlungsunfähig mache. «Ich muss mir vergeben, dass ich geflohen bin, Familie und Freunde zurückgelassen habe,

die nicht mitkommen wollten. Ich muss dankbar sein, dass ich in Sicherheit bin und tun, was ich kann, um anderen zu helfen.»

Oksana und Anastasia leisten Unterstützung, indem sie Hilfspakete packen, Menschen miteinander in Verbindung bringen und beim Fliehen unterstützen. Aber letztlich nütze es wenig, einfach nur viel zu machen, so Anastasia, man müsse das tun, was man am besten kann. In Odessa arbeitete Oksana als Neurologin und Psychotherapeutin. Anastasia, angehende Psychotherapeutin, studierte Medizin in Kiew. Vor Kurzem hätte sie ihre Abschlussprüfung gehabt. Oksana leitet nun Online-gruppen via Zoom, in denen sie Kriegsoffer mittels Krisentherapie unterstützt. Ihr akademischer und beruflicher Hintergrund hilft den beiden Frauen aber auch, selbst mit der Krise zurechtzukommen. Man dürfe sich nun nicht fragen, wann der Krieg enden wird, weil man dann in eine Erwartungshaltung gerate: «Und wo Erwartung ist, ist die Enttäuschung nicht weit», so Anastasia. «Wir müssen im Moment leben, jeden Tag nehmen, wie er ist, und uns überraschen lassen. Das ist gesünder für die Psyche.»

Oksana und Anastasia sind ohne Geld geflohen, es kann nicht abgehoben, nicht verschickt werden. Der Krieg kam für beide unerwartet. Oksana habe lange Zeit Prognosen ukrainischer Politiker verfolgt, die darüber spekulierten, wie wahrscheinlich das gegenwärtige Szenario sei. «Damals hiess es: Ein Krieg sei unwahrscheinlich», sagt sie. Nun würden Familie und Freunde täglich von Schüssen und Bombenschlägen berichten. «Überall liegen Leichen und werden liegengelassen. Die Menschen flüchten, trinken aus Pfützen», Oksana schnäuzt sich. Umso dankbarer sei sie für die Solidarität und Unterstützung hier in Schaffhausen. Diese berührt die beiden sehr. «Was wir hier an Solidarität erfahren, ist überwältigend und gibt mir das Gefühl, nicht allein zu sein», sagt Anastasia.

Quelle: <https://www.shn.ch/region/kanton/2022-03-19/ich-muss-mir-vergeben-dass-ich-geflohen-bin>