



Allein und gebrochen

Asyl Menschen, deren Asylgesuch abgelehnt wurde, geht es psychisch schlechter als der restlichen Bevölkerung. Auch Thayaparan kommt gerade aus der Psychiatrie zurück.

TEXT LEA STUBER FOTOS ANNETTE BOUTELLIER

Wann er die erste Panikattacke hatte, kann er nicht genau sagen. Irgendwann Anfang Jahr, sagt Thayaparan. «Ah, doch!» Es sei Mitte Februar gewesen.

Thayaparan, der eigentlich anders heisst, Turnschuhe, Jeans, die Kapuze des kobaltblauen Pullovers über den Kopf gezogen, setzt sich neben dem Bahnhof Ins im Berner Seeland auf eine kalte Metallbank. Er ist mit dem Fahrrad, ein Geschenk vom Migrant Solidarity Network, eine Viertelstunde von Gampelen nach Ins gefahren, vorbei an Feldern und Wiesen.

In Gampelen am Neuenburgersee ist das sogenannte Rückkehrzentrum. Hier lebt Thayaparan, Anfang 30 und Vater einer vierjährigen Tochter, seit August 2020; am See war er in diesen zwei Jahren noch nie. Sein Asylgesuch wurde zwei Mal abgelehnt, eigentlich müsste er die Schweiz verlassen. Er vermisst seine Tochter und seine Frau, die Brüder und Eltern, doch in Sri Lanka, wo er herkommt, würde er sich nicht sicher fühlen.

Arbeiten darf Thayaparan nicht. Bis 2008 erhielten abgewiesene Asylsuchende Sozialhilfe. Heute bekommt Thayaparan in der Notunterkunft nur noch das, was die Bundesverfassung in Artikel 12 als «für ein menschenwürdiges Dasein unerlässlich» definiert: Ein Bett in einem Mehrbettzimmer, medizinische Grundversorgung und acht Franken pro Tag (ab November 2022 werden es zehn Franken sein).

Statt die Zutaten für Kottu Roti und Biryani, seine liebsten srilankischen Gerichte, kauft sich Thayaparan mit den acht Franken im Aldi Tiefkühlpizzas und weiteres Essen, Hygiene- und Gesundheitsartikel, Zugtickets und Kleider. Für Gemüse reiche das Geld nicht, sagt er. Glücklicherweise bekämen sie von einem Supermarkt Gemüse, das dieser nicht mehr verkaufen dürfe. Die Haare schneidet ihm nicht ein Coiffeur, sondern ein anderer Bewohner.

Die Nothilfe soll eine vorübergehende Lösung für einige Monate sein. Trotzdem beziehen von den 527 Menschen, die im Kanton Bern Ende September mit Wegweisungsentscheid leben, 280 seit mindestens zwei Jahren Nothilfe, 25 sogar seit mindestens zehn Jahren. Die meisten, 97 nämlich, kommen aus Sri Lanka, 45 aus dem Iran und 44 aus Eritrea.

Da Thayaparan keine Deutschkurse besuchen kann, habe er versucht, sich Deutsch selber beizubringen – «ein Messer», «eine Gabel» –, aber er habe kaum Energie. Immerhin spreche er nun besser Englisch, sagt er. Er fühle sich «alone» und «broken». Die Septembersonne wärmt kaum, strahlt aber in den ersten Vormittag, an dem er zurück im Rückkehrzentrum ist. Die vergangenen drei Wochen war Thayaparan in der Psychiatrie.

Heute Morgen, erzählt er, wurde er vom Klopfen an die Türe geweckt. Die Polizei. Sie suchte seinen Zimmermitbewohner, ebenfalls aus Sri Lanka. Wer die Schweiz nicht freiwillig verlässt, kann ausgeschafft werden. Manchmal sind Ausschaffungen nicht

möglich, etwa wenn eine Person aus einem Land kommt, mit dem die Schweiz kein Rückübernahmeabkommen hat, wie Algerien, Marokko, Äthiopien oder Iran. Manche Staaten akzeptieren zudem keine Zwangsausschaffungen. Nach Sri Lanka führt die Schweiz trotz der politisch instabilen Lage sowie der Wirtschaftskrise – Nahrungsmittel und Treibstoff sind knapp, der Zugang zu medizinischer Versorgung schwierig – weiterhin Ausschaffungsflüge durch.

«Viele Menschen aus Sri Lanka sind im Ausschaffungsstress und verstecken sich», sagt Thayaparan. Der von der Polizei gesuchte sowie die beiden anderen Zimmermitbewohner kämen nur zum Unterschreiben ins Zentrum und gingen dann wieder. Nur wer jeden Tag zwischen 8.30 und 10.30 Uhr unterschreibt, bekommt die Nothilfe (am Sonntag zwischen 19 und 20 Uhr). Thayaparan kann im Moment nicht ausgeschafft werden, weil er ein Wiedererwägungsgesuch eingereicht hat, das hängig ist.

Wenn der Magen sich zusammenzieht

«Ich bin eine Nacht zurück in Gampelen und schon beginnt es wieder», sagt Thayaparan und lacht kurz. Dann schüttelt er den Kopf. Wenn die Polizei kommt und jemanden sucht, löse das bei ihm Stress aus. Sein Magen zieht sich zusammen, er wird nervös, ist angespannt und ängstlich. Er hatte wieder eine Panikattacke.

Im Zentrum seien viele aggressiv. Eines Nachts, als Thayaparan schon schläft, klopft jemand an die Tür, ein Bewohner fragt nach Zigaretten. Er habe keine, sagt Thayaparan, er rauche nicht. Der Bewohner will den Mann im nächsten Bett wecken, Thayaparan versucht die Tür zu schliessen und sagt, er solle ihn am nächsten Morgen fragen. Der Bewohner kickt die Tür auf und schreit, wer er sei, so zu reden.

Einige Tage später, als Thayaparan in der Küche gebratenen Reis mit Ei kocht, will der andere Bewohner mit einem Messer auf ihn los. Wenn er Thayaparan sieht, beleidigt und bedrängt er ihn. Thayaparan wagt sich nicht mehr in die Küche. Stattdessen bittet er seinen Zimmermitbewohner, ihm etwas zu kochen und das Essen ins Zimmer zu bringen. Erst als der Bewohner nach ein paar Monaten nicht mehr da ist – vielleicht verhaftet und ausgeschafft, vielleicht in einem der vier anderen Berner Rückkehrzentren –, endet für Thayaparan die «Albtraum-Zeit».

Eine Blutprobe in der Psychiatrie zeigte, dass sein Cholesterinspiegel hoch ist. Er sollte sich mehr bewegen, er weiss das. In Sri Lanka spielte er Badminton. In Gampelen bekam er von einem Freund einen Krickettschläger und drei Tennisbälle, sie spielten zu dritt, doch nach zwei Tagen kamen die anderen nicht mehr. «Sie sind auch gestresst, viele sind nicht in Spiellaune.»

Zwei Mal pro Woche kommt eine Pflegefachfrau ins Rückkehrzentrum. Welches die häufigsten physischen und psychischen Beschwerden der Bewohner*innen sind, dazu gibt der



Im Rückkehrzentrum Gampelen teilen sich 82 Männer und 4 Frauen Küche, Aufenthalts- und Fitnessraum.

Berner Migrationsdienst, der für die Rückkehrzentren verantwortlich ist, keine Auskunft. Das unterliege der beruflichen Schweigepflicht für Gesundheitsfachpersonen.

Mitte Februar formulieren über 400 Psychiater*innen, Psycholog*innen, Therapeut*innen und Ärzt*innen einen offenen Brief an den Bundesrat, Sozialdirektionen und Migrationsbehörden. Darin schreiben sie, dass viele abgewiesene Asylsuchende unter chronischen psychischen Beschwerden und post-traumatischen Belastungsstörungen leiden. Die Liste der Beschwerden, die die Fachleute als Folgen des Lebens in der Nothilfe behandeln, ist lang. Aufgezählt werden unter anderem Schlaflosigkeit, Stress und Angst, Apathie, sozialer Rückzug, Depressionen, Aggressivität, erhöhte Suizidalität oder Sucht. Ihre Forderung: Die psychisch gefährdenden Bedingungen in den kantonalen Nothilferegimen müssen beendet werden.

Tatsächlich zeigt eine Studie von 2018: 66 Prozent der befragten abgewiesenen Asylsuchenden hatten Angststörungen, 84 Prozent Depressionen und 62 Prozent eine vollständig ausgeprägte posttraumatische Belastungsstörung, ein Drittel hegte Suizidgedanken. Der Gesundheitszustand der Menschen in der Nothilfe, kommt die Autorin zum Schluss, sei verglichen mit der restlichen Bevölkerung in der Schweiz schlecht. Ihr Gesundheits-

zustand sei nicht alleine eine Folge von schlimmen Erlebnissen vor und auf der Flucht, sondern gewisse Symptome würden erst durch die Belastungen in der Nothilfe hervorgerufen.

Die Kantone, die für die abgewiesenen Asylsuchenden zuständig sind, setzen das Bundesgesetz unterschiedlich um. Bern, neben Zürich und St. Gallen einer der restriktivsten Kantone, müsste abgewiesene Asylsuchende nicht täglich unterschreiben lassen – im Kanton Obwalden tun sie dies nur einmal in der Woche. Manche Kantone zahlen zwölf Franken Nothilfe am Tag, andere nur acht. Erst nach Kritik der Nationalen Kommission zur Verhütung von Folter (NKVF), wonach der Umgang des Kantons Bern mit abgewiesenen Asylsuchenden «menschenunwürdig» ist, erhöhte die Sicherheitsdirektion von Regierungsrat Philippe Müller (FDP) den Betrag auf zehn Franken.

Mitte Februar, zur gleichen Zeit wie die Fachleute den Brief verschicken, hat Thayaparan zum ersten Mal eine Panikattacke. Kurz vorher, an einem Dienstag um drei oder halb vier Uhr, habe er, sagt Thayaparan, in der Küche für alle Schwarztee gekocht. Sein Zimmermitbewohner, ebenfalls aus Sri Lanka, schaute kurz vorbei und sagte, er gehe hinaus. Er treffe, fügte er im Scherz hinzu, seine vielen Freundinnen. Als er nicht zurückkam, hatte Thayaparan Angst, dass er von der Polizei abgeholt worden sei



und ausgeschafft werde. So oft hatte er schon erlebt, dass Menschen, die er erst vor Kurzem kennengelernt hat, wieder weg waren – untergetaucht, verhaftet, ausgeschafft. Drei Tage später, als Thayaparan zum Denner ging, sah er überall Polizei.

«Wie viele müssen noch sterben?»

Thayaparans Zimmermitbewohner war im Wasser treibend im Islerenkanal gefunden worden. Als Todesursache, schreibt die Staatsanwaltschaft des Kantons Bern, wurde Ertrinken oder eine Unterkühlung festgestellt. Ob es ein Unfalltod war oder Suizid, bleibt offen. Sein Zimmermitbewohner, sagt Thayaparan, sei gestresst gewesen, habe immer darüber nachgedacht, dass er die Schweiz verlassen müsste. «Werden die Menschenrechte im Land, wo der UN-Menschenrechtsrat seinen Hauptsitz hat, respektiert? Wie viele müssen noch sterben?»

Auch in Sri Lanka habe er den Tod von Menschen miterlebt, die ihm wichtig waren. Der Tod seiner Grossmutter, von Freund*innen, eines Mitstudenten. «Kein Tod brachte mich so an den Rand wie dieser», sagt Thayaparan. Vorher habe er nie Angst vor dem eigenen Tod gehabt. Wenn er jetzt aber unter der Dusche stehe, habe er auf einmal Angst zu sterben. Es fühle sich an, als würde jemand sein Herz zusammendrücken. Oft sitzt er

den ganzen Tag alleine in einer Ecke. Auf Youtube schaut er sich Videos an, über die politischen Ereignisse in Sri Lanka und der Welt, von Tourist*innen in Sri Lanka – es interessiert ihn, was sie über sein Land denken. In Sri Lanka, wo er Computerwissenschaften studiert hatte und dann eine Druckerei eröffnete und Rechner reparierte, habe er sich auch Filme angesehen. Zwei Stunden konzentrieren, das sei im Moment aber nicht möglich. Morgens und abends telefoniert Thayaparan mit seiner Frau und der Tochter. Die Tochter war ein Jahr alt, als er Sri Lanka verliess, inzwischen spreche sie «wie eine Expertin» Tamilisch.

Jeden zweiten Donnerstag besucht Thayaparan ein Mittagessen der katholischen Kirche in Bern. Das Zugticket, 16.20 Franken, zahlt die Kirche. Wo er hinkommt, fühlt er sich als der Komische, als der, der anders ist. Er gehe nicht auf andere Menschen zu. Wenn er sich nicht sicher fühlt, zieht er die Kapuze über den Kopf. Das helfe sehr, sagt Thayaparan. Ein Sozialarbeiter der Kirche empfiehlt ihm, zu einer Psychotherapeutin zu gehen.

Anfang Sommer schliesslich, als alle nötigen Unterlagen beisammen und geprüft sind, kann er zum ersten Mal in die Therapie gehen. Die Diagnose der Psychotherapeutin: Panikattacken, Ängste sowie eine Depression, ausgelöst durch das Miterleben von Ausschaffungen und den Todesfall. Thayaparan nimmt Escitalopram 10 mg, ein Antidepressivum, und gegen Anspannung und innere Unruhe das Neuroleptikum Quetiapin 25 mg.

Ende Sommer hat er immer häufiger Panikattacken, er hat das Gefühl, es nicht mehr auszuhalten. «Dieses Asylsystem», sagt Thayaparan, «hat aus einem gesunden jungen Mann eine psychisch und physisch kranke Person gemacht.» Die Psychotherapeutin weist ihn einer Psychiatrie zu. Er hatte geplant, am Sonntag noch die Messe in der Kirche in Bern zu besuchen. Doch am frühen Morgen hat er wieder Panik. Wenn er in die Kirche ginge, so seine Angst, werde er nicht zurückkehren, er werde sterben. Er versucht, aus dem Gefühl herauszukommen, er geht ins Bad, um seine Zähne zu putzen. Doch die Angst bleibt. Drei Tage später bekommt er einen Platz in der Psychiatrie. Drei Wochen Krisenintervention. In der Musiktherapie hat er, der in der Schulband Trompete spielte, Spass am Ausprobieren all der Instrumente. Klavier, Gitarre, Schlagzeug, auch Harfe und Bassgeige.

Zurück im Rückkehrzentrum fragt sich Thayaparan, wie es weitergehen soll. «Ich konnte weg von diesem Ort, der mir nicht guttut, und jetzt haben sie mich doch wieder hierhergesteckt.» Im Kanton Bern können abgewiesene Asylsuchende statt in einem Rückkehrzentrum auch bei Privatpersonen leben. Thayaparan weiss allerdings nicht, ob es eine gute Idee ist, mit Menschen zusammenzuwohnen, die er nicht kennt. Bei Familien, deren Dynamik er nicht kennt. «Was um mich herum passiert», sagt er, «geht mir nahe.»

Zwei Tage nach dem Treffen in Ins. Er habe den Plan, schreibt Thayaparan, das Rückkehrzentrum zu verlassen und in eine WG in Bern zu ziehen. Er sei der vielen Panikattacken müde. «In mir drin passiert etwas, das ich nicht beschreiben kann.»

Zwei Tage später holt ihn ein Freund ab, damit er seine Kleider, Deutschbücher und Medikamente nach Bern transportieren kann. Doch nach fünf Minuten wird Thayaparan nervös, sein Herz rast, wieder fürchtet er, dass sein Herz nicht mitmacht. Was ist dein Problem, fragt der Freund. Thayaparan schafft es nicht und bleibt in Gampelen.

Er dachte immer, das Rückkehrzentrum mache ihn krank, sagt Thayaparan. Jetzt denke er: Vielleicht bin ja ich das Problem.