

Interview

Engagement für die Zukunft

Kathrin Macha über psychische Gesundheit, Klimakrise und Geflüchtetenhilfe

In einer spannenden Interviewserie lassen wir bedeutende Förderer*innen des Verbandes zu Wort kommen. Wir wollen ihre beeindruckenden Beiträge und ihr Engagement würdigen und unseren Mitgliedern gleichzeitig Einblicke in die Geschichte, die Wurzeln und die teils turbulente Entwicklung der DGVT sowie der Verhaltenstherapie in Deutschland bieten.

Die Interviews wurden auf Wunsch des Vorstands von Dr. Steffen Fliegel geführt, der früher selbst einmal Mitglied des DGVT-Vorstand war.

Alle Interviews gibt es auf der DGVT-Website zum Nachlesen¹: <https://www.dgvt.de/der-dgvt-verein/wegbegleiterinnen-der-dgvt-im-interview/>

Steffen Fliegel: Liebe Kathrin, schön, dass wir heute hier in Mainz zusammensitzen können, um das Interview miteinander zu machen. Der DGVT-Vorstand hat das Interview mit dir beauftragt, da du in der kurzen Zeit deiner DGVT-Mitgliedschaft bereits an vielfältigen Aktivitäten in der DGVT mitgewirkt hast bzw. sie auch initiiert hast. Welche sind das, was motiviert dich zu deiner vor allem politischen Arbeit, und unsere Leserinnen und Leser sollten ein wenig über die so engagierte (Fach-)Frau erfahren. Vielleicht beschreibst du kurz, was derzeit deine beruflichen Aufgaben ausmacht.

Kathrin Macha: Danke für die Einladung. Ich bin Psychologische Psychotherapeutin, zum einen angestellt in einer psychotherapeutischen Praxis, zum anderen arbeite ich in einem Trauma- und Opferzentrum in Frankfurt mit Menschen, die Straftaten überlebt haben. Anschließend beginnt eine Tätigkeit in einem psychosozialen Zentrum für Geflüchtete. Daneben verfolge ich verschiedene ehrenamtliche Tätigkeiten.

Steffen Fliegel: Wirklich interessante und bedeutsame Berufsfelder. Könntest du diese ehrenamtliche Arbeit, die ja auch mit der DGVT zu tun hat, einmal umreißen?

Kathrin Macha: Ich war vor fünf Jahren, als sich Psychologists for Future gegründet haben, in Mainz in der Regionalgruppe sehr aktiv, und irgendwann habe ich mich auch überregional dort engagiert. Etwas früher bin ich schon als Landessprecherin bei der DGVT eingestiegen, und da ich mich also vermehrt mit Klimapsychologie und den Auswirkungen der Klimakrise auf die psychische Gesundheit beschäftigt hatte, habe ich dies dann auch

¹ Im ersten Interview kamen **Peter Gottwald** und **Dietmar Schulte** zu Wort (VPP 4/2010), das zweite Gespräch galt **Eva Jaeggi** und **Jarg Bergold** (VPP 1/2012), das dritte **Heiner Keupp** und **Christoph Kraiker** (VPP 1/2014), das vierte **Dieter Kleiber** (VPP 3/2014), das fünfte galt **Armin Kuhr** (VPP 1/2016), das sechste **Sybille Krämer** (VPP 1/2018), das siebte Interview wurde mit **Bernhard Scholten** (VPP 3/2019), das achte mit **Waltraud Deubert** geführt (VPP 1/2020), das neunte mit **Frank Nestmann** (VPP 3/2021), das zehnte Interview mit **Ute Sonntag** (VPP 4/2021), das 11. Interview wurde geführt mit **Martina Mautner** (VPP 2/2022), das 12. mit **Jochen Schweitzer** (VPP 3/2022), das 13. Interview mit **Eva-Lotta Brakemeier** (VPP 2/2023), das 14. Interview mit **Wolfgang Schreck** (VPP 4/2023) und das aktuelle Interview Nr. 15 wurde geführt mit **Kathrin Macha** in Mainz, veröffentlicht in der VPP 3/2024.

bei der DGVT eingebracht. Mit dem gleichen Thema bin ich auch in der Landespsychotherapeutenkammer in Rheinland-Pfalz aktiv: Dort bin ich seit zwei Jahren Vorstandsbeauftragte für Klimapsychologie.

Steffen Fliegel: Gibt es eine Überschrift für dieses Thema?

Unsere Lebensweise hat auch soziale Folgen: Flucht, Migration, Armut, soziale Ungleichheit, Spannungen in der Gesellschaft.

Kathrin Macha: „Psychische Gesundheit in den sozial-ökologischen Krisen“ würde ich es korrekterweise nennen. Sozial-ökologisch, weil die Klimakrise ein Teil verschiedener verschachtelter Krisen ist. In diesem Zusammenhang ließe sich als weitere ökologische Krise zum Beispiel auch die Biodiversitätskrise – das Artensterben – benennen. Oder das Durchbrechen der Stoffkreisläufe, unsere exzessive Landnutzung. Unsere Lebensweise hat auch soziale Folgen: Flucht, Migration, Armut, soziale Ungleichheit, Spannungen in der Gesellschaft.

Steffen Fliegel: Das ist ja politisch und fachlich sehr bedeutend, womit du dich beschäftigst. Mich würde interessieren wie du zu diesen Themen gekommen bist?



Kathrin Macha: Angefangen hat es wohl damit, dass mein Bruder, ein Physiker, mir in meiner Jugend vom Klimawandel erzählt hat, und was das für die Menschheit bedeutet. Gleichzeitig bin ich als Kind auch täglich in der Natur gewesen, da ich in einem sehr kleinen Dorf aufgewachsen bin. Das Thema „Umwelt und Umweltschutz“ war für mich daher früh wichtig. Beim Bund Deutscher Pfadfinder habe ich dann später Umweltwochenenden

für Kinder mitorganisiert. Und als ich angefangen habe zu studieren, habe ich beobachtet, wie Lebensmittel beim Supermarkt gegenüber ständig massenhaft weggeworfen wurden – ein strukturelles Problem. Daher habe ich mich dann bei einer Initiative, die „Foodsharing“ heißt, engagiert. Und irgendwann bin ich dazu gekommen, die Psychologie mit dieser Thematik zu verbinden.

Steffen Fliegel: Da hast du schon sehr früh umweltpolitisch gedacht. Und wie ist die aktive Beschäftigung mit dem Migrationsthema in dein Leben gekommen?

Kathrin Macha: Auf Reisen durch den Balkan habe ich mich genau in der Zeit 2015, in der viele Schutzsuchende die Balkanroute bestritten haben, inmitten der Lager auf dem Weg wiedergefunden. Diese wild zusammengewürfelten, spontan entstandenen, unorganisierten Lager und die Zustände waren menschenunwürdig. Da habe ich mich gefragt: Was mache ich eigentlich anders, dass ich stattdessen auf so einer Reise unterwegs bin? Ich kann mir das leisten, habe diese Privilegien, während andere Menschen versuchen, über den gleichen Weg eine bessere Zukunft zu finden. Das hat mich zusätzlich politisiert und geprägt, mich auch mit dem Thema „Flucht“ zu beschäftigen.

Gut fand ich, dass es verschiedene Fachgruppen in der DGVT zu Themen gab, die mich beschäftigten und dass der Fokus nicht nur auf der Therapie lag.

Steffen Fliegel: Gab es eigentlich in deinem Leben Vorbilder, die dich motiviert haben, diese Themen in den Blick zu nehmen?

Kathrin Macha: Es ist nicht so, dass eine einzelne Person für diese Themen stand. Ich hatte auch kein sehr politisch aktives Umfeld.

Steffen Fliegel: Und wenn dir die weggeworfenen Lebensmittel auffallen, steckt ja auch eine bestimmte Haltung dahinter. Weißt du, was diese Haltung geprägt hat?

Kathrin Macha: Das haben mir meine Eltern vorgelebt, also in dem Sinne, nichts unnötig wegzuworfen und das zu schätzen, was man hat. Auch bin ich als Kind kein einziges Mal in Urlaub geflogen. Wir haben stattdessen häufig gecamped. Mein Vater hat auch einen familiären Migrationshintergrund, worüber wir immer wieder gesprochen haben. Also schon ein paar frühe und prägende Erfahrungen.

Steffen Fliegel: Dass der Vorstand und die Geschäftsführung der DGVT mich gebeten haben, dieses Interview mit dir zu führen, hängt auch damit zusammen, dass du obwohl noch gar nicht so lange in der DGVT, schon unglaublich aktiv für den Verband bist. Kannst du dich noch erinnern, was dich zur DGVT geführt hat?

Kathrin Macha: Da kann ich Andrea Benecke nennen, die damals schon aktiv in der DGVT war und mir so ein bisschen den Schubser gegeben hat. Ich habe mich dann damit beschäftigt, was die DGVT ist, wofür sie steht, denn ich hatte damals ja noch nicht einmal mit der Therapieausbildung angefangen. Gut fand ich, dass es verschiedene Fachgruppen zu Themen gab, die mich beschäftigten und dass der Fokus nicht nur auf der Therapie lag.

Steffen Fliegel: Welche Fachgruppen interessierten dich?

Kathrin Macha: Ich weiß gerade nicht, ob es damals schon die Fachgruppe Migration gab. Wichtig fand ich allerdings die Fachgruppe Beratung – da sie mir zeigte, dass in der DGVT

auch an Prävention gedacht wird und nicht nur an Therapie. Insgesamt wusste ich vor allem aber, dass die DGVT ein Augenmerk auch auf Anstellung legt. Und es war mir ein Anliegen, dass unterversorgte Gruppen besser therapeutisch begleitet werden, wofür Anstellungen, z.B. in psychiatrischen Krankenhäusern, ein notwendiger Baustein sind. Ich hatte schon früh den Eindruck, dass die DGVT sich genau für diese Aspekte auch mit ihrem interdisziplinären Ansatz im sozialen Bereich einsetzt. Und dann dachte ich: Okay, ich schaue mir das mal an, was das eigentlich heißt, da aktiv zu sein.

Mein Fazit: In der DGVT werden Ideen sehr gerne angenommen. Man kann sich einbringen, unabhängig von Hierarchien. Ich finde das fantastisch.

Steffen Fliegel: Was könnte denn die DGVT noch tun, um jüngere Menschen, die vielleicht sogar noch jetzt im Masterstudiengang sind, vor der Psychotherapieausbildung oder zukünftig in der Psychotherapie Weiterbildung, für die DGVT zu gewinnen, damit noch mehr, so wie du es gerade für dich so toll beschrieben hast, auch an den Zielsetzungen und Inhalten der DGVT mitwirken können?

Kathrin Macha: Ich finde das eine sehr gute Frage. Und wenn ich darüber nachdenke, was mir eigentlich geholfen hat, ist das natürlich eine sehr individuelle Perspektive. Ich persönlich bin ja einfach mal eingestiegen und habe geschaut, was passiert. Als ich gemerkt habe, dass manche meiner Ideen gut angenommen wurden, hat mich das motiviert, dranzubleiben. Vielleicht ist es eben das: Wenn man den Eindruck bekommt, ganz offen vielleicht sogar wilde Ideen zu einer besseren Versorgung oder zu wichtigen politischen Themen reingeben zu können und diese dann weiterentwickelt werden. So etwas wie eine Zukunftswerkstatt zur Versorgung könnte durchaus motivieren.

Steffen Fliegel: Aus meiner langjährigen Erfahrung in der DGVT weiß ich, dass die DGVT kein Forum ist für Personen mit großen Machtbedürfnissen. Was du gerade sagst, das ist ganz wichtig in der DGVT. Dass man mitgestalten kann, dass man Ideen einbringen kann. Es gibt kein festgezurrtes Dach mit wenig Veränderungsspielraum. In der DGVT gibt es hingegen viel Entwicklungsspielraum, auch durch die Vielfalt der Kommissionen, die Vielfalt der Fachgruppen, durch den erweiterten Vorstand, die Mitgliederversammlung, nicht nur offen für Delegierte, sondern für alle Mitglieder. Überall gibt es viel Mitsprachemöglichkeit.

Kathrin Macha: Am Anfang habe ich mich nicht so getraut, konnte vieles noch nicht so einschätzen. Dann konnte ich aber als Landessprecherin sehr einfach Veranstaltungen organisieren, wir konnten Themen und Referent*innen auswählen. In Treffen und Sitzungen der DGVT konnte man sich beteiligen und einfach mitdiskutieren. Innerhalb kürzester Zeit konnten wir eine gesamte Veranstaltungsreihe zur Klimakrise auf die Beine stellen, bei

der ich sofort unterstützt wurde. Mein Fazit: In der DGVT werden Ideen sehr gerne angenommen. Man kann sich einbringen, unabhängig von Hierarchien. Ich finde das fantastisch.

Steffen Fliegel: Mittlerweile hast du ja Vorträge gerade zum Klimathema gehalten, auch über die Verbindung Psychologie/Psychotherapie und ökologische Krisen. Auch Nachhaltigkeit und Klima ist ja ein wichtiges Thema, zu dem es eine Fachgruppe gibt. Was macht ihr in dieser Fachgruppe?

Kathrin Macha: Wir haben sie vor kurzem umbenannt in „Planetary Health“. Ein Begriff, der beschreibt, dass Gesundheit nicht ohne die Gesundheit des Planeten gedacht werden kann. Wir formen, nachdem wir relativ schnell eine Veranstaltungsreihe zum Thema aus dem Boden gestampft hatten, gerade unsere Zielsetzungen und gewinnen weitere Personen, die aktiv sein wollen. Wir wollen den Fokus darauf legen zu sensibilisieren für Menschen, die stärker betroffen sind von ökologischen Krisen, Menschen auf der Flucht, von Armut Betroffene, psychisch Kranke, Kinder und ältere Menschen. Zuletzt haben wir ein Poster für ambulante Praxen mit Informationen über Auswirkungen von Hitze und Möglichkeiten und Schutzmöglichkeiten erstellt. Denn Hitze belastet die psychische Gesundheit sehr und kann schnell gefährlich werden.



Steffen Fliegel: Könntest du einmal ein paar Stichpunkte dazu sagen, wo die Auswirkungen der Klimakrise auf die psychische Gesundheit spürbar sind?

Kathrin Macha: Zum Beispiel werden psychische Störungen verschärft, es kommt zu mehr suizidalen Krisen bei Hitze. Aber es gibt auch die Auswirkung im Sinne vom sogenannten Klimastress. Das können verschiedene Emotionen sein, Angst, Trauer, Ärger zum Beispiel angesichts dieser existenziellen Bedrohung. Das ist keine psychische Störung, sondern als Auswirkung eine angemessene Reaktion.

Steffen Fliegel: Was ist denn da konkret belastend? Es ist nachvollziehbar belastend, wenn ich persönlich betroffen bin. Wenn ich meine Existenzgrundlage verliere, wenn Menschen zu Schaden kommen, wenn ich die Katastrophe in meiner Umgebung erlebe. Aber wir bekommen ja vieles, was woanders passiert, über die sozialen Medien oder über

die Presse mit. Was kann das denn für persönliche Auswirkungen mit sich bringen, deren Konsequenzen die von dir beschriebenen Emotionen hervorrufen?

Kathrin Macha: Ich werde nicht nur berührt, wenn ich direkt betroffen bin, z.B. durch Extremwetterereignisse. Wenn ich sehe, wie es anderen Menschen geht, wenn ich mich wahrnehme als Teil der Menschheit oder des gesamten Planeten, dann lasse ich mich auch so berühren. Aber es ist ja auch so, dass wir in den Prognosen sehen, dass es in den nächsten Jahren immer noch massivere Auswirkungen geben wird. Wenn ich mich in meine eigene Zukunft hineinversetze, dann bin ich auch direkt betroffen. Und wenn mir die Konsequenzen unseres Lebensstils bewusst werden, dann sind die beschriebenen Gefühle erst mal gut und idealerweise entsprechend handlungsleitend.

Ich werde nicht nur berührt, wenn ich direkt betroffen bin, z.B. durch Extremwetterereignisse.

Steffen Fliegel: Im Moment sehe ich nicht, dass die Handlungsebene besonders tangiert wird. Wir bekommen ja genügend Information aus der ganzen Welt über mögliche Konsequenzen des Klimawandels, aber trotzdem findet dieses Thema nicht annähernd die nötige Bedeutung und Beachtung. Woher kommt es, dass wir kognitiv viel mitbekommen, aber die Verhaltensänderung des Einzelnen oder von Gruppen so schwerfällt?

Kathrin Macha: Es gibt viele verschiedene Gründe. Das eine ist, dass wir nicht genau oder ausreichend genug wissen, wie man effektiv handeln kann. Ich weiß, dass ich Plastik sparen kann, weiß aber nicht, wie genau ich politisch aktiv sein, wie ich mich mit anderen an Lösungen beteiligen kann.

Steffen Fliegel: Gut, Partizipation wäre generell eine gute Möglichkeit. Warum nehme ich dann trotzdem noch mal eine Plastiktüte, warum mache ich trotzdem eine Flugreise, obwohl ich genug Information darüber habe, dass das im Großen und Ganzen schädigend ist?

Kathrin Macha: Wir sind ja sehr soziale Wesen, und es gibt soziale Normen. Wenn ich sehe, dass andere Leute nicht handeln, dann handle ich auch nicht. Wir orientieren uns sehr an anderen – was richtig oder falsch ist, wenn wir Entscheidungen treffen. Studien zeigen zum Beispiel: Wenn in Hotels kleine Schildchen hängen, die besagen: „80 Prozent der Personen verwenden ihr Handtuch wieder“ dann macht man es eher, als wenn da eine 20 steht. Hinzukommt, dass wir in einem System leben, in dem wir uns automatisch klimaschädigend verhalten. Wenn ich von A nach B muss und nicht genügend Infrastruktur existiert, muss ich mit dem Auto fahren.

Steffen Fliegel: Heißt das auch, ich verhalte mich grundsätzlich erst mal klimaschädigend, weil ich so groß geworden bin und es nicht anders erlebt habe? Ich müsste also jetzt konkret etwas tun, was oft mit Einschränkungen verbunden ist, damit ich klimafreundlicher agiere? Außer einer Selbstverstärkung hätte dies dann aber keine Konsequenzen?

Wir sind ja sehr soziale Wesen, und es gibt soziale Normen. Wenn ich sehe, dass andere Leute nicht handeln, dann handle ich auch nicht.

Kathrin Macha: Eigentlich nennt man das dann auch Co-Benefits von Klimaschutz. Es ist ja gesundheitsfördernd, zum Beispiel mit dem Fahrrad zu fahren, sich vegetarisch zu ernähren. Das Problem ist, dass nicht so ausreichend kommuniziert wird, dass es sich nicht nur um Einschränkungen handelt, sondern dass wir auch gesundheitlich viel davon haben, uns klimaschützend zu verhalten. Menschen sind viel bereiter zu handeln, wenn das Thema „Gesundheit“ angesprochen wird.

Steffen Fliegel: Das heißt, wir müssten mehr die positiven Konsequenzen herausstellen, die das klimaförderliche Verhalten nach sich zieht. Und vielleicht gibt es noch zu wenige Personen, die für uns Vorbilder sein können, denn in der Hauptsache lernen wir ja durch Modelle. Da sind natürlich die Eltern gefragt, wie du selbst vorhin an einem persönlichen Beispiel beschrieben hast. Wir sind vielleicht jetzt die Generation, die es den Kindern vorleben muss.

Kathrin Macha: Auf jeden Fall ist es sehr wichtig und hat einen großen Effekt, wenn Menschen dies vorleben – oder sich vielleicht sogar öffentlich positionieren. Und wenn grundsätzlich in der Berichterstattung über die Klimakrise oder über Umweltschutz Beispiele aufgezeigt werden, wie andere Menschen aktiv sind, was sie tun. Wir können uns dann vielleicht hineinversetzen in die Person, uns identifizieren und haben dann das Gefühl, auch selbst unser Verhalten verändern zu können.

Steffen Fliegel: Als das Mikro noch nicht an war, hast du in diesem Zusammenhang von einer „kognitiven Dissonanz“ gesprochen. Was hast du damit gemeint?

Kathrin Macha: Ich kann die Einstellung haben, Umweltschutz ist wichtig. Und dann merke ich aber in meinem Verhalten, dass ich dem nicht nachkomme. Vielleicht auch, weil die Strukturen, in denen wir uns bewegen, eben schädlich sind. Dann entsteht eine unangenehme Spannung, die ich auflösen will – und es wird leichter, die Einstellung zu ändern als das Verhalten und zum Beispiel zu sagen: „Es bringt ja doch nicht so viel ...“

Steffen Fliegel: ... oder, die anderen machen es ja auch nicht. Und es bringt gar nichts, wenn ich als einzelne Person irgendwas verändere. Wenn ich noch mal zur Psychotherapie komme. Klar kann ich als Psychotherapeut oder du als Psychotherapeutin eine entsprechende politische Haltung haben, die klimaförderlich ist und auch vielleicht im Privatleben etwas dafür tun. Was kann ich denn in meiner psychotherapeutischen Arbeit für das Klima tun?

Kathrin Macha: Wenn jemand mit einer akuten Krise in die Praxis kommt, geht es natürlich nicht darum, sich zuallererst mit der Klimakrise zu beschäftigen. Aber in der therapeutischen Arbeit finde ich es wichtig, der Frage nach den globalen Krisen, die uns im Alltag unter anderem in Medien ständig begegnen, in der Therapie Raum zu geben. Das kann für Patient*innen sehr entlastend sein. Ich kann natürlich auch Infomaterial zur psychischen Gesundheit in den sozial-ökologischen Krisen auslegen. Ich kann meine Praxis auch nachhaltig führen, zum Beispiel beim Wasserspender im Warteraum keine Plastikbecher, sondern Gläser haben, und kann damit ein Modell sein. Und natürlich habe ich eine Verant-

wortung, neben dem kurativen Auftrag auch psychische Gesundheit zu fördern. Die Thematisierung der Krisen hat auch einen präventiven Charakter, indem ich über Risiken aufkläre und man mit den Patient*innen einen Umgang erarbeitet.

Steffen Fliegel: Glaubst du, dass so eine Haltung, wie du sie gerade beschrieben hast, auch die psychotherapeutische Arbeit allgemein mitprägen kann?

Kathrin Macha: Ja, ich glaube, wir müssen Psychotherapie auch im Kontext der Krisen denken, weil wir uns als Menschen ja alle in diesen bewegen. Um psychisch gesund zu bleiben, geht es ja darum, ein werteorientiertes Leben zu schaffen, und das findet auf unserem Planeten, also in bestimmten Rahmenbedingungen, statt. Das ist ja nichts Neues, wenn wir an die Beschreibung von sozialen Determinanten der Gesundheit denken ... Mit diesem Blickwinkel kann sich die Psychotherapie wieder ein bisschen anders aufstellen.

Um psychisch gesund zu bleiben, geht es ja darum, ein werteorientiertes Leben zu schaffen, und das findet auf unserem Planeten, also in bestimmten Rahmenbedingungen, statt.

Steffen Fliegel: Wenn es um die Sorgen geht, die aufgrund von diesen ökologischen oder auch politischen Krisen im Moment berechtigt sind, wäre es in der Therapie gut, nicht einfach nur zu sagen, es ist nichts zu machen, sondern die Konzepte der Gemeindepsychologie, der Sozialpsychiatrie, der Sozialen Arbeit mit einzubeziehen und auch unsere Patientinnen und Patienten darin zu stärken, dass sie etwas tun können, ohne dass ich jetzt gleich politisch sehr aktiv werden muss. Empowerment und Partizipation, mal so als Denkansätze, zu meinem therapeutischen Handwerkszeug mit hinzunehmen und zu sagen, was kann denn diese Patientin oder dieser Patient tun, um mit seinen oder ihren Krisen nicht alleine zu sein, sondern sich mit anderen zusammenzutun oder auch mit anderen darüber zu reden.

Kathrin Macha: Unbedingt. Es geht ja nicht darum, jemanden zu animieren, politisch aktiv zu sein. Aber das Gefühl zu haben, mitgestalten zu können, das ist ein ganz wichtiger Resilienzfaktor, sei es auf der Arbeit oder eben im Wohnort.

Steffen Fliegel: Deinen Aufenthalt auf Lesbos, von wo du gerade wiederkommst, haben wir vorhin schon angesprochen, darüber wirst du ja für die aktuelle Ausgabe der VPP einen Bericht schreiben. Du warst als Psychotherapeutin ehrenamtlich auf Lesbos tätig. Und vielleicht könntest du aber, vielleicht im Vorgriff, etwas dazu sagen, was dich dort persönlich sehr bewegt hat.

Kathrin Macha: Genau, ich habe dort vier Monate lang in der psychosozialen Beratung gearbeitet, was mich auch noch mal bestärkt hat darin, interdisziplinär zu arbeiten. Was mich dort besonders bewegt hat, ist es zu sehen, unter welchen wirklich, wirklich schlimmen Bedingungen Menschen dort leben. Eingeengt, ohne Privatsphäre, ohne Kontrolle. Und zwar nachdem sie geflohen sind aus einem Land, in dem sie verfolgt wurden. Und gleichzeitig zu sehen, wie viel wir eigentlich von diesen Menschen lernen können. Menschen, die in dieser Not ihre Sachen packen, teilweise einfach zu Fuß loslaufen und dann

monatelang laufen, um irgendwie wegzukommen von der Gefahr, die ihnen zu Hause droht.

Was mich dort besonders bewegt hat, ist es zu sehen, unter welchen wirklich, wirklich schlimmen Bedingungen Menschen dort leben. Eingeengt, ohne Privatsphäre, ohne Kontrolle.

Steffen Fliegel: Sehr beeindruckend, dass du dich dorthin in diese bedrückende Lebenssituation auf den Weg gemacht hast. Ich bin gespannt auf deinen Bericht. Meine letzte Frage, Kathrin, hast du schon Pläne, wohin deine berufliche Arbeit weitergehen soll?



Kathrin Macha: Ich werde nicht mehr drum herum kommen mich für das Thema „Versorgung geflüchteter Menschen“ einzusetzen, vielleicht auch für andere sozial benachteiligte Gruppen. Natürlich werde ich mich weiter auch beschäftigen im Bereich Ökologischer Krisen, wenn auch das erstgenannte Thema gerade mehr Raum braucht. Und ich überlege schon lange, perspektivisch mit einem Psychotherapiebus so eine Art Projekt aufsuchender Hilfe zu machen ...

Steffen Fliegel: ... um zu Menschen zu fahren, die von der überwiegenden Komm-Struktur psychosozialer Hilfen nicht profitieren können?

Kathrin Macha: Ja, um ein Angebot bei ihnen zu Hause zu schaffen, aber vielleicht auch an bestimmten Orten zu parken. Ein mobiles Beratungs- und Therapie“zimmer“ bereitzustellen.

len, das niedrigschwellig betreten werden kann. In dem kurativ aber auch präventiv gearbeitet wird – um auch als Psychotherapeutin mehr Prävention zu leben. So was schwebt mir vor.

Steffen Fliegel: Ganz herzlichen Dank, Kathrin, dass du das Interview möglich gemacht hast. Ich fand unser Gespräch sehr, sehr spannend, und ich bin sehr berührt davon, was du so alles gemacht und bewegt hast. Und ich wünsche der DGVT, dass du noch ganz lange auch in ihr und für sie aktiv sein kannst. Das wird dem Verband sicherlich guttun und vielleicht auch andere motivieren, die vielleicht noch zögern, die vielleicht auch Ideen haben, die sie gerne mehr verwirklichen wollen, wozu die DGVT sicherlich einen guten Boden für Engagement bieten kann. Ich wünsche dir persönlich und beruflich alles, alles Gute und danke für das Gespräch.

Das 15. DGVT-Interview mit Kathrin Macha wurde im Juni 2024 in Mainz von Steffen Fliegel geführt.